

映像メディア・スマホ依存は赤ちゃんの時から!

仙台医療センター小児科医師 田澤 雄作

▶世界一寂しい・自尊心の低い日本の少年

世界一寂しい、自尊心が低い日本の少年がいる。その背景にあるものは何か。寂しくない(楽しい)心、失敗や挫折を乗り越えて生きて行く力は何処から与えられるのか。それは家族(親子)の絆であり、基本的な自尊心がその支えとなる。お父さんお母さん大好き、一緒にいると楽しい、安心という心(絆)は、家族とのまなざしと会話の中でつくられ、自分は「生まれてきてよかった、愛されている、生きていていいんだ」という人間らしい自尊心が形成される。しかし、赤ちゃん期からの不適切な養育環境、特に映像メディア(TV、ビデオ、ゲーム)漬けは、大切な親子のまなざしを奪い、会話を奪い、寂しい心、人間としての基本的な自尊心を打ち壊し、「行過ぎた進学競争、過激な部活動」が重荷を背負わせ、そして長時間のゲームやスマホ使用が「休息と睡眠のための時間」を削り、現代病「慢性疲労」をつくりだしている。最大の努力をしても大人が喜ぶような結果を得ることはできない現実の中で、大勢の子どもの中に生まれるものは、「寂しさ」と「自分はだめ」という自尊心の低下である。映像メディアが一日の仕上げに絡み込み、子ども生来のパワーを奪い、思考力も想像力も集中力も気力も何もかも奪われて生きる子どもの姿が見える。世界一寂しい(29%)、自尊心が低い(57%)日本の子どもである。

▶映像メディアとの長時間接触の弊害

親子の絆や人間としての基本的自尊心の形成に影響を与えるだけでなく、睡眠障害さらに脳の疲労「慢性疲労」をつくりだす。人間の子どもは、目をかち合わせての直接的な人間コミュニケーションの中で、「真似る」本能を駆使し、大人になるための土台(笑顔、心、言葉)を獲得する。「野生児」は、「まなざし」のない世界で育てられて人間の子どもであるが、その子どもには笑顔がなく、視線を合わせず、言葉もきわめて乏しく、泣かず、レベルは別として、TV・ビデオ・ゲーム漬けの子どもの特徴に合致する。メディア漬けの子どもの最大の特徴は、その子の描く絵に登場する「顔なし・人間の記号化」である。現実世界を見ていない、家族や友だちの姿も顔をみていない、会話がないことを意味し、当然、言葉の問題を抱えている。家族との会話のない子どもの自尊心は決定的に低い(100%)。

▶不適切な養育環境は脳を変える

2011年の東日本大震災(原発事故)後、幼児の発達の問題が急増し(南相馬市:2014年)、岩手・宮城・福島3県では10%から36%へ増加(2018年)と報告されている。不自然な不適切な養育環境は、人間の子どもの成長発達に影響を与えることを強く警告している。スマホなどの映像メディアは、便利でおもしろいものではあるが、長時間使用が「周囲への無視・無関心」や「逃げ場」での時間浪費が寂しさを助長し、現実体験を削ぎ落とし、大人になれない問題をつくりだしている。それ以上に、親子の絆や自尊心の形成を阻害することが、未来への大きな警鐘として鳴り響いている。

▶映像メディア・スマホ依存は赤ちゃんの時から

3歳児からの「お母さんのスマホになりたい」というメッセージが強烈に炸裂する。依存とも言いかえられる、スマホ片手の「ながら授乳」(育児)が90%という時代である。私たちには「ゲーム・スマホ依存」の始まりが“赤ちゃんの時”である認識が求められる。江戸時代には「悪いものを見せなくて、素直に育てる」子育ての知恵があったように、私たちは現代の養育環境を直視し、考え、判断し、行動することが求められている。大人の30%は「依存になる」心配をしつつ、機嫌がよくなる、保育者の手から離れるなどを理由に、「依存」の実態を知らぬまま、赤ちゃんにスマホなどを気軽に手渡している(50%)。依存が進行した或る日、年齢相応の自制心を失い「きれて暴れる」、あるいは「人間の大人になれない」問題(家庭・社会崩壊)に突き進む危険を知らぬまま、無視・無関心を装っている。大人になれない(働くことができない)大学生がこの8年間(2016年)で約20倍まで急増したが、その背景には不適切な養育環境(長時間のパソコン・スマホ使用など)の弊害があると考えられる。WHOは2018年6月18日に「ゲーム(スマホ)依存は精神疾患」と認定し公表したばかりである。

*参考:メディアにむしばまれる子どもたち~小児医からのメッセージ(教文館)2015.

