

こころの天気図

第6号

令和元年8月27日(火)発行
敦賀気比高校・同付属中学校 教育相談室
メールアドレス sodan@tsurugakehi.ed.jp



事実(結果)と向き合ってみよう

皆さん、今年の夏休みはどうでしたか。

皆さんは今、これから始まる「気比校祭」に向けて、大忙しなのではないかと思います。また、夏休みという自分自身を見直す時間を持たせたことで、今までやったことのないことにも挑戦しようという「やる気」を持って行動を始めた人もいると思います。

こうした皆さんの姿を見ていると、普段の授業では見られない積極的で創造的な姿（これは、これからの学校教育で目指そうとしている「主体的、対話的で、深い学び」を実践している姿）であり、非常にうれしくも頼もしくも思え、同時に、これから始まる授業でもこのような姿であってほしいと願ったりもしています。

ところで、**1学期の終業式で校長先生がされたお話を覚えていますか。**

一言でまとめるならば、「**スマホとのつきあい方を見直してみよう**」ということだったと思いますが、皆さんは夏休み中に見直せましたか。

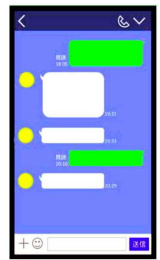
校長先生のお話の内容は、平成30年12月発行の『保健だより』でも触れていますので、すでに知っていたという人もいるかも知れませんが、多くの人は初耳でしょう。そして、「へ～、そうなんだ」と思った人がいたかも知れませんが、反対に「そんなことはない」と疑った人もいたのではないかと思います。

ここで皆さんに訴えたいことは、「**正しいことは信じるべきだ**」ということです。

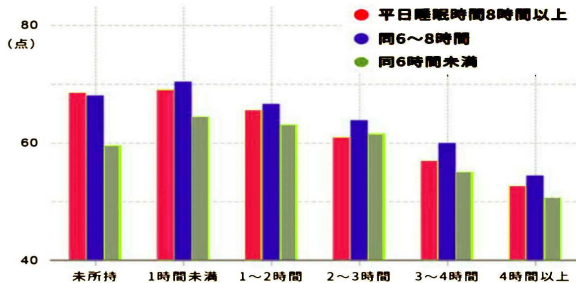
ただ、話された内容とは異なる意見を持つ人は、例えば「これをする事で私は気分転換ができています。」とか、「これを通して、多くの人と上手にコミュニケーションがとれている。」といった感情的な反対意見を言ったりします。

ここで**重要なポイントは、与えられた情報が正しいのかどうかを確かめる**という点でしょう。

校長先生のお話でいえば、「**いくら勉強しても、スマホを長時間使用すると成績が下がる**」という事でしたが、それがはたして本当のことなのかということです。

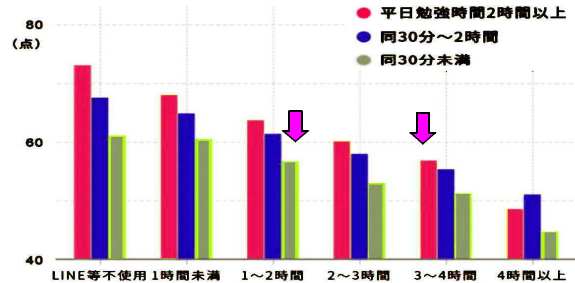


■ スマホの使用時間と数学のテスト結果の関係
睡眠時間が長くてもスマホの使用で学力は低下



(注) 仙台市の中1~中3の生徒22439名(うち未所持8517名)を対象に実施(出所)平成26年度仙台市生活・学習状況調査解析結果より

■ LINE等の使用時間と数学のテスト結果の関係
勉強時間が長くてもLINE等の使用で学力は低下



(注) 仙台市の中1~中3の生徒22439名(うち未所持8517名)を対象に実施(出所)平成26年度仙台市生活・学習状況調査解析結果より

上のグラフは、東北大学の川島先生のグループが、宮城県仙台市の公立中学校に通う2万人余の生徒に対して行ったアンケートの結果です。

左側の「スマホの使用時間」を見ると、スマホの使用時間が長いほど成績が下がる傾向が見られますが、1時間未満の使用者の成績が1番良いようです。

これは、「学習アプリ」などを活用しているからではないかと考えられます。

そこで、学習に関係ないものだけ、具体的には「LINE等の使用時間」に注目して分析したのが右側のグラフになります。このグラフの ↓ で示したところ、つまり「平日30分未満」しか勉強しない生徒でLINEを「1~2時間」使っている生徒の成績と、「平日2時間以上」の勉強をしているがLINEを「3~4時間」使っている生徒の成績を比べると、ほぼ同じなのです。

このことは、**LINE等を1時間すると、1時間分の学習内容を破壊している**ことを示しています。

あなたは、この事実を見て何を感じますか。そして、どのように行動したらよいと思いますか。

一度、ゆっくりと考えてみてください。

スクールカウンセリングのご案内

9月は、次の日程でスクールカウンセリングを行います。

気持ちが少し疲れて、誰かと話してみたいと思う人は、教育相談室まで申し出てください。

第1回 9月10日(火)

第2回 9月24日(火)

※ スクールカウンセラーの先生のご都合で日程が変更になることもあります。あらかじめご了承ください。