

少年

第420号(1) 令和3年3月(弥生)発行



山梨県警察本部
生活安全部 少年・女性安全対策課
甲府市丸の内1-6-1
055-221-0110 内線3082
少年対策官 山岸正人

心のあり方

3月になり、今年度も終わりを迎えようとしています。この1年は、コロナ禍で学校行事や部活動が大きく制約され、思い描いていた学校生活にならず、悔しい思いをしたかもしれません。そんな中、気づかされることもありました。「学校に登校する」「友達と一緒に過ごす」「部活動をする」…。今まで当たり前と思っていたことがけつて当たり前ではないということ。当たり前陰には、私たちを支えてくれる人の存在があること。

家族、友達、先生、学校…、そしてコロナ禍の中、最前線で働く人たち。

「ありがとうございました」。節目となる今だから、心からの感謝の気持ちをしっかりと伝えていきたいと思ひます。

やればできる

心理学では何かを取り組むときの意識として、「硬直マインドセット」と「しなやかマインドセット」の2つが存在すると考えられている。マインドセットとは信念、価値観のこと。

こんな実験がある。コンピュータの短期訓練。受講者の半数には「上達するかどうかは生まれつきの能力による」と繰り返し告げ、残りの半数には「練習しただけでどんどん上達する」と告げた。それぞれのマインドセットが定着したところで訓練に入った。

技能に関する自信の程度を調べたところ、スタート時には両グループで差は見られなかったのに、終了時には大きな差が生じていた。「練習しただけで上達する」と言われた受講者は学習すればするほど技能に自信をつけていき、どんなにミスをしてしても自信は損なわれなかった。ところが「生まれつきの能力による」と言われた受講者は、ミスを気に病んで学習するほどに自信を失っていったのである。

「硬直マインドセット」は人の能力は生まれもった時点で決まっておる。変化させることができないう考えである。結果がすべてであり、失敗は能力がないという思考があるので、チャレンジすることへの抵抗をもってしまう。チャレンジして失敗すると他のせいにして、自らの過ちを認めず、それによって自分自身を守ろうとしていく。

それに対して「しなやかマインドセット」は、人は努力によって成長できる、という考えだ。課題や壁に直面したときに自分を成長させるチャンスだという思考なので、柔軟に立ち向かっていく。当然ながら、しなやかなマインドセットの方が自分自身を成長するために努力することができる。

つまるところ、自分の心の持ちよう、未来は大きく変わっていくということである。結果や他人の評価を気にするのではなく、学ぶことの過程を重視し、人は努力次第でどこまでも成長できるという、信念をもつことが大事なのだ。

「人は挑戦し、失敗して成長する」。

自分を成長させるチャンスは日々の生活の中にある。自分にこんな問いかけよう。「今日は何んな学習と成長のチャンスがあるだろうか?」。そして、チャンスを見つけたら「いつ、どこで、どのように実行しようか」当然、壁に突きあたり、失敗もする。

「どのように新たな計画を実行しようか」どんなに落ち込んでいても、行動に移すことが肝心。やればできるのである。

出典:キャロル・ドウェック「マインドセット」草思社

「結果ではなく、努力や過程をほめる」マインドセットは周りの人のかかわり方が大きく影響を与えるとのこと。心がけたいと思ひます。

ゴールか、スタートか

本来、「スタート」であるはずのものが「ゴール」となってしまうのはよくあることです。

例えば、スポーツをやっている人であれば、一度は夢見るプロスポーツの世界。実際、プロ選手になれる人数は、毎年、野球では平均85名、サッカーでは、平均200名程度。

そんな厳しい世界でも「プロになっただけで満足してしまう」選手がいて、こうした者はそこから伸びなくなってしまうといひます。プロに入るような選手は皆、何か「良いもの」を持っており、小さな頃からプロになることを目指して頑張りつづけています。それだけに「プロになる」ことは「夢を叶えた」ことになるわけですが、そこで満足するのはではなく、そこをスタート地点として、新たな決意でまた努力を重ねることが大切になります。

困難や挑戦すべきことに出会い、それを乗り越え、新たなスタートをきる4月。

成長していくうえでの大敵は「妥協」することであり、「満足」することです。常に自分を客観的に見つけ、「まだまだ」と妥協せず謙虚に努力してこそ、人は成長し続けることができるのです。人生のゴールは誰にとっても遥か先にあります。

節目 ～思いを新たに～

東日本大震災から10年。2万人近くの人々が突然、別れを告げられないまま時間の流れを断ち切られました。日本では震災後も各地で地震や豪雨といった災害が起き、その度に大きな被害が繰り返されています。被災地から離れた地域では、震災や復興が他人事になっているとの声もあります。

私たちは、避難生活、復興など今も続く問題に改めて目を向けるとともに当たり前前の月日の尊さと、昨日までの無事が今日の安全を保証してくれないことを忘れずにいたいと思ひます。

春休みの少年非行防止に努めよう



卒業、進級、進学、就職……「春休み」は、少年の生活環境が大きく変わる時です。新しい生活への期待感、不安感、そして開放感が交錯する中、ともすると生活のリズムが乱れがちになります。飲酒、喫煙等の不良行為、さらにはSNS利用によって被害に遭う少年も少なくありません。家庭、学校、地域が連携し、少年の非行等の防止に向けた取組を推進していきましょう。

【家庭で】

- 規則的な生活習慣
- 小さな変化を見逃さない
- 子供との会話
- 学校からの注意事項の確認
- スマホに振り回されないルールづくり

【学校で】

- 不良行為防止のための事前指導
- 家庭及び関係機関との連携
- ネットモラル、マナーに関する指導

【地域で】

- あいさつ運動
- 安全に関わる情報を共有し、迅速な対応
- 関係機関と協力し、有害環境の浄化

「春のあんしんネット・新学期一斉行動」実施

近年、青少年のスマートフォン等のインターネット接続機器の利用が急速に進んでおり、多くの青少年がSNS等を利用するようになってきました。

一方、こうした機器の長時間利用による生活習慣の乱れや不適切な利用により、思いがけず他人のプライバシーを侵害してしまったり、青少年が犯罪の被害者や加害者となってしまうケース、SNSを利用した誘い出しにより、青少年が犯罪被害に巻き込まれる事案等、深刻な問題も発生しています。

未来を担う青少年がこのようなリスクに対する適切な対応を理解した上で、スマートフォンやSNS等を正しく利活用できる環境を整えることが非常に重要となっています。

保護者が知っておきたい4つの大切なポイント

Point① 時間の長さだけでなく中身に着目

何にどのくらいいつかっているのかを、一緒に確認しましょう

学習での活用も増え、子供のインターネット利用時間はより一層長くなっています。「いつまでやってるの!？」と頭ごなしに叱らず、子供がどんな使い方をしているのか、内容と時間を把握することが大切です。

Point② ゲームプレイは“個”から“グループ”へ

保護者と一緒にプレイしなくなる時期こそ、しっかり見守る

一人で、リアルな友達と、ネット上のグループで協力しながら等、ゲームは多様な遊び方があります。高額課金やID乗っ取り等のトラブルだけではなく、誘う・誘われない、アイテムをもらった・もらわなくてもめたり、一人抜けできず長時間プレイになったりといったことも生じています。また、プレイ中のチャットや音声でのやり取りから、個人情報が出たり、誘い出しのきっかけになってしまうこともあります。保護者は、子供がどんなゲームをしているか知っておくとともに、対象年齢に達しているかを確認したり、スマホやゲーム機のペアレンタルコントロール機能を活用したりして、子供の安全利用を見守りましょう。

Point③ SNS等でのいじめや誹謗中傷、どう対処すべき?

相談しやすい親子関係をつくり、話はじっくり聞いてあげる

子供が一人で悩みを抱えないためにも、普段から「困ったら何でも相談にのるよ」と声かけをしましょう。そうすると子供は相談しやすくなります。

相談されたときには、子供の話をじっくり聞いてあげてください。保護者が大騒ぎしてしまうと、相談しにくくなってしまいます。じっくり聞いたうえで「どうしたい?」と聞いてあげましょう。

Point④ 動画や写真は危険がいっぱい

動画や写真の投稿で注意すること

面白がって撮ったり、友人・知人の情報が含まれるものを投稿することで、不快感やトラブルを生むこともあります。どんな投稿がトラブル原因になるか親子で考えてみましょう。

写真や動画の投稿サービスやアプリの多くは中学生以上が対象。年齢に満たない子供の投稿は、保護者のアカウントで一緒に行うようにしてください。