

## 中高生の生活習慣や生活実態、意識について

### 1. 「まじめ化」が進む？

#### ①「全国学力・学習状況調査」の結果から見える傾向（中学生）

##### 1) 学習面

- ・学習時間の増加（特に休日）
- ・宿題の実施、復習の実施

##### 2) 生活面

- ・朝食を「毎日食べる」、決まった時刻に就寝する割合の増加
- ・起床時間、就寝時間の早まり（早寝早起き）

##### 3) 親子関係や規範意識

- ・「家の人と学校での出来事については話をする」割合の増加
- ・「家の手伝いをする」割合の増加
- ・「学校の規則を守っている」「いじめはいけないことだと思う」割合の増加

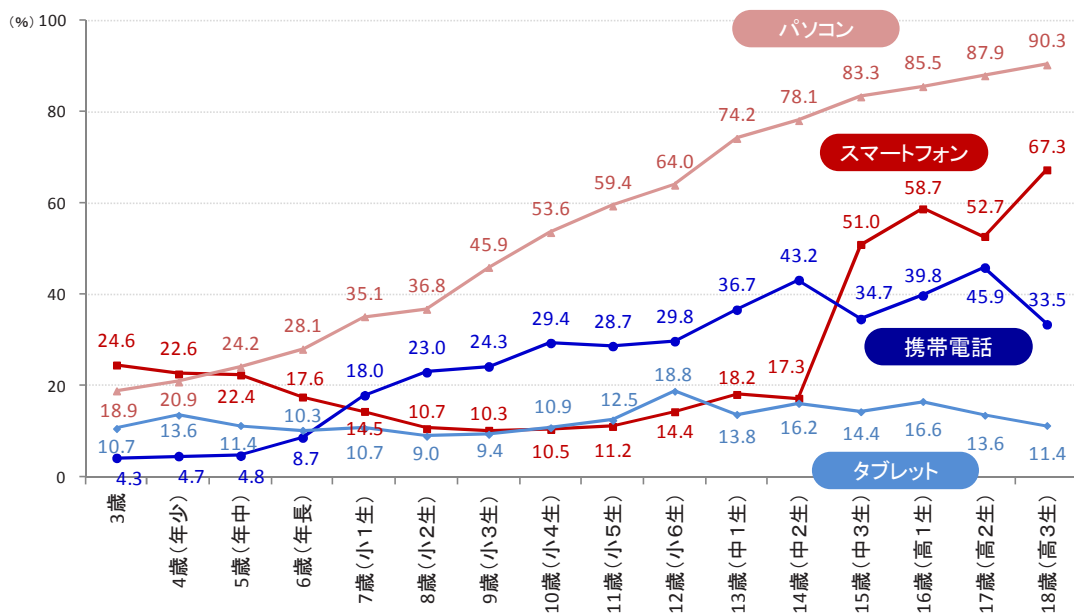
### 2. 情報環境の変化

#### ①携帯情報端末の急速な普及

##### 1) 所持率

- ・「携帯電話」＋「スマホ」の所持率は、小学生3～4割、中学生5～6割、高校生9割以上

図1：子どもが利用しているメディア \*ベネッセ教育総合研究所「学校外の学習活動に関する調査」2013年



## 2) 使い方の問題

- ・厚生労働省：「スマホ」のネット依存＝中学生 6%、高校生 9.4%

## ② 携帯情報端末の使用がもたらす直接的な問題

### 1) 身体的な影響の懸念

- ・目が悪くなる、疲れやすくなる

### 2) 友達関係への影響

- ・「楽しい」「繋がっている」「居心地がいい」
- ・一定の心理的負荷

### 3) プラス面の考慮

- ・情報活用力、スキマ時間の利用、余暇活動（気分転換）

## ③ 携帯情報端末の使用がもたらす間接的な問題

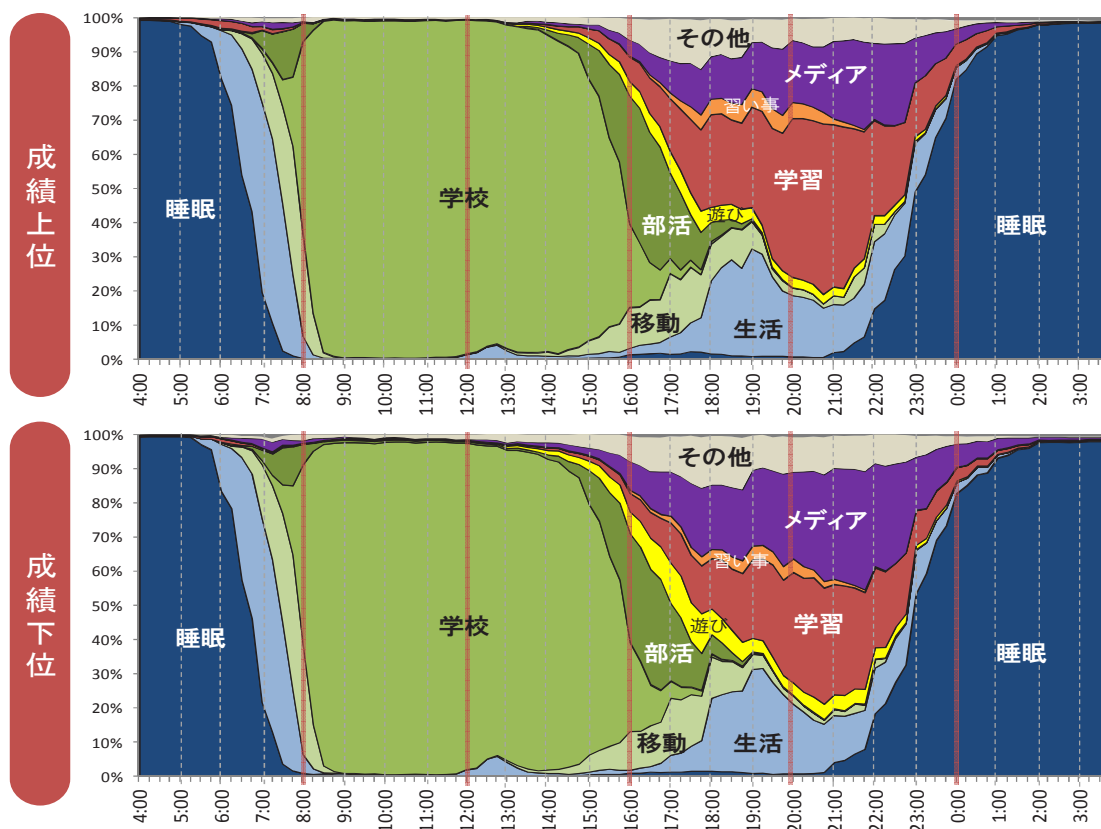
### 1) 生活時間への影響

- ・学習時間への影響（メディア利用時間と学習時間は逆相関の関係）
- ・1次行動（睡眠、食事など）への影響

### 2) 「時間の使い方」についての子どもによる違い（格差）

- ・メディアの利用時間をコントロールできる子／できない子

図2：中学生の生活時間（成績別） \* ベネッセ教育総合研究所「放課後の生活時間調査」2008年

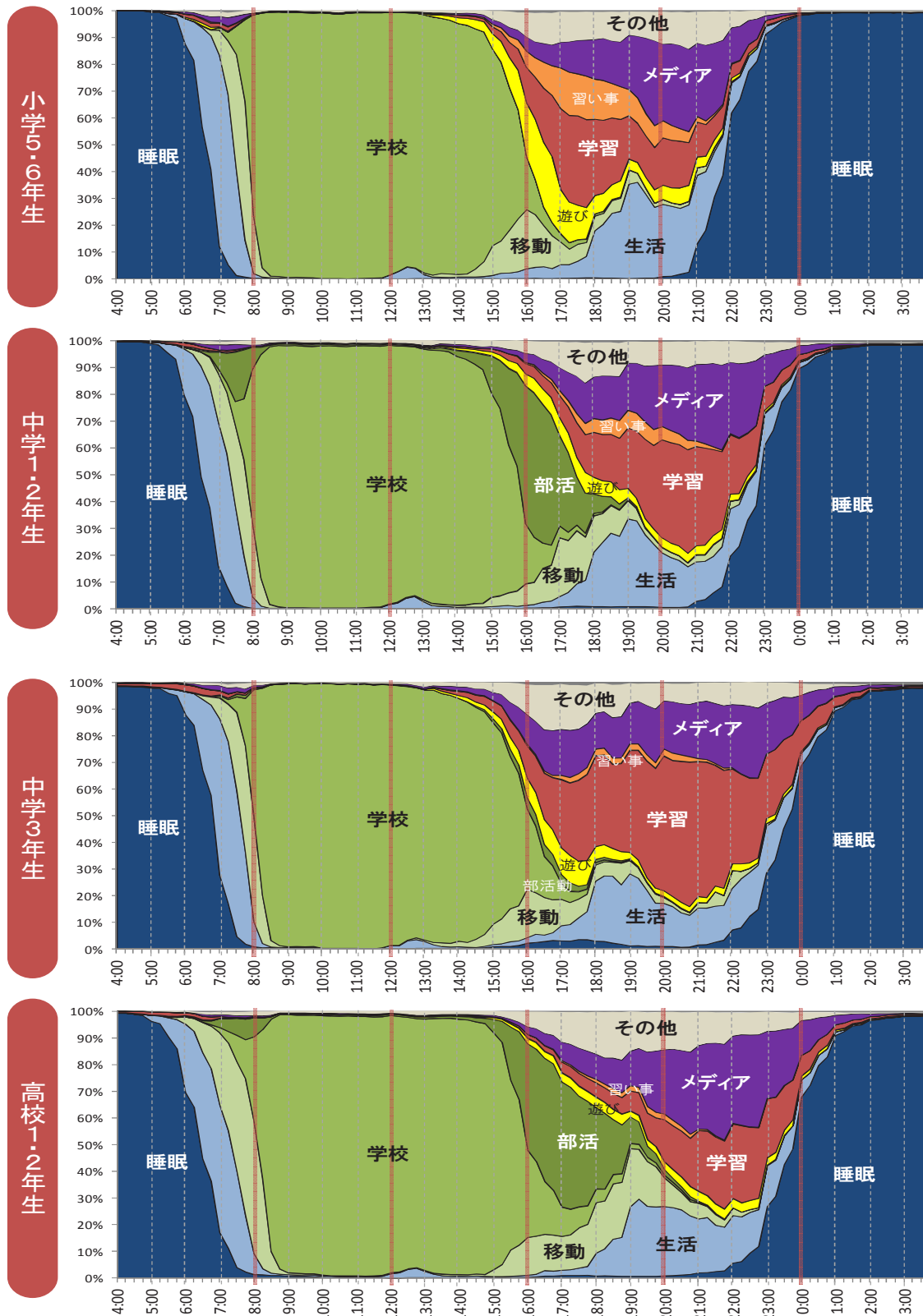


### 3. 中高生の難しさ

#### ①生活時間の変化

・小学5・6年生→中学1・2年生→中学3年生→高校1・2年生

図3：子どもたちの生活時間 \*ベネッセ教育総合研究所「放課後の生活時間調査」2008年



## ②学習の悩み

- ・「勉強しようという気持ちがわからない」
- ・「どうしてこんなことを勉強しなければいけないのかと思う」

## ③自身のなさ

- ・「自分はダメな人間だと思ふことがある」

## 4. ゴールは自立

### ①主体性／自律性の問題

- ・少子化によって以前よりも手をかけられる子ども（家庭も学校も）
- ・一見すると問題が少なくなった（と思われる子どもたち）
- ・手をかけ過ぎることの負の側面を考慮すべき

### ②3つの自立

- ・身辺的自立、経済的自立、精神的自立
- ・生活のコントロール⇔高い能力⇔個の確立と他の尊重
- ・周囲と協調しながら、個を確立し、生活をコントロールする力を育てる必要がある

## 5. 検討課題

- ①生活をコントロールすることの重要性を中高生（その保護者）がどう認知するか
- ②子どもはどのような方法で主体的に生活をコントロールする力を獲得すればよいか
- ③保護者は子どもにどうかかわるか（発達段階の考慮、徐々に手を離す必要）
- ④格差に対する配慮をどうするか（情報が届きにくい家庭をどうするか）

### 【参考】

「生活をコントロールする力の大切さ—中高生が「自立」していくうえで考えるべきこと」

<http://berd.benesse.jp/shotouchutou/opinion/index2.php?id=2574>

以上