

5 「バズりたい」子どもの承認欲求とどう向き合うか

「いいねが欲しい」「バズりたい」—そんな言葉を子どもが口にするのは、今や珍しくありません。SNSの世界では、注目されることが“価値”として扱われがちで、子どもたちもその波に自然と巻き込まれています。けれども、承認欲求が過剰になると、危険な投稿や無理な行動につながることもあります。保護者として、どう向き合えばよいのでしょうか。

まず理解しておきたいのは、「承認欲求」は誰にでもある自然な感情だということです。特に思春期の子どもは、自分の存在を認めてもらいたいという気持ちが強くなります。SNSはその欲求を手軽に満たせる場であり、投稿に対する反応が“自分の価値”と直結してしまうこともあります。

だからこそ、保護者ができるのは「SNS 以外の承認の場」を家庭の中に作ることです。日常の中で「頑張ったね」「あなたらしくて素敵だね」と声をかけることで、子どもは自分の価値を SNS の反応だけに頼らずに済むようになります。小さな努力や個性を認める言葉が、子どもの心を支えるのです。

また、SNS での投稿について子どもと話し合うことも大切です。「どんな投稿がバズると思う?」「それって誰かを傷つける可能性はない?」といった問いかけを通じて、子ども自身が考える力を育てましょう。禁止するのではなく、一緒に考える姿勢が信頼関係を深めます。

「バズる」ことは一時的な注目にすぎません。子どもが本当に求めているのは、安心して自分らしくいられる場所です。家庭がその場所であるように、保護者としてできることを少しずつ積み重ねていきましょう。

6 “推し活” と SNS 投稿：子どもの熱中と情報リスク

近年、子どもたちの間でも「推し活」が広がり、アイドルやアニメキャラクター、YouTuber などへの応援が日常の一部になっていることもあります。SNS では「推しの画像を共有したい」「ライブの感想を発信したい」といった投稿が盛んですが、そこには情報モラルの視点から見過ごせないリスクも潜んでいます。

まず注意したいのは、無意識のうちに個人情報が漏れてしまうこと。たとえば、ライブ会場で撮った写真に写った制服や顔、チケットやグッズの画像から居住地や学校が特定されることもあります。推しへの熱中が高まるほど、「誰かに見てほしい」「共感してほしい」という気持ちが強くなり、投稿のハードルが下がってしまうのです。

また、SNS 上で同じ推しを応援する仲間とつながることは楽しい反面、トラブルの火種にもなり得ます。価値観の違いや言葉の行き違いから、誹謗中傷や仲間外れが起きるケースもあります。特に未成年の子どもは、感情のコントロールや言葉の選び方が未熟なため、意図せず加害者・被害者になってしまうこともあります。

保護者としてできることは、まず「推し活」を否定せず、子どもの気持ちに寄り添うこと。「どんなところが好きなの?」「どんな投稿してるの?」と興味を持って聞くことで、子どもは安心して話せるようになります。そして、「投稿する前に確認する習慣」や「個人情報を守る意識」を家庭で育てていくことが大切です。

推し活は、子どもにとって大切な自己表現のひとつです。だからこそ、安心して楽しめる環境づくりが必要です。子どもと一緒に、SNS との上手な付き合い方を考えてみませんか。