



SNSから自由になるために

高橋 暁子
たかはし あきこ

目標

- さまざまな種類の文章を構成する情報を整理し、それぞれの特徴を理解する。
- 文章の目的の違いを理解し、SNSの効果を考えたり、小説を脚本に書きかえたりする。

SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）

とはなんだろうか。SNSとは、一言でいえば、インターネットを通じて、人と人をつなげるコミュニケーションツールだ。友人の新しい一面を知って、出会い直しができることや、知り合ったばかりの人とつながることで、知り合ったばかりの人とつながることも、共通の趣味・関心をもつ者どうして新たにつながることも、一目、よいところばかりのようだが、実際はさまざまなトラブルも起きている。

SNS上でトラブルが起こりやすいのは、SNSが文章や写真を中心に行われるコミュニケーションツールだ

からである。

一般的には言語による情報よりも、口調や話す速さ、見た目や表情、身振り手振りなど、言語以外で伝わる情報のほうが多いといわれている。例えば、「嫌い」と言われた場合、「嫌い」という言語情報よりも、相手の表情や口調などから、本当に嫌いなのか、それとも相手が好意の表れとして、あえてその言葉を口にしたのかを区別するということが、日常でも声が聞こえない手紙では伝わりにくいと感じた経験はないだろうか。

さらに、SNSでは、極端に短い文や写真でコミュニケーションされる。そのため前後の文脈がわからず、

*チャットのようなスピードで時間をあけずにやりとりされるため、感情的にもなってしまう。トラブルになりやすいのは当然といえるだろう。

SNSは電話やメールのように一対一ではなく、一対多でやりとりされる。伝えることが目的というよりも、つながること自体が目的となる。「人とつながりたい」という社会的欲求や、「他人に認められたい」という承認欲求を満たしてくれる。と同時に、他者と比較することと落ちこんだり、使い続けなければ仲間はずれにされたりする恐怖とも表裏一体である。

では、トラブルを避けるためにはどうすればよいだろうか。

まずSNSは多くの人が見る公の場であることを常に意識することだ。気軽に書き込んだことも炎上につながることや、友達との仲が壊れてしまうこと、自分の人生を棒に振ってしまふことがある。誰かが不快に思う可能性があることは決して書かないことである。

また、SNS内の行為を気にしすぎないことである。

つながっていることが友達という意味ではない。承認欲求に振り回され、他人が期待する自分を演じ、他人から求められるとおりに返事をしないことである。

自由がうたわれているはずのSNS。しかし、SNSに振り回されている状態は不自由であり、自分の人生を生きられない。SNSはあくまでもリアルな世界を補完するコミュニケーションツールである。リアルな生活や人間関係が第一であり、それにマイナスになるようであれば利用すべきではない。自由な立場でSNSを利用するためにも、「どうやってうまくつき合っていくのか」を意識することが、大切なのではないだろうか。

*チャット P.87上

インターネットなどで、リアルタイムにメッセージをやりとりすること。



高橋 暁子

福島県に生まれた。ITジャーナリスト。

著書に『子どもにケータイもたせていいですか?』『ソーシャルメディア中毒』などがある。

《出典》本書のために書きおろしたものである。

