

## もう一踏ん張り!!!

### 未来の自分に叱られる?!

学年末考査も残り僅か。今回は計画的に準備が出来ただろうか。前回の試験が終わった後に「次は頑張る」と反省し決意、「今度こそは2週間前から毎日やろう」と反省し決意…。そう思っていた人は少なくないのでは?なのに、もうすでに後悔している? なんてことはないことを願っています…。



試験が近づき、「勉強しなきゃ」と思っていると自分の机の片付けや部屋の片付けを始めてしまう。しかもいつもより念入りに。とか、普段はあまり読まないような小説を読みたくなる。こんな経験はないだろうか。これは、不安や罪悪感から自分を守るための「防衛機制」といわれるもの。(防衛機制の中でも代償という行為です。現代社会の授業でやったのを覚えていますか?) 学ぶことって本当に価値あることなだけけれども、何故か「勉強する」とことというのは辛いこと、厳しいことのように感じる人が多いですね。

「勉強」という言葉にはこんな意味があるのを知っていますか?

勉強とは、学問や技芸を学ぶこと。経験を積んで学ぶこと。商品を値引きして安く売ること。物事に精を出すこと。努力すること。なんだそうです。

「勉強」の由来はというと、

勉強は「勉(つと)め強(し)いる」で、本来は気が進まないことを仕方なくする意味。商人が頑張るって値引きする意味の「勉強」は学問や技芸を学ぶ意味の「勉強」よりも古く、江戸時代から使われている。明治以降、知識を得るために努力することが美德とされるようになったことから、「学習」とほぼ同じ意味で使われるようになった。つまりは、自分のためになることを大変ではあるけれども努力する。という意味なんだとか…。学ぶことが権利として多くの人々に認められた時代から、勉強するのは大変なんだって思われていたんですね。大変だけど頑張ろう、それが「勉強」



もうひとつ、よくありがちな考え方や行動に「未来の自分に押しつけ型」があります。これは、とってもありがち。同じように試験勉強を目の前にした状況を想定してみるとこうなる。「試験に向けて勉強しなければ」と思っ

ている。でも、やりたくないとも思う。自分の中には強めの葛藤が…。そこに、こんな自分の声が聞こえてくる。「よし、明日から頑張ろう。明日は今日の分も含めてたくさん頑張ろう!」この時の気持ちはどうな感じだと思います? 不思議なことに、今日やらなければならないことを明日に先送りしたことの罪悪感はあまり感じないそうです。それよりも、「明日頑張る決意をした」という自分に精神的な満足感を感じる人が多いとか…。そして、実際に次の日に決意した通りに頑張れるかということ…。なかなか、思ったようには出来ないものです。



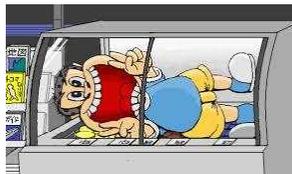
今の自分ではなく、未来の自分は頑張れると思う。これでは、今の自分は楽できるけど、押しつけられた未来の自分はたまったものではありません。こんな「未来の自分に押しつけ型」の思考になることはありませんか? 未来の自分に「ごめんなさい」と言わなくても良いように!

明日からではなく、今日から頑張ろう! 何事もですよ。

# バカッター、バカスタグラム、バカボン??

～SNSを考える～

SNSの不適切動画が話題になることが多い。最近話題になったものだけでも、牛井店のアルバイト店員が氷を床に投げつけ、調理用のお玉を股間に当てる。コンビニの店員は商品のおでんを箸で食べながらはしゃぎ、別の店では舐めた商品をレジ袋に入れる。回転寿司チェーンでは、わざとゴミ箱に捨てた魚をまな板に戻す。JRの線路上に立ち入った少年が線路上でダンスを踊る…。内容はあきれものばかりだ。ただ、マスコミで話題になるものは企業に関するものが多い。それは、反響の大きさもあるだろうが、企業に与える影響や社会的反響が大きいからだろう。謝罪、営業の自粛・停止、集客数の減少、企業のイメージダウン等々、企業に与える損失は非常に大きい。あるいは、誰もがやらないような限度を超えることへの挑戦も多い。立入禁止の危険な場所での撮影や、明らかに法律に違反するような行為などだ。そして、そのどれもが「冗談では済まされない」ような内容である。



職場での軽はずみな行為に対する責任は、当人の解雇に留まらず損害賠償請求までおきている。解雇、損害賠償、検挙…。さらには、危険な内容の写真や動画の撮影のために命を落としている人が年々増加しているのは残念でならない。

それだけの代償を払うのがわかっていながら、なぜ不適切動画の投稿が後を絶たないのか? ネットの世界で繰り返されるこうした動画や写真の投稿は、「評価される」「認められる」という欲求がなせる業だといわれている。しかも、そうした行為に及んでしまった人々は、特殊な人物かという、必ずしもそうではない。彼らの多くは、ときどき悪のりすることがあるものの、ふだんはどちらかという人のよいお調子者だ。過激な「おふざけ」動画を投稿してネットを炎上させた経験があるという学生は、「軽いノリで投稿したらおもしろがられ、期待に応えようとだんだんエスカレートしてしまった」と語っているという。昨年、高速道路を280キロで暴走して書類送検された男性も、過去に何度も暴走動画をアップしていて、それがエスカレートしたと話している。

つまりは、不適切動画に結びつく原因は「特殊な人々だから」ではなく、SNSを利用している多くの人々にあり得るということだ。「いいね!」と注目されたいとか誉められたいという欲求が自分の倫理観を超えてしまう。でも、その失敗の代償はあまりに大きい。みんなには決して同じ失敗をしてほしくないと思う。

次に、こうした考えはどうだろうか? 不適切動画といわれる行為を動画として配信しなければどうなったか? もしかすると、彼らの行為は職場の上司や先輩から「バッカモン!」と叱られる「悪ふざけ」で済んだものもあるかもしれない。だとすると、SNSの影響力の大きさに驚かされる。そもそも、「SNS」とはネットによって社会がつながりを広げていくことを意味している。SNSの世界は、特定の人間にしか見えない世界ではない。いまやSNSの世界は現実の社会と匹敵する。従って、そこには道徳や倫理観が必要なんだ。

それが、これからみんなが生きていく社会には決して欠かせないものではないだろうか。



## ☆ 来週の予定 ☆ 時間割を記入しよう

	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時	7校時	行事等
2/25 月								学年末考査③
2/26 火								学年末考査④
2/27 水								
2/28 木								卒業式設営、予行 12:00頃下校予定
3/1 金	卒業式							1年生の登校はありません

くら寿司（回転寿司）、すき家（牛丼店）、セブン-イレブン、ファミリーマート（コンビニ）、ビッグエコー（カラオケ店）と大手チェーンが相次いで謝罪に追い込まれたアルバイト店員による「不適切動画」の SNS 投稿。企業側も法的措置を検討するなど、もはや悪ふざけの代償は小さくない。同志社大学政策学部教授の太田肇氏が、不適切動画を投稿する若者たちの実像に迫る。

\* \* \*

牛丼店のアルバイト店員が氷を床に投げつけ、調理用のお玉を股間に当てる。コンビニの店員は商品のおでんを箸で食べながらはしゃぎ、別の店では舐めた商品をレジ袋に入れる。回転寿司チェーンでは、わざとゴミ箱に捨てた魚をまな板に戻す。JR の線路に立ち入った少年が線路上でダンスを踊る……。

ふざけた動画を自らインターネットにアップし、炎上させる行為が止まらない。いや、それどころか報道が火に油を注ぐような形で加速しつつある。

投稿者は仕事をクビになり、多額の損害賠償を請求されたり、刑事告訴されたりするケースも出ている。そうなれば、ネット上で名前や身分をさらされ、社会的に大きな痛手を負う可能性もある。それだけの代償を払うのがわかっているながら、なぜ不適切動画の投稿が後を絶たないのか？

ネットの世界で繰り返されるこうした動画や写真の投稿は、人間の「承認欲求」がなせる業だといわれている。おかげで承認欲求はちょっとした流行語にもなった。たしかに、“バカッター”と呼ばれる彼らの行動が、屈折した承認欲求からきていることは否定できないだろう。

しかし、彼らが「目立ちたい」「注目されたい」という承認欲求が異常に強い、特殊な人物かということ、必ずしもそうではない。問題を起こした張本人や彼らを知る人たちの口からは、想像するイメージからはちょっと違う人物像と、意外な心理状態がしばしば見えてくる。

彼らの多くは、ときどき悪のりすることがあるものの、ふだんはどちらかということのよいお調子者だ。過激な「おふざけ」動画を投稿してネットを炎上させた経験があるという学生は、

「軽いノリで投稿したらおもしろがられ、期待に応えようとだんだんエスカレートしてしまった」

と語っていた。昨年、高速道路を 280 キロで暴走して書類送検された男性も、過去に何度も暴走動画をアップしていて、それがエスカレートしたといわれる。

#### ◆「期待に応えなければ」という気持ちがエスカレート

最初は「目立ちたい」「注目されたい」という能動的な気持ちで投稿していたのが、いったん注目されると期待値が上がり、だんだんと期待に応えなければならないという受動的な心理で投稿するようになるのだ。

Twitter や Instagram で「いいね」をもらうため、高価なアイスクリームやチョコレートを買ってほおぼり、写真を撮ったらすぐに捨ててしまったり、動画を撮るために数十万円も使って海外旅行に出かけたりする人がいる。また友だちと盛り上がっているように装うため、一緒に飲んだり食事をしたりしてくれる「友だち代行」のサービスもけっこう繁盛しているらしい。

これらも「“リア充”と認めてもらわなければいけない」「みじめに見られたくない」という受け身の承認欲求からきている。スリムな自分の写真をアップして、「いいね」をたくさんもらったことがきっかけでダイエットをはじめ、それが高じて摂食障害になるケースも少なくないそうだ。

#### ◆仲間からの承認を意識して書き込む人が多数

問題は、こうした「異常」なケースと「正常」な人との線引きが難しくなっているところにある。

中学生、高校生の間では毎日「いいね」の数ばかりが話題になっているとか、友だちが LINE に投稿したら間髪を入れず反応しなければならぬので疲れてしまったというような声も聞かれる。

私は昨年末、インターネットによるアンケートで、SNS を使っている人たち 409 人に意識調査を実施した。

「他人から認めてもらわなければいけないと思いつつ書くことはありますか」という質問を投げかけたところ、過半数（56%）の人が「しばしばある」または「たまにある」と答えた。

ちなみに「だれに認めてもらわなければいけないと思いますか」という質問には、「友だちや知人など」が 75%（複数回答）と圧倒的多数を占めている。多くの人が仲間から認められなければいけないと思いつつ SNS を利用している実態が浮かび上がった。

「他人から認めてもらわなければいけない」という一種の強迫観念。それが近年、学校や職場、友だちどうしなどリアルな世界でさまざまな問題を引き起こしている。そしていま、ネットの世界で一気に広がってきたのだ。その実態は拙著『承認欲求』の呪縛』（新潮新書）にも書いた。

#### ◆ SNS の「呪縛」から逃れるには

では、どうすれば SNS の呪縛から逃れることができるか？ ヒントになりそうな話がある。

スマホが普及してきてから、海外旅行に行ってもずっとスマホをいじりっぱなしで、観光地や食事内容を撮影して克明にアップし、友だちと連絡を取り合っている人が少なくない。帰国後に旅先での記憶はほとんど残っていないという人もいるくらいだ。

ところが中国に旅行すると、LINE や Twitter などほとんどの SNS が使えない。現地に到着してはじめてそのことを知って、うろたえ、パニックになる人もいるそうだ。

やむなく観念し、2 日目くらいになると、繋がらないことに慣れてくる。すると不思議なもので目にする風景、人々とのふれあい、体験がとても新鮮に感じられる。「これまで世界各地を旅行したが、これほど楽しい旅行は初めてだった」と振り返る女性もいた。

長く使っていたスマホが故障し、それ以来、SNS を利用する時間を決めてそのことを友だちに宣言したという人もいる。

SNSの呪縛は知らず知らずのうちに人と組織、そして社会を蝕んでいく。呪縛から逃れるには、このように強制的な状況を利用するしか方法がないのかもしれない。