

# 私の一冊

一般教育等 高田 佳輔 先生

ダナ・ボイド (著) 野中モモ (翻訳)  
『つながりっぱなしの日常を生きる—  
—ソーシャルメディアが若者にもたらしたもの』

小鹿図書館 367.6||B 69

この本は、私たちが普段なんとなく使っている SNS が、若者にとっては「便利な道具」以上の、居場所や生活そのものになっていることに気づかされる一冊です。大人はつい「スマホばかり」「危ない」「依存だ」と短く結論づけがちですが、本書はその一手手前で立ち止まり、若者が何を求め、何に疲れ、どうやって折り合いをつけているのかを、当事者の語りから丁寧に掬い上げていきます。

印象的なのは、SNS が「自由」と「不自由」を同時に運んでくる、という描き方です。友だちといつでもつながれる安心感は、学校や家庭で息が詰まるときの救いにもなる一方で、既読や通知、写真や投稿が生む「見られている感覚」は、自分が休みたいときにも休ませてくれません。だから若者は、鍵アカウントやサブアカ、投稿の消える機能、タグ付けの回避、スクリーンショットへの警戒など、小さな工夫を重ねて「誰にどう見られるか」を調整しようとしています。ここで問われているのは、若者が弱いからではなく、オンラインでは情報が残り、広がり、思いがけない相手に届いてしまうという環境の特性の中で、誰もが「自分らしさ」と「他者からの期待」のあいだを綱渡りしているという事実です。

さらに本書は、SNS の問題を個人の性格やモラルに押しつけていません。いじめや炎上、監視のしんどさは、技術のせいだけで起きるのではなく、学校文化、家庭環境、地域や経済の条件と絡み合って強まったり弱まったりするものと整理しています。「デジタルネイティブなら自然に使いこなせる」という神話も、本書では慎重に議論されています。若者は最初から扱うのが上手いわけではなく、失敗し、誤解され、時に傷つきながら、それでも関係を守るために学び直しています。だからこそ、ただそれらを「使うな」「気をつけろ」と言うのではなく、若者が安心して話せる場や、失敗しても立て直せる仕組みを社会が用意できるかが問われている、という視点から議論がされている点が大変素晴らしいです。

読み終えるころには、SNS をめぐる会話が少し変わるはずですが、自分のタイムラインやグループチャットを思い浮かべながら、「なぜ手放せないのか」「なぜしんどくなるのか」を言葉にしてみたくなるでしょう。そして、誰かを責めるためではなく、暮らしを楽にするための距離の取り方を考えたくなるでしょう。スマホ時代の若者を理解したい人はもちろん、「つながり」に振り回されがちな私たち自身の毎日を見直したい人にも、おすすめの一冊です。

