



精進



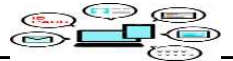
ネットトラブル・ネット依存症は他人事ではない



— 我が身のこととして考える —



現在ネットトラブル・ネット依存症が全国的に問題となっています。一見とても便利なスマートフォンですが、使い方を誤ると、時には人を傷つけてしまったり、自分自身が大きなトラブルに巻き込まれる可能性があります。同時に電車やバスの中、食事中でも歩きながらでもスマホを手放せない依存症の人が増えているという現状もあります。君たちはどうでしょうか？「使っているのか、使われているのか」分からなくなっていますか？両者は決して他人事ではありません。SNSはコミュニケーションツールであり、内輪の友達同士のおしゃべりの場ではなくソーシャルメディアです。とても便利なツールですが、反面、怖さは瞬時に不特定多数の目に触れ、さまざまなコメントが加えられて際限なく拡散してしまうことです。そして10年後も20年後も、その画像や発言はネット上に存在し続けます。だからこそ画像だけでなく、ネット上の発言には発信者の責任が伴うのです。本来コミュニケーションを楽しむためのSNSがイライラの原因になったら本末転倒です。両者は誰もが陥りやすいことです。決して他人ごとと考えずに我が身のこととして、今一度自分自身の使用の仕方を考えてみてください。ネットの特性とルールを十分理解した上で、人を傷ついたり、後々後悔することがないようにしてください。



ネットの特性と ネット上のルール

ネット上の誹謗中傷やいじめは犯罪です。そこに「いいね」と投稿するのも同じで許されることはありません。また、他人の画像や個人情報などを無断で投稿することも同様です。

- ① 一度ネットに投稿した画像や発言を完全に消すことはできない
- ② 投稿は瞬時に拡散し、回収は不可能
- ③ 実名が突き止められてネットにさらされる可能性がある
- ④ 巧妙な罠も仕掛けられている可能性がある

ネット上に投稿することが、時にはどんな深刻な事態を招くのかをよく考える。ネット上では直接会って話している場合と比べ、喜怒哀楽が激しくなる傾向があるので注意をする。特に、人に対する誹謗中傷は相手を深く傷つけます。

投稿してしまってからでは手遅れということも... 反響の大きさと重い代償に気づくのは、いずれもやってしまった後のことも...

ルール違反かどうかと同時に、それを見た人がどう思うかを常に考えて行動する。SNSは不特定多数が見ることができるソーシャルメディアです。

〈こんなことはないですか？〉

- ・ たくさんの人とつながっているのに孤独を感じる
- ・ タイムラインを見ると気持ちがざわつく
- ・ 何のためにこんなことをやっているのだろうと憂鬱になる
- ・ 自分が何を言われているのか気になってばかりいる

・ 同じ時間を過ごすのであれば、時にはスマホやネットから離れて読書をしてみてはどうでしょうか。その一冊で人生が大きく変わることも。大事なのが自分はどうありたいのかです。

◎スマホを使用するときは特に以下の5点をしっかり意識して、守るようにしよう!

- ① マナーや時間を守って使う (アフター10運動の遵守と依存症にならないよう、つながりすぎに注意!)
- ② 送って平気?送信前に見直そう (誹謗中傷やいじめは犯罪です 「いいね」と投稿するのも同じです)
- ③ 他人の個人情報 (写真を含む) も載せない、送らない! (悪用されてトラブルに発展することもある)
- ④ 出会い系等にはアクセスしない (警戒心が薄れてしまうことは非常に危険 事件に発展することもある)
- ⑤ 使用するなら将来のために賢く使う (利点を生かして道具として使う 決して使われないようにする)