■研究ノート

# SNSは人間関係を変えたのか？

正　木　大　貴*

SNSが飛躍的な進歩を遂げ、人と人とがつながる可能性は一気に広がった。それと同時にわれわれはコミュニケーションの困難を抱えるようにもなった。本論文は、SNSの進化とわれわれの人間関係のあり方がどのように影響を及ぼし合っているのかを明らかにすることを目的にした。

現代は、相手を傷つけたり傷つけられたりするリスクを回避するような表面的な人間関係が求められる。このような「無難な」人間関係にはメリットとデメリットがあり、SNSはこの「無難な」人間関係のデメリットを最小化してくれるものであった。

SNSの人間関係のネガティブな面は、強いつながりではないために、何度も繰り返し承認を得なければならない点である。“いいね”機能はそれを補完してくれるもので、いわば“軽い”承認を交換することでお互いを認めあうことができている。

さらにSNSのようなこの“軽い”承認は、多様化した現在の人間関係にも影響を与えている。われわれが認めている“多様性”は、お互いが深く理解し合った上で達成されたものではなく、あくまで自分という存在を認めてもらうために、相手のことも認めるといったものである。

キーワード：SNS、人間関係、コミュニケーション、承認

＊　京都女子大学　現代社会学部　准教授

## 1．はじめに

「人間の悩みは、すべて対人関係の悩みである」というのは、心理学者アルフレッド・アドラーの言葉である。これが真実であるかは置くとして、その人を取り巻く人間関係の充実度が、その人の人生の豊かさに影響を与えていることは疑いようがない。人間は他の動物に比べて圧倒的にコミュニケーション能力に長けた生き物である。しかしそれによって、お互いがわかり合えないことのフラストレーションも感じるようになった。

「コミュ障」という言葉がある。正確には「コミュニケーション障害」の略であるが、一般に「コミュ障」という言葉を使うとき、それは専門的な意味合いではなく、「コミュニケーションが苦手な人」という程度の意味である。最近はコミュニケーションが上手いか下手かということが、われわれにとって重要な意味や価値を持つようになった。だからこそ、「コミュ障」というような言葉が広く使われるようになったのかもしれないが、それを自分に向けて使うときは得てして自虐的であり、他人に向けて使うときは見下したり軽んじた表現であって、いずれにしてもネガティブなニュアンスが強い。

いつからわれわれは、こんなにも周囲と上手くコミュニケーションすることを求められるようになったのだろうか？

他方、時代とともにわれわれのコミュニケーションツールはどんどん便利になっていく。直接会わなくてもスマートフォン（以下、スマホ）があればいつでも人とつながることができる。にもかかわらず、だからこそというべきかもしれないが、以前より上手く人付き合いすることが難しいと感じる人が多くなったのではないだろうか。

「スマホのせいでコミュニケーション下手が増えた」という論ではない。ただ、スマホの登場はわれわれのコミュニケーションに変革をもたらしたということは言える。スマホの普及にともない、ソーシャルメディアも大きく変化し、多様化することになった。なかでもコミュニケーションを主な目的とするようなソーシャル・ネットワーク・サービス（以下、SNS）は、特に若い世代においては、きわめて日常的なコミュニケーションツールとして今では広く利用されている。LINE というメッセージング・アプリの定着によって、今や電子メールは過去のものになったと言っても言い過ぎではない。今後も新しいアプリが開発されては、その時代の要請に合致したコミュニケーションの仕方をわれわれは生み出していくのであろう。

2010年代に多数のソーシャルメディアが生まれ、その頃からフェイス・トゥ・フェイスの対面で行われるものではないオンラインのコミュニケーションの重要度が一気に増してきた。SNS の特徴のひとつは、直接会うことのない人たちとつながることができることである。ところが SNS のコミュニケーションの主たる対象は、会ったこともない見知らぬ人ばかりなのかというと決してそうではない。多くの場合、普段 SNS でつながっている人は、実際の人間関係でも交流している。

オンラインの人間関係とオフラインの人間関係はかなりの程度重なっていると言える。では現実の人間関係に疎外感を持っていたり、日常の生活が充実していない人たちが、それを埋め合わせるために SNS にはまるのだろうか。またいわゆる「リアルな」人間関係を補完したり、失わないように SNS でのコミュニケーションに気を払い、場合によっては依存していくことになるのだろうか。

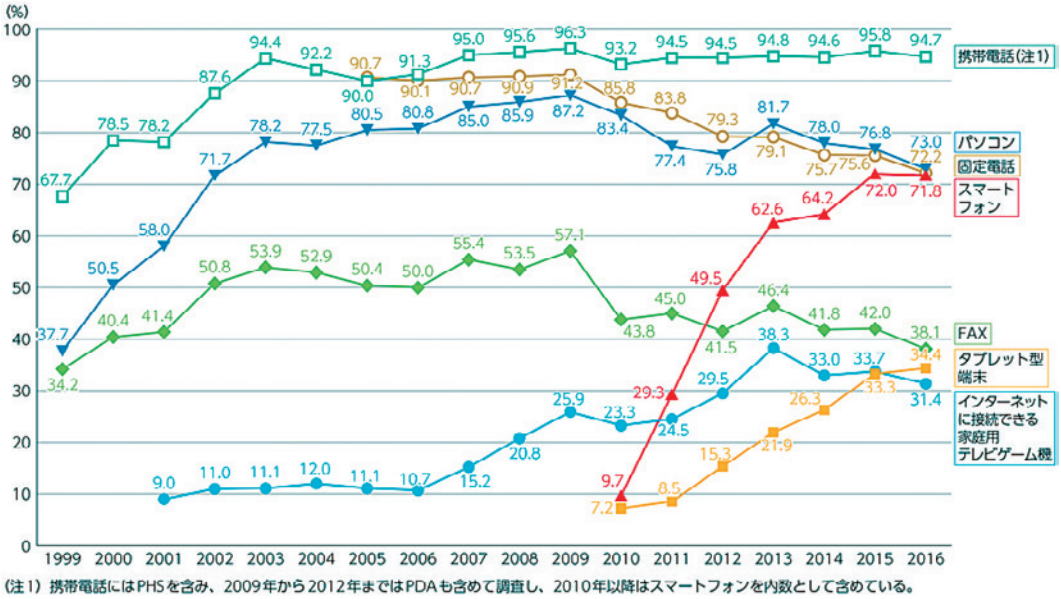
本稿では、SNS のコミュニケーションが、現代の人にとってどんな位置づけにあり、実際の人間関係とどのような影響を及ぼし合っているのかを考察していきたい。

## 2．SNS の普及

### 2.1.　スマホの定着

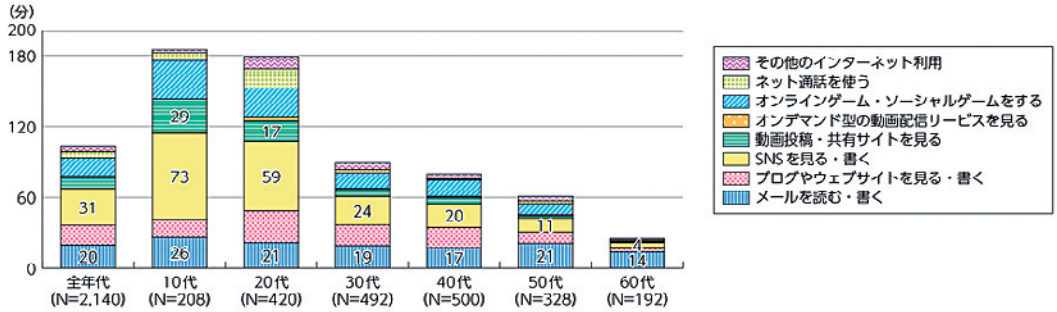
総務省の情報通信白書（2017）を見ると、データのある2010年から急速にスマホの保有率が上がり、2016年には71.8% に達している。そしておそらくはその影響であろうが、パソコンと固定電話の保有率が、同じく2016年にはそれぞれ73.0%、72.2% にまで下がってきている（図 1 参照）。

また同白書（2017）によれば、スマホの台数が伸びただけでなく、ここ数年スマホの利用時間や利用目的も変化している。スマホ利用者に限ったインターネット利用時間を年代別にみると、2016年の全世代での平均は82分であり、特に10代および20代ではそれぞれ143分、129分と顕著に長くなっている。2012




（出典）総務省 通信利用動向調査

**図 1　我が国の情報通信機器の保有状況の推移（世帯）**




※各情報行動を同時に並行して行っている場合もあるため、各情報行動の時間の合計と図表1-1-1-9のスマートフォンのネット利用時間とは一致しない。

（出典）総務省情報通信政策研究所「情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査」

**図２　スマートフォンのネット利用時間（2016年項目別）（平日１日あたり、利用者ベース、全体・年代別）**

年では全世代で67分、10代では133分、20代では81分であったことを考えると、ここ４年間だけでも日常的にインターネットを利用する機会が増えるなど、スマホの使い方が変わってきたことがわかる。

次に、スマホはどのような用途で使用されているのか。「SNS を見る・書く」「動画投稿・共有サイトを見る」「メールを見る・書く」などの類型別の調査によれば、10代から40代にかけては「SNS を見る・書く」の利用時間が最も長く、また10代20代は他の年代に比べると「動画投稿・共有サイトを見る」の割合が高くなっているのも特徴的である（図２参照）。

## 2. 2.　SNS 利用の状況

スマホの普及と同期するように SNS の利用も増加している。「平成29年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査」（総務省情報通信政策研究所, 2018）で、ソーシャルメディアの利用率の経年変化を知ることができる。LINE、Facebook、Twitter、mixi、Mobage、GREE、Instagram の７つのサービスのいずれかを利用している割合は、全体では2012年の41. 4％から、2017年には75. 8％にまで急激に上昇しており、SNS 利用がきわめて一般的なものになった。また上記のサービスの他に YouTube や Instagram などを加え、年代別に利用率を見たところ、10代と20代では2017年には、それぞれ LINE で86. 3％と95. 8％、Twitter で67. 6％と70. 4％、Instagram で37. 4％と52. 8％であった。30代でも順に、92. 4％、31. 7％、32. 1％といずれも高い利用率を維持している。

15歳から25歳の人たちを対象にした「平成28年度消費生活に関する意識調査― SNS の利用及び消費者教育等に関する調査―」（消費者庁, 2017）によれば、１日あたりの SNS の使用時間は、「１～３時間」と回答した人が40. 7％と最も多く、次いで「１時間未満」が30. 4％で、１日のうちに１時間以上 SNS を利用している人が実に70％近くにのぼる。また、SNS に写真や動画をアップしているかという質問には、「よくする」と「するこ

とがある」と回答した人を合わせると68.0%であった。さらに写真や動画のアップ頻度は、１日に１回以上が15.7%、１週間に１回以上が52.5%となっている。

これらを見ても、年代で利用状況に違いはあるものの、10代20代の若い世代に限らず、幅広い世代でSNSが日常生活に浸透している様子がうかがえる。

スマホの普及とともに、SNSなどのツールを使ったコミュニケーションスタイルや情報発信が、スマホとSNSという組み合わせでモバイル化してきたと言えるであろう。文字通り、いつでもどこでも、その場にいない人たちとつながり、即時的に情報を共有することでできるという生活スタイルが常態化してきた。

### ３．居場所としてのインターネット空間

内閣府は「子供・若者の意識に関する調査」を基に若者にとっての人とのつながりについて分析している（内閣府，2017）。そこでは若者世代（15歳から29歳までの男女6000名が対象）が、家庭や学校、地域、またインターネット空間などにおいて、人とのつながりをどのように捉えているのかが示されている。まず①自分の部屋、②家庭、③学校、④職場、⑤地域、⑥インターネット空間の６つの場所に分け、それぞれ自分の居場所と思うかをたずねた質問に対する回答では、「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」を合わせると、上位から①自分の部屋が89.0%、②家庭が79.9%、次に⑥インターネット空間62.1%と、高い割合を占めている。

用語上の定義として「インターネット空間＝SNS環境」と捉えてしまうのは齟齬があるが、前項のわれわれのスマホとSNSの付き合い方を見れば、現状インターネット空間で人とつながるということは、ほぼSNSを通して行われるコミュニケーションと同義であると考えて差し支えないだろう。つまりSNSなどで構築されたオンラインの人間関係が、その人に安心感を与え、物理的な空間を持たないバーチャルな空間が十分居心地の良い場所となりえているということである。

また一方、同調査では①家族・親族、②学校で出会った友人、③職場・アルバイト関係の人、④地域の人、⑤インターネット上の人の５つのカテゴリーに分け、これらの人とのつながりの状況についてたずねている。それによれば、⑤インターネット上の人と「強いつながりを感じている」という設問に「そう思う」もしくは「どちらかといえばそう思う」と回答した割合は21.8%、「何でも悩みを相談できる人がいる」も同じく21.8%で低い値であった。それに比べて①家族・親族の人と「強いつながりを感じている」のは69.7%、「何でも悩みを相談できる人がいる」は59.8%となっている。

つまりインターネット上の空間や人間関係は、居心地が良い一方で困っているときに頼ることができるような強いつながりを感じることまではできないという、ある種矛盾した感情が共存するアンビバレントな距離感を持っていると言える。

さらにそのインターネット上でのつながりの様相を見てみよう。インターネット上ではフェイス・トゥ・フェイスのコミュニケーションではないために、他のリアルな人間関係とは違った特徴がありそうである。インターネット利用についてたずねた質問への回答を見ると、「場所を問わないので参加しやすい」や「情報発信・収集の手段として活用できる」などの割合が大きい（表１参照）。若い世代の人たちは、インターネットを使ってコミュニケーションをとるとき、アクセスのしやすさや利便性を重視していることがわかる。これは前章でも触れたように、やはりスマホ＋ SNS の利用率が急速に伸びたことからもわかるように、背景にはいつでもどこでも、自分に必要な情報をすぐに得たいという利用者のニーズがあるようである。

表１でもうひとつ注目したい点がある。「深く関わらなくてすむので参加しやすい」と「素直に話ができるので便利」と考えている人が多いことである。先のようなソーシャルメディアにアクセスできるデバイスとしての利便性以外に、人とコミュニケーションする上での気楽さや利点といったものを感じているということである。これらは直接的なフェイス・トゥ・フェイスの人間関係ではないインターネット空間ならではのコミュニケーションの特異性であろう。つまり裏を返せば、実際のリアルな人間関係は、深く関わらなくてはならない場面があって面倒なことがあったり、素直に話をすることを躊躇することがあるということなのだろう。

**表１　他者と関わる際のインターネットの利用について**

（単位：％）

| | そう思う（計） | そう思わない（計） |
|---|---|---|
| 素直に話ができるので便利 | 61.3 | 38.7 |
| 自分や相手の気持ちが伝わりづらい | 68.8 | 31.3 |
| 深く関わらなくてすむので参加しやすい | 67.7 | 32.3 |
| 参加者同士の一体感や共感が薄れそう | 48.3 | 51.7 |
| 場所を問わないので参加しやすい | 71.9 | 28.1 |
| 自分の情報が悪用されそうで心配だ | 62.8 | 37.2 |
| 情報発信・収集の手段として活用できる | 70.7 | 29.3 |

（注）
1．「そう思う（計）」は、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計
2．「そう思わない（計）」は、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」の合計
3．色付は６割以上の回答があった項目（ピンク：インターネットに対する肯定的な意見，青：インターネットにおける否定的な意見）
（出典）内閣府「平成29年版子供・若者白書」より作成

## ４．現代の人間関係は希薄なのか？

### 4.1.「無難な」人間関係

現代の特に青年の友人関係のあり方は、円滑でうまく付き合っていくことを望んではいるが、お互いの距離が縮まるような深い関係になるのはなるべく避けたいという傾向があるとよく言われる。例えば、大学の授業やゼミでグループを作って、ある課題に取り組む必要があるようなとき、いまの大学生はたとえ見知らぬ人と同じグループになっても、協力しあいながらスムーズに課題をこなすことができる。一方でその同じグループで食事に行く、ゼミ旅行に行くということになると、途端に気が重くなり、本音を言えばなるべくなら参加したくない、と思う人も多い。でもそこで断ると「みんなからどう思われるか」わからないので、内心しぶしぶ参加の意志を表明することになる。

岡田（2010）は、楽しく円滑な関係を志向する「群れ志向群」、対人関係を遠ざける「関係回避群」、内面的な人間関係を維持する従来の青年期の友人関係に近い「個別関係群」があることを指摘し、前の二つの群は他者からの評価に敏感で、友人関係において深く親密な関係を回避して、表面的な関係での適応をめざそうとする傾向があるとしている。

宮木（2013）は、友人関係に対する意識について1998年、2001年、2011年に同様の調査をして、その変化を見ている。それによれば、「多少の自分の意見を曲げても、友人と争うのは避けたい」や「友人との話で『適当に話を合わせている』ことが多い」とする割合が顕著に増加しており、友人との調和や同調することに気を配ることが年々求められている様子がよくわかる。

われわれはこのようにしてお互いに深入りすることなく、相手を傷つけてしまうかもしれないような対立は目立たないようにうまく回避するという処世術を身につけてきた。そんなとき「キャラ」はとても役に立つ。この「キャラ」というのはキャラクターの略語であるが、最近「キャラ」と表現するとき、その人が持つ本来的な性格という意味ではなく、そのときの状況に応じて使い分ける「役割」という方がふさわしい。この「○○キャラ」は、複数の人が集まった場面で軽快に会話を楽しんだり、その関係性をうまくマネージメントするときに非常に便利である。ただいつもと違う振る舞いをしたり、場の雰囲気に合わない発言をすると「キャラが違う」とか「空気が読めない」と言われる。そう言われたからといって、そこで本気でイラだった空気を出せば、本当に「空気が読めない」ことになるので、本心では会話の流れと別の意見を持っていたとしても、わざわざ場を乱してそれを表明するようなことはせず、適当に話を合わせてその場の流れに身を任せる。

ただ、この表面的に見える人間関係のあり方については否定的に評価されることもあるが（小塩，1998）、これを昨今よく叫ばれる人間関係の希薄化に直結させるのは拙速かもしれない。たしかに、相手から嫌われるのを極力避けたり怖れたりする心性が、この同調的で表面的な関係を促進する（齊藤・藤井，

2009）ことは間違いないだろうが、決定的な衝突をかわし、円滑な雰囲気を持つ人間関係がマイナスにばかり作用するとは言えないだろう。従来青年期とは、この表面的な人間関係とは正反対に見える、内面的で相互理解を伴う深い関係を希求すると考えられてきた。そこで表面的で現代的な人間関係は、深い相互理解的な人間関係より未熟なもので、現代青年の幼さや人間関係構築の質の低下によるものであるという議論になりがちであるが、それだけでは明らかに不十分と言える。おそらくこれは、人間関係というものは本来時間をかけてお互いのことを知り、ときにはぶつかり合いながら徐々に距離を縮めて関係が成熟していくものだという考え方がわれわれに定着しているからであろう。人間関係の成熟神話とでも言っていいかもしれない。

相手を傷つけたり相手から傷つけられたりするリスクを回避するような現代的な人間関係は、人の懐に深く入り込むことはないが、ある意味「無難な」関係を構築していると言える。この現代的で「無難な」人間関係にはメリットとデメリットがある。メリットは何度も言及しているように、不用意に自分が傷つくようなことはなく、距離が近すぎて関係がこじれるような面倒くささがないことである。デメリットは常にお互い気を使っていなければならず、相手の本心が読み取りにくく、本当に自分が相手に受け入れられているのかという不安を抱えることになる。

一方、親密さを求めて積極的に内面的な開示をするような従来の人間関係にもメリット・デメリットがある。多少の摩擦があっても気を使う必要がなく、真に自分を理解してくれる人への安心感を持つことができる反面、互いの干渉も大きく、自由度の低さや窮屈さを感じることもある。

現代に生きるわれわれはこれらのメリット・デメリットを天秤にかけ、社会的な要請を受けながら、そして必要に応じて、この「無難な」人間関係を取り入れることになったということではないだろうか。かと言って、もちろん深く理解し合える親密な関係が不要になったわけではない。表面的で「無難な」人間関係と内面的で「濃密な」人間関係がうまく組み合わさったハイブリッドな人間関係が、今の多様な価値観に最も適合したありようであると考えるべきなのではないか。

### 4. 2. SNS でつながる人たち

Facebook が世界中で爆発的に広がったのは、SNS というソーシャルメディアによって、直接会わなくても、まさにネットワークが網の目のごとく広がって、それまでは想像もしなかった数のまったく新しいつながりを持つことができるという点にあった。2010年ごろに北アフリカを発端にアラブ世界で起こった“アラブの春”は、この SNS が持つ人と人とをつなげる力が背景にあった。この例が示すように、もともと SNS には新しい人とのつながりを生み出すメディアであるという特徴を持っている。しかしそのときから比べても SNS は多様化が進んでいる。新しい出会いを求める以外にも、現在われわれはすでにあ

る人間関係を維持したり補強するためにSNSの機能を駆使するようになってきた。遠山（2012）は、ネット上で新たな出会いを求める人の他に、友人の数が比較的多く実際の人間関係を重視する人の中には、リアルな友人関係を維持管理するために積極的にSNSを利用する人たちがいることを明らかにしている。

SNSユーザーの中には、同じアプリでも複数のアカウントを持って使い分けている場合も少なくない。「リア垢」「趣味垢」「裏垢」などと呼ばれるものである。「垢（アカ）」とはアカウントのネットスラングである。上の３つは、それぞれ実際の（リアルな）友人たちと相互フォローするようなアカウント、同じ趣味を持つ人たちと情報を共有するためのアカウント、自分の素性を隠して何の気兼ねもなく自由な発言ができるアカウントといった具合である。このような複数のアカウントを目的に応じて使い分けるのだ。例えば「趣味垢」であっても、カメラ好きでつながるコミュニティ、また同じアーティストが好きで集まるコミュニティといったようにSNSでつながる人間関係というのは得てして多様化しやすい。いや、多様化した人間関係とSNSは相性がいいと言う方がいいかもしれない。

同じ趣味、同じ嗜好性でつながるコミュニティは居心地がいい。３章で述べたように、インターネット空間が居場所として成立するのは、こうした同じ嗜好性を持つ間柄で好きな話題をしているだけで、楽しいという感覚を簡単に共有できるからである。他の話題はむしろ雑音なので無視しても問題にならず、お互いにポジティブな部分だけを見たり見せたりすることが容易にできる。同じく３章で述べた「深く関わらなくてすむ」ことがSNSで利点であるというのは、まさにこのことを示している（表１参照）。

さらにあちらこちらでつながる多様な人間関係を渡り歩くには、それらをうまく選択していかなければならない。その自由な選択を可能にするのが「場所を問わないので参加しやすい」という特徴であり、お互いに相手が自分を知らないことで何のしがらみも気兼ねなく「素直に話ができるので便利」ということなのであろう（表１参照）。自分が所属する複数の人間関係を多層的に一度に並べ、たくさんあるアカウントを切り換えて、その層をすばやくめくるように選びながら、自分がいつどこにいてもその多様なつながりを、まさに今ここで同時に持っているかのごとく振る舞うことができるということなのだろう。

## ５．人間関係の変化に応えるSNS

こうしてみると、「無難な」人間関係と従来型の「濃密な」人間関係のハイブリッドが求められる現代型のコミュニケーションを行うために、今のSNSの特性はかなりフィットしたものだということがわかる。多様なソーシャルメディアの中でも、多くの人に支持されているものは、われわれ自身が求める人間関係をうまく助長促進してくれるものであったと言える。これはある意味、変化が求められる人間関係に適応する形で、SNSが

淘汰され進化されてきたという見方もできよう。やはりSNSに‘ハマる’現代人の姿を否定的な見方で一面的に人間関係の希薄化につなげるのはやや無理があるように思われる。

現代の若者の友人関係において、筆者は彼らが示す特徴的な「やさしさ」について指摘した（正木，2018）。彼らは概して同世代の友人に「やさしい」のであるが、それは相手に近づいてその人の気持ちを汲む「やさしさ」よりも、相手の気持ちにむやみに立ち入らない「やさしさ」、つまり相手を傷つけない気遣いが重視されるのである。リアルな人間関係においては、「こんなこと言ったら嫌な気分にさせてしまうのではないか」とか、「冴えないダサいやつだと思われたくない」などと常に目の前にいる特定の相手に気を使って、会話をうまくつなげていかなければならない。「空気が読めない」発言をしないように気をつけなければならない。その点、SNSでは不特定でしかも多数の人たちに自分のメッセージを送ったり、ときには自分の“盛った”日常を開示する。大きな違いは、リアルの友人のやり取りの場合、自分の発言や意見に対して、目の前にいる特定の相手が何らかの反応をする必要があるということである。もちろんその逆もある。友人が何か発すれば、今度は自分がそれに対して相手を傷つけないように反応しなければならない。そのことにひどく気を使うわけである。しかしSNSでは特定の相手を想定していないので反応を返しても返さなくてもいい。たとえ誰か友人が実際には自分の投稿を見たにもかかわらず、何の反応もしてくれなかったとしても、自分の投稿を見たかどうか確認できないので、‘見ていなかった’ということにして納得することもできる。目の前で自分を無視されると傷つくが、SNSで必ずしも反応がなくてもそんなに傷つくことはない。“いいね”やコメントを返してくれる人は、私を受け入れてくれて、面倒だとは思わない人だけであって、私はその人だけに語りかけ見てもらっているのだという体裁をとることが可能なのである。今の人がリアルな人間関係で抱きがちな「相手に面倒な思いをさせていないか」というような不安を下げたり、厄介な気遣いを避けることができるのだ。つまり先に指摘した「無難な」人間関係のデメリットをSNSは最小化してくれると言ってよい。

## 6．SNSが人間関係に与える影響

### 6.1．SNSのつながりが持つネガティブな側面

SNSで人と人とがつながることの利点や複雑な人間関係を巧みにこなす様子について述べたが、やはり多様的で選択的であるがゆえの負の側面も見えてくる。前掲の内閣府による「子供・若者の意識に関する調査」（2017）では、インターネット利用の否定的側面として、困ったときに相談できるような強いつながりを持てないことや「自分や相手の気持ちが伝わりづらい」という懸念を多くの人が持っていることがわかる。やはりオンラインの人間関係は、気楽でしがらみがなく便利な反面、強い信頼関係で結ばれているよ

うなものではなく、何かの拍子で切れてしまうかもしれないという不安を伴っているようである。土井（2014）が「付き合う相手を勝手に選べる自由は、自分だけでなく相手も持っています。だから、その自由度の高まりは、自分が相手から選んでもらえないかもしれないリスクの高まりとセットなのです」と言うように、一度選ばれた、認められたからと言って、それが将来もそうであるという保障はないので、何度でも認められなければならなくなる。その承認への希求が SNS への依存に拍車をかける。たとえ関係が切れてしまったとしても「そんな深い関係でもなかったし私のことをよく知っている相手でもない」わけで、そう割り切れば自分の自尊心は傷つかずに守ることができる。

だが「伝わりづらい」という懸念が示すように、言葉だけのやり取りでは微妙なニュアンスを正確にキャッチすることが難しいので、SNS 上ではわかりやすい言葉を使って短く伝える方が失敗が少ない。例えば Twitter などでは仲が良い（と思われる）フォロワー相手に「好き」や「ヤバい」（ほめ言葉として使う）という言葉を連発することがいかに多いことか。そしてその極めて短い単語のみの自分のメッセージに対して、自虐的に「（語彙力）」（語彙力がないという意味である）と自ら突っ込むのだ。豊かな語彙力はむしろ余計なのである。豊かな表現力で内面を吐露したとしても、受け手に“重い”と感じさせてしまうかもしれないからだ。誰も誤解しようのない短い言葉で、“軽い”愛情を示して、“軽く”承認して見せておくのがほど良いのである。

### 6. 2. “多様性”を認め合う人間関係へ

強い信頼関係でつながっているわけではない人間関係においては、何度も相手からの承認をもらわなければならない。相手から選ばれ続けるためには、摩擦のない円満な関係を維持しておかなければならず、そのためにはまた自分も相手を選び続ける、承認し続ける必要がある。「私はあなたを認めるから、その代わりにあなたも私を認めてね」ということである。Instagram の「# いいね返し」や「#l4l」（どちらも“いいね”してくれたら“いいね”を返しますという意味）などはまさに SNS 上での相互承認の好例である。

グローバリゼーションの波やライフスタイルの変化などあらゆるニーズに対応するためには多様性を持った社会や組織が競争力を持つと言われる。多様化する価値観、多様化する生き方、多様化する人間関係などなど、現代社会においてこの「多様化する○○」は、何をおいても尊重されなければならない。皮肉を込めて言えば、多様性を認めない価値観を持つことは認められておらず、そういった考え方を声高に主張することは憚られるほどである。それぞれの個性を認めるというと聞こえは良いが、その内実はどうなのか。

「Everybody’s Different. Everybody’ Human.」「みんなちがって、みんないい。」などの合言葉のもと、われわれは様々な他者を認めようとしている。認めるように迫られている。難

民、外国人、LGBT、発達障害、オタクなどなど、実際のところ、われわれはこういった多様性を持った人たちをどのように内包しているのか。SNS のコミュニケーションによって、相手を傷つけないよう気を使うことにはわれわれはもう慣れている。実際には傷つけていることが多いのだが、そのことには鈍感で無関心である。そこにあるのはSNS の“いいね”のごとく、“軽い”承認である。知的レベルでは、多様的な人間関係を認めているのだが、実際には深入りすることなく、お互いの違いにもさして関心を示さない。違いをぶつけ合って、長い葛藤の末にお互いが理解し合うというような面倒な手続きを取らない。一つには、４．１．でも述べたように、もはや「無難な」人間関係は「濃密な」人間関係へと成熟するわけではなく、両方が並列的に存在しているからだ。それに徹底した議論を戦わせるよりも、やさしく相手を受け入れることが、自分をそのまま受け入れてもらうための必要条件になっているからでもある。われわれが認め合っている“多様性”のある人間関係というものは、こうした“軽い”承認のうえに成り立っているのではないか。

## ７．おわりに

われわれは他人に深入りせず、不要な衝突は避けることのできる緩やかなつながりを維持することのメリットを積極的に選択するようになった。表面的で「無難な」人間関係と内面的で「濃密な」人間関係のハイブリッド化が、最新型のコミュニケーションスタイルであるようだ。

他方、現代の人たちは、日常のリアルな人間社会の中で少なからず不全感や孤立感を抱えている。この欠如感を埋めてくれるものとして、SNS は便利であったし、SNS のつながりから得られる承認感はわかりやすく魅力的であった（正木，2018）。そして、われわれが求めている心地よい人間関係がどんなものかを察知したかのように SNS が急速に進化してきた。

本稿ではその様子を見てきたわけであるが、そういう意味では現代における人間関係の変化に最新の SNS の特性が呼応してきたと言っていいだろう。しかしそれだけにとどまらず、今度は日常化した SNS 利用によって、“多様化”する人間関係がさらに影響を受けることになった。このように人間関係の変化と SNS を代表とするようなコミュニケーションツールの変化が、互いに影響を与えあいながら、らせん状に進化してきていることは特徴的である。しかし、現在たどり着いた「多様性」はあくまで「“多様性”」と注釈が付いたものであることを最後に協調しておかなければならない。われわれは他人を“軽く”認め続けるのみである。そうしないと私が疎外されるから。

## 引用文献

土井隆義（2014）『つながりを煽られる子どもたち―ネット依存といじめ問題を考える』岩波ブックレット903，岩波書店

正木大貴（2018）「承認欲求についての心理学的

考察―現代の若者と SNS との関連から―」『現代社会研究科論集：京都女子大学大学院現代社会研究科紀要』12，pp. 25－44.
宮木由貴子（2013）「若年層の友人関係意識―通信環境の変化と友人関係で変わったもの・変わらないもの―」『Life Design Report』〈group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/ldi/report/rp1301a.pdf〉（2018年11月23日閲覧）
内閣府（2017）「平成29年度版子供・若者白書」〈https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h29gaiyou/pdf/b1_00.pdf〉（2018年11月20日閲覧）
岡田努（2010）『青年期の友人関係と自己―現代青年の友人認知と自己の発達―』世界思想社
小塩真司（1998）「青年の自己愛傾向と自尊感情，友人関係のあり方との関連」『教育心理学研究』46（3），pp. 280－290.
齊藤茉梨絵，藤井恭子（2009）「「内面的関係」と「表面的関係」の 2 側面による現代青年の友人関係の類型的特徴―賞賛獲得欲求・拒否回避欲求および充実感からの検討―」『愛知教育大学研究報告』58，pp. 133－139.
消費者庁（2017）「平成28年度消費生活に関する意識調査結果報告書― SNS の利用及び消費者教育等に関する調査―」〈http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_research/research_report/survey_001/pdf/information_isikicyousa_170726_0003.pdf〉（2018年11月20日閲覧）
総務省情報通信政策研究所（2018）「平成29年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書」〈www.soumu.go.jp/main_content/000564529.pdf〉（2018年11月20日閲覧）
遠山茂樹（2013）「大学生の友人関係とコミュニケーション・メディア選択との関連性に関する調査研究」『国際社会文化研究』13，pp. 61－92.

# Did SNS change human relations?

MASAKI Daiki

〈Abstract〉

The SNS has made a quantum leap of progress, the possibility of connecting people with others has spread. At the same time, we were also faced with difficulties in communication. The purpose of this paper is to clarify how the evolution of SNS and the way of human relations are affected.

SNS is also used to maintain existing human relationships in addition to connecting with new people. Unlike a real human relationship, SNS is because we can communicate comfortably without being deeply involved with other parties. Nowadays, a superficial human relationship that avoids the risk of injuring or being hurt the opponent is required. This kind of "safe" relationship has advantages and disadvantages, and SNS has minimized its disadvantages.

Because the negative side of SNS is not a strong connection, it is a point that it is necessary to obtain approval over and over again. Since "Like" function complements it, we can recognize each other by exchanging, so to speak, "light" approval.

In addition, this "light" approval such as SNS has an influence on the diversified present interpersonal relationship. The "diversity" that we now acknowledge is not something that has been achieved in a deep understanding of each other, but also allows others to feel recognized.

Keywords：SNS, human relations, communication, approval