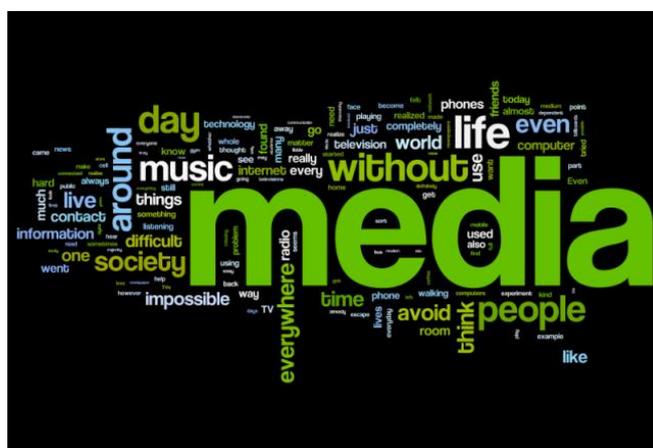


メディアなしで 24 時間過ごす

「メディアを使わない生活なんて想像できないよ」ーウガンダ

「メディアは便利だけじゃない、文字どおりボクの人生の一部なんだ」ーアメリカ

ザルツブルク・アカデミー・オン・メディア・アンド・グローバル・チェンジと提携して、
インターナショナル・センター・フォー・メディア・アンド・パブリック・アジェンダ(ICMPA)
が行った大学生の世界的調査によると、世界中の大学生は、メディアの使用方法 ーそして、
メディア「中毒」の度合が驚くほど似ている。



ICMPAーザルツブルク・アカデミーの調査では、[5大陸の10ヶ国](#) ーチリから中国、レバノンからアメリカ、ウガンダからイギリスー に住む 1,000 人近くの学生に、すべてのメディアを 1 日使用しないように依頼した。24 時間の禁欲生活の後、学生たちは成功したことを報告し、失敗したことを認めるように求められた。合計すると、12 の大学に在籍する学生たちから、50 万語近く ーつまり、レフ・トルストイの『戦争と平和』とほぼ同じ数の単語ー の感想が寄せられた。

アメリカ、ラテン・アメリカ、アフリカ、中東、ヨーロッパ、アジアに住むこれらの大学生が、メディアなしで 24 時間過ごすことの難しさについて、どんなことを述べたか見てみよう。以下は、本調査の上位 15 のハイライトであるが、より詳細を知りたいければ、内部を閲覧してほしい。

スペイン語でこれらのハイライトを読む際は、[ここ](#)をクリック。

本調査から得られた驚くべき事実のトップ 15 は次のとおり。

- ・ 学生のメディア「中毒」は臨床的に診断されることはないかもしれないが、その渴望は

—不安や鬱病がそうであるように— 間違いなく本物であると思える。

- ・世界中の学生は、メディア依存について語るために「中毒」という用語を繰り返し使用した。「メディアはボクにとってドラッグだ。それ抜きでは正常でいられなかった」とイギリスに住む或る学生は言った。「ボクは中毒なんだ。どうすれば、それなしで24時間生きられるだろう？」アナロジーと比喻を共有することで、受けた苦痛の深さが明確になり、その反応はドラッグの禁断症状の感情に喩えられた。アメリカの学生は次のように言った。「自分の携帯を使うことができなかったので、クラック常用者のように、あちこち痒くなったよ」アルゼンチンの学生は次のように述べた。「自分は”死んだ”んだなと覚えることがあった」スロバキアの学生は単に次のように述べた。「悲しく、孤独で、落ち込んだ」(「中毒」の詳細については[ここ](#)をクリック。「鬱病」の詳細については[ここ](#)。投稿された世界中の学生の声を読むなら[ここ](#))
- ・ **どの国でも、明らかに過半数は、禁欲生活への取り組みに完全に失敗したことを認めた。**
 - ・ 失敗率は、各国の相対的な豊かさ、或いは様々なデバイスやテクノロジーに対する学生の個人的なアクセスとは何の関係もないように思える。本報告に記載されていることは、学生個人にしる、大きな社会にしる、デジタル・テクノロジーがいかに不可欠、かつ普及してきているか、である。「一晩中、携帯電話を使わなかった。それは、大変な一日でした…恐ろしい一日でした」とチリの学生は言った。「金輪際、**メディアなしでは生きられないよ!**ソーシャル・ウェブ、携帯電話、Mac、mp3 がいつでも必要だ!」しかし、学生たちは、病気になったため、或いは仕事でメディアを使用する必要があったために自発的に失敗した場合と、自分たちの社会にメディアが遍在しているがゆえの不注意で失敗した場合とを区別していた(失敗率の詳細については[ここ](#)をクリック。学生たちがメディアを回避できないことについての詳細は[ここ](#))。
- ・ **学生たちは「メディア —特に携帯電話— は文字どおり自分たちを拡張したものだ」と報告した。従って、メディアなしですごすことは、自分自身の一部を失ったように思わせた。**
 - ・ 世界中の学生は、「メディアは自分たちのパーソナル・アイデンティティに不可欠だ」と報告した。メキシコの学生は、次のように述べた。「現実の生活と仮想の生活が、まるで異なる平面上にありながら同じ時間に共存しているかのように、自分が常に気が散っている状態にあると気が付いたのは、不愉快な驚きでした」従って、メディアなしですごすということは、学生たちがメディアの習慣だけでなく、自己の感覚にも立ち向かわなければならぬことを意味した。接続されていなかったら、自分たちは何者なのか?中国の学生は次のように記した。「メディアなしでは、感情を表現することができませんでした。あたかも、自分の人生から、何か重要なものが引き抜かれてしまったようです」(学生たちの混乱した自己意識の詳細については[ここ](#)をクリック)

- ・ **世界中の学生が「四六時中デジタル・テクノロジーに接続することは単なる習慣ではなく、友情や社会生活を構築、及び管理するうえで不可欠である」と報告した。**
- ・ 学生たちは「メディアの使い方で、他人がこちらをどう思っているのか、他人は自分自身をどう思っているのかが分かる」と報告した。この調査で対象としたのは、5つの大陸すべてにまたがる主要なソーシャル・メディア・サイト ―フェイスブック― である。フェイスブックは、一部の国では週にほぼ 1%成長しており、誰もが”フェイスブックを使って”いる。その結果には 2 種類ある。社会生活を望んでいる若者は徐々に、このサイトで活動しないわけにはいなくなり、このサイトで活動することが、このサイトで自分の人生を生きることを意味するようになる。「すぐ検索バーに”f-a-c-e”と入力し始めるように、自分の指がいとも簡単にプログラムされていたと思うと驚きですね。インターネット閲覧の最初のステップとしてフェイスブックにログインすることは、今や筋肉記憶、つまり本能なんです」とアメリカ在住の或る学生は認めた。「フェイスブックが私たちの日常生活の中で本当に目立っているのは間違いないよ」と香港の学生は言った。「誰もが他の人と連絡を取るためにフェイスブックを使う。他の人に注意を払うためにもフェイスブックを使う」そして、中国本土の学生は次のように書いた。「私はフェイスブックなどのネットワーキング・サイト…或いはそのようなウェブサイトを訪れるのが好きで、友達の近況や、発言内容、何をして、何を考えているかを覗いたり、彼らの新しい写真を見たりもします」(学生たちによるフェイスブックの利用について、詳しくは[ここ](#)をクリック)
- ・ **学生たちは、様々なコミュニケーション・ツールを使用して、様々なタイプの人たちと連絡を取るにより、自分自身の様々な”ブランド”アイデンティティを構築する。**
- ・ このような事情に明るいデジタル・ネイティブ世代は、同時に、かつ様々な方法 ―母親に電話する、文章を書く、仲のよい友達にスカイプ・チャットする、ソーシャル・グループとフェイスブックで繋がる、教授や雇用主に e メールする― で使用するコミュニケーション・プラットフォームの対等なリストをスラスラと口にできる。学生たちは、これらすべての作業手順を無意識に検討して、分類するが、フェイスブック、ツイッター、スカイプ、QQ、人人、微博、ウィンドウズ・メッセンジャー、MSN メッセンジャー、BBM、…などを介してペルソナやソーシャル・ネットワークを構築する方法から考えて、その密接な関わり合いは現実である。ソーシャル・メディアは、学生たちがコミュニケーションをとるための単なる手段ではない ―ソーシャル・メディアは、他人がこちらをどう思っているのか、他人は自分自身をどう思っているのかを形成する(学生たちのテキスト・メッセージと SMS テクノロジーの活用の詳細については[ここ](#)をクリック)。

- ・ **多くの学生たちにとって、24 時間メディアなしですごすことで、彼らの隠された孤独の幕が切って落とされた。**

- ・ 「友達とコミュニケーションがとれなくなると」と中国の学生は携帯電話で報告した。「まるで島の小さな檻の中にいるような寂しさを感じました」学生たちは、メディアに四六時中アクセスすることが彼らの関係性をどれだけ支配するようになったのか、ということに盲目的だった。「私たちの生活は、とにかく目まぐるしいんです」とスロバキアの学生は言った。「私たちは友達に電話したり、必要なときにチャットしたりします — 私たちはこういう人間関係に慣れているんです」そして、何人かの学生たちにとっての問題は、孤独の先にある。一部の人は、「仮想」の接続が実際の接続に取って代わったことを認識するようになった — メディアとの関係性は、最も近い「友情」の1 つとなった。チリの学生は次のように書いた。「マルチメディアなしだと孤独になりました。メディアは素晴らしい仲間であるという結論に到達しました」（孤立感に関する学生の証言の詳細については [ここ](#) をクリック）

- ・ **すべての大陸にいる学生の多くは、文字どおり、メディアなしで自由な時間を埋める方法を想像することができなかった。**

- ・ その結果、すべての国の学生たちは、禁欲生活の間、自分たちがどれほど退屈していたかを指摘した。「文字どおり、自分でどうすればいいのか分からなかった」とイギリスの或る学生は言った。「台所に行って、食器棚を無意味に眺めることが、ドリンクを飲むのと同じように、日常茶飯事になりました」特に注目しているのは、学生の注意力の持続性 — 学生たちがどれほど早く退屈し、手慰みにしていた代替活動に興味を失ったか — だった。数時間で退屈する学生もいたし、それよりも更に短い時間で退屈する学生もいた。中国の或る学生は次のように言った。「メディアを使わずに 15 分もすれば、そのときの私の唯一の気持ちを一言で表すことができます。退屈ってことですよ」（学生たちの退屈感の詳細については [ここ](#) をクリック）

- ・ **携帯電話は、この世代のスイス製アーミー・ナイフとしても、安心毛布としても機能する。**

- ・ 学生たちが書いた何 10 万もの言葉から、携帯電話は文字どおり学生たちの生活の中心にあることが明らかになった。本調査で、携帯電話は、5 大陸すべての学生たちが友人や家族とコミュニケーションをとるおもな方法であるだけでなく、学生たちが生活を管理するおもな方法でもあった。アルゼンチンの学生は次のように書いた。「私は 1 日に何度も鳴るブラックベリー製の携帯電話を持っています — 電話や SMS だけでなく、フェイスブックやツイッターという 2 つの e メール・アカウントにも使っています」学生たちはまた、携帯電話が接続性と快適性を提供している点にも注目した — もし漫画家チャールズ・シュルツが今でも登場人物のライナスを描いているとしたら、彼

は毛布ではなく携帯電話を持っただろう。アメリカ在住の或る学生は次のように書いた。「快適に感じるのは携帯電話しかないね」そして、香港在住の学生は、携帯電話を手放すことの難しさを弁護するために次のように簡単に述べた。「私は安全に対する欲求が強い人間なの」(学生たちの携帯電話の使用について、詳しくは[ここ](#)をクリック)

・ **”ニュース”とは何か?学生たちにとって”ニュース”とは、”起こったばかりのこと” — 世界的な事件と友人の普段の考え — である。**

- ・ 学生たちがニュースや情報を投稿したり入手したりする手段として、フェイスブック、ツイッター、Gメール、及びそれらに準ずるツールが台頭してきているので、学生たちは旧来の報道機関の必要性に関して無頓着で、実際、時代にそぐわない報道組織やオンラインの報道組織の名前を挙げる学生は殆どいなかった。学生たちは”^{新しい情報}ニュース”を望んでいるが、個人的なニュースを伝えるのと同じソーシャル・ネットワーク・プラットフォームが、日々の”深刻な”ニュースの束を受け取る方法でもあるため、その用語は学生たちの頭の中では曖昧だった。少なくとも言葉のうえでは、世界中の殆どの学生たちは、ニューヨーク・タイムズ、BBC、アル・ジャジーラが網羅するニュースと、友人のツイートとかフェイスブックのステータス更新にのみ表示されるニュースを区別していなかった(学生たちが”ニュース”に関して言ったことの詳細については[ここ](#)をクリック)。

・ **「私たちがニュースを検索するのではなく、ニュースの方が私たちを見つけるんです」**

- ・ 学生たちがどこにしようと、携帯電話やインターネットを經由 — テキスト・メッセージ、フェイスブック、ツイッター、チャット、スカイプIM、QQ、eメール経由など — して学生たちに届く情報量は膨大である。学生は四六時中、情報にまみれている。その結果、殆どの学生たちは「主流のニュース・サイトや時代にそぐわないニュース・サイトで”深刻な”ニュースを検索することは滅多にない」と報告した。代わりに、彼らは殆ど無意識のうちに、eメール・アカウントのサイドバーに表示されるニュース、友人のフェイスブックのウォールに出てくるニュース、ツイッターで配信されるニュースを吸収する(学生が”ニュース”に関して言ったことの詳細については[ここ](#)をクリック)。

・ **「140文字のニュースで充分だよ」**

- ・ 携帯電話やオンラインを介して情報が途切れることなく大量に届くということは、世界中の殆どの学生たちが — 個人的に関連しているものでない限り — 非常に重要なニュース記事でさえ追いかける時間も興味もないことを意味する。毎日のニュースに関して言えば、学生たちはソーシャル・ネットワークを介して見出しだけを読むようになってきている。殆どの場合、詳細や更新がテキスト、ツイート、投稿を介して提供されて初めて、彼らは記事について詳しく知ることになる(学生が”ニュース”に関して言った

この詳細については[ここ](#)をクリック)。

・ **TV は逃避の手段である。**

- ・ 学生たちは「TV は、あまり考えずにリラックスできる、お気に入りの方法だ」と報告した。TV はお馴染みの娯楽を提供するし、要するに、家の中にあるもう一つの存在であり、彼らが眠りにつくときの”ホワイト・ノイズ”である。好きな番組について話す学生は殆どいなかったし、”見逃せない TV” — 学生たちが万難を排してまで熱心に視聴する TV — について話す学生はほぼ誰もいなかった。学生たちの意見で最も普通なのは、リラックスしたいときに「見るものを探す」 — スポーツ、人気番組、名作の可能性がある — というものであった。「TV は殆どの場合、グループ活動だ」と述べる学生もいた。他の人がいるときにだけテレビを観るのである。そういった学生たちは「自分自身は TV をつけようが、つけまいが構わないが、友人や家族が座って TV を観ていると、それを避けるのは難しい」と報告した。補足:番組を録画するのに TiVo やその他の方法に言及する学生は殆どいなかった — 殆どの学生たちは、テレビ受信機で TV を観ることについて話したが、特定の番組を観る場合には、コンピューター経由でテレビをチューニングすると述べた(学生が TV に関して言ったことの詳細については[ここ](#)をクリック)。

・ **世界中の学生は、通学や通勤をより快適にするだけでなく、気分を整えるためにも音楽に依存している。**

- ・ 中国の学生は次のように報告した。「私は音楽を聴くのが好きです。それは幸せと悲しみを分かち合う方法なんです。よく笑い続けることができるのは、音楽を聴いてリラックスしているからです。本を読んで疲れたら、音楽が私の効率を上げるよい方法になります。走っているとき、音楽がランニングの過程を楽しむよい方法になります。大きなプレッシャーを感じる時、音楽が心の重圧を軽減するよい方法になります。音楽は、心の底から本当の友達なんです」何度も何度も、学生たちは「音楽は、自分たちが存在する環境を引き立てもすれば、遮断もする」と書いている。香港の或る学生は次のように述べた。「一人でいるとき、私は通常、世界を私から遠ざけるような大音量の音楽を好んで聴いています」(学生の生活における音楽の活用について、詳しくは[ここ](#)をクリック)

・ **e メールは廃れてない。単に大人向けになったのであり — ”仕事”用になったのである。**

- ・ 殆どの学生たちは、フェイスブックとテキスト(及び二次的に音声通話)を使って友達とコミュニケーションをとる。e メールを使うのは、教授や仕事と繋がる時である。コピーを書いたり、文書を添付するのに向いた、eメールのより形式的で、より柔軟な空間は、学生たちの常時オンデマンドの”社会的”ニーズよりも、”仕事”のニーズに合致す

るようになった(学生たちが e メールを使用する方法の詳細については[ここ](#)をクリック)。

- ・ 「簡単に、簡単に」世界には、超絶主義者であることが判明した学生たちがいる。彼らは「24 時間、すべてのメディアを断つと、”シンプルな喜びに戻ることができた”」と述べた。
- ・ 多くの学生たちは、たまに気が散る可能性があることは知りつつも、ソーシャル・ネットワークにどれだけの時間を費やし、実際に 2 つの作業を同時にこなすことがどれほど下手くそか、しっかり自覚していなかった点を認めた。「私は通常、勉強をしながらチャットしたり、または音楽を聴いたりするので、退屈したり、眠ったりすることはありません」とレバノンの学生は書いた。「でも、私がおもに気づいたのは…メディアを実際に断ってみると…どれだけ質の高いことができるか、ということなんです」学生たちは、禁欲生活の間、密接な関係でさえ質的に変化した、とコメントした。「私はいつもより両親と触れ合いました」とメキシコの学生は報告した。「私は、ブラックベリーに気を取られることなく、両親の言うことにしっかり耳を傾けました。私は料理や、皿洗いさえも手伝いました」そして、アメリカの学生は次のように書いた。「私は 3 年間、同じ人たちと暮らしてきました。彼らは私の親友であり、その 3 年間は私たちが一緒に過ごした最高の日々だと思います。気を散らすことなく、本当に彼らと会うことができたし、シンプルな喜びに戻ることができました」(禁欲生活の”よいニュース”に関して学生たちが言ったことの詳細については[ここ](#)をクリック)

本調査の結論ページに移動し、学生、大学、メディア起業家、ジャーナリストに対する本調査の教訓を読むなら[ここ](#)をクリック。

また、上部のタブからアクセス可能な[国別ページ](#)をクリックして、各国の学生たちが 1 日、禁欲生活をしたときにどのように反応したか、に関する詳細を確認してもよい。本調査結果は、[特定のメディア](#) —携帯電話、ソーシャル・ネットワーク、報道機関など— の利用方法に関する学生たちの証言、及び禁欲生活で[感じたこと](#)に関する学生たちの証言 —孤立、退屈、安心といった感情的な反応— によっても、上部のタブで分類されている。