

# 春だから知っておきたい “ソーハラ”

春からの新生活に伴い、新しいつながりが増えてきますね。そんな時に便利なものがSNSです。飲み会の連絡、新しい授業の評判など、大学生活を有意義に過ごすための情報を手軽に共有することができます。頻度の差はあれ、ほとんどの方が使っているでしょう。でも、そんな便利なSNSも使い方を間違えれば、新しいつながりどころか、これまでの大切なつきあいでめっちゃめっちゃになってしまうこともあります。

今回のハラスメント相談室通信では、SNSを使うときに気をつけたい、ソーシャル（メディア）ハラスメント、“ソーハラ”について取り上げます。

ソーハラとは、SNS上で行なわれる嫌がらせや、迷惑行為のことです。大きく分けて2つのタイプがあります。

やってませんか？

### パワハラタイプ

フォローや友だち申請を強要する。

リフォローしなかったら「ちゃん」と返してよね」と文句を言われた。

いくら断ってもしつこく友だち申請を繰り返してくる。

リアクションを強要する。

先輩の投稿に「いいね！」しなかった次の日から無視されるように。

既読スルーしたら、グループから削除されちゃった……。

SNSの利用を強要する。

やりたくもないSNSに無理やり参加させられた！

LINE使っていないから大事な予定が回ってこなくて困る。

意外とやってる？

### 個人情報タイプ

了解を得ずにひとの写真を載せる。

飲み会での集合写真を勝手にページに載せられた。

遊んでるときの写真をツイートされた。すっぴんだったのに。

勝手に居場所を知らせる。

Facebookでタグ付けされて、行動が筒抜けに。

「〇〇と一緒にだよ」と書かれて、他の予定を断ったのが気まずい。

公開・共有範囲の未設定。

全然知らないひとの投稿が流れてくる。シェアもほどほどにしてよ。

ストーリーみた元カレに、友だち経由でアカウントがばれた。

SNSのトラブルに巻き込まれないために必要なたった5つのこと

- 嫌なことははっきり断ろう  
言いにくいときは誰かに手伝ってもらって。
- 世界中に公開されていると知ること  
一度拡散されたらもう二度と消えません。それぞれのシェアの仕組みを知っておくこと。
- 自分の書き込みがどの範囲まで読まれるか知っておく  
使っているSNSのプライバシー設定の方法、ちゃんと知ってますか。
- リアルな世界でだめな行動はSNSの世界でもだめ  
「この発言、面と向かって言えるかな？」といったん立ち止まってみよう。
- 自分のSNSへのかかわり方のスタンスを明確に  
「あんまり使わないから返信遅いかも」などと事前に伝えておこう。

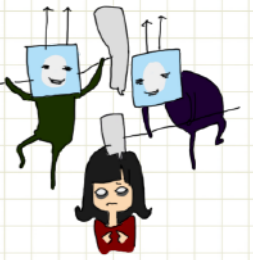
## SNSでのいじめ・嫌がらせ

インターネットの発達、便利さをもたらしてくれると同時に、新たな問題も生み出します。SNSもそのひとつです。SNSの多くは匿名でのアカウント登録が可能です。そのことを逆手に取って、意図的に悪質な嫌がらせをしたり、個人を誹謗中傷したりすることも起きています。また、匿名でなくてもSNSやオンラインであることで敷居が低くなってしまい、リアルではないような、ひとを傷つける行動をとってしまう事案が増えています。例えばこんなことに巻き込まれたとき、あなたならどうしますか？

\*事例は架空のもので、実際の人物や出来事とは一切関係ありません。

### グループによる個人の中傷

Twitterをよく利用するAさんに、あるとき、フォローしていない匿名の人から、次から次へと悪口や悪いうわさを送りつけられました。最初は放っておいたのですが、他のフォロワーに対しても自分の悪口をツイートしていることがわかったので、そのアカウントをブロックして、迷惑アカウントとして通報をしました。それでも、新しいアカウントを作り、執拗に誹謗中傷のメンションをしてきます。鍵をかけることで回避はできたものの、どこかで自分の悪口を言われているのではと考えてしまって、寝付きが悪くなってしまいました。



### 人格を否定するようなコメント



BさんはFacebookでときどき日常の写真を投稿しています。あるとき、食事の写真を投稿したところ、友人から「どこで食べたの？」というコメントが残されていました。しかし、Bさんは忙しくてそれを見ることができないまま、2週間ほどたった日、その投稿につけられているコメントを見てびっくりしました。その友人から「なんでコメント返さないの？信じられない」「だからお前はだめなんだよ」「しんだほうがいい。ていうかしね」などのひどいことばが繰り返し書かれていました。あわててコメントを返したものの、リアクションはなく、こちらからその友人に連絡するのも怖いので、次に会うときのことを考えると、勉強に手がつかなくなってしまいました。

### LINEで仲間はずれ

Cさんは友人ふたりとLINEのグループを作って、よくやりとりをしています。講義の情報や普段の何気ない出来事まで、いろいろと話をし、とても楽しんでいました。しかし、ふとしたきっかけで、自分以外のふたりの友人が別のグループを作ってやりとりしていることを知りました。それも、そこでのやりとりは自分のことをバカにするような話ばかりで、普段は絶対に言わないような、ひどいことばで自分の悪口を言っているのです。そのことを知った翌日から、Cさんは外にでると他人がどこかで自分の悪口を言っているのではないかと、考えてしまうようになり、外にでることができず、講義を休みがちになってしまいました。



ハラスメントに関するご相談をお受けしています。

### 九州大学ハラスメント相談室

〒812-8581 福岡市東区箱崎 6-10-1  
箱崎理系キャンパス 旧工学部本館 2階 202号  
開室時間：月～金曜日（祝日を除く）10時～17時  
伊都地区への出張相談（火曜日）も行なっています。  
TEL：092-642-2772（直通） FAX：092-642-2773  
E-mail：syjsoudan@jimukyushu-u.ac.jp  
ハラスメント相談室 HP：http://harassment-cc.kyushu-u.ac.jp/

\*ご相談は事前予約をお願いします。

