

# スマホメディア教室

令和4年7月11日

「デジタルメディアを、あなたの人生に価値を与えるものとして使えていますか？」この言葉で始まったスマホメディア教室は、自分とメディアの付き合い方を見直し、価値のある付き合い方、理想の付き合い方について考える1時間でした。まず、自分が普段使っているメディアはどのようなものかということを中心に考えました。そして、普段使っているメディアが3つのデザインのどれに当たるかを考えました。

最初のデザインは「人間的なデザイン」です。これは人々の生活にとってよいこと、役立つことを優先した端末やアプリの機能のことです。

次は「フィードバックループなデザイン」です。これは、自分の行いやオンラインの投稿に対して反応が返ってくることで喜びを感じ、また使いたいと思うように作られている機能のことです。

最後は「依存的なデザイン」です。これは、ユーザーが頻繁に使いたくなるように意図的に作られている端末やアプリのことです。

この3つのデザインに仕分けしていくことで、自分がどのようなデザインのメディアを使っているのかを自覚することが大切です。

特に「フィードバックループなデザイン」や「依存的なデザイン」は思考停止状態でメディアを眺めてしまう危険性があります。それが習慣化するとやはり価値のある使い方とは言えません。自分で考え、健康的でいい習慣にするためにどうしたらいいでしょうか。この授業では健康的でいい習慣の使い方をするために3つの決まりを決めて終わりましたが、今日限りのことにせず、夏休み中も意識して過ごしてほしいと思います。

