

川島隆太著『オンライン脳 東北大学の緊急実験からわかった危険な大問題』  
株式会社アスコム（2022年）

このコロナ禍で、テレワーク（在宅勤務など）が導入、推進されるとともに、オンラインでのコミュニケーションも普及し、働き方やコミュニケーションのあり方の変化は、労働組合の取り組み、諸活動にも大きな影響を及ぼしたの言うまでもない。オンラインの活用が組合活動の効率化につながる、と考えるのは当然の流れかもしれないが、それが昨今の労働組合の組織力の低下をもたらしている一因ではないか、と危惧するのは筆者だけだろうか。

“脳トレブーム”（“”は筆者、以下同様）の火付け役でもある著者が、オンラインによるコミュニケーションの意外なリスクと脳に与える悪影響について警鐘を鳴らしているのが本書である。本書のタイトルともなっている「オンライン脳」とは、著者曰く「スマホ・タブレット・パソコンなどのデジタル機器を、オンラインで長時間使いすぎることによって、脳にダメージが蓄積され、脳本来のパフォーマンスを発揮できなくなった状態」のことを指すという。

そもそもコミュニケーションには、人と人が直接顔を合わせて会話する“対面コミュニケーション”とインターネットを通じて会話をする“オンラインコミュニケーション”の2つがあり、著者は、これらコミュニケーション時の脳の活動を比較する実験を行い、対面会話条件下では「脳の同期」（共感）が見られたが、ウェブ会話条件下ではそれが起こらなかった（ボートとしているのと同じ状態）という結果を見出した。人と人とのコミュニケーションでは「“複数の人の脳の活動が同期すること”と“複数の人の間で共感が生まれ、協調や協力ができること”はイコール」だと結論づけている（第1章「衝撃の事実！ “オンライン”では心が動かない！！」）。オンライン会議が終わった後の何ともいえない物足りなさ、相手に思いや気持ち伝わっているかどうかわからないという不安…そんな経験を持った方も少なくないのではなからうか。

なぜ、オンラインでは共感が生まれえないのか。著者は、オンラインでは「相手の目を見る」ことができない（視線が合わない）こと、自分たちの脳が「とても奇妙な音声付き動画」としか認めていないこと、その2点を指摘する（第2章「人間の本能に反している“オンライン脳”」）。オンラインコミュニケーションは一方的になりやすいし、対面コミュニケーション時に感じる「目は口ほどにものを言う」、「場の空気」みたいな感覚も持ち得ない。著者の「コミュニケーションのゴールは、相互信頼関係を築けるかどうかだ」との思いにはうなずけるし、労働組合にとってはそこが一番の生命線でもあるの言うまでもない。

では、「オンライン脳」によるリスクにはどのような点があるのか。著者は「複合的なリスク」として、注意力が散漫になる（例えば、「スイッチング」）、「スクリーン・タイム」が長くなる、「脳の発達が遅れる」といった3つをあげている（第3章「“オンライン”と“スマホ”で、脳への複合的リスクがいっそう高まる！」）。また、家庭や学校、企業などを含めた社会全体での意識変革の必要性とともに、とりわけ子どもたちに与える悪影響についても警鐘を鳴らしている（第4章「オンラインへの“対応力”で、格差がますます広がっていく」）。

「オンライン脳」のリスクや悪影響を踏まえ、著者は最終章で以下のように述べている。「人と人が対面で直に交わすやりとり、人間本来のコミュニケーションの状態に戻すことが必要」であり、さらには「オンラインに頼って使うべき脳を使わなければ、コミュニケーション力をはじめとした、人間に必要な能力はどんどん失われていく」（第5章「“オンライン脳”と、どう付き合えばよいのか？」）。ただし、著者はオンラインコミュニケーションを決して否定しているわけではなく、誰もが「オンライン脳」に陥る可能性があること、そうならないためには何が必要なのか、ということを一貫して強調している。

労働組合ほど、対面、face to face の重要さを感じている組織はないだろう。場所や時間的な制約も少なく、気軽に参加できるオンラインコミュニケーションの効果も否定しないが、日頃の声かけ、働きかけなどは直接会って行わなければ何も伝わらない（例えば、組合加入や新入組合員向けの説明会、共済活動、政策実現に向けた取り組みなど）。オンラインはあくまでも“手段”であり、オンライン＝効率的、楽ということではない。オンラインと対面のうまい使い分けが求められているのであり、労働組合の本質は変えてはならない。そこには組合員のみならず、組合役員の一部からも時代に逆行する、非効率だ、などという不満や批判もある。ただ、労働組合の組織力の実状はどうだろうか。対面、face to face の重要さを感じていない労働組合、組合役員なんていない…そう願いたい。（小倉 義和）