

みんなの「わがまま」入門

はじめに

006

1 時間目

私たちが「わがまま」言えない理由

わがまま⇨自己中？

016

日本が30人の教室だったら / 「ふつう幻想」が「ずるい」をつくる / わがままは自己中ではない

意見を言うて浮いてしまう？

031

ふつうと平等はどこへ消えた？ / グローバル化で「ばらばら」に

私のわがままはみんなの「それな！」 / 今のわがまま・昔のわがまま

違いからはじめて同じ根っこを探す / 私、別に「かわいそう」じゃないし…

エクササイズ1 その人になってみる

054

エクササイズ2 あだ名ワークショップ

058

2 時間目

「わがまま」は社会の処方箋

「わがまま」批判はどこからくるの？

064

わがまま下手な日本人 / 「批判するからには、別の案があるんだよね？」

「社会のためとか、意識高いよね(羨)」 / 「社会運動って、迷惑じゃないですか？」

「価値観の押しつけでしょ？」 / 「自己責任じゃないですか？」

それで、結局意味あるの？

090

わがままはきつかけづくり / 自己満足でもない

わがままはアイドルの待ちっ？ / 長い目で見てみる

エクササイズ3 20年前と今を比べてみる

110

エクササイズ4 変化を説明してみる

112

3 時間目

「わがまま」準備運動

どこまで「わがまま」言ってもいいの？

116

アウトなわがまま・セーフなわがまま / わがままの背景を考える / わがままの落とし所？

伝え方が悪いと、話を聞く気になりません

130

過激な表現にひるまない / 「おうち語」化に気をつける

「〇〇派」を超えて言葉を伝えよう

知らない人に教えてみる / イベントを大事にする / いろんな大人に会う
大学に行ってみよう / 「中立」も「偏り」も、そんなにこだわることはない
「うちの地元に大学はねえよ」 / 人をカテゴライズしない

エクササイズ5 「おうち語」を翻訳する

..... 174

4時間目

さて、「わがまま」言ってみよう！

社会的「わがまま」のススメ

..... 178

モヤモヤで「わがまま」キックオフ / わがままは、直接相手に言わない

伝えるための工夫 / 趣味の雑誌を読もう

もっと気軽にできる方法はありませんか？（やっぱり恥ずかしいし）

..... 196

ちよつと文化系なわがままが好きな人に / 代わりのものをつくってみる

買う・選ぶもわがままのうち / こっそりやってみる

気が向かないときはやめてみる

..... 210

遠くに行つてやってみる / うまくいかなくても気にしない / 自分をカテゴライズしない

エクササイズ6 モヤモヤするものを探す

..... 224

エクササイズ7 署名を呼びかけてみる！

..... 230

5時間目

「わがまま」を「おせっかい」につなげよう

他人のことも「わがまま」言ってい

..... 236

「うち」と「よそ」はつながっている？ / よそ者だからできることがある

よそ者がいると「その人」が目立たなくなる / よそ者資源が役に立つ

だれだっけいつかはよそ者になる。でも、それでいい / わがままを遊ぼう！

おわりに

..... 264

本書に出てくる読みもの一覧

..... 272

「わがまま」入門ブックリスト

..... 274

はじめに

この本は、「わがまま」というツールを使いながら、言いづらいことを言いやすくするための本、そしてそこから、社会や政治といった「遠い」ことから身近な視点から見ようとする本です。

でも、これを読んでいる多くの方は、なぜ「わがまま」について言ったり考えたりすると、社会や政治のことが身近に感じられるようになるのか？と思うでしょう。ここではそれについて、すこしだけ説明しようと思います。

私は、国や会社、学校に不平や不満を訴えて、人の意識のあり方や、その場のルールや制度を変えようとする行動、いわゆる「社会運動」と呼ばれる活動を研究しています。

具体的には、路上で主張をして歩く「デモ」、インターネットや紙で署名を集めて提出する「署名活動」、社会問題について勉強するシンポジウムや学習会があれば、フェアトレード活動などもそれにあたるかもしれません。

そこで行われる主張には、たとえば子どもの貧困をなくそうとか、賃金を上げよう、就職や入試における性別による差別をなくそう、外国人労働者の待遇をよくしよう、あるいは住んでいる地域でのマンション建設に反対しよう、といったさまざまなものがあります。こうした主張に基づく行動は、これまで多くの人々の意識を変え、法律などの制度を変えてきました。社会運動は、私たちが生きやすい社会をつくるために、絶対的に必要なものです。

ただ、現代の社会には、「社会運動が、なんとなくイヤ」という人が少なくありません。おそらくその根底にはふたつ理由があります。ひとつには、「政治的なことについて考えたり、話題にするのが、なんとなくイヤ」というもの。もうひとつには、「政治的なことについて考えるのはいいけど、社会運動（あるいは、社会運動をやっている人）そのものが、なんとなくイヤ」というものです。

「社会運動そのものが、なんとなくイヤ」という人にその理由を聞いたときに、社会運動が「わがまま」だから、と言われたことがあります。「わがまま」という言葉でなくとも、「怖い」「中立じゃない」「自己満足だ」「クレーマーじゃないか」など、社会運動に対する批判というか、ネガティブな言葉は数多くあります。

社会運動の主張に賛同していたとしても、政治に対して批判したり、社会に広く自分の意見を伝えようとすると、それは「わがまま」だ、自分が悪い目に遭っているのは自己責任なんだから、それを社会のせいにするのはお門違いかどまちじゃないか、と言われる傾向が、今、私たちが生活する社会ではとても強いです。

とくに、中学生や高校生、大学生に社会運動のお話をすると、必ずこのような反応をいただきます。

おそらく、これを読んでいる学生のみなさんも、学校や部活、塾や予備校に対して不満や主張があったとしても、そんなに簡単に伝えられないのではないのでしょうか。「みんながまんしているのに」「迷惑だからやめろ」といった形で「わがままなやつ」扱いされてしまうし、それで周囲から浮いたり友だちから変に思われるのも耐え難いことでしょう。

社会運動は「わがまま」だ。

じつは、その感情は、社会運動を研究している私にすら根強くあります。

私は社会運動をしている人に聞き取りをし、人々が社会運動を行う理由を分析するのが仕事です。10年間にわたって、世界中で、若い人にもお年寄りにも、一度だけ参加した人にも、もう何十年もやっているという人にも、ほんとうにたくさんの人にインタビューをしました。それでも、どうしても聞けなかった一言があります。

それは「なぜあなたは、『わがまま』と思われるのが怖くないのか？」という一言でした。もうすこし自分に引きつけて言うなら、「どうして私は、こんなにも多くの人と話をして、仲のいい友だちもできたのに、それでもまだ『わがまま』と思われるのが怖いのか？」というものでした。

社会運動をしている人は、「とにかくやってみよう」「声をあげてみよう」と言いますが、私は10年間、社会運動について「見てるだけ」の生活を続けながら、「それができないから困っているんだよ」という思いを抱いてきました。

じゃあ、何が私たちに社会運動を嫌わせ、社会や政治に対して声を上げ、「わがまま」

を言うことを妨^{さまた}げているのでしょうか。「わがまま」をはじめとした社会運動に対する悪口の背景をひもとくことで、それを明らかにしようと考えたのが、この本です。

私は社会運動をしていないから、「社会運動をしていないのに研究しているのか」と言われることもしょっちゅうです。

でもどんなに批判されても、社会運動をする人々のそばを離れようとは片時も思いませんでした。なぜかというところ、彼らと一緒にいればいるほど、自分には「遠い」と感じられていた政治的な事柄や社会の抱える問題が、身近になっていくのを感じたからです。一緒にご飯を食べるとき、割り箸を使わない。恋バナをしていても、自分や身近な人の恋人に対して「彼氏」や「彼女」といった言葉を使わない。なるべく深夜にはコンビニやファストフード店に行かない（それはどうして?と思われた方は、ぜひこの後を読み進めてください）……。

自分たちの生活で選ばれたり、使われたりしているものが、政治や社会といった、自分とは遠くて無関係に思えた世界とたしかにつながっていることがわかりました。彼らから学んだことを家や大学に持ち帰って、これも社会運動になるかな……と、自分の部

屋や教室のなかで、家族や友だちと、自分の生活の範囲でおさまるような「わがまま」、言うなれば「プチ社会運動」を試すのが、何よりも楽しかったのです。

おそらく「社会運動が、なんとなくイヤ」と思いつつこの本を手にとった人のなかには、政治や社会をどこか「遠い」ものとして捉えている人も多いのではないのでしょうか。納税や投票といった形で政治に関わっているはずの大人も、政治経済や社会科を学校で学んでいる学生も、それは同じだと思います。

でも、たしかに「政治」も「社会」もみなさんの足元に、恋人との間に、学校のなかにあるのです。あなたが学校の先生や職場の上司、同僚や友だちに対して感じている不満をひとつ想像してみてください。自分ではない特定の人がえこひいきされているように見えてモヤモヤするとか、会社や学校の理不尽なルールにイライラするとか……。

これらは、一見政治的でも社会的でもなく感じられるでしょう。

ただ、このような不満やモヤモヤに社会や政治が埋もれていることが、社会運動という「わがまま」について考えているうちにわかってきます。また、こうした不満に対して「わがまま」を言う、つまり不平を言ったり愚痴^{ぐち}を言ったりすることが、何がしか社会に関わることであり、政治に働きかける「芽」をつくるものでもあるのです。

不平や不満を訴えることは、私たちの社会において、苦しみや痛みを一方的にだれかに押し付けないために、絶対必要なものです。

これまでも多くの「わがまま」が政治を変えることで、社会を生きやすい場所へとつくり変えてきました。じゃあ、どうすれば私たちは日々感じているモヤモヤやイライラを超えて、自分を解放し、だれかを助けられるような「わがまま」に優しくなることができ、「わがまま」を言えるようになるのでしょうか。

この本では、その手がかりをお伝えできたら、と思います。

ある中高一貫校での講演をきっかけに、この本を執筆しました。ですから本書のなかの「みなさん」は多くの場合、中学生や高校生に対する呼びかけです。また学生生活にちなんだたとえを多く取り上げています。とくに「わがまま」を言いづらい環境で生活しているだろう学生に読んでもらえれば、と思って書き進めたのですが、同じように感じている大人の方にも身近に思ってもらえれば、とても嬉しいです。

教科書に出てくる小説や評論文のように、じっくり読み進める必要はありません。話

がふくらんだり、複雑になってきたら、各章末にある「ポイント」や、太字になっているところを読んで、わかった気になってもらっても全然かまいません。

4時間目と5時間目では、こっそり「わがまま」を言う方法、あるいはがつつり社会運動をするやり方を説明しています。もう社会に不満があつて、今すぐに「わがまま」を言ってみたくてたまらないという人は、4時間目から読み進めてみてください。

この本では、「わがまま」を「自分あるいは他の人がよりよく生きるために、その場の制度やそこにいる人の認識を変えていく行動」として定義します。でもこの定義は別に忘れてもらっても構いません。

「わがまま」というと、「自己中（自己中心）」「自分勝手」というイメージがありますが、社会運動の過程はとてクリエティブで、わくわくするようなこともたくさんあります。自分がわくわくしながら不満を解消できて、同じような苦しみを抱いている他の人を助けられるなら最高じゃないでしょうか？

1
時
間
目

私たちが
「わがまま」言えない理由

本書に出てくる読みもの一覧

2時間目

- ・「誰がデモに参加するのか？」
朝岡誠 田辺俊介編著「民主主義の危機」
——国際比較調査からみる市民意識」2014年、勁草書房
- ・「社会運動を許容する政治文化の可能性」
山本英弘「山形大学紀要（社会科学）第47巻第2号別刷」
2017年2月
- ・「日本人の考え方世界の人の考え方」
——世界価値観調査から見えるもの」
池田謙一編著 2016年、勁草書房
- ・「鈴木先生」
武富健治 2006年、2012年、双葉社
- ・「ボランティア」の誕生と終焉
——贈与のパラドックス」の知識社会学」
仁平典宏 2011年、名古屋大学出版会
- ・「政治を語るフレーム」
——乖離する有権者、政治家、メディア」
稲増一憲 2015年、東京大学出版会
- ・「集合行為論——公共財と集団理論」
マンサー・オルソン
依田博・森脇俊雅訳 1996年、ミネルヴァ書房
- ・「社会運動の参加／不参加選択を

めぐる意味構築」

- 伊藤奈緒「社会学評論」2006年56巻4号
 - ・「弟の夫」田亀源五郎 2015、2017年、双葉社
 - ・「ツヨシしっかりしなさい」
永松潔 1986年、1990年、講談社
- ### 3時間目
- ・「レッド」山本直樹 2007、2014年、講談社
 - ・「ツイッターと催涙ガス」
——ネット時代の政治運動における強さと脆さ」
ゼイナツブ・トウフェックチー
毛利嘉孝監修、中林敦子訳 2018年、Pヴァイン
 - ・「イデオロギーとユートピア」
カール・マンハイム
高橋徹・徳永恂訳 2006年、中公クラシックス
 - ・「ステイグマの社会学」
——烙印を押されたアイデンティティ」
アーヴィング・ゴッフマン
石黒敦訳 2001年（改訂版）、せりか書房
 - ・「ギャングース」
漫画・肥谷圭介、
ストーリー共同制作・鈴木大介
2013、2017年、講談社

BIBLIOGRAPHY

- ・「ハマータウンの野郎ども」
——学校への反抗・労働への順応」
ポール・ウイリス
照沢誠・山田潤訳 1996年、ちくま学芸文庫
- 4時間目
- ・「踊ってはいけない国で、踊り続けるために」
——風営法問題と社会の考え方」
磯部涼編著 2013年、河出書房新社
- ・「共生」の都市社会学
——下北沢再開発問題のなかで考える」
三浦倫平 2016年、新曜社
- ・「日本のZINEについて知っておくことすべて」
——同人誌、ミニコミ、リトルプレス
自主制作出版史1960～2010年代」
ばるばる・野中モモ 2017年、誠文堂新光社
- ・「社会運動のサブカルチャー化」
——G8サミット抗議行動の経験分析」
富永京子 2016年、せりか書房
- ・「OLたちのレジスタンス」
——サラリーマンとOLのパワーゲーム」
小笠原祐子 1998年、中公新書
- ・『実践 日々のアナキズム

- 世界に抗う土着の秩序の作り方」
ジェームズ・C・スコット
清水展・日下渉・中満和弥訳 2017年、岩波書店
 - ・「社会運動と若者」
——日常と出来事を往還する政治」
富永京子 2017年、ナカシヤ出版
 - ・「Anger is Why We're All Here」:
Mobilizing and Managing Emotions in a
Professional Activist Organization」
Kathleen Rodgers *Social Movement Studies*, 2010
- ### 5時間目
- ・「原発事故と「食」」
——市場・コミュニティ・差別」
五十嵐泰正 2018年、中公新書
 - ・「HIV/AIDSをめぐる
集合行為の社会学」
本郷正武 2007年、ミネルヴァ書房
 - ・「ロックフェスの社会学」
——個人化社会における祝祭をめぐって」
永井純一 2016年、ミネルヴァ書房
 - ・「ロッキング・オンの時代」
橘川幸夫 2016年、晶文社