

「許可した連携アプリの一覧」から自分が許可していない連携アプリの「許可を取り消す」をクリックして削除します。その後、念のためにアカウントのパスワードを変更します。

スパムDM以外にも「心理テスト」や「ツイッター判定」をしてくれるサイトで同様のAPIの許可を求められることがあります。信頼できるサイトでない限りはアカウントを乗っ取られることになり、許可してはなりません。

本人に悪意がなくても、迷惑行為を繰り返すアカウントは、スパムDMを受け取りたくないのでアンフォローされてしまいます。注意しましょう。

自分の環境を管理するのは自分である

2010年5月10日にツイッターを開始された糸井重里さん (@itoi_shigesato) の自己紹介は、「自分の環境を管理するのは自分である」という理念を見事に象徴しています。

こんな姿勢でやっていこうと思います。(みんななかよく5つのやくそく) 1 とげとげしいことばは、なしよ。2 だれがただしかろうが、なにがただしかろうが、ただしくないことも、ありよ。3 やすみたいとき、やすむのありよ。4 だまっていたいときに、だまっているの、ありよ。5 Beたのしくね。

この本で長々と書いてきたことを140字以内にまとめられてしまって、「まいた」という感じでした。

まず素敵なところは、「ツイッターではこうするべきだ」と他人に押し付けていることです。糸井さんの「こんな姿勢でやっていこうと思います」という「やくそく」を受け入れたくない方はフォローしなければ良いし話しかけなければ良い、それだけのことなのです。

けれども、自分と意見が合わない人を見かけたとき、人が最初に覚える衝動は「相手の意見を変えること」です。ですから、放置しておけなくて、相手に文句を言った、論破しようとしたりします。

とくに有名人に対して、最初から喧嘩腰で絡んでいる人をよく見かけます。また、言い間違いを見つけて鬼の首をとったように指摘したりする人も。こういったユーザーたちに対しても、多くの方は誠実に対応されています。そのあげく、対応に疲れてブロックすると非難されるのですから気の毒です。私は、有名人を含め、ユーザーひとりひとりに自分のツイッターの環境を管理する権利があると信じています。

不愉快なリプライをするユーザーをブロックする有名人に対し、「批判に耳を傾けず、賞賛の声だけを聞く『裸の王様』だ」という批判もあるようです。けれども、周囲の人が心配してあげなくても、彼らには、十分に批判される機会があります。優れたアスリートたちが、過剰に賞賛され、次に過剰に中傷されて潰されてきたことは誰でもよく知っているはずです。誹謗中傷にいちいち耳を傾けることが、その人が向上するためには有益だとは私には思えません。

批判の応酬や反論から生まれる発見などに期待を抱く人は、反論するユーザーもフォローし続ければ良いし、時間とエネルギーを消耗するだけで無益だと感じる人は、ブロックしてもかまわないと思います。その方針はひとりひとりの「勝手」であって、他人がとやかく口を出すべきものではありません。

自分がフォローしたユーザーのツイートが並ぶTL（タイムライン）とリプライ／リツイートは、私にとって自宅でのホームパーティーのようなものです。私のTLを読んで「わが家の雰囲気」が気に入らなければフォローしないでくれれば良いのですが、そういう方に限って土足で踏み込んできます。わが家のホームパーティーの雰囲気を守るためだと思えば、ブロックに罪悪感は覚えません。

ホームパーティーという比喩がしっくりこない方は、Popのプレイリストや、自宅の本棚を想像してみてください。どんな音楽を聴き、どんな本を読むのかはそれぞれの勝手です。また、それらには「私が選んだ」という特別な愛着があります。読むツイートも同じではないでしょうか。

これからのツイッターは、フォロワー数なんかよりも、自分のTLの環境を整える

ことにプライドを感じるべきではないかと思ったりもします。

すべての人から愛されることはない（し、愛する義務もない）

私の発言の意図を曲解して批判する相手に、何度も弁明のツイートをしてしまうのは、「すべての人から好かれない」という愚かな自己愛があるからかもしれません。つまり、誰からも好かれないので期待される行動を取ろうとするし、誤解されるとイメージを修正したくなる、という心理です。

でも、冷静に考えれば、「誰からも愛され、認められる」のは不可能です。

また、私の意図を理解する努力をせず、一方的に自分の意見を押し付けてくるユーザーを好きでいることも困難です。現実社会（リアルな社会）での人間関係に費やさねばならない時間とエネルギーを維持するためにも、このツイッター交流に時間の無駄遣いはできない、という結論に達します。

ストレスなくツイッターを続けるためには、「すべての人を愛し、愛されることは