



いじめによる心の傷 : 長期的影響についてのレビュー

長田, 真人
相澤, 直樹

(Citation)

神戸大学発達・臨床心理学研究, 17:8-15

(Issue Date)

2018-03-31

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCOI)

<https://doi.org/10.24546/81010305>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81010305>



いじめによる心の傷—長期的影響についてのレビュー— “Trauma” caused by bullying: A Review of long term effects

長田 真人* 相澤 直樹**
Makoto OSADA* Naoki AIZAWA **

要約: 大学生の8割ほどがいじめに関係してきたことが明らかになっている等、今日多くの若者たちがいじめにまつわる体験をしてきており、いじめはどの生徒にも起こりうる問題であるといえる。いじめ被害体験は直後の抑うつ傾向や心身症を引き起こすものであり、短期的だけでなく長期的にも不安傾向や対人関係の問題として青年期に影響を与えていることが示されている。一方で、こうしたネガティブな体験からの成長があることはトラウマに関する研究などから明らかになっており、その代表的なものにPTG(Post Traumatic Growth)があげられる。そこで、本稿においてはいじめによる心の傷をPTSDと「日常的な心の傷」(小田部, 2008)から考察し、また、PTG研究を概観することでいじめによる心の傷とその長期的影響についてのレビューを行う。本稿の目的は、トラウマ体験に関するレビューを行うことを通していじめの長期的な影響を調査する利点を示すことにある。本稿を通して、いじめ体験を「日常型心の傷」と捉え長期的な影響の特に成長的な側面に注目することによってPTG研究に発達の視点の付与すること、現代青年のパーソナリティ形成の特に健康的指標との関連を明らかにすること、トラウマ体験からの回復と成長を整理することによっていじめに対する新たな防止策の検討や実践が行えることへの可能性を示した。

1. いじめによる心の傷

いじめは今や私たちの身の回りにあり、多くの人が学生時代を通して経験してきている。そしていじめは、もはやライフイベントの1つといえるほど学校をはじめとする地域に存在しており、多くの児童がいじめによる心の傷やストレスに苦しんでいるといえる。1996年の文部科学大臣の言葉を借りれば、いじめはどこにでも存在し、どんな子でもいじめられる、いじめをする対象となりえている。森田・滝・秦・星野・若井(1999)によれば、いじめを様々な立場から経験した児童は全体の7~8割ほどであり、被害者体験をしたものがその中の2~3割を占めるとされている。そして、いじめは不登校・自殺などをはじめとした、思春期・青年期の心理臨床的な課題の背景として常に存在してきた。ここで、「いじめ」とは、「当該児童生徒が、一定の人間関係のある者から、心理的、物理的な攻撃を受けたことにより、精神的な苦痛を感じているもの。」とする。』とした文部科学省の定義に従い、本稿においても同様の定義を使用していきたいと考えている。これまでのいじめ研究では、いじめをどのような体験として位置付けるかについて検討がほとんどなされてこなかった(小田部・加藤・丸野, 2009a)。PTSDについての研究では、特定のトラウマ体験などを原体験とした成長が注目されてきたが(McMillen, Zuravin & Rideout, 1995)、いじめを原因とした自殺(愛知県における 1994

年の事件など)はDSMの改定もありPTSDの診断がついた例もあり(榎戸, 2006)、岩切(2014)によればいじめはトラウマ体験になりうることもされている。一方で、いじめ体験を日常的な心の傷と捉え、その影響を考察している研究もある。Troop-Gordon & Ladd(2005)は2年にわたる縦断研究から、いじめ被害が自己知覚及び他者知覚を媒介して「内在化問題(抑うつ・不安や孤独感など)」を引き起こし、また、他者知覚を媒介して「外在化問題(攻撃や非行など)」に結びつくことを明らかにしている。いじめ体験に関する知見としては、いじめ被害体験は直後の抑うつ傾向や心身症を引き起こすものであり(中桐他, 2008)、また、“不機嫌・怒り”や“無気力”のストレス反応が高いことを明らかになっている(岡安・高山, 2000)。同様の知見は神藤・齋藤(2001)の研究で示されており、いじめ加害とストレス反応、特に不機嫌・怒りや無気力の間には一定の関連があることが確認されている。また、いじめ被害とさまざまな心理的不適応の因果関係に関しては、いじめ被害が後の心理的不適応を引き起こす可能性と心理的不適応(例:低い自己観、攻撃性)がいじめ被害を招く可能性の双方向に影響を及ぼし悪循環することが示されている(Matsui, Kakuyama, Tsuzuki, & Onglatco, 1996)。さらに、いじめ体験については短期的だけでなく長期的にも不安傾向や対人関係の問題として青年期に影響を与えていることが示されている(荒木,

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科博士課程後期課程
** 神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授

2017年12月1日 受稿
2018年1月26日 受理

2005)。このように、いじめ体験はトラウマ体験として PTSD と捉えることもできるが、一方で、日常的な心の傷として長期的な影響を与えているととらえることができる。また、いじめからの長期的影響には成長的な側面があることもいくつかの研究から示されている(cf: 坂西,1995; 香取,1999)。

そこで、本稿ではトラウマ体験を原因とした精神疾患である PTSD と親しい他者からの攻撃を受けたことを原因とした「日常型心の傷」(小田部,2008)を概観し、さらに、危機的な出来事における精神的なもがきや戦いの結果生じるポジティブな心理的変容である PTG(Tedeschi & Calhoun,1996)を取り上げることで、いじめ体験からの心の傷を明らかにし、その長期的影響、特に成長的な側面を明らかにする利点を示すことを目的とする。

2. トラウマの概観

2-1. PTSD の概観

トラウマとは、心理学用語辞典によれば、ギリシャ語で傷を示す用語であり単純な身体的な傷をさすが、精神分析が進んでいく中で精神的な傷を表す用語として使われるようになった言葉である(中島・安藤・子安・坂野・繁樹・立花・箱田,1999)。精神疾患としては DSM-III(American Psychiatric Association,1980)において PTSD(Post Traumatic Stress Disorder: 心的外傷後ストレス障害)として示され、現在の DSM-5(American Psychiatric Association, 2013)まで継承されている。なお、DSM-III-Rからは外傷体験直後から4週間以内の解離症状は ASD(Acute Stress Disorder: 急性ストレス障害)と診断され、その約8割が PTSD に発展することが知られている(Harvey & Bryant,1998)。トラウマに関する研究は、18世紀の Janet,Pと Freud,S.によるヒステリーの精神力動研究に始まる(池田・岡本・森田,2013)。その後、20世紀の戦争神経症に関する研究や女性や子どもなどの社会的弱者に対するトラウマの研究が行われてきた。こうした研究にはウーマンリブ運動を背景とした家庭内トラウマについての研究がある(池田他,2013)。その中心的な人物である Herman(1992)は、女性や子供といった社会的弱者の心的外傷は黙殺されてきたとしている。なお、現在の DSM-5(American Psychiatric Association,2013)には性的な被害も PTSD を引き起こす体験に加えられている。日本におけるトラウマに関する研究は、戦争神経症・災害神経症などといった既存の神経症概念から研究されていたが(久留,2004)、1995年の阪神淡路大震災以降に PTSD として周知されるようになった。

PTSD については大きく3つの症状があることが知られている(西澤,1999)。1つは覚醒亢進症状であり、常に興奮状態で易刺激性を持ちイライラした状態である。2つは麻痺・回避症状であり、刺激に対する反応の鈍さやトラウマとなった出来事のあった場所や関連する事柄などを回避する状態である。3つは再体験・侵入症状であり、忘れようとしても当時の場面が生々しく蘇ってくることや関連する事柄によりフラッシュバックが生じる状態である。こうした症状は PTRS(Post Traumatic Stress Reaction; 心的外傷反応)とよばれ、こうした反応が起こる PTSD の構造は以下のように考えられている。トラウマ反応を生じさせるメカニズムについては Freud,S.の「誘惑説」に始まり、「妄想説」や「事後説」

などの精神分析理論によるものや学習理論によるものがあげられてきたが、現在最も精緻化され影響力がある理論は認知的理論であるといわれている(小田部他,2009a)。そこで、ここでは認知的理論について情報処理理論(Foa, Steketee & Rohnbaum,1989)、社会的認知理論(Janoff-Bulman,1992)、前2者を統合した二重表象理論(Brewin,Dalgleish & Joseph,1996)を紹介する。まず、1つに、情報処理理論があげられる。情報処理理論においては、PTSD の症状を逃避行動や回避を引き起こすための恐怖ネットワークである恐怖構造(mental fear structures)の形成によって現れるとしている(Foa et al.,1989)。つまり、恐怖構造がトラウマと連合しうる刺激によって活性化されることで再体験が発症し、再体験が起こるリスクを最小化するコーピングメカニズムとして回避・麻痺症状が起こり、過覚醒は恐怖構造が低いレベルで活性化し続けることをあらわれであるといえる(Foa et al.,1989)。この理論は暴露療法の基礎となるものであり、恐怖構造が修正され PTSD 症状が減少するための情報処理に焦点を置いている。次に、2つには、社会的認知理論である。社会的認知理論とは、トラウマ体験以前の信念と新しいトラウマとの間の葛藤と処理のあり方についてその個人の信念システムとの関係についての理論であり、トラウマ被害者はしばしば自分がトラウマ体験以前持っていた信念をトラウマ情報に合うように過度に歪めて統合してしまうために極端な不信と乏しい自己観や他者観を導くとされている(Resick,2001)。Janoff-Bulman(1992)は社会的認知理論の中で「人は積極的に自分自身の世界についての内的表象を作り、新しい体験においてはその個人的な世界に基づいて意味が与えられる」という「想定世界」を提示している。Janoff-Bulman(1992)はトラウマ体験により上記の「想定世界」における3つの大きな基本的な想定(世界は慈悲深いものである、世界は有意義なものである、自分は価値のあるものである)が崩壊するため、その結果として強い心理的な危機が起こりトラウマ体験前に持っていた基本的な想定では十分にトラウマに対処できずに認知的な崩壊や不安が起こるとしている。最後に、3つに、二重表象理論があげられる。二重表象理論(Brewin et al,1996)は上記2つを統合した理論であり、トラウマ体験を以下の2つのタイプの記憶として表象されるとしている。一つは、VAMs(verbally accessible memories: トラウマについての言語的にアクセス可能な記憶)である。VAMs はトラウマ体験についての自伝的記憶であるといえ、社会的認知理論で言われているような出来事と以前の期待や信念の間を葛藤するための意識的な想起に関わっているとされている。もう一つは、SAMs(situationally accessible memories: 自動的に、状況に依存した形でのみアクセス可能な記憶)である。SAMs は感覚的記憶であり、トラウマと類似した刺激状況にさらされたときに自動的にアクセスされフラッシュバックとして体験されるもので、情報処理理論で言われているように SAMs の活性化が恐怖と結びついて侵入や回避といった症状が示される。

また、PTSD の診断は上記の3症状に加えて当事者の体験した出来事がトラウマであるか(A基準)が必要となってくる。A基準は体験した経験が外傷的出来事であり、それに対する反応として恐怖や無力感を感じているかどうかを診断するものである。DSM が改訂される中でこのA基準も変化してきたが、ほぼ一貫して「そ

の出来事が当事者にとって生命の危機を感じさせるものである」ことを基準としている。DSM-5(American Psychiatric Association,2013)においては、「実際に生命の危機、重症、あるいは性的被害を一度または数度、以下の方法によって実際にあるいは危うく感じた」とし、外傷体験を実際に体験した、他者が外傷体験にあつてるところを目撃した、近親者あるいは親密な友人が外傷体験にあつたと知ること、有害で詳細な外傷体験に繰り返しあるいは強烈に暴露されたこと、の4点が挙げられている。一方で、池田他(2013)はA基準に関する研究を概観し、A基準を満たさない場合にもPTSD症状が起りうることを示している。その上で、致死性の高さ以外に長期反復性(出来事が長期間継続、複数回同じことがおきる)、対処困難性(これまでの対処方略では状況を改善できず、回避もできない)、自己コントロール感の剥奪(自己の行動や対処の自律性を剥奪される)の3属性が当事者に深刻な影響を及ぼす属性の候補であるとしている(池田他,2013)。同様の知見は、瀧井・上田・富永(2013)によれば、トラウマ体験の違いによる外傷後ストレス反応の差異は見られなかったが、外傷後ストレス体験・身体症状・抑うつ症状において不安感受性の影響があることが示されている。また、池田・岡本(2016)は外傷性の有無に関わらず当事者の持つ被害的な認知特性がトラウマ関連症状に強い影響を与えている可能性を大学生に対するアナログ研究から推察している。このようなPTSDに対する基準の問題から、PTSDの概念を広げる動きも見られる。Herman(1992)はトラウマを「単回性トラウマ」(ex:交通事故など)と「長期反復性トラウマ」(ex:児童虐待など)とに区別している。その上で、後者のような体験により引き起こされるPTSDを「複雑性PTSD」と呼びトラウマの概念を拡大させた。Herman(1992)は複雑性PTSDの診断基準として、全体主義的な支配下に長期間服属した生活史を送ったもの、感情制御変化、意識変化、自己感覚変化、加害者への感覚の変化、他者との関係の変化、意味体系の変化の7つを挙げている。単回性トラウマと長期反復性トラウマの違いについては、中心的な症状があげられる。単回性トラウマはPTSDの症状が中心であるが、長期反復性トラウマは自己観や他者観の信念の歪みを核にした「人格変容」と意識性的問題を核とした「解離」が中心症状であると考えられている(Herman,1992)。

2-2. 日常型心の傷の概観

辻(1981)は精神症や神経症病者の持つ存在構造を考察し、彼らに起こった体験の構造を『「自分の体験」という水準のものがやがて「自分そのもの」になっていくが(中略)、「普通でない体験」が圧倒的で決定的なものになると「自分そのものがどうしようもなく、普通でない」としか体験できなくなってしまう(pp93~94)』と記している。このような「心の傷」は従来の心理学研究の中ではトラウマとしてPTSDを引き起こす生命の脅威を体験するといった非常にストレスフルな体験として考えられてきた一方で、人が対人関係の中でより頻繁に体験している「心の傷」(例:言語的な攻撃、非難、裏切りなどによる精神的な苦悩)は体系だった研究が行われず、いじめ・心理的虐待といった個別の領域で研究されておりトラウマという用語が用いられることも少ない(小田部他,2009a)。小田部(2008)は上位概念として「心の傷」の中に下位

概念としてトラウマ(「単回性トラウマ」、「長期反復性トラウマ」と「日常型心の傷」とに分類・整理して位置付けることができる)として、「日常型心の傷」とは、親しい他者からの意図的あるいは無意図的な言語的攻撃や間接的な攻撃を受けたことを原因とした「心の傷」であるとした。小田部(2008)は「日常型心の傷」はネガティブな感情を伴う苦痛な体験でありそれが記憶に内在化されその後の認知や行動にネガティブな影響を与えるという点において、単回性トラウマや長期反復性トラウマと類似していることを示している。一方で、「日常型心の傷」は単回性トラウマや長期反復性トラウマと異なり、物理的な攻撃や身体的な傷を被ることが少ないためにその体験が周囲から見えにくいこと、生活を脅かすような不適応症状が直後に引き起こされることが少ないためにその影響がどういった側面に表れているのか認識されにくいこと、長期的に見た場合は徐々に後の対人関係に重大な影響を及ぼしている可能性があることが特徴としてあげられる。こうした短期的な影響だけでなく長期的にも影響を与えることは、トラウマ体験においても知られている(飛鳥井,2008)。小田部(2008)はCrick & Dodge(1994)の社会情報処理モデルを修正し、「日常型心の傷」体験循環モデルを作成し、自己像・他者像に対する認知的枠組みの歪みが対人関係に悪影響を与え、さらに、対人関係への悪影響が自己像・他者像の歪みにつながるといった悪循環のプロセスを示している。

以上のように、「日常型心の傷」は二重表象理論で説明すれば、SAMsによるPTSDの症状よりもVAMsによる認知の歪みなどが問題になりやすい症状であるといえ、ストレスアとしても身体的ではなくより精神的な影響が強いことが伺える(小田部他,2009a)。

3. PTG研究の概観

危機はそれまでの自身の世界観を揺るがす体験であり(Janoff-Bulman,1992)、そうした体験は私たちに身体的・精神的に否定的な影響を与え、ひどい場合にはPTSDを発症させる体験である。杉浦(2003)によれば、PTSDは何度も再体験するうちにトラウマを客観的に理解できるようになり、自分にとって意味のある意味づけができることで回復に向かうとしており、その過程には次の5つがあるとした。第1段階は身体的な安全を確保すること、第2段階はトラウマ性の記憶と反応の条件を理解し解除すること、第3段階はトラウマに関する個人のスキーマの再構築、第4段階としては安全な社会とのつながりと対人関係能力の再構築、そして第5段階として回復的な情緒体験の蓄積があるとした。一方で、こうしたネガティブな体験からの成長があることはトラウマに関する研究などから明らかになっており(Park,Cohen, & Murch,1996)、その代表的なものにPTG(Post Traumatic Growth)があげられる。PTGは心的外傷後成長といわれ、危機的な出来事や困難な経験における精神的なものがきや戦いの結果生じるポジティブな心理的変容の体験である(Tedeschi & Calhoun,1996)。Linley & Joseph(2004)によれば、様々なトラウマ体験をした経験者の70%が肯定的な変化を経験していることが示されている。Tedeschi & Calhoun(1996)はPTGの程度を測定するPTGI(Post Traumatic Growth Inventory)を作成し、PTG

を以下の5領域に分類している。1つが他者との関係で、困難な出来事を通じて他者との関係に肯定的な変化が生じることである(例:両親との死別をきっかけに家族のつながりが強くなった等)。2つが新たな可能性で、困難な出来事に対するもがきや対処を通じて人生の新たな可能性を見出すようになることである(例:そのことなしでは起きえなかったような社会参加をするようになった等)。3つが人間としての強さで、困難な出来事を通じて自身の強さを自覚するようになることである(例:自分は思っていた以上に強い人間である等)。4つが精神的な変容で、トラウマ体験を通じての精神的あるいは宗教的な成長である(例:人間の力を越えた存在に気づく等)。最後に、5つが人生への感謝で、人生において何が大切であるのかについての優先順位が変化することがある(例:以前は当たり前だと思っていた家族との時間が大切であることに気づく等)。一方で、PTGの5領域については文化による差があることが示されており、日本においては上記の4・5つ目がPTGIの因子構造では分割できないことが知られている(Taku, Calhoun, & Tedeschi, 2007)。また、日本においてはPTSDが阪神淡路大震災以降に広く知られるようになったが、一方でPTGは未だ知られていないのが現状であるといえる(Joseph, 2011)。

PTGが生じるメカニズムについてはいくつかの研究があり、以下ではそのうち3つに触れる。まず1つには、Tedeschi & Calhoun(1996)の示すモデルであり、トラウマ体験により揺るがされた個人の世界に対する基本的な信念をいくつかの認知的活動により再構成するプロセスの結果として成長を知覚することが示されている。とりわけ、認知的な活動としての反すうと社会文化的な要因が重要な役割を持つとされている。前者は自動的にネガティブなことを考えてしまう「侵入的的反すう」と崩壊した世界観や信念を再構築するための建設的な「意図的反すう」に分けられ、そのうち「意図的反すう」がPTGを増大させることが知られている(上條・湯川, 2016)。後者は近因の文化(直接個人に関わる家族や友人、友達など)と遠因の要因(社会的価値観や経済状態、宗教の有無など)に分けられ、その両者が影響を与えることが示されている。続いて、2つとして、Joseph & Linley(2005)の「有機体価値理論」があげられる。この理論は外傷的事象によってこれまでの想定世界が混乱した際に、同化と調整によりその体験を適切に価値づけるモデルである。この理論では、人は生得的にwell-beingや人生満足感の向上へと動機づけされており、成長を目指す有機体であるとされている。そのため、ストレスフルな体験から成長を得る過程に必要な意味づけの過程として、出来事を既存の自己の想定世界に取り入れる「同化」と出来事を経験したことにより崩れた想定世界を修正する「調整」を位置付けている。Joseph & Linley(2005)は、「調整」のみがPTGを導くことを指摘しており、堀田・杉江(2013)も同様の結果を示している。最後に、3つとして、Park(2010)の「統合的意味づけモデル」があげられる。この理論は日常的な感覚を指す「包括的意味」とストレスフルな体験をした際に行われる「状況の意味づけ(意味づけの過程と生成された意味に分けられる)」の相互作用を説明するモデルである。「統合的意味づけモデル」では、まず、ストレスフルな出来事を体験した際に出来事の評価を行う。その際に自己の持つ「包

括的意味」との間に不一致が起こると、人は意味づけの過程へと動機づけられ、結果として生成された意味が得られ、包括的な意味の一部となっていくとされている。「統合的意味づけモデル」はこれまで個別に検討が行われてきた概念をプロセスとして整理したものである。まず、「包括的意味」はJanoff-Bulman(1992)の社会的認知理論の中で「人は積極的に自分自身の世界についての内的表象を作り、新しい体験においてはその個人的な世界に基づいて意味が与えられる」とされている「想定世界」と同義であるといえる。次に、「状況の意味づけ」は意味づけの過程と生成された意味から構成されている(Park, 2010)。意味づけの過程では「包括的な意味」が侵害されたときに意味づけに動機づけられるとされている(Park, 2010)。この過程はJoseph & Linley(2005)の「有機体価値理論」における同化と調整の過程を含んでいるといえる。最後に、生成された意味は意味づけの過程を通じた産物である(Park, 2010)とされており、PTG(Tedeschi & Calhoun, 1996)と同義であるといえる。

以上のようなPTGの生じる過程に関するモデルの検討から、PTGに関係する概念については、反すう(上條・湯川, 2016)、ソーシャルサポート(亀田・相良, 2011)、自己開示(Calhoun & Tedeschi, 1998)、意味づけ(宅, 2005)等があげられるが、検討が不十分でない領域も多く、特にPTGと適応や精神的健康との関連について疑問が示されている(Frazier, Tennen, Gavian, Park, Tomich, & Tashiro, 2009)。PTGと適応に関する知見としては、武井・嶋田・鈴木(2011)はM-GTAをつかみ悲嘆からの成長を示している。その中で、肯定的な発見は悲嘆体験から一貫して増加することが示されているが、一方で否定的な認知は一貫して減少する型といったん減少したのち増加して、再び減少する型があることを示した。武井他(2011)はこれを「動揺」とよび、ネガティブな面とポジティブな面の双方を認知することの重要性を示唆している。このように、生成された意味とストレスフルな体験後の適応の関係は単純な直線関係ではないと考えられ、PTGは適応に対して有意な影響を与えていないという報告も見られる(Helgeson, Reynolds & Tomich, 2006)。PTGが精神的健康や適応と関連していないという結果の原因としては、測定法の問題や発達・時間経過との関係があることが示唆されている(堀田・杉江, 2012)。前者については、Nolen-Hoeksema & Davis(2004)によってPTGIの妥当性に関する疑問が提示され縦断研究が求められており、PTGIが実際に知覚される成長とは異なるものを測定している可能性が示唆されている。また、Frazier et al(2009)によれば、PTGIは現在の適応状態と関係を示さないが知覚された成長は適応状態と関連を示すことも明らかにしている。後者については、ポジティブな変化は時間の経過によって増加しないことが報告されており(久楽・田邊・松田・小口・佐藤, 2014)、ポジティブな変化は時間経過ではなく、肯定的な意味の付与が重要であることが示唆されている(岩野・樋町・橋本・坂野, 2007)。一方で、時間経過には発達の影響も考えなければならない。藤澤・小島(2015)はパス解析から、幼少期の逆境体験からのPTGが思春期では現在の抑うつ傾向の防御因子としての機能を介して現在のストレス強度を抑制していたが、成人期ではPTGが直接ストレス強度を抑制しており、発達段階における

PTG の機能に差がある可能性を示唆している。

4. 日常型心の傷、特にいじめの長期的な影響の特徴

4-1. いじめの長期的影響の特徴

いじめの影響は多くは消極的なものでありいじめの指導としては被害者の短期的な影響に注目し対処をしていく傾向にあると言えるが、一方で、いじめはその影響を青年期後期まで与えているともいえる。坂西(1995)は、いじめの長期的な影響を身体的カテゴリー・活動的カテゴリー・社会的カテゴリー・心理的カテゴリーに分け、青年期後期にあたる大学生期においてもいじめの影響があることを示唆した。このように、いじめの影響は大きく短期的な影響と長期的な影響に分けられる。この2つの影響をトラウマの二重表象理論(Brewin et al,2008)から説明すると、前者は体験独自のスキーマが活性化され自他の認知が歪むことでおこる PTSD 症状を例とする影響(SAMs)であり、後者は情報処理における一般的なスキーマが歪められた結果引き起こされる感情制御の困難さや人格形成の困難さの影響(VAMs)であると考えられる。前者については小田部・加藤(2007)の関下プライミングによる実験によって、後者については Troop-Gordon & Ladd(2005)のいじめ被害における縦断的な調査からも明らかになっている。

いじめの長期的な影響は、いじめ当時の心理的な苦痛が大きいほどその影響が大きいことが示唆されている(坂西,1995)。こうした影響の裏には、いじめによる認知の変化や友人関係等の環境の変化があるといえ単純にいじめそのものの影響であるとするのは難しいが、いじめにより消極的な影響だけでなく高い共感性や我慢強さなどといった積極的な影響もみられるとしている(坂西,1995)。また、香取(1999)はいじめの積極的な影響として他者尊重、精神的強さ、進路選択への影響の3つを挙げている。このように、いじめの長期的な影響は負の側面だけではなく正の側面を合わせ持った2つの側面があるといえる。一方で、江原(2011)によれば、いじめの長期的な影響としての積極的な影響はいじめ当時に受けたいじめの悪影響やいじめを受けてから経過した年数に関係なく、現在属している集団や共通の趣味を持った友人との出会いなどといった環境的な要因が大きいとしており、いじめの長期的な好影響は PTG と同様にいじめのそのものというより、いじめからの回復過程で学習されたと考えられるべきである。また、戸田(1997)はいじめ体験からの成長があることはいじめられた個人の認知の変化によるものであり、いじめのそのものによる結果ではないことを強調し、いじめの長期的な影響としての成長をいじめがあることが許される根拠にはならないことを指摘している。

4-2. いじめの長期的な影響を PTG の視点からとらえる利点

上記で見てきたように、いじめは自殺を引き起こす重大な問題でありいじめを原因とした自殺は PTSD になりうるが、一方で、いじめ体験を「日常型心の傷」と捉えることもできる(Troop-Gordon & Ladd,2005)。「日常型心の傷」はトラウマの二重表象理論(Brewin et al,1996)で説明すれば、SAMs による PTSD の症状よりも VAMs による認知の歪みなどが問題になりやすい症状であるといえる(小田部他,2009a)。このように、SAMs と VAMs による症状を中心とした「日常型心の傷」は長期的な影響についても異なるネガティブな影響を与えていると考えられ、

「日常型心の傷」は体験が周囲から見えにくいことや後の対人関係に重大な影響を及ぼしている可能性があることが示されている(小田部,2008)。一方で、トラウマ体験からの成長があることは明らかになっており、これは PTSD に限らず日常場面で頻繁に経験する学業や対人関係の悪化などの些細でネガティブな出来事からの精神的成長を扱った研究も海外を中心に増加している(Park et al,1996)。しかし、こうした研究は原体験ごとに独立して研究がされており、また、宅(2005)によれば、ストレス体験領域ごとに意味づけの過程が異なることが示唆されている。いじめに関する研究においても、いくつかの長期的な成長的側面に注目した研究は見られるが(坂西,1995; 香取,1999; 水谷・雨宮,2016)、その数は限られており未だ明らかでない部分が多い。そこで、いじめ体験を「日常型心の傷」と捉え長期的な影響、特に成長的側面に注目することの利点を以下に3つあげる。

まず、1つは、発達の視点の付与である。上記で述べてきたように、PTG が精神的健康や適応と関連していないという結果の原因として、発達との関係が検討されていないことが示唆されている(堀田・杉江,2012)。こうした中で、いじめは多くの点で現代の学生の発達に関わっていることが考えられる。まず、いじめは仲間関係の発達が原因で起こることが考えられ(保坂,2000)、文部科学省の「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」(2016)からも発達のな変化があることが示唆される。次に、いじめ体験からの回復的視点からも、その経過が発達段階と環境変化に影響すると考えられる。前者については、八木澤・丹羽・野村(2008)は過去のトラウマ体験に関する半構造化面接を大学生に行い、トラウマ体験をした「経験当時」、経験を自分の中で整理できるようになった「回復へ向かう転換期」、回復期としての「現在」において徐々に苦痛度や PTSD が減少していくこと、さらに、「経験して良かった」という感情は「転換期」を経て「現在」において高くなることを示した。後者においては、江原(2011)によれば、いじめの長期的な影響としての積極的な影響は現在属している集団や共通の趣味を持った友人との出会いなどといった環境的な要因が大きいとされている。また、循環型いじめ(三島,2016)といわれるような被害者と加害者の入れ替わるいじめも現れており、今のいじめが次のいじめに関係していることが考察される。このように、いじめ体験から発達の視点を取り入れ PTG を検討することは、長期的なネガティブ・ポジティブな影響が個人の特性や環境の要因だけではなく、個人の発達の側面があることを明らかにし、特に教育的な側面で意義のある成果が得られるのではないかと考えられる。

次に、2つは、いじめは体験者が多いため、現代青年のパーソナリティ形成、特に健康的指標との関連を明らかにすることが考えられる。森田他(1999)によれば、いじめを様々な立場から経験した児童は全体の7~8割ほどであり、多くの学生がいじめに関わってきていることが伺える。このことは、青年期において多くの大学生のパーソナリティ形成において、いじめやいじめ体験からの成長はその一端を担っている可能性が考えられる。Jayawickreme & Blackie(2014)も PTG がパーソナリティの形成に関係していることを示唆している。また、精神的健康に係る尺度との関連として、PTG とレジリエンスや首尾一貫性、ハー

ディネスとの関連が注目されている(上野・飯村・雨宮・嘉瀬,2016; 藤里・小玉,2011; 奥野・萬羽・青野・東・奥村,2013)。これらの概念に関する整理は未だ不十分であるが、PTG に関しては以下のような知見が蓄積されている。藤澤・小島(2015)によれば、PTG は思春期・青年期においては現在の抑うつ傾向の防御因子として働くことが知られているが、一方で、レジリエンス等と異なった経路で働くことが示唆されている。レジリエンスについては、危機的な状況からの回復を比較的速度やかに行えるために、PTG がレジリエンスを高めることはあってもレジリエンスが高いものは PTG を経験しにくいといわれている(Tedeschi,2011)。また、Linley & Joseph(2004)は自己効力感とハーディネスの高さが成長感の大きさと関連があること、一方で首尾一貫性とは関連がないことをレビューしている。このように、いじめ体験についてその長期的影響を大学生に調査することによって、現代青年のパーソナリティ形成、特に健康的指標との関連を明らかにする可能性があると見える。

最後に、3 つは、トラウマ体験からの回復と成長を整理することで、いじめに対する新たな防止策の検討や実践が行えるのではないかと考える。PTG は現在の適応と関連していないことも示唆されており(Helgeson et al.,2006)、いじめ研究においてもいじめからの回復と成長的な側面が分離している結果が得られている(三島,2015)。また、トラウマの二重表象理論(Brewin et al.,2008)からみると、いじめの影響は SAMs による影響と VAMs による影響に分けられることから、いじめ体験からの回復は SAMs からの回復と VAMs からの回復に分けられると考えられる。前者については、Herman(1992)の PTSD からの回復の三段階(安全、想起と服喪追悼、再結合)や従来の精神科における薬物治療や精神療法(榎戸,2006)の有効性が示されている。後者については、レジリエンシー高群において VAMs から有益性発見へのパスが有意であることが示されている(小田部・加藤・丸野,2009b)。後者について、小田部他(2009b)の研究において使われている有益性発見に関する尺度は田口・古川(2005)の日本語版外傷体験後成長尺度であり、この尺度は Tedeschi & Calhoun(1996)の PTGI であることから、PTG は VAMs の影響を受けていることが考えられる。そして、この2つの影響からの回復の違いは、トラウマからの回復と成長とは違う対処が有効である可能性を示していると考えられる。これをいじめについて考えると、現在のいじめ防止策はほとんどが早期対処を目的としており、SAMs の影響には対応しているが、いじめを受けた・行った生徒への長期的な影響、VAMs の影響への対応が吟味されていないことが考えられる。文部科学省(2013)のいじめ防止条例推進法はいじめが権利の侵害であり決して許されるものではない事やいじめは被害者加害者だけの問題ではなく集団全員の問題であること、早期発見・早期対処などの項目が盛り込まれており、その細かい規定は各地方自治体が独自に運用している。文部科学省(2014)によれば、実際にいじめを受けている児童生徒に対して行われた対応として、学級担任や他の教職員が状況を聞く、学級担任や他の教職員が継続的に面談しケアを行う等が多くとられている。このように、いじめ体験後の対処についてもケアが重視されており、ここに長期的な視点、特に成長的な視点がないように感じる。つまり、いじめの長期的な影響、

特にその成長的な側面に注目することはトラウマ体験からの回復と成長を整理することにつながり、いじめに対する新たな防止策の検討や実践につながるのではないかと考える。

5. 今後のトラウマ研究, PTG 研究, いじめ研究, に向けて

前項で述べたように、本稿ではいじめについての長期的影響の特に成長的な側面を検討することで発達の視点の付与、現代青年のパーソナリティ形成の特に健康的指標との関連を明らかにすること、トラウマ体験からの回復と成長を整理することが可能ではないかと考えた。一方で、いじめ研究や PTG 研究には測定法の課題がある。前者に対しては、調査項目の内容といじめの定義が定まらないことが問題となっており(岡安・高山,2000)、後者については、横断的な研究ではなく縦断的な研究が求められている(Jayawickreme & Blackie,2014)。このように測定法上の問題はあがるが、トラウマ体験からの長期的な影響、特に成長的な側面を明らかにしていくことが臨床的な援助につながっていくことを期待している。

引用文献

- 荒木 剛 (2005). いじめ被害体験者の青年期後期におけるレジリエンス(resilience)に寄与する要因について パーソナリティ研究 **14**,1,54-68.
- American Psychiatric Association (1980). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, third edition*. American Psychiatric Publishing, Washington D.C (アメリカ精神医学会 高橋三郎・花田耕一・藤縄 昭(訳) (1982). DSM-III精神障害の分類と診断の手引き 医学書院.)
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, fifth edition*. American Psychiatric Publishing, Washington D.C(アメリカ精神医学会 高橋三郎・大野 裕・染矢俊幸・神庭重信・尾崎紀夫・三村 将・村井俊哉(訳) (2014). DSM-5 精神障害の分類と診断の手引き 医学書院.)
- 飛鳥井 望 (2008). PTSD と心の傷 教育と医学 **56**,5,416-424.
- 坂西友秀 (1995). いじめが被害者に及ぼす長期的な影響および被害者の自己認知と他の被害者認知の差 社会心理学研究 **11**,2,105-115.
- Brewin,C.R., Dalgleish,T., & Joseph,S. (1996) A dual reorientation theory of posttraumatic disorder. *Psychological Review*,**103**,670-686.
- Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G. (1998). Beyond recovery from trauma: Implications for clinical practice and research. *Journal of Social Issues*,**54**,2,357-371.
- Calhoun,L.G., & Tedeschi,R.G. (2006) *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*. Lawrence Erlbaum Association. (心的外傷後成長ハンドブックー耐え難い体験が人の心にもたらすもの. 宅・清水(監訳) 2014 医学書院)
- Crick,N.L. & Dodge,K.A. (1994) A review and reformulation

- of social information-processing mechanism in children's social adjustment. *Psychological bulletin*, **115**, 74-101.
- 江原 稔 (2011). いじめ被害による長期的な影響を緩和する要因に関する基礎的研究 人間科学研究 **24**, 1, 59-59.
- 榎戸美佐子 (2006). いじめ-精神科における対処- 臨床精神医学 **35**, 305-310.
- Foa, E.B., Steketee, G., & Rohnbaum, B.O. (1989). Behavioral/cognitive conceptualization of post-traumatic stress disorder. *Behavior Therapy*, **20**, 155-176.
- Frazier, P., Tennen, H., Gavian, M., Park, C., Tomich, P., & Tashiro, T. (2009). Does self-reported posttraumatic growth reflect genuine positive change? *Psychological Science*, **20**, 912-919.
- 藤里紘子・小玉正博 (2011). 首尾一貫感覚が就職活動に伴うストレスおよび成長感に及ぼす影響 教育心理学研究, **59**, 295-305.
- 藤澤隆史・小島雅彦 (2015). 逆境体験からの精神的成長を規定する要因の発達心理学的検討 発達研究, **29**, 95-108.
- Harvey, A., & Bryant, R. (1998). Relationship between acute stress disorder and posttraumatic stress disorder: a two-year prospective evaluation. *J Consult Clin Psycholgy*, **67**, 985-988.
- Helgeson, V.S., Reynolds, K.A., Tomich, P.L. (2006) A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **74**, 5, 797-816.
- Herman, J.L. (1992). *Trauma and Recovery*. HaperGollins, New York. (中井久夫(訳) (1999). 心的外傷と成長 みすず書房.)
- 久留一郎 (2004). PTSD-ポスト・トラウマティック・カウンセリング 駿河台出版社.
- 堀田 亮・杉江 征 (2012). ストレスフルな体験の意味づけに関連する研究の動向 筑波大学心理学研究, **44**, 113-122.
- 堀田 亮・杉江 征 (2013). 挫折体験の意味づけが自己概念の変容に与える影響 心理学研究, **84**, 4, 408-418.
- 保坂 亨 (2000). 学校を欠席する子どもたち—長期欠席・不登校から学校教育を考える 東京大学出版.
- 池田龍也・岡本祐子 (2016). 被害的な認知特性と出来事の外傷性が外傷後反応と解離体験に及ぼす影響 パーソナリティ研究 **25**, 2, 166-170.
- 池田龍也・岡本祐子・森田修平 (2013). トラウマと心に傷に関する研究の動向と展望-何が人を傷つけるのか- 広島大学心理学研究, **13**, 91-105.
- 岩野 卓・樋町美華・橋本忠行・坂野雄二 (2007). 心理的な成長を促す出来事に関する検討 日本行動療法学会大会発表論文集 **33**, 318-319.
- 岩切昌宏 (2014). いじめ対応とトラウマケア 学校危機とメンタルケア, **6**, 53-62.
- Janoff-Bulman, R. (1992). Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma. New York: Free Press.
- Jayawickreme, E., & Blackie, L.E.R. (2014). Post-traumatic growth as positive personality change: Evidence, Controversies and future directions. *European Journal of Personality*, **28**, 312-331.
- Joseph, S. (2011). *What doesn't kill us :the new psychology of posttraumatic growth*. Basic Books. (ジョセフ, S. ト라우マ後成長と回復—心の傷を超えるための 6 つのステップ. 北川知子(訳) 2013 筑摩書房.)
- Joseph, S. & Linley, P.A. (2005) Positive adjustment to threatening events :Anorigismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, **9**, 262-280.
- 亀田秀子・相良順子 (2011). 過去のいじめられた体験の影響と自己成長感をもたらす要因の検討 —いじめられた体験から自己成長感に至るプロセスの検討— カウンセリング研究 **44**, 4, 277-287.
- 上條菜美子・湯川進太郎 (2016). ストレスフルな体験の意味づけに関する質的検討 筑波大学心理学研究, **51**, 35-46.
- 香取早苗 (1999). 過去のいじめ体験による心的影響と心の傷の回復方法に関する研究 カウンセリング研究 **32**, 1, 1-13.
- 久楽貴恵・田邊絵理子・松田郁緒・小口美佳・佐藤健二 (2014). トラウマの構造化開示が心身機能に及ぼす影響: 外傷後成長の検討 徳島大学人間科学研究, **22**, 21-39.
- Linley, P.A. & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, **17**, 11-21.
- Matsui, T., Kakuyama, T., Tsuchi, Y., & Onglatco, M. (1996). Long-term outcomes of early victimization by peers among Japanese male university students :Model of a vicious cycle. *Psychological reports*, **79**, 711-720.
- McMillen, C., Zuravin, S., Rideout, G. (1995). Perceived benefit from child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **63**, 6, 1037-1043.
- 三島浩路 (2015). 仲間からの排斥が将来展望に及ぼす影響 現代教育学部紀, **7**, 13-20.
- 三島浩路・橋本秀美 (2016). 仲間集団に対する指向性や学級雰囲気といじめの関連: 中学 1 年生を対象とした調査の結果から 現代教育学部紀要, **8**, 9-17.
- 水谷聡秀・雨宮俊彦 (2015). 小中高時代のいじめ経験が大学生の自尊感情と Well-Being に与える影響 教育心理学研究 **63**, 2, 102-110.
- 文部科学省 (2013). いじめ防止対策推進法 文部科学省 2013 年 6 月 28 日 <http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1337219.htm> (2018 年 1 月 26 日)
- 文部科学省 (2014). 平成 25 年度児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 文部科学省 2015 年 10 月 16 日 <<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/NewList.do?tid=000001016708>> (2018 年 1 月 26 日)

- 文部科学省 (2016). 平成 26 年度児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 文部科学省 2016 年 3 月 <<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001069140&cycode=0>> (2018 年 1 月 26 日)
- 森田洋司・滝 充・秦 政春・星野周弘・若井弥一 (1999). 日本のいじめ-予防・対応に生かすデータ集 金子書房
- 中桐佐智子・岡本陽子・澤田和子 (2008). いじめを受けた時の自覚症状と対処行動に関する研究 吉備国際大学保健科学部研究紀要,13,27-34.
- 中島義明・子安増生・繁樹算男・立花政夫・箱田祐司・坂野雄二・安藤清志(編) (1999). 心理学辞典 有斐閣
- 西澤 哲 (1999). トラウマの臨床心理学. 金剛出版.
- Nolen-Hoeksema,S. & Davis,C.G. (2004). Theoretical and methodological issues in the assessment and interpretation of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*,15,60-64.
- 岡安孝弘・高山 巖 (2000). 中学校におけるいじめ被害者および加害者の心理的ストレス 教育心理学研究 48,4,410-421.
- 奥野洋子・萬羽郁子・青野明子・東 賢一・奥村二郎(2013). 対人援助職のストレス体験が1年後の自己成長感に与える影響に関する縦断的研究 近畿大医誌,38,3-4,115-124.
- 小田部貴子 (2008). 対人関係の中で「日常型心の傷」一歪められていく自己像/他者像— 教育と医学.
- 小田部貴子・加藤和生 (2007). 反復性のつらい体験によって形成される「心の傷スキーマ」の実証的研究: 閾下感情プライミングパラダイムを用いて パーソナリティ研究 16,1,25-35.
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009a). 「心の傷」に関する諸研究をどう位置づけるか: 「日常型心の傷」を取り入れた新たな枠組みの提案 九州大学心理学研究,10,61-80.
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009b). レジリエンスの高さによって傷つき体験とその後の心理プロセスはどのようにことなるのか ストレスマネジメント研究 6,1,11-17.
- Park,C.L. (2010). Making sense of the meaning literature :An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*,136,2,257-301.
- Park, C.L., Cohen, L.H., Murch, R.L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*,64,1,71-105.
- Resick,P.A. (2001). Stress and Trauma. New York: Psychology Press.
- 神藤貴昭・斎藤誠一 (2001). 中学生におけるいじめと学校ストレスの関連 研究論叢,8,23-35.
- 杉浦 健 (2003). 人はなぜ変わらない(1)—トラウマ記憶と PTSD,その治療と回復 近畿大学教育論叢 14,2,33-46.
- 武井優子・嶋田洋徳・鈴木 伸 (2011). 喪失体験からの回復過程における認知と対処行動の変化 カウンセリング研究,44,1,50-59.
- 瀧井美緒・上田純平・富永良喜 (2013). トラウマ体験の違いによる外傷後ストレス反応, 身体症状, 抑うつ症状, 不安感受性の差異に関する検討 不安障害研究 4,1,10-19.
- 宅 香菜子 (2004). 高校生における「ストレス体験と自己成長感をつなぐ循環モデル」の構築--自我の発達プロセスのさらなる理解にむけて 心理臨床学研究 22,2,181-186.
- 宅 香菜子 (2005). ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討--ストレスに対する意味の付与に着目して 心理臨床学研究 23,2,161-172.
- Taku,K., Calhoun,L.G., Tedeschi,R.G., Gil-Rivas,R.P., & Cann,A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress, and Coping*,20,4,353-367.
- Tedeschi,R.G. (2011). Posttraumatic growth in combat veterans. *Journal Psychology in Medical Settings*,18,137-144.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*,9,455-471.
- Troop-Gordon,W., & Ladd,G.W. (2005). Trajectories of peer victimizations of the self and school-mates: Precursors to psychological and school maladjustment. *Child Development*,76,1072-1091.
- 戸田有一 (1997). 教育学部学生はいじめ・いじめられ経験といじめに対する意識 鳥取大学教育学部教育実践研究指導センター研究年報,6,19-28.
- 辻 悟 (1981). 治療精神医学への道程 治療精神医学研究所 pp93-94.
- 上野雄己・飯村周平・雨宮 怜・嘉瀬貴祥 (2016). 困難な状況からの回復や成長に対するアプローチ: レジリエンス,心的外傷後成長,マインドフルネスに着目して 心理学評論,59,4,397-414.
- 八木澤麻子・丹羽奈緒・野村和孝 (2008). 大学生における外傷体験からの回復過程に関する検討 トラウマティック・ストレス 6,2,191-199.