

いじめられた体験を通じた自己成長感を促す他者からの支援

小早川茄捺・杉村和美・石田 弓

Support from helpers promoting feelings of Self-Growth through experiences of being bullied

Kana Kobayakawa, Kazumi Sugimura, and Yumi Ishida

Experiences of being bullied exert long-lasting effects on victims; however, such effects are not only negative, as positive ones have also been observed. This paper focuses on the positive effects of experiences of being bullied, defining them as feelings of self-growth. This study conducted a survey of university students, asking them to recollect their past experiences of being bullied. The preliminary research created a “support from helpers scale,” using free descriptions to clarify the support that victims of bullying actually received. The main research, conducted via the questionnaire method, questioned what types of help from people around them were useful for healing their inner psychic trauma and for developing feelings of self-growth through the bullied experience. Results show that proactive forms of help from others, such as “creating a safe space for victims,” “opposing bullying,” and “giving advice,” were more useful than passive forms of help, such as “consoling” or “listening to victims’ stories.”

Key words : experiences of being bullied, feelings of self-growth, support from helpers

問題と目的

いじめの定義

文部科学省（2006）によると、いじめは「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。なお、起こった場所は学校の内外を問わない」と定義されている。また、森田（1994）は、いじめを「同一集団内の相互作用過程において優位にたつ一方が、意識的に、あるいは集合的に、他方に対して精神的・身体的苦痛をあたえることである」と定義している。Olweus（1993 松井・角山・都築訳 1995）は、一般的に、ある生徒が、繰り返し、長期にわたって、一人または複数の生徒による拒否的行動にさらされている場合、その生徒はいじめられていると定義している。これらの定義に共通しているのは、いじめ被害者が精神的、身体的な苦痛を感じていること、加えて被害者と加害者の間に一定の人間関係があることである。そこで本調査では、「いじめ」とは「一定の人間関係のある一人ないしは複数

の者から身体的・心理的な攻撃を受け、本人が苦痛を感じている状態のこと」と定義する。さらに、森田（2010）は、いじめには、ふざけやからかい、冗談から、明らかに刑法に触れる暴行、傷害、恐喝まで、幅広い行為が含まれていると述べており、いじめの基準を客観的に設けることの難しさを示している。そこで、何がいじめであるかはあくまで本人の主観的な認識によるものとする。

いじめられた体験の影響

いじめを受けたことによる影響は、いじめの事態が解消し、一定の時間を経たとしても簡単に消失するものではなく、長期間を経ても身体的・精神的に影響を受けることが指摘されている（坂西，1995；Smith，1993；立花，1990）。これらの研究によると、いじめ被害者は体の不調、イライラ等の身体的苦痛に加えて抑うつ、自己への悲観的な見方、空想逃避等の精神的苦痛を長期間にわたり経験していることが明らかにされた。さらに、いじめを受けたことによる影響は不良行為や非行の原因になるなど、問題行動の原因となることもある。藤森（2013）は、思春期のいじめによるトラウマ反応としてアルコール、たばこ、薬物使用等によってトラウマ反応を紛らわせようとする等の反応を示す者がいたことを明らかにしている。小島（1992）が行った少年の非行といじめの関連についての調査では、いじめられた体験は、その後の問題行動を派生させる原因となり得る危険性を秘めていることを示唆している。つまり、いじめ被害者はいじめられた体験の負の影響として、不適応状態に陥っていると言える。

いじめは上記のような否定的な影響がある一方で、肯定的な影響を実感している者がいることも報告されている。坂西（1995）は、相手の気持ちをよく考えるようになったこと等は、被害者自身の苦しい体験の中から共感性を高めた結果であると述べている。香取（1999）は、いじめには他者尊重、精神的強さ、進路選択への影響というプラスの影響もあると述べている。亀田・相良（2011）によると、過去のいじめられた体験を通して自己成長感を自覚している群では、いじめられた体験を振り返って「自分の性格がよい方向へ変わった」、「成長できた」等の変化を感じていることが示された。このようにいじめ被害者の中には、いじめられた体験を糧に成長できたと感じる者や肯定的な影響があったことを実感している人がいる。

いじめられた体験からの回復

いじめはトラウマになりうるということが指摘されているが（藤森，2013；岩切，2014）、近年、外傷的な体験や危機的な体験をきっかけとして自己の成長を実感するケースがあることが示されており、自己成長、外傷後成長と呼ばれている。自己成長感は心的外傷を体験する前の性格特徴や精神的強さが心的外傷を受けた後に成長すること（心的外傷後成長）と定義されている（井上，2013）。特に家族や社会からの支援が得られる場合、心的外傷体験による悪影響が少ないと考えられている。そこで本研究では、いじめられた体験を通して自己の成長を実感している状態を「自己成長感」と捉えることとする。

また、森田（2010）は、表面上のトラブルが解決したことをもって、「いじめの終結」と見なすべきではない、子どもの内面についての傷痕の修復に至らなければ、いじめ問題の真の解決が図られたとはいえないと述べている。したがって、いじめ自体を解消することはもちろん重要であるが、その後のケアをして、いじめられたことによって受けた内面の傷痕を回復させることも極めて重要で

あると考えられる。しかし、いじめの前後でいじめ被害者にどのような変化があるのかを測ることが出来ないため、いじめられた体験からの回復を厳密に定義し、検討することは不可能である。いじめ被害者はいじめられた体験の負の影響として、不適応状態に陥っていると言える。よって、本研究では、森田（2010）の述べているいじめによる内面の傷跡の回復を検討するために、いじめられた体験を経た現在の適応と自己成長感の関連を検討することとする。現在の適応と自己成長感の間には関連があると考えられる。

自己成長感の生起に関わる要因

それでは、外傷体験後の成長に関わる要因にはどのようなものがあるのでしょうか。林・市井・宅・富永（2015）によると、外傷体験直後の自己開示とそれに対する聞き手のポジティブな応答が、外傷後成長の生起に重要な役割を果たしている可能性が示唆された。しかし、いじめられた体験に関していえば、自己成長感に注目した研究は少ない。亀田・相良（2011）によると、いじめられた体験を通して自己成長感を自覚している群では、自己開示からソーシャル・サポートを得ており、さらに支えてくれる重要な他者の存在があることが示された。宅（2010）は、いじめを体験している中学生徒への介入事例を示し、担任教師の成長促進的な関わりが自己成長感の促進に有効であったと述べている。これらの研究から、いじめられた体験を通じた自己成長感の生起に限定すると、ソーシャル・サポートや重要な他者に支えられることなど、他者から支援を受けたことが重要な要因となることが明らかになっている。しかし、その中でもどのような内容の支援が特に有効であるかに焦点を当てた研究はみあたらない。

一方、岡本（2005）によると、教師がいじめ指導に難しさを感じる内容として、子どもへの声かけと言葉の選び方をあげている。また、生田（1996）によると、28.3%の教師が指導に困難を感じた子どもの問題としていじめをあげている。このようなことから、いじめ被害者を周囲の支援者がどのように支えるかに注目する必要がある。

本研究の目的

本研究では、大学生を対象に、過去のいじめられた体験について回想させ、いじめられた体験を通して自己成長感を得るにはどのような内容の支援が有用であるかを検討するために、以下の4点を明らかにすることを目的とする。

まず、①過去にいじめられた体験を持つ大学生が、周囲の人から実際にどのような支援を得たかを自由記述によって調査し、支援の具体的な内容を明らかにすることで「他者からの支援尺度」を作成する。これを用いて、②いじめられた体験を持つ大学生が実際に他者から受けた支援の内容とその支援がどれくらい得られたかに注目し、どのような支援が自己成長感の獲得を促進するのかを検討する。さらに、③いじめられた体験がある者となない者では、いじめ被害者に対する支援の有効性の捉え方に違いがあるのかを検討する。最後に、④自己成長感といじめられた体験を経た大学生の現在の適応との関連も合わせて検討する。これを検討することは、いじめられた体験からの回復を測る一つの指標となると考えられる。

予備調査

目的

これまでに、いじめ被害者に対する周囲の人からの支援を測定する尺度は作成されていない。そこで、いじめ被害者と知人の中にいじめ被害者がいた人を対象とし、実際にどのような支援が行われたのかを自由記述を用いて調査し、「他者からの支援尺度」を作成することを目的とした。

方法

1. 調査対象者 調査に同意した広島県内の大学生 102 名（男性 43 名，女性 58 名，不明 1 名）で、平均年齢 20.37 歳（ $SD=1.99$ ）であった。
2. 調査手続き 2014 年 7 月から 8 月にかけて調査を実施した。調査依頼は全て縁故法で行った。
3. 調査内容 年齢，性別，所属大学，所属学部，学年の他に，以下の質問群を使用した。

(1) いじめられた体験の有無：いじめられた体験を確認するために「はい」/「いいえ」を選択するよう求めた。「はい」と回答した調査対象者には (2) と (3) に、「いいえ」と回答した調査対象者には (3) に回答するよう教示した。

(2) いじめ被害者が実際に受けた周囲の人からの支援：自分がいじめられたときに周囲の人からしてもらった支援を，自由記述形式で回答を求めた。なお，ここでは，いじめられた当時に得られた支援のみではなく，いじめが解決した後に得られた支援についても回答を求めた。

(3) 周囲の人がいじめ被害者に対して行った支援：いじめられた体験があると回答した調査対象者とないと回答した調査対象者双方に，知人がいじめられてると感じた時に，自分がその人に対してどのようなことをしたかを自由記述形式で回答を求めた。

結果と考察

いじめられたことがあると回答したのは 28 名 (27.4%)，ないと回答した人は 73 名 (71.6%)，不明 1 名 (0.9%) であった。坂西 (1995) の研究では，いじめられ体験者は全体の 24% であり，本研究においても概ね同じ割合であった。

自由記述で得られた回答は，筆者らが文章を意味のある単位に区切り，1 つの記述とした。その結果，自分がいじめられた時に周囲の人からしてもらった支援の記述数は 61，知人がいじめられた時に自分がした支援の記述数は 174，合計 235 であった。

得られた回答を心理学を専攻する学生 10 名，教員 1 名とともに KJ 法 (川喜田・牧島，1970) を援用して整理，分類した結果，いじめに対する他者からの支援尺度を作成するために 48 項目が抽出された。各回答から，以下の 9 つのカテゴリーが抽出された。1 つ目は「相談経験なし」であった。2 つ目は「何もしてくれなかった」であった。3 つ目は「話を聞く」(例 聞き役に回ってくれた) であった。4 つ目は「問題解決のための行動」(例 いじめに反対する意見を言ってくれた) であった。5 つ目は「加害者への働きかけ」(例 加害者と和解させようとしてくれた) であった。6 つ目は「いじめとは直接関係のない行動」(例 お昼ごはんや移動教室など一緒に行動してくれた) であった。7 つ目は「態度」(例 普段通り接してくれた) であった。8 つ目は「被害者への声掛け」(例 前向きな言葉をかけてくれた) であった。9 つ目は「その他」(例 知人自身のいじめられた経験について話してくれた) であった。

本研究では「他者からの支援尺度」を作成することを目的としているため、「相談経験なし」や「何もしてくれなかった」の2つのカテゴリーは支援には含まれないと判断し、質問項目に含まないこととした。分類の結果、「話を聞く」が10項目、「問題解決のための行動」が8項目、「加害者への働きかけ」が5項目、「いじめとは直接関係のない行動」が6項目、「態度」が8項目、「被害者への声掛け」が10項目、「その他」が1項目の合計48項目となった。

また、本調査は大学生を対象としたため、いじめ被害者の知人、友人からの支援が多かったと考えられる。この予備調査によって、「他者からの支援尺度」として48項目を作成した。

本調査

目的

いじめられた体験を持つ人が実際に他者から受けた支援の内容とその支援をどれくらい得られたかに注目し、どのような支援が自己成長感の獲得を促進するのかを検討する。さらに、いじめられた経験がある群とない群でいじめられた人に対する他者からの支援の捉え方に違いがあるのかを検討する。また、自己成長感と青年の現在の適応との関連も合わせて検討する。

方法

1. 調査対象者：ウェブ調査に回答した広島県内の大学生232名（男性99名、女性126名、不明7名）を対象とした。平均年齢は20.23歳（ $SD=1.45$ ）であった。

2. 調査手続き：2014年11月から12月にかけて調査を実施した。調査依頼は授業終了時に集団で行ったものと個別に縁故法で行ったものがある。調査依頼時に、調査に同意する者にメールアドレスの記入を求め、記入されたアドレスをもとに著者がメールを送信した。その後、調査対象者が調査用ホームページにアクセスし、ウェブ上で回答を行った。ウェブ調査を行うために、Qualitrics（2013）を使用した。

3. 調査内容：年齢、性別、所属大学、所属学部、学年の他に、以下の質問群を使用した。

（1）いじめられた体験の有無：回答者のいじめられた体験の有無を確認するために「はい」または「いいえ」のどちらかを選択するよう求めた。「はい」と回答した調査対象者を体験あり群とし、以下の2、4、5の質問群への回答を求めた。また、「いいえ」と回答した調査対象者を体験なし群とし、以下の3、5の質問群への回答を求めた。

（2）他者からの支援（体験あり群）：予備調査で得られた回答をもとに独自に作成した全48項目からなる他者からの支援尺度を用いた。他者からの支援尺度は細田・田嶋（2009）のソーシャルサポート尺度を参考にし、各項目について5段階（1：全くなかった～5：よくあった）で尋ねた。

（3）他者からの支援（体験なし群）：予備調査で得られた回答をもとに独自に作成した全48項目からなる他者からの支援尺度を用いた。語尾を「～する」に変えて用いた。回答にあたっては、各項目について5段階（1：そう思わない～5：そう思う）で尋ねた。

（4）自己成長感：日本語版外傷後の成長尺度（PTGI-J）18項目を用いた。本研究ではいじめられた体験の結果、自己の内面にどのような成長がもたらされたかを把握する目的で使用したため、教示の一部を変更して用いた。回答にあたっては、各項目について6段階（1：全く、経験しなかった

～6：かなり強く、経験した）で尋ねた。

(5) 適応感：大久保（2005）の青年用適応感尺度 28 項目を用いた。回答にあたっては、各項目について 5 段階（1：全くあてはまらない～5：非常によくあてはまる）で尋ねた。なお、本来この尺度は 30 項目で構成されているが、実施時の手続き上の不備により、「劣等感のなさ」因子に含まれる「自分だけだめだと感じる」、「役に立っていないと感じる」の 2 項目は調査内容に含まれなかったため、本研究ではこの 2 項目を除く 28 項目で調査、分析を行った。

結果

1. 調査対象者の概要

調査依頼時にメールアドレスを記入した 348 名の内、実際にウェブ調査に回答したのは 232 名であった（回答率 66.7%）。そのうち、いじめられた体験があると回答した調査対象者は 99 名（42.7%）、ないと回答した調査対象者は 133 名（57.3%）であった。体験あり群（42.7%）は坂西（1995）のいじめられ経験者（24.7%）よりも大幅に多かった。以下 2, 3, 4 の分析は体験あり群のみについて行った。なお、青年用適応感尺度の因子分析にのみ、体験なし群も加えて分析を行うこととした。

2. 尺度構成

他者からの支援：まず、「他者からの支援尺度」48 項目の平均値と標準偏差を算出し、得点分布を確認した結果、1 項目で天井効果、8 項目で床効果と考えられる得点分布の偏りが確認された。天井効果が生じた 1 項目は、いじめに対する支援として得やすいものであると考え、分析に加えた。逆に床効果が生じた 8 項目については、実際には得にくい支援であると考え、分析から除外した。したがって、これ以降の「他者からの支援尺度」の分析は 40 項目で行うこととした。

他者からの支援尺度 40 項目について探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行ったところ、固有値 1.0 以上で 5 因子が抽出された。スクリープロットと因子の解釈可能性から、3 因子構造が妥当であると判断し、再度、因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。十分な因子負荷量（|.40|以上）を示さなかった 2 項目と、複数因子に.40 以上の負荷量を示す 6 項目を除外して再度分析を行った。各因子名は、第 1 因子は、「慰めてくれた」など、いじめられた体験の相談に対して支持的な態度や受身的に話を聞く姿勢の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「支持的な言動」と命名した。この因子には、「話を聞く」、「問題解決のための行動」、「態度」、「被害者への声掛け」に分類されていた項目が含まれていた。第 2 因子は、「積極的に話し掛けてくれた」など、いじめに対して直接言及することはないが、いじめ被害者の居場所がなくならないように配慮する内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「居場所づくり」と命名した。この因子には、「いじめとは直接関係のない行動」、「態度」、「被害者への声掛け」に分類されていた項目が含まれていた。第 3 因子は「具体的な解決策をアドバイスしてくれた」など、いじめに対して積極的に関わったり、助言を与える内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「積極的な応答・行動」と命名した。この因子には「話を聞く」、「問題解決のための行動」、「被害者への声掛け」に分類されていた項目が含まれていた。「加害者への働きかけ」、「その他」は因子分析を行う過程で全て除外された。

次に、各因子について Cronback の α 係数を算出したところ、2 項目を除外すると「積極的な応答・行動」の α 係数の値が上昇することが示されたため、以上の 2 項目を除外して再度 α 係数を

Table 1

他者からの支援尺度（体験あり群）の因子分析結果

項目	因子			M	SD
	I	II	III		
25: 慰めてくれた	.89	-.06	-.01	3.32	1.28
36: 親身になって話を聞いてくれた	.89	.05	.02	3.52	1.28
30: 黙って話を聞いてくれた	.86	.04	-.06	3.13	1.29
35: 同情してくれた	.75	-.01	-.11	3.36	1.19
32: 話を最後まで聞いてくれた	.73	-.01	.20	3.57	1.27
31: 前向きな言葉をかけてくれた	.73	.05	.10	3.42	1.23
33: 話の内容を受け止めてくれた	.70	.10	.15	3.64	1.25
45: 話を聞いてどうしたらよいか考えてくれた	.61	.05	.16	2.81	1.30
27: 擁護する態度を示してくれた	.53	-.07	.38	3.55	1.32
41: 味方でいてくれた	.43	.17	.12	3.60	1.27
20: 解決策を一緒に考えてくれた	.42	-.07	.38	2.68	1.38
2: お昼ごはんや移動教室など一緒に行動してくれた	.16	.86	-.13	3.45	1.40
4: 積極的に話しかけてくれた	.05	.82	.02	3.06	1.26
47: 学校外で一緒に遊んでくれた	-.01	.77	-.07	3.23	1.39
18: 避けないようにしてくれた	-.07	.77	.11	3.56	1.29
7: 一人でいるときに声をかけてくれた	.21	.75	-.19	3.07	1.31
5: 普段通り接してくれた	-.19	.66	.18	3.95	1.16
13: 休み時間に居場所づくりをしてくれた	.01	.64	.13	2.87	1.43
8: 知人の輪に入れるように配慮してくれた	-.02	.59	.22	3.85	1.29
10: 気持ちを共有してくれた	-.09	.12	.89	3.06	1.38
19: つらい気持ちをしっかりと聞いてくれた	.21	-.06	.77	3.10	1.33
16: つらい気持ちを溜め込まないように配慮してくれた	.11	-.01	.72	3.04	1.38
23: 具体的な解決策をアドバイスしてくれた	.15	-.13	.65	2.42	1.18
28: いじめに反対する意見を言ってくれた	.11	.11	.59	2.97	1.40
46: 共感してくれた	.29	.03	.58	3.27	1.37
24: 人柄や特技など自分のいい点を言ってくれた	-.05	.23	.58	2.67	1.30
9: 気にしないようにと声をかけてくれた	.03	.28	.49	3.17	1.43
固有値	14.52	1.76	.82		
累積寄与率(%)	53.78	60.29	63.34		
因子間相関	I	II	III		
I	—	.65	.77		
II		—	.69		
III			—		

算出し、因子分析を行った。最終的な α 係数は「支持的な言動」が $\alpha = .95$ 、「居場所づくり」が $\alpha = .91$ 、「積極的な応答・行動」が $\alpha = .93$ という十分な値が得られた。他者からの支援についての最終的な因子パターンと因子間相関について Table 1 に示した。

自己成長感：PTGI-J について因子分析（最尤法，プロマックス回転）を行ったが、解釈可能性から、先行研究の 4 因子をそのまま使用した。各下位尺度の信頼性係数の値は、「他者との関係」が $\alpha = .72$ 、「新たな可能性」が $\alpha = .70$ 、「人間としての強さ」が $\alpha = .52$ 、「精神的（スピリチュアルな）変容および人生に対する感謝」が $\alpha = .72$ であった。「人間としての強さ」の内的整合性が十分な値を示さなかったため、これ以降の分析には用いないこととした。

Table 2
青年用適応感尺度の因子分析結果

項目	因子			M	SD
	I	II	III		
2: 周囲となじめている	.98	-.13	-.05	3.63	1.00
11: 周囲に溶け込めている	.90	-.19	.03	3.51	.87
5: 自分と周りがかみ合っている	.87	-.09	.00	3.46	.94
3: 周りの人と楽しい時間を共有している	.77	.13	-.09	4.00	.89
26: 周りと助け合っている	.62	.13	-.03	3.69	.99
4: リラックスできる	.56	.18	-.04	3.74	.94
1: 安心する	.51	.05	.16	3.43	.95
7: 周りに共感できる	.51	.01	.18	3.78	.87
25: 自由に話せる雰囲気である	.47	.32	.00	3.79	1.00
16: 嫌われていると感じる(*)	.43	.02	.17	2.50	.95
10: 自分が場違いだと感じる(*)	.42	.10	.05	2.86	1.13
14: 熱中できるものがある	-.21	.86	-.03	3.92	1.14
17: 充実している	.01	.78	.02	3.90	.97
23: 好きなことができる	.12	.74	-.08	4.08	.94
9: 幸せである	.11	.64	.01	4.01	.90
21: やるべき目的がある	-.07	.61	.07	3.83	1.08
18: ありのままの自分を出せている	.18	.50	.06	3.43	1.19
28: 成長できると感じる	.10	.49	.25	3.89	.90
19: 周りから頼られていると感じる	-.12	.00	.92	3.18	1.04
20: 周りから期待されている	-.11	.04	.90	3.06	1.05
12: 周りから必要とされていると感じる	.15	-.07	.77	3.23	.91
24: 良い評価がされていると感じる	.11	.08	.63	3.29	1.02
15: 存在を気にかけてられている	.14	.03	.57	3.48	.97
22: 周りから関心を持たれている	.23	.01	.55	3.26	.95
固有値	10.34	1.46	1.14		
累積寄与率(%)	43.01	49.17	53.91		
因子間相関					
I	—	.62	.68		
II		—	.65		
III			—		

注) (*) が付記されている項目は逆転項目である

適応感: 青年用適応感尺度 28 項目に対して平衡分析と MAP 基準を用いて最適な因子数を算出した結果、共に 3 因子が抽出されたため、3 因子構造が妥当であると判断し、3 因子構造を仮定して探索的因子分析(最尤法, プロマックス回転)を行った。十分な因子負荷量(|.35|以上)を示さなかった 1 項目と、複数因子に .35 以上の負荷量を示す 1 項目を除外して再度分析を行った。各因子名は、第 1 因子は、現在の自分の気分や周囲の人と良い関係が築けているかどうかの項目のまとまりであることから、大久保(2005)にならい、「居心地の良さの感覚」と命名した。第 2 因子は、自分の課題や目標の存在や、満足している感覚についての項目のまとまりであることから、「充実感」と命名した。第 3 因子は、自分が周囲の人から信頼されている、受容されている感覚の項目のまとまりであることから、大久保(2005)にならい、「被信頼・受容感」と命名した。

Table 3

記述統計の結果

	度数	平均値	SD	範囲	最小値	最大値	α
外傷後の成長尺度							
他者との関係	93	3.25	.99	4.50	1.00	5.50	.72
新たな可能性	93	3.06	1.19	4.75	1.00	5.75	.70
人間としての強さ	93	3.18	.99	5.00	1.00	6.00	.52
精神的(スピリチュアルな)変容および人生に関する感謝	94	2.82	1.29	5.00	1.00	6.00	.72
適応感							
居心地の良さの感覚	215	3.60	.69	4.00	1.00	5.00	.91
充実感	218	3.87	.76	4.00	1.00	5.00	.87
被信頼・受容感	214	3.24	.82	4.00	1.00	5.00	.90
他者からの支援 (体験あり群)							
支持的な言動	93	3.34	1.05	4.00	1.00	5.00	.95
居場所づくり	93	3.25	1.05	4.00	1.00	5.00	.91
積極的な応答・行動	94	2.96	1.09	4.00	1.00	5.00	.93

次に、各因子について Cronback の α 係数を算出したところ、1項目を除外すると「居心地の良さの感覚」の、同じく1項目を除外すると「被信頼・受容感」の α 係数の値が上昇することが示されたため、以上の2項目を除外して再度 α 係数を算出、因子分析を行った。最終的な α 係数は「居心地の良さの感覚」が $\alpha = .91$ 、「充実感」が $\alpha = .87$ 、「被信頼・受容感」で $\alpha = .90$ という十分な値が得られた。適応感についての最終的な因子パターンと因子間相関については Table 2 に示した。

記述統計の結果：PTGI-J、青年用適応感尺度、他者からの支援尺度（体験あり群）の記述統計の結果を Table 3 に示した。

3. 他者からの支援と自己成長間の関連

自己成長感と他者からの支援の相関：自己成長感と他者からの支援の関連を検討するために、PTGI-J と他者からの支援尺度の各因子間の相関係数を算出した (Table 4)。その結果、「他者との関係」と「居場所づくり」、「積極的な応答・行動」に中程度の正の相関があった。また、「他者との関係」と「支持的な言動」、「新たな可能性」と「支持的な言動」、「居場所づくり」、「積極的な応答・行動」、「精神的(スピリチュアルな)変容及び人生に対する感謝」と「支持的な言動」、「居場所づくり」、「積極的な応答・行動」に弱い正の相関があった。

自己成長感への他者からの支援の影響：他者からの支援が自己成長感にどのような影響を与えているか明らかにするために、PTGI-J を構成する「他者との関係」、「新たな可能性」、「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」のそれぞれを基準変数とし、他者からの支援尺度の「支持的な言動」、「居場所づくり」、「積極的な応答・行動」を説明変数とした、強制投入法による重回帰分析を行った (Table 5)。その結果、「他者との関係」には「積極的な応答・行動」が有意に正の影響を与えていた ($\beta = .49, p < .05$)。また、「居場所づくり」の影響は有意傾向であった ($\beta = .26, p < .10$)。「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」には、「支持的な言動」が有意に負の影響を ($\beta = -.52, p < .01$)、「積極的な応答・行動」が有意に正の影響を与えてい

Table 4
PTGI-J と他者からの支援尺度の相関

	1	2	3	4	5	6
1.他者との関係	—	.67 **	.62 **	.36 **	.46 **	.49 **
2.新たな可能性		—	.50 **	.26 *	.34 **	.32 **
3.精神的 (スピリチュアルな) 変容及び人生に対する感謝			—	.13	.25 *	.33 **
4.支持的な言動				—	.67 **	.84 **
5.居場所づくり					—	.72 **
6.積極的な応答・行動						—

** $p < .01$, * $p < .05$

Table 5
重回帰分析の結果

説明変数	他者との関係	新たな可能性	精神的 (スピリ チュアルな) 変容及 び人生に対する感謝
	β	β	β
支持的な言動	-.22	-.09	-.52 *
居場所づくり	.26 †	.24	.09
積極的な応答・行動	.49 *	.23	.70 **
R^2	.28 **	.13 *	.19 **

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

た ($\beta = .70$, $p < .01$)。「新たな可能性」への影響は、いずれも有意ではなかった。

4. 自己成長感と適応感の関係

自己成長感と適応感の関連を検討するために、PTGI-J と青年用適応感尺度の各因子間の相関係数を算出した (Table 6)。その結果、「他者との関係」と「居心地の良さの感覚」、「充実感」、「被信頼・受容感」、「新たな可能性」、「居心地の良さの感覚」、「被信頼・受容感」に弱い正の相関があり、「精神的 (スピリチュアルな) 変容及び人生に対する感謝」と「居心地の良さの感覚」、「被信頼・受容感」にもまた弱い正の相関があった。「新たな可能性」、「精神的 (スピリチュアルな) 変容及び人生に対する感謝」と「充実感」の間には有意な相関は認められなかった。

Table 6
PTGI-J と青年用適応感尺度の相関

	1	2	3	4	5	6
1.他者との関係	—	.67 **	.62 **	.36 **	.46 **	.49 **
2.新たな可能性		—	.50 **	.26 *	.34 **	.32 **
3.精神的（スピリチュアルな） 変容及び人生に対する感謝			—	.13	.25 *	.33 **
4.支持的な言動				—	.67 **	.84 **
5.居場所づくり					—	.72 **
6.積極的な応答・行動						—

** $p < .01$, * $p < .05$

Table 7
体験あり群と体験なし群の適応感の平均値の比較

		体験あり群	体験なし群	t 値
		$N=90$	$N=121$	(df)
居心地の良さの感覚	M	3.57	3.61	.50
	(SD)	(.78)	(.63)	(209)
充実感	M	3.89	3.88	.10
	(SD)	(.79)	(.75)	(209)
被信頼・受容感	M	3.26	3.22	.32
	(SD)	(.96)	(.70)	(155.62)

5. 体験あり群と体験なし群の他者からの支援の捉え方の違い

体験あり群と体験なし群の適応感の違い：青年用適応感尺度の因子ごとに t 検定を行った (Table 7)。居心地の良さの感覚 ($t=.31$, $df=209$, $n.s.$)、充実感 ($t=.10$, $df=209$, $n.s.$)、被信頼・受容感 ($t=.32$, $df=155.61$, $n.s.$) のいずれにおいても、得点に有意な差は見られなかった。

体験あり群と体験なし群の他者からの支援の捉え方の違い：体験あり群と体験なし群の得点の平均点を図に表した (Figure 1)。「慰めてくれた」、「同情してくれた」、「気にしないようにと声をかけてくれた」を除く全ての支援について、体験あり群よりも体験なし群の平均点が高かった。

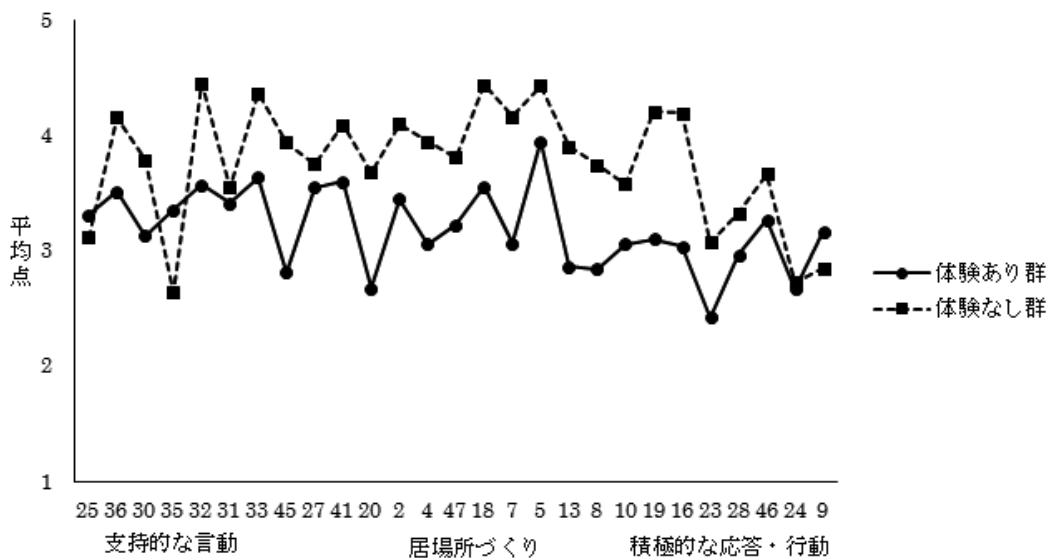


Figure 1. 体験あり群と体験なし群の他者からの支援尺度の平均点

総合考察

1. いじめ被害者に対する具体的な支援の内容

本研究ではまず、他者からの支援尺度を作成するために予備調査を実施した。予備調査で得た自由記述の内容を KJ 法を援用し「話を聞く」、「被害者への声掛け」等の 7 つのカテゴリーに分類した。これを元にして、「他者からの支援尺度」を作成し、本調査を行なった。因子分析の結果、「支持的な言動」、「居場所づくり」、「積極的な応答・行動」の 3 因子構造であることがわかった。第 1 因子の「支持的な言動」は、「話を聞く」、「問題解決のための行動」、「態度」、「被害者への声掛け」のカテゴリーによって構成されていた。第 2 因子の「居場所づくり」は、「いじめとは直接関係のない行動」、「態度」、「被害者への声掛け」のカテゴリーによって構成されていた。第 3 因子の「積極的な応答・行動」は「話を聞く」、「問題解決のための行動」、「被害者への声掛け」のカテゴリーによって構成されていた。つまり、KJ 法では具体的な内容によって支援を分類したが、因子分析によって支援の性質の全体的な構造が示されたと言える。特に、KJ 法では「話を聞く」、「問題解決のための行動」、「被害者への声掛け」に分類した項目が、因子分析では「支持的な言動」と「積極的な応答・行動」にそれぞれ別れていた。項目の内容をみると、支援の内容が受身的か積極的かという違いと同時に、支援の内容が抽象的に示されているか具体的に示されているかという違いもあると考えられる。よって、調査対象者にとって「支持的な言動」に該当した項目はより抽象的に、「積極的な応答・行動」に該当した項目はより具体的に感じられたのではないかと思われる。

2. 自己成長感と他者からの支援の関連

PTGI-J と他者からの支援尺度の各因子間の相関係数を算出した。「他者との関係」との関連では

「支持的な言動」,「居場所づくり」,「積極的な応答・行動」の全ての因子間に正の相関があった。また、「新たな可能性」との関連では「支持的な言動」,「居場所づくり」,「積極的な応答・行動」の全ての因子間に正の相関があった。いじめられた体験を通して自分の周囲の人との関係を再確認したり,自分の新たな可能性に気づいたりすることと他者から支援を受けることに関連があることが示された。「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」との関連では「居場所づくり」以外の因子の間に有意な正の相関があった。「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」は日々の大切さを見なおすなど,自らの生き方についての内省に関連する下位尺度である。「居場所づくり」は,いじめに対して直接的な言及はせず,いじめ被害者の気を紛らわす内容で構成されているため,直接内省にはつながらず関連がみられなかったものと考えられる。

次に,PTGI-Jの各因子を基準変数,他者からの支援尺度の各因子を説明変数とした重回帰分析を行った。その結果,「他者との関係」に関しては,「居場所づくり」と「積極的な応答・行動」が正の影響を及ぼすことが示された。このことから,いじめ被害者は,周囲の人がいじめに関して積極的に関わってくれている,いじめ被害者のために行動してくれていると感じることで,他者は信頼できる,自己を受け入れてもらえるという考えが深まるものと思われる。一方で,「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」に関しては,「支持的な言動」が負の影響,「積極的な応答・行動」が正の影響を及ぼすことが示された。このことから,周囲の人が積極的に助言したり関わったりすることで,いじめ被害者はいじめそのものだけではなく,これまでの人生や生き方の振り返りを行っている可能性が示唆された。また,共感的態度や傾聴は,自己への直面や支援者と被害者の信頼関係の促進において効果があることがわかっているが(久留,2003),本研究では「支持的な言動」が「精神的(スピリチュアルな)変容および人生に対する感謝」に対して負の影響をもつことがみいだされた。その理由として,まず支持的な態度や傾聴が消極的な支援であると捉えられている可能性がある。いじめ被害者がその体験を捉え直し,自己の精神性の成長を自覚するためには,変化を促され,後押しされていると実感できる積極的な支援が必要であると考えられる。一方で,本研究で作成した他者からの支援尺度の項目の表現に問題があった可能性もある。すなわち,いじめ被害者にとって「支持的な言動」は「居場所づくり」,「積極的な応答・行動」と比べて「支援」として受け取れにくい表現であったため,負の影響を持った可能性がある。この結果は林ら(2015)のものとは一部異なるため,さらなる検討が必要である。

3.自己成長感と現在の適応感の関連

ほぼ全てのPTGI-Jと青年用適応感尺度の下位尺度の間に有意な正の相関がみられ,自己成長感と適応感とは概ね関連があり,自己成長感を自覚している状態は概ね適応的な状態であることが示された。したがって,いじめ被害者が自己成長感を感じているか否かは,いじめられた体験を通じた内面の傷跡の回復を測る一つの指標になっているものと推察される。しかし本研究では,いじめられた体験あり群と体験なし群の適応感には差がみられなかった。そのため,自己成長感と適応感の間に直接的な関連があるとまでは言えず,いじめられた体験による心の傷跡の回復には,自己成長感を自覚しているか否かが関連しているものの,それ以外にも多くの要因が関連していることが推察される。よって,今後はいじめられた体験による心の傷跡の回復を他の要因も合わせて検討する必

要がある。

4. 適応感及びいじめられた人に対する他者からの支援の捉え方の違い

まず、体験あり群と体験なし群の適応感の下位尺度の平均点を比較したところ、有意な差はみられなかった。したがって、いじめられた体験を持つ人とそうでない人の現在の適応感には差がないことが示された。本研究の対象者は大学生であったため、いじめられた体験から一定の時間を経ている者が多く、現在の適応感には差がみられなかったものと考えられる。さらに、本研究ではいじめの程度や辛さは検討していないため、坂西（1995）らの研究のように、適応感に差がみられなかったことが考えられる。

次に、体験あり群の因子構造にそって、体験あり群と体験なし群の他者からの支援尺度の平均点を比較した。その結果、ほとんどの項目で体験あり群よりも体験なし群の方が平均点が高かった。このことからいじめを体験していない人は、いじめられた体験を持つ人に対する支援はどのような支援に関しても行う方がよいと考えている可能性が示唆された。特に平均点に差がみられた項目として、「話を聞いてどうしたらよいのか考えてくれた」、「つらい気持ちをしっかりと聞いてくれた」、「つらい気持ちを溜め込まないように配慮してくれた」など、話を聞いたり共に考えることでいじめ被害者の気持ちを尊重し、寄り添う内容の項目が挙げられた。いじめを体験していない人はこのような内容の支援が有用であると考えているが、いじめ被害者にとっては支援を受けていると実感しにくい可能性がある。

5. 今後の展望

まず、自己成長感への他者からの支援の影響において、「精神的（スピリチュアルな）変容および人生に対する感謝」と「支持的な言動」の相関係数は有意に正の値を示していたが、重回帰分析を行った際の標準偏回帰係数は有意に負の影響を与えることを示していた。このことから、他の要因が影響を与えている可能性が示唆された。いじめられた体験から自己成長感を得る要因として、他者からの支援の他に、亀田・相良（2011）は家族や友人との関係の良好さ、被害者自身の自己開示の有無等を挙げていた。今後は、このような他者からの支援以外の要因も合わせて検討することが求められる。

次に、本研究ではいじめられた体験から回復した状態を自己成長感を自覚している状態であると定義した。しかし、自己成長感はトラウマ体験から得たプラスの影響しか捉えられないという点で、いじめられた体験からの回復を十分に捉えているとは言いがたい。今後は、いじめられた体験によるマイナスの影響とそこからの回復についても焦点を当てる必要があると思われる。

最後に、体験あり群と体験なし群を比較すると、いじめ被害者が他者から受けた支援と、体験のない人が有効と考えている支援には違いがあることがわかった。今後は、本研究で体験なし群に該当する周囲の人が、どのようにすればいじめ被害者の自己成長感を促進する支援の量を増やせるかを検討することが求められる。また、「他者からの支援尺度」の妥当性は確認されていないため、さらに検討する必要がある。

引用文献

- 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.
- 藤森和美 (2013). いじめとトラウマ・PTSD——現代のいじめとその対応 こころの科学 **170**, 82 - 86.
- 林 麻由・市井雅哉・宅 香菜子・富永良喜 (2015). 外傷体験についての思考・自己開示・聞き手の応答がトラウマ反応および外傷後成長に及ぼす影響 ト라우マティック・ストレス, **13** (1), 51 - 59.
- 久留一郎 (2003). 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
- 細田 絢・田嶋誠一 (2009). 中学生におけるソーシャルサポートと自己への肯定感に関する研究 教育心理学研究, **57**, 309 - 323.
- 生田順子 (1993). 学校教育相談の動向 (2) ——学校カウンセラーの資格認定を巡って 東海女子大学紀要, **16**, 107 - 121.
- 井上果子 (2013). 外傷(トラウマ)体験 日本発達心理学会(編) 発達心理学辞典 丸善出版 442 - 443.
- 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
- 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), 227 - 287.
- 香取早苗 (1999). 過去のいじめられた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 - 13.
- 川喜田二郎・牧島真一 (1970). 問題解決学——KJ法ワークブック 講談社
- 小島賢一 (1992). 非行少年に見られる「いじめ」についてⅧ 日本教育心理学会総会発表論文集, **32**, 256.
- 文部科学省初等中等教育局児童生徒課 (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」〈http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/26/10/_icsFiles/afieldfile/2014/10/16/1351936_01_1.pdf〉(2015年7月8日参照)
- 森田洋司 (2010). いじめとは何か——教室の問題, 社会の問題 中央公論新社
- 森田洋司 (1994). いじめ, いじめられ 森田洋司・清永賢二(編著) 新訂版 いじめ—教室の病い (pp. 41 - 100) 金子書房
- 岡本淳子 (2005). いじめ問題に関わる教師の認識についての一考察——臨床心理士による教員研修への視点から 立正大学心理学研究所紀要 **3**, 1 - 21.
- Olweus D. (1993). *Bullying at School : What we know and what we can do.* Wiley-Blackwell.
- (オルウェーズ, D. 松井資夫・角山 剛・都築幸恵 (1995). いじめ ——こうすれば防げる ノルウェーにおける成功例 川島書店)
- 大久保智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因: 青年用適応感尺度の作成と学校別の検

- 討 教育心理学研究, **53** (3), 307 - 319.
- Qualtrics (2013). <http://www.qualtrics.com/>
- 立花正一 (1990). 「いじめられ体験」を契機に発症した精神障害について 精神神経学雑誌, **92** (6), 321 - 342.
- 宅香菜子 (2010). 外傷後成長に関する研究——ストレス体験をきっかけとした青年の変容 風間書房 pp. 223.
- Taku, K., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R.P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress and Coping*, **20**, 353 - 367.