



Title	いじめの回復プロセスに関する一考察
Author(s)	藤林, 沙織; 渡邊, 誠
Citation	臨床心理発達相談室紀要, 3, 1-18
Issue Date	2020-03-27
DOI	10.14943/RSHSK.3.1
Doc URL	http://hdl.handle.net/2115/78519
Type	bulletin (article)
File Information	01_2434-7639_3_1-18.pdf



[Instructions for use](#)

いじめの回復プロセスに関する一考察

藤林 沙織*・渡邊 誠**

A Study on the recovery process of bullying

Saori FUJIBAYASHI, Makoto WATANABE

要旨

苛烈ないじめ体験事例の経過を、当事者自身の言葉を中心にして記述し、いじめの長期的影響、それを和らげる要因、回復に向かうプロセスについて考察した。影響として強い対人恐怖的反応があった。それを和らげる要因は、大人からの支え、受け入れてくれる友人の存在、体験の普遍化による孤独感の軽減、いじめ体験ゆえに可能となったことに気づくこと、などが認められた。

キーワード：つながり、心的外傷後成長 PTG

Key words : Interpersonal relationship, Posttraumatic Growth

I 問題と目的

1. 問題意識

(1) 「いじめ」問題とどう向き合うべきか？

現在、学校における生徒を取り巻く大きな問題の一つとして、いじめ問題が挙げられる。その背景には、地域性や家庭環境など、さまざまな要因が考えられるが、被害生徒への短期的・長期的影響の大きさを考えると、いじめは断固として正当化され得るものではない。しかし現状として、被害を受ける生徒が存在するのも事実である。

そのようないじめ問題は、現在どのように考えられているのだろうか。近年における議論の一つとして挙げられるのは、いじめに対する歯止めの役割を果たす“仲裁者”が、いじめ問題の解決の一助になるのではないか、というものである（森田他，1994など）。いじめは、クラスや部活動など、集団内の力動により生じる問題であるため、そのような仮説も一つの可能性として十分に考えられるものの、現実として、そのような“仲裁者”という存在は、現代の学級集団の中ではあまり見られなくなっている、という指摘もある（森田他，1994）。それぞれのケースによって、様々な関係性や状態像が考えられるだけに、その対応も多種多様なものが考えられ、その対策を講じることは容易ではない。

* 社会医療法人 札幌トロイカ病院

** 北海道大学大学院教育学研究院准教授

(2) 「いじめ」を長期的な視点から捉える意義

視点を変え、いじめの被害を受けている生徒に焦点を当ててみよう。いじめを受けた生徒は、短期的な影響だけでなく、その体験から時間が経過した後であっても、精神的、あるいは身体的な影響を受け続けている、という指摘は多く（坂西，1995など）、いじめによる影響は、体験後から一定の時間に留まるものではないと考えられている。したがって、被害を受けた生徒にとって、大きな発達を遂げ、将来の大切な基盤となる思春期にいじめを体験することは、人生を大きく揺るがす体験となり得る。

そこで本研究では、過去にいじめを体験した人に対するインタビュー調査に基づいて、いじめの長期的影響、それを和らげ得る要因、およびそこから回復に向かうプロセスを当事者の言葉により描出し、考察を加えることを目的とする。

II 方法

1. 面接時期と研究協力者

面接は、2018年7月に実施した。

研究協力者は、過去の学校生活において、いじめを経験したと自認し、面接への同意が得られた女子大学生1名（Aさん、20代前半）であった。

2. 調査手続き

本研究のインタビュー調査は、元々は、北海道大学大学院教育学院に筆頭著者の修士学位論文として提出することを前提として、スクールカーストに関する研究として行われたものの一部であった。しかし、インタビューに示された体験内容を考察するにあたって、スクールカーストではなくいじめの観点から行うことが適切と判断し、本人の了承のもとに独立した研究として別途ここに報告するものである（藤林・渡邊，2019）。以下に、スクールカーストに関する研究として行われた、元来の調査手続きの概要を述べる。

研究協力者への依頼に際しては、研究内容の説明を行った。同意が得られた場合は、都合の良い日時と場所を指定してもらい、半構造化面接法によるインタビュー調査を行った。なお、所要時間は60～120分であることを事前に伝えた。場所は、北海道大学臨床心理発達相談室や同大学内の個室、または協力者の希望場所等のうち、静寂性を保て、個人情報保護が可能であり、研究協力者にとって利便性の高い場所を、相談の上決定した。インタビュー実施前には、書面を用いて研究目的やその方法について改めて説明し、その場で再度同意を得た上で、同意書に署名いただいた。インタビューは、研究協力者の返答に応じて個別に質問を加えたり、質問の順番を入れ替えたりしながら進めた。また面接者は、初対面である研究協力者が話しやすいような雰囲気をつくることを心がけ、研究協力者の話に共感的に耳を傾けた。インタビューの内容については、事前に研究協力者の承諾を得た上でICレコーダーに録音した。これらの作業は、本研究の筆頭著者が担当した。

3. 分析方法

ICレコーダーの音声を基に逐語録を作成し、それをデータとして分析を行った。なおその際、研究協力者の氏名、所属機関、その他個人を特定しうる情報の一切を削除した。ただし、

削除により内容の理解に支障をきたす場合には情報の改変で対応した。また、逐語録は出来次第速やかに研究協力者による確認を受け、守秘すべき情報の削除あるいは改変を行った。川喜田(1970)によるKJ法を参考に、研究協力者の体験を分析し、考察を行った。

4. 倫理的配慮

本研究の元となる調査は、北海道大学大学院教育学研究院平成30年度研究倫理委員会の審査を受け、承認された後に行われたものである(受付番号:18-04)。

具体的な倫理的配慮としては、面接を行う前に、研究の目的と方法を、文書を用いて説明した。その他にも、研究参加の決定は研究協力者の自由意思によるものであり、参加の際は、本人の意思を尊重して研究が行われること、不参加の場合にも不利益を受けることは一切ない旨を申し添えた。また、一度参加を決めた後にも、いつでも参加を取り止めることができることを伝えた。参加に際しては、どの質問にも答えることを拒否する自由があること、語る内容は無理をせず、話せる範囲で構わないことを説明した。インタビュー終了後には、インタビューで語った体験について整理する時間を設けた。また、研究協力者が後日フォローアップを希望する場合には、臨床心理士資格を有し、トラウマ体験支援の経験がある本研究の第二著者による面接実施が可能であることを事前に説明した。個人情報の保護については、個人を特定しうる情報は削除・改変を行うことを伝え、研究終了後には、ICレコーダーの録音記録は責任を持って消去、メモはシュレッダーにて廃棄すること、そして修士論文として作成する際には、個人を特定しうる情報は削除や改変を行い、個人が特定できないように配慮することを、文書と口頭にて説明した。

Ⅲ 結果

1. Aさんの概要

インタビュー当時、AさんはB県の大学に通い、芸術系分野を専攻していた。

Aさんの通学した小・中学校は、B県内では地方圏に所在していた。小・中学校ではクラス内でいじめを体験し、不登校となる時期も経験している。高校は同県内の都市部に転居して通ったが、そのクラス内でもストレスを感じていたという。

2. Aさんのいじめ体験

(1) 小学校でのいじめ体験

Aさんが通っていた小学校のクラスは、「**基本的なメンバーは全部同じで、保育園から同じ**」だったという。小学校3年生の1学期までの時期には大きな人間関係のトラブルは無く、「**いじめられる前は普通に、学校楽しかった**」という。しかし、3年生の2学期から、いわゆる「リーダー」たちによるいじめが始まった。「(いじめられる人を)決めるのが、くじ引き」だったといい、いじめが始まった当初は、Aさんとは別の生徒がいじめられていた。

そんな中でAさんは、いじめられていた子に自ら話しかけたり、一緒に遊んだりしていた。その理由は、Aさんが、「**元々、今もなんですけど、他人が嫌いでも、私が好きだったら好きっていう性格**」であるため、他の人や周囲の流れには振り回されなかったからである。このことに関して、Aさんは以下のように語っている。(以下、インタビュー・データ引用の際の

〔I〕はインタビュアーを示す。）

I：学校、友達の関係性とかには、あんまり目が向かず、

A：そうですね。なんか逆に、3年生前期は、確定はしてなくて、このカーストが。中期からだったと思うんですよね、大体は。で、その前は、「なんだよー」みたいなことでちょっとこう、「あの子無視しよう」って言われてても、私普通に、「え、なんでそれダメだよ」って言って。普通に話しかけたりとか、遊んだりとかしてて、本当にもう、そういうのにノータッチで生きてたので、あんまりその、「居心地悪いなー」とかは、感じたこと無かったですね。

3年の前期には、「楽しく学校（から）帰ってくる」のが日常であり、友人から「あの子無視しよう」という言葉を受けても、周囲に流されず「え、なんでそれダメだよ」と反対し、自分の考えを主張していたAさんの姿がうかがえる。

しかし、あまりクラスの友人関係に目を向けていなかったことに関して、「それが悪かったんだと思う」とAさんは語る。クラスの流れに流されず自分の意見を主張していたAさんはターゲットと目され、Aさんへのいじめが始まる。

3年前期からのいじめは続き、3年の後期には、あらかじめ仕掛けされていたと思いきく引きによって、Aさんはいじめのターゲットにされる。Aさんは、「最初、『冗談かな?』と思って」いたが、「ごみを食べさせられた時」に、いじめの標的となってしまったことを認識したと、当時を振り返っている。Aさんに対するいじめは直接的な暴力だけではなく、「靴隠したり、髪切ったり」といったこともあり、直接攻撃を加えられるものから、陰湿な私物隠しに至るものまでが行われたという。

Aさん以外の所謂“傍観者”である生徒は、Aさんの言によれば「崖っぷち」な立場であり、傍観者である生徒がいじめの仲裁に入ったならば、「下（いじめられっ子）に行っちゃおう」ためにAさんの味方をする生徒は誰もおらず、同様の理由でいじめの主犯格である生徒に反対する者も存在しなかったのだという。

さらに、Aさんの担任教師は、Aさんが殴られているのを見ても「席に着きなさい」などと言うのみで、「先生も味方してくれな」かった状況であり、その当時を振り返りAさんは、先生に「味方になってほしかった」と語っている。「誰か一人くらい助けてほしかったなー、とは思って」いたものの、実際には誰も助けてくれなかったという。

さらにAさんは、自分の思いを他の人に伝えたり、発散することに関して、以下のように話している。

I：クラス、学校の中では、Aさんは自分の思いだったり気持ちだったり、は、発散は？

A：できなかったですね。言っても全部消されちゃうので。

I：自分で何かを変えよう、この構造を変えようとしても、消されてしまう…

A：そうですね、大人の圧力だったり、子ども同士の力関係だったりとかで、もう私がいくら、「やめて、やめて」って言っても、もう消されてしまうので。

たとえ自分の思いや気持ちを口にしても、「大人の圧力」や「子ども同士の力関係」によって自分の伝えたいことは届かず、Aさんの気持ちや思い、痛みに温かく応答してくれる人は、学校にはいなかった。

学校にはAさんの痛みや思いに答えてくれる人が誰もいなかった一方で、学校の外にいる両親や大人たちに相談することもできなかったのだという。いじめを両親に相談することができなかった理由の一つとして、以下のようなエピソードが語られた。

A：で、その親が、私が髪を切られて、結構片方だけすごく短くなっちゃった時に、親が気づいて、結構痣とかも体にあっただけで。見せなかったんですよ親に。で、お風呂も一緒に入ってなくて。で、温泉も全然行かなかったので気づいてなくて。それに気づいた時に先生に掛け合いに行ったんですけど、学活かな？の時間で、「いじめがあるって言われてるけど、無いですよ？」で終わって。で、それで元々リーダーグループに「親に言ったら、親もお前も殺す」って言われて、ずっと。でもその時に、言ったなってなって、で、翌日車に落書きされて。

I：おうちの車ですか？

A：はい。2回あったんですけど、1回目は買い替えたんですけど、2回目はもう、お金無くて。修理行くことになって。

このように加害生徒からの口止めに類する出来事があって、両親は助けようとしたものの、それが困難な状況となったという。また、親に心配をかけたくないという思いから、相談することができなかったとも語られている。

以上のようなことからAさんは、自分の思いに答えてくれる人が誰もおらず、誰にも相談できない状況の中で、ひとり苦しみを抱えてゆかざるを得なかったものと思われる。そのようないじめが続く中で、Aさんは「自分は、消えなきゃいけない」と思い始めたという。そのことについてのAさんの語りを示す。

I：そしたら、この一番下にいるAさんは当時、一番下にいるっていう自分自身に関して、どう感じてたかなって、今思ったんですけど、

A：もう、消えなきゃいけないと思ってました。正直。みんなからいじめられ、いじめてくる子たちも先生も「お前が消えればいい話だ」って言われてたんで。もう消えなきゃいけないんだろうなって思って。で、その、自殺未遂というか、何回かして。ただ親が、発見して。なので、ちょっとした監視というか、の元で生活して。 (中略)

I：この、リーダーグループに対するこう、納得のいかなさとか、怒りとかではなくて、

A：そうですね、最初は、最初っていうかその最後らへんは、怒って、ちょっとこう、なんだろう、殺されると思ったので、その前にやっちゃうかなと思ったことはあったんですけど、ただ最初はずっと、消えなくちゃいけないってずっと思ってましたね。 (中略) 最初本当に、状況が読み込めなくて。友達だった子たちからいきなり殴られたり、蹴られたりとかされて。で、最初「冗談かな？」と思ってたんですよ。なんですけど、ご

みを食べさせられた時に、「これが、いじめっていうものなんだな」と思って。そこで、発覚、というか、はっとして。でそこからちょっとずつ、悲しいというか、気持ちになって、学校行ってもすごく悲しい気持ちにしかならず。でその、もう、たぶん辛かったんだと思うんですけど、その当時は辛っていうのが、経験したことなかったので、辛っていうのが分かってなくて。ただその、痛い、やめて、みたいな感じで、先生に「助けて欲しいんです」って言ったりしたんですけど。やっぱり誰も、「君が我慢すれば…」みたいなことを言われて。そこで、「私がいなくなればいいんだ」って。まあ、生活しながら常に、「次はどうやって死のうか」みたいなことを考えるようになって。そうですね。

「ごみを食べさせられた時」にいじめを認識して以来、悲しい気持ちを抱えつつ日々を過ごすようになり、助けを求めても誰も応えてくれない苦しさの中で、Aさんは、「私がいなくなればいいんだ」と、この状況を何とかしようとする対処を、自分の存在を消し去るという方向に向けてしまったのではないだろうか。Aさんは、包丁を使って死のうとするなど、何度か「自殺未遂」を図ったという。

しかし、日々「次はどうやって死のうか」と考えつつ過ごす中で、Aさんはとあるきっかけから、自らの中に「生きたい」という思いがあることを認識する。以下は、それについてのAさんの語りである。

I：悲しさを抱えてて、でも助けを示しても、答えてくれる人がいなくて、それで「自分が…」っていう。自分に向いたんですね。

A：恨みは、結構最後の方に出てきた感じですかね。

I：最後の方、卒業？ですか？

A：いじめられた最初は、悲しくて悲しくて、しょうがなくて。でその、中間はもう、死にたい死にたいだったんですけど、その、なんだろう、最後に死のうと思ったのが、親が監視ずっとしてたんですけど、ごみ捨てに行行って、で「今しかない」と思って。包丁で死のうと思ったんですけど。死ねる状況だったのに、死ねる状況にいざなると、死ねなくて。それで、「あ、まだ自分が、生きたいんだな」って思ったときに初めて、恨みが出てきたというか。なんで、「私が殺される前に、相手を殺してしまいたい」とか、「なんで私ばかり」とか、そういう恨みとか、怒りになったのは、生きたいって認識してから、ですかね。

このような過程を経て、死にたかった自分の中に「生きたい自分」がいることに気付いたAさんは、生き抜くための対処として、「今までと違う自分を、自分の中で作り上げた」と語った。以下は、それについてのAさんの語りである。

I：「生きたい」っていうことで、自分の、自分がしたいことっていうのを、

A：そうですね、初めて。

I：確認できたというか。なんでしょう、「生きたい」って思うことで自分を大切にでき

た、っていう感じかなと思ったんですけど…。

A：そうですね。そこからは、それまでは泣き虫だったり、いっぱい笑ったりとか、悲しい時はすぐ、えーん悲しいーって泣いたりとかもしてたんですけど。生きるためには、こういう状況なので、悲しいとかも、泣くのか、感情を表に出すのを止めなきゃいけないって。でそこでもう、全部押し殺して。ぎゅっと閉じ込めて、笑わないし、泣かないっていう。ちょっとこう、今までと違う自分を、自分の中で作り上げたというか。そこで、そうやって過ごしていった感じですね。生きたいと思うようになってからは。

生きたいと思い、そして何とかして生き抜くための方略として、当時のAさんは「感情を表に出すのを止め」ることを編み出して実行した。

このような道りを経て、Aさんは悲しみや孤立感など、様々な辛さを何とかして抱えながら、小学校生活を生き抜いた。

また、小学校5年生の時に新しい転校生と友人になり、その存在が大きな支えとなったとAさんは語る。小学校5年生になってからは、新しく転校してきて同じクラスの一人となったC子さんと、Aさんは多くの時間を過ごす。その関係性の中でAさんは、自分が心底「生きたい」と思えた、と語っている。以下は、それに関するAさんの語りである。

I：(C子さんという) 友達がいてくれたおかげで、生きようって思うことにつながったんですもんね。

A：そうですね。その友達に来る前に、「ああ、私生きたいな」って思ったんですけど、ただ、もう感情をぎゅっとしてるので、楽しいっていうのが、一つも思えなくて。悲しいというか、辛いというか、生きたいけど、生きていけるんだろうかとか、みたいなところで、もやもや、ぐるぐるしてる時に、その子(C子さん)が引越してきてくれて。で、「ああ、生きよう」って、本当に100%思えたのは、その子がいたから、っていう感じですかね。

また、C子さんと過ごす学校生活について、Aさんはそれを「奇跡のこと」であったと話している。以下は、それに関するAさんの語りである。

I：その子(C子さん)が来てくれたおかげで、どういう心の動きがあったんですかね? どういう存在だったのかなあって…。

A：友達と笑い合えるっていうことが無かったので、他愛もないテレビの話とか、草、木の実みたいなのをちぎって食べたりとか、そういうのがあり得なかったの。そういうちょっとした、ちっちゃい幸せだと思うんですけど、それが積み重なるっていう日常が私からしたら本当にあり得ないし、奇跡のことだったので。その子(C子さん)がくれたから、私も何かを返してあげたいっていうので、たぶん私が死んだらその子が一番、親と同じくらい悲しんでくれるから、泣くのは見たくないから、と思ったのがたぶん、生きたい、生きようって思って、その気持ちのまま行動したきっかけというか。

I : 5年生ってというのは、Aさんにとってはどんな年でしたかね？

A : 奇跡としか、言いようが。地獄と言っても過言ではなかったの。

今まで、「地獄といっても過言ではなかった」Aさんの日々が、C子さんという存在によって「ちっちゃい幸せ」が「積み重なる」日常へと変化した。生きたい気持ち、そして幸せを感じることを可能とする関係性があり、「上（自分より上位層の生徒）で何が起きてても、もう楽し」かったほどにC子さんという存在は大きく、言ってみればC子さんとの関係が心理的な居場所であり、心のエネルギーになっていたように思われる。

(2) 中学校でのいじめ体験

小学3年生から6年生までいじめられ体験をしたAさんは、同級生が大きく変化することのない、ほぼ持ち上がりの状態で中学校へ進学した。Aさんにとっての心のエネルギー源のような存在であったCさんは、中学校進学を機に転校してしまう。

中学校進学後、1年生から2年生の途中までの間、クラス内での関係性が変動することもあったというが、それでも誰かを「いじめてる人たち」は常時一定数いたという。そういった状況の中、Aさんは中学入学時に、いじめの主犯格であった生徒から、突然、「友達になってやる」と言われたことをきっかけにいじめのターゲットから外れ、代わってAさん以外の生徒がいじめられっ子となる。小学校に引き続き、いじめ自体は無くなることなく続いた。いじめられていたという過去の記憶が残っているが、かつて自分をいじめていた生徒と一緒に時間を過ごすことは、Aさんにとっては「もやもや」を感じさせるものであった。しかし、いじめられることが無くなり、そして他の子たちと遊べることは、「ちょっとウキウキ」するような、楽しさを持てるものであったともAさんは語る。その一方で、かつていじめられる体験を生き抜いてきたAさんは、「いじめを止められるかなと、ちょっと思ってた」と言い、いじめを止められることに幾ばくかの期待感を抱いていた。だが、「彼（リーダー、いじめの主犯格である生徒）には逆らわないようにしなきゃいけない」という雰囲気は周囲にはあって「安易なことは出来」ず、結果的にはAさんの思うようにはできなかったという。

自由の利かなさを感じつつもクラスの上位層の中で過ごしていたAさんだったが、その当時いじめられていた子が事情によってクラスから「いなくなった」出来事が起こり、Aさんは再びいじめのターゲットとなってしまう。しかし、暴力などのいじめは無く、「一緒に下がった子（D子さん、一緒にいじめのターゲットとなった、の意）と、すごく仲が良くなって。悩みとかも話すようになった。Dさんと仲が良かった当時についてAさんは、「離れないで、ずっと一緒に歩いてるみたいな感じ」がしていたと話し、「別にそんなに、無視されてるけど、別にいいねーみたいな感じで過ごしてた」という。

しかしそんな中でAさんの身に、決定的とも言うべき出来事が起こる。以下は、それに関するAさんの語りである。

A : もう1人の子（D子さん）が、その他（いじめの傍観者グループ）に上がったんですね。

I : あ、ん?ここにいた子 (D子さん) ですか?

A : あ、はい。「Aをいじめていいから、私を上に行かせてくれ」って言ったみたいで、裏切られちゃって。私が。なんか、急だったんですよ。別にそんな兆候というか、が無くって。で、学校行って「おはよう」って声掛けたら全然、無視されちゃって。「あれ、なんでだろう?」って。私ちょっと鈍いので、そのままそれですと話しかけてたんですよ。そしたらなんか、「うるさいんだよ。」みたいな。「キモいから、喋んなよ」みたいな言われて。でその、持ってたカッターを突き付けられて「死ねよ!」って言われて、それでもう耐えられなくなっちゃって。不登校になったんですけど。

(中略)

I : んー、裏切り…。ちょっと、衝撃が…。裏切られたとき、どう思いましたか?

A : もう、絶望ですよ、もう。明日からまた、小学校の頃に戻らんだって思うと、もう耐えられなくて。元々本当に、悩みをいっぱい話したり、お母さんが車を出してくれて、遠くまで2人で遊びに行ったりとか。親関係でも仲良くなってたんですよ。いじめられたことによって。なんで、私からしたらもう、小学校の5年生の頃の女の子 (C子さん) と同じぐらいの気持ちでしたので、もうその子から「死ねよ」って言われて、もう刃物突き付けられちゃったんで。もう、本当にもう、「終わったな」って思って。で、初めて親に「学校行きたくない」って言ったんですよ。その次の日に。で、親が「なんで行きたくないの?」って言われて、「実はこうこうこういうことがあって…」って言うので、「じゃあもう、行かなくていい」って言ってきて。それで、不登校になったんですよ。

悩みも話し合えるような深い結びつきを持つ存在となりつつあったD子さんから、ある日突然、「持ってたカッターを突き付けられ」、暴言を吐かれ、Aさんは「裏切られ」ることになる。その出来事によってAさんは孤立し、そして「もう耐えられなくなっちゃって。不登校になった」。「耐えきれなく」なってしまったことの理由の一つとしてAさんは、Dさんとの「仲良かった期間があったからかもしれない」、「人のあったかさを知っちゃった」からかもしれない、と語る。

過酷な体験を経て、物理的に学校から離れることができた不登校の間でも、「人の目が怖かったり、震えが止まらなかつたり」するなど、「家でも安心できない」状況が続いた。たとえば、物理的には距離を取れていたとしても、学校体験との心理的な距離が近く、「常に後ろにいるような、感覚」があり、「逃れられなさ」を感じていたという。以下は、そんな「逃れられなさ」に関わるSNSについての、Aさんの語りである。

A : で、その、裏切った子 (D子さん) は、昔アメーバ (SNS) 流行ったと思うんですけど、アメーバの、なう (短文の投稿ができる機能) だったかな?で、ずっと私の悪口を不登校になってからもずっと呟いてて。卒業するまでずっと呟いてたんですけど。そういうのもあったんだと思います。逃れられないというか。

I : 逃れられない。

A：家でいても、いるし。家の中でネットを開いても、いるっていう。

また、Aさんの家の「前がリーダーの家」で、「一歩家を出ると（リーダーの男の子に）会っちゃう」ことから、不登校中は「家から本当に、出られな」かったという。以下は、そんなAさんの不登校中の様子が窺える語りである。

I：距離を取れたから、ちょっとストレス的には和らいだのかなって勝手に思ってたんですけど、そういう訳ではなかったんですね。

A：もう、夜も寝れなくて。

I：この、距離の近さ、ですか？

A：そうです。もう、いつ何が起こるか分からないっていうのと、夢見ちゃうのと、ふとした時に、幻聴じゃないですけど、なんかこう、いる気がして。後ろに。家なんですけど。でも、振り向いたり、振り向いてもいないっていうの、分かってるんですけど、振り向いたらとかして。全然もう、本当普通には生活できなかったですね。

このようにAさんは、「不登校」という手段を選んでも、学校での体験との心理的な距離を置くことができず、「逃れられな」さを感じ、「家でも安心できな」かった。またAさんは、不登校中「人の目がすごく怖く」なり、「全員が敵に見え」、「みんなが『いなくなっちゃえばいいのに』って言ってきてるような感覚」を持ったという。以下は、不登校中に両親に連れられ、相談センターに行った時のエピソードである。

A：父と母が、このままじゃダメになってしまうっていうことで、E市の、カウンセリングだとあまりこう、身構えちゃうっていうことで、養護施設の相談センターみたいな、ところで、お話を聞いてもらおうっていうことで連れて行ってきて。すごい、今でも心配というか、気にかけて下さってるんですけど。当時はその人すらダメで。優しい言葉をかけてくれるけど、実は私のこと嫌いで、この人も消えればいいって思ってるんじゃないか、みたいなことを思ってた。もう本当に、人類みんな敵、じゃないですけど。そんな風に当時は思っていましたね。

当時のAさんは、このように他者に対する恐怖感、不信感を持っていた。また、「密閉空間に二人きりとか、三人とかでいるともう、頭の上が赤くなるぐらいもう、『あー！』ってなっちゃって。逃げ出したくなるような感覚」がする等も、当時はあったという。

夜も眠れない、安心して過ごせない過酷な状況下にAさんは過ごしていたが、その中で、両親を始めとした学校の外にいる大人が、様々なつながりを増やしてくれたという。そのつながりの一つに、不登校中に両親に連れていかれたことによる、「養護施設の相談センター」におけるかわりがある。また、不登校中にAさんの父親が、「いじめられてる被害者なのに、なんでうちの子がこういう目に合わなきゃいけないんだ」と考えたことから、「弁護士のおじさん」にいじめについて相談したという。「弁護士の方が先生に質問して、先生が本人たちから

聞いた」結果、「(リーダーの)家庭環境が、やっぱり一番大きかった」、という結論に至る。具体的には、リーダーの男の子は、「(家に母親が)男の人連れ込んだり、幸せだと思えてない中で、私(Aさん)のおうちがすごく裕福で幸せに見えた」という。両親の配慮から、Aさんがそのことを聞いたのは高校生の時であったというが、その時の心境について、Aさんは以下のように語る。

I：その、上の子たち、上の子のその気持ちを聞いた時は、どう思いましたか？

A：当時は、親が話してくれなくて。

I：あ、最初に聞いたのが親御さん？

A：はい。もう、私に担任の先生は会いに来なかったので。親に電話を通してお話しをしたみたいで。私が聞いたのは、高校生の時ですね。でも、ちょっとこう、周りに友達とか大好きな人たちがいっぱいいた時だったので、まだ、「ちょっと、悲しいなー」くらいで、終わってたんですけど。でも当時それを聞いたら、きっともう立ち直れてなかったんだろうなと思って。

I：立ち直れてなかった。

A：結局、自分ももちろん悪いところあったと思うんですけど、羨ましかったからと言って私の人生が壊されちゃったのかと思うと、耐えられないというか。

Aさんは、いじめの主犯格であった「リーダー」の心情に振り回され続けたが、高校で「大好きな人たち」に出会ったことで再び歩みを進められるようになる。しかし、もしも「リーダー」の心情を、それが分かった当時に聞いたとしたら、「羨ましかったからと言って私の人生が壊されちゃった」という思いに耐えられなくなっていたらという。Aさんの極限の苦しみが感じられる。

以上が、Aさんが語った、中学でのいじめ体験である。

(3) 高校でのいじめ体験

小・中学と過ごしてきた地域から離れ、Aさんは、B県内の都市部の高校に通うようになった。環境が大きく変化したものの、Aさんは、高校2,3年生のクラスにおいて、一部の生徒から悪口を言われるなどのコミュニケーション操作系のいじめを受けていた。以下は、そのきっかけに関するAさんの語りである。

I：あー。(Aさんは)グループに属してなかった。

A：今までの、がっつりカーストっていう感じとはちょっと違くて。その、バスケ部とか、あとちょっと、きゅるんとした女の子たちのグループが上なのは固定なんですけど、あとのグループは、みんなおなじぐらいで。いじめもなく。私も最初そこにいる、カーストっていうか三角形的にはもう二つしかなかったんですけど。修学旅行で、みんなが中学とかの話をしてる時に、「Aはどうだった？」って言われて、仲が良かったので、私はバカ正直に全部言っちゃったんですよ。そしたら、その、受け止めきれなかった子たちが、結構、それを悪く捉えちゃって、「悲劇のヒロインぶってるよね」って始まっちゃって。

で、そのグループ、元々私が入ってたグループの子から嫌われちゃって、で、そこで外れたんですね。ただ、真面目な子たちのグループからは、話かけてもらえるし、なんかこう、「今日、暑いね」みたいな。(笑) そういう感じの話とか、授業で「あれ面白かったねー」とか、そういうちょっと、テレビの話とかも、真面目な子とかはする感じなんですけど、元々の、いたグループからは、無い噂をばらまかれたりとか、してた感じなんです。厳密にいじめとっていいのかが、いじめなんだと思うんですけど、小中から比べたらはっきりしたものではない感じで。

Aさんは、2年生の初めには複数の女子生徒のグループに入っていたというが、Aさんの過去の話で「受け止めきれなかった子たち」が「それを悪く捉え」てしまい、そこからAさんへの悪口が始まる。小中学校で激しいいじめを経験したAさんは、悪口を言われても「最初はこたえてなかった」というが、その様子が「(元所属グループの子たちからすると)嫌だったみたいで、どんどんエスカレートして、売春がどうの、この間おじさんとホテル入るの見た」などと、悪口がだんだんと酷いものになっていったという。そのため2年生の途中からAさんは、どのグループにも入らずに過ごすようになる。時折他のグループの子が話しかけてくれたが、「常に一緒にいてくれるわけではなかった」ため、「どっかで寂しかった」という。そして元々一緒に過ごしていた友人たちから悪口を言われたことにより、Aさんはストレスが原因となる病気を発症する。そんな状況ではあったが、Aさんの周りにはAさんを受け入れてくれる場があり、人がいたという。一つは、クラスの元所属グループ以外の生徒である。元所属グループの生徒がAさんの悪口を言っても、他のグループの生徒は「そんな訳ないじゃん」と、あまり「気にしてない」様子だった。元所属グループ以外の生徒は「常に一緒にいてくれるわけではなかった」ものの、「普通に話しかけてくれて」いたという。次に、生徒指導の先生の存在である。Aさんは、元所属グループからの悪口を複数の先生や教頭に相談したが、「いじめじゃない」と突っぱねられてしまった。しかしそんな中で、生活指導の先生だけは「いじめだね」と認めてくれ、その先生の対応によって、悪口が「ちょっと治まった」ということがあった。さらには、他のクラスの友人の存在もあった。Aさんには、1年生の頃に仲が良かった友人がおり、自分のクラスの「居心地がすごく悪い」ため、「授業終わったらすぐ隣のクラスの友達のところに行」き、「隣のクラスに入り浸って」おり、「かくまってもらって」いたという。このように、一部の友人から悪口を言われていたものの、同時にAさんを否定的に受けとめることのない人たちも存在していた。

以上が、Aさんが経験した、高校でのいじめ体験である。

3. いじめ体験後のAさんの変化

過去の体験による変化・影響について聞くと、まず初めに以下のような答えが返ってきた。

I：そんな中で過ごされた中で、Aさん自身が、「あ、なんかこれ、変わったな」とか、「影響受けたな」みたいなのは、何か思いつくものありますか？

A：影響受けたな…。やっぱりその、最初はすごく人が怖くて。会う事すら、嫌だったんですね。知らない人と。

I：中学の時とか、ですか？

A：そうですね。密閉空間に2人きりとか、3人とかでいるともう、頭の上が赤くなるぐらいもう、「あー！」ってなっちゃって。逃げ出したいくなるような感覚、だったんですけど。まあ、笑えなくもなって。で、泣くことはできたんですけど、笑いは出来なくて。で、高校生、ですね。きっかけというか、中学からは、色々な、弁護士の方とか、養護施設の方とか、支えられて、親とかおばあちゃんとか、いっぱいこう、支えられてはいたんですけど、でも心から吹っ切れては、やっぱりなくて。で、前を向こうって思ったのは、高校がきっかけで。中学からの経験があるんで、学校入学しても友達ができるかすごく不安だったんですけど、でも入学したら、笑顔で話しかけてくれる子たちが何人かいて、でそこから仲良くなって、「中学校どうしてた？」みたいな話になった時に、言ったんですけど、「Aの過去の話は、関係なくて、今のAのことが好きだから、Aの過去がどうであれ、私たちは好きだよ」って言ってきて。それが、ちょっと、初めの一歩というか。それがすごく、嬉しくて。「ああ、そっか」と思って。でも過去は過去で、縛られ続けることは無いんだなって思ったのが、それがきっかけで。

過去の体験を通して、知らない人と「会う事すら、嫌」になってしまうという影響があった一方で、閉鎖的な空間である学校の外に、「弁護士の方」や「養護施設の方」など、その体験を元にした新たなつながりが生まれ、「心から吹っ切れては」いなかったものの、そのつながりに「支えられて」来た、ということがあった。また、そのようなネガティブな影響を受ける中でも、「Aの過去の話は、関係なくて、今のAのことが好きだから、Aの過去がどうであれ、私たちは好きだよ」という言葉を高校の友人から受け取ったことで、「過去は過去で、縛られ続けることは無いんだな」と、過去の体験の、新たな「抱え直し」へと発展していったことがうかがわれる。

4. 「いじめられた経験があったからこそ」

そしてその後、新たに踏み出した場での出会いについて、Aさんは以下のように語った。

A：その後に、ボランティアに入ったんですけど、そこでその、ありのままの自分を受け入れてくれたというか。笑えてない自分がいたんですけど、笑えてないっていうことに、周りが気づいてなくて。いっぱい、なんか「ずっと笑顔だね」って言われてたんですけど、でも心の底からはやっぱり笑えてなくて。嫌われないように笑ってるっていう感じだったんですけど、そのボランティアを始めて初めて、自分が笑ってないっていうことに気づいてくれた人がいて。で、その時に、ここは、私を受け入れてくれる、というか、笑ってないって気づいてても、受け入れてくれるんだって思ったのも、きっかけで。

過去の体験を耐え忍ぶ中で、Aさんは「泣くことはできたんですけど、笑いは出来なく」なっていた。しかし、先述した、高校での友人の言葉が「初めの一歩」となり、Aさんを受け入れてくれる、ボランティアという場との出会いにつながってゆく。またAさんは、そういったボランティアの場で、色々な体験をしてきた子どもたちと出会ったことで、「世界で、私一

人ぼっちじゃないんだなって思った」り、過去の体験があったからこそ、「ボランティアでも、悩みがある子たちの気持ちを分かってあげられた」と認識するようになり、過去の体験をプラスに生かすこともできるようになったという。「もう全部が、今、いいことで回ってる 幸せなことが全部、あの時のことがあったから、今は幸せがある」、という言葉で、Aさんは、現在から見た過去の体験を表現する。そして現在の心持ち、は「後悔しないように、明日も生きよう」と思うようになり、「『死にたい』と思うことが二度と無くな」り、「生きてくて生きてくてしょうがな」い、というところにまで至っているという。

こういったことから、過去の体験が辛く、苦しく、過酷なものであり、その結果として「人が怖く」なり知らない人と「会う事すら、嫌」になる、という大きな負の影響を受けながらも、Aさんが両親を始めとする学校の外にいる大人とのつながりを支えにしつつ、過去の体験を抱え直し、そこからさらなる出会いへと、過去の体験を元にしながら世界を広げてゆき、幅広い変化を遂げていったことがうかがわれるだろう。

IV 考察

1. いじめ体験による負の影響を和らげた要因

C子さんというつながりがあったことも助けとなり学校に居続けることができた小学校、居場所が無く孤立してしまい、不登校を選びながら何とか生き抜いてきた中学校、過去の体験を周囲から悪く捉えられて孤立気味であった高校生活を経て、Aさんは、「人が怖く」なってしまう、「会う事すら、嫌」になってしまうなど、対人場面での不安や恐怖を持つようになった。また、「泣くことはできた」が、「笑えなく」なってしまうなど、感情表出のあり方、パターンへの影響も見られる。過去の過酷ないじめ体験による影響は計り知れない。

しかし、インタビュー当時のAさんは大学に通学し、ボランティア活動も行うなど、幅広く活躍していた。そういった状況に至るまでの回復を支えた要因には、どんなことが考えられるだろうか。

まず一つ目には、小学校時代の友人であったC子さんや、家族とのつながりが、Aさんを完全な孤独に陥らせなかったことが考えられる。小学校時代のAさんは、3年生からいじめのターゲットとなり、「消えなきゃいけない」という思いを抱えてしまうほどであった。しかしその苦しい状況の中、C子さんという、Aさんを尊重し、Aさんが安らぎを感じられる存在がいたことは、Aさんがただ一人で耐え難い思いを抱え込む状況を回避し、Aさんの苦しい状況を和らげた一因であるように思われる。いじめの回復過程に関し、岩崎（2011）は、他者とのつながりを取り戻す過程の重要性を説いている。この点はAさんの事例に関しても同様のことが言え、いじめられることによって感じた孤独感が、Cさんの存在によって和らぎ、“他者とつながること”を取り戻すきっかけになった、とも考えられる。

また、その後の中学生時代には、親友とも言うべき友人の裏切りにより苦痛が極度のものとなったことを契機として、不登校という選択肢を取っている。その際、Aさんの両親は、Aさんの事情を理解し「行かなくていい」と不登校を認め、Aさんの権利を主張するために弁護士の元に相談に行っている。これらの行動は、「娘であるAさんの苦しさをなんとかしたい、応

えたい」という思いを出発点としており、両親はAさんの苦痛の訴えにに応じてくれる存在、心の支えとなっていたのではないかと推察される。いじめという、他者イメージが大きく揺らいでしまう体験だからこそ、当事者を直接的、あるいは間接的に支える周囲のサポートこそが、回復においては極めて重要になるように思われる。

さらに、高校在学中の友人や、高校卒業後に行き着いたボランティアの場での“受け入れてもらう体験”も、回復に向かうための大切な要素と考えられる。Aさんは高校時代、過去の体験についての話を当時仲の良かったグループの友人に話した際、「悲劇のヒロインぶっている」と受け入れてもらえなかった、という経験をしている。しかしその一方で、「Aの過去の話は、関係なくて、今のAのことが好きだから、Aの過去がどうであれ、私たちは好きだよ」というあたたかい言葉をくれた友人もいて、Aさんは「過去は過去で、縛られ続けることは無いんだな」と、過去の苦しい体験を、改めて捉え直す、という経験もしている。たとえば、いじめ体験の最中ではなく、後のことであっても、耐え抜いた先に出会った“受け入れてもらう体験”が、当事者の心を和らげ得るのだということが、このことから示唆されるように思う。

2. いじめ体験から得たもの

学校での対人関係に耐え切れず不登校となっている期間において、いじめという過酷な体験があつてこそ出会うことができたと言うべき、学校外での様々なつながりによってAさんは支えられ、今日までを生き抜いてきた。そのような対人的つながりの肯定的な変化と、それに伴うAさんにとって支えとなる資源の増加も、いじめという体験をしたからこそのことであろう。

また、大変な小・中学時代を生き抜き、高校に進学した先で出会った友人の言葉によって、「過去は過去で、縛られ続ける必要はない」と思うに至る。このことをきっかけとして、過去の体験をどう捉えるか、自らの中でどう意味づけるか、そしてどう抱えて生きて行くか、などの問いへの答えがAさんの中で変化していき、過去の「抱え直し」がなされたと考えられる。また、その後ボランティアという新しい活動の場に踏み出したAさんは、過去の体験があつたからこそ、「ボランティアでも、悩みがある子たちの気持ちを分かってあげられた」など、自分の過去の体験を自らの「糧」とし、現在に生かしつつ前に進んでいくことができたという。また、ボランティアの場では、色々な体験をしてきた子どもたちとの出会いから、「世界で、私一人ぼっちじゃないんだな」という気づきがあり、さらには「自分が笑ってないっていうことに気づいてくれた人」との出会いがあるなど、Aさんの世界の広がりを感じられる。自分は一人ではないという認識は、自身の辛く苦しい体験をある種、普遍化することにより生じていると言えよう。現在は、「生きたくて生きたくてしょうがない」といい、自分の未来に対する見方も、大きく変化している様子がうかがえる。

この一連のAさんの変化には、心的外傷後成長（Posttraumatic Growth、以下からはPTGと表記）の要素が見られる。PTGとは、強い苦悩や喪失を含むような心的外傷を経験した後、苦悩や危機が伴うものがきっかけから時に成長が生まれ、非常に良い変化を遂げることである（Calhoun et al.,2006）。「もう全部が、今、いいことで回ってる 幸せなことが全部、あの時のことがあつたから、今は幸せがある」という言葉通り、いじめ体験は、決して良い体験と

は言えないかもしれないが、様々な出来事や道のりを経て、その体験にプラスの面を見出せるようになり、それが今のAさんを支え、強くしているように感じられる。

V まとめ

苛烈ないじめ体験の経過を、当事者自身の言葉を中心にして記述し、いじめの長期的影響、それを和らげる要因、回復に向かうプロセスについて考察した。いじめの影響と回復を論じた研究はあるが（手代木，2009 荒木，2002など）、当事者の語った言葉そのものを中心として記述したものは、あまり見当たらない。著者たちは、Aさんの語りがいじめの過程と回復を直裁に伝えるものであると思い、ある種の驚きと畏敬の念をもってそれに耳を傾けた。なによりもAさんの苦痛に満ちた歩みと、現在の到達点が、多くの同じ苦しみを共にする人たちに希望をもたらすものであると考えた。本論が、その願いを幾らかなりとも実現していることを願うものである。

謝辞 自らの経験を語り、それをこのような形で共有することを認めて下さったAさんに、心よりの感謝をいたします。お幸せを、願っております。

引用文献

- 荒木剛(2002). いじめ被害からの回復プロセスを探る試み(2)-レジリエンシー(resiliency)との関連(2)-. *Japan Society of Personality Psychology*,70-71
- Calhoun, L.G,& Tedeschi, R.G. (Eds.) (2006) . *Handbook of Posttraumatic Growth : Research and Practice* Lawrence Erlbaum Associates. (宅香菜子・清水研 (監訳) (2014) . 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ー. 医学書院)
- 藤林沙織・渡邊誠 (2019) .児童生徒の視点から見たスクールカーストという体験とその影響に関する研究ーかつての当事者である女子大学生へのインタビューからー. 北海道大学大学院教育学研究院紀要,134,145-169
- 岩崎久志・海蔵寺陽子 (2011) . 過去のいじめられ経験からの回復過程についてー自己否定感のあるクライアントの事例を通してー. *流通科学大論集ー人間・社会・自然編一*, 24, 29-39
- 川喜田二郎 (1970) . 続・発想法ーKJ法の展開と応用ー. 中公新書
- 森田洋司・清水賢二 (1994) . いじめー教室の病いー. 金子書房
- 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, 105-115
- 手代木理子 (2009) いじめられ体験の反応と回復過程. *小児保健研究*,68-2,209-211

Abstract

The progress of the bullying experience was described mainly in the words of the participants themselves, and the long-term effects of bullying, the factors that alleviate it, and the process of recovery were examined. The effect was a strong interpersonal fear response. Factors to alleviate this were the support from adults, the presence of friends who accepted her, the reduction of loneliness through the universalization of the experience, and the realization that it became possible because of the bullying experience.

