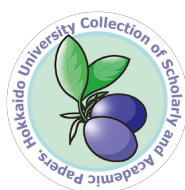




HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	大学生における「黒歴史」経験への対処プロセス
Author(s)	鴨田, 祐汰
Citation	北海道大学大学院教育学研究院紀要, 145, 185-209
Issue Date	2024-12-25
DOI	https://doi.org/10.14943/b.edu.145.185
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/93866
Type	departmental bulletin paper
File Information	14-1882-1669-145.pdf



大学生における「黒歴史」経験への対処プロセス

鴨 田 祐 汰*

【要旨】 本研究では、青年が「消したい過去」という意味で用いる「黒歴史」という表現に着目し、青年が黒歴史だと思う経験の特徴、また青年が、それらの対人ストレス状況にどのように対処、認識しているのかを明らかにするためにインタビュー調査を実施した。グラウンデッド・セオリー・アプローチによる分析の結果、《失敗の黒歴史化》、《黒歴史によるダメージの蓄積》、《黒歴史経験の再構築》、《黒歴史経験の回想》という4つのカテゴリーによって黒歴史経験への対処プロセスが示され、特に黒歴史は対人関係を通じた否定的な自己の露呈、自己イメージに対する脅威がその規定要因にあることや、回避行動は、問題解決型コーピングや情動焦点型コーピングの実現可能性やリスクを考慮した上で、あえて取られていることが明らかになった。さらに、黒歴史は発達の「危機」としてほとんどの青年が有していると、当事者に認識されていることもまた示唆された。

【キーワード】 黒歴史, 青年期, ストレス・コーピング, 回避行動, グラウンデッド・セオリー・アプローチ

問題

現代青年の一般的経験としての「黒歴史」

私たちは、日常生活の中でポジティブなものからネガティブなものまで、様々な経験をする。現在、それらのうちネガティブな経験について、「黒歴史」という単語を用いる若者がここ20年の間で増加しており、例えば2023年8月22日に放送されたTV番組『バリューの真実』においては、高校生のうち85%と、大半の青年に黒歴史経験があると報道されている。黒歴史とは、「人に知られては〈困る／恥ずかしい〉、消したい過去（一が明かされる。）（三省堂国語辞典第八版）」という意味で用いられる過去の経験であり、元来は1999-2000年放送のアニメ作品『∀ガンダム』の作中における設定を指すインターネットスラングだが、現在は国語辞典中に記載があることから分かる通り、一般的な語句として浸透している。

しかしこれまでに、黒歴史を主題とした学術論文は出版されてこなかった。2023年9月26日現在、Cinii、J-stageにおいて「黒歴史」とキーワード検索をすると、重複を除き57件の記事、書籍がヒットするが、その内43件が「パソコンの黒歴史」といった用法であり、「青年時代の対人ネガティブ経験」という現在の一般的な意味内容（鴨田, 2023）とは大きな乖離がある。唯一、デジタルデータ法制分野においては個人的な黒歴史経験への言及があり、例えば写真データのデジタルアーカイブ化に際して、誰かの「黒歴史」となり得る写真への対処が話題として取り上げられている（数藤, 2020）。しかし数藤（2020）は、当事者の懸念に理

解を示しながらも、「黒歴史かどうか」をデータ公開の判断基準には出来ないとしており、ここからも、当事者に黒歴史として負の影響を与えるデータの定義が困難であることが読み取れる。また、それに加えて宍戸（2017）は、データ保護法制、「忘れられる権利」の観点から、青少年などの社会的弱者が過去に投稿した「黒歴史」の削除対応が今後のICT社会に課せられた大きな課題であるとも論じている。以上から黒歴史は、青年に対して重大な影響を与えるネガティブ経験であり、その点で黒歴史の対処には、当事者の名誉や尊厳、すなわち人権的問題が関係すると考えられる。ただし、これらの懸念はデジタルデータ処理の観点のみから導かれたものであるが、黒歴史という表現が指すものは消したい「過去」であり、その対象はデータに留まらない。では、果たして黒歴史という語句は、日常的な文脈においてはどのように意味づけられ、使用されているのだろうか。

ネットスラング研究と黒歴史の関係

日常文脈における黒歴史概念の意味づけ、機能を明らかにするためには、まずはスラング表現を日常的に用いることの意味から検討する必要があるだろう。ここで、黒歴史と同様にインターネットスラングを起源としながらも現在一般的な語彙となっている表現の例としては、「コミュ障」「メンヘラ」といったメンタルヘルス関連語を挙げることができる。例えば松崎（2017）は精神疾患や精神障害に由来する様々な用語がSNSを含めた日常生活の場で語られていることを指摘し、「日常会話など、“ホンネ”で率直な会話を楽しむような場において、気軽に用いられる精神疾患や精神障害に関連する表現、精神疾患や精神障害に関連するテーマから派生して生じたような用語」として“メンタルヘルス・スラング（以下、MHS）”を定義した。

これらのMHSは実際の障害を指す言葉ではない点で、伝達される意味内容が独自に変化しており（小山, 2015）、例えば“コミュ障”という用語は「人づきあいの苦手さ（渡辺, 2019）」として、現代におけるコミュニケーション論（五十嵐, 2015；小山, 2015）や若者の生きづらさ（貴戸, 2018）に関連した議論がなされてきた。さらに“メンヘラ”という用語についても基礎的な検討がされており（寺田, 2022；高橋, 2021など）、例えば伊藤・中里（2021）は、“メンヘラ”を自称するSNSユーザーが、これらのスラング表現をキーワードとして自身の悩みを共有できる他のユーザー（“メンヘラ”仲間）を探索していること、またその行為の危険性を指摘している。つまり、これらのMHSはネットスラングを起源としながらも、当事者の現実的な悩み・態度に関連しており、むしろその限りにおいて、流行の分析にとどまらない実証的な調査研究が展開されてきたといえる。さらに黒歴史という用語についても、否定的な影響が懸念される「消したい過去」であったために、MHSと同じく当事者が有する何らかの悩みを反映した概念であるといえるだろう。

では、これらのスラング表現は、実際には当事者のどのような要請のもと、盛んに使用されているのだろうか。まず、スラング表現を用いる理由として第一に指摘できるのは、これらの用語自体が有するラベリング機能である。例えば、SNS上で“メンヘラ”という語を通じて交流を図る当事者は、自身の行動に一定のラベルを付与することで、同質の悩みを抱える者を探索しているのであり、さらに“インキャラ”といったスラング表現についても、「おとなしさ」といった男子生徒の「非男性的な言動」を指すラベリング用語であるという指摘がある（知念, 2017）。つまりこれらの用語を用いることで青年は、自身や相手の特性のニュ

アンスについて、「簡単かつ反射的に、わかった気になれる（松崎，2024）」ということである。以上の象徴化機能は、HMSに特異的というよりはむしろ、人間の言語が本質的に有する特徴（立川・山田，1990）であるともいえるが、近年急激な広がりを見せる「発達障害」概念においても同様の指摘がなされていること（村田，2016）を考えると、やはり否定的（かつ障害に関わる）用語に関しては、対象の特性を単純化、概略化する機能が顕在化しやすいと考えられる。

さらに、以上のスラング用語が有する「分かりやすさ」については、当事者自身が以上の特徴を了解した上で、コミュニケーションの円滑な遂行に役立てていることもまた指摘できる。例えば山田ら（2023）は、スラング表現を使用するメリットとして「場が和む」「自虐が入っており他者からの受けがよい」といった内容を見出しており、同様の結果はMHS使用理由について「ジョークとして使う」「深刻に聞こえすぎないように使う」といった回答が上位を占めていたことから確認できる（松崎，2017）。また以上の態度は、現代青年がキャラを有するメリットとして「コミュニケーションの取りやすさ」を挙げていること（千島・村上，2015）にも一致しているため、よってこれらのスラング表現の自称は、「いじられキャラ」といったラベリングを自身が受容し適応していく構造（千島・村上，2016）にも類似している可能性がある。もちろん、両者が会話の中で用いられる文脈は、完全には一致しないと考えられるが、少なくともMHSやキャラといった「分かりやすい」ラベルを自身に付与することが、何らかの対人関係上の機能を持つことは事実であると思われる。

つまり、これらのスラング表現は、対象をラベリングによって「分かりやすくする」機能に加えて、それを自己に適用する場合には特に、自己の否定的な側面を「話しやすくする」コミュニケーション上の機能もまた有しているということである。さらに、キャラ等の対人関係概念から、スラングを媒介したコミュニケーションについて敷衍すると、特に自己の否定的な側面やパーソナリティについてそのまま開示することを避ける状況は、過剰適応（石津・斎藤，2008）や傷つけ合い回避（岡田，2007；2012）といった、自己を抑制しながら、他者を傷つけないように表層的なコミュニケーションをおこなう現代青年像とも関連があるのかもしれない。

以上の観点を踏まえると、黒歴史も「知られたくない過去」といった否定的で話しづらい内容をあえて語るための概念であり、「分かりやすく・話しやすくする」という他のスラング表現と同様の機能を有していると考えられる。しかし、その一方で黒歴史には、「約85%と大半の青年が経験している」という他のスラングとの相違点もまた挙げられる。スラングが付与される青年の割合については、例えば自身がMHSの特徴に当てはまると認識する人の割合は、松崎（2017）の結果から推算すると最大が“コミュ障”の31.9%と決して大きくなく、さらに“インキャラ”という表現についても、地味な男子生徒を他の生徒と区別し、序列化・階層化するニュアンスを含んでいた（知念，2017）。以上からこれらのラベルは、黒歴史とは違い、大半の青年をその付与対象としているとは言い難い。つまり黒歴史という用語は、誰もが経験するという点で、MHSや「発達障害」といった障害派生語とも、“インキャラ”や“リア充”、“スクールカースト”といった若者集団の序列化用語とも意味内容が異なっており、むしろ経験の普遍性や経験者の同一性という「障害」とは真逆の性質を持っていると考えられる。

さらに、「障害」との関連からいえば黒歴史は、どちらかといえば青年の「危機」に対応した用語である可能性が高い。例えば青木（2016）は青年期臨床の立場から、青年期の問題を

医療化（≒障害化）する現代の傾向に対して警鐘を鳴らし、21世紀以前における青年の問題は思春期の「危機」として捉えられていたことを指摘しているが、ここでの「危機」には「誰にとっても危機的」という健康な青年との連続性、「むしろ精神的成長」という肯定的位置づけ、「嵐のように過ぎゆく」という一過性のイメージが含まれていたとも論じている。黒歴史概念についても、上述した経験の普遍性といった観点から、青木（2016）が指摘した「危機」に類似した性質を有していると考えられ、よって黒歴史は、現代青年像に対して先述したような、「青年特有の問題」に関係している可能性があらためて指摘できる。

以上をまとめると黒歴史は、単なるスラング表現にとどまらない現代青年に一般的な過去に対する信念を反映している可能性があり、さらに黒歴史を用いたコミュニケーションは、自身の「障害性」を認めるというMHSとは異なる論理に基づいている可能性が高い。また、これらの内容を検討することは、現代青年が自身の発達の「危機・問題」への向き合い方の様相を明らかにする上でも意義深いと考えられる。

過去を「消したいと思う」とは

ここまでは、青年がスラング表現の使用を通じて自身の悩みや人間関係に対処している可能性を示し、同様の観点から黒歴史経験の特徴と検討意義について論じてきた。しかし、そもそも黒歴史概念は、「その表現を日常的に用いる」という対処の前段階として、「過去を消そうとする」という経験への対処方略をその定義内に含んでいる。また、ここで検討すべき、過去を「消したい」と思う黒歴史に特徴的な態度については、黒歴史が対人的なネガティブ経験を指していたことを踏まえると（鴨田, 2023）、およそ対人ストレス状況からの回避行動として言い換えられるだろう。

対人ストレス状況への対処方略（ストレス・コーピング）に関しては、古くから回避行動がその一つであることが指摘されてきており、その意味で過去を「消したい」と思うことは、現代青年に特徴的というよりはむしろ、普遍的な心的過程を指していると考えられる。例えばBiling & Moos (1981) は、コーピングを積極的に行動や認識の変更を試みる「積極的認知」と、消極的な対応として最悪な場合に備える、あるいは問題と関係のない行動をおこなう「回避」の二つに分類しており、さらに国内の研究についても、ストレス対処の基礎理論でもある「ストレス・コーピング理論（Lazarus, 1984 本明訳 1991）」で示された二つのコーピング（問題解決型・情動焦点型）に回避的対処を加えた三つの方略が主に検討されてきている（加藤, 2000；神村ら, 1995など）。

しかし一方で回避行動は、これまでに不安や抑うつなどのネガティブ要因に関連することから有用性が疑問視されており（Ehrenreich-May & Chu, 2013；森本, 2013など）、回避行動が持つ機能は「一時的な息抜き（森田, 2008）」や「気晴らし（及川・林, 2013; 2010）」に限るとされている。さらにEwert et al. (2021) は、ストレス・コーピングのメタ分析に際して、問題解決型コーピングと情動焦点型コーピングを「適応的なコーピング」、回避的なコーピングを「非適応的なコーピング」として整理している。以上をまとめると、回避行動は実際に用いられるコーピングの一種ではあるが、ストレス状況への対処にはむしろ逆効果であるというのが定説である。

ただ、以上の回避行動という観点から黒歴史経験を振り返った場合に、果たして黒歴史経験は青年の不適応的な対処方略として捉えるのが妥当なのだろうか。確かに、MHSを使用す

る者ほどストレス状況に向き合い、適切に対処するスキルが低いという報告もあるため（松崎, 2019）、ネガティブ経験を黒歴史だと捉えることは、問題から目を逸らす不適応的な対処方略である可能性がある。しかし一方で、先行研究において指摘されてきた回避行動の負の影響はあくまで、個人差（Holahan, 2005など）や、既に不適応状態にいる者の脆弱性要因（松本ら, 2014）から導かれたものであるため、85%とほとんどの青年が黒歴史を有している状況に対しては、先行研究の結果からはそれが不適応的であるのかを断言することはできない。また回避行動については、黒歴史との関連からいえばほとんどの青年が一度以上、特定の過去を回避していることになるため、ストレス対処における環境と個人の相互作用を想定した場合には、どちらかといえば環境要因側に回避行動を誘発する状況が揃っていると考えた方が自然である。さらに、全体の経験割合から推察するに多数の青年は、実際に黒歴史を抱えながらも適応状態を保っていることが想定されるため、その意味でも「過去を黒歴史化する」という回避行動が必ずしも不適応的な対処方略であるかは定かではない。その上黒歴史は、「消したい・知られたくない」と思いながらも実際に語られるという点で、実は回避行動を指しておらず、むしろ何らかの情動的な意味づけを含んでいる可能性もまた否定できない。

これまでに挙げられた課題をまとめると黒歴史は、a) 青年期において重大な影響を及ぼす懸念がある対人ネガティブ経験であるが、b) 同時に現代青年のコミュニケーションにおいて一定の機能を果たしていることが想定され、さらにc) 黒歴史を抱えることが、不適応的な回避行動として言い換えられるかは定かではなく、d) 以上の課題に密接に関わる黒歴史の特徴としては、大半の青年が当事者として関わるという黒歴史経験の一般性があると考察される。しかし、黒歴史を主題とした学術研究は未だ出版されていないことから、まずは類似概念から導出されたこれらの課題が本当に存在するのかを、青年のリアリティに即して探索し、青年が自身の「黒歴史」にどのように対処しているのかということを示す必要がある。さらに、黒歴史は定義からも分かる通り「話すこと」に関連した概念であるため、これらの検討にあたっては現代青年の実際の語りに着目するべきだと考えられる。

本研究の目的

以上から本研究では、前段落の課題に対応して、a) 当事者が黒歴史経験をどのように認識しているのか、b) 黒歴史を話すことに対する意識、c) 黒歴史に対してどのような対処をしたか、d) 黒歴史経験や自身の対処に対する意味づけの4点を、コーピング理論（ストレス経験からの回復・再適応）の観点から探索的に検討することを目的とする。

コーピングに着目する理由は、あくまで黒歴史はネガティブな経験、すなわち対処すべき現象を言い表した語句であり、さらに青年自身の現実的問題との関連においても、まずは「当事者は、黒歴史という脅威に対処できているのか」について知ることが重要だと考えられるからである。さらに黒歴史という言葉の使用についても、他のスラング用語における「深刻に聞こえすぎないようにする」といった、なんらかのコミュニケーション上の理由が存在する可能性が考えられるが、これらはいわば、青年同士の対人関係に適応するための「対処方略」であると見なすことができるため、よって「当事者が何を考え、語りながら、『黒歴史』という経験から立ち直っていくのか」をコーピングの文脈から捉えることには、理論的な妥当性があると考えられる。

方法

分析方法の決定プロセスと方法論上の限界点

本調査の実施にあたっては、オモクレイグヒル（2016）によるグラウンデッド・セオリー・アプローチ（以下、GTA）を使用した。その理由は、研究対象となる現象を「状況（条件）」「行為／相互行為」「帰結」の3層から理解した上で、概念の関係性を検討するというGTA（オモクレイグヒル，2016）の分析枠組みが、ストレス刺激に対する認知的評価（相互行為を導く意味づけ）と環境要因（条件）の相互作用からストレス・コーピングを捉えるLazarus（1984 本明訳 1991）の概念モデルに一致しているからである。さらにGTAは、各個人が、自分の行為や自身を取り巻く環境に与える主観的な意味に対して焦点を当てるシンボリック相互作用論（Blumer, 1969 後藤訳 1991）に依拠した方法論であるため、以上の分析枠組みを使用することで、現代青年の対人関係において、いかに「黒歴史」を媒介した会話や個人の解釈が産出されているのかといった構造（≒理論）についても、間主観的な視点から検討することが出来ると考えられる。

その一方で、本研究は調査期間が限られていたという研究資源上の限界から、GTAにおける理論的飽和を放棄せざるを得なかった。よって本研究では、4-6名の調査協力者の分析を詳細に行うことを優先し、結果として5名から調査協力を得た。サンプルサイズの評価については、例えば荒川ら（2012）は複線経路・等至性モデル（TEM）の記述における実践知として、4名のインタビューデータは経験の多様性を示すのに適していると述べているが、実際に語られた内容との対照の結果、やはり本研究においても、得られたデータ水準は「プロセスの多様性を描く」のに適しているが、「プロセスの類型を描く」には不十分であると評価された。以上から本研究では、考察において各調査協力者の語りがどのようなカテゴリー関連図で説明されているかについても結果で示し、さらにどの部分が飽和に至っていないと推察されるかについても考察した。

調査時期と調査協力者・サンプリング手順

黒歴史を有する大学生5名（男性2名、女性3名、年齢 19-22歳）を対象に、2021年8月-11月にかけてインタビュー調査をおこなった。また、具体的な黒歴史経験に対する調査者の立場を統一するため、調査者と小学校・中学校・高等学校で交流があったものはあらかじめ調査・分析対象から除外した。

GTAはサンプリング・調査・分析を循環的におこなう方法論であるため、本研究もその手順に則り、暫定的な分析結果に応じて調査協力者の選定をおこなった。まずは筆者の友人である人物に調査を依頼する便宜的サンプリングをおこなった（協力者A・B：大学四年生）。その後、雪だるま式サンプリングを用いて、顔見知り（協力者C：四年生）、また初対面（協力者D：二年生）を対象にデータを収集した。最後に、ここまでの分析の結果として、黒歴史について大学生活の中で認識が変化する過程が多く語られたことを考慮し、変化の初期段階だと想定され、かつ黒歴史を深刻に捉えている初対面の大学一年生（協力者E）を理論的サンプリングによって抽出した。

データの収集方法とその修正プロセス

調査はあらかじめインタビューガイドを作成し、半構造化インタビュー法を用いておこなった。具体的には、「過去にどのような『黒歴史』を経験したか」、「その時の対応や自身の感情」、「現在振り返ってみての評価（黒歴史から立ち直ったといえるか?）」の3点を聞くこととし、具体的な行為・認識に至ったきっかけや理由、さらにその他気になったことについては、調査協力者の発話を尊重するように努めながら、質問内容を適宜追加した。インタビューは調査協力者1人につき1回実施した。また、面接時間は30分-40分程度を目安に実施した結果、4名についてはその範囲内に収まったが、他1名（協力者C）については、調査協力者の意思を尊重して75分の面接となった。インタビューの記録は対象者の同意を得た上で、ICレコーダーで記録し、面接進行の補助として筆記記録も同時におこなった。なお、便宜的サンプリング・雪だるま式サンプリングで集められた調査協力者4名については、調査者が所属する大学内の静かな一室で面接を実施し、理論的サンプリングで集められた調査協力者1名については、WEB会議ツール（Zoom）を用いたオンラインインタビューを実施した。

さらに、データの収集についてもGTAの基本方針に基づき、協力者A・Bのインタビューが終わった時点でインタビューガイドに軽微な修正を加えた。具体的には、「立ち直ったか」という聞き方を改め、あくまで現在の認識が当時の認識と比べてどのように変化したかについて、限定を加えずに尋ねるように変更した。その理由は、当初は適応的なコーピングが出来ているのかを知りたいという調査者の前提から「立ち直り」という表現を用いていたが、黒歴史に対する意味づけの変容過程においては、そのような目的設定自体が適切ではない可能性が会話から示唆されたからである。よってその後の3名（C・D・E）のデータについては、認識の変容に加えて「『立ち直る』という表現は適切だと思うか」についても適宜聞き取り、これまでに調査者が有していた前提を省察・相対化した上で、当事者の対処観を聞き取るよう心掛けた。しかし、A・Bの結果とその他のデータの比較において、分析手続き上の問題が生じることはなかった。

分析手続き

まずは、録音されたインタビュー内容を文字起こししたプロトコルデータ全てを文脈ごとに切片化した。さらに、その切片化したデータからデータを捉えるための視点であるプロパティと、その特徴を示すディメンションを抽出し、それらの切片に示された単語を使って簡潔なラベルを付けた。なお、データの切片化やプロパティとディメンション、ラベルの作成については、Table 1に実例を示した。その後、プロパティ、ディメンション、ラベルについて、切片間の比較をおこない、より抽象度の高い概念（カテゴリー）を生成した（オープンコーディング）。次に、オープンコーディングで得られた各カテゴリーについて、「状況(条件)」「行為／相互行為」「帰結」というパラダイムを用いて関係づけをおこない、現象を記述した（アクシャルコーディング）。さらに、それらの現象を組み合わせることで立ち直り過程を構成し、理論仮説を立てるセレクトティブ・コーディングをおこなった。

その後、理論仮説を精査するためにオープンコーディング・アクシャルコーディング・セレクトティブコーディングを繰り返し行い、5名の調査が終えた後にその飽和度を、プロパティとディメンションの観点から評価した。なお、分析過程で生じた切片数は協力者Aから順に104, 85, 215, 83, 108の計595個であり、そのうち結果図の作成に使用したカテゴリーは508

個（85.4%）であった。本研究の結果図に使用しなかった切片には、「黒歴史に関係ない話」や「調査者との認識をすり合わせるためのやり取り」、「前後の語り、文脈に関係しないエピソードの詳細」が含まれた。オ木クレイグヒル（2016）は、研究の目的となる現象に関係がないカテゴリーは結果図には含まれないとしているが、本研究では理論的飽和には至らないことも考慮し、結果が恣意的な語りの切り取りになることを防ぐために、使用しなかった切片の数とその理由を開示した。

Table1. オープンコーディングで作成された概念の例

データ番号	言語データ	プロパティ：ディメンション	ラベル
B44	やっぱり、克服する前はなんかばーっつて出てきて「あーっ」ってなったりするし、	やっぱとは：自分を振り返ってやっぱり、時期：黒歴史を克服する前、明確さ：低い（なんか）、状況：「ばーっつて黒歴史を思い出す」、感情：「あーっ」（やってしまった？）、詳細の語りづらさ：高い	克服前の侵入的な想起
B76	うん、めっちゃいやだった。ありありと思ひ出せる。	何が：一人時間通り来た経験、気持ち：嫌な気持ち、うんとは：嫌な気持ちを示して、程度：非常に、記憶の鮮明さ：高い、時期：今でも	嫌な記憶の鮮明さ
C115	けっこうやり、作り立てほやほやだとあーってなるけど、そうだねきついね。ほやほやの方がダメージある。	何が：黒歴史が、作り立てとは：経験したばかり、感情：「あー」（きうわー）、辛さ：大きい、程度：比較的、比較対象：経験から時間の経った黒歴史	経験したばかりの時期のきつさ
C212	フラッシュバックする感じはあったな。昔の方が。	体験：フラッシュバックする、感じとは：完全なフラッシュバックではない、程度：高い、比較対象：現在、時期：より昔	当時のフラッシュバック

倫理的配慮

調査の依頼時および面接時に、調査への参加は任意であり、いつでも協力を取りやめることが可能であること、また参加の中止による不利益は一切生じないことを書面と口頭の両方で説明し、同意を得た。また、録音データ、文字起こしデータ、分析データの保管方法についても同時に説明した。さらに分析の結果については、調査協力者にフィードバックをおこない、要望に応じて結果図の修正をおこなった。

結果

黒歴史経験に対する対処過程については、《失敗の黒歴史化》、《黒歴史によるダメージの蓄積》、《黒歴史経験の再構築》、《黒歴史経験の回想》という4つのカテゴリー関連図が記述され、以上を統合した結果として全体のストーリーラインが作成された（Figure 1）。さらに、《失敗の黒歴史化》というカテゴリーについては、【黒歴史になる／単なる失敗のまま】という2つのパラダイムを用いて整理され、《黒歴史経験の再構築》というカテゴリーについては、認識の変容過程を示す中心的なパラダイムと、その間にある2つの小パラダイム【環境の変化による忘却／黒歴史を話すという対処】によって表された。まずは、それらの分析結果に基づいて、ストーリーラインとして黒歴史が経験される過程について説明する。なお、カテゴリー

は《 》, サブカテゴリーは〈 〉, ラベルは { }, プロパティは“ ”, デイメンションは〔 〕内に表記することとする。

失敗が黒歴史化する過程

“自己評価”が〔高く〕自分を〔優等生〕だと思っている場合、またそうではなくとも {他人に抱いてほしくない印象} がある場合は、自己イメージを維持するために、〈マウンティング〉や〈でしゃばり〉といった〔自分が出来ることを示したい〕がための“行動”をしてしまう。しかし {当時の自己中心的な考え} から、その行動は〈相手を傷つける〉ことになってしまったり、〈周囲とのギャップ〉や〔戸惑い〕を生み出してしまう。当人にとってそれは周囲の〈冷めた反応〉、また自分の〈孤立〉として知覚されており、また実際に {周囲からのぞんざいな扱い} を受れたり、周囲から〔否定的〕な“評価”を受けることもある。〈孤立〉については、〔なんで自分だけ〕という〔嫌〕な“気持ち”もまた伴う。

以上の状況は当事者にとって〔非常に大きい〕“違和感”として経験され、自身の“行動”は〔失敗〕だ、〔すごく〕〔変だ〕と“評価”される。また同時に〈恥ずかしさ〉や〈困惑・あせり〉といった“感情”が喚起され、〔ヤバイ〕〔やっちゃった〕〔恥ずかしい〕といった“感情”は、〔瞬間的〕に“一番強いタイミング”を迎える。ただ、それらの状況に対して、当人は〈困惑・手詰まり感〉を感じており、実際の“対応”についても〔どうしようもできない〕。場合によっては、〔より恥ずかしい行動〕をしてしまうこともある。その場合は〔最悪〕であり、“結果”として〔黒歴史が深刻になる〕。対処する時に〈失敗を重ねる〉ことは、“黒歴史である理由”にもなり得る。

以上の経験は“周囲の反応”によって知覚されるものであるために、〈誰が関係するかの重要性〉は〔高い〕。〔失敗を見られてもいい〕と思える〔いつも遊んでいる友達〕は“許容できる相手”であるが、〔クラスメイト〕や〔教室〕は“許容できない相手・場”である。ただ、“薄い人間関係から受けるダメージ”もまた〔少ない〕ため、人間関係はありながらも〔失敗を見られてもいい〕とまでは思えない、{関係の深さが中間の人に失敗を知られるつらさ} が黒歴史には存在する。〔周りの人にどう思われているか〕といった考えは“恥ずかしさの原因”にもなるが、その“重要性”は〔高い〕。また〔相手の受け止め方が好意的だった〕場合や、“周囲の反応”が〔なかった〕場合においても、〔うんざりした〕〔幻滅した〕だろうと“相手の気持ちの推測”がなされた場合には、その経験は黒歴史として意味付けられる。そのような経験は〔多く〕、また“気持ちの推測”に対する“確信度”は〔高い〕ため、〔なんでやってしまったのか〕という {人間関係が絡んだ失敗への後悔} が残ることとなる。〔全ての黒歴史には対人関係が関わる〕のではと“予想”されるほど、〔対人関係〕の“重要性”は〔高い〕。

さらに黒歴史は、〈自分に対する今までのイメージ〉が関わっているために、〈失敗という評価〉がなされた後には〈自己イメージのゆらぎ〉を経験する。さらにそれは、〔対人関係〕の失敗から {周囲から浮く恥ずかしさ} を感じていたために、〈劣等感〉として経験されやすい。また {自分の能力に対する自信} が打ち砕かれ、〈ダメな自分〉という評価につながることもある。

失敗が黒歴史化しない過程

〔対人関係〕が中心である黒歴史経験に比べ〈目標を達成できなかった〉経験、または〈シ

ンプルなミス」といった〈失敗経験〉は、〔次はやらない〕〔次頑張ればいい〕といった“態度”で〔練習する〕といった、〈前向きな対処〉が引き出されることが多い。それは、黒歴史ではない〈失敗のリカバリー〉が容易であるためである。また、〔恥ずかしさが全然ない〕点も“黒歴史の差異”として挙げられる。さらに、黒歴史と比較して〈失敗経験〉は〈自分に対する今までのイメージ〉が関わらないため、〈自分以外への責任帰属〉がなされやすく、〔自分は悪くないという〕という“態度”から“深刻度”が〔低く〕見積もられる。自分に責任があるミスであった場合についても、〔自分らしい失敗〕だと認識された場合には、〔自分にやりがちな失敗〕として経験が受容され、さらに〔おもしろさ〕〔楽しさ〕という“評価軸”によって経験を〔許せる〕と捉えられた場合にも、〈失敗経験〉は黒歴史としては感じられない。とにかくいずれの場合においても、〈自己イメージのゆらぎ〉が引き起こされることはない。

以上の理由から経験は〈自己完結〉することとなり、〔単なる失敗〕〔ただの失敗〕として定義され、〔自分が被った不利益への許容〕がなされる限りにおいて、“深刻度”や“重要度”が〔低い〕と認識される。黒歴史かどうかの“評価軸”となるものは〔深刻度〕であるが、黒歴史と失敗の“弁別性”は〔低く〕、〔黒歴史と失敗の線引き〕をする“難易度”は〔高い〕。よってどちらかといえば〔程度の差による黒歴史の分類〕が図られており、〔単なる失敗〕から〔軽い黒歴史〕〔より重い黒歴史〕というように、〔深刻度〕による経験の関係づけがなされている。

黒歴史によるダメージの蓄積過程

《失敗の黒歴史化》過程が終わった後の“望ましい対応”としては、〔本当の意図を伝える〕こと、また行動について〔釈明し、謝り〕、〔立ち直る〕ことが想定される。しかし実際には、そもそも〈相手の気持ちは分からない〉上に〔釈明をする機会〕が〔ない〕ことから、経験自体については〈解決不可能〉であるという認識がなされる。また、〈自己イメージのゆらぎ〉を伴う黒歴史経験は、〔自分の性格〕や〔自分のしたこと〕が“原因”であるという認識から、〔自分自身〕への“責任の帰属”がなされているために〈拭えないマイナス〉要素を含んでおり、〔やはり〕〔プラスには捉えられない〕。

以上から黒歴史は、〔非常に〕〈後ろ向きな対応〉につながるものがほとんどである。〔消してしまいたい〕という“気持ち”が喚起され、〔恥ずかしい〕という“理由”から〔黒歴史に似た行動・状況〕に対して〔ためらい〕を感じる事となる。また、黒歴史経験を通じて〈関係の中でのダメージ〉もまた受けているため、以上の〔ためらい〕は〔対人関係の悩み〕として表出されることもある。〔人との関わり方が分からなくなる〕“変化”や、〔黒歴史を作るのが怖い〕ために〔猫をかぶる〕といった“行動”のように、黒歴史経験は〔一人で抱えて悩む〕“対応”がなされることが多い。しかし、〔自分で整理する〕という“行動”は〔全くの〕〔失敗〕に終わることが多く、それは〔自分がダメだった〕という“自覚”がありながらもそれを〔認めない〕という“態度”につながることもある。ここでの中心“感情”は〈後悔〉であり、〔なんであんなことをやってしまったのか〕といった〈軽く行動したことへの後悔〉が感じられることもあれば、〈相手の気持ちへの心残り〉が感じられることもある。

以上の過程から黒歴史が“低減される程度”は〔非常に低く〕、経験が〔忘れられない〕上に〈後悔〉が〔ずっと〕〔残る〕ように感じられる。また、黒歴史経験はふとした時に〔何度も〕想起することがあり、以上の経験は“意識的な記憶の想起”が〔難しい〕という意味で〔受動的〕である。〔経験したばかり〕の時は特に“記憶の鮮明さ”が〔高く〕、〔経験の瞬間〕と〔全

く同じ“感情”が思い出され、[しんどい][いたたまれない]という気持ちと共に[泣きそうになる]こともしばしばであり、“ダメージ”が大きい。さらに〈黒歴史経験の想起〉によって、〈周囲にどう思われたかという気持ち〉についても同時に思い出されるため、[何度も][しんどさ]や〈後悔〉といった“ダメージ”を味わうこととなる。

黒歴史経験の再構築過程

〈黒歴史経験の想起〉時には[なんであんなことをやってしまったのか]といった〈後悔〉が思い出されるため、図らずも経験の[振り返り]が促進されることとなる。〈黒歴史経験の想起〉がなされる時の例としては、〈当時に似た状況〉の時や[黒歴史の話題になった時]、また[当時を知る人に会った]時や当時と[同様の失敗をした]時などが挙げられる。経験の[振り返り]として第一に考えられるのは〈反省〉であり、〈適切な行動への自省〉や〈自分の弱点の分析〉が進み、[自分を見つめ直す]、〈自分自身についての整理〉をする機会が与えられる。また、[振り返り]過程については意図的かどうかの“わからなさ”が[高く]、あえて[反省]する“機会”は[多くはない]とも考えられている。

さらに〈反省〉を通じて[同じ失敗を繰り返さないという決心]もなされる。[もうやりたくない]という“感情”や[同じことはもうしない]という“決心”は[強く]、それが〈行動のためらい〉として表れることもあれば、[自分の対人関係を見直す]などの“変化”として表れることもある。また、黒歴史は[対人関係]が関わる失敗経験であったが、[対人関係]については完全に断つことは難しいため、よって自分を[振り返り]、〈行動を変える〉ことが求められる。具体例としては、経験を通して〈他人の立場に立って考える難しさ〉を“実感”し、[しっかりしよう]という“態度”に繋がった場合や、経験を[振り返り]、[自分の言動]が[他人に与える影響]について[より考えるようになった]場合が挙げられ、それは〈新たな気づき〉を伴う。

以上の過程は長い時間をかけて進むため、その間に[周囲で一番の進学校に通う]、[中学校に上がった時]に学校の[規模が大きくなる]などの〈周囲の環境の変化〉が起ることが多い。そこで[色々な人との関わり]から、[人間関係を考えるようになる][様々な生き方を許容]するなどの“変化”が起こり、結果として〈新たな気づき〉や〈出会いを通した価値観の広がり〉を感じることになる。よって[少しずつ]、自身の黒歴史について〈経験の相対化〉がなされ、[自身の経験について冷静に考えられるようになる]。このような〈客観的視点の獲得〉を通じて、“経験との距離”と取ることで、また経験を[俯瞰してみる]ことが可能となり、それは[黒歴史経験についての折り合い]としても表現される。また以上の認識は、[ステップアップできた]といった“評価”を伴い、《黒歴史によるダメージの蓄積》過程から一歩踏み出したという“実感”をもたらす。

〈反省〉の結果としての〈行動の変化〉、〈自己分析〉を通じ〈経験・自己と向き合う〉経験、様々な視点から〈経験を整理する〉ことを総合して、〈自己の再構築〉が進められる。〈自己と向き合った〉結果、[恥ずかしがりや]といった[自己像の再確認]、もしくは[人間としての味が出る]といった〈自己像の変容〉が起こる。これまでの過程で[自分を認められた]場合には〈自己の確立・受容〉ができたように感じられ、〈考え方が「大人」に変化〉するとともに、過去の経験については[若気の至り]、[別にヤバくなかった]と“意味づけられる”。よって、“気持ち”が[安らぎ]、〈深刻さの再定義〉がなされる。一方、〈経験を整理する〉上

で再確認された自身の性質に対して、本人が許容することが出来ず、また現在も〔同様の失敗をする〕だろうと感じられた場合には、“苦痛が低減される程度”は〔非常に低く〕、《黒歴史によるダメージの蓄積》が同じように繰り返される。

〈深刻さの再定義〉がなされた場合でも、〔完全に立ち直ることはできない〕と考えられている。それは、〔今でも〕〈後悔〉が残っているからであり、その〈後悔の変わらなさ〉は大きい。一方で、〈フラッシュバックから後悔へ〉と中心的な感情体験が変化していくのもまた事実であり、その〈後悔〉の“程度”を、〔少しだけ〕といったように改善させることは可能である。よって“消去”は〔不可能〕であるが〔改善は出来る〕と黒歴史経験は捉えられている。また以上の認識を前提として、〈黒歴史の忘却〉もまた進められていく。

環境の変化による忘却過程

先に述べた過程では、〈経験・自己と向き合う〉こと、〈自己の再構築〉が行われていたが、向き合うことなくダメージが低減されていく場合もあり、そのための条件が〈周囲の環境の変化〉である。この過程においては、〔人間関係の更新〕によって毎日を黒歴史と〔関わりのないまま過ごす〕ことで、その結果として黒歴史が〔自然消滅していく〕。以上の“変化”は〔楽しいことをする〕などの〔現実逃避〕“行動”によって促進されることもあり、それによって〔思い出して嫌な気持ちになる〕“頻度”が〔非常に少なくなった〕と感じられる。以上の過程は〈実感が薄い立ち直った〉という態度を導くが、その“確信度”は〔低く〕、“立ち直るという言葉への違和感”も〔高い〕。それは、当時を知る人間に出会った場合に〔恥ずかしさが再燃〕することを“予測”しているからであり、《環境の変化による忘却》という回復は、〈当時に似た状況〉に遭遇しないことを前提とした条件付きの回復である。

黒歴史を話すという対処過程

また、〈経験を整理〉し〈深刻さの再定義〉をする過程で《黒歴史を話すという対処》がとられることもある。以上の行為は〔恋愛の話〕〔パーティーで盛り上がった時〕など、黒歴史を話すことが許される、また求められる“タイミング”で行われる。そこでは、〔皆に笑ってもらう〕ことで〔黒歴史のつらさを低減する〕という意図をもって話をするこゝもあれば、〔進んでは言わない〕〔話したくない〕という“態度”を取りながらも、周囲が〔黒歴史の話題が好き〕であり〈黒歴史を話す機会〉が多いためにしぶしぶ話をするこゝもある。ここで〔話したくない〕という態度を取る理由は、黒歴史について“深刻さ”が〔高い〕、また〔恥ずかしい〕と感じているからである。以上から、つらさの低減のためではなく、“恥ずかしさの程度”が〔低い〕黒歴史、もしくは〔笑い話になった〕黒歴史が繰り返し話されるこゝもある。しかし一方で“恥ずかしい”黒歴史についても、〔自分にとって〕〔大きい出来事だから〕〔話したい〕と思う場合もあり、〈恥ずかしいけど、話したい〉といった相反する感情も存在する。

黒歴史を話した“結果”については、本人が黒歴史の“深刻度”を〔低く〕見積もっている場合には黒歴史を〔笑い話に昇華〕することができ、さらに〔別にヤバくなかった〕と〈深刻さを再定義する〉ことができる。また、黒歴史を聞く・話す機会によって〈経験の共有〉がなされ、〈自身の経験の相対化〉が促進されるのも、《黒歴史を話すという対処》の利点である。

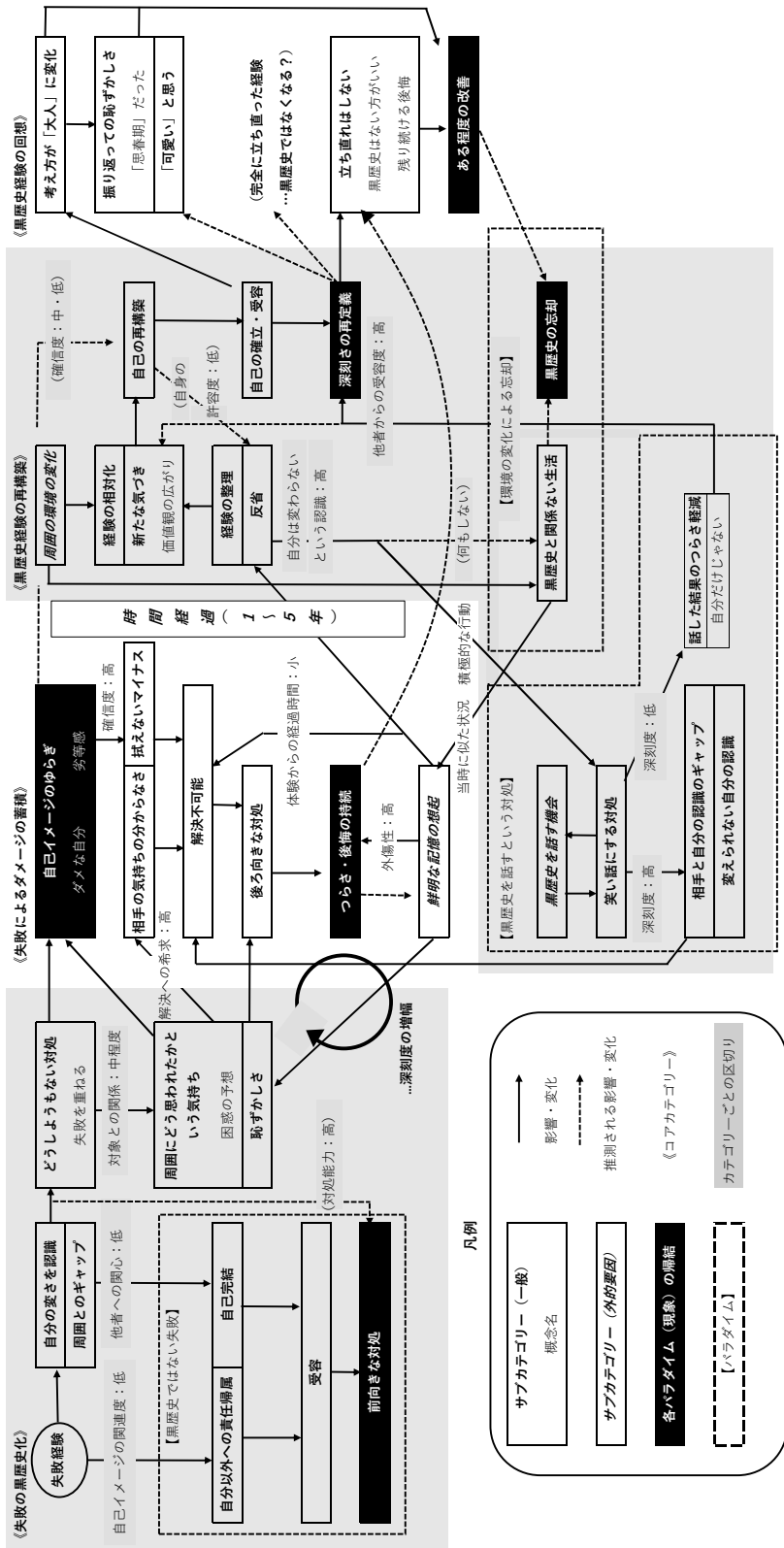
その一方で、本人が黒歴史の“深刻度”を〔高く〕見積もっている場合には、〈自分の行動を茶化す〉ことで〔笑いを取り〕、周囲の人からみた〔経験の重要度〕を下げることを話の“目

的”にしているため、経験内容の〔言い方を変えるなど〕の〈面白く伝える工夫〉や〔脚色〕がなされる。しかし、〔ウケること〕に成功した場合においても、話した内容は実際の経験に忠実ではないという点で〔周囲と自分の認識のズレ〕を感じているため、〔深刻である〕という“自分の認識”は変わらず、むしろ〔自分を騙し〕〔笑いを取る〕という“行動”の虚しさを感じる事となる。最終的に、自分の本当の経験について〔ネタにはできない〕つまらないという自己評価は〔消えることはない〕という“態度”が変わらずに、《黒歴史によるダメージの蓄積》が繰り返される事となる。

黒歴史経験の回想過程

黒歴史を振り返る中で〔かなり〕強く感じられるのは、〔とんでもないことをしていた〕、また〔今思ったら〕〔なんでしてたんだろう〕という〔当時の異常性〕の認識、またそれに付随する〔恥ずかしさ〕である。ただそれは、〔経験と距離を取り直して〕いるからこそ出来ることであり、〔笑い話化〕もされやすい。当時の“態度”については、〈「思春期」だった〉とまとめられることが多いが、それは〈自己像の変容〉を終えた自分、〈考え方が「大人」に変化〉した自分を対比的に捉えているからであり、〈当時の自分を变だと思う〉ことは経験当時との“距離感”が〔遠く〕なったことの証拠でもある。また、次第に当時の自分について〔幼かった〕〔可愛い〕と思うことが出来るようになり、結果として〈克服〉したとまで感じられることもある。ただし、〈振り返って感じる恥ずかしさ〉や〈後悔〉を完全に“消去”することは〔不可能〕であるため、その意味では、〈ある程度の改善〉はなされたとしても黒歴史から〈立ち直れはしない〉。よって、〈黒歴史はない方がいい〉、〔ないにこしたことはない〕と考えられる場合も多い。

さらに、当事者にとって黒歴史は、特定の時期に起こる経験ではないと認識されており、よってこの先黒歴史をつくることが〔ないとは言いきれない〕。それは、《黒歴史経験の回想》過程で〔思考の変化による恥の自覚〕をしたのと同様に、将来自分の〔考え方が変わり〕、過去の自分の言動について〔なんてことをしてたんだろう〕と再び感じる事が“予想”されているからである。つまり、〔考え方の変化〕の可能性があるとされる限り、黒歴史、その〈後悔〉をつくる可能性は残る。



当事者の多様性について

本研究はサンプル数の限界から、結果としてプロセスの類型を十分に示した（＝理論的飽和に至った）とはいえないため、最後に、A-Eの調査協力者の語りにどのような特徴があったかを示し、各々の対処プロセスについて、共有されている部分と多様性が認められる部分について概括する。まず、全員から一致して語られたのは、黒歴史経験が対人経験であること、自己イメージのゆらぎが苦痛の中心であることだった。また逆に、対人経験ではない失敗は黒歴史ではないということについても、参加者間で一致していた。さらに、「消したい過去」という定義にもある通り、やはり黒歴史に対しては全員が、経験当時に積極的な対処方略を取っていなかった。

その一方で、現在時点における意味づけや対処については、当事者間の多様性が認められた。まず第一の違い、プロセス図の分岐点として挙げられたのは、「自分自身が変化したと認識しているかどうか」であった。例えば、当時の自分の未熟さについて言及したB, D, Eは、「…人の立場に立って考えるのが出来てると思ってたんだけど、出来てなかったなって思った (B:39)」, 「高校生になってからは、なんか結構考え方も大人になってきたので、あんまりそういうこと（周囲を省みない行動をしようということ）は思わなかったんですけど (D:43)」, 「…なんか自分が軽く言ったことが、結構相手はすごく重く受け止めちゃうっていうか、なんていうか、他者理解？みたいなのを考えたんですけど (E:63)」と自分自身の変化について語っているのに対し、Aは「…今（の自分を）振り返った時、…つい最近でも似たような黒歴史をつくった記憶とかがあったら、『うわ自分なんも反省してねーじゃん』みたいな、でより悲しくなる (A:52)」というように、現在の自分が変わっていないことへの悲しさを語っている。よって、B-Eは〈反省〉から〈深刻さの再定義〉へとプロセスが進んでいったが、Aは〈笑い話にする対処〉を試みながらも、「自分の失敗を消去しようとして人に話したってことで理解している訳じゃん (A:95)」 「…そうしてる事実は知ってるから、自分では面白くはないよね (A:49)」といったように自身の行為の虚しさや自身の認識の変えられなさを感じているため、苦痛が軽減されず、《失敗によるダメージの蓄積過程》を循環するプロセスをたどっている。以上の違いが生じる理由としては、黒歴史を経験した当時の自分に対して「今思うと、なんかとんでもないことをしてたなーとか（笑）、そういうことを思います結構 (D:14)」 「なんか何したかったんかわからんけど、恥ずいなーみたいなのはある (A:19)」といった異常性が一貫して語られていたために、自分自身の変化を認知し、「当時はまだほら、若かったから、可愛かったなーって思いますね (B:28)」と、当時の自分と現在の自己を切り離して捉えた方が、対処プロセスとしては適応的な状態に至れるからであると考えられる。

第二の相違点として挙げられたのは、経験の「消えなさ」に対する信念である。例えばEは自身の黒歴史に対して、「…やっぱ許してもらっても、自分がした事実は消えないなって思うので (E:21)」と認識しているのに対しDは、「…でももう（周囲の人も）忘れると思うので、覚えてる人が少なくなっていくことによって解消されていくのかなと思います (D:75)」と認識しており、そもそも経験が「消える」ことに対する前提条件が異なっている。以上については特にAとEが、相手がどのように感じようと「自分がした事実は消えない (E:21)」と考えており、よってB, C, Dより現在の苦痛の持続度合いが高かった。またこれらの認識の違いは、調査協力者それぞれの黒歴史観にも関連しており、例えばAは、「その黒“歴史”だからさ、残ってるってことだからさ、その消去はできないから、っていう概念として捉えてる

から (A:77)」といったように、認識を変えられないからこそ“黒歴史”であると考えていた。また、C、D、Eにおいても、黒歴史から得られた教訓についての質問に対して「いや別になかったらなかったほうがいい (E:169)」と答えたように、黒歴史を明確に立ち直るものだと捉えていなかった。ただしその一方でBは、劣等感を抱えていた過去の自分自身を黒歴史だと捉え、それに対して克服したと捉えていた。もちろんBが語った経験は、その他の4名において中心的に語られた恥や後悔とは、わずかに状態像が異なっていた可能性もあるが、しかしその後の対処プロセスについては、Bとその他の協力者でほぼ一致していた。

以上から、黒歴史経験という語に対するイメージや語られたエピソードの特徴については当事者間の共有度が高かったが、黒歴史と自己の関係性、また「何をもって黒歴史に対処したと考えるか」といった認識は必ずしも一致していなかった。しかしその一方でA-Eの全員が、その程度に違いはあれど、時間の経過によって徐々に黒歴史のつらさが改善されると考えていた。

考察

本研究の目的は、a) 当事者が黒歴史経験をどのように認識しているのか、b) 黒歴史を話すことに対する意識、c) 黒歴史に対してどのような対処をしたか、d) 黒歴史経験や自身の対処に対する意味づけの4点を、コーピング理論（ストレス経験からの回復・再適応）の観点から探索的に検討することであった。

黒歴史経験とは何か

辞書的な定義において黒歴史は、「人に知られては〈困る／恥ずかしい〉、消したい過去（一が明かされる。）（三省堂国語辞典第八版）」とされていたが、本調査の結果から黒歴史は、自己の否定的な側面の露出がその規定要因にあることが示された。単純な失敗経験においては逆に、自己イメージに関係しない、もしくは「自分らしく」「おもしろい」失敗であるために経験が黒歴史にならないという語りも同時に見受けられたため、やはり黒歴史の「消したさ・知られたくなさ」の背景には、否定的な自己意識があると考えられる。

否定的な自己意識という観点に即していえば、以上のつらさの根底にあるのは、辞書的な定義と実際の語りに一致している「恥 (shame)」の感覚であると考えられる。恥とは、何らかの基準に基づいて自己を評価するという内省によって生み出される自意識的情動の一種であり、特にある種の失敗を自己の安定した側面に帰属することによって生じるとされている (Lewis, 1992 高橋監訳 1997)。また久崎 (2002) は恥概念を、強烈な苦痛や隠れたいといった主観的経験的側面、心拍の減少といった神経生理学的側面、他者の視線を免れるような行動的側面の3要素が絡み合って生じるプロセスとして定義しているが、確かに黒歴史に関する語りにおいても、強烈な苦痛や、対人関係を避ける行動が見出されており、このことからやはり黒歴史は、おおよそ恥経験であると考えられる。さらに青年期という観点からいえば、他者への意識や自己省察が鋭くなる青年期に羞恥心が強まることが指摘されており (詫摩, 1993), 実際に青年期における対人関係の失敗は恥と強く関係するという結果 (市川・外山, 2016) もまた示されている。以上から、青年の約85%が黒歴史を有している状況の背景には、恥感情の意識されやすさがあり、さらに黒歴史を定義する過去の「消したさ」についても、恥

への対処スタイル (Elison et al., 2006) の一つである「回避（なかったかのように振舞う）」が関係すると考えられる。

黒歴史に対する対処方略

以上の黒歴史と恥感情の関連から、黒歴史の「消したさ」の一側面が捉えられたが、回避という対処方略を取る理由については、恥概念に回収されない特徴もまた見出された。まず、経験が黒歴史だと認識されている過程においては、そもそも「対処に失敗した」という認識が先行しており、さらなる対処に失敗することは「恥の上塗り」であると当事者に考えられていることが明らかになった。つまりここでは、「周囲から否定的な反応を受ける」というストレス状況への対処と同時に、「ストレス状況の対処に失敗した自分」への対処もまた求められているということである。具体的には、対人ストレス状況から、対処が不可能だろうという認識や、二度対処に失敗してしまうと「最悪」とであるという認識が導かれ、結果として回避行動が選択されやすいことが語りから確認されたが、以上はこれまでのコーピング研究において見過ごされがちであった回避の側面、すなわち回避行動の選択における合理性を示していると考えられる。

さらに、回避行動が導かれやすい理由として語られたのは、クラスメイトなどの「関係が中間の人間にみられるつらさ」や「環境の変わらなさ」といった、学級集団に特異的な対人関係の影響であった。まず先ほど、黒歴史は「対処に失敗した経験」とであると述べたが、それに対して本来望ましい対処だったと認識されていたのは、「自身の本心を打ち明ける」「行動について釈明する、謝る」ことであった。しかし多くのクラスメイトに対しては、親しい友人とは異なりそこまでの信頼関係がないことから、関係の修復が困難であるという判断がなされており、結果として「周囲の人間は自身の失敗を変だと感じたに違いない」という気持ちに悩まされることが示唆された（逆に、そう感じないことが黒歴史ではないことの条件でもあった）。さらに言えば、仮に釈明をおこない周囲から好意的な反応を得たとしても、他者の「本当の気持ちは分からない」ために問題が解決されないと感じられていることも語りから明らかになった。以上から、学級集団といった複合的な対人関係の中で生じた失敗・恥経験については特に、適切な対処をおこなうことが困難であると考えられる。

さらに、学級集団の流動性の低さもまた、黒歴史の保持しやすさに関わっていることが示唆された。具体的には、黒歴史経験に対して認識を変える、忘却するきっかけとして「環境の変化」が一貫して語られ、さらに「当時を知る人間にあった場合に恥ずかしさが再燃する」といったように、経験当時と同じ環境が当事者のつらさを持続させていることがもまた示された。以上の現象については、以上の現象については、逆に進学やクラス替えを通じて定期的に周囲の環境が変化するからこそ、黒歴史に対して回避し、時が過ぎるまで耐えるという対処が適応的に機能しているのかもしれないが、いずれにせよ学級という、青年期初期に特有の対人関係の在り方が、青年の黒歴史経験の多さの背景にあると考えられる。

ここまでではストレス・コーピングや対人関係構造の観点から、黒歴史については特に問題解決が困難であることを示してきたが、さらに「黒歴史に対する認識を変える」という情動焦点型のアプローチも、経験当事者には困難であると考えられていることが本研究から明らかになった。その理由は、恥経験にも関連するが、失敗の原因が自身の安定的かつ望ましくない側面に帰属されているからである。例えばLewis (1992 高橋監訳 1997) は罪悪感の対比

から恥について、全体的自己への否定的評価を含むために強い苦痛と無力感を伴うと論じているが、黒歴史の規定要因であった否定的な自己意識についても、どう考えてもダメだった自分に対して、「拭えないマイナス要素」を感じていることが当事者の語りから示された。

つまり本研究の結果から、特に黒歴史については、「釈明や謝罪をおこない、関係を修復する」という問題解決型コーピングも、「自身の黒歴史に対する認識を変える」といった情動焦点型コーピングも困難であるという認識に基づいて、残りの対処方略である回避行動が当事者に選択されていることが示された。もちろん以上の結果は回想によって得られたものであり、経験時に実際に抱いていた考えや感情をストーリーとして再構成したものだと考えられるが、一方で、以上の判断に一定の合理性があることもまた事実であると思われる。「黒歴史は単なる失敗経験ではなく、『対処に失敗した経験』である」という指摘も含め、以上の「回避行動が有する合理性」を示したことは、本研究の学術的な意義であるといえる。

また、以上の回避行動が合理的である一番の理由は、積極的なコーピングが持つリスクを避けつつ、自身が経験に対処可能となるタイミングを伺えることにある。例えば、先述した語りの中では、真に望ましい行動は「自身の本心を打ち明ける」ことだと当事者に認識されていたが、それが「恥の上塗り」になるリスクを考慮した結果として、実際には回避行動が取られることが示されていた。この判断は、少なくとも当事者の主観的認知の次元においては、さらなる傷つきを避けるという意味で合理的だと考えられる。先行研究においては、コーピングという概念自体が有する社会的望ましさゆえに、各対処方略のリターンばかりが焦点化されてきたといえるが、日常的文脈においてはそれらに何らかのリスクが発生するというを確認したという意味でも、本研究の結果は、示唆的であると考えられる。

さらに、先行研究のより具体的な結果に関して言及するならば、以上の結果は回避行動のパターン化に貢献する可能性がある。例えば松本(2018)は、PTSD症状の関連要因である「体験の回避 (Hayes et al., 2004)」と回避的なコーピング(神村ら, 1995)のジョイント因子分析をおこない、これらの「回避」が弁別可能であること、また両者の関連はすべて弱い($r = .00$ - $.19$)ことを示しており、さらに恥への対処スタイル(川崎, 2010)においても、恥に対する「回避」と回避的なコーピングとの関連は弱かった($r = .17$)。これらのことから、「回避」と見なされる認知や行動は必ずしも同一の概念を指しておらず、その状態像にはいくつかのパターンが存在することが想定されるが、あくまで従来の研究において回避の機能は「気晴らし」に限るとされ、その他の適応的な回避行動のパターンについては想定されてこなかった。その点に対して本研究は、すぐに対処をするのではなく時間の経過を待つ、新たな「回避」の状態像を示唆したという点で意義深いと考えられる。また、回避行動のパターン化に向けての課題としては、「対処をしない」と「回避する」ことが同じなのかという点の検討が不足していること、さらに両者の違いが「そのことをあまり考えないようにする」という従来の質問項目では十分に測定できていない可能性があることの二点が挙げられる。よって今後は、「あえて考えていない」のか「考えない・思い出さないことに固執しているのか」の違いに着目し、回避行動の状態像についてさらなる検討をしていく必要があると考えられる。また、回避の機能については本研究で示したように、失敗経験の文脈が重大な要因になっていることが想定されるため、その点についても併せて検討をしていく必要があるだろう。

なお、黒歴史経験への対処過程としては、最終的には「経験を相対化できる」「出会いを通して価値観が広がる」といった経験の捉え直し、より正確に言えば「経験を捉える自分」の捉

え直しが生じていることが明らかになった。さらに、以上の認知変容は情動焦点型コーピングの一種であるといえるが、あくまで以上の対処は能動的ではなく、環境の変化や侵入的な想起に伴って受動的におこなわれているということもまた、語りにおいては強調されていた。以上から、当事者があえて対処しようとしていないことが再び確認できるが、一方で以上の経験の捉え直しは、黒歴史経験からの積極的な「克服」というよりは、あくまでそれを低減させていく過程だと認識されることも多かった。黒歴史は「立ち直れはしない」ものであるという語りも踏まえると、この態度を適切な対処方略と呼ぶのが妥当かについては、再検討の余地があるといえる。しかし彼らは、経験からは立ち直れないことを認めながらも日々の生活をおおよそ適応的に過ごしているのであり、各々がストレスフルな過去に対して、前向きではなくとも、対処できる範囲を徐々に増やしていこうとしていることは確かである。

黒歴史はなぜ話されるのか

さらに、黒歴史への対処過程の一側面としては、やはり「黒歴史を話すこと」が見出された。このことは、スラング表現だった黒歴史の機能として想定した通りの結果だったが、一方で黒歴史は、他のスラング表現とは異なる用法がなされていることもまた本研究から明らかになった。まず黒歴史は、自身が進んで話すというだけでなく、「黒歴史を聞くのが好きである」といった他者の要請に従っても自己開示がなされることが示された。それに対しMHSは、「自身の感情を正直に打ち明け、その気持ちと向き合っていく場をつくるきっかけ」、あるいは「会話を打ち切ったり、深く立ち入ってはしくない際のわかりやすい意思表示」と認識されているため（松崎、2024）、これらの表現はあくまで自らカムアウトするものであって、他者から要請されるものではない。

では、なぜ黒歴史は他者から盛んに話すことを求められるのだろうか。このことについては、語りから直接的に確認された訳ではないが、大きく2つの理由が考察される。まずは、やはり黒歴史は、青年にとってありふれた経験だと捉えられているとからだと考えられる。このことは、黒歴史の経験率が約85%であったことに加え、実際の黒歴史の語りの中で、過去と比べて「大人になった自分」が繰り返し語られていたことから推察される。つまり、黒歴史はおおよそ「若い頃の恥ずかしい失敗」として捉えられているために、MHSなどの障害関連語とは異なった文脈で会話に用いられているものと考えられる。第二の理由としては、黒歴史を語り合い、経験を共有することには、自身と他者の認識を揃える機能、あるいは対処過程として語られていた価値観を広げ、経験を相対化する機能があることが想定される。例えば、自身の黒歴史を茶化して話し、他者からの承認（笑い）を得ることで、話した経験を「別にヤバくなかった」と意味づけていたことが語りから示されたが、以上のことは、他者の黒歴史を聞く動機としても同様に当てはまることが想定される。さらに、自身の拭えないマイナス要素が黒歴史の規定要因であったことを踏まえれば、他者も同じような失敗をしていたことを知ることは、否定的な自己意識に対して客観性を持つきっかけになることが考えられるだろう。なお、こうした他者の要請に応えるために、他者に話せる「定番の黒歴史」が用意されていることもまた調査の結果から示唆された。

しかしその一方で、黒歴史を話すという行為については、必ずしも他者の要請のみによって導かれるものではなく、当事者の特定の意図や動機に基づいている場合があることもまた明らかになった。まずは皆に笑ってもらうことで、経験のつらさを低減するといった語りが

見出されていたが、この行為はおおよそ、ストレスフルな出来事や状況について冗談をいって笑い飛ばすことを指す「対人ストレスユーモア対処（楯本・山崎, 2010）」として説明可能である。以上のコーピングは抑うつに対して緩衝作用を持つことが示されているため（楯本・山崎, 2011）、おおよそ適応的な対処方略であると考えられるが、本研究の結果からは特に、それらの対処が経験の深刻さの捉え直しにつながるということが示唆された。例えば、笑い話については「面白く伝える工夫」がなされていたことが実際に語られていたが、その中で当事者は否応なく「他者の視点」を意識することになるために、黒歴史経験の再構築過程として語られた、「経験から距離を取り、折り合いをつける」チャンスが得られるのかもしれない。以上の心的過程が実際に働いていたかについては、本研究の語りからは明らかにすることができないが、同様の指摘はフランクが神経症の治療において重視した、自己距離化における逆説思考、すなわち自分が陥っている苦境を対象化し笑い飛ばす過程としても説明がなされているため（雨宮, 2000）、やはり笑い話として経験を再構成する行為には、直接的な問題解決が難しい状況への、情動的対処の手がかりがあると考えられる。

その一方で、黒歴史で「笑いを取ろうとしている自分」の浅はかさ、欺瞞性に気付いているために、どれだけ笑いを取っても辛さを低減することはできないと考えていた者もまた存在していたことについては注意する必要がある。以上の状況は、自身の行為をさらに高次の視点から観察した結果であると考えられることから、ユーモアによる対処、また経験の俯瞰による対処の明確な限界点であるといえる。また、そのような態度を取っていた理由としては、自身の否定的な側面についての「消えなさ・許せなさ」が語られていたため、回復、立ち直りにあたってはやはり先述した情動焦点型コーピング、すなわち「経験を捉える自分」の捉え直しが必要であると思われるが、しかし辛さが低減できないと答えた者については、時間の経過がその解決策にはなっていなかった。よって今後は、本研究によって示された、時間の経過を待つという回避的な対処の限界についても検討し、個々のストレス文脈におけるより良い対処方略を検討していく必要がある。

黒歴史に対する意味づけ

本研究の課題として、黒歴史というスラング表現の特徴には対象となる経験の一般性があること、さらに他のスラング表現との比較においては、黒歴史は「障害」ではなく発達的な「危機」に関わることが予想されていた。黒歴史経験が語られる文脈から、黒歴史が「障害」でないことについては先述したため、ここでは黒歴史が「危機」なのかということについて、青木（2016）が示した三つの観点に基づいて検討する。まず「誰にとっても危機的」という健康な青年との連続性については、黒歴史経験の再構築過程において、「若気の至り」「別にヤバくなかった」といった意味づけがなされていたことから、少なくとも以上の対処過程においては、危機と同様に黒歴史が、誰もが経験しうるものとして認識されていることが示された。さらに、これらの危機が「むしろ精神的成長」だと肯定的に捉えられることについても、「考え方が大人に変化した自分」との対比において、過去の黒歴史経験が繰り返し語られていたことから支持された。また、「嵐のように過ぎゆく」という一過性のイメージについても、「若気の至り」「幼かった」「思春期だった」という語りから、発達的な限局性を持って過去の黒歴史経験が捉えられていたことが明らかになった。以上から黒歴史に関する語りは、青木（2016）が示した全ての観点において青年の危機に一致していることが明らかになった。

しかしその一方で、一過性のイメージについては当初の予想とは異なり、黒歴史は思春期・青年期に深く関連していたのと同時に、今後もずっと経験しうるものとして捉えられていることもまた示された。その理由は、過去の自分に対して「幼かった」と思うのと同様に、10年後の自身は現在の自分の行動を愚かしく思うだろうということが予想されているからである。しかしこのことは、危機の二つ目の特徴である「精神的成長」にも密接に関わっていることから、黒歴史は、関連する時期が思春期・青年期に完全に限定はされないとしても、何らかの発達の概念であると考えられる。

また、黒歴史への意味づけとしてさらに特徴的なのは、当時の自身の行動自体は「とんでもないことをしていた」「異常だった」と、現在においても一貫して認識されているということである。よって、これらの経験に対して「黒歴史」というラベルを付与することは、そのような自身の異常性を「障害」ではなく「危機」として意味づける、「異常だが、仕方ない」と自身の恥ずべき経験に対して折り合いをつけることに役立っている可能性がある。しかし以上の考察は、あくまでその他の認知度の高いスラングとの類推から得られたものであるため、実際の黒歴史に対する意味づけの過程で、その「障害性／危機性」が認識されているかは定かではない。今後は、以上の対比を用いることの妥当性も含めて検討をおこない、青年がネガティブなスラング表現に込める意味合いの詳細な違いや、それらのスラング表現に付随する課題への、適切な対処方略の在り方を検討していくことが必要だと考えられる。

課題と今後の展望

しかし本研究には、妥当性や信頼性といった様々な観点から課題がある。まずは方法論的な限界として、本調査はサンプル数の都合から理論的飽和が得られておらず、よって今後得られるデータによって本研究の結果は修正される可能性がある。具体的にデータが不足している側面については、例えばインターネット上のテキスト分析で得られたような「死にたくなる失敗（鴨田，2023）」といった内容については、本研究の結果からは示されなかった。さらに、「知られたくない過去」という意味から考えれば、過去の犯罪歴といった内容も黒歴史に含められることも想定される。よって本研究の結果はあくまで、「話せる黒歴史」について得られたものであり、黒歴史経験を包括するものではない。また、本研究から示された対人ストレス状況としての黒歴史経験についても、それを重大だと捉えている者ほど、他者に語りにくいことが想像されるため、黒歴史のつらさが重大である場合、また持続する場合のプロセス図については検討不足だと考えられる。よって本研究の結果では、黒歴史から回復していく過程が方法論的な都合により強調された可能性があるため、やはり今後の研究においては、黒歴史が本研究で得られたデータよりも重大な事例を指す可能性を考慮した上で、慎重に体験の語りを聞き取っていくことが重要である。これらの点について本研究は、理論的に一般性が欠けた状態にあり、さらにそもそも本研究の結果は、5名という限られたサンプルから得られたものである。

次に課題として考えられるのは、回想法による調査の限界である。上述した通り本研究の結果は、あくまで「話せる黒歴史」に限定したものであったが、そもそも黒歴史に対する対処過程については、笑い話にする対処を含め、「話せなかったものを、話せるようにする」というプロセスをその内に含んでいた。以上から本研究の結果は、「話せる時点からみた、話せなかった過去」であるという点で、あくまで調査協力者によって再構成がなされたナラティブ

であるということには留意する必要がある。もちろん現在の当事者の認識として、本研究の対処プロセスが存在することを示した点については、意義は決して小さくはないが、例えば黒歴史を経験してすぐの段階で悩んでいる青年に本研究の知見を転用できるかについては、明らかではない。よって今後は中高生を対象とした調査、あるいはさらに時間が経過した後に当事者が抱く認識を追跡することで、発達過程と黒歴史経験の関連を検討することが重要である。

最後に本研究における課題の導出や考察は、「回避行動」や「障害」「危機」といった、対象範囲が広い概念を用いておこなったが、本来これらの議論は、「黒歴史」という限られた文脈のみから検討されるべきものではないことにも注意が必要である。よって、本研究から示された内容はあくまで示唆的段階、つまり今後の研究の素案と位置付けるべきものである。また、特にこれらの用語については、「体験の回避」から「回避的コーピング」、「恥への回避」といったように、研究文脈間で意味するものが異なることが想定されるため、今後は研究において扱う「回避」また「危機」概念について、先に定義を示した上で、議論を重ねていくべきだろう。さらに、これらの用語で説明される当事者の状態像については、概念自体の対象範囲の広さとも関連して、その深刻さに大きな個人差があると考えられる。例えば本研究においては、対処をせずに時の経過を待つという合理的な回避像が示されたが、この結果はどちらかといえば、「語られた黒歴史が回避しても問題ない性質のものであった」ことを示している可能性がある。よって、本研究の知見が臨床的な文脈において蓄積された知見とどのような関係にあるのかについては未知数であり、よってやはり、本研究の結果における一般性については、慎重に捉える必要がある。

しかしその上で、例えば学級集団といった環境要因が、ストレス対処方略に影響を与えることを指摘したことや、これまで適応的とされてきたコーピングについても、対人ストレスの文脈次第でリスクが大きいことを示唆したことは、本研究の重要な貢献だと考えられる。以上から今後の研究においては、どのような対人ストレスなのかという文脈についてより詳細に把握し、各対処方略の実際場面における機能を測っていくことが重要であるだろう。以上の内容の検討を通じて、本来的に他の判断主体が介在し、「相互に対処がなされ続けている」と考えられる青年の対人ストレス状況の現実により接近することができると考えられる。

引用文献

- 雨宮 徹 (2000). フランクルにおける「自己超越」と「自己距離化」. 人間文化学研究集録, 9, 132-143.
- 青木 省三 (2016). 僕のこころを病名で呼ばないで—思春期外来から見えるもの—. 日本評論社
- 荒川 歩・安田 裕子・サトウ タツヤ (2012). 複線経路・等至性モデルのTEM図の書き方の一例. 立命館人間科学研究, 25, 95-107.
- Billings A.G., Moos R.H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(2), 139-157.
- Blumer, H.G. (1969). *Symbolic Interactionism: Perspective and Method*. Prentice - Hall.
- (ブルーマー, H.G. 後藤 将之訳 (1991). シンボリック相互作用論—パースペクティブと方法—. 勁草書房)
- 知念 渉 (2017). 〈インキャラ〉とは何か—男性性をめぐるダイナミクス—. 教育社会学研究, 100, 325-345.
- Ehrenreich-May, J. & Chu, B.C. (2013). *Transdiagnostic treatments for children and adolescents: Principles and practice*. New York: Guilford Press.

- Elison, J., Lennon, R., & Pulos, S. (2006). Investigating the compass of shame: The development of the Compass of Shame Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(3), 221-238.
- Ewert, C., Vater, A., & Schröder-Abé, M. (2021). Self-compassion and coping: A meta-analysis. *Mindfulness*, 12(5), 1063-1077.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M. A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth, J. P., Karekla, M., & McCurry, S. M. (2004). Measuring Experiential Avoidance: A Preliminary Test of a Working Model. *The Psychological Record*, 54(4), 553-578.
- Holahan C J., Moos R.H., Holahan C.K., Brennan P.L., & Schutte K.K. (2005). Stress generation, avoidance coping, and depressive symptoms: a 10-year model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(4), 658-66.
- 市川 玲子・外山 美樹 (2016). 対人恐怖心性—自己愛傾向2次元モデル類型間の失敗経験後に生じる感情の差異—自己呈示欲求からの影響—. 教育心理学研究, 64, 228-240.
- 五十嵐 紀子 (2015). 他分野とコミュニケーション教育を語る意義：医療福祉分野で求められる「コミュニケーション力」をめぐる. 日本コミュニケーション研究, 44(1), 7-15.
- 石津 憲一郎・安保 英勇 (2008). 中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレス反応に与える影響. 教育心理学研究, 58(1), 23-31.
- 伊藤 智彦・中里 秀則 (2021). SNS データを使った「メンヘラ」の予測. 研究報告情報システムと社会環境 (IS), 2021-IS-155(5), 1-8.
- 神村 栄一・海老原 由香・佐藤 健二・戸ヶ崎 泰子・坂野 雄二 (1995). 対処方略三次元モデルの検討と新しい尺度 (TAC-24) の作成. 筑波大学教育相談研究, 33, 41-47.
- 鴨田 祐汰 (2023). 質問サイトに投稿された「黒歴史」の傾向とその変化—テキストマイニングによる意味内容の探索的分析—. 日本心理学会第87回大会発表論文集
- 加藤 司 (2000). 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成. 教育心理学研究, 48(2), 225-234.
- 川崎 直樹 (2010). 恥の対処スタイル尺度日本語版作成の試み. 日本心理学会第74回大会発表論文集
- 貴戸 理恵 (2018). コミュ障の社会学. 青土社
- 小山 哲春 (2015). メタ認知能力としてのコンピテンス涵養のためのコミュニケーション教育. 日本コミュニケーション研究, 44(1), 17-25.
- 楯本 知子・山崎 勝之 (2011). 対人ストレスユーモアコーピングが敵意, 意識的防衛性と抑うつに及ぼす影響. 心理学研究, 82(1), 9-15.
- 楯本 知子・山崎 勝之 (2010). 対人ストレスユーモア対処尺度 (HCISS) の作成と信頼性, 妥当性の検討. パーソナリティ研究, 18(2), 96-104.
- 久崎 孝弘 (2002). 恥および罪悪感とは何か—その定義, 機能, 発達とは—. 九州大学心理学紀要, 3, 69-76.
- Lazarus, R.S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. Springer Pub Co.
- (ラザラス, R.S. 本明 寛訳 (1991). ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究—. 実務教育出版)
- Lewis, M. (1995). Shame: The Exposed Self. Free Press.
- (ルイス, M. 高橋 恵子 (監訳) (1997). 恥の心理学—傷つく自己—. ミネルヴァ書房)
- 松本 明生 (2018). 体験の回避はコーピングと区別される——情動制御方略としての独自性と心理的ストレス反応への影響の検討. パーソナリティ研究, 27(1), 12-20.
- 松崎 良美 (2024). “メンタルヘルス・スラング”の利用から考える若者の自己認識. 東洋大学社会学部紀要, 61(2), 45-62.
- 松崎 良美 (2019). メンヘラ, コミュ障を「自称」することの, 知られざるリスク 女子大生への調査から見たこと <https://gendai.ismedia.jp/articles/-/66742> (最終閲覧日: 2024年9月25日)
- 松崎 良美 (2017). “メンタルヘルス・スラング”を定義する—都内女子大生を対象とした横断研究より—.

- 津田塾大学紀要, 49, 197-216.
- 森本 浩志 (2013). 勤労者におけるコーピングパターンおよびコーピングの選択理由とストレス反応の関連. 広島国際大学心理科学部紀要, 1, 3-13.
- 森田 美登里 (2008). 回避型コーピングの用いられ方がストレス低減に及ぼす影響. 健康心理学研究, 27(1), 21-30.
- 村田 観弥 (2016). 関係に着目した「発達障害」概念の様相. 質的心理学研究, 15, 84-105.
- 及川 恵・林 潤一郎 (2013). 大学生の対人ストレス場面における気晴らしの問題解決促進過程—気晴らし頻度, 反すう, 活動選択の知識の影響に着目した検討. パーソナリティ研究, 21(3), 316-319.
- 及川 恵・林 潤一郎 (2010). 気晴らし方略が問題解決に及ぼす影響—大学生の学業ストレス場面における検討. パーソナリティ研究, 19(2), 170-173.
- 岡田 努 (2012). 現代青年の友人関係に関する新たな尺度の作成: 傷つけ合うことを回避する傾向を中心として. 金沢大学人間科学系研究紀要, 4, 19-34.
- 岡田 努 (2007). 大学生における友人関係の類型と, 適応及び自己の諸側面の発達の関連について. パーソナリティ研究, 15(2), 135-148.
- オ木クレイグヒル 滋子 (2016). グラウンデッド・セオリー・アプローチ—理論を生みだすまで 改訂版, 新曜社
- 穴戸 常寿 (2017). 検索結果の削除をめぐる裁判例と今後の課題. 情報法制研究, 1, 45-54.
- 数藤 雅彦 (2020). 肖像権処理ガイドライン (案) の概要. デジタルアーカイブ学会誌, 4(1), 44-61.
- 高橋 萌黄 (2021). SNS上で当事者は「メンヘラ」をどう語るのか多元的アイデンティティの観点から. 第85回日本心理学会大会発表論文集.
- 託摩 武俊 (1993). 青年の心理 改訂版. 培風館
- 立川 健二・山田 広昭 (1990). 現代言語論. 新曜社
- 寺田 拓晃・渡邊 誠 (2022). 若者にとっての「病む」こと: 「メンヘラ 当事者」としての女子学生たちの語り. 臨床心理発達相談室紀要, 5, 1-31.
- 千島 雄太・村上 達也 (2016). 友人関係における“キャラ”の受け止め方と心理的適応—中学生と大学生の比較—. 教育心理学研究, 64, 1-12.
- 千島 雄太・村上 達也 (2015). 現代青年における“キャラ”を介した友人関係の実態と友人満足感の関連—“キャラ”に対する考え方を中心に—. 青年心理学研究, 26, 129-146.
- 渡辺 恒夫 (2019). コミュ障 (人づきあいが苦手) の批判的ナラティヴ現象学—インターネット上の相談事例に基づく当事者視点の研究—. 質的心理学研究, 18(1), 176-196.
- 山田 詢介・山口 友奈・中山 莉子・高橋 美保 (2023). “メンタルヘルス・スラング”を自称使用することの効果に関する探索的検討. 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要, 46, 23-31.
- 山本 哲也・山野 美樹・嶋田 洋徳・市川 健・仲谷 誠 (2014). 反復性的大うつ病エピソード経験者が示す認知的反応性の特異性. 心理学研究, 85(1), 29-39.
- 山登 敬之 (2017). “コミュ障”を超えて. こころの科学, No.191, 7.
- 黒歴史は役に立つ▽失敗から見つける長所▽Six TONES —パリュウの真実—NHK
<https://www.nhk.jp/p/value-s/ts/WJ4NX43G1K/episode/te/D3R1PXZNR8/> (最終閲覧日: 2024年9月25日)

付記

本論文は筆者が北海道大学大学教育学部に提出した, 2021年度卒業論文を加筆, 修正したものである。

Coping processes with “*kurorekishi*” experiences among Japanese college students

Yuta KAMODA

Key Words

“*kurorekishi*”, adolescent, coping, avoidance behavior, grounded theory

Abstract

This study investigated the slang term “*kurorekishi*” (dark history), commonly used by Japanese adolescents to describe past experiences they wish to erase, through interviews with college students. The purpose of this study was to clarify both the characteristics of these experiences, and the coping strategies students employ in such stressful situations. Using grounded theory analysis, four categories were identified in the coping process associated with “*kurorekishi*” experiences: “failure becoming *kurorekishi*,” “accumulation of the damage,” “reconstruction of *kurorekishi*,” and “recollection on the experience.” The findings revealed that Japanese adolescents define “*kurorekishi*” as the exposure of their negative self-image through interpersonal relationships. They also tend to choose avoidance behavior in these situations, considering both the risks associated with problem-focused coping and the perceived impossibility of emotional approach coping. Furthermore, it was suggested that adolescents themselves recognize “*kurorekishi*” as a developmental “crisis” commonly experienced by most young people.

