

令和 6 年 6 月 27 日現在

機関番号：12102

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2023

課題番号：20K03328

研究課題名（和文）ネットいじめ被害による長期的影響と回復過程 両者に基づく新たな介入方法の開発へ

研究課題名（英文）Long-term effects of cyberbullying victimization and the recovery process:
Toward the development of new intervention methods

研究代表者

藤 桂 (Fuji, Kei)

筑波大学・人間系・准教授

研究者番号：50581584

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究計画では、より深刻化しつつあるネットいじめに着目し、被害経験後の否定的影響の持続とそこからの回復過程に着目し、調査および介入研究を行った。一連の研究を通して、第一に、ネットいじめ被害は当該経験から数年以上の期間が経過した時点であってもなお否定的な心理的影響をもたらすこと、第二に、被害経験後は周囲への開示が抑制されたままの状態となりやすく、かつ、ネットおよび対人関係に関する否定的な信念が維持されやすいことが示された。しかし第三に、こうした状態にある被害経験者に対して、セルフ・コンパッションの知見を応用した介入が一定の効果をもたらすことが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究計画により、昨今においてより深刻化しつつある社会問題としてのネットいじめに対し、被害経験者がどのような心理的過程を辿るかについて実証的データを通じて明らかにすることができた。被害者を対象とした長期的な心理的状态の推移について検討した研究は希少であり、その点で高い学術的意義を有するといえる。また、被害経験者への介入および回復過程の支援に関して新しい介入方法を開発するだけでなく、実際に肯定的な心理的效果をもたらすことも併せて検討することができた。これからの教育現場および臨床現場にも有用な知見として、一定の社会的意義を有するといえる。

研究成果の概要（英文）：In this research project, we focused on cyber bullying, which has become more serious in recent years, and conducted a survey and intervention studies targeting the persistence of negative effects after victimization and the process of recovery from such negative effects.

Through a series of studies, it was shown, first, that cyberbullying victimization has negative psychological effects even when several years or more have passed since the experience. Second, after the victimization experience, the victims were more likely to remain in a state of suppressed disclosure to others, and more likely to maintain negative beliefs about the Internet and interpersonal relationships. Third, it was suggested that interventions based on the findings of self-compassion could have certain effects on victims.

研究分野：社会心理学

キーワード：ネットいじめ インターネット セルフ・コンパッション

1. 研究開始当初の背景

研究開始以前において、小中高校におけるいじめの認知件数は、当時過去最多である 543,933 件にものぼり、かつ、「パソコンや携帯電話を使いたいじめ」も 16,334 件と前年度を上回ることも示されていた（文科省，2019）。こうした現状は近年さらに深刻化しており、文科省（2023）の報告では、いじめの認知件数は 681,948 件、パソコン・携帯電話によるいじめは 23,920 件に至っており、研究開始当初を大きく上回る事態となっている。このように、2000 年代から着目されてきた「ネットいじめ」という問題は、すでに 20 年以上が経過しつつある現在においてもなお、未だに解決の兆しを見せないままに深刻化しつつある。したがってその解決は、現代社会における喫緊の課題である。

ネットいじめに関する心理学的研究は国内外を問わず増加しており、その予防や対応のための取り組みも多岐に渡り検討されてきた。申請者（研究代表者）は、ネットいじめに関する先行研究を踏まえつつ独自の視点から取り組み、主として以下の 2 点に関する知見を蓄積してきた（Fuji & Yoshida, 2015; 藤・吉田，2014; 藤・遠藤，2014, 2016 など）。第一に、ネットいじめの被害者は、身近にいる周囲の他者への相談行動を自ら抑制してしまいやすいことである。またその背景として、ネットいじめ被害の事態を軽視しているからではなく、むしろ被害状況を深刻な脅威として認知し、解決に対する無力感を抱くがゆえに相談行動を抑制するという過程によることを明らかにしてきた。そして第二に、ネットいじめの被害によるネガティブな影響は、その後も長期にわたって持続しやすく、被害時のみならず卒業後および進学後においても「周りの友人を心から信じられない」「今でも、ネットや携帯電話を使用するのが怖くなる時がある」などの他者全般およびインターネット全般に対する否定的信念の形成に結びつく可能性もあることを示してきた。

すなわち、ネットいじめの被害は長期化しやすく、例え中学・高校時代の被害経験であろうとも大学時点にも様々な深刻な影響を及ぼし続けることが予測される。さらに被害経験時には、その開示を自ら抑制しやすく誰にも相談されない場合が多いゆえに、被害者への適切な支援やケアが十分になされず、結果として心理的苦痛はより持続・遷延化されるとともに、別の様々な心理的・行動的問題へと波及する可能性も推察される。特に、ネット上での攻撃的言動に関する大規模調査の結果（田中・山口，2016）において、ネット上において攻撃を受け不快感を抱いた経験の有無が、自らをネット上での攻撃的言動に参加させる要因として機能していることも示されているが、ネットいじめ被害者が自身の抱えるネガティブティを解決できないことは、被害者自身を新たな加害・攻撃へと結びつけてしまうというように、「ネットいじめの負の連鎖」を招いてしまう危険性も懸念される。

このような視点に立てば、昨今において、様々な研究者や教育者が着目している、ネットいじめの予防のための対策や、被害発生時の即時的な対応のあり方について研究を進めるのみならず、「被害経験後の否定的影響が持続している状態から回復するためにはどのような要因が必要なのか」という問いのもとに研究を進め、「より長期的な観点から、ネットいじめ被害者の回復を支援し、ケアしていくための有効な方法とはどのようなものか」を検討していく必要がある。

2. 研究の目的

上記を背景として、また、コロナ禍における社会的状況の変化を鑑み本研究計画では、以下の 4 点を目的とした。

第一に、過去にネットいじめ被害を経験した者を対象に、3 年間に及ぶ縦断的ウェブ調査を実施し、ネットいじめ被害による否定的影響が、どのように持続し得るのかについて実証的に検討する。国内の研究では、藤・遠藤（2016）において、ネットいじめ被害経験者の中で、その否定的影響が卒業後・進学後にも持続しやすいことや、従来型いじめに関しても被害経験の悪影響が長期化し得ること（Stroch et al., 2004; 三島，2008; 水谷・雨宮，2015 など）が示されているが、本研究計画ではその知見をさらに拡張し、被害経験を持つ大学 1 年次から 3 年次までの 3 年間にわたって縦断的調査を約半年間隔で実施する。さらに同様の調査を、被害経験を持たない者にも実施することにより、過去の被害経験の影響がどのように発生し、また持続し得るのかについて、より詳細に検討を行う。

第二に、目的 1 と並行して、否定的影響から乗り越えることができた者を中心として質的・量的調査を実施し、どのような要因が被害経験からの回復に寄与し得るのかについて分析する。過去にネットいじめの被害経験を有しつつも、否定的影響を測定する尺度の値が改善した者を対象として追加的に調査を実施し、どのような要因が被害経験からの回復をもたらしているのかについて分析する。さらに、被害経験以降における周囲の友人との交流、家庭・保護者からの関与、学校側の教員等の対応にも着目し、被害経験者を取り巻く周囲の社会との接触が、回復過程においてどのように寄与するかについても注目した調査を実施し、総合的に検討する。

第三に、被害経験時における相談行動の抑制に着目する。藤・吉田（2014）においては、ネットいじめ被害を「孤立性の脅威」「波及性の脅威」「不可避性の脅威」として認知することにより、「事態の解決が不可能であり、どのようにしても解決できない」という無力感につながり、最終

的に相談行動の抑制につながるという影響過程の可能性が示されている。この点に基づき、被害経験者を対象に実施した調査データへの分析を基に、被害経験時の相談行動の有無について確認する。さらに、その後の調査において相談行動がなされているかを確認しながら、被害経験後の相談行動を促進していた要因がどのようなものであるかについて分析する。

第四に、長期化・遷延化された被害経験の影響からの回復のために、上記の調査研究から得られた知見と、筆記開示法の手法を組み合わせた介入プログラムを開発し、その効果を検証する。これまで、否定的な感情体験によってもたらされた怒り感情は、その後も持続していくものの（遠藤・湯川，2012，2013，2015），そのように維持された否定的感情を低減するための手法として、筆記開示法（Expressive writing method）が有用であることが示されてきた（遠藤，2009；遠藤・湯川，2019）。特にこの筆記開示法は、過去のトラウマティックな経験（特に、誰にも話したり相談したりしていない経験）からの回復に有効であり、最終的には周囲の他者に対する、当該経験の自己開示にもつながることが示されてきている（遠藤・湯川，2018）。そこで、上記の検討から得られた知見や成果を従来の筆記開示法の方法論に組み込み、ネットいじめ被害経験からの回復に特化した新しい介入プログラムを開発し、その効果検証を無作為化比較対照試験によって行う。

3．研究の方法

第一および第三の目的に際して、ウェブ調査会社の登録モニターのうち、高校卒業以上の者に対して、5波（2021年3月，2021年9月，2022年3月，2022年9月，2023年3月）に及ぶ縦断的調査を実施した。その際、高校時代においてネットいじめ被害経験を持つ者と持たない者の両方に調査を実施した。なお質問紙では、ネットいじめ被害経験について測定する海外の尺度（Farrell et al., 2018; Hamby et al., 2021）について原著者の許諾のもと翻訳・逆翻訳を経て日本語版を作成し、尋ねた。

第二および第三の目的に際して、ウェブ調査会社の登録モニターのうち、高校卒業以上であり、かつ、高校時代においてネットいじめ被害経験を持つ者にのみ調査を実施した。質問紙では、当時の被害経験に加えて、調査回答時点における精神的健康・自尊感情の状態、および当該経験からの心的外傷後成長についても尋ねた。そして、それらの得点が一般的に良好な状態にある回答者に対し、被害経験に関して周囲への相談をどのように行ったのか、また、現時点ではどのように当該経験を意味づけているのかについて自由記述形式での調査を実施した。

第四の目的に際して、ウェブ調査会社の登録モニターのうち、高校卒業以上であり、かつ、高校時代においてネットいじめ被害経験を持つ者をスクリーニングしたうえで、対象者をランダムに介入群と対照群に振り分けたうえでRCTデザインに基づく介入研究を行った。介入群では、これまでの研究結果を踏まえ、セルフ・コンパッションを喚起させる手法（SCMI; Neff et al., 2021）を基盤としながら、ネットいじめ被害経験に関する振り返りおよび筆記を求める形での介入を3週間にわたって実施した。そのうえで、介入前、介入後、フォローアップ（介入から3週間後）の時点で精神的健康状態および自尊感情の測定を行った。

4．研究成果

第一の目的に関する調査研究の結果として、ネットいじめ被害経験者においては、当該経験から数年以上の期間が経過した時点であってもなお、非経験者よりも精神的健康に関する得点が下回っており、特に自尊感情に関しては時期を追うにつれて低下していく可能性もあることが示された。加えて、被害経験者の方が、ネット上での誹謗中傷・荒らし行為に対する許容性が高まっており、ネットおよび対人関係に関する信念が否定的な状態のまま推移している可能性も示された。さらに、被害経験者のみを対象に、家族や友人などの周囲の他者への相談行動の状況や推移について確認したが、被害経験当時と同様に、その後の長期間にわたって相談行動はなされにくいままであることも明らかとなった。

第二および第三の目的に関して、被害経験を有しつつも回答時点では一定の回復が見られていると考えられる回答者について分析を行ったが、周囲への相談を行っていた者は非常に少なかった。ただし、自由記述内容の分析結果からは、相談行動を促進していた要因として、相談した相手に対する普段からの信頼感が寄与している可能性が窺われた。一方、被害からの回復過程に関与していると予測される出来事に対する意味づけについても確認したが、全般的に否定的な内容が多く、周囲からの支援や介入がない場合には自身の力だけでは肯定的な意味づけを行うことが困難となる可能性も推察された。

すなわち、ネットいじめ被害経験者においては、周囲への開示が抑制されたままの状態となりやすく、かつ、ネットおよび対人関係に関する否定的な信念が長期にわたって保持されながらも当該経験への否定的な意味づけがなされたままとなりやすいことが示唆された。またその可能性を踏まえれば、抑制されたままであった自身の経験や感情について無理のない形での開示を促し、さらに、自身や周囲、対人関係全般に対する受容的・肯定的な意味づけを自然な形で促す介入が必要であると推察された。

この知見に基づき、第四の目的のために実施した介入研究では、セルフ・コンパッションを喚起させる手法（SCMI）を基盤としながら、自身のネット上での被害経験をはじめとする否定的な対人関係について自己への思いやりを持ちながら振り返り言葉にまとめる介入を行い、その効果を検証した。分析の結果、条件と時期の交互作用が有意であり、単純主効果検定の結果からは

上記の介入を行った条件においては，pre から post にかけて自尊感情が高まることが示され，また，フォローアップ時点にも効果が持続する可能性も示された。この結果は，ネットいじめによる被害経験によって生じその後も長期にわたって残存する否定的影響に対し，これまでの研究知見ならびにセルフ・コンパッションに関する知見を組み込んで開発された新しい介入方法が，一定の効果を持つ可能性を支持するものであるといえる。またその意味で，近年より一層深刻化しつつあるネットいじめという問題に対しどのような支援や介入を行っていくべきかという点についても新しい示唆をもたらす成果であると位置づけられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	遠藤 寛子 (Endo Hiroko) (30364425)	埼玉学園大学・人間学部・教授 (32421)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関