

## ネットいじめ被害時における遮断的対処がもたらす短期的および長期的影響

### The short and long term effect of blocking-coping in cyber-victimization

藤 桂<sup>\*1, \*</sup>・遠藤寛子<sup>\*2, \*</sup>

Kei Fuji<sup>\*1, \*</sup>, Hiroko Endo<sup>\*2, \*</sup>

<sup>\*1</sup>筑波大学 <sup>\*2</sup>立正大学

<sup>\*1</sup> University of Tsukuba, <sup>\*2</sup> Rissho University

(\* equal contribution)

#### 要約

インターネットの普及に伴い、ネットいじめという新しい形態のいじめも増えつつある。このネットいじめは、学校の中で生じる従来型のいじめと同じく、ネガティブ感情を引き起こすだけでなく、長期に渡る心理的問題をもたらすことが示されてきている。これを踏まえ本研究では、Wegner (1994) が示した思考抑制の逆説的効果に関する議論に基づき、ネットいじめ被害時において遮断的対処を取ることが、むしろ思考の反すうを引き起こし、短期的にはネガティブ感情の増大をもたらすと同時に、長期的にも対人面における否定的影響を及ぼすと予測した。ネットいじめ被害経験のある217名(男性85名、女性132名)を対象にウェブ調査を実施し、被害時における遮断的対処、ネットいじめ被害に関する思考の反すう、ネガティブ感情、長期的な影響としての対人的消極性について尋ねた。共分散構造分析の結果は、本研究の予測を支持するものであり、被害時における遮断的行動は、ネットいじめ被害者における否定的影響の長期化をもたらす要因となっていることが示された。

#### Abstract

Cyber-bullying is a new form of harassment that has proliferated with the growth of the Internet. As in case of traditional bullying at school, it is known to cause negative emotion as well as psychological problems in long-term. In this study, based on the paradoxical effects by thought suppression in Wegner (1994), it was presumed that ruminative thoughts caused by blocking-coping in response to cyber-victimization would increase not only negative emotion in the short-term but also harmful interpersonal consequences in the long-term. In the main survey, 217 victims (85 male, 132 female) were asked to respond to online questionnaires that assessed the degree of blocking-coping, ruminative thoughts about cyber-victimization, negative emotion, and interpersonal negativity as long-term harmful effects. Covariance structure analysis results supported the hypothesis and indicated that blocking-coping plays an important role in increasing long-term negative effects among victims of cyber-bullying.

#### キーワード

ネットいじめ, インターネット, 遮断的対処, 思考の反すう, 長期的影響

#### Keywords

cyberbullying, Internet, blocking coping, ruminative thoughts, long term effect

## 1. 問題

### 1.1. ネットいじめとその否定的影響

近年、小学生や中学生、高校生のあいだで、ネットいじめ (cyberbullying) の発生が問題視されている。これは、パソコンや携帯機器を用い、残酷な言葉を送信したり、第三者に向けて公開したりするなどの、ネット上での社会的な攻撃 (例えば, Willard, 2007) である。より詳細には、メールによる誹謗中傷を含む内容の送信, 自身が運営するサイトへの攻撃, 被害者を貶めるような情報の流布, 友人リストや共有サイトからの排斥など, その手口は多岐に渡る (Kowalski, Limber, & Agaston, 2008)。こうしたネットいじめは, ネットの匿名性の高さゆえに, 加害者を被害者が特定できない場合が多く (Kowalski & Limber, 2007), 通常のにじめにはない特徴を含むという指摘もある (黒川, 2010a)。

またネットいじめは, その被害者に対して深刻な影響を及ぼすことも示されてきた。Ybarra & Mitchell (2004) は, ネットいじめに関して被害者および加害者として深く関与する者ほど, 抑うつ症状が高く, 普段の生活において様々な支障が生じていることを示している。同様に Finkelhor, Mitchell, & Wolak (2000) や Wolak, Mitchell, & Finkelhor (2006) でも, ネット上での嫌がらせを受けた者が, 不安や心配をはじめとするネガティブ感情を経験していたことを報告している。類似した知見は国内の研究からも示されており, 黒川 (2010b) は, ネットいじめの被害を受けた者は, 抑うつや不安などのネガティブ感情が高いことを明らかにしている。同様に三枝・本間 (2011) でも, ネットいじめ被害に対する否定的な感情は, ネットを用いない通常のにじめ被害と同程度に高いことが報告されている。さらに近年では, 否定的な内容を携帯機器に送信されたり, 十分な返信がなされなかったりすることで, 悲しみや不安, 怒りの喚起という心理的なダメージが生じることも示されている (三島・本庄, 2015)。

このようにネットいじめは, その被害者にとって, 決して“ネットの向こう側”の出来事ではなく, 様々なネガティブ感情をもたらし得る深刻な脅威となっていることが示されてきた。

### 1.2. ネットいじめ被害がもたらす長期的影響

さらに, こうしたネットいじめ被害による心理面へのネガティブな影響は, いじめを受けている時期のみに限らず, 長期に渡って持続することも伺われる。

従来型のにじめの研究からは, 大学生を対象とした調査により, 大学入学以前のにじめ被害の苦痛が大きい者ほど, 大学入学以降の対人関係においても“人との付き合いが消極的になった”や“人の態度に過敏になった”などの変化が生じていることが示されている (坂西, 1995)。同様に Storch, Roth, Coles, Heimberg, Bravata, & Moser (2004) は, 幼少期のにじめ被害経験が, 大学時点での特性不安 (不安を感じやすい性格特性) の高さや, 周囲からの評価に対する懸念の強さと関連していることを明らかにしている。また三島 (2008) は, 小学校時代のにじめ被害

経験は、高校時点においても影響を及ぼし、学校不適応感の高さや、友人に対する不安・懸念の強さをもたらすことを報告している。加えて水谷・雨宮（2015）も、小学校・中学校・高校におけるいじめ被害経験は、大学時点での自尊感情や主観的幸福感の低下をもたらし、また特性不安の増大にも結び付くことを示している。

従来型のおいじめと同様に、ネットいじめもまた、その否定的影響が長期化し得ることを示した研究も散見される。鈴木・坂元・熊崎・桂（2013）は、小学生・中学生・高校生を対象に3波の縦断的調査を実施し、ネットいじめ被害経験の多さは、半年後または1年後の抑うつが増大、学校適応感の低下を予測していることを報告している。また近年の研究である Cole, Zelkowitz, Nick, Martin, Roeder, Sinclair-McBride, & Spinelli (2016) も、8歳から13歳の児童生徒への縦断的調査を通して、ネットいじめの被害経験の影響は1年後にも及び、自己に対する認知および評価を否定的なものへと変容させてしまうことを明らかにしている。

したがって、従来型いじめにおける研究の知見と、近年のネットいじめに関する研究の知見を総合すると、ネットいじめの被害経験がもたらす否定的影響が長期的に維持する可能性は十分に推察される。

### 1.3. ネットいじめに対する遮断的対処がもたらす影響

このようにネットいじめは、短期的にも長期的にも様々な否定的影響をもたらし得ると考えられるが、それらの影響を可能な限り低減することが課題となる。そのためには、ネットいじめ被害による短期的・長期的影響に関連する要因を検討していく必要がある。こうした点に立脚し本研究では、ネットいじめの影響を増大させる要因として、被害者による遮断的対処と、それに伴う思考の反すうを想定した。

人は、予想外で、かつ受容が困難な出来事に遭遇した場合、その出来事から回避しようとする傾向を持つとされる（Pennebaker, 1997）。この知見に基づけば、自分がネットいじめの対象となったという事実は、多くの場合、被害者にとっての非常に深刻な脅威となりうるため（藤・吉田, 2014）、その事態を可及的速やかに回避するための手段として、例えばインターネットやパソコン・携帯機器を全く見ないようにしたり、被害を受けた自分のサイトをすぐに閉鎖したり、メールアドレスを変更したりするという対処を行おうとすることは十分に推察される。実際、ネットいじめの被害を受けた者のうち26%が、自衛のために自身のメールアドレスを変更していたことも報告されている（Juvonen & Gross, 2008）。

しかし、そのようにして被害状況を見ないように、もしくは考えないようにするという回避的対処方略は、感情制御において一時的には効果的ではあるものの、中長期的には有害な影響をもたらすことも報告されている（日比野・湯川, 2004）。特に、特定の対象について思考しないように自ら抑制したり、別の対象に注意を向けたりするという行為は、逆説的にその思考を活性化してしまうことが実験的検討により示されている（例えば、Wegner, Schneider, Carter, &

White, 1987 など)。また Wegner (1994) では、特定の内容に対する思考を抑制しようという意図を持つ限り、抑制対象について考え続けることになるという、思考抑制の逆説的過程の存在も示唆されている。さらに、これらの知見を、日常生活における怒りを感じた出来事に拡張して検討した遠藤・湯川 (2011, 2012) からも、当該の出来事に対して考えないようにするという回避的な行動は、むしろその出来事に対する反復的な思考を促進することが示されている。

また、否定的な出来事に対する思考の反すうは、抑うつ(伊藤・上里, 2001)や怒り(Ray, Wilhelm, & Gross, 2008) などといったネガティブ感情を増幅する要因として議論されてきている。さらに遠藤・湯川 (2011, 2012) は、回避行動によって増幅された思考の反すうが、最終的に、出来事に対する怒り感情の長期化および維持をもたらすことも報告している。したがってこれらの知見を組み合わせれば、ネットいじめ被害時において遮断的に対処することで、逆説的に思考の反すうが増大し、それによってネガティブ感情がさらに増幅されるという可能性が考えられる。加えて、ネガティブ感情が増幅されることによって、その経験は被害者にとってより大きな苦痛となると考えられるが、それゆえに坂西 (1995) が示すように、被害経験による長期的影響がさらに強められていくことも十分に推察される。

#### 1.4. 本研究の目的

これまでの議論を総括すると、ネットいじめ被害経験者は、様々な否定的影響を受けているものと考えられるが、被害時に遮断的対処を行うことによって、逆説的に思考の反すうにつながり、ネガティブ感情の増大に結びつき、その悪影響が長期化するという可能性が推察される。すなわち、被害時における遮断的対処は、短期的には思考の反すうおよびネガティブ感情の増大を、長期的には対人的消極性(坂西, 1995; 三島, 2008)をもたらすと考えられる。

そこで本研究ではこの可能性に基づき、ネットいじめの被害経験を持つ者を対象に調査を実施し、被害時における遮断的対処が、被害に対する思考の反すうおよびネガティブ感情の増大を媒介し、長期的影響としての対人的消極性へと結びつくという仮説モデルを想定し、これを検討することを目的とする。

## 2. 方法

### 2.1. 調査手続き・対象

まず、ネットいじめの被害に関する状況を把握するための予備調査として、ネット調査会社“goo リサーチ (現 NTT リサーチコム)”における、“大学生, 大学院生, 短大生, 専門学校生”の 23937 名, および“高校生, 予備校生”の 7451 名を対象として、クローズ型ウェブ調査を実施した。調査期間は 2008 年 11 月 14 日から 25 日であり、回答者には謝礼として 3 ポイント (1 ポイントで 1 円分に相当し、商品などとの交換が可能なポイント) が支払われた。そして、“ネットいじめとは、インターネット上 (ウェブサイトやブログ, 掲示板など), 電子メール, 携帯

電話などで行われるいじめ（嫌がらせ、誹謗中傷、いたづら、個人情報暴露など）のことを指します”という教示文を示し、中学生または高校生当時にネットいじめをされた経験があるかどうかを尋ねた。この予備調査により 8171 名（男性 3432 名、女性 4739 名；平均 21.41 歳、 $SD=3.93$ ）の回答が得られたが、そのうちネットいじめの被害経験を持つ者は 283 名（3.5%）であった。

そして、この 283 名に対して本調査の告知を実施し、回答を募った。その結果、217 名（男性 85 名、女性 132 名；平均 19.69 歳、 $SD=2.52$ ）の回答が得られた。調査期間は 2008 年 11 月 28 日から 12 月 5 日であり、回答者には謝礼として 100 ポイントが支払われた。

## 2.2. 倫理的配慮

質問紙上では、回答時の精神的苦痛を可能な限り抑える目的で、回答時現在の被害経験については一切尋ねず、過去の経験についてのみ尋ねることとした。具体的には、高校生の回答者には中学生当時の 3 年間に経験した内容について、高校卒業以上の回答者には高校生当時の 3 年間に経験した内容について尋ねる調査であることを質問紙ページの冒頭にて説明した。また調査協力に同意する場合にのみ回答を始めるよう求めるとともに、調査への回答をもって協力を同意するものとみなすこと、回答開始後も協力への同意を随時撤回できることを記した。

さらに、調査実施母体の連絡先を質問紙ページの随所に記載し、回答中もしくは回答後に、心身の問題が発生した際には、すぐに連絡するように説明した。同時に、連絡があった場合に備え、専門家が即座に対応する体制を整備していた（実際にはそうした問題を訴える連絡はなかった）。

## 2.3. 質問紙の内容

本調査では、大きく次の 5 つの内容について尋ねた。

**ネットいじめ被害時における遮断的対処** ネットいじめの被害を受けていた当時において、どのように対処していたかについて尋ねた。具体的には、Kowalski, Limber, & Agaston (2008)などを参考として、“ネットや携帯電話を見ないようにした”、“自分のプロフ・ブログ・掲示板を閉鎖した”、“番号やアドレスを変更した”の 3 項目を独自に作成し、これらを行っていたかどうかを 5 件法（1. あてはまらない-5.あてはまる）で尋ねた。また、これらの 3 項目に対して、それぞれの対処が結果として有効であったと思うかどうかについて、2 件法（思う、もしくは、思わない）で尋ねた。

**ネットいじめ被害に関する思考の反すう** ネットいじめの被害を受けていた当時において、思考の反すうがどの程度生じていたかについて、伊藤・上里（2001）を参考として、“犯人が誰なのかについて、何度も思い悩んでいた”“他のことをしていても、ネットいじめのことが頭から離れなかった”“犯人の正体を、いつも気にしていた”の 3 項目を独自に作成し、5 件法（1. あてはまらない-5.あてはまる）で尋ねた。

**ネガティブ感情** ネットいじめの被害を受けていたときに、どのような感情を抱いていたかについて、“恐怖”“不安”“怒り”“イライラした”“悲しさ”“悔しさ”“絶望感”“落ち込み”の8項目を独自に作成し、5件法（1.あてはまらない-5.あてはまる）で尋ねた。

**对人的消極性（長期的影響）** ネットいじめの被害を受けたことによって、現在（回答時点）においてどのような影響が生じているかについて、坂西（1995）や Storch et al. (2004) などを参考として、“周囲の人と深く関わることを避けるようになった”“周りの友人を心から信じられなくなった”“本当に信頼できる人とだけ付き合うようになった”という3項目を独自に作成した。また、そうした消極性や不安が、周囲の対人関係のみならず、ネットそのものにも波及する可能性を考慮し、“ネットに不信感を持つようになった”“今でも、ネットへのアクセスや、携帯電話を開くことが怖くなる時がある”の2項目も独自に作成した。これらの5項目に関して、5件法（1.あてはまらない-5.あてはまる）で尋ねた。

**個人属性** 性別、年齢、学年について尋ねた。

### 3. 結果<sup>1</sup>

#### 3.1. 回答者の属性

回答者の内訳は、高校生が63名（29.0%）、予備校生が4名（1.8%）、大学生が120名（55.3%）、短大生が11名（5.1%）、専門学校生が12名（5.5%）、大学院生が7名（3.2%）であった。そのため、中学時点での経験について回答したのは63名（29.0%）、高校時点での経験について回答したのは154名（71.0%）であった。

#### 3.2. 各変数の基本的検討

**遮断的対処** ネットいじめの被害を受けていた当時にとっての遮断的対処に関する3項目について平均値（SD）を算出した結果、“ネットや携帯電話を見ないようにした”に関しては2.21（1.48），“自分のプロフ・ブログ・掲示板を閉鎖した”に関しては2.35（1.60），“番号やアドレスを変更した”に関しては2.17（1.56）であった。また、各項目に対して“ややあてはまる”および“あてはまる”と回答した者の割合を確認したところ、順に26.4%、27.3%、24.5%であった。これに比して、各項目に対し有効であったと回答する者の割合は少なく、順に12.5%、16.7%、13.0%にとどまっていた。

**思考の反すう** ネットいじめの被害を受けていた当時の思考の反すうに関する3項目について、主成分分析を行った（表1）。その結果、第1主成分への負荷量はいずれも高く、寄与率は51.3%であった。また3項目の $\alpha$ 係数は.76であったため、1次元性が確認されたと判断した。そのため、合成得点を算出し、以降の分析で用いることとした。

---

<sup>1</sup> 予備調査および本調査に関する単純集計の結果や、ネットいじめ被害経験の内容などについては、藤・吉田（2014）を参照されたい。

表 1 ネットいじめ被害時における思考の反すうに関する主成分分析結果

項目	平均値	(SD)	負荷量
犯人が誰なのかについて、何度も思い悩んでいた	2.88	(1.48)	.74
他のことをしていても、ネットいじめのことが頭から離れなかった	2.91	(1.54)	.71
犯人の正体を、いつも気にしていた	3.35	(1.46)	.69
		固有値	1.54
		寄与率	51.3

**ネガティブ感情** ネットいじめの被害を受けていた当時のネガティブ感情に関する 8 項目について、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った結果、3つの因子が得られた（表 2）。因子数の決定に際しては、スクリープロットおよび解釈可能性に基づき、総合的に判断した。第 1 因子には“恐怖”と“不安”の 2 項目が寄与していたため、“恐怖”と命名した。また第 2 因子は“怒り”および“イライラした”の 2 項目から構成されたため、“怒り”と命名した。さらに第 3 因子には、“悲しさ”、“悔しさ”、“絶望感”の 3 項目が高い負荷量を示していたため、“悲しみ”と命名した。なお、“落ち込み”に関する項目は、項目平均値は比較的高かったものの、第 3 因子への負荷量が低く、かつ、第 1 因子と第 3 因子の両方に高く寄与していたため、以降の分析からは除外した。第 1 因子と第 2 因子の項目間相関は順に .68, .72（いずれも  $p < .01$ ）であり、第 3 因子の  $\alpha$  係数は .86 であった。そのため、因子ごとに合成得点を算出し、以降の分析で用いることとした。

**对人的消極性（長期的影響）** 对人的消極性に関する 5 項目についても因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った結果、2つの因子が得られた（表 3）。第 1 因子は“周囲の人と深く関わることを避けるようになった”、“周りの友人を心から信じられなくなった”、“本当に信頼できる人とだけ付き合うようになった”という 3 項目から構成されており、いじめ被害を受けたことで、周囲の他者全般を信頼せず、積極的に関わろうとしない態度が形成されたという様子を示す内容と解釈された。そのため、“対人関係の回避”と命名した。また第 2 因子は“ネットに不信感を持つようになった”、“今でも、ネットへのアクセスや、携帯電話を開くことが怖くなる時がある”という 2 項目が寄与していたため、ネットそのものに対して不信や恐怖を抱いている様子を示すと考えられる。したがって“ネットへの不信”と命名した。第 1 因子の  $\alpha$  係数は .81 であり、第 2 因子の項目間相関は .45 ( $p < .01$ ) であった。そのため、因子ごとに合成得点を算出し、以降の分析で用いることとした。

表2 ネットいじめ被害時におけるネガティブ感情に関する因子分析結果

項目	平均値	(SD)	F1	F2	F3
<i>F1</i> : 恐怖					
恐怖	2.88	(1.48)	<b>.86</b>	-.09	.00
不安	2.91	(1.54)	<b>.77</b>	.13	.02
<i>F2</i> : 怒り					
怒り	3.87	(1.34)	.02	<b>.93</b>	-.06
イライラした	3.76	(1.39)	-.01	<b>.77</b>	.04
<i>F3</i> : 悲しみ					
悲しさ	3.45	(1.47)	.17	-.10	<b>.72</b>
悔しさ	3.58	(1.48)	-.09	.24	<b>.71</b>
絶望感	3.12	(1.50)	.29	-.12	<b>.63</b>
落ち込み	3.82	(1.35)	.36	.18	.39
因子間相関			<i>F1</i>	.34	.76
			<i>F2</i>		.54

注：表中の太字は、因子負荷量の値が.40以上であった箇所を示す。

表3 ネットいじめ被害による長期的影響としての対人的消極性に関する因子分析結果

項目	平均値	(SD)	F1	F2
<i>F1</i> ：対人関係の回避				
周囲の人と深く関わることを避けるようになった	2.83	(1.45)	<b>.96</b>	-.07
周りの友人を心から信じられなくなった	2.97	(1.46)	<b>.64</b>	.20
本当に信頼できる人とだけ付き合うようになった	3.44	(1.41)	<b>.64</b>	.00
<i>F2</i> ：ネットへの不信				
ネットに不信感を持つようになった	2.87	(1.35)	-.07	<b>.85</b>
今でも、ネットへのアクセスや、携帯電話を開くことが怖くなる時がある	2.39	(1.42)	.19	<b>.44</b>
因子間相関			<i>F1</i>	.57

注：表中の太字は、因子負荷量の値が.40以上であった箇所を示す。

### 3.3. ネットいじめ被害時における遮断的対処によって生じる影響過程

ネットいじめ被害時における遮断的対処が思考の反すうをもたらし、その反すうがネガティブ感情の増大に結びつき、最終的に長期的影響をもたらすという仮説モデルの検討のため、共



分散構造分析を行った。モデル構成の際には、ネットいじめ被害時における遮断的対処の 3 項目を第一水準、思考の反すうに関する変数を第二水準、ネガティブ感情の各因子に関する変数を第三水準、長期的影響の各因子に関する変数を第四水準に含めた（なお、ネガティブ感情および長期的影響に関しては、比較的高い因子間相関が示されたこと、および概念どうしの類似性を考慮し、各因子の上位に潜在変数を構成した）。また、第一水準から第三および第四水準へのパス、第二水準から第四水準へのパスも想定して分析を行った。その後、ワールド検定に基づきモデルの修正を行い、最終的な結果を得た。

最終的な結果を図 1 に示した。モデルの適合度は  $\chi^2(22) = 41.11 (p < .01)$ ,  $GFI = .97$ ,  $AGFI = .93$ ,  $CFI = .97$ ,  $RMSEA = .06$  であった。まず、ネットいじめ被害時の遮断的対処の中でも、“ネットや携帯電話を見ないようにした（図中では機器接触遮断と表記）”が、被害時の思考の反すうに対して有意な正の影響を及ぼしていた。同様に、“自分のプロフィール・ブログ・掲示板を閉鎖した（図中では運営サイト閉鎖と表記）”も、思考の反すうに対して有意傾向ではあるが正の影響をもたらしていた。そのようにして促進された思考の反すうは、恐怖、怒り、悲しみからなるネガティブ感情に結びついていた。さらにネガティブ感情は、対人関係の回避およびネットへの不信という対人的消極性にも有意な促進的影響をもたらしていた。これらの過程に加え、“ネットや携帯電話を見ないようにした”および“番号やアドレスを変更した（図中では番号・アドレス変更と表記）”という対処は、直接的にも、ネットいじめ被害による長期的影響に有意な影響を及ぼしていることも明らかとなった。

#### 4. 考察

##### 4.1. ネットいじめ被害時における遮断的対処の実行とその影響

本研究ではまず、ネットいじめの被害を受けた者が、その被害に際して、ネットや携帯電話

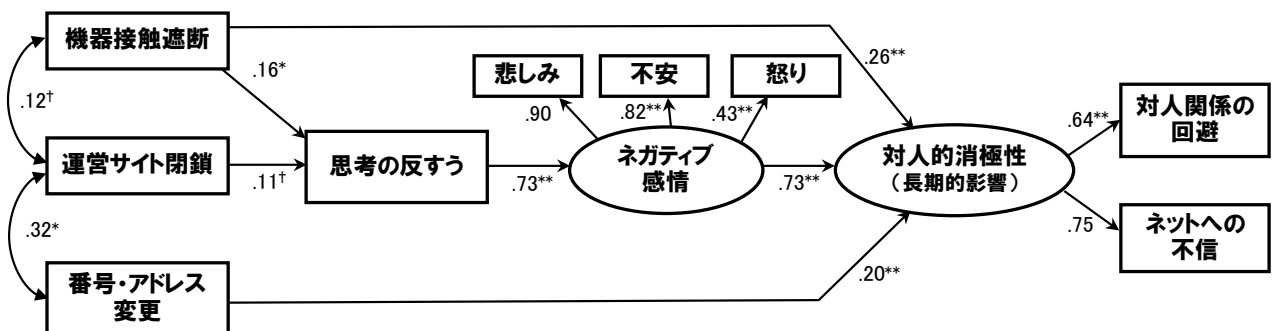


図 1 ネットいじめ被害時における遮断的対処によって生じる影響過程

注：図中の四角は観測変数、楕円は潜在変数、数値は標準化偏回帰係数、矢印は有意な正のパスを示す。また、誤差変数と有意でないパスの図示は省略した (\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$ , †  $p < .10$ )。

自体を見ないようにするなどの遮断的対処をどの程度行っており、またどのように評価しているか、さらにどのような影響を及ぼすかについて検討した。調査の結果、ネットいじめの被害を経験した者のうち約4名に1名が、遮断的対処を取っていたことが示された。この割合については、Juvonen & Gross (2008) の結果とほぼ近い割合であった。さらに被害経験に際しては、怒りや落ち込み、悲しさや悔しさをはじめとするネガティブ感情が強く喚起されていることも明らかとなった。

しかしこうした遮断的対処を有効であったと感じている者は少なく、さらに共分散構造分析の結果からも、遮断的対処が必ずしも奏功せず、むしろネガティブな影響を短期的かつ長期的に及ぼし得ることが示された。その影響過程について、以下の3点に整理しながら考察する。

第一に、被害時における遮断的対処は、ネットいじめ被害やその犯人に関する思考の反すうを増大させていた。すなわち、攻撃的な内容のメールを受信した機器への接触自体を遮断したり、誹謗中傷が寄せられた自身のサイトを閉鎖したりするというように、ネットいじめ被害から距離を置こうとする対処は、逆に被害に関する思考を促進し、むしろ距離を縮めてしまう可能性が示された。この結果に関しては、特定の思考内容を回避および抑制しようとするほど、思考が活性化されるという Wegner et al. (1987) や Wegner (1994) の知見と対応するものと解釈される。したがって本研究は、ネットいじめ被害という現実的な文脈下においても、また、その中でなされる遮断的対処という行動に関しても、Wegner et al. (1987) および Wegner (1994) が示す逆説的な影響過程が見られることを示した研究とも位置づけられよう。

また、ネットいじめの被害を受けつつも、機器やネットとの接触を遮断し、被害状況に直面しないようにするということは、被害状況を未解決のままとしておくことに他ならない。特に、加害者の匿名性が高く、“自分が、誰からネットいじめを受けているのか”という点が不明瞭となりやすいネットいじめにおいては(黒川, 2010a), 被害状況が未解決であることをより強く意識しやすい可能性も推察される。そのため、Martin & Tesser (1996) や木村 (2004) が示すように、被害状況の未解決性によって、思考の反すうが生じたという可能性もまた考えられる。

第二に、被害時における遮断的対処は、短期的には上述のような思考の反すうの増大をもたらすとともに、恐怖、怒り、悲しみといったネガティブ感情の増大にも結びつき、さらに長期的にわたって否定的影響を及ぼすことも示唆された。そもそも、思考の反すうは、抑うつ(伊藤・上里, 2001) や怒り (Ray et al., 2008) をはじめとするネガティブ感情状態と関連しているとされるが、本研究の知見は、それらの知見と対応するものと解釈されよう。またネットいじめの被害者がネガティブ感情を抱きやすいことはこれまでの研究においても示されてきているが (Ybarra & Mitchell, 2004 ; 黒川, 2010b など), その背景には、遮断的対処および思考の反すうが介在している可能性が本研究によって示されたといえる。

加えて、いじめを受けた経験は、長期に渡って影響を及ぼし、その後の対人関係を阻害しう

ることが報告されており（坂西，1995；Storch et al, 2004；三島，2008），ネットいじめにおいてもその否定的影響は長期化し得ると報告されているが（鈴木他，2013；Cole et al., 2016），本研究の知見も同様に，被害経験による影響の長期化の可能性を支持するものといえる。さらに本研究はそれだけではなく，遠藤・湯川（2011，2012）が示した，怒りに関する出来事から思考を回避させようとする回避行動の実行によって，むしろ当該の出来事に対する反復思考が増大し，さらに怒り感情は維持および長期化されるという知見とも対応すると考えられる。したがって本研究からは，ネットいじめによる被害がもたらす否定的影響が長期化する背景には，被害に関する思考の反すう，およびそれに伴うネガティブ感情の増大が関与しているという可能性が示された。

第三に，ネットいじめ被害に対する遮断的対処は，直接的にも，対人的消極性やネットに対する不信といった形での長期的影響を促進することも明らかとなった。ネットいじめの被害者は，被害を受けたことのみならず，その被害が何を意味し，その背景に何が存在するかということにこそ深刻な脅威を感じている（藤・吉田，2014）。すなわち，“ネットいじめの被害がいつまでも続くのではないか”，“不特定多数へと拡散してしまうのではないか”，そして“誰が行っているのかも分からないために，周囲の誰のことも信用できない”という脅威である（藤・吉田，2014）。この知見を踏まえれば本研究の結果は，遮断的対処によってネットいじめの被害を目前から除去したとしても，被害者本人にとっては，その被害の背景に存在する様々な脅威までは払拭されないために，いつまでも周囲への不信感やネットへの恐怖が維持され，長期的な影響が生じることを示す結果として解釈できるかもしれない。

#### 4.2. 本研究の結果に基づく提言

これらの結果を総括すると，ネットいじめの被害による否定的影響が長期化していく背景には，被害を受けた当初の遮断的対処が関与していることが示されたといえる。したがって，ネットいじめの被害を受けた際には，“単純に見せないようにすればよい”もしくは“距離を置けばよい”というわけではないことが示唆された。

しかし，本研究の結果から提言されるのは，“ネットいじめ被害時には，回避的および遮断的に対処するのではなく，いじめに直接立ち向かうべき”ということでは決してない。ネットいじめの被害者は，“その被害に際して，どうすればよいかわからない”という無力感を抱きつつ，周囲への相談行動を自ら抑制してしまう傾向にあるという知見（藤・吉田，2014）に基づけば，今回の研究において見られた遮断的対処は，ネットいじめに対する積極的な対処行動というよりも，周囲に頼ることもできず，また有益な方策も思いつかないままの状況下で，やむを得ずに行った消極的選択と捉えるべきであろうと考えられる。このことは，遮断的対処に関する各項目に対して“有効であった”と評価した者の割合が非常に少ないことから伺われるが，こうした考えに基づけば，被害経験時における周囲からの支援を強化し，被害者とともにいじめ

状況の解決を目指すことのできる体制を整えることの重要性が推察される。すなわち、被害者が“遮断的対処しか取ることができない”という状況に陥ることがないように、普段から相談窓口を整備したり、ネットいじめ被害時の対処法を事前に周知したりすることが、ネットいじめ被害に向けての介入を考えていくうえで不可欠な視点となると考えられる。

さらに近年では、いじめ加害行動に対して、学級の雰囲気や規範が一定の影響をもたらすことも示されてきており（大西，2015），特に、いじめに対して否定的な規範が高い学級ほど、携帯電話のカメラを用いたネットいじめ加害行動が抑制されることも示されている（黒川，2011）。これらの知見に、本研究の結果も組み合わせて考察すれば、“ネットいじめ被害を受けた際には、一人で抱え込まずにすぐに相談してよい”という雰囲気や、“苦しい時には、誰かに相談することを我慢すべきではない”という規範を、普段の生活を通して児童および生徒の間に浸透させていくことも重要となるであろう。またこのようにして、ネットいじめはすぐに相談され、対処されていくものであるという認識が広まれば、ネットいじめの加害行為の抑制にも寄与すると考えられる。すなわち、自分がもしネットいじめを行ったとしても、その行為や発言が放置されたままとなることが一切なく、何らかの対処が必ずなされるのが通常であると生徒たち自身が認識すれば、加害行動を実行に移そうとする意図も抑制されるのではないかと推察される。その意味で、被害者に対する介入方法を考案し実践していくことは、加害行為を未然に防ぐための方法にも結びつくものであり、今後はこうした視点からの取り組みが重要となるであろう。

#### 4.3. 今後の課題

ゆえに今後は、ネットいじめ被害者が置かれている状況や支援体制の有無、被害時における対処法に関する知識の程度、当時の学級の雰囲気や規範などについても検討に含め、被害後における心理的過程をより詳細に、かつ総合的に検討していくことが必要となるであろう。

また本研究は、回想法に基づく調査であるために、想起バイアスによる回答の歪みの問題も指摘できよう。特に、被害経験による長期的影響の検討に際して、本研究では坂西（1995）や Storch et al. (2004)，三島（2008）の方法論に基づいて調査を実施したが、鈴木ほか（2013）や Cole et al. (2016) のような縦断的調査も用いていく必要があると考えられる。また、回答時の精神的苦痛を抑える目的で、過去経験についてのみ尋ねるようにしているが、回答時点でも何らかのいじめ被害や対人関係上のトラブルに悩んでいる可能性も否定できない。その意味で、本研究から示された長期的影響が、想起した当時のいじめ被害およびその際の遮断的対処以外の要因によってもたらされている可能性も考慮しておく必要がある。

加えて本研究は、ウェブ調査会社のモニターパネルを用いており、その点でも、本研究の結果の解釈には一定の留保が必要となる部分もあるといえよう。しかしネット上での回想法的調査により、周囲にいじめ加害者が存在しない状況での回答が可能になり、回答漏洩のリスクお

よびそれによるいじめの激化のリスクを懸念せずに回答できたというメリットもあるかもしれない。したがって今後の研究では、複数の調査手法を組み合わせ、各々のメリットとデメリットを補完させながら研究を進め、ネットいじめに対する知見を重ねていくことが重要である。

## 謝辞

本研究の実施にあたり、東京成徳大学応用心理学部吉田富二雄先生、および、筑波大学第二学群卒業生若林勇太氏には、多大なご協力を頂きました。ここに記して、心より感謝申し上げます。

## 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, 105–115.
- Cole, D. A., Zelkowitz, R. L., Nick, E., Martin, N. C., Roeder, K. M., Sinclair-McBride, K., & Spinelli, T. (2016, in press). Longitudinal and incremental relation of cybervictimization to negative self-cognitions and depressive symptoms in young adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*. doi:[10.1007/s10802-015-0123-7](https://doi.org/10.1007/s10802-015-0123-7)
- 遠藤寛子・湯川進太郎 (2011). 高校生における思考の未統合感と怒りの維持との関係 カウンセリング研究, 44, 92–100.
- 遠藤寛子・湯川進太郎 (2012). 怒りの維持過程—認知および行動の媒介的役割— 心理学研究, 82, 505-513. doi:[10.4992/jjpsy.82.505](https://doi.org/10.4992/jjpsy.82.505)
- Finkelhor, D., Mitchell, K. J., & Wolak, J. (2000). *Online victimization: A report on the nation's youth*. National Center for Missing and Exploited Children. January 18, 2001. Retrieved from <http://www.unh.edu/ccrc/pdf/jvq/CV38.pdf>
- 藤桂・吉田富二雄 (2014). ネットいじめ被害者における相談行動の抑制—脅威認知の観点から— 教育心理学研究, 62, 50–63. doi:[10.5926/jjep.62.50](https://doi.org/10.5926/jjep.62.50)
- 日比野桂・湯川進太郎 (2004). 怒り経験の鎮静化過程—感情・認知・行動の時系列的変化— 心理学研究, 74, 521–530. doi:[10.4992/jjpsy.74.521](https://doi.org/10.4992/jjpsy.74.521)
- 伊藤拓・上里一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, 34, 31–42.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds? : Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78, 496–505. doi:[10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x](https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x)
- 木村晴 (2004). 未完結な思考の抑制とその影響 教育心理学研究, 52, 44–51. doi:[10.5926/jjep.1953.52.1\\_44](https://doi.org/10.5926/jjep.1953.52.1_44)

- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health*, 41, S22-S30. doi:[10.1016/j.jadohealth.2007.08.017](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.017)
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agaston, P. W. (2008). *Cyberbullying: Bullying in the digital age*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- 黒川雅幸 (2010a). 中学生の電子いじめ加害行動に関する研究 福岡教育大学紀要, 59, 11-21.
- 黒川雅幸 (2010b). いじめ被害とストレス反応, 仲間関係, 学校適応感との関連—電子いじめ被害も含めた検討— カウンセリング研究, 43, 171-181.
- 黒川雅幸 (2011). 学級雰囲気および学級規範が電子いじめ加害行動に及ぼす影響 福岡教育大学紀要第四分冊教職科編, 60, 45-52.
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), *Advances in social cognition*. Vol. 9. *Ruminative thoughts* (pp. 1-47). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- 三島浩路 (2008). 小学校高学年で親しい友人から受けた「いじめ」の長期的な影響—高校生を対象にした調査から— 実験社会心理学研究, 47, 91-104. doi:[10.2130/jjesp.47.91](https://doi.org/10.2130/jjesp.47.91)
- 三島浩路・本庄勝 (2015). 技術的観点からのネットいじめ対策 電子情報通信学会通信ソサイエティマガジン, 9, 102-109.
- 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, 102-110. doi:[10.5926/jjep.63.102](https://doi.org/10.5926/jjep.63.102)
- 大西彩子 (2015). いじめ加害者の心理学—学級でいじめが起こるメカニズムの研究— ナカニシヤ出版
- Pennebaker, J. W. (1997). *Opening up: The healing power of expressing emotions*. New York: Guilford Press.
- Ray, R. D., Wilhelm, F. H., & Gross, J. J. (2008). All in the mind's eye? Anger rumination and reappraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 133-145. doi:[10.1037/0022-3514.94.1.133](https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.1.133)
- 三枝好恵・本間友巳 (2011). 「ネットいじめ」の実態とその分析—「従来型いじめ」との比較を通して— 京都教育大学教育実践研究紀要, 11, 179-186.
- Storch, E. A., Roth, D. A., Coles, M. E., Heimberg, R. G., Bravata, E. A., & Moser, J. (2004). The measurement and impact of childhood teasing in a sample of young adults. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 681-694. doi:[10.1016/j.janxdis.2003.09.003](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2003.09.003)
- 鈴木佳苗・坂元章・熊崎あゆち・桂瑠以 (2013). インターネット使用といじめ・暴力の関係性に関する研究 安心ネットづくり促進協議会平成 22 年度共同研究報告書 Retrieved from [http://www.good-net.jp/investigation/uploads/2013/10/30/20130128\\_1.pdf](http://www.good-net.jp/investigation/uploads/2013/10/30/20130128_1.pdf)
- Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101, 34-52. doi:[10.1037/0033-295X.101.1.34](https://doi.org/10.1037/0033-295X.101.1.34)

- Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 5–13. doi:[10.1037/0022-3514.53.1.5](https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.1.5)
- Willard, N. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Champaign, IL: Research Press.
- Wolak, J., Mitchell, K. J., & Finkelhor, D. (2006). *Online victimization of youth: Five years later*. National Center for Missing and Exploited Children. January 18, 2001. Retrieved from <http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV138.pdf>
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *45*, 1308–1316. doi:[10.1111/j.1469-7610.2004.00328.x](https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00328.x)