

いじめ:社会の進化と発達リスク

Dr ニコール・キャトリン

児童精神科医

フランス児童・思春期精神医学会の科学評議会元会長

Dr Nicole CATHELINE, Pédopsychiatre,

Past-présidente du conseil scientifique de la Société Française de Psychiatrie de l'Enfant, de
l'Adolescent et Disciplines Associées

Nicole CATHELINE, Paris, 2025

抵抗を乗り越えて...

- いじめのメンタルヘルスへの影響について明確な知識が得られるようになったのは最近のこと。
- 「子どもは残酷」という誤解や、「厳しく対応すべき」という誤解への対応
- 1990年代より研究の蓄積があるものの、社会課題として注目されるようになったのは2011年以降(Debarbieux、Bellon、Catheline)。学校での暴力国際監視機関の研究者Debarbieuxが報告書を政府に提出し、目に見えにくい心理的ないじめについて示し、またいじめが**長期的な心理的影響があることを示した。**
- 2011年にいじめに関する国際会議を開催。アメリカ、イギリス、ドイツ、オーストラリア、カナダ、イスラエルの専門家を招いた。その後、7つのキャンペーン、5つの法律(刑法3つ、教育法2つ)が施行され、2020年代初頭にいじめを原因とした自殺が起きてからさらに強化。政権が変わっても後退することなく取り組みは進化を続けたのは**学校の成績よりも子どもたちの心理的健康の方が大事**ということが十分共有されたため。

定義としての課題

- E. Debarbieux は、「いじめ」が社会の変化に関する現象ではなく、「学校の空気」つまり **大人がつくる枠組みの中で子どもが育つにあたってぶつかる困難さ**について分析した。
- 1980-1990年代に、Dan Olweusは、3つの定義を示した「攻撃的な意図、持続するか繰り返され、被害者が一人では抜け出すことのできない非対称な関係をつくる」。
- Anatol Pikasはグループ・ダイナミクス概念を展開した。彼のアプローチは、共通の関心手法(MPP)を生み出した。

予防とSNS

- いじめに当てはまらない場合は放置するのではなく、「**気になることの解決に相手を攻撃する**」以外の方法を大人が教えられることを求めた。気になることがあって自身の中に緊張を感じた時に、考えずに攻撃することが暴力であると幼少期から教える。**自分の気持ちを理解し、考え、解決法を見つけることを繰り返し訓練する。**
- 2010年代から発展してきたSNSはいじめの定義を複雑にした。「サイバーハラスメント」もしくは「サイバー暴力」
- SNSの集団現象によってピカスの「グループ・ダイナミクス概念」の方がオルウェウスの攻撃的な意図に関する定義よりも優先されるようになった。
- **いじめは、個人のプロフィールに起因せず、状況のプロフィールの問題。**

UNESCOによる2023年1月の定義

社会的および制度的規範に由来する、不均衡な力関係を特徴とする有害な社会的プロセス。

これらの行動は繰り返され、生徒や学校職員による望ましくない対人行動として現れ、標的となった個人やグループ、さらには学校コミュニティ全体に身体的、社会的、感情的な危害を引き起こす。

いじめとサイバーハラスメントは、力の不均衡を伴い、学校や地域社会の特定のネットワーク内で発生し、

学校や教育システムの社会的および制度的背景によって促進または抑制される

個人のプロフィールではなく 状況のプロフィールに起因

- アタッチメント理論によって問題を理解することができる
- 「アタッチメント」と「探求」のニーズ
- 特に幼児期と思春期はアタッチメントと探求のバランスが取りにくい時期
- 親や大人のもとから「自由に開拓するニーズ」がある一方で、「仲間グループとアタッチメント関係を築くニーズ」。ロールモデルや規範が大人から仲間に移行する。
- 「友達がいない」ことやグループからの排除は、精神的健康に有害。

人格形成中の子どもの脆弱性

- 大人から離れた場所で、子どもは大人が示したものとは違うモデルに出会い、自身を築こうとする。
- 思考能力は未熟で、感情的な能力も不安定。抽象的思考も発達途上。
- 周囲の世界を理解するには、解釈するための鍵が必要。

感情のコントロールが難しく 支えてもらう必要性

- 子どもや若者が両親や大人から離れれば離れるほど、彼らはグループ、安心感のある「同一性」を必要とする(René Girard)。
- グループと異質性があれば、グループの結束力が脅かされるため、排除されるリスクがある。
- 「グループに属するニーズ」があるため、違いが問題になることがある。

いじめは「気になる」違いから始まる

- 最初は 1 人だけが違いについての「気になる」経験をするものの、強い感情としてそれを経験することがある。
- 感情とは、不安(障害など他と違う行動をする人がいたとき)、欲求(比較)、嫉妬。
- 脆弱さを抱える加害者にとって、違いが「気になる」ことがきっかけ。
- 状況によって違いに対する許容度の閾値が下がることもある(家庭内で不和があるとき、近しい人との離別を経験したとき、死別、「学校の空気」など)。そのとき、許容が難しく感情的になりやすい。

グループの力

- 2人の間で起きたことは、同じ感情を必ずしも共有していなくても、発達に脆弱さを抱える複数の人に共有されることがある。
- 加害者はこの「保護」効果のあるグループを利用し「私は悪くない!」という感情を支えてもらおうとする。自分自身の脆弱性に向き合わず「私は強い」と感じられるメンバーを利用する。
- グループのダイナミクスが起動すると、それぞれにとって参加する理由が違ったとしても、グループの維持にそれぞれが参加し、いじめの持続に貢献する。
- メンバーは被害者の苦しみを見失い、加害者の成功に関心を向けるようになる。

被害者への影響

- 被害者: サポートがない経験をする(傍観者は関与を拒否)、解決策を一人で探し、不安を感じ、落ち込み、出口がないと感じる。自殺行動や欠席の増加につながる可能性がある。
- 被害者は先々グループに所属することに不安を感じるようになり、他人の視線に不安を感じることもある(社交不安障害)。自尊心の喪失。
- 思春期の自殺リスクが4倍、成人してからのうつ病リスクが2倍
- 8歳から10歳までのいじめの場合はPTSDリスクが高い
- 思春期に精神トラブルを経験するリスク
- 暴力やばかにされることへの不安を子どもの世代に引き継ぐリスク

加害者への影響

- 適切に対応されなかった場合、自分が正しかつたと考え、他者に不利益をもたらしてでも自己愛を得ようとするナルシズムを強化する。
- 自分には力があるという感覚があり、自分の行動を正当化しているため、重要なことについて意識したり思考する機会を逸する。
- 「他の人のせいであり自分は悪くない」という考えを行動パターンとして身につけていくので、将来に悪影響を及ぼす。自分の考えが正しいと正当化してくれる人を常に必要とし続ける。
- いつか自分が犠牲者になるリスク。自分の力を誇示するのに必要な第三者に対し、脆弱な立場であるため。
- 関係性における困難が、職業においてもプラーベートでも見られる。失業やマージナライズ(ひきこもり、犯罪)のリスクがある。
- 自己治療行動(アルコール、薬物)、非行(FARRINGTON, TTOFI)、うつ病のリスクが大きい。

目撃者への影響

- 見たくないものを見た、関わりたくなかったことが起きたという無力感や、罪悪感
- それぞれが自身の持つリソースをもとに身を守ろうとする
- 影響が表面化するのは数年後ということがある
- 修復的司法(ジャンヌ・ヘリー監督の2023年の映画「Je verrais toujours vos visages」)

臨床におけるサイン

- 特定の兆候はない。唯一の方法は**質問をすること**。ただし、ルールに沿うこと。大人に告げ口したとして子どもが加害者からさらに責められることがないように、注意が必要。（告白はいじめの開始から4～6か月後であることが多い）
- 自我を支え、恥の気持ちを和らげる。
- 意思決定は子どもと一緒にしていくことを話し安心させる。どのようにするか、なぜそのようにするかを丁寧に説明する。
- 学校でのサイン：成績の低下、遅刻、「忘れ物」が増える、体育の参加を拒否（更衣室に行きたくない）。休みが増える。保健室に行く回数が増える。休み時間に孤立する。頻繁にトイレに行くまたはトイレに行かなくなる。
- 自宅でのサイン：気分の変化、行動トラブルおよび性格トラブル（イライラしている、怒りっぽい）、友達が変わる、特定の活動（スポーツなど）好きだったものをしなくなる、何かに没頭するようになる（ビデオゲーム、インターネット、SNSなど）。「思春期クライシス」を起こす。睡眠や摂食に関するトラブル（不眠や体重の変化）。「うつ」であると間違えて診断しないよう注意。

サイバーハラスメント

- 2010年代からSNSの発展、特にスマートフォンの写真の質の向上(2007年)とともに出現
- 2010年以前は、対面とネット上でのいじめは別々だったが、現在ではネットいじめが嫌がらせの手段になっている。いじめは学校で始まり、ネットでおこなわれる。
- ネット上の加害者の60%は被害者か傍観者でもあった(e-enfanceによる数値)
- サイバー暴力(子どもの45%が経験したことがある)とサイバーハラスメント(5-7%)の問題
- スクリーンショットが可能であるため証明が容易
- 影響がより深刻(自殺のリスクが対面よりも高い)

避けるべきこと

- 子どもをすぐに転校させない（解決の手順を踏まない限り再発リスクがある）
- 「自分を守る行動をきなさい」「ほっときなさい」「そういうこともある」という一般論は言わない。子どもにどのように助けてほしいか聞き、合理的と思われる方法を子どもと探す。
- 加害者やその親に急いで会ったり、警察に被害届をすぐに出したりしない。
- SNSやスマートフォンを突然禁止したりしない。

どのように対応する？

- 何度も繰り返し質問し話し考える機会にする。「これからどのようにするか」話し考える
- いじめの状況があるとしたら放置はできないため、一緒に解決するということは明確に示す
- 法律と方法があることを伝える
- 子どもがスポーツ、文化的活動、クリエイティビティを発揮できる活動を頻繁にできるようにし、**子どもが自身の価値を感じられるようにする**。
- 学校と協働し**解決まで見届ける**。不可能な場合は、教育委員会に相談をすれば専門家がサポートをする。いじめ専門電話番号も専門家に対応し学校や教育委員会と連携して**解決まで支える**。いずれも解決ができない場合は、子どもの権利擁護機関が対応。
- 心理療法は加害者にもおこなう(2022年Balanant法)

リソース

- 子どもは自分で3018に電話相談ができる。教育省実施
- phareプログラムが2019年から実施。
- 教育委員会にphareプログラムの担当者がおかれ、2019年に倍増され現在335人いる。
- 「学校の空気」の把握 (ELCS) CANOPE (教育省管轄、教員用のツールなどをつくらしている) が調査し評価する

どのように予防するか

- 子どもたちは脆弱な存在であることを前提として、子どもたちが自身の人生を構築するのを継続的に支える。
- 心理的社会的能力を育てる
- 自ら思考することが自立してできるように個別の時間を十分とる
- 身体において感じる感覚を含め自身の感情を理解し、分析し、解決できる能力を育てる
- グループは子どもが自らを築く枠になるので、グループの中で起きていることを話す機会を頻繁に持ち、関係性を監視するのではなく、自分たちで起きていることを認識し思考し、客観的に状況について考える機会にする。

グループと感情

- 子どもたちは、世界に対する理解や、自身のあり方を大人をロールモデルにして身につけていく
- 「学校の空気」という概念は良い例。 **大人が争いの解決と協働のロールモデルを示す**取り組み。
- 大人は、子どもや若者に**自分の感情と所属しているグループの機能について話す機会**をつくる。(二重効果:言葉にし、言いたいことを表現できる、かつ、どのようにしたいかアイデアを構築する)
- 親:「友達とどうすごしているの?」について特に気にすること「成績はどうだった?」よりも根本ニーズに関わる
- 教師:「グループにどのように働きかけるか?」

暮らしの中に十分な空間を与える

- いじめが若者の暮らしや人生に及ぼす影響をふまえる。教育のあり方について考え直す機会にする。
- 学校の目的は、知識の伝達だけでなく、子どもにとってかけがえのない社会化と成長の場である。変化する世界に学校は適応する必要がある。
- いじめ問題は、教育における大人の役割について再検討を促している。大人たちは自ら担うべき役割を改めて自覚する。
- 大人は互いをライバル視することなく団結し、子どもたちの育ちを支えなければならない。

結論:メンタルヘルスの問題

- 2020年代の初めは、不安になる社会状況が蓄積され、若者のメンタルヘルスを考える転換点となった
- いじめの増加(少なくとも告白の増加)、サイバーハラスメント(数人が自殺)に関するニュース
- 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)のパンデミック
- 戦争(ウクライナ、中東)
- 子どもやティーンエイジャーは、関係性として、感情や認知面で何を頼ればいいのか難しい状況を経験している。メンタルヘルスに関する思考と柔軟な取り組みが必要。