

ボディマッピングによって明らかにされた「いじめ」の実態

足立 孝子

Actual condition of bullying from body mapping

Takako Adachi

要旨

なぜ、いじめは起こるのか。中学生はいじめをどのように捉えているのか。いじめを客観的に想起してもらうために“ボディマッピング”を用いて、「思いつくさまざまないじめ」と「人が人をいじめる理由」について中学生に書き込んでもらった。そこから中学生が何を考え、実際に何がおこなわれているのか明らかにする。

2013（平成25）年に、A県の私立B中学校において『いじめ予防のための精神保健授業』をおこなった。授業の中で使ったボディマッピングは、客観的にいじめについて考えることができるため、率直な意見が書き込まれていると期待できる。さらに、「いじめられる側」「いじめる側」のそれぞれの立場に立つことや、グループで話しあい、他人の意見を聞くことによって、生徒自身があらたな気づきを得ることができている。

このボディマッピングの書き込みを分析することによって、中学生がいじめをどのように捉えているのか、また、いじめはなぜ起こるのかを明らかにする。一方で、書き込まれた内容から「シンキング・エラー」を抽出し、その対応方法についても考えたい。

キーワード：いじめ、ボディマッピング、MindMatters、精神保健授業、シンキング・エラー

1. はじめに

2013（平成25）年6月、いじめ防止対策推進法が公布された。この法律の第2条におけるいじめの定義では、「他の児童が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットによるものを含む）により対象となった児童等が心身の苦痛を感じているもの」¹⁾として、いじめの基準をより明確にした。学校で講ずべき基本施策としては、第15条において「児童等の豊かな情操と道徳心を培い、心の通う対人交流の素地を養うことがいじめ防止に値する」¹⁾など道徳教育の充実が示された。一方で、第23条においては「いじめが犯罪行為として取り扱われるべきものであると認められるときは所轄警察署と連携してこれに対処するものとし、生命、身体又は財産に重大な被害が生じるおそれがあるときには直ちに所轄警察署に通報し、適切に、援助を求めなければならない」¹⁾と定められている。さらには、第25条における、いじめを行う児童に対する懲戒や、第26条の出席停止の措置など、いじめが起きてからの対応が中心であり、厳罰化であることは否めない。

英国では、日頃からいじめを“予防”するという視点に重きを置いている。法律によって、学校長がいじめ防止のルールを定め、これを公表することが義務付けられている²⁾。これに基づき各学校は「いじめ防止ルール（anti-bullying policy）」を制定し、公表しなければならない。「いじめ防止ルール」は、すべての学校スタッフ、全生徒、保護者が策定過程の議論に参加する。こうした過程を踏むことで、学校にかかわるすべての人がいじめの理解を深め、共通の認識をもつことができる³⁾。

豪州のMindMattersは、学校が精神保健と社会的、情緒的well-beingを促す能力を築くことを目的に作成された教育用プログラムである⁴⁾。本プログラムテキストの中の『いじめやいやがらせに対処する学校全体のアプローチ』では、学校が包括的にいじめやいやがらせに対処するための方針と実践について示されている⁵⁾

2. 研究の目的

上記のMindMattersでは、生徒がいじめに関する知識を持ち、いじめに遭ったときに何が

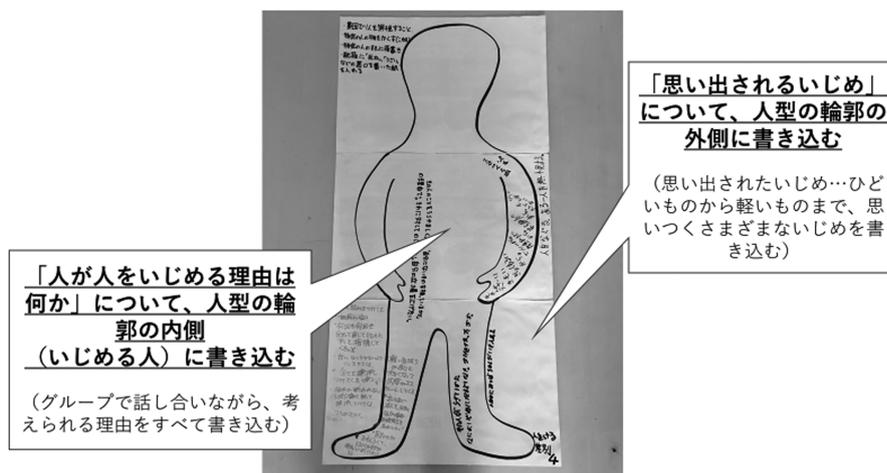


図1 ボディマッピング

起こってのか伝えることができ、社会のさまざまなレベルに根強く存在するいじめについて正しく理解することの必要性が強調されている⁴⁾。MindMattersの授業プログラムを参考にし、ボディマッピングを使った『いじめ予防のための精神保健授業』を中学生に向けておこなった。ボディマッピングは、いじめについて客観的に想起してもらうために、人型の輪郭の外側に「思いつくさまざまないじめ」を、内側には「人が人をいじめる理由」について書き込んでもらう(図1参照)。このボディマッピングの書き込みから、いじめについて中学生が何を考え、実際に何がおこなわれているのか、実態が把握できるのではないかと考えた。そこで、ボディマッピングの書き込みの内容を分析し、中学生がいじめをどのように捉えているのか、また、いじめはなぜ起こるのか明らかにしたい。一方で、書き込まれた内容から「シンキング・エラー」を抽出し、その対応方法についても考えたい。

3. 研究の方法

2013(平成25)年、(1)～(3)の要領で精神保健授業をおこなった。授業の中で使用したボディマッピングに書き込まれた内容を、各カテゴリに分類し分析した。

(1) 研究の対象者

A県の私立B中学校の1年生から3年生(全6クラス)を対象とした。1年生は52名、2年生は49名、3年生は52名で合計153名であった。

(2) 授業の時期・時間

2年生と3年生は2013年2月に、1年生は2013年3月にそれぞれ50分の授業を2コマおこなった。

(3) 授業の内容(表1参照)

授業は、あらかじめ5～6名のグループに分かれ、①ボディマッピング、②事例検討をおこなった。

①ボディマッピング

ボディマッピングとは、自分の頭の中に自分がどのように描かれているかという「自分の身体地図」である。本研究では、「いじめる人」の姿が書かれた大型の用紙を各グループに1枚配布し、グループ毎で意見を共有しながら書き込みをおこなう。

②事例検討

事例を音読し、「A君の問題を解決するための方法」についてグループで話しあう。

(4) 倫理的配慮

授業の実施にあたっては、研究対象となった中学校に対して、研究目的や内容、個人情報に関する配慮について書面および口頭にて説明をおこなった。授業後のアンケートに関しては、研究目的以外で使用しないことを説明し、記入内容による不利益は生じない旨を伝えている。

4. 結果

(1) 「思いつくさまざまないじめ」(ボディマッピングの外側;表2参照)

思いつくさまざまないじめは、①【直接的ないじめ(悪口、暴力など)】、②【心理的ないじめ(いやがらせなど)】、③【社会的ないじめ(無視、仲間はずれ)】のカテゴリに分類した⁶⁾。カテゴリ別では、【直接的ないじめ】が、全体の44%を占め、次に【心理的ないじめ】38%、【社会的ないじめ】18%であった。

具体的な内容別にみると、[悪口・陰口・嫌な事を言われる]が最も多く43件、[殴る、蹴る、物を投げられる]31件、[無視]26件、[物を盗られる]15件であった。

(2) 「人が人をいじめる理由」(ボディマッピングの内側;表3参照)

人が人をいじめる理由は、①【いじめられる側の自己責任】、②【いじめる側の性格】、③【いじ

表1 授業の内容と生徒の受け答え

授業の内容（ねらいと質問内容）	生徒の回答
授業前に班（5～6人）の体制になっておく	
いじめといやがらせ	
目的の説明：どんな行動がいじめなのか、いじめを防ぐにはどうしたら良いのか、などを一緒に考えたい	
<p>①導入：思い出す</p> <p>（質問）誰かにいじめられたり、からかわれたりしたことはありますか。どんなことをされて、どのように感じましたか？</p>	<p>楽な姿勢で、目を閉じてもらう。静かに思い出ししてもらい、質問はしない。</p>
<p>②グループワーク1：思い出されるいじめ</p> <p>○各グループにいじめる人の輪郭を描いた大型の用紙を1枚ずつ配布し、その輪郭の周囲に、思いつくさまざまないじめ行動を書き込む。</p> <p>（質問）いま、思い出したことやこれまでに見たいじめの中で、酷いいじめから軽いものまで、思いつくさまざまないじめ行動をグループで相談しながら書き込んでください。</p> <p>（指導事項） いじめの定義へ</p>	<p>（回答）思い出されるいじめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○給食にゴミを入れられた ○友人に無視された ○仲の良い人に省かれる ○陰口を言われた ○写真を塗りつぶされた ○気にしていることを言われた ○大声で悪口を言われた ○靴の中に画びょうを入れられた ○嫌なあだ名をつけられた
<p>（指導事項）一言でいじめと言うが、いろいろな種類がありますね。より弱い、あるいは無防備な人をおどしたり傷つけたりすることがいじめで、悪口を言う、仲間はずれにする、からかう、おどす、身体的・性的接触をする、叩く、蹴る、持ち物を傷つける、などがあります。では、テレビのバラエティー番組などで、いじられる人をよく観ます。いじめといじられるはどう違うのでしょうか。また、無視されることといじられることいじめられることのどれが一番辛いでしょうか。</p> <p>これは、被害に遭った人の感じ方次第だと思います。いくら軽いいじりのつもりでも、本人が傷ついているれば辛い体験に違いありません</p>	

④グループワーク3：事例検討

○事例と質問項目が書かれたワークシートを配布し、グループで話し合いながら、シートの問いに答えてもらう。

ワークシート；事例（音読してもらう）

ぼくとA君は友だちです。いつも仲良く遊んでいます。A君があるときからいじめられはじめました。はじめは言葉だけだったみたいですが、だんだんみていないところで暴力をふるわれているみたいです。いじめの子に注意をしたのですが、恐くて言い出せません。

休み時間、A君がいじめられっ子たちに取り囲まれています。周りの多くの人は、見ているだけです。ぼくもそのうちの一人です。A君は目に涙をいっぱいためています。

ぼくを見つめて助けてほしいと訴えているようでした。

でも、ぼくはいじめられるのが恐くて何もしませんでした。

ワークシート；質問

1. A君の問題を解決するための方法を考えましょう。

(指導事項)

いろいろな意見が出ました。関わらないことが一番の予防と考えている人も多いかと思います。でも、少しの勇気を持って行動できたら、A君は楽になっていたかも知れません。A君は、いつまでもSOSを出し続けるとは限りません。助けてもらえないとわかると、心に蓋をしてしまうかもしれません。そして、受けた傷は一生引きずる場合が多いのです。

⑤まとめ

ここまでの授業で伝えたかったことは、「軽いからかいいいじりのつもりでも、受けた側が辛い思いをしていたり、傷ついたりしていることもある」「いじめに遭遇した場合少しの勇気を持って行動することで、楽になる人もいる」という事を知ってもらいたいと思います。

(意見)

- 自分の出来る限りのことは頑張ってみようと思った
- 周りのことを考えて行動する
- なるべく話かけていじめを止めるようにする
- 助けてあげたい

表2 「思いつくさまざまないじめ」

カテゴリ	件数 (%)	具体的な内容
①直接的ないじめ	116件 (44%)	・悪口、陰口、嫌み、気にしていることを言われる ・殴られる ・蹴られる ・物を盗られる ・唾をかけられる ・靴に画びょうを入れられる ・閉じ込められる ・突き飛ばされる
②心理的ないじめ	98件 (38%)	・バカにされる ・差別される ・嫌なあだ名をつけられる ・バイキンと言われる ・エキスごっこ ・からかわれる ・パシリにされる ・給食にゴミを入れられる ・写真を塗りつぶされる
③社会的ないじめ	47件 (18%)	・無視される ・避けられる ・日に日に離れていく ・省かれる ・仲間外れにされる

表3 「人が人をいじめる理由」

カテゴリ	件数 (%)	具体的な内容
①いじめられる側の自己責任	69件 (27%)	・ウザイから ・うるさいから ・キモイから ・生意気だから ・邪魔だから ・周りとは何かが違うから ・変な言動 ・臭いから ・容姿が悪い
②いじめる側の性格	45件 (17%)	・その人が弱いから ・自己中心的 ・性格が悪い ・人の不幸が楽しい ・周りのことを何も考えていない ・優越感 ・障害があるから
③いじめる側の精神的なストレス	30件 (12%)	・ストレス発散 ・家庭内での不満 ・八つ当たり
④いじめる側の共感的認知の低さから	28件 (11%)	・嫌いだから ・意見が合わない ・性格が合わない ・むかつく ・気に入らない ・苦手だから
⑤いじめはおもしろいから	28件 (11%)	・反応がおもしろい ・冗談のつもり ・楽しいから ・周りを笑わせたいから ・おもしろいと錯覚している
⑥なんとなく	25件 (10%)	・暇つぶし ・みんなやってるから ・理由なく ・無意識 ・雰囲気 ・軽い気持ち ・ちょっとしたきっかけ
⑦羨ましいから	13件 (5%)	・嫉妬 ・妬み ・好きだから (裏返し)
⑧防衛として	9件 (4%)	・いじめないといじめられる ・自分が嫌われたくない

める側の精神的ストレス】、④【いじめる側の共感的認知の低さ】、⑤【いじめはおもしろいから】、⑥【なんとなく】、⑦【羨ましいから】、⑧【防衛として】のカテゴリに分類した⁷⁾。

カテゴリ別のいじめる理由では、【いじめられる側の自己責任】27%で最も多く、次いで【いじめる側の性格】17%であった。他のカテゴリはあまり差がみられなかった。

具体的な内容別にみると、[ウザイから]が最も多く16件、[ストレス発散]14件、[容姿が悪い・キモイから]14件であった。

4. 考察

(1) いじめの定義について

「思いつくさまざまないじめ」では、実にさまざまないじめがあげられた。結果で示されているとおり、中学生が思いつくいじめは、【直接的ないじめ】が約半数を占めていた。具体的な内容では、[悪口などを言われる]や[殴る・蹴るなど]が多く挙げられていたが、[無視]などの表面化しづらい内容も多くみられた。

ボディマッピングの外側に「思いつくさまざまないじめ」を書いてもらうということは、単にこれまでの経験をふりかえるだけでなく、グループ

表4-1 「いじめ授業の感想」から（自由記述・本文そのまま）

「いじめ」についての気づき
・友だちをいじりすぎるとキズつくということもはじめてしました
・いじめが人にとって思った以上につらい事だと思った
・自分はいじっているだけだと思っていても相手はいじめられていると感じることがわかった。グループでやったことによって自分だけでなくみんなの意見を聞くことができたのでよかった
・自分もいじめられたらいやだし、いじめるのもよくないことをあらためてわかった
・なかなか皆で今回みたいなことを話す機会はなかったけど、今回をきっかけに、皆にこのようなことをはなしやすくなったし、いいきっかけになったと思います
・テレビなどでも取り上げられているので、いじめはよくあると知っています。今日の話で自分以外の人の意見を聞くことができてよかったです
・“いじめっ子” “いじめられっ子” の立場に立って見たのも、とてもよい経験になったと思います。もしかしたら、自分の何気ない一言で相手を傷つけていたらと思うと少し怖いです

表4-2 「いじめ授業の感想」から（自由記述・本文そのまま）

授業をとおして感じたこと
・いつもだと言っちゃあいけないことなども、書いてよかった
・普段、自分が思っていることをいっぱい書いて少しスッキリした。人でとらえ方が違うんだと思った
・こういう話をするのはあまりないので、よかったです。友だちの意見も聞けてよかったです
・今まで、こんなに深く考えたことがなかった。自分を振り返ることができた
・いじめなど普段人と話し合う機会がない話題も話せてよかった
・相手によって言葉の受け止め方が違うことがわかった

で話し合うことによって、他の人の考えや立場の違う人の気持ちを知ることにつながる。これらのことをとおして、何がいじめなのか、いじめの定義を明確にしてもらいたいというねらいがある。

佐久間・朝倉は、相手を笑いものにすることや、遊びでプロレスの技をかけるなど、相互性がなければ、いじめである、としている⁷⁾。英国のシェルフフィールド大学プロジェクトの成果を踏まえて作成された教育省のパフレットによると、いじめは、①故意に人を傷つける行為である、②一定期間何度も繰り返される、③いじめられている者にとって自分自身を守ることは困難であるという3点が含まれている⁸⁾。

今回の授業の中では、いじめの定義について「被害に遭った人の感じ方次第で、いくら軽いいじりのつもりでも、本人が傷ついていればつらい体験に違いない」と説明した（表1参照）。

授業後のアンケートから、生徒の感想では（表4-1参照），“いじりすぎるとキズつく”や“いじめが思った以上につらいこと”などの気づきが得られ、授業の中で説明をした主旨は理解されていると感じた。

これまでいじめについての話題は、タブー視され、あまり向き合うことがなかったようである。今回のようにボディマッピングにグループで話し合いながら書き込むことについては、“言っちゃいけないことが書けた”“スッキリした”“友だちの意見が聞けた”“相手によって受け止め方が違うことがわかった”などの感想があり、いじめに

ついて真正面から考えること自体が新鮮な体験であったようである（表4-2参照）。

いじめの定義については、一方的に教える前に、まず、いじめについて正面から向き合い、生徒たち自身で「いじめとは何か」考えることが必要であると考えられる。実際に生徒たちは、いじめられる本人の辛さに気づくことができています。そこからさらに、「何がいじめなのか」しっかりと定義づけることが求められる。

(2) いじめ予防のために

表3「人が人をいじめる理由」のカテゴリ別では、【いじめられる側の自己責任】が最も多かった。つまり、いじめられる人は、[ウザイから]、[容姿が悪いから]、[キモイから]などの理由で、いじめられるという発想であり、明らかにシンキング・エラーである。表3では、シンキング・エラーと思われる事項について、網掛けを施している。いじめられる側の自己責任の他には、いじめる側に[障害があるから]といった不適切な書き込みが複数件あった。

今回の授業では、困った時や苦しい時に相談をすることの大切さや、A君の事例から、少しの勇気で友だちを救えることができることを伝えた。授業後の感想から、“友だちに相談しよう”“自分にできる限りのことをしよう”“周りのことを考えたい”など、いじめ予防のための素地がややできたのではいかと感じられた（表4-3参照）。

しかし、上述したシンキング・エラーからは、

表4-3 「いじめ授業の感想」から（自由記述・本文そのまま）

「いじめ」予防のためには
・なにかあれば一人でかかえこまずにみんなにそうだしなと思った
・友達もしいじめを受けていても助けたいけど前までの私だったら恐くて助けなかったと思います。でも今日の話聞いて自分の出来る限りのことはがんばってしようと思いました
・もしいじめられている人がいたら、なるべく話かけていじめをとめるようにする
・最近、はぶけにされていて、毎日、学校で友達とはなれたり、新しいグループに入れずに不安だったけど、今日の話聞いて、友達に相談しようと思いました
・周りの事を考えて行動したいです
・自分が嫌だと思っていることを班員に打ち明けて、解決策を練ることで重かったものが、少し楽になった

いじめる側の攻撃性やストレス反応、いじめられる側への共感的な認知や感情が低いことがうかがえる。つまり、【いじめられる側の自己責任】ということは、いじめ行為を正当化し、加害意識が薄いなど、いじめを容認する態度に結びついているのではないかと⁷⁾。さらに、いじめられる側に非があると主張し、周囲を納得させることで、いじめが助長されることも考えられる。

これらを踏まえて、いじめ予防プログラムについて再考してみる。

佐久間・朝倉は、いじめ予防プログラムは、いじめを容認しない態度を高めることや、自己管理スキルを向上させることが有益で、いじめを容認しない態度を培うためには、何がいじめなのか明確にする必要がある、としている。

和久田は、プログラムとは、目的達成の再現性（ここではいじめが起きにくい集団づくり、いじめへの正しい対応、いじめ被害の減少など）を確保するために必要なものをパッケージとしてまとめたもの、と記している⁸⁾。

松下は、問題解決力を身につけるということは、子どもたちの元気を回復し、エンパワメントすることである。つまり、人権侵害に気づき、人権侵害に立ち向かう、人とつながる力、人と協力する力、人に相談する力、こうした力が大切である⁹⁾と示している。

ドナ・クロスは、予防と介入が相互に補完しつつ統合され、全校的に取り組む包括的なプログラムがより効果的である。全校的アプローチは協働的かつ体系的なものであり、児童生徒、保護者、教職員に加え、より幅広いコミュニティを含む学校生態系のあらゆるレベルにおいて、いじめに対処することを目指している¹⁰⁾と記述している。

シンキング・エラーを正すためには、誰もがいじめの被害者・加害者になり得ることなど、いじめとは何か、共通の認識を持つことが重要であると考えられる。さらに、生徒だけでなく、保護者や教員が知識を共有することによって、生徒に対する理解が一層深まるばかりでなく、保護者と教員の意見が一致しやすくなり¹¹⁾、いじめが起こりに

くい環境へとつながるのではないかと。

つまり、いじめが起こりにくい環境を整えたいことで、いじめに対処する力を養う一次予防のためのいじめ予防プログラムを構築する必要がある。

文献

- 1) 文部科学省「いじめ防止対策推進法」：
(www.mext.go.jp/a-menu/shotou/seitoshidou/1337282.htm) Accessed;November 2.2017.
- 2) Education and Inspection Act 2006:
(www.legislation.gov.uk/ukpga/2006/40/pdfs/ukpga_20060040_en.pdf) Accessed;November 2.2017.
- 3) 平田 潔 (2014)「いじめ～イングランドのいじめ対策と日本への示唆～」『チャイルドヘルス』17,273-275.
- 4) 針間 博彦 (2009)「いじめといやがらせに取り組む」『こころの科学』
- 5) Mullet E., Evans S.W., Weist M.D. (2004) A Whole-School Approach to Mental Health Promotion -The Australian MindMatters Program-. Clauss-Ehlers C.S., Weist M.D. Community Planning to Foster Resilience in Children, Kluwer Academic/Plenum Publishers,297-309.
- 6) 全国都道府県教育長協議会総合部会「諸外国におけるいじめ問題への対応—市民性の育成を中心に—」(www.kyoi-ren.gr.jp/report/H26bukai/270126_sougoubukai_houkoku.pdf.) Accessed;November 2.2017.
- 7) 佐久間 浩美・朝倉 隆司 (2016)「いじめを容認する態度といじめに関わる役割行動に関する検討」『学校保健研究』58,131-144.
- 8) 和久田 学 (2017)「いじめ予防授業の具体的内容(その1) -考え方と行動の変化を促す」『こころの科学』195,86-91.
- 9) 松下 一世 (2017)『いじめ防止プログラム』明治図書.
- 10) Cross D . (2012) Using the Health Promoting School Model to Reduce Harm from School Bullying, J School Health, 54,288-293.
- 11) 足立 孝子 (2013)「PTAのメンタルヘルスリテラシー—現状調査と向上のための取り組み—」『精神保健福祉』44 (4) , 330-337.