

研究者より「組織がレジリエンス力を高めるために必要なこと」

田村 圭子（サブプロ（a）統括／新潟大学危機管理室教授）

サブプロ（a）統括の田村圭子氏からは、当日の趣旨説明とともに、「レジリエンスを実現するために個人や組織で何をしなければいけないのか」をテーマに発表がありました。

レジリエンスとは、もともと物理学や生物学における用語として使用されてきました。それが医療の分野で病原体に対する抵抗力を表す言葉として使用されるようになり、田村氏は「この「抵抗力」が転じてレジリエンスという言葉が防災や経済の分野で使われるようになった」と言葉の由来について解説しています。現在では国土強靱化の「強靱」という言葉に置き換えられ、政策にも汎用されています。

心理学分野でもレジリエンスという言葉は発展してきました。特に昨今、マートン・セリグマンが提唱し非常に注目されているポジティブサイコロジーでは、レジリエンスは adversity（苦難）を乗り越える力、不利な状況を乗り越える力と定義づけられています。adversity でイメージされるものは、幼少期の体験や日常のごたごた（不愉快な出来事）、人生の転機となる挫折、そして災害などです。つまりレジリエンスとは、新しい人生へのチャレンジということになります。それを高めるために基にするべきなのが次の ABC 思考法です。すなわち、adversity(苦難)を経験しても、belief（個々人が持っている思いや考え）によって consequences（結果）が変わってくるという考え方です。

次に、ABC 思考法を用いてレジリエンスを高めるための能力について解説がありました。苦難に直面した時、感情や衝撃を乗り越える自制心と、柔軟な思考力や対人力といった課題解決能力を個人や組織が有していれば、ポジティブな世界観を持つことができます。その世界観の中で自己効力感と現実的な楽天主義を持てば、危機に対して積極的に働きかけられ、レジリエンス力が高まると言われています。

そのために必要な 7 つの技術も提唱されています。ただ、それらは災害が発生した緊急時に全てを行うのは難しいかもしれません。そこで提唱されているのが下図です。苦難（災害）が発生したときに、時間がなければ自分がこれまで積み上げてきた 7 つの技術を活用しつつ、問題を速攻で解決することが重要です。もし時間があれば、B（自分の考え）を混ぜ込み、自分のレジリエンス力を高めることもできます。田村統括は「大阪の地震を見ても分かるように、災害はいつ発生するか分からない。いざ災害が発生したときにレジリエンス力を高めるために協働でどのように考え、振舞っていかなければならないかを考えていきたい」としています。

