

論文の内容の要旨

1 申請者

防衛大学校 寺田 孝史

2 論文題目

陸上自衛隊員の心理的レジリエンス —日常的な職業性ストレスへの適応を中心に—

3 論文の内容の要旨

米陸軍は、近年の戦争で帰還兵の PTSD や自殺の増加に直面し、次の派遣に備えて精神的な問題の発生を予防すべく大規模な対策を打ち出した。諸外国の陸軍同様、有事任務に際し、強い心的外傷経験の可能性がある陸上自衛隊員にとって、任務に対する心理的な備えは重要である。しかし、成人男性や一般職国家公務員より自殺率が高い状況が継続する陸上自衛隊の現状を鑑みると、将来の任務への心理的な備えの前に、日常的な職業性ストレスへの対応が喫緊の課題と言えよう。ストレスに対する適応を示す『レジリエンス』は、回復力などと訳されるが、その概念的定義や関連要因は多種多様である。このため、陸上自衛隊員のメンタルヘルス・自殺予防施策立案の上では、陸上自衛隊という文脈の中でレジリエンスを検討することが重要となる。そこで、本研究では、幅広いレジリエンス概念の中で、レジリエンス・トレーニング導入の際に参考となるよう、個人要因としてのレジリエンス（以下、「心理的レジリエンス」）に注目した。そして、「陸上自衛隊員にとって、日常的な職業性ストレス場面における有効な心理的レジリエンス要因は何か」を研究目的として、実証的検討を行った。この際、これまで日本のレジリエンス研究において取り組まれたケースの少ない研究上の課題（近接概念との弁別、予測可能性の検討等）に取り組んだ。

本論文は、全7章で構成される。

序章では、心理的レジリエンスについて先行研究や関連するレジリエンス施策の動向を概観した。そして、陸上自衛隊員の心理的レジリエンスを、その組織的背景から「困難な状況の中で落ち込んでも、仲間とともに対処し、適応していく能力」と定義するとともに、本研究の目的を明らかにした。

第1章では、陸上自衛隊員の心理的レジリエンスを測定するためにレジリエンス能力尺度日本語版(RCS-JS)を作成し、信頼性・妥当性を検討した。この尺度は、米陸軍のあるレジリエンス・トレーニングで向上が図られた6つの能力（つながり、楽観主義、変化への適応、自己への気づき、自己調整、強みの理解）の効果測定のため開発された尺度の日本語版である。

第2章では、近接概念との弁別についての検討を通して心理的レジリエンス要因がストレスに及ぼす影響を明らかにすることを試みた。本章では、近接概念の1つであるハーディネスと心理的レジリエンスがストレス・プロセスに対して及ぼす影響の違いについて共分散構造分析により検討した。その結果、ハーディネスは、ストレスの認知的評価に影響を及ぼし、ストレスをスト

レスと感じにくくする一方、心理的レジリエンスは、ストレスを感じた後のコーピングに影響を与えてストレス反応を低減することが、両者の違いとして実証的に明らかとなった。

第3章では、陸上自衛隊員の心理的レジリエンス要因のメンタルヘルスに対する予測可能性について、3回の縦断調査により検討した。その結果、重回帰分析によってRCS-JS得点の予測可能性が確認された。また、RCS-JS下位因子では、「自己調整」が予測可能因子となりうることが確認された。

第4章では、困難な状況からの回復過程に着目した。本章では、まず、縦断調査データから回復の早い隊員と時間のかかる隊員の心理的レジリエンスの違いについて検討した。次に、インタビュー調査により困難な状況から回復した隊員の事例を取り上げた。縦断調査からは、RCS-JS下位因子の「楽観主義」「変化への適応」「自己への気づき」といった自己認知に関わる因子が2群間で有意差があることが確認され、回復過程の違いとの関連が示唆された。一方、インタビュー調査からは、困難な状況に耐えるために周囲との「つながり」の重要性が示された。そして、取り上げた事例では、安心して相談できる相手との会話を契機に「自己への気づき」が生まれて回復につながっていた。また、この経験の中でこうした困難な状況に適応していくスキルを身につけ、自分は「変化への適応」ができるとの認識を持つに至る、心理的レジリエンス要因の発現・修得の様態が明らかになった。

第5章では、陸上自衛隊員に特徴的な心理的レジリエンス要因を明らかにするため、陸上自衛隊員と警察職員、消防職員、企業従業員の調査結果を比較検討した。その結果、RCS-JSは、陸上自衛隊員のみメンタルヘルスに影響を及ぼすことが示された。RCS-JS下位因子では、「自己調整」がすべての職業群に共通の因子として、「変化への適応」が陸上自衛隊員、警察職員、消防職員に共通の因子として、「つながり」が陸上自衛隊員独自の因子として、それぞれメンタルヘルスに影響を及ぼすことが示された。この結果から、職業全般に共通して有効なレジリエンス要因とそれぞれの組織によって有効なレジリエンス要因があり、介入の際には、その組織に適した要因を含めて検討する必要があることが示唆された。

終章では、ここまでの検討結果をまとめつつ、組織的背景をふまえた有効なレジリエンス施策導入に際して検討する方向性について、提言を行った。

4 キーワード（5個程度）

陸上自衛隊員 心理的レジリエンス 職業性ストレス メンタルヘルス