

RESILIENCE, HARDINESS, SENSE OF COHERENCE, AND POSTTRAUMATIC GROWTH:
ALL PATHS LEADING TO “LIGHT AT THE END OF THE TUNNEL”?

ASTIER M. ALMEDOM (Biology Departments, Tufts University, Boston, Massachusetts, USA)

Journal of Loss and Trauma, 10:253–265, 2005

- ・ 危機的状況下における心理社会的変容の観察可能な現象(Observable phenomena)は、国際的な人道主義と実践への関連性ととも、社会科学、生物医学研究において新たな道筋が示されている。
- ・ ポジティブな影響とネガティブな影響、「回復」、および「慢性のトラウマ」はそれぞれ本質的に同じコインの両側である。
- ・ 逆境にさらされた際にコインのどちらの側に直面するかを決定するのはそれは、個人あるいは社会環境の中の何であるのだろうか？
- ・ 心理学者、精神医、および行動科学者、社会科学者は、この問題について何を提言していく必要があるのだろうか？
- ・ 本研究は、文献レビューをすることで、社会心理学における「resilience」と「hardiness」と医療社会学における「SOC」概念の起源を検討することを目的とした。
- ・ 学問領域および分野の境界を越えた理論、根拠、示唆のオーバーラップが、危機的経験のポジティブな部分や結果の研究のための利用可能な方法を識別するために検討されてきた。
- ・ 学際的な実証的研究の必要性を、心理学的なトラウマと病理のこれまでの偏った観念のバランスをとる視点で議論していく。

Disaster-Induced “Psychosocial Transition”: A New Model

- ・ 戦争や強制退去などの危機の後では集団的トラウマは必ずしも生じないかもしれないといわれている。
- ・ むしろ、多くの異なる道筋が、危機的状況からポジティブあるいはネガティブな影響への「心理社会的変遷」のコースとして存在しうる
- ・ これは「無傷であり続ける」可能性がまた存在していると認めているうえで言うことである。
- ・ 個人やグループに影響しうるソーシャルサポートのタイプ、タイミング、レベルがその結果を決定する可能性がある (Almedom, 2004)。
- ・ リサーチエビデンス(質的、量的の両方)で、抑うつを含んだメンタルヘルスの challenge が、戦争の危険は、強制退去が複合される時に、これまでに言われているほど victimsurvivors の間に広範囲に及んでいないかもしれないことを示唆する。
- ・ しかし、危機経験に続いている resilience と回復・成長の研究や、危機経験に続く transformation に関する研究は極めてまれである。
- ・ 本稿は、既に知られているものと「トンネルの終わりの光」への異なるパスに関する、いまだ知られていない点について要約することを試みていく。
- ・ fortitude=strength(Strumpfer 1995)、hardiness(Kobasa 1979)、posttrauma growth (Tedeschi & Calhoun, 1995), recovery (Harvey, 1996), resilience (Rutter, 1985), self-efficacy (Bandura, 1977), SOC (Antonovsky, 1979, 1987)などの多くの相互関係がみられる概念は、社会心理学、医療社会学における文脈に登場している。

- これらの概念は過去 3, 40 年の間に展開されてきた有名な理論を象徴するもので、有害事象や経験の負の効果から victimsurvivors を保護する、個人あるいは集団の属性に関する先進的な取り組みである。
- これらのうちもっとも影響力の大きい概念とは、いまだ続く研究の増加状況からみてその広範な適用や使用、文化間そして国際的レベルでの適用を含んでいる点で、ほぼ間違いなく、SOC 概念であろう。
- Table1 には、これらの概念と提案者、概念のアウトライン、学問的起源、methods=tools、および関連論文を示した。

Sense of Coherence: An Inclusive Concept

- この分野における著者の中では Aaron Antonovsky (1923–1994)が突出している。彼は医療社会学者であるが、pathogenesis(病因論)の補完の必要性から、salutogenesis(健康因論)理論を提示した(Antonovsky, 1987)。
- 主にホロコーストの生存者に関する論文で、Antonovsky は少なくとも 2 つの他の先行概念である、hardiness、自己効力を考慮した上で、SOC 概念を開発した。
- 彼は、health=absence という病気に対する支配的な観点は不十分であること(Antonovsky et al. 1971; Antonovsky 1972,1979)を証明するために、臨床心理学、social=community 心理学、および臨床医学の開業医とともに、学際的なアプローチをし、観察や構造化インタビューを含んだ基礎研究に取り組んだ
- Antonovsky は健康を、ダイナミックな安定状態とし、ease-dis-ease 連続線上をスライドし、移動する点であるとした。
- 彼は、人類学的トレーニングにより強力な武装をすることで、定量的で、定性的なデータ分析を展開し、salutogenesis 理論から、SOC スケールを作成した。(Antonovsky1987)
- Antonovskyは、個人は、ストレスを管理し、日々の周囲の環境からの影響や不当な要求といった病原的な影響を乗り越えるために、自分達の持つ「汎抵抗資源」を動員(mobilize)することを提示した。
- これらの資源は、個人のアイデンティティ(自我)感覚、知能・知識、社会的紐帯、コントロール感覚、物質的財産、文化的安定性、安定した価値観や信念、遺伝的要因、そしてSOCとしている。
- 彼は、「SOCとは、その人にしみわたった、ダイナミックではあるが持続する確信の感覚によって表現される世界規模の志向性のことである。それは第1に、自分の内外で生じる環境刺激は、秩序付けられた、予測と説明が可能なものであるという確信、第2に、その刺激がもたらす要求に対応するための資源はいつでも得られると言う確信、第3に、そうした要求は挑戦であり、心身を投入し、かかわるに値するという確信から成る(1987, p. 19)」と定義している。
- SOC スケールは 3 つの構成要素と、そこに対応するサブスケールを有している。
- 把握可能感とは、個人がその逆境を理解できる程度であり、処理可能感とは、個人が、不当な要求といった難題を対処するために、資源を意のままに使えるといった程度、有意味感とは個人が直面している困難を対処する価値のあるものとみなせる程度のことである。
- Antonovsky は、インタビュー調査結果から、3 つの構成要素の安定パターンと不安定パターンを見つけ出した。(健康の謎を解くを参照)
- 他方で、Alfred Bandura (1977) と Suzanne Kobasa (1979)は、ストレス緩和に寄与すると

考えられるポジティブなパーソナリティー特性の検討により、認知心理学と社会心理学の領域を広げていた。

- 似たようなところでMichael Rutter (1985)は、ポジティブ特性としての幼年期のレジリアンスに焦点を当てていた。
- Rutterの見解では、「レジリアンスの促進とは、ストレスの回避の問題とすることではなくてむしろ一度にストレスに遭遇した際の問題であって、統御(mastery)と適切な責任を通じての増加する自己への信頼と社会的能力(social competence)を念頭に入れた方法に依拠する」としている(p608)。
- Pathogenesisに賛同するRutterは、Antonovskyのsalutogenesisにきわめて類似した考えを持っており、「resilience」と「SOC」を事実上同義にしている。
- Resilience研究は幼年期と家族歴、環境、ソーシャルキャピタルを成人期の生活の「成功」の予測因子として焦点を当てて継続している(Runyan et al., 1998; Masten & Coatsworth, 1998)
- しかしながら、子供の経験への人類学的な視点が幼年期と線背負うに関する、(pathogenic) “universalist (万人救済論)” と “apocalypse(黙示)”各々の modelsに対して警告をしている間に、Rutterらの研究では、精神病因論を基礎としたものを著した (Rutter et al., 2003)
- 他に、ナラティブアプローチを含んだリスクとレジリアンスの結合したモデルは、子供のSOC、セルフエフィカシー、レジリエンスを作る方法として主張されている(Levy & Wall, 2000)。特に後者は米国の難民の子供に適用されている(Apfel & Simon, 1996)。
-

Modeling Interdisciplinarity

- Antonovskyの仕事は、Pathogenicな生物医学的ラインによる未回答のまま残された疑問に対して、学問内と外の対話において彼の能動的で、継続的な努力から大きなベネフィットを得るに至った。
- salutogenesis理論に関する主張では、Antonovskyは、論理的主張、調査・分析の厳密性を共有することに焦点をあてており、競合し、並行するパラダイムの提案者を除外することを避けている。そして、複数のソースからなる実証的根拠に言及している。(Antonovsky, 1984, 1993a, 1993b).
- 建設的な学際的な対話に従事し、卓越した学者同士がやり取りをしている一方で、他の面々はせいぜい自己の周囲での会話にとどまり、最悪、アイデアや考察の交換には鈍感で、きわめて狭い分野・領域の維持に走っていた。
- Kobasa (Antonovskyの著作を引用している) は、高い地位にあり、高いストレスである管理職に関する研究で、疾患に負ける人と、そうでない人がいて、「hardy」パーソナリティーが「重役ストレス」からのベネフィットを得ないにしても、抵抗をする可能性がある」と結論付けた。
-
- Kobasaによるイスラエル退役軍人のハーディネスの構成概念の適用について、Waysman et al. (2001)は、「自己の運命に自身が責任をもつとする見方をする人々(コントロール)、有意義な目標や活動への参加をする人々(コミットメント)、彼らのストレスを克服でき

るとみなす人々が、より長い目で見て自己の人生の中にトラウマを組み込み、より調和の取れた申し分ないレベルの生活を楽しんでいる」と述べている。

- これはSOC、LOC=SE、レジリアンスと共鳴する考え方である。
- 同じ文脈で南アフリカの Strümpfer(1995)の著作では「fortigenesis(strength)」の理論が導入された。
- これは、Antonovsky の SOC 概念を基礎としており、多少もったいぶって「SOC は実際には健康であると言うよりも力 (strenrth) である」と主張した。
- もっとも、明確に彼に所有権がある話ではあるが、Strümpfer の著作は Antonovsky のものと異なっておらず、Antonovsky の独創的な著作の国際的な吸収に関する多くの例のうちの一つと言えるであろう。
- 他方で、ある著作では、個人的な成長や変容と言う面におけるトラウマのポジティブな効果と言う点に焦点を当てたものがある。
- Tedeschi と Calhoun の理論は米国の大学生の個人の「ポストトラウマ」経験に基づいた実証研究に基づいている。(Tedeschi & Calhoun, 1995, 1996)
- この学者達は、レジリアンス、セルフエフィカシー、ハーディネス、SOC、例えば「イノキュレーション(感化)」のようなストレスのポジティブな側面などの、多くの研究の広い文脈において自分達の構成概念を位置づけた。
- 興味深いことに、Tedeschi と Calhoun の posttrauma growth inventory は最近、サラエボ紛争の生存者に実施され、Antonovsky の主張と同様の結果が見られている(Powell et al., 2003)
- また、病原論的な研究パラダイムの中から、Mary Harvey (1996)はトラウマからの回復にかんしてのエコロジカルな理解を促している。
- Harveyによると、生態系を研究している生物学者と類似した方法で、コミュニティ心理学者はコミュニティの研究をしている、とのことである
- 「生態学的な類似は資源と資源の交換特性でコミュニティを説明する。人種差別、男性至上主義、貧困は環境汚染としてみなしうるのである。すなわち、暴力を醸成し、人間コミュニティのヘルスプロモーション資源を圧倒する恐れがある生態的異常である。(1996p5)
- Harveyの「回復」の観念は医学におけるそれと言うよりも、社会的プロセスとしての回復の理解との有益な並置であろう
- 以上をまとめると、病因論的世界観に賛同する人々は、危機のネガティブな側面を研究トピックとして扱えとみなし、ポジティブな側面を規範からの「逸脱」としてみなしていたが、多くの重要な研究者が後者に注目した。
- 特に、Antonovskyのsalutogenesis理論は、病因論はコインの片側であり、学際的研究のための肥沃な土地を広げ、心理学と医学=精神科医学との間の接触面において成功を見せた
- 皮肉にもAntonovsky自身の登場で、彼自身の専門(社会学)はAntonovskyの説得力ある理論や研究にはかなりの抵抗を示していたし、人類学においては彼の考えを取り上げようとしなかった
- 本稿は、学際的なパースペクティブから比較レビューをし、健康生成論と SOC 概念に初め

て言及したものである

- ・ 明確に Antonovsky の著作は我々の「健康の謎」に関する理解に深い影響を持っていた。
- ・ 彼のヨーロッパにおけるメンタルヘルスの挑戦に関する議論において、Rutz (2001)は「医学のメインストリームとしての促進と予防の間、ポジティブとネガティブのメンタルヘルスの間、健康生成論的な資源の考え方と病因論的な疾患の考え方の間の、非生産的な分割が、しばしば、領域の独占や資源への争いという点で、純粹に社会学的、あるいは、純粹に医学的モデルの擁護者によって引き起こされている」と強調する
- ・ 「我々は、健康を推進する要因が、病気を予防している要因であることを認識することで促進と、予防と、治療と、リハビリテーション活動の間の連続性を考慮することでこの分割に打ち勝っていかねばならない」(p18)
- ・ 同様に臨床家と研究者がレジリエンスに関して広い理解をもつ必要性が強調されている(Miller, 2003)
- ・ これがさらに、心理社会的介入を考慮する人道主義者のポリシーと実践に大きく関連する

- ・ PTSD に関する歴史文化結合的な概念の批判的な評価は、学際的な考察から生じており、観察された現実を理解するための厳密な生物心理社会的な訓練を超えたものであると示された(Summerfield, 2002; Lykes, 2002). ??
- ・ 社会精神医学者の Derek Summerfield と社会心理学者の Brinton Lykes は、人類学的な分析の価値を認めていて、その後には彼らは精神医学と心理学の裾野を広げる新たな道具を採用した。これは、メンタルヘルスの社会的文化的な決定要因に関するより良い知識とより深い理解に寄与するものである。

The Way Forward

- ・ 精神病理学者は必ずしも危機やトラウマのネガティブな影響を否定する必要はない。(Almedom, 2004; Carballo et al., 2004; Lewando Hundt et al., 2004)
- ・ むしろ重要なのは多くの代替経路やシナリオが災害の被害者生存者の間で観察されているという点と認めることにある
- ・ 「トラウマの外のドラマ」で、しかし、(生物医学的には)「正当化される」ことを作ることへの過度のバイアスを警戒するために、誤った仮説を捨て、コインの反対側を考慮することが人道主義的介入において必要であろう。(de Vries, 1998)

- ・ 自分自身の学問領域を超えて研究に従事し、戦争や災害のトラウマによる人間の心理に関する学術的な調査に従事することを可能にするための新しい技術を習得することは人類学者、心理学者、及び他分野の学者においても義務である。

- ・ レジリエンス、回復の理解、posttraumatic growth と transformation は、災害に打ちひしがれた個人やコミュニティのためのトンネルの終わりのライトを覆い隠すと言うより照明を当てることに役立つものであろう。
- ・ 効果的な国際的人道援助は間違いなく適切な学際研究からのインプットを反映するであろう。