

# 重層的な概念としてのレジリエンス

国立研究開発法人  
防災科学技術研究所  
林 春男

## Resilience at multiple levels



レジリエンスは  
いろいろなレベルで  
成立する概念  
である

国際赤十字連盟



**コミュニティ**  
Community



**個人**  
Individual



**家庭**  
Household



**団体**  
Organizations



**地域**  
Regional



**基礎自治体**  
Local Governrt



**国**  
National Governt



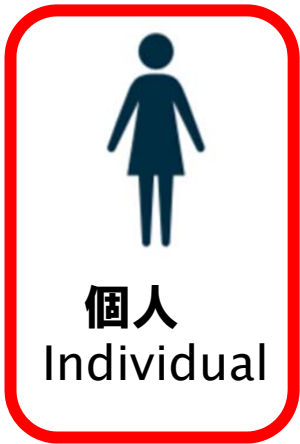
**世界**  
Global

# 社会の不可逆的な変化によるコミュニティの変容

人	1	10	10 <sup>2</sup>	10 <sup>3</sup>	10 <sup>4</sup>	10 <sup>5</sup>	10 <sup>6</sup>	10 <sup>7</sup>	10 <sup>8</sup>	10 <sup>9</sup>	行動原理
自助	家族										Reciprocity 互酬
互助		親戚・村									
共助			ボランティア・NPO・CSR インターネット通販								Collaboration 協働
公助				行政							Fairness 公平公正
国際協力			海外支援								Humanitarian Action 人道支援
企業		営利活動									Efficiency 効率



コミュニティ  
Community



個人  
Individual



家庭  
Household



団体  
Organizations



基礎自治体  
Local Governrnt



国  
National Governt



地域  
Regional



世界  
Global

# レジリエンス

- Martin Seligman: Positive psychology
- **苦難 (Adversity)を乗り越える力**
- **Resilienceを発揮する4種類の場面**
  - 幼少期の体験
  - 日々のごたごた
  - 人生の転機となる挫折
  - 新たなチャレンジ
- Adversity → Belief → Consequences
  - Beliefが**決める**、Beliefを**変える**

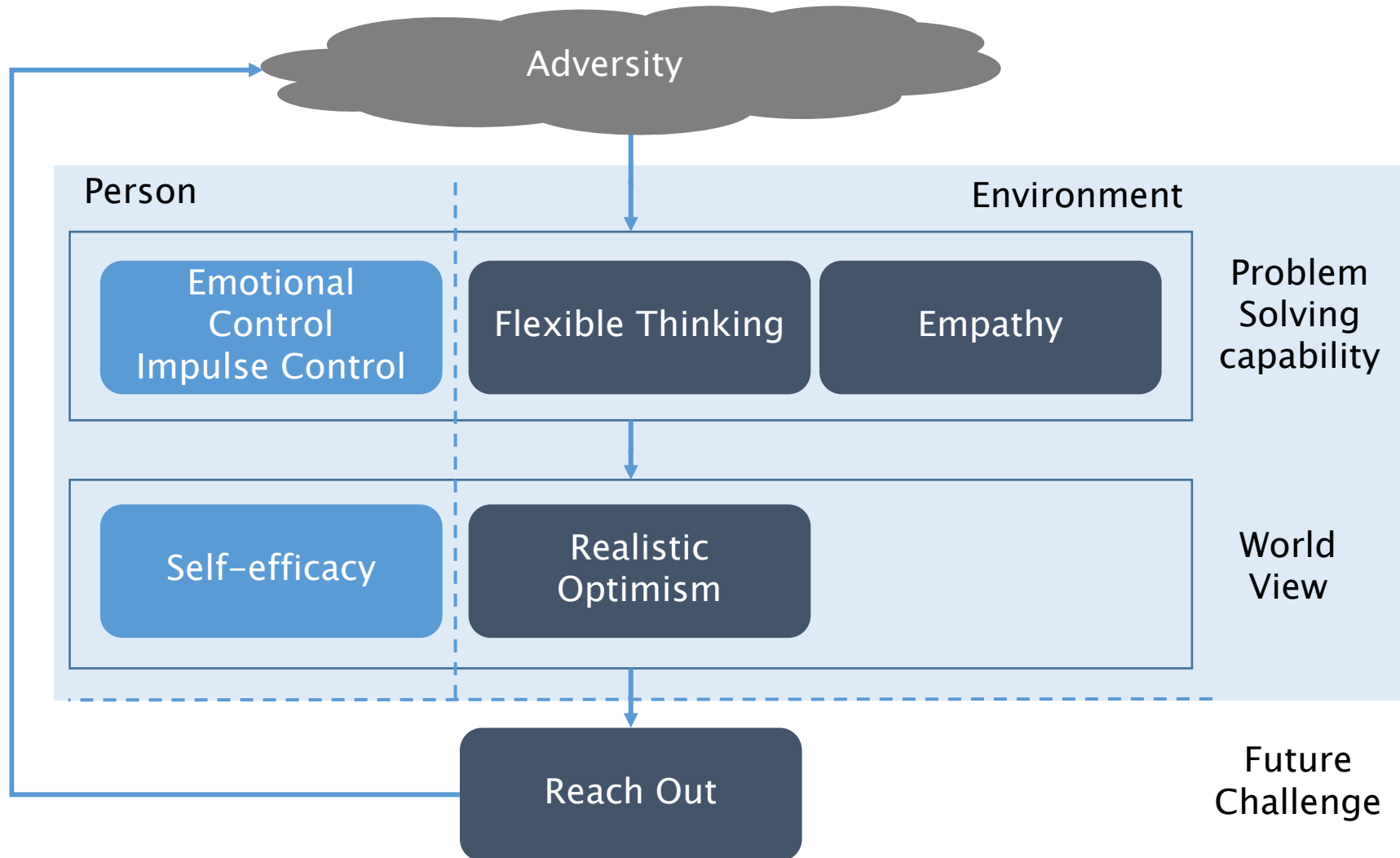
# ABC分析： 苦境をどう解釈するかがその後を決める



Adversity
幼少期の体験
日々のごたごた
人生の転機となる挫折
災害

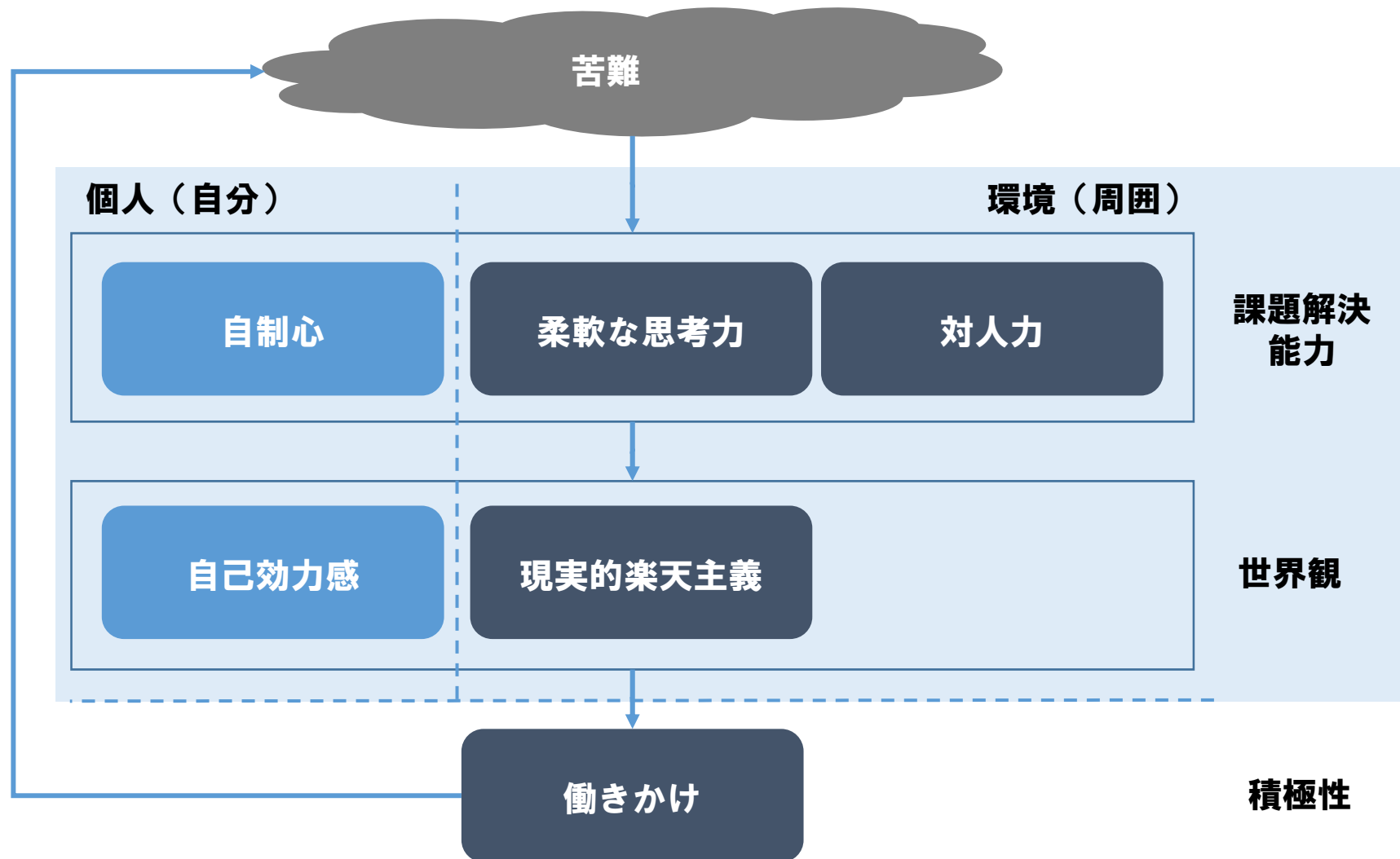
Belief	Consequences
自分の権利が侵された	怒り
大切なものを失った	悲しみ、抑うつ
他人の権利を侵した	罪悪感
将来の脅威	不安、恐怖
他者への引け目	恥

# Resilienceを構成する7つの能力

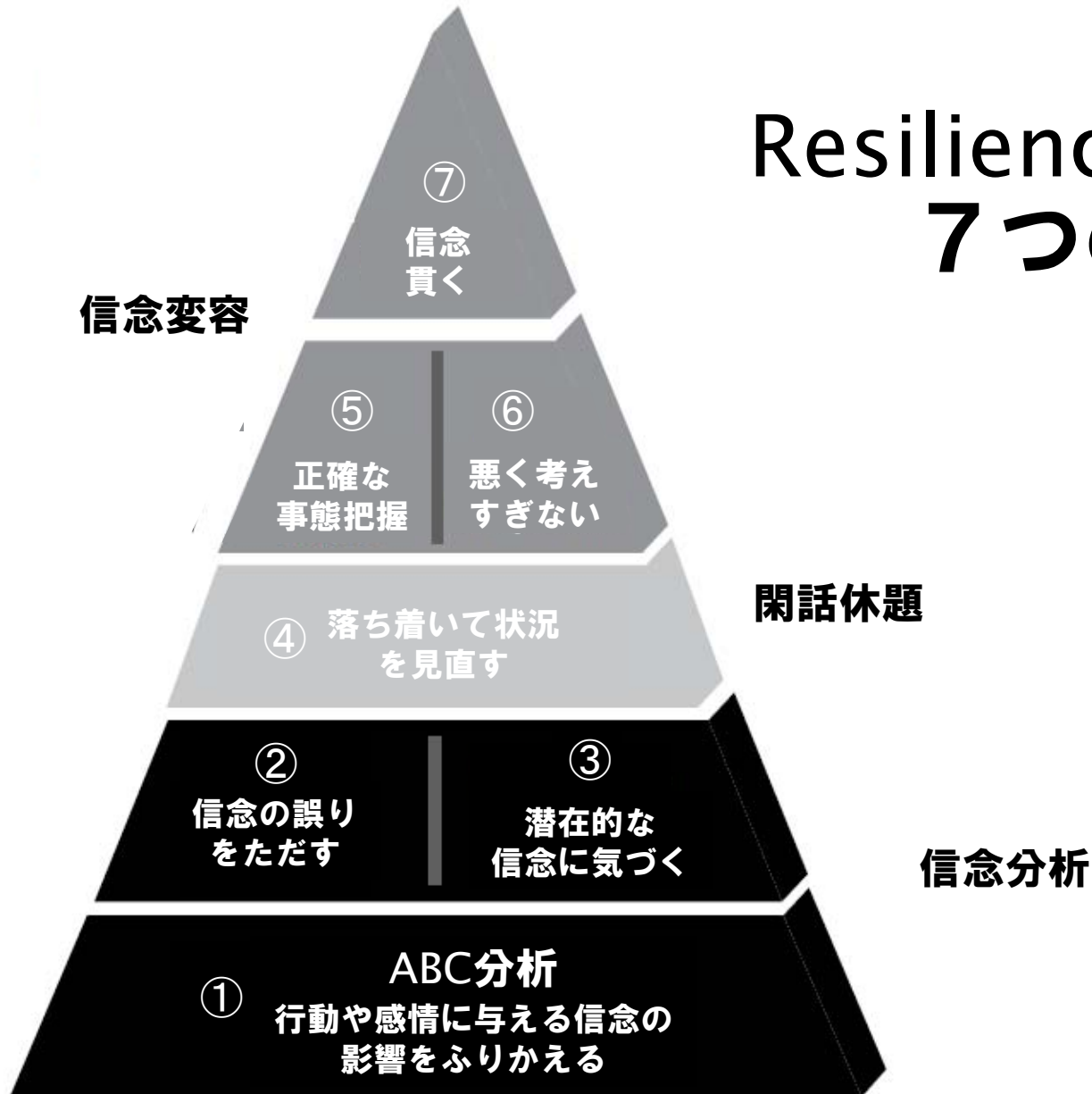




# Resilience を構成する能力



# Resilienceを高める 7つの技術



# 7つの技術を どう使うか

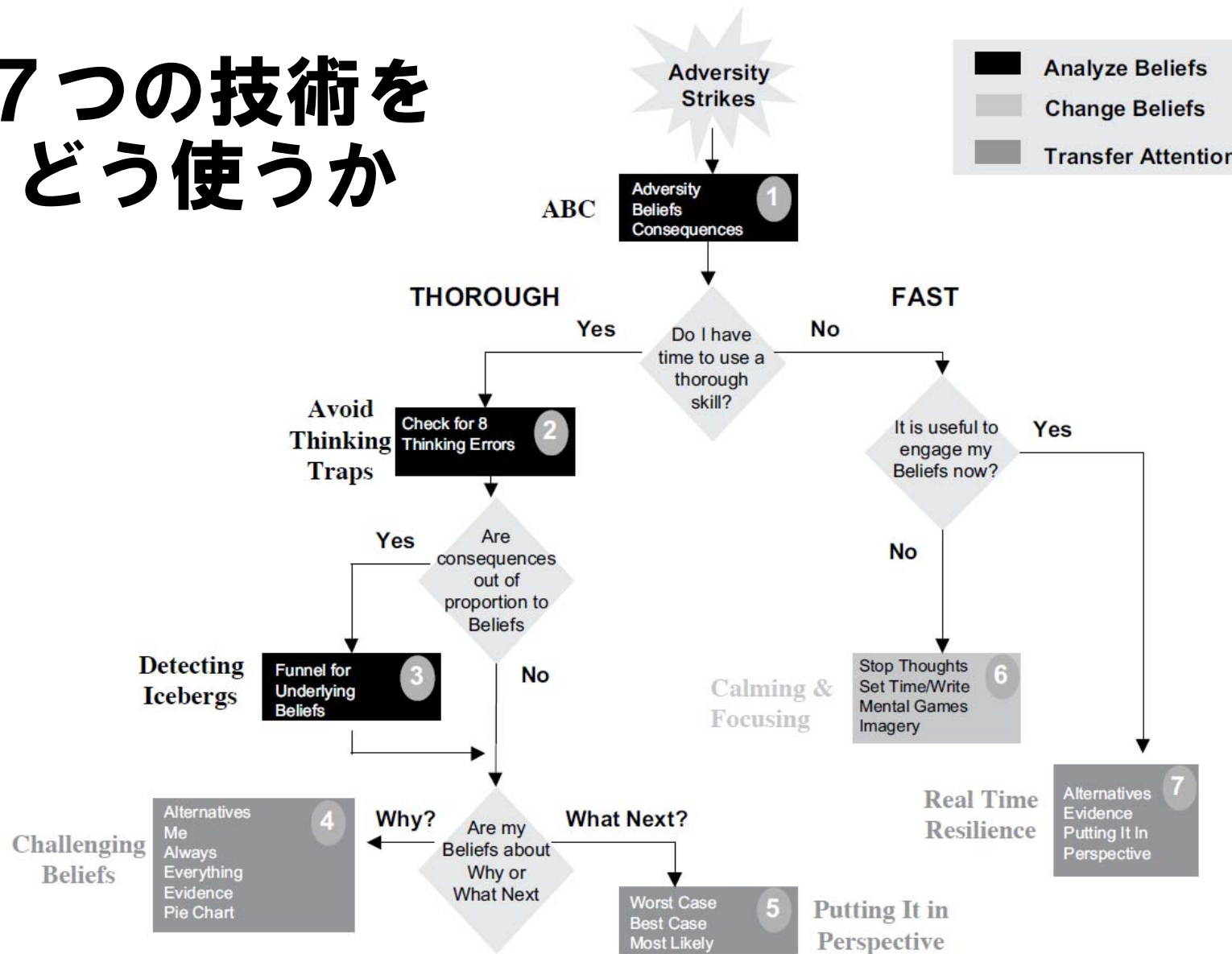
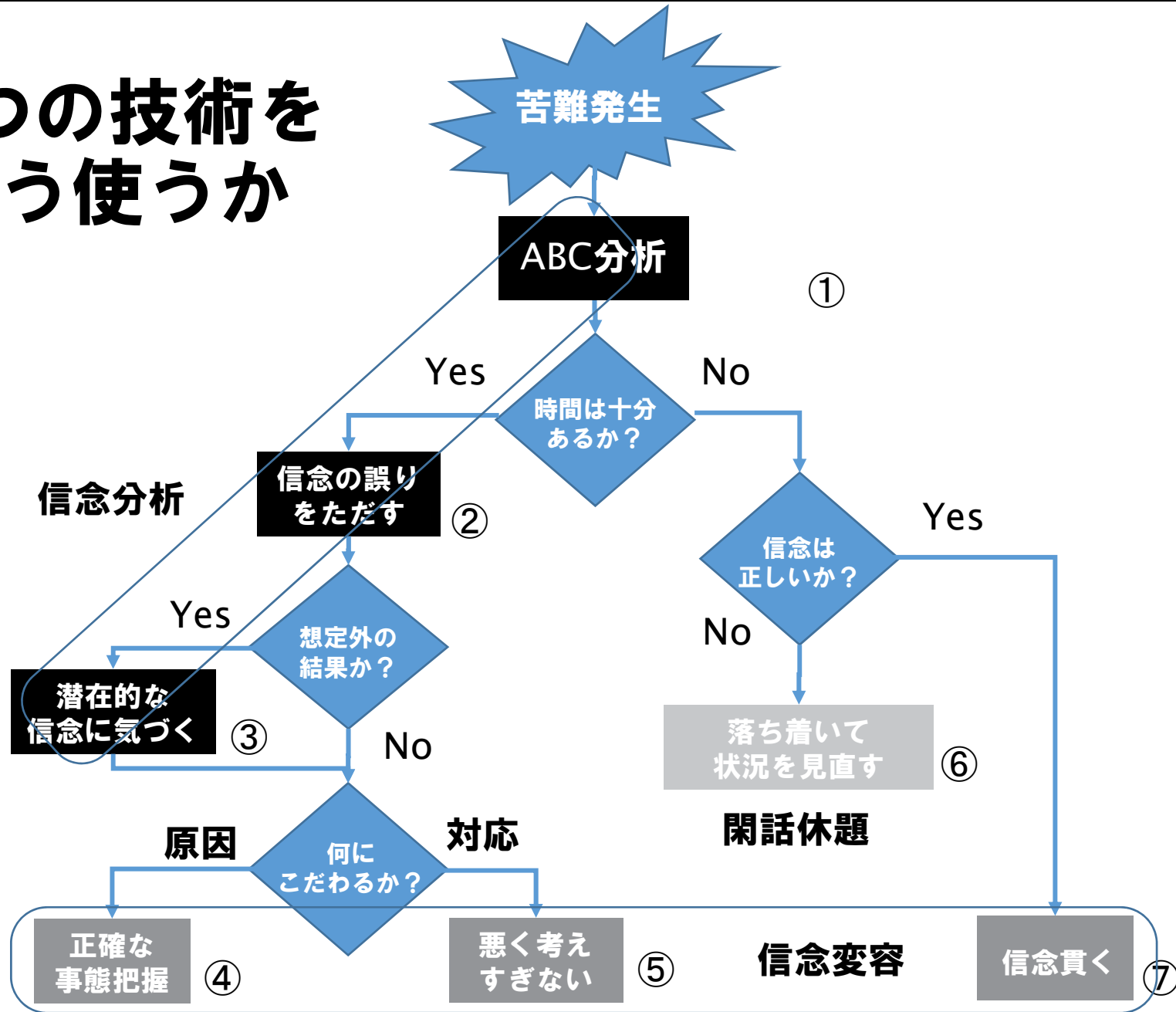


Figure 2: A diagrammatic overview of Adaptive Training - How to apply the right skills at the right time.

# 7つの技術を どう使うか



# 個人にとっての災害レジリエンス

- 個人にとって災害は数多くあるadversityの一種である。
- 個人はadversityを乗り越える力を伸ばすことができる。
- adversityを乗り越えるには、7つの能力と、7つの技術を鍛えることが必要である。
- 災害が生み出すadversityに対して、どのように対処すべきかを整理することが必要となる

# Community Resilience Characteristics



## A resilient community...



# コミュニティレジリエンスの特徴

	Victoria	IFRC	神戸
防災	Reflective and aware;		そなえ
個人	Safe and well;	... is knowledgeable, healthy and can meet its basic needs	こころとからだ
	Connected, inclusive and empowered;	... is connected	人と人のつながり
世帯・組織	Dynamic and diverse local economy; and	... has economic opportunities	しごと・すまい
	Democratic and engaged.	... is socially cohesive	
地域	Sustainable built and natural environment;	... has well-maintained and accessible infrastructures and services	まち
	Culturally rich and vibrant;	... can manage its natural assets	行政とのかかわり