

博士論文 要旨					
					大学院教育学研究科
専攻	教育学専攻	学籍 番号	20172004	氏名	藤井 淳子
論文題目 —副題—	「航空自衛隊レジリエンス・トレーニング」に関する研究 ——新しい「包括的アサーション・トレーニング」の開発と効果の検証——				
<p>本論文では、現行の「航空自衛隊レジリエンス・トレーニング (Resilience Training : 以下, RT とする)」を多面的に検討し、隊員が経験するストレスの中でも、特に隊内生活を越えた社会的対人上のストレスに対処するための、新しい「包括的アサーション・トレーニング (Assertion Training : 以下, AT とする)」を開発し、有効性の検証を行った。新しい「包括的 AT」は、最終的に、根拠に基づく隊員のメンタルヘルスの維持向上を目指していた。論文では、まず、各国の軍隊や自衛隊が行ってきた RT を、想定されるストレス・レベルや予防段階の観点から整理し、次に自衛隊の特殊レジリエンシーに寄与する要因を理論的および実証的に明らかにした。さらに現行の「航空自衛隊 RT」の効果の実証的検討を初めて行った。これらの結果に基づき、RT を構成するモジュールのうち、「社会的レジリエンス」、特にその中核を成す AT に焦点を絞り、全面的な改訂を行った。新たに開発された「包括的 AT」では、アサーションの個人的傾向を測定する「包括的アサーティブネス尺度」を作成し、トレーニングの効果検証を行った。以上の分析結果に基づいて、航空自衛隊の「包括的 AT」の有効性と意義について総合的な考察を行い、「包括的 AT」が航空自衛隊だけでなく、自衛隊外の家庭生活や社会生活においても効果が波及することを確認した。すなわち、自衛隊内での RT は、社会的汎用性をも持ちうると思えられた。</p> <p>第 I 部では、RT の理論的検討を行い、「航空自衛隊 RT」について、本論文における全体的課題を設定した。</p> <p>第 I 部第 1 章では、レジリエンス概念を理解する上で不可欠である「ストレス」、「トラウマ」、「レジリエンス」概念の整理を行い、個人の「レジリエンス」という過程には、信頼できる他者の存在つまり「社会的対人要因」が重要であることを確認した。また、組織の RT を考える際は、組織特有のメンタルヘルスの「阻害要因」「緩衝・促進要因」を踏まえた「特殊レジリエンシー」を考慮する必要があると考えられた。軍事的組織におけるメンタルヘルスの「緩衝・促進要因」としては、多くの先行研究で「部隊凝集性」が挙げられている (例えば Brailey et al., 2007; Du Preez et al., 2012)。しかし、「部隊凝集性」は常にポジティブな結果につながるとは限らず、いくつかのネガティブな結果を生むという報告もあることから、組織の凝集性とポジティブな結果を媒介する要因を確認する必要があると考えられた。</p> <p>第 I 部第 2 章では、米軍を中心とする軍事的組織でのストレスの特徴と、自衛隊で想定されるストレスの特徴、さらにその影響について概観を行った。兵士の PTSD の要因には、伝統的な戦闘ストレスよりも、不快な生活環境、日常ストレスへの曝露の累積的影響の方が大きいことが、ベトナム帰還兵を対象にしたいくつかの回想的研究で確認されている (King, King, Gudanowski, & Vreven, 1995 ; Young, Korinek, Simmer, & Toah, 2021)。King et al. (1995) の研究は、兵士の PTSD の生起要因として戦闘ストレスの脅威よりもネガティブな戦場の生活環境の方が約 1.5 倍近い重みがあることを明らかにしており、PTSD の要因として戦闘ストレスに劣らず、戦場での日常的な環境要因のストレスの累積も検討されるべきことを示していた。</p> <p>自衛隊で想定されるストレスについては、このような軍事的組織のストレスに加えて、国内活動でのストレスも考慮しなければならないという複雑さがある。自衛隊では、社会や国民との信頼関係を構築することにつながる災害派遣活動にもウェイトが置かれてきた。しかし近年、国際情勢の変化に伴って、平和維持活動のような、「危険を伴う任務の増加という大きな変化が見られた」(藤原, 2011, pp.476)。このように、自衛隊は常に国際的な社会情勢と国民の期待の両方によって役割やあり方が変化し得るという特徴を有している。</p>					

第I部第3章では、主に米軍と自衛隊のストレス対策を概観し、戦闘関連 PTSD を中心的なターゲットとした RT の予防的効果という視点から文献的研究を行った。PTSD の予防では、研究の歴史上、ベトナム帰還兵を対象とした治療という視点が取られていたため、特に戦闘ストレスの二次・三次予防方策に中心が置かれ、エビデンスを基に、より効果的な対応が発展していた。一方、一次予防としての RT の効果は、効果量がほとんどないものから大きなものまで幅があるため、不確定で多義的であると結論づけられる (Thompson & Dobbins, 2018)。

したがって、軍にとって必要な RT は、戦闘ストレスをターゲットにした予防策だけでなく、累積による影響が大きい低強度ストレスを緩衝すると考えられる「社会的対人要因」を促進するものであると言える。

一方、自衛隊のストレス対策の歴史は新しく、2000年に「自衛隊員のメンタルヘルスに関する提言」(防衛庁人事教育部, 2000)が出され、様々な対策が整えられてきた。しかし、それらの施策の効果に関する実証的研究はほとんど行われておらず、それぞれの介入効果を検討する必要があると考えられた。

第I部第4章では、米軍や各国軍隊における RT について概観を行った。米軍では陸軍、空軍、海軍・海兵隊それぞれが組織特性に応じたレジリエンスの定義とトレーニング方策を取っている。それらの RT は、兵士の PTSD の一次予防という目的のみならず、退役後の Well-being や、家族、社会、友好国との関係性を視野に入れた、より広いレベルで構想されている。つまり、RT は組織内に限定されない、広く関係性構築に寄与する汎用的なトレーニングとしても期待されている。

米軍以外の、各国の軍事組織においては、たとえば英国、カナダの他、中国、ロシア、イランなどでも RT あるいはそれに類したトレーニングが導入されていた。

航空自衛隊においては、平成 28 (2016) 年度以降、米空軍を参考にして、「航空自衛隊 RT」が導入されたが、その目的は PTSD 予防よりは、「団結力・チームワーク強化」にあった。

そこで「航空自衛隊 RT」が想定すべきトレーニングのターゲットを分析した結果、組織や隊員が対応しなければならないストレスの中心は、低強度ストレスの累積と、隊内生活を越えた家庭生活や社会との関係性までも考慮した対人的なストレスであると考えられた。すなわち、「航空自衛隊 RT」は、自衛隊の組織内外の「社会関係資本」の強化に寄与することも考えなければいけないと言える。

第I部第5章では、以上のような検討を踏まえ、航空自衛隊の「レジリエンス」を「多様なストレスに直面し、その影響を受けても、他者との関係性の中で精神的に回復するプロセス」と定義した。この考え方に基いて、本研究では「航空自衛隊 RT」のトレーニング・モジュールのうちでも、特に「社会的対人要因」を最も促進すると考えられる「社会的レジリエンス」モジュールに注目し、以下のような課題設定を行った。

【研究課題1】 軍事的組織においては、「社会的対人要因」に関連するレジリエンスの「緩衝・促進要因」として、「凝集性意識」が注目されている (Brailey et al., 2007; Du Preez et al., 2012)。そこで、自衛隊の組織特性について凝集性のポジティブな結果だと考えられている「ワーク・エンゲイジメント」(Work Engagement: 以下、WE とする)を媒介する要因の分析を行うこととした。具体的には、「凝集性意識」と「WE」を、軍事的組織で重視される「仲間貢献」と、特に自衛隊の災害派遣活動などで培われた「社会貢献」という労働価値観とが媒介するという仮説を検証する。

【研究課題2】 「航空自衛隊 RT」は、2017年からフォーマルに導入されたのにもかかわらず、これまで効果の検証が行われてこなかった。そこで、それぞれのモジュールの効果を確認し、「航空自衛隊 RT」を改訂するための基礎資料を得る。

【研究課題3】 モジュールのうちでも、「社会的レジリエンス」モジュール、特に AT は、自衛隊外での対人関係構築にも波及効果があると考えられるため、トレーニング・プログラムの改訂はアサーション・モジュールに限定して、新たなプログラムの開発を行うこととした。その際、アサーションでは、従来、目標とされてきた「対抗的アサーション」の促進だけでなく、相手との双方向的な対人関係を考慮した「賞賛的アサーション」とのバランスを図る「包括的アサーション」のトレーニング・プログラムを構築し、有効性を検討

する。

【研究課題4】 研究課題3で改訂された「包括的AT」の効果測定を行うためのツールである、「包括的アサーティブネス尺度」を開発する。この尺度を用いて航空自衛隊員を対象に、尺度の信頼性と妥当性を確認する。また、その過程で、航空自衛隊という組織のアサーションに関する特徴を明らかにする。

【研究課題5】 研究課題3で改訂された「包括的AT」を試行し、研究課題4で開発された「包括的アサーティブネス尺度」、およびメンタルヘルス指標、継続的なアサーション行動の記録を用いて、「包括的AT」の効果を多面的に検証する。

第II部では、第I部で設定した5つの研究課題に対応した研究1から研究5の実証研究を実施した。

第II部の第1章では、「研究1-1」において、航空自衛官の「凝集性意識」の指標となる「組織同一視」と、そのポジティブな結果としての「WE」のつながりを「同僚貢献」だけでなく「社会貢献」という意識が媒介することが定量的に確認された。さらに、「研究1-2」では、隊歴が長く、凝集性意識が十分に形成されていると想定される航空自衛官に詳細なインタビューを行った。その結果、凝集性意識が形成され、発展するプロセスでは、先の量的分析と同様に、「仲間（同僚）貢献」、「社会貢献」が媒介的に寄与していることが、インタビュー内容の質的分析結果からも改めて確認された。つまり、航空自衛官の特殊レジリエンスの緩衝・促進要因と考えられる「凝集性意識」の発展に、「同僚貢献」「社会貢献」という労働価値観の要因が寄与することが確認された。このことから、自衛隊内だけでなく、隊外社会にも汎用性のある、社会的対人要因を促進するトレーニングの必要性が改めて確認された。

第II部第2章では、「研究2」で従来行われてこなかった「航空自衛隊RT」の効果の検証を行った。その結果、トレーニング・プログラム全体の効果は限定的であったが、「社会的レジリエンス」のトレーニング・モジュールにおいて、プログラムの有意な中程度の効果量 ($d = 0.69$) が示された。このモジュールに含まれるATは、改訂によって、対人関係ストレスの累積を防ぐ効果が期待されると考えられた。

第II部第3章では、Cacioppo et al.(2015)の考えに従い、「社会的レジリエンス」を「人々が共通の目標に向けて協力し、互いの違いを考慮に入れ、かつ支え合いながら相互に共有する絆を認識することによる、精神的な回復の過程」と定義した。その上で、「社会的レジリエンス」モジュールの中核である「アサーション」に研究の焦点を絞った。「研究3-1」では、アサーションの抑止要因と抑止の軽減策を探るために予備調査を実施した。その結果、抑止要因と軽減策の省察そのものが、対象者の自己理解やアクティブ・ラーニングの要素を含んでいることが示唆され、この要素をトレーニングに含める必要があると考えられた。「研究3-2」では、「研究3-1」の結果と、アサーションの創始者と言える Wolpe (1958, 金子監訳, 1977) の考えに基づき、アサーションを対人場面における不安や恐怖への対処方略として位置付け、「賞賛的アサーション」と「対抗的アサーション」のバランスに配慮したトレーニング内容を検討した。その結果、抑止要因の省察の他、「アサーションの柔軟なゴール設定」と、「社会的適切さのレベル・コントロール」について話し合うグループ・ワークを新しいトレーニングの要素として取り入れることにした。また、アサーションについての教育場面だけでなく、その後の日常生活でのアサーション行動の実践が最も重要なトレーニングの部分であると考えられたため、①教育とグループ・ワーク、②その後の継続的な日常的アサーションの実践、③セルフ・モニタリング、④トレーニーからのフィードバックを構成要素とする「包括的AT」の手続きを開発した。

第II部第4章では、「研究4」として、「包括的AT」の効果を検証するためのアサーティブネス測定ツールを開発を行った。その結果、「賞賛的アサーティブネス」、「対抗的アサーティブネス」のバランスを考慮し、社会的に適切なレベルで意見や感情などを表出できる傾向の個人差を測定する「包括的アサーティブネス尺度」が作成された。302人の航空自衛隊員を対象とした調査に基づく分析から、この尺度は2つの下位尺度から構成されるのが適切であることが確認され、それぞれ「賞賛的アサーティブネス」尺度(10項目, $\alpha = .840$)、「対抗的アサーティブネス」尺度(10項目, $\alpha = .722$)と命名された。また、行動指標との関連からそれぞれの尺度の妥当性も確認された。さらに、両アサーティブネスと各変数(年代、階級など)との関連を検

討し、これまで定量的に確認されることのなかった、航空自衛隊のインフォーマルなコミュニケーションの特徴が明らかになった。すなわち、アサーションの特徴を階級別に分析すると、航空自衛隊内のコミュニケーションは、尉官・佐官クラスの幹部隊員からの「トップダウン型」ではなく、中間階層の隊員が上部にも部下にも積極的に対抗的アサーションを行い、幹部隊員はむしろ、賞賛的なアサーションによって隊員間の相互作用を促進する役割を果たす、言わば「ミドルアップ・ミドルダウン型」であるという結果が示された。また、「主張行動」と、「抑制行動」の間には有意な比較的強い正の相関 ($r = .563, p < .01$) が確認された。二つの行動はア・プリアリには、負の相関があると思われるが、主張ができることと、抑制することは両立しており、バランス良く主張と抑制を行うことが、メンタルヘルスにとって重要であることが示唆された。

第Ⅱ部第5章では、「研究5」として、研究3で開発された新しい「包括的AT」を実施し、効果の検証を行った。方法は「包括的アサーティブネス尺度」等の尺度による量的分析と、アサーション日記に基づいた質的および量的分析によるものであった。その結果、「賞賛的アサーティブネス下位尺度」得点の上昇は、段階的に着実に見られたが、「対抗的アサーティブネス下位尺度」得点の上昇は一定期間のアサーション実践後に初めて見られる傾向があった。つまり、賞賛的・対抗的アサーティブネスの効果の現れ方には順次性があり、対抗的アサーションのトレーニング効果は、賞賛的アサーションのトレーニングにリードされる可能性が考えられた。また、継続的な日常のアサーション実践の経過に従って、アサーションの対象数（隊内・家庭・社会）が有意に上昇し、隊外への波及効果やメンタルヘルスの促進効果も確認された。

第Ⅲ部では、研究結果の総合的考察と、「航空自衛隊RT」の今後の展望を行った。

従来軍隊でのRTは、戦闘ストレスのような極端な高強度のストレスが強調され、それらの影響に対する一次予防として位置付けられがちであった。しかし低強度ストレスの長期的な累積も軍隊では無視できないことが指摘されており (King et al., 1995 など)、したがって、トラウマに焦点化しない、日常の環境との相互作用によるストレス緩和方略の重要性が見直されている。同様に、これまで戦闘ストレスを経験しない自衛隊でも、低強度ストレスの累積予防が対策の中心となると考えられ、RTの目標も「団結力の強化」に置かれてきた (空幕教第106号, 2017)。これらの根拠から、第Ⅰ部では、「航空自衛隊RT」の改訂においては、日常の「社会的対人関係要因」と関連するATを充実化させる必要性が明らかにされた。

第Ⅱ部の「研究1」で確認された、自衛隊員の国内での「社会貢献」意識の重要性は、自衛隊内で経験則では論じられていたが、本研究によって初めて実証的に確認された、自衛隊の特殊レジリエンシーに寄与する要因の一つと言える。「社会貢献」という価値観（意識）は、同僚だけでなく隊外社会との相互作用の重要性を示すものである。次に、トレーニング効果の検証研究（「研究2」）の結果もまた、「社会的対人要因」に関する「社会的レジリエンス」モジュールに、更なる効果の見込みを示すものであった。このように、研究結果からは、第Ⅰ部で想定されたATのゴールの重要性が裏付けられた。

「研究3」では、従来、対抗的アサーション偏重の講義とロールプレイで構成されていたATを大幅に改訂した、独自の新しい「包括的AT」が開発された。「研究4・5」において、「包括的AT」の効果が隊内だけでなく、隊外生活にも波及することが確認されたことは、「包括的AT」に航空自衛隊内に限らない汎用性があることを示唆し、今後のAT研究と実践に新たな方向を示すものである。

航空自衛隊でRTを行うことの意味は、「包括的AT」の効果に限定しても、二つの側面から考えることができる。一つは、航空自衛隊内での効果である。隊内で「賞賛的アサーション」と「対抗的アサーション」の両面で日常のアサーティブなコミュニケーションが継続されることは、日常の職場内での社会的対人関係の「低強度ストレス」の累積を予防し、「仲間貢献」意識の促進にもつながると考えられる。また、「賞賛的アサーティブネス」が女性に有意に高かったことは、自衛隊全体が目指す男女共同参画という点からも、自衛隊内のアサーションを再考する必要性を示唆している。また、このことは、男性性のみを強調することによる「ケアへの障壁」につながる、軍事組織の男性性優位のパーソナリティ・スタイル (Forbes et al., 2019) の変容にも寄与すると考えられる。もう一つは、航空自衛隊外での波及効果である。隊内で行われ

(様式 2)

た「包括的 AT」が家庭生活や社会生活にも波及するという結果は、自衛隊員の生活を家庭・社会生活という広い視野から見直すことにつながると考えられる。このように、自衛隊内外での包括的なアサーションによるコミュニケーションは、隊員の日常の些細なストレスの累積を防ぎ、隊内だけでなく広く社会との相互作用を促進し、「信頼」「協力の起こりやすさ」「ネットワーク」の構築が拡がり、隊内外での「社会関係資本」の蓄積、最終的には、組織レジリエンスの向上に繋がると考えられる。

さらに、「研究 4」で開発された「包括的アサーティブネス尺度」は、従来の対抗的アサーティブネス偏重の尺度を、バランスを持った尺度に発展させ、臨床的な汎用性を持つものである。特にアサーションの「対抗的」および「賞賛的」な側面を包括する尺度であることは、個人のみならず、組織・集団の潜在的な特徴、具体的には「ミドルアップ・ミドルダウン」型のコミュニケーションが行われているという特徴を顕在化させることにつながった。このように「包括的アサーティブネス尺度」および「包括的 AT」は、自衛隊にとどまらず、他の組織や教育現場など、社会的汎用性を持ち得ると考えられる。

しかし、自衛隊 RT には課題も残されている。たとえば、「わが国を取り巻く安全保障環境は、様々な課題や不安定要因がより顕在化・先鋭化してきており、一層厳しさを増している」（防衛白書, 2021 pp.45）。「包括的 AT」は、「低強度ストレス」の累積を予防する効果があると考えられるが、自衛隊では、「高強度ストレス」対策が未着手であることが課題として挙げられる。「包括的 AT」以外に、現行の「航空自衛隊 RT」には、4つのモジュールとそれぞれのモジュール内に合計 17 の項目が含まれており、全体の改訂は今後の課題として残される。また、本研究の対象者は 4 万人を超える航空自衛隊組織のごく一部であり、航空自衛隊の他の部隊においても検証を進める必要がある。さらに、陸・海・空で構成される自衛隊、それぞれの組織固有の特性に応じたトレーニングの開発が行われることが望まれる。なお、これらの課題の規模の大きさを考えると、今後のトレーニングの改訂作業は、個人レベルではなく、自衛隊組織全体で取り組むことが期待される。多くの研究者・実践家による多面的な視点は、これまでにない、新しい RT を生み出し得ると考えられる。(8610 字)