

災害からのレジリエンス

—被災者側の視点

仁平義明

1 被災側の視点から地域のレジリエンスを見直す

2004年7月13日、東北大学災害制御研究センター「地域防災ゼミ」(今村文彦・現東北大学災害科学国際研究所長主宰)で、筆者は「自然災害とコミュニティに関する心理学的研究の動向—地域の災害レジリエンスを高める—」という講演を行った。本特集と同じテーマである。講演では、心理学のレジリエンス研究の知見から地域の災害レジリエンスを高めるために何が必要かを考察して、被災からの回復力が高い自治体には、後にあげる10の条件が必要だろうという提言をした。

3.11 東日本大震災の6年8か月前だった。

2009年3月31日、「東北大学地震対策プロジェクトチーム」のメンバーとして『防災の心理学—ほんとうの安心とは何か』(仁平編著、2009b)を編集、刊行した。担当した章の一つ「津波避難スクリプトによる防災教育」の書き出しは、岩手県宮古市磯鶏が津波に襲われる架空のストーリーだった：

地震だわ。生まれて初めて経験する強い地震。私は46歳の主婦。岩手県宮古市の海岸からそう遠くない磯鶏一丁目に住んでいる。さあ、どうしよう。夫はまだ勤め先の市役所から帰ってきていない。大学生の息子は、山田町の友だちのところに行くと言って出かけたまま。飼い犬の

千早は、ワンワンほえている。揺れている、何か倒れる。料理のガスも点いている。海岸近くで強い地震とくると、頭に浮かぶのは、津波。避難しなけりゃ。でも、何をどうすればよいのか。ああ・・・(『津波避難スクリプトによる防災教育』、『防災の心理学』、東信堂、p.171)

現実に津波が磯鶏や山田町を襲った3.11まで、2年に満たなかった。

2011年3月11日の大地震の後、現在の勤務大学が在る栃木県小山市から仙台市の留守宅まで、たどり着けるかどうかガソリンが保つかどうかもわからないまま、徹夜で車を走らせた。道はいたるところで寸断されていた。進める道を探し、ひび割れて浮いた舗装に車の腹をこすりながら走った。このありさまでは、仙台は壊滅状態だろうと思った。宮城県に入ると道路は照明もない真っ暗闇だった。

それから、4年が過ぎた。

レジリエンス研究が最も一貫して示してきたのは、強いストレスによって傷ついた心が回復する条件は、一つには「信頼できる他者」が存在することだった(仁平、2009a)。社会を支える人間関係資源「社会関係資本」(social capital)の三つの要素の一つも、社会の中の人と人の「相互信頼」である(Paldam, 2000)。

ここでは、東日本大震災とそれに続く福島第一原子力発電所事故後、岩手・宮城・福島、

いわゆる被災三県と他の地域との間の「相互信頼」がどう変化したと感ずるかについて、同じ日本の中でも被災地と遠隔地とでは乖離があるという事実を紹介する^(注1)。遠隔地の人々は、ボランティア活動の報道などの間接的経験から「被災地と遠隔地の相互信頼」は震災を契機に「いままでよりも強まった」と楽観的に考える傾向があるけれど、被災地の人々の感じ方は必ずしも単純ではない。われわれがその乖離に気づかないと、これまで日本で蓄積されてきた社会関係資本「相互信頼」が失われるリスクがある。

災害からのレジリエンスを論じるときに必要なのは、被災者側の視点から地域間の相互信頼の問題を見直していくことである。

2 レジリエンス・リジリエンス

まず、レジリエンスという概念と用法について整理が必要だろう。

「resilience」の日本語表記は、本来の発音 [rɪ] からすれば明らかに「リジリエンス」がよい。また、伝統的な英語辞典（オックスフォード英語辞典OED・第二版）の発音表記からは「リジリアンス」より「リジリエンス」に近い。

これまで個人的には、リジリエンスの表記は掲載誌特集等の都合でさまざまに表記してきた。しかし、日本の精神医学界では「レジリエンス」がほぼ定着しており、日本学術会議の分



PROFILE

仁平義明
(にへい よしあき)
日本学術会議連携会員、白鷗大学教育学部長、東北大学名誉教授
専門：応用認知心理学

科会名表記は「レジリエンス」になっているので、ここでは「レジリエンス」を使用する。

「レジリエンス (resilience)」と「レジリエンシー (resiliency)」の使い分けについては、レジリエンスが長く続く強いストレスからの「心の健康の回復現象や過程」をさすのに対して、レジリエンシーは「心の回復の能力や特性」をさすという区別がされている (McGloin & Widom, 2001)。本来、「レジリエンス」は、①元に戻る・戻す、反旗を翻すなどという行為、②弾力性や柔軟性という物理的な特性の意味であり、「レジリエンシー」は、①立ち直る傾向、②元の状態にもどる傾向、③「レジリエンス」の②と同じ意味、④回復する力を意味していた (前出OED)。

とはいえ、現在では、「レジリエンス」は、①長く続く強いストレスからの心の健康の回復という現象や過程、②その能力や特性 (心の回復力) の両方の意味で使われている。それに対して、「レジリエンシー」は、ほとんど能力や特性の意味に限定して使用される。

3 レジリエンス研究の意味

レジリエンス研究は、都市やコミュニティのレジリエンス研究よりも、虐待や貧困など強く長く続くストレスを受けた「子どもの心の回復」研究が先行した：

「暴力や養育放棄あるいは虐待を経験した子どもたちが、その苦しみの連鎖から抜け出し心ゆたかな大人に成長し、良い親になっていくのをみたとき、私たちは不思議に思わないではられない。

あの子たちは、いったいどうして、こんなふうになれたのだろうか？」

(ハウザー他著 (2006) 『ナラティブから読み解くレジリエンス』 第1章「レジリエンスの謎」)

レジリエンス研究は、子どもの発達の現場にいる者たちの、こうした素朴な疑問から始まった。レジリエンスは、貧困や親からの虐待のような強い持続的なストレスを経験したのにもかかわらず、子どもたちが精神的に健康に発達する「心の回復」現象やその過程を意味する概念である。研究は、子どもに限らず、成人やがんなどの致命的な疾患患者などの問題、さらには個人だけでなく難民のような家族の心の回復の問題に拡大していった。

レジリエンスは、「ハーティネス」(Kobasa, 1979) や「トラウマ後成長」(Tedeschi & Calhoun, 1996) という概念と関連づけられるこ

とがあるが、レジリエンスの意味を明確にするために、区別が必要だろう (図1)。

シカゴ大学の心理学者Kobasaは、男性公務員の課長職以上のいわば成功者たちのうち、とくにストレス度の高い者の研究を行った。ストレス度がきわめて高いと病気にもなりやすいはずである。しかし、調査をしてみると、ストレス度が極端に高いのに病気になりにくい人たちがいた。彼女は、そうした人間はストレスの影響を受けない強靱なパーソナリティの持ち主だと考え、「強者中の強者」の強さを「ハーディネス」(hardiness) と呼んだ。ハーディネスは、ストレスをはねかえし、最初から影響を受けない頑強さを意味する概念である。ハーディネスとレジリエンスは、少なくとも起源にある発想はまったく逆だったといえる。

レジリエンスは強いストレスから回復するという考え方であるが、強いストレスへの対処経験が、元の水準の回復を上回る精神的な成長など、もっとポジティブな変化を生むという考え

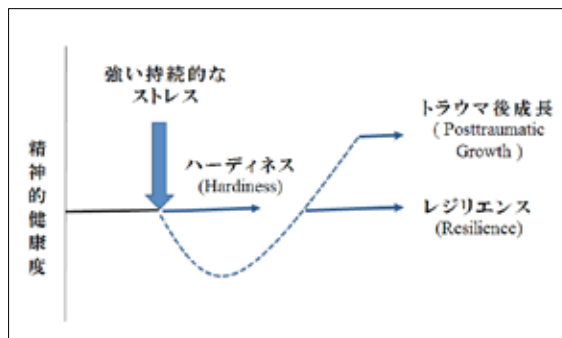


図1 レジリエンス・ハーティネス・トラウマ後成長の模式図 (仁平, 2014b)
防災・減災、復旧・復興の意味のちがいを示す模式図にもなる。

方も生まれてきた。このプラスの変化を、アメリカの心理学者 Tedeschi & Calhoun (1996) は、トラウマ経験後の精神的成長「トラウマ後成長」(Posttraumatic Growth) として理論化した。

レジリエンス、ハーディネス、トラウマ後成長を模式的にあらわせば、図1のように表現することができる。このモデルは、防災・減災、復旧・復興のちがいを示す模式図にもなるだろう。

子どもの心の回復研究は1950年代に始まり、すでに1980年代には30年間同じ子どもを追跡した研究が発表されている (Werner & Smith, 1982; Werner, 1989)。その後、レジリエンスの研究は心理学の歴史でも例がないほどの集中がみられた (図2)。

心理学の国際学術文献データベース「PsycINFO」で「resilience」あるいは「resiliency」を扱った文献を検索すると、1990年までの累積数は320件だったのが、2000年には2,000件を

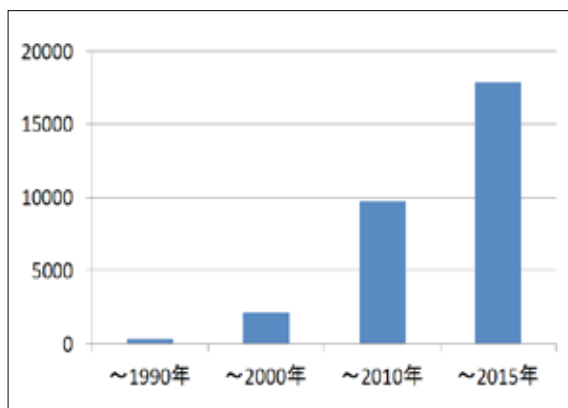


図2 Resilience (Resiliency) を扱った文献の累積数 (PsycINFOの検索結果)

超えている。2010年には1万件に近づき、2015年5月中には累計17,495件になった。2011年以後の最近5年に満たない間だけでも、7,800件以上の文献が公刊されている。研究の集中度は驚異的で、たとえば「いじめ」(bullying) についての研究は、最近5年の同じ期間でその半分にもならない。それほど、世界がレジリエンスの問題に関心を抱いたといえる。その中で、個人や家族の「災害」からのレジリエンスの問題は、「貧困」や「虐待」と同じくらい研究の蓄積がある問題になっている (仁平, 2014b)。

「都市のレジリエンス」研究は、個人や家族のレジリエンス研究とは独立に展開されていったものである。しかし、今回の大震災のような災害は、両者を自然なかたちで融合させる結果になった。

4 レジリエントなコミュニティの条件の一つ：他地域への信頼

2004年時点で「被災からの回復力が高いコミュニティ」の特徴だと考えたもの (表1) は、心の回復を示した個人の特徴 (仁平, 2002) のアナロジーだった。

「⑥他地域の信頼と利用」がレジリエントなコミュニティの特徴であるなら、大震災とそれに続く福島第一原子力発電所事故は、日本の地域間の「信頼」にどう影響を与えたのだろうか。

表1 被災からのレジリエンシーが高いコミュニティの条件 (仁平、2004)

<p>①<自地域の信頼> 地域の能力を住民が信じられる実績をつくっている。 (ふだんから満足度の高い行政・地域サービス・満足度チェック)</p> <p>②<未来志向> 災害が起こる前から万一の場合の復興計画・先の復興の予測・希望を必ずいつの時点でも示す方策を立てている。 (地域の“希望のストーリー”)</p> <p>③<自地域の尊重> 地域の存在意義を明らかにし、住民の地域的アイデンティティを形成できている。</p> <p>④<自地域の受容> 多少の問題や欠点を感じても住民が地域を全体として評価できる。</p> <p>⑤<肯定的地域観> ふだんから自治体や地域は、基本的に住民に貢献する存在であることを住民が納得できる行政をしている。</p> <p>⑥<他地域の信頼と利用> 他の地域による支援への信頼が形成されている。 (そのために自地域から他地域への支援システムの確立も)</p> <p>⑦<平静さ> 災害の最中も、対応に追われないで判断のみを担当する専任の人員(部門)を用意している。</p> <p>⑧<情報収集> 与えられる情報だけでなく、地域で計画準備した情報システムをもっている。 (地域の“情報収集分析室”)</p> <p>⑨<リスクテキング> ときに地域で責任を持つ独自の決定をする決意・制度がある。</p> <p>⑩<実存的独立> 住民を救う責任を負うのは最終的に地域なのだという意識・体制・宣言がある。</p>
--

5 大震災と原子力発電所事故は日本人の間の“絆”を強化したか

一般的な考えの一つは、大震災と原子力発

電所事故を通じて「日本人の間の絆が強化された」という考えである。日本の歴史の中で、今回のように官民あらゆる場で「絆」という言葉が飛び交ったことはなかっただろう。2014年4

月、独立行政法人化学技術振興機構主催、文部科学省・復興庁・岩手・宮城・福島の被災3県他の共催による「復興促進プログラム 特別企画シンポジウム『未来を創る 東北の力』—科学技術の英知・絆の成果—」が開催された。「絆の成果」というサブタイトルにも、復興に「絆」が働いたという考え方が含意されている。

「絆」は、社会の中に構築され蓄積されてきた人間関係資源である「社会関係資本」(social capital) を象徴的に表現したものだといえる。

デンマークの経済学者Paldam (2000) は、これまで行われてきた「社会関係資本」という概念の定義には、三つの系統のものがああり、それぞれが異なる社会関係資本の指標になっていることを指摘した。①「信頼」、②「協力の起こりやすさ」、③「ネットワーク」である。社会関係資本の構成要素は、「信頼」のように主観的な認識に支えられているもの、ネットワークのように半ば実体を持つもの、「協力の起こりやすさ」が「信頼」に影響するように、相互に影響しあうものである。また、地域間の信頼感はお互いに一致するとは限らないで地域間で非対称性がある。

したがって、社会関係資本が、ある具体的な社会にどれだけ蓄積されているか、総体を定量的に測定することは難しい。その意味で、社会関係資本は半ば仮説的な性格を持ったものだといえる。

東日本大震災のような危機場面では、ふだんは潜在している社会関係資本が顕在化すること

になる。このとき、社会関係資本が異なる地域間の支援に具体的にどう働いて、どう変化していったかが問題になる。

そこで大震災から一年半後に、風評被害の感じ方と、地域間の「相互信頼」がどう変化したか、の二点に焦点をあてた調査を行った(仁平、2014a)。

調査をしてみると、結果からは、「絆」の変化について、被災地側と他の地域で正反対の見方があることが示唆された。被災地から離れた遠隔地の人々は、絆は強まったと考える楽観的な傾向があった。これとは逆に、被災地の人間は、他の地域との相互信頼はときには「弱まった」と感じるがあった。

同時に、調査はこの変化には「風評被害」が一つの要因になっていることを示していた。

6 調査

調査は、震災から一年半後の2012年9月、①被害が著しかった被災3県(岩手・宮城・福島)、②ある程度の被害がみられ、放射性物質の飛散による産物の出荷規制があった隣県2県(茨城・栃木)、③相対的に距離のある遠隔地方(東京都・神奈川県)、各県の成人を対象に質問紙調査を行った。対象者は、成人男女合計117人(平均39.4歳)だった。

質問は、次の三つの問題にかかわるものを中心だった。

(1) 震災後の国内地域間の相互信頼の変化を

どう感じているか、その理由

(2) 農産物、水産物、乳製品、花卉、衣料品の購買の回避・忌避

(3) 観光の回避・忌避

(2) (3) の風評被害にかかわる結果は、ほかで(仁平, 2014a; 2015) 詳しく述べているので、ここでは(1)の問題に限って述べていくことにする。

ただ、風評被害は、次のような問題があることをあらためて付記しておきたい：

①風評被害の本質的な部分は、恐怖や不安の対象の条件づけが成立すると当の対象だけでなく、それと類似していたり共通点があったり、関連性があったりする対象にも恐怖や不安反応が拡大して生じるようになる現象、つまり心理学でいう「般化」(generalization)だと考えると、実態が説明しやすい。風評被害の多くは、放射性物質に対する恐怖や不安が当該の対象そのものの以外にその対象と関連はあるけれど「本来安全な」はずの他の対象や地域に拡大する「般化」である。

②風評被害を「般化」として考えるときに、風評被害には「カテゴリー内般化」「カテゴリー間般化」「空間般化」「災害間般化」「人への般化」等の形態の区別が可能になる。

③般化による回避傾向は「未成年の子」

がいる親ほど著しかった。

④回避傾向には、般化の特徴である、関連度が高いものほど著しいという「般化勾配」がみられる。

⑤「風評被害」の社会一般の辞書的な定義、学術的定義、政府諸機関の定義が異なっていることが、風評被害の対応に混乱と不統一を招く一因になっている。

たとえば、同じ政府関係機関でも「原子力損害賠償紛争審査会」と「法務省人権擁護局」の定義は、根拠のない「うわさ」「流言」を要因に含めるかどうか、風評被害を招いている行動がどれだけ合理性を有しているかについて異なる立場にあるものである。これは背景にある「賠償」と「人権保護」という目的の違いを反映している(仁平, 2015)。風評被害の定義では、今後「般化」の要因を含めるように考えていくことが必要だろう。

調査の主な目的は、風評被害を含めた震災後の出来事によって地域間の相互信頼という「社会関係資本」がどう変化したのか、被災3県(岩手、宮城、福島)の住民と、隣県2県(茨城、栃木)と東京、神奈川という遠隔地の住民の受け取り方のちがいを探索的に明らかにすることであった。茨城・栃木の両県とも、農水産物、観光など規制が必要なもの以外に多様な風評被害を受けた地域である。

この部分の質問は比較的単純である：

Q 地震・津波・原子力発電所事故・風評被害のあと、現在の日本の中で、「被害を受けた地方の人々」と、「そうではない地方の人々」との「信頼関係や心の結びつき」は、震災前よりも；

- 1 全体として強まったと感じる
- 2 やや強まったと感じる
- 3 一部では強まったかもしれないが、一部では弱まったと感じる
- 4 やや弱まったと感じる
- 5 全体として弱まったと感じる”

回答を、①ポジティブな反応（強まった、または、やや強まった）、②両義的反応（一部では強まったかもしれないが、一部では弱まった）、④ネガティブな反応（弱まった、または、やや弱まった）に三分すると、三つの地域（被災3県、隣県2県、遠隔地）で反応の分布のちがいは統計的に有意だった（図3）。

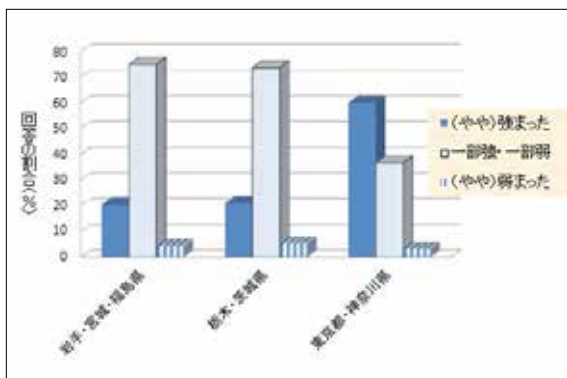


図3 震災後の社会関係資本（信頼感）の変化についての感じ方にみられる地域差
 <「被災地の人々」と「そうではない地方の人々」との「信頼関係や心の結びつき」は震災前よりも>

岩手・宮城・福島の被災3県と栃木・茨城の2県では「両義的反応」が優位なのに対して、東京・神奈川では「ポジティブな反応」が優位である。

7 信頼感の変化の理由 一地域間の乖離

地域の相互信頼の感じ方には、地域間で乖離がある。震災前よりも「(やや)強まった」という反応の割合が遠隔地住民に比べて被災3県や栃木・茨城の隣県の反応が約3分の1だという事実からもそれは分かるが、問題はそれだけにとどまらない。

調査には「信頼関係や心の結びつきに変化を感じた理由（そのように感じる理由をかんたんにいうと）」という質問が含まれていた。その理由にも地域間で違いがみられた。

①信頼関係や心の結びつきが「強まった、またはやや強まった」と感じる理由

同じ「(やや)強まった」と感じる理由でも、地域間で微妙なちがいがみられる。

東京・神奈川の遠隔地の例では、ボランティア活動等についての報道等の「間接経験」が根拠になっていることが目立つ：

「被害を受けていない地方の人々が震災地に行き、炊き出しなどボランティアに参加することによって信頼関係や心の結びつきが生まれると思う（神奈川県 学生）」

「ボランティア活動等がされている報道をよく耳にする（神奈川県 公務員）」

「あらゆるメディアで繰り返し報道されることにより、被災地への思いが強くなったと思うから。知らない土地とそこに住む人たちへの感情移入がされるようになったと感じる（神奈川県 公務員）」

これに対して被災3県では、次のような記述がみられ、他地域への信頼感の変化は、自分の「直接経験」によるものであることがうかがわれる：

「震災にあい都市ガスがなかなか使えないとき静岡ガスの方が開栓してくださいました。また（よそで）出身地を話すと震災のとき大丈夫でしたかと心配されることもありました（宮城県 看護師）」

「他県から来ての被害の片づけその他もろもろの支援は見ていてありがたいです（岩手県 会社員）」

② 「一部では強まったかもしれないが、一部では弱まった」と感じる理由

この両義的な反応の理由をみていくと、一見同じ両義的な反応に見えても遠隔地と被災3県とではポジティブ、ネガティブどちらのニュアンスにウェイトがあるかが異なっている。

このカテゴリーの反応をした被災3県の対象者では、次のような記述の例がある：

「津波で浸水した家の掃除などをボランティアの方々に手伝ってもらった。本当にありがたかった。そのような人もいれば、被災地ツアーに来て、『家の基礎しかない』と笑い声をあげている人もいた。そこは友人の家のあった場所だった。関係のない人にはその程度なのか、と思った。（岩手県学生）」

「テレビの報道では、被災地支援ということで被災地で生産された物が販売されたり出荷されたりしている場面を見るが、身近な生産者の方に話を聞くと、全く売れていないと聞くので。（福島県教員）」

「自分の友人にも募金をしたり、ボランティアをして支援してくれた人がいてすごく嬉しかったし感謝もしたが、逆に無神経なことをいう人もいた。被災した側としてすごく不快に思ったことがあったから。（岩手県学生）」

変化を感じた理由にしても、被災地ほど具体的な経験に基づく強い感覚に裏打ちされている。その意味でも、被災県や隣県と遠隔地の感じ方には乖離があるといわなければならないだろう。

また、被災3県と隣県2県の対象者のうち56人が、地域間の信頼感がネガティブな方向に変化理由を書いていた。そのうち35人(62.5%)は、放射性物質汚染のないはずのがれき受け入れ拒否も含めて「般化」反応とみられる「風評被害」

をその理由にあげていた。社会関係資本の重要な要素である地域間の相互信頼は、被災地側から失われていくリスクがある。しかも、遠隔地の住民はそのことに気づかない可能性が高い。

8 “忘れられたような気がする” —社会関係資本喪失のリスク

NHKテレビは、震災後まだ1年経たない2011年11月、“ある岩手県大槌町民の声”として「われわれは、もう忘れられたような気がする」という反応を報じた。

今回、報告した調査は2012年9月に行われたが、茨城県の女性（38歳）は、「マスコミから受ける情報量が影響しているのかもしれないですが、被害を受けた程度の低い地域に対して『そうではない地方の人々』は既に忘れられているのではないかと思う時がある」と書いていた。

その半年後、2013年3月25日、NHKテレビ番組「あさイチ」でも、アナウンサーが宮城県石巻市民にインタビューをしている背後で女性市民が「やはり温度差は否めない」と書いたカードを掲げていた。

震災後のボランティア活動に象徴されるように、日本政府と多くの組織、国民が可能なかぎり被災地の支援を行おうとし、国内で「絆」が強化されたのは事実だろう。しかし、調査は、総体としてのボランティア活動が長期的活動という視点から被災者にどのような意味を持っていたかを考える必要があることを示唆している。

被災地から比較的遠方（東京・神奈川）の住民は、被災地支援活動等を通じて、「被害を受けた地方の人々」と「そうではない地方の人々」との「信頼関係や心の結びつき」は、震災前よりもポジティブな方向に変化したと感じる傾向があった。被災3県、その隣県2県の住民は、実質的にはどちらかといえばネガティブな方向に変化したと感じる傾向がみられた。根拠となる理由も、遠隔地は報道などの「間接経験」に基づくことが多かった。あれだけボランティアの支援があったのだからという感覚である。他方、被災地側は具体的な「直接経験」が理由になっていた。支援に心血を注いだはずのボランティアの軽率な言動や時間経過に伴う支援の減少が、被災地側に不信感を生む原因にもなった。

この乖離が双方に知らされないと、地域間の「相互信頼」という社会関係資本が喪われるリスクがある。

9 日本の社会関係資本の測定は可能か

調査は対象者抽出の手続きやサンプル数など多くの限界があり、探索的なものである。そのためにも、震災による社会関係資本の変化について公の手による大規模で精緻な調査が行われ、結果が国民に知らされなければならない。それが国民の国への信頼を増し、さらには国民の災害レジリエンスを高めることになるはずである。

社会関係資本を構成する「相互信頼」は外的指標を求めることも不可能ではないが、基本的には主観的な指標である。それに比べて、他の二つの要素「協力の起こりやすさ」と「ネットワーク」は、ごく一部に限定すれば何らかの指標による測定は可能である。日本全体に存在する「社会関係資本」の全貌は、経済的な資本のように測定することはできない。国家単位の「社会関係資本」は理念的な側面を持った概念だといえる。

それでもなお、災害に伴う「絆」の変化について言及する者には、何らかの指標で社会関係資本の変化を測定し、エビデンスを持った発言をするという努力が求められるだろう。

注

- (1) 本稿の多くは、引用文献中の仁平 (2014a, 2015) に基づいている。
- (2) 本論の主旨は、日本学術会議、提言『災害に対するレジリエンスの向上に向けて』（東日本大震災復興支援委員会災害に対するレジリエンスの構築分科会、2014年9月22日）に組み込まれている。

謝辞

防災研究を長年にわたり協働して行ってきた日本学術会議連携会員吉原直樹大妻女子大学教授・東北大学名誉教授、同連携会員今村文彦東北大学災害科学国際研究所長には深く感謝する次第である。

引用文献

Hauser, S. T., Allen, J. P., and Golden, E. (2006). *Out of the woods: Tales of resilient teens*. Harvard University Press. (『ナラティブから読み解くレジリエンス—危機的状況から回復した「67分の9」の少女少女の物語』仁平説子・仁平義明訳、2011、北大路書房)

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An Inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.

McGloin, J.M. & Widom, C. S. (2001). Resilience among abused and neglected children grown up. *Development and Psychopathology*, 13, 1021-1038.

仁平義明 (2002) 心の回復力を育てる。仁平義明著『ほんとうのお父さんになるための15章—父と子の発達心理学』ブレーン出版、89-96.

仁平義明 (2009a) 人間力育成のバラダイム・シフト—ハーディネス (心の頑強さ) からレジリエンシー (心の回復力) へ— 現代のエスプリ、500、194-205.

仁平義明編著 (2009b) 『防災の心理学—ほんとうの安心とは何か』東信堂.

仁平義明 (2011) 子どもの虐待と心の回復 (レジリエンス) の指標. 白鷗大学論集、26、363-390.

仁平義明 (2014a) 福島第一原子力発電所事故後の放射性物質拡散による“風評被害”は心理的“般化被害”である—社会関係資本としての地域間相互信頼の喪失への影響—. 『白鷗大学教育学部論集』8、131-162.

仁平義明 (2014b) レジリエンス研究の現在. 児童心理、68、909-916.

仁平義明 (2015) 福島第一原子力発電所事故後の風評被害と心理的「般化被害」—「絆」はほんとうに強まったか. 吉原直樹・仁平義明・松本行真編『東日本大震災と被災・避難の生活記録』六花出版、652-686.

Paldam, M. (2000). Social Capital: One or Many? Definition and Measurement. *Journal of Economic Surveys*, 14, 629-53.

Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.

Werner, E.E. (1989) High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 72-81.

Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but Invincible: A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. McGraw-Hill: New York.