

消防職員のストレス（CIS, PTSD）に関する臨床心理学的研究

心理臨床学専攻 松田 英里

I. 問題と目的

救援者はその任務遂行上、凄惨な災害現場活動に従事することで、悲惨さ、恐怖、もどかしさ、悔恨、後悔、悲しさ、無力感、罪悪感、自己嫌悪など、さまざまな感情を抱くことがあり、これがストレスとなり、トラウマとして遺る可能性がある。こうした状況下での心理的負荷を惨事ストレス（Critical Incident Stress : CIS）といい、身体、精神、情動又は行動に様々な障害の発生や、さらには心的外傷後ストレス障害（Post-traumatic Stress Disorder : PTSD）などの重い後遺症を引き起こすことがあると言われている（総務省消防庁消防課，2003）。

消防職員のストレスに関しては、特定の比較的大規模な災害が消防職員に及ぼした影響を研究したものがみられる一方で、負傷者の対処や事件に巻き込まれた子どもとの遭遇など、日常業務の中で経験される比較的小規模な出来事においても、消防職員がストレスを被るといわれている（Moran, et al., 1995）。そして、職業意識から弱音を吐けず、個人の悩みが抑圧されることで、ストレスが高じる危険が大きくなる場合もある（総務省消防庁，2003）。

海外の先行研究では、災害救援活動に伴う心的外傷体験に曝された消防職員にはPTSDの割合が高く（Fullerton, et al., 1992）、心身不調の割合も増加し（Marmar, et al., 1966）、また急性ストレス障害（Acute Stress Disorder : ASD）、うつ病となる危険が高まることが報告されているものの、それらを検証したものは少ない。

わが国における消防職員に対するCIS対策の必要性は、学問の世界のみならず、行政においても理解されつつあるものの、具体的に取り組んでいる消防本部はまだ少ない。

以上のように、わが国における救援者のストレ

スに関する研究は、始められたばかりであり、とくに救援者が被る危険性が高いCISやPTSDに関する研究は、海外での研究が中心となっている。そのため、わが国における救援者のCISやPTSDの特徴を明らかにし、ストレス対策の具体的な方策と充実が求められている。

本研究では、凄惨な惨事に直面しやすい消防職員を対象に、過去に体験した災害直後のストレス、その後のストレス状況の関連を分析し、さらにストレス緩和要因とそのアプローチのありようについて考察することを研究の目的とする。

II. 方法

1. 調査対象者：CISに関する研修会に参加者した356名の消防職員のうち、アンケート項目（自由記述を除く）すべてに回答している150名を対象とした。

2. 調査時期：2003年6月

3. 調査方法：アンケート用紙を配付し、その場で回収した。無記名による回答である。

4. 分析方法：アンケート項目を得点化し、SPSSを用いて、統計処理を行った。また、ストレス緩和要因については、回答された自由記述の内容について、3名のスタッフで合評し、分類を行った。

III. 結果と考察

本調査の結果、PTSD症状が多くみられる消防職員ほど、多様な惨事状況を体験していること、救援時の心的衝撃度が高いこと、症状が残存することが明らかとなった。

多様な惨事体験の中でも、PTSD症状が多くみられる消防職員ほど、「自分の子どもと同じ年齢の子どものご遺体にかかわった」（ $r = .280, p < .01$ ）、「救助を断念せざるを得なかった」（ $r = .259, p < .01$ ）、「十分な活動ができなかった」（ $r =$

292, $p < .01$) という項目について弱い正の相関を示していた。自分の子どもと同じ年齢の子どものご遺体にかかわった惨事の体験は、自分の家族を想起しやすい。そのため、印象に強く残ってしまいストレスを強く感じてしまうといえる。また、十分な活動ができなかった惨事体験については、職業的救援者としての責任感やプライドから、自分自身を責めてしまい、心身ともにストレスを感じていたと思われる。消防職員がストレスを被る体験は、特定の比較的大規模な災害だけでなく、日常業務の中で経験される多様な惨事体験が影響している。今後は、惨事の体験内容によって丁寧に事後のフォローを行っていく必要がある。

また、惨事体験後のさまざまな救援時の心的衝撃が明らかとなった。PTSDの発症を防ぐためにも、多様な惨事を体験している消防職員に対して、どのようなCISを抱えているかを把握し、症状や状態にあわせた支援が求められている。

特に、PTSD症状が多くみられる消防職員ほど、「誰にも体験や気持ちを話せなかった」($r = .481, p < .01$)「自分は何もできない、役に立たないという無力感を抱いた」($r = .421, p < .01$)との項目に、中程度の相関がみられており、身体の不調だけでなく、外には表出されにくいストレスにも眼をむけていくことが大切だといえる。

今後は、現場へのフィードバックとして、CISの現状を報告し、CIS対策の必要性を伝えていくなどの支援や協力を行っていくことが重要である。

また、PTSDの症状が多く見られる消防職員ほど、「症状が残存する」との項目に、弱い正の相関を示していた($r = .324, p < .01$)。PTSDの症状が多く見られる場合、PTSDを発症する可能性が高く、慢性化することも考えられるため、早期にストレスの緩和を行う必要がある。

ストレス緩和要因については、合評を行ったところ、「カタルシス」(職員や家族との会話など)をあげた者は47名(31.3%)、「気晴らし」(運動や趣味など)をあげた者は24名(16.0%)であった。

惨事を体験する機会の多い消防職員のCISは、

はかりきれないものがあり、信頼できる人に話せる環境を整えることは重要である。また、組織だけでなく、消防職員の家族に対してもストレスの緩和について周知していく必要があると思われる。今後さらに、惨事体験やCISに応じた個別的なストレスの緩和について具体的な研究を進めていくことが求められている。

IV. おわりに

ストレスの緩和対策については、少しずつすすめてきてきているものの、ストレス要因を明らかにした上での個々のアプローチといった視点からの取り組みはまだ、十分ではない。

今後は、消防職員のみならず、海上保安官、警察官、救命救急士、その他、多くの救援者に対する、個別的で充実した支援を構築していく必要がある。

V. 引用文献

- Fullerton, C.S., Ursano, R.J., Wang, L. (2004) : Acute stress disorder posttraumatic stress disorder and depression in disaster or rescue workers. *Am. J. Psychiatry*, 161, 1370-1376.
- Marmar, C.R., Weiss, D.S., Metzler, T.J., et al. (1966) : Stress responses of emergency services personnel to the Loma Prieta earthquake interstate 880 freeway collapse and control traumatic incidents. *J. Trauma Stress*, 9, 63-85.
- 松井豊・畑中美穂 (2003) : 災害救援者の惨事ストレスに対するディブリーフィングの有効性に関する研究展望1 筑波大学心理学研究, 25, 95-103.
- Moran, C.C., & Colless, E. (1995) : Perceptions of work stress in Australian firefighters. *Work Stress*, 9, 405-415.
- 総務省消防庁消防課 (2003) : 消防職員の惨事ストレスの実態と対策の在り方～消防職員の現場活動に係るストレス対策研究科報告書～ 近代消防, 41(6), 45-49.