

災害救援者の惨事ストレスに対する デブリーフィングの有効性に関する研究展望¹⁾

筑波大学心理学系 松井 豊

筑波大学大学院（博）心理学研究科 畑中 美穂

A review of the effectiveness of critical incident stress debriefing for disaster workers¹⁾

Yutaka Matsui and Miho Hatanaka (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572 Japan*)

This paper reviews the effectiveness of debriefing for Critical Incident Stress (CIS) among disaster workers. Since the Hanshin-Awaji Earthquake, Japanese studies regarding stress in disaster workers have increased. Committees within Japanese ministries have been established to investigate a stress-care system for disaster workers. This paper looks at eleven empirical studies concerned with CIS debriefing among fire fighters. Although nine of these studies based on subjective evaluations indicate a high effectiveness of debriefing, other scales measuring CIS responses, such as the General Health Questionnaire (GHQ) and the Impact of Event Scale (IES), indicate inconsistent results.

Key words: debriefing, Critical Incident Stress (CIS), disaster workers, firefighter, stress

1995年1月17日に発生した兵庫県南部地震（阪神・淡路大震災）は、5000余名に及ぶ死者を出し、未曾有の大被害をもたらした。この震災は心理学の研究者に対しても多くの問題を突きつけ（城・杉万・渥美・小花和，1996など）、臨床心理学の現場においては外傷後ストレス障害（Post Traumatic Stress Disorder，以下PTSDと略記）に対する関心を高める契機となった（中井，1995など）。PTSDへの関心は発災後しばらくの間、被災者に集中していたが、しだいに被災者に関わる人々にも向けられるようになった。その中で、被災者の救援に携わる医者・看護師・兵士・警察官・消防士などの、職業的に災害救援に携わる人々（災害救援者²⁾，disaster workers）に生じたPTSDに対しても、社会的関心が高まっている。

災害救援者は職業的役割として、各種の惨事（Critical Incident³⁾）に遭遇する機会が多く、PTSDを含む外傷性のストレス障害に罹患する危険性も高

- 1) 本稿の作成にあたって情報の提供を頂いた多くの方々、とくに東京消防庁健康管理室の皆さんおよび故村井健祐先生に感謝致します。
- 2) 災害救援に関わる人々には、消防士、警察官、医療関係者、兵士などの、職業的災害救援者（vocational disaster rescue workers）の他に、ボランティアや被災者自身が含まれ、災害直後には被災者どうしによる救援や救助の役割が大きいことが明らかになっている（清水，2000など）。職業的災害救援者のストレス過程は、被災者や個人ボランティアとは異なる部分を含むと考えられる（村井，1998）。本論文では、加藤（2001）にそって、職業的災害救援者を“災害救援者（disaster workers）”と表記して研究を紹介し、議論の拡散を防ぐために、ボランティアや被災者のストレス過程については論じない。なお、本研究では消防に携わる人々を総称して“消防士”と表記する。消防士は消防職員の階級の一つをも意味するが、引用した研究では“volunteer firefighter”などを含んでおり、“消防官”や“消防職員”以外の人々も対象となっているため、これらの表現を避けた。

い。災害救援者の外傷性ストレス障害を予防し、軽減させるために様々な手法が開発されているが、中でも消防組織を中心とする多くの組織において、惨事ストレスマネジメント (Critical Incident Stress Management, 以下 CISM と略記) が活用されている。CISM は、システムの中核にデブリーフィング (debriefing) を据えている。デブリーフィングとは、惨事を体験した人々が集団で行う会合や討議を意味し、その実施法についてはいくつかのモデルが提出されている (本田, 1999 など参照)。その一方で、その有効性を否定する研究知見も提出されており、論争が巻き起こっている (Deahl, 2000 など)。

本論文では、職業的災害救援者の惨事ストレスに対するデブリーフィングに焦点を当て、その有効性を検証した研究を総覧し、惨事ストレス対策のあり方について考察する。

災害救援者の惨事ストレスをめぐる状況

日本における災害救援者のストレスに関する研究

日本における災害救援者のストレス研究は、阪神・淡路大震災を契機に急増した。同震災による災害救援者が被ったストレスの深刻さを研究者に実感させたのは、神戸市の消防職員たちの手記 (神戸市消防局「雪」編集部・川井龍介, 1995) であった。文字通り懸命の消防・救出活動に携わった消防士たちは、思うようにならない消火活動に苦しみ、無力感を感じ、「消防は何してんねん」という住民の非難にもさらされていた。

兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (1999) では、1996年と1997年に、兵庫県の消防職員を対象にした調査を実施し、消防士が震災時の活動によって大きなストレスを体験し、その影響が1年後も持続していたと報告している。同センター (2000) は1999年に、神戸市の消防職員を対象にした質問紙調査を行い、震災から4年後の時点で7%の職員が PTSD を示していることも明らかにしてい

る。同調査の中で、岩井・加藤・飛鳥井・三宅・中井 (1998) は、災害救援者の燃え尽きを防ぐために、日常的にストレス経験を話し合うシステムを構築する必要性を強調している。

また、財団法人地方公務員安全推進協会 (1996) は、1995年8月に兵庫県職員や県内の市職員に調査を行い、2月時点で26%の職員がストレスを“大変強く感じていた”と報告している。

一方、兵庫県警本部 (1996) は、同震災時に活動した県内の警察官2854名のストレス反応に関する回答を分析し、“PTSDは発生していない”と結論している。ただし、同調査では職場内での配布回収などの調査方法に問題があり、PTSDの判定基準が曖昧であるなどの指摘もなされている。

同震災によるストレスは、被災地の災害救援者だけに限定されたものではなかった。島津・熊倉・飯田・野口・渡橋 (1996) は、阪神・淡路大震災に東京消防庁から派遣された消防職員や、1995年3月20日の有毒ガス事件に救助救命出動した職員が感じたストレスの大きさを報告している。さらに、消防科学研究所第4研究室 (1998) は、東京消防庁の職員1096名を対象にした調査を行い、日常的な救援活動中に衝撃的な災害に遭遇した消防官のうち、68%が災害ストレスを感じたと報告している。とくに、幼い子どもが亡くなったり、母子が犠牲になった事件や犯罪などに巻き込まれた被害者に接したときに、ストレスが高くなっていた。

また、矢島・津田・古賀・牧田・前田 (2002) および古賀・津田・矢島・進藤・前田 (2002) は、消防職員870名を対象に調査を行い、消防職員の PTSD への罹患率の高さを明らかにした。同研究では、消防職員は、日常業務の中でも多くの CIS となりうるイベントに曝露されていると報告している。なお、Bryant & Harvey (1996) はオーストラリア・ニューサウスウェールズの消防士を対象に調査を行い、消防活動の主なストレスは、状況に対する無力感や疲労感にあり、自他の安全に対する脅威が最大のストレスであるとして報告している。

災害救援者が受けるストレスを、ストレスサー別に整理すれば、Fig. 1のようにまとめられよう。家庭や友人関係などの業務以外のストレスサー (レベル0) と、事務や訓練などの日常的業務に伴うストレスサー (レベル1) によるストレス反応は、他の職業においても体験される日常的なストレス反応と捉えられる。一方、子どもの遺体との対面や自身の負傷の危険などの、小規模な惨事との接触に伴うストレスサー (レベル2) や、広域災害や大規模な死傷事故などの極端に強いストレスサー (レベル3)

3) “Critical Incident” は、“非常事態” (岩井ら, 1998 など) や“危機的な出来事” (岡田ら, 1998) などと訳されてきた。リスクに関する研究動向を鑑みれば、“臨界事態”の訳が適切とも考えられる。しかし、本稿では、悲惨な光景の目撃自体が強いストレスを生むという兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (2000) の貴重な知見を踏まえ、この領域において長く実践活動を積み上げてきた東京消防庁 (2000) の訳を踏襲して、“惨事”の訳を採用する。

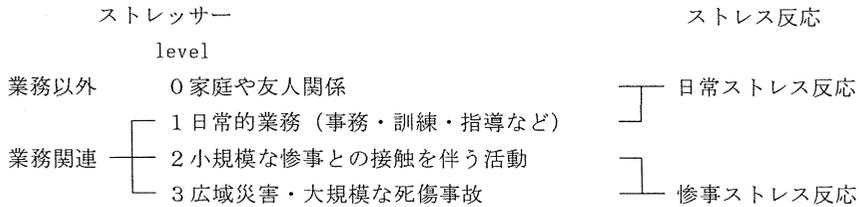


Fig. 1 災害救援者のストレスの分類

は、惨事ストレスを引き起こす。レベル2のストレスが惨事ストレス反応を生むか否かには個人差が見られるが、レベル3のストレスは大半の災害救援者にストレス反応を引き起こす（兵庫県精神保健協会こころのケアセンター，1999）と考えられる。

以上のように、災害救援者（正確に言えば少なくとも消防士）は、震災のような大規模災害における直接的救援活動だけでなく、応援活動や日常的な救援活動でも、惨事ストレスを体験していることが、日本においても徐々に確認されてきている。

日本における災害救援者のストレス対策

こうした現状を踏まえて、総務省は2001年より、“消防職員の現場活動に関わるストレス対策研究会”を立ち上げ、惨事ストレス対策に関する施策のあり方を検討している。この会の中間報告（財団法人地方公務員安全衛生推進協会，2002）では、全国の政令指定都市にある15の消防本部を対象に、消防士の現場活動に関するストレス対策について、意識調査を行っている。同調査によると、すべての本部が職員を対象にした対策を必要と考えているが、（惨事）ストレスを受けた職員のケアを実施しているのは3本部のみであった⁴⁾。

執筆者の調査（2002年6月）では、警視庁においてピアカウンセリングを中心としたシステムが2001年より実施されている。防衛庁では、2000年に発表された“自衛隊員のメンタルヘルスに関する検討会”報告書において、PTSD予防のためにデブリーフィングのマニュアル作成などが提言されている（自衛隊員のメンタルヘルスに関する検討会，

1999）。

阪神・淡路大震災では、病院で看護師を対象にしたカウンセリングやボランティア看護師との話し合いなどが行われた（中井，1995；新道，1996）。本田（1999）によれば、東京臨床心理士会は、デブリーフィングの方法に関するマニュアルを会員に配布した。本田（1999）は、電話相談員を対象にして研修型デブリーフィングモデルを試行している。ただし、これらの試みは組織化された制度としては確立されていないようである。

このように、災害救援者、中でも消防士に対する惨事ストレス対策の必要性は、学問の世界のみならず、行政においても理解されてきている。

本論文では、こうした社会情勢を踏まえて、消防士を中心とする災害救援者の惨事ストレス対策の中で、重要な役割を果たしてきたデブリーフィングに焦点を当てて、研究知見を整理する。

惨事ストレス対策の発展経緯

欧米やオーストラリアの災害救援機関で広く普及している惨事ストレス対策は、デブリーフィングを中核に据えるCISMであろう。ここでは、Everly, Flannery & Mitchell (2000) や Robinson (2000) などに基づいて、デブリーフィングを中心とする惨事ストレス対策の歴史を簡単に紹介する。

惨事ストレスへの介入は、1906年の炭鉱事故における介入まで遡ることができるが、第1時世界大戦における軍人の戦場復帰活動を経て、近接性（proximity）・即時性（immediacy）・期待（expectancy）などの介入原則が作り上げられてきた。集団で現場の話をするというデブリーフィングの原型は、第2次世界大戦における帰還軍人への聞き取り調査にあるとみる研究者もいる（Ursano, Fullerton, Vance & Wang, 2000）。

1943年ボストンのナイトクラブ火災事故などを契機に、危機介入の理論と実践が始まり、ベトナム戦争から帰還した兵士たちに生じた心理的問題が、アメリカにおけるPTSD研究を喚起させた。PTSDへ

4) 第1執筆者が個別の消防本部に確認したところ（2002年6月）、デブリーフィングを中心としたストレス対策を実施しているのは東京消防庁のみで、他の1本部は制度を立ち上げた段階で実際の対策は実施しておらず、1本部は制度化せず、デブリーフィングを試行した段階であった。

の関心の高まりは、デブリーフィングなどのPSTDを予防するシステムの構築を促した。

1970年代後半から、Mitchellが惨事ストレスデブリーフィングを開発し、1982年エアフロリダ90便墜落事故から、同システムを消防士へ適用するようになった。1980年代からは、デブリーフィングシステムが急速に普及し始め、アメリカを中心に、オーストラリア、カナダ、ノルウェーなどで公的組織が採用するようになった。

システムが適用される対象も拡大し、災害救援者だけでなく、殺人公判後の裁判官、福祉職員、流産した女性などへも実施されるようになった。

しかし、1990年前後から、デブリーフィングの効果への疑問を示す研究(McFarlane, 1988; Kenardy, Webster, Lewin, Carr, Hazell & Carter, 1996など)が現れ、論争を巻き起こしてきた。Mitchellらは、当初デブリーフィングシステムの擁護論を展開していたが、1990年代後半から、デブリーフィングを含んだCISMシステムの提唱へと転換してきている。MichellらのCISMモデルは、Table 1に示す手続きから構成されている。

惨事デブリーフィングの効果に関する文献整理

本論文では、災害救援者の惨事ストレスに対するデブリーフィングの有効性を検証した諸研究をレビューし、同システムの有効性を検証する。レビューはデブリーフィングの対象層別に行い、本報告1では、消防士に対する効果研究を整理し紹介する。

効果研究の整理枠組み

デブリーフィングの有効性に関しては、すでにいくつものレビューがある。Mitchellモデルを支持する立場からは、Mitchellおよび共同研究者である

Everlyらによる一連のレビュー(Everly, Flannery & Mitchell, 2000)やメタ分析(Everly & Boyle, 1999; Everly, Boyle & Lating, 1999; Everly, Flannery, Eyer & Mitchell, 2001)が発表されている。これらの研究では一貫して、デブリーフィングやCISMの有効性が主張されている。

一方、後述するように、デブリーフィングの効果を否定したり、逆効果を報告する研究も多い。Rose & Bisson (1998)は、心理学的デブリーフィングの効果に関する研究をメタ分析して、同システムの効果はニュートラルであると総括している。Emmerik, Kamphuis, Hulsbosch & Emmelkamp (2002)は、災害後1ヶ月間に行われた単独デブリーフィングの有効性を事前事後比較で検証した、7つの研究をメタ分析し、“単独のデブリーフィングは有害(detrimental effect)であることが示唆された”とまとめている。Dyregrov (1999)はさらに踏み込んで、デブリーフィングが悪影響をもたらす要因を考察している。

日本において初めてデブリーフィングの効果を体系的に検討した岡田・安藤・佐藤・小西(1998)は、同システムに対する慎重な客観的評価が必要であるとし、評価に基づく実施を求めている。ただし、デブリーフィングの効果に関する研究を概観したDeahl (2000)は、この領域における厳密な統制実験は不可能であろうと推定している。

デブリーフィングの有効性に関する以上のレビューでは、実施法や測定法の厳密性を重視するために、検討する対象研究を限定しており、デブリーフィングに関する研究知見の総覧にはなっていない。たとえば、Everyらが分析対象とした研究の多くは、Rose & Bisson (1998)やEmmerik et al. (2002)の検討対象に含まれていない。

そこで、本論文では、デブリーフィングの効果に関する研究知見を総覧して、その有効性を検討す

Table 1 CISMの基本的な構成要素^{a)}

手続き名	内 容
①個人的・組織的事前準備	事前教育や訓練
②デフュージング (defusing)	急性症状低減を図るための簡単な集団による討議
③動員解除 (demobilization)	災害後に役割を解除する際の大規模集団での説明会
④惨事ストレスデブリーフィング	長時間にわたる小集団による討議
⑤家族支援介入	家族への連絡や説明、集団討議を行うことも
⑥フォローアップ	
⑦精神的健康の専門家への紹介	
⑧個人的カウンセリング	

^{a)} Everly, Flannery & Mitchell (2000) などによる。

る。検討する対象研究は、デブリーフィングの効果について実証データを呈示している公刊論文（日本において入手可能な雑誌掲載論文）とした。論文の収集は、上記のレビュー論文やデブリーフィングに関する書籍（Raphael & Wilson, 2000など）を参考にしつつ、PsycINFOによる検索を併用した。収集した論文の中から、デブリーフィングやCISMを実施し、PTSDの諸指標を測定しているか、参加者の主観的評価を記載している論文を抜粋した。

各研究結果の整理にあたっては、上記のメタ分析の論文が採用した基準およびWilson & Sigman (2000)の事象の整理枠組みなどを参考にした。具体的な介入や測定の方法に関しては、介入形式と介入の時期、統制群などの群の設定、ストレス症状やPTSDを測定するために用いられた尺度と調査時期などをまとめた。デブリーフィングやCISMの効果に関しては、参加者の主観的評価とストレス症状やPTSDの尺度との分析結果を整理した（Table 2参照）。

消防士における主観的評価の結果

デブリーフィングおよびCISMの効果測定した研究のうち、消防士を対象にした研究および消防士を含む災害救援者を対象にした研究を、Table 2に列挙した⁹⁾。

消防士を含む対象にデブリーフィングやCISMを実施して効果を測定した研究は、11件収集された。そのうち、デブリーフィング参加者の満足感など主観的評価を報告している研究は9件で、すべてが効果に関して肯定的評価を報告していた。

主観的評価の結果を報告した研究として、具体的には、参加者の97%が参加したデブリーフィングを“助けになった (helpful)”と評価したというHyttén

& Hasle (1989)をはじめ、“いくぶん (somewhat)”以上“助けになった”と評価した参加者が80%いたKenardy et al. (1996)、参加者の86%が“個人的に有用”と評価したRegehr & Hill (2000)、63～81%が肯定的に評価したNurmi (1999)、98%が“有用”と回答したDyregrov, Kristoffersen & Gjestad (1996)、デブリーフィング後の面接時に半数の参加者が“経験を理解するのに役立った”と自発的に話したJenkins (1996)があげられる。

さらに、Hokanson & Wirth (2000)は、CISMのデブリーフィングに参加した消防士に行った調査を基に、デブリーフィングされた出来事の方が、有意に早く症状が軽減したと報告している。Clifford (1999)も、CISM参加者が肯定的な評価をCISMの管理者にフィードバックしたと報告しているが、具体的なデータは示されていない。

一方、Moran & Colless (1995)によれば、集団デブリーフィングの有用性の評価は5段階で平均3.27となり、一応肯定的に評価されたが、個別デブリーフィングの評価は平均3.98であり、集団で実施するデブリーフィングより、個別実施の方が高く評価されたことを明らかにしている。

消防士におけるストレス反応尺度の結果

消防士を含む災害救援者の惨事ストレスに関して、主観的評価ではなく、何らかの自己報告尺度を用いて、ストレス反応の低減効果を測定した研究は、7件報告されている。これらの研究の多くは、精神的健康調査票 (General Health Questionnaire, 以下GHQと略記) や、出来事インパクト尺度 (Impact of Event Scale, 以下IESと略記) あるいはその改訂版 (IES-R) を用いている。

GHQを用いた研究では、Dyregrov et al. (1996)が、バスの衝突事故の救援に出動したレスキュー隊員のGHQ得点の低さを報告している。

GHQを用いてデブリーフィングを受けた者と受けなかった者を比較する効果比較研究としては、オーストラリアの地震災害時に活動した救援者のストレス反応を分析したKenardy et al. (1996)の研究がある。同研究では、惨事ストレスデブリーフィングに参加した隊員が、参加しなかった隊員より、GHQ得点が高く不健康であった。同論文では、デブリーフィングがストレス反応の回復を阻害する危険性を示唆している。

また、McFarlane (1988)はGHQを心的外傷の症状経過の型分けに用いている。分析はやや複雑であるが、急性型にはデブリーフィングへの参加者が少なく(29人中55%)、遅発型にはデブリーフィング

5) Turner, Thompson & Rosser (1995)は、駅の大規模火災の被災者と災害救援者に対して調査を行い、自分について友人や家族に話すことができた者の81%が、人に話すこと (自発的デブリーフィング) の有用性を感じたと報告している。さらに、話した者は話さなかった者より、GHQ28項目版やIESの得点が有意に低かったと報告している。この研究で検討されているデブリーフィングは、専門家による介入ではないため、表2には含めていない。

なお、家族や友人に自身の体験を話すことが、外傷性ストレス症状の低減に有効であることは、兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (1999) の2次調査においても、より厳密なデータで実証されている。また、Pennebakerらの一連の実証研究においては、外傷体験の開示は心身の健康に有益な効果をもたらすという結果が報告されている (Pennebaker, 1997)。

Table 2 消防士の惨事ストレスに対するデブリーフィングの効果測定研究^{a)}

文献	介入形式・時期	災害の種類	被験者	群分け	尺度 (調査時期)	主観的評価	尺度の分析結果
Clifford (1999)	CISM プログラム (心理学者、牧師、訓練されたピアサポーターメンバを含むCISM チーム)	山崩れ	消防士120名 レスキュー作業に参加した緊急サービス隊員		消防士や同僚官からのフィードバックによると、CISM チームの活動は非常にポジティブに評価された		
Dyregrov et al. (1996)	フォローアップD (詳細不明) 3週間後	バス衝突事故	レスキュー隊員43名	ボランティア (VH) 24名 専門職 (PH) 32名	IES; GHQ-20 (1ヶ月後、13ヶ月後)	1人を除く全員がDを有用と回答	時間経過による得点の減少傾向の分析 IES, IES 復元: 有意に減少 IES 回避: n.s. GHQ はいずれも低かった
Hokanson & Wirth (2000)	CISM プログラム (Mitchell モデル)		消防士2073名	デブリーフィングされた出来事 618名 デブリーフィングされていない出来事 630名	災害後の症状低減の時期	デブリーフィングされた出来事の方が有意に早く回復	
Hytten & Haale (1989)	D (詳細不明)	ホテル火災	消防士 (非専門) 58名	公式 D39名 インフォーマル D) 19名	IES (火災の7~21日後)	助けになった: 公式 D を受けた者の 97.4%	IES: n.s.
Jenkins (1996)	D (Mitchell の CISM, 詳細不明) 24時間以内	大規模銃撃事件	消防士を含む緊急医療従事者 36名		The Symptom Check List-90 Revised (8~10日後、1ヶ月後)	CISD の参加者の半数が銃撃の理解に役立たと報告	
Kenardy et al. (1996)	D (Mitchell の CISM, 詳細不明)	オーストラリア、ニュージーランドでの地震	救援者 (救急隊員と災害活動従事者) 195名	D 参加群 62名 D 不参加群 133名	IES; GHQ-12 (27週間後、50週間後、86週間後、114週間後)	助けになった: とても、さわめて 94%, いくぶん 46%, まったくなくならなかった 20%	D の主効果: GHQ: D 群 > 非介入群
McFarlane (1988)	D (詳細不明)	森林火災	469名の消防士		簡易的ライフイベント項目; IES; GHQ-12 (1ヶ月後、11ヶ月後、29ヶ月後)		< 悪発性障害群 > D への参加によって、災害直後の苦痛が最小になっていた < 急性障害群 > D への不参加や同僚のサポートを避ける傾向がみられた
Moran & Colless (1995)	CISM プログラム (Mitchell モデル)		消防士 747名	公式的な情動的 D および要求に基づく 1対1 の個別 D	公式的な情動的 D 3.27 (5件法) 個別 D 3.98 (5件法)		
Nurmi (1999)	D (Mitchell モデル, 公式に訓練されたデブリーフィング) 3~7日以内	エストニア号の沈没	レスキュー隊員 88名 消防士 30名 看護婦 28名 警察官 37名	D 救済群 (レスキュー隊員 / 消防士 / 警察官) D 被曝群 (看護婦)	IES-R; Penn Inventory; SCL-90-R	IES-R; レスキュー隊員, 消防士 < 警察官, 看護婦 Penn Inventory; レスキュー隊員, 消防士, 警察官 < 看護婦 SCL-90-R; レスキュー隊員, 消防士, 警察官 < 看護婦	
Regehr & Hill (2000)	D (Crisis Debriefing モデル)		消防士 (専門) 99名 消防士 (ボランティア) 65名	D 経験有り群: 37名 D 経験なし群: 90名	Beck Depression Inventory; IES	個人的に有用 86% ストレス低減に有用 77%	BDI: n.s. IES 侵入: CD 群 > 非 CD 群 IES 回避: n.s.
Wee et al. (1999)	D (Mitchell モデル, 専門家、ピアサポーターメンバを含む CISM チーム) 1~13日後	ロサンゼルス市民暴動	緊急医療サービスを提供した消防機関と民間の緊急医療技術者	CISD 参加群 42名 不参加群 23名	Frederick Reaction Index-Adult (FRI-A)		FRI-A 得点: 参加群 < 不参加群

^{a)} 表中、"D" はデブリーフィングを、"GHQ" は精神的健康調査票 (General Health Questionnaire) を、"IES-R" は出来事インパクト尺度 (Impact of Event Scale) とその改訂版を、それぞれ指す。不等号は群間に有意な差があったことを、"n.s." は群間に有意な差がなかったことを、それぞれ表している。

への参加者が多かったと報告されている。しかし、同論文のデータ (Table 3) を再解析すると、遅発型のデブリーフィング参加率は62人中74%、および慢性型のデブリーフィング参加率は66人中77%で、障害なし型の参加率 (158人中76%) とほぼ同率である。したがって、この研究結果は、“デブリーフィングは急性反応を予防するが、遅発反応を予防する効果がない”と読みとることも可能であろう。

IESを用いた研究では、デブリーフィングを受けたレスキュー隊員のIESの侵入得点 (災害時の記憶や災害に関連する感情反応が蘇ってきてしまう現象) が有意に低下したという報告 (Dyregrov et al., 1996) がある。

Nurmi (1999) は、デブリーフィングを受けたレスキュー隊員や消防士が、受けなかった看護婦より、IES-Rの得点が低かったと報告している。他に、Penn質問票 (Hammarberg, 1992) やSCL-90-Rによる測定値においても同様の知見を得ている。ただし、この研究ではデブリーフィング実施群 (レスキュー隊員・消防士・警察官) と非実施群 (看護婦) として、職種の異なる災害救援者を比較しており、2群の相違がデブリーフィングの有無だけで説明されうるか否かについては、疑問が残されている。

一方、Hyttén & Hasle (1989) は、デブリーフィングを受けた消防士と受けなかった消防士のIES得点に有意差がないと報告しており、Regehr & Hill (2000) はIESの侵入得点に関して、デブリーフィングを受けた者の方が高かったと報告している。

GHQやIES以外の尺度を用いた研究としては、Wee, Mills & Koehler (1999) が、惨事ストレスデブリーフィングに参加した消防士や緊急医療従事者は、参加しなかった人よりもFrederick Reaction Index-Adult (Frederick, 1985; 1987) で測定されたストレス反応の得点が有意に低かったと報告している。

以上のように、参加者のストレス反応を尺度を用いて分析した研究では、デブリーフィングの有効性を示す研究が2件 (Nurmi, 1999; Wee et al., 1999) と、デブリーフィングの悪影響を示す研究が2件 (Kenardy et al., 1996; Regehr & Hill, 2000) に分かれていた。他の研究では、レスキュー隊員のストレス反応のなさが指摘されたり (Dyregrov et al., 1996)、有意な効果がみられない (Hyttén & Hasle, 1989) か、知見の読みとりに議論の余地を残す結果 (McFarlane, 1988) であり、混乱した様相を呈している。

まとめていえば、消防士の惨事ストレスに対するデブリーフィングの有効性は、主観的評価を指標と

した場合には、肯定的な結果が得られている。しかし、GHQやIESなどのストレス反応を測定する尺度を用いた効果比較研究では、結果は一貫していない。こうした混乱に関しては、報告2において、他の災害救援者における効果研究の検討後に、考察を加えたい。

要 約

本論文は、災害救援者における惨事ストレス (CIS) に対するデブリーフィングの有効性をレビューすることを目的とする。阪神・淡路大震災以降、災害救援者のストレスに関する日本の研究は増加している。ストレスケアの政策を検討する委員会が、日本の省内に作られている。消防士のCISへのデブリーフィングに関する研究が11件収集された。この中で主観的評価を測定した9件の研究すべてが、デブリーフィングの高い有効性を示していた。しかし、GHQやIESや他のCIS反応を測定した尺度は、一貫しない結果を示していた。

引用文献

- Bryant, R.A. & Harvey, A.G. 1996 Posttraumatic stress reactions in volunteer firefighters. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 51-62.
- Clifford, B. 1999 The New South Wales Fire Brigades' critical incident stress management response to the Thredbo landslide. *International Journal of Emergency Mental Health*, 2, 127-133.
- Deahl, M. 2000 Psychological debriefing: Controversy and challenge. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 929-939.
- Dyregrov, A. 1999 Helpful and hurtful aspects of psychological debriefing groups. *International Journal of Emergency Mental Health*, 3, 175-181.
- Dyregrov, A., Kristoffersen, J.I. & Gjestad, R. 1996 Voluntary and professional disaster-workers: Similarities and differences in reactions. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 541-555.
- Emmerik, A.A.P., Kamphuis, J.H., Hulsbosch, A.M. & Emmelkamp, P.M.G. 2002 Single session debriefing after psychological trauma: A meta-analysis. *The Lancet*, 360, 766-771.
- Everly, D.S. & Boyle, S.H. 1999 Critical Incident Stress Dbriefing (CISD): A meta-analysis. *International Journal of Emergency Mental Health*, 3, 165-168.

- Everly, G.S., Boyle, S.H. & Lating, J.M. 1999 The effectiveness of psychological debriefing with vicarious trauma: A meta-analysis. *Stress Medicine*, 15, 229-233.
- Everly, G.S., Flannery, R.B., Eyer, V. & Mitchell, J.T. 2001 Sufficiency analysis of an integrated multicomponent approach to crisis intervention: Critical incident stress management. *Advances in Mind Body Medicine*, 17, 174-183.
- Everly, G.S., Flannery, R.B. & Mitchell, J.T. 2000 Critical incident stress management (CISM): A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*, 5, 23-40.
- Frederick, C.J. 1985 Children traumatized by catastrophic situation. In S. Eth & R.S. Pynoos (Eds.) *Posttraumatic stress disorder in children*. Washington, DC: American Psychiatric Press, Inc. Pp. 71-100.
- Frederick, C.J. 1987 Psychic trauma in victims of crime and terrorism. In G.R. Vandencos & B.K. Bryant (Eds.) *Cataclysm, Crisis and Catastrophes: Psychology in action master lecture series*. Washington, DC: American Psychiatric Press, Inc.
- Hammarberg, M. 1992 Penn Inventory for posttraumatic stress disorder: Psychometric properties. *Psychological Assessment*, 4, 67-76.
- Hokanson, M. & Wirth, B. 2000 The critical incident stress debriefing process for the Los Angeles County Fire Department: Automatic and effective. *International Journal of Emergency Mental Health*, 2, 249-257.
- 本田恵子 1999 援助者に対する研修型デブリューイングモデルの導入の試み 心理臨床学研究, 17, 150-162.
- 兵庫県警察本部 1996 阪神・淡路大震災における警察官の救援活動および被災体験とPTSD 同本部発行
- 兵庫県精神保健協会 ころのケアセンター 1999 非常事態ストレスと災害救援者の健康状態に関する調査研究報告書—阪神・淡路大震災が兵庫県下の消防職員に及ぼした影響
- 兵庫県精神保健協会 ころのケアセンター 2000 災害救援者の心理的影響に関する調査研究報告書 阪神・淡路大震災が消防職員に及ぼした長期的影響
- Hytten, K. & Hasle, A. 1989 Fire fighters: A study of stress and coping. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 80, 50-55.
- 岩井圭司・加藤 寛・飛鳥井望・三宅由子・中井久夫 1998 災害援助救援者のPTSD—阪神・淡路大震災被災地における消防士の面接調査から—精神科治療学, 13, 971-979.
- Jenkins, S.R. 1996 Social support and debriefing efficacy among emergency medical workers after a mass shooting incident. *Journal of Social Behavior and Personality*, 11, 477-492.
- 自衛隊員のメンタルヘルスに関する検討会 1999 “自衛隊員のメンタルヘルスに関する検討会” 中間報告
- 城 仁士・杉万俊夫・渥美公秀・小花和尚子 1996 心理学者がみた阪神大震災 ころのケアとボランティア ナカニシヤ出版
- 加藤 寛 2001 災害救援者 厚生労働省精神・神経疾患研究委託費外傷ストレス関連障害の病態と治療ガイドラインに関する研究班 主任研究者 金吉晴(編) 心的ストレスの理解のケア じほう Pp. 95-105.
- Kenardy, J.A., Webster, R.A., Lewin, T.J., Carr, V.J., Hazell, P.L. & Carter, G.L. 1996 Stress debriefing and patterns of recovery following a natural disaster. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 37-49.
- 古賀章子・津田 彰・失鳥潤平・進藤啓子・前田正治 2002 消防隊員を対象としたPTSD調査(2) 日本健康心理学会第15回大会発表論文集, 172-173.
- 神戸市消防局“雪”編集部・川井龍介(編) 1995 阪神大震災 消防隊員死闘の記 労働旬報社
- McFarlane, A.C. 1988 The longitudinal course of posttraumatic morbidity: The range of outcomes and their predictors. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 176, 30-39.
- Moran, C.C. & Colless, E. 1995 Perceptions of work stress in Australian firefighters. *Work and Stress*, 9, 405-415.
- 中井久夫(編) 1995 1995年1月・神戸 みすず書房
- Nurmi, L.A. 1999 The sinking of the Estonia: The effects of critical incident stress debriefing (CISD) on rescuers. *International Journal of Emergency Mental Health*, 1, 23-31.
- 村井健祐 1998 災害被災者と職業的救助者のメンタルケア 佐藤 誠・岡村一成・橋本泰子(編) 増補 心の健康トゥデイ 啓明書房 Pp. 156-168.
- 岡田幸之・安藤久美子・佐藤志穂子・小西聖

- 子 1998 PTSDに対する予防的介入“心理学的デブリーフィング”—その方法と効果に関する文献的研究— 精神科治療学, 13, 1467-1474.
- Pennebaker, J.W. 1997 *Opening up: The healing power of expressing emotions*. New York: Guilford Press.
- Raphael, B. & Wilson, J.P. 2000 *Psychological debriefing*. United Kingdom: Cambridge University Press.
- Robinson, R. 2000 Debriefing with emergency services: Critical incident stress management. In B. Raphael & J.P. Wilson(Eds.) *Psychological Debriefing*. United Kingdom: Cambridge University Press. Pp. 91-105.
- Regehr, C. & Hill, J. 2000 Evaluating the efficacy of crisis debriefing groups. *Social Work with Groups*, 23, 69-79.
- Rose, S. & Bisson, J. 1998 Brief early psychological interventions following trauma: A systematic review or the literature. *Journal of Traumatic Stress*, 11, 697-710.
- 島津幸廣・熊倉孝行・飯田 稔・野口尚子・渡橋浩子 1996 特異災害に出場した職員の心理ストレスに関する調査研究 消防科学研究所報, 33, 158-162.
- 清水 裕 2000 災害時における援助とサポート 高木 修 (監) 西川正之 (編) シリーズ21世紀の社会心理学4 援助とサポートの社会心理学 Pp. 62-72.
- 新道幸恵 1996 被災体験と看護ケア 岡同哲雄 (編) 現代のエスプリ別冊 被災者のこころのケア 至文堂 Pp. 156-164.
- 消防科学研究所第4研究室 1998 災害ストレス実態調査報告書
- 東京消防庁 (編) 村井健祐 (監) 2000 惨事ストレス対策の手引き 東京消防庁人事部健康管理室
- Turner, S.W., Thompson, J. & Rosser, R.M. 1995 The Kings Cross fire: Psychological reactions. *Journal of Traumatic Stress*, 8, 419-427.
- Ursano, R.J., Fullerton, C.S., Vance, K. & Wang, L. 2000 Debriefing: Its role in the spectrum of prevention and acute management of psychological trauma. In B. Raphael & J.P. Wilson (Eds.) *Psychological debriefing*. United Kingdom: Cambridge University Press. Pp. 32-42.
- Wee, D.E., Mills, D.M. & Koehler, G. 1999 The effects of critical incident stress debriefing (CISD) on emergency medical services personnel following the Los Angeles Civil Disturbance. *International Journal of Medical Personnel*, 1, 33-37.
- Wilson, J.P. & Sigman, M.R. 2000 Theoretical perspectives of traumatic stress and debriefing. In B. Raphael & J.P. Wilson (Eds.) *Psychological debriefing*. United Kingdom: Cambridge University Press. Pp. 58-68.
- 矢島潤平・津田 彰・古賀章子・牧田 潔・前田正治 2002 消防隊員を対象としたPTSD調査(1)—調査研究と半構造化面接から— 日本健康心理学会第15回大会発表論文集, 170-171.
- 財団法人地方公務員安全衛生推進協会 (編) 1996 阪神・淡路大震災が職員の健康に与えた影響等に関する研究会報告書
- 財団法人地方公務員安全衛生推進協会 (編) 2002 消防職員の現場活動に関わるストレス対策研究会中間報告書

(受稿10月9日：受理11月13日)