

〔博士論文概要〕

警察官のメンタルヘルス及び惨事ストレスの組織的な対策に関する研究

平成 29 年度

藤代 富広

筑波大学大学院人間総合科学研究科生涯発達科学専攻

本論文は、日本の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにし、惨事ストレスに影響を及ぼす要因を検討した上で、警察における組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策を検討しようとしたものである。

第 1 章では、本論文の研究協力者が出動した災害である、東日本大震災及び御嶽山噴火災害の概要を説明した。第 2 章では、警察官の惨事ストレスに関する先行研究を整理し、日本の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにした上で、組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策の方法を明らかにする必要性を指摘した。

以上を踏まえ、①警察官の惨事ストレスの実態、②警察官の惨事ストレスへの影響要因、③警察における組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策の方法の 3 点を明らかにすることを目的に調査を進めた。

1 警察官の惨事ストレスの実態

本論文の第一の目的として、警察官の惨事ストレスの実態を検討した。広域災害により甚大な被害を受けた被災地に特別出向した警察官のストレスの調査（研究 1）（第 4 章）の結果、特別出向警察官のストレス要因は「行方不明者の捜索」と「被災者対応」であった。バーンアウトのハイリスク者は約 5% であった。被災地内において、甚大な災害の発災直後から救援活動に従事していた、警察事務職員を含む警察職員の惨事ストレス調査（研究 2）（第 5 章）の結果、強い負担であった業務は、「行方不明者の捜索」、「救出・救助」、「検視・遺体見分」であった。災害の発災直後から被災地内で災害対策活動に従事した警察職員の 29% が強い惨事ストレス状態にあった。火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究 3）（第 6 章）の結果、「救護活動」に従事した警察官

において外傷性ストレス反応が強かった。外傷性ストレス反応のハイリスク者はいなかったが、外傷後ストレス診断尺度の測定により、外傷性ストレス反応のために日常生活に1か月以上の支障が続いていた者は約5%いた。広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4）（第7章）の結果、面接対象とした9名中8名が生存者罪責感や侵入症状を始めとした強いストレス反応を有していた。この惨事ストレスは、発災後3か月から6か月程度経過した頃に生じた遅発性のものであった。

以上の結果から、本論文の第一の結論は、災害対策業務に従事した日本の警察官の惨事ストレスの実態として、惨事ストレスの発生率は約5%から約29%にわたっていたことである。対応する災害や従事期間、発災から経過した時間、被災地内での活動と被災地外から派遣されての活動により、惨事ストレスの発生率や状態に大きな差が見られた。すなわち、発災直後から被災地内で救援活動に従事した警察官においては、惨事ストレスの発生率が高かった。

2 警察官の惨事ストレスへの影響要因

本論文の第二の目的として、警察官の惨事ストレスに影響を及ぼす要因を検討した。被災地の特別出向警察官のストレス調査（研究1）（第4章）では、厳しい環境下で長時間の行方不明者捜索への従事や、喪失体験を述べる被災者の心情に共感しながらも掛ける言葉を見つけられずに自責感を抱くことが、被災地の特別出向警察官のストレスに影響を及ぼす要因と推定された。被災地内で発災直後から救援活動に従事していた警察職員の惨事ストレス調査（研究2）（第5章）の結果、「被災者の心情に接することに強いストレスを感じた体験」が惨事ストレスに強い影響を及ぼす要因と推定された。火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究3）（第6章）の結果、発災直後に危険な状況下での「救護活動」に従事したこと、仕事や個人に関する心配事があることが惨事ストレスに影響を及ぼす要因と推定された。広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4）の結果、部下を殉職で失い、心情を誰にも話せずにいたことや、惨事ストレス対策の知識が少なくセルフケアを実践していないことが惨事ストレスに影響を及ぼす要因と推定された。

次に、警察官の惨事ストレスを緩和する要因について検討した。被災地の特別出向警察官のストレス調査（研究1）（第4章）の結果、行方不明者の捜索活動で成果を上げられない状況にあっても、同僚等と交流しながら、被災地での活動経験を警察官としての自分の

将来の糧として活かそうと考えていたことが、バーンアウトを緩和する要因と推定された。被災地内において発災直後から救援活動に従事した、警察職員の惨事ストレス調査（研究2）（第5章）の結果、困難な状況下においても自己の感情を適切に保つ「感情調整」をできていたこと、困難が警察職員としての将来の糧になると考える「肯定的な未来志向」をできたこと、友人のサポートを多く得ていたことが、惨事ストレスを緩和する要因と推定された。火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究3）（第6章）の結果、火山噴火災害の対策業務に従事した警察官において、同僚や友人からのソーシャル・サポートが惨事ストレスを緩和する要因と推定され、上司や同僚からのソーシャル・サポートが平時のストレスを緩和する要因と推定された。広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4）（第7章）の結果、惨事ストレス対策の知識を有し、自身のストレスについて部下等に積極的に開示し、支え合っていたことが、惨事ストレスを緩和する要因と推定された。

警察官の自覚したストレス及び要因分析をした結果、第二の結論として、「同僚等の殉職」という喪失体験、「救出・救助」や「救護」という発災直後の危険な状態での活動と「放射能被爆の危険性」という危機への直面、「行方不明者捜索」や「検視・遺体見分」という遺体関連業務、「被災者の心情に接すること」という被災者への支援業務、の4点が、警察官の共通の惨事ストレスの要因と推定された。一方、精神的回復力の感情調整と肯定的な未来志向が高いこと、上司や同僚からのソーシャル・サポートを受けること、惨事ストレス対策に関する知識に基づくセルフケアを行い、支え合う意識を持つことという3点が、惨事ストレスを緩和する要因と推定された。

ソーシャル・サポートの中でも、上司によるサポートは平時のストレス反応を緩和する要因となり、同僚によるサポートは外傷性ストレス反応を緩和する要因となり、ソーシャル・サポートの提供者によって緩和するストレス反応が異なることが明らかになったことが、本研究による新たな知見である。さらに、警察幹部職員が自身の惨事ストレスを自己開示し、ストレス対処を行うことが惨事ストレスの緩和になっていたことが明らかになったことについて、警察官の惨事ストレスに関する先行研究では指摘されていないことであり、本研究による新たな知見である。

3 警察における組織的な惨事ストレス対策の実施に必要な方法

本研究では、グループ・ミーティングの効果検証（研究5）（第8章）、災害対策業務に

従事する予定の警察官における上司への相談に関する意識（研究6）（第9章）、警察幹部職員における部下への支援に関する意識の検討（研究7）（第10章）を行った。その結果を踏まえ、第三の結論は、警察において組織的な惨事ストレス対策を実施するためには、参加者の回避症状に配慮した上でのグループ・ミーティング、仕事上のストレスを上司に相談しやすい人間関係の構築、職員同士で話し合っ支え合うことの有効性が示されたことである。本研究では、災害の場面や殉職した同僚等を繰り返し想起して苦痛を感じる回避反応を持つ警察官が、グループ・ミーティングについて否定的に捉えていたことを明らかにした。この知見は先行研究では明らかにされておらず、本研究による新たな知見である。

4 警察幹部職員の惨事ストレスとその対策

第四の結論は、警察幹部職員においては、部下の殉職が強い惨事ストレスのストレスサーと推定され、部下と支え合うようなソーシャル・サポートに乏しく、外傷的出来事から3か月から6か月程度経過した後に惨事ストレス状態になる遅発性惨事ストレスが生じていたことであった。また、幹部職員を対象とした惨事ストレス対策に関する研修の効果を検討した結果、1か月後に惨事ストレスに関する知識が深まっており、幹部自身がストレス対処を始めとした惨事ストレス対策を実践することの有効性が示唆されたことであった。

本研究における警察幹部職員のソーシャル・サポートの乏しさや、警察幹部職員もストレス反応を持ち得るということが、警察幹部職員のストレスに関する先行研究と整合していた。また、消防の幹部職員が遅発性惨事ストレスを経験し得ることが明らかにされており、本研究における警察幹部職員の遅発性惨事ストレスがこの先行研究との結果と整合していたと解釈される。しかし、警察幹部職員の惨事ストレスの発生の過程や、惨事ストレス対策に関する研修受講により惨事ストレス対策の知識を有してストレス対処を実践することの意識づけに関する先行研究はない。したがって、警察幹部職員の惨事ストレスの発生の過程を明らかにしたこと、警察幹部職員が惨事ストレス対策に関する研修を受講したことにより惨事ストレス対策の知識を有してストレス対処を行う意識付けの有効性を示唆したことは、本研究による新たな知見である。

以上により、本論文では、日本の警察官の惨事ストレスの実態、惨事ストレスへの影響要因、組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策の方法を検討した。