

心理専門職の災害支援における共感疲労とメンタルヘルスケア

Compassion fatigue and mental health care for psychological professionals in disaster support

224J2008 田中 美帆
Miho Tanaka

指導 池田 美樹 准教授
Thesis Supervisor: Miki Ikeda

国際学術研究科国際学術専攻心理学実践研究学位プログラム 臨床心理分野

Master of Arts Program in Clinical Psychology Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies J. F. Oberlin University

【問題】近年、自然災害の激甚化・頻発化に伴い、被災者支援を担う心理専門職自身のメンタルヘルス対策が喫緊の課題となっている。心理職はトラウマ体験を持つ被災者への「共感的な関わり」を職務とするため、二次的外傷性ストレスや共感疲労のリスクが高い。しかし、「専門家である自分は大丈夫」というスティグマから自身のケアを軽視する傾向が指摘されている。本研究は、災害支援における心理専門職の共感疲労・共感満足の実態と、組織的なラインケアや個人のセルフケアとの関連を明らかにすることを目的とした。特に、支援経験の多寡や活動時期(急性期・中長期)の違いが心理的負担に及ぼす影響について検証を行った。

【方法】災害支援経験のある臨床心理士・公認心理師 23 名を対象にオンライン質問票調査を実施した。測定尺度には、共感満足/共感疲労(藤岡, 2007), 援助者支援対策項目(藤岡, 2011)に加え、活動フェーズ(活動前・中・後)ごとに実施された具体的なケア内容を問う独自作成の「セルフケア・ラインケアチェックリスト」を用いた。質問項目は、世界保健機関(WHO)の心理的応急処置(サイコロジカルファーストエイド)フィールドガイド(2011)を参考に臨床心理学を専攻する大学院生 1 名と臨床心理学、および災害支援を専門にし、かつ実践経験を持つ大学教員 1 名が独自に作成した。分析では、経験回数(1 回群/2 回以上群)および活動時期による t 検定と、各変数間の相関分析を行った。

【結果と考察】本研究は、心理専門職の災害支援における共感疲労・満足の実態と、セルフケア・ラインケアの関連を明らかにすることを目的とした。具体的には、①経験回数(1 回群/2 回以上群)による差、②セルフケアとラインケアの関連、③活動時期(急性期 vs 中長期)による差について仮説を検証した。結果、①経験回数および③活動時期による共感疲労・満足の有意差は認められず、仮説は棄却された。これは事前研修による準備性の向上やサバイバーバイアス、時期に関わらず疲労総量が高いことが要因と考えられる。一方、②個人のセルフケアと組織のラインケアには正の相関が認められ、仮説は支持された。組織的支援が個人のケア行動を促進することが示唆される。

参考文献

- 藤岡 孝志 (2007). 児童福祉施設における職員の「共感満足」と「共感疲労」の構造に関する研究 日本社会事業大学研究紀要, 54, 75-116.
- 藤岡 孝志 (2011). 共感疲労の観点に基づく援助者支援プログラムの構築に関する研究 日本社会事業大学研究紀要, 57, 201-237.
- World Health Organization, War Trauma Foundation and World Vision International (2011). Psychological first aid: Guide for field workers WHO: Geneva (訳:(独)国立精神・神経医療研究センター, ケア・宮城, 公益財団法人プラン・ジャパン(2012), 心理的応急処置(サイコロジカル・ファーストエイド:PFA)フィールド・ガイド.