

緊急事態ストレスマネジメント

■きんきゅうじたいすとれすまねじめんと

critical incident stress management

災害等の極度の急性ストレス (acute stress) を経験した人々への危機介入手段として用いられるストレスマネジメント技法の総称である。ただしこの用語は、米軍の救急隊員であった心理学者ミッチェル (Mitchell J. T., 1983) が構造化した緊急事態ストレス・デブリーフィング (critical incident stress debriefing : CISD) とほぼ同義で用いられることが多い。緊急事態におけるストレスマネジメント (stress management) は、極度の急性ストレス発生後 72 時間以内 (3 日以内) に行われることが望ましいとされている。2 時間程度の集団技法であり、出来事に対するイメージの再構成や急性ストレス反応に関する心理教育などが行われる。ただし、このような 1 セッションのみで行われる画一化された CISD については、その意義に関して疑問視する声が少なくなく、効果がないとする論文も散見される。有意義で効果的なものとするためには、自然災害や暴力・犯罪などといった緊急事態の性質やその事態発生後の経過時

間、緊急事態ストレスマネジメント利用者の性質や集団の性質などを考慮しなければならない。今後の発展が期待される技法である。

⇒危機介入, デブリーフィング, ト라우マ, ストレスマネジメント

[田中芳幸]