

## 情動認識力と視点取得が心理臨床家の共感疲労・満足に与える影響

本 田 奈々子

対人援助職が援助を行う上で、被援助者から受ける影響は大きく精神的な負担は大きいとされている。特に近年では虐待件数やDV件数の増加に伴い、児童養護施設職員やDV支援者などのトラウマを負った被害者に援助を行う対人援助職の負担が大きくなっていることが指摘されている。トラウマを負った被害者を支援する中で、自分はトラウマ体験を直接は経験していないにも関わらず、自身も外傷後と同じようなストレス反応を経験することがある。そのような援助者が示すストレス反応を「共感疲労 (compassion satisfaction)」という。これまで日本における共感疲労に関する研究はPTSD患者やトラウマ経験を負った方に対して支援を行っている者に限定されてきており、心理臨床家の共感疲労に関する研究はなされてきていない一方で、トラウマを抱えたクライアントと接することは心理臨床家にとっても影響は大きく心労や精神的な健康につながるということが示唆されている。そこで本研究では心理臨床家の共感疲労に焦点を当てて調査を行うこととした。先行研究で共感疲労に陥らないようするための要因として、相手の立場に立ち物事を捉えることができるという「視点取得」との関連が明らかになっているが、視点取得の前段階には自他の感情を認識する能力である「感情への気づき」が必要であることが指摘されている。そこで心理臨床家の共感疲労の予防的観点から検討を行うために、本研究では以下の3点を目的として調査を行った。1点目は心理臨床家の共感疲労の実態を明らかにするために、共感疲労の危険度を先行研究に従い分類し、比較検討を行うことである。2点目は共感疲労・共感満足に与える影響について「感情への気づき (情動認識力・他者認識力) → 認知的共感 (視点取得・自己指向的反応) → 共感疲労・共感満足」という仮説モデルを用いて検討することである。3点目は共感疲労・共感満足、感情への気づきの観点から心理臨床家の成長に関して検討するために、資格年数別に群を分けて、比較検討を行うことである。

臨床心理学を先行する大学院生から臨床の実践の場で活動を行っている者を対象にWeb調査を実施し、114名の回答を得た。分析の結果から、心理臨床の共感疲労の危険性は、5段階中1番危険性が高いとされる段階に約半数の割合を占めていたことが明らかになった。資格年数別の群の比較においては共感疲労は熟練者よりも初学者において陥りやすいことが示唆された。またモデルの検討からは、自他の感情を認識する力である感情への気づきが認知的共感を経て、共感疲労・共感満足に影響を与えることが示された。得られた結果から、心理臨床家の共感疲労の危険性は高い傾向にあることが示唆され、共感疲労に陥らないようするための予防的観点として、自他の感情を認識する力を身に着けることが重要であることが示唆された。