

경찰관의 외상후 스트레스 장애 실태 및 대처방안

The Actual Conditions and Countermeasures of Post Traumatic Stress Disorder among Police Officers

신성원*
대구한의대학교*

Sin Seong-Won*
Daegu Haany Univ.*

요약

이 연구에서는 경찰관의 외상후 스트레스 장애 실태를 파악하고 그에 따른 대처방안을 모색하고자 하였다. 경찰관의 외상후 스트레스 장애 실태는 연구에 따라 다소 차이는 있으나 비교적 높은 수준이고, 소방관과 비교해도 상대적으로 높은 수준이다. 이에 대한 대처방안으로 고위험 경찰공무원의 발견 및 관리, 위기상황 스트레스 관리 기법의 보급, 직원 지원 프로그램의 도입, 동료 및 가족의 적극적 개입, 스트레스 관리 교육 등을 제시하였다.

I. 연구의 배경 및 목적

전쟁, 천재지변, 교통사고, 화재, 성폭행 등과 같이 생명과 신체에 대한 심각한 손상위험을 주는 극심한 사건으로 인한 정신적 충격을 외상(trauma)이라고 한다. 이 외상에 잇따라 나타나는 여러 가지 정신적, 신체적 증상들을 총체적으로 외상후 스트레스 장애(Post Traumatic Stress Disorder : PTSD)라고 한다.

경찰관들을 대상으로 실시한 연구조사의 결과에 의하면, Carlier 등은 최근에 위급상황에 노출되었던 경찰관들 중 7%가 PTSD 상황에 처해있음을 보고하였으며, 34%는 PTSD보다는 정도가 약하지만 심각한 심리적인 스트레스 상태에 있음을 보고하였다. Ohio 경찰관들에 대한 조사연구에서도 13%가 PTSD로 분류되는 결과가 나타났다. Robin 등에 따르면, 교외(suburban) 경찰관의 13%가 사기, 장기 결근, 직업적 건강, 조기 퇴직, 가족 관계에 상당한 영향을 미치는 PTSD 증후를 보이는 것으로 나타났다.

우리나라에서 그 동안 경찰관의 PTSD를 실증적으로 살펴본 연구는 거의 없었다. PTSD는 사건들로 인한 직접적인 육체적 상해뿐만 아니라 간접적인 심리적 충격 그리고 단순한 목격만으로 유발될 수 있기 때문에, 선행 연구가 없는 상태에서 우리나라의 PTSD 실태를 가늠하기는 어렵다.

따라서 본 연구는 경찰관의 실제 외상후스트레스장애 실태를 파악하고, 그에 따른 대처방안을 모색하고자 하는 것이다.

II. 경찰관 외상후 스트레스 장애 실태

외상성 사건의 노출에 따른 외상성 스트레스 및 외상

후 스트레스 장애 증상을 측정하기 위해 여러 가지 척도들이 개발되어 왔는데, Horowitz 등(1979)은 외상관련 증상을 자기보고식으로 작성하는 척도인 사건충격척도(Impact of Event Scale : IES)라는 도구를 개발하였고, 이 척도는 현재까지 전세계적으로 가장 널리 사용되고 있다.

우리나라에서는 은현정 등(2005)이 한국어판 사건충격척도 수정판(IES-R-K)의 신뢰도와 타당도를 평가해본 결과 일본, 중국, 프랑스, 독일의 IES-R 표준화 연구와 비교할 때, 신뢰도와 타당도가 우수하게 나타났다.

본 연구에서는 IES 및 은현정 등(2005)이 제시한 IES-R-K를 활용한 연구들을 중심으로 외상후 스트레스 장애 실태를 파악하고자 한다

외상후 스트레스 장애(PTSD) 수준을 은현정(2005)의 연구에서 제시한 절단점을 중심으로 하여 분류하여 보면, 25점 이상을 외상후 스트레스 장애 수준이 높은 완전 PTSD 집단, 18-24점을 부분 PTSD 집단, 17점 미만을 외상후 스트레스 장애 수준이 낮은 정상 집단으로 구분할 수 있다.

표 1. 경찰관의 외상후 스트레스 장애 수준

연구자	완전 PTSD (25점 이상)	부분 PTSD (18-24점)	평균(표준편차)
신성원(2007)	33.3%(348명)	8.8%(92명)	16.02(15.75)
황인희(2009)	12.7%(70명)	8.5%(47명)	-
이옥정(2010)	22.9%(64명)	17.1%(48명)	16.3(13.95)
Gersons(1989)	46%	46%	-
Dwyer(2005)	14.8%	28.6%	-

표 2. 소방관의 외상후 스트레스 장애 수준

연구자	완전 PTSD (25점 이상)	평균(표준편차)
권순찬 등(2008)	13.7%(20명)	11.26(13.12)
최혜경(2010)	36.9%(805명)	13.74(7.39)
김윤정(2010)	17.6%(383명)	12.44(15.31)

Ⅲ. 대처방안

1. 고위험 경찰공무원의 발견 및 관리

최근 외상성 사건을 경험한 경찰관을 대상으로 PTSD 측정도구 등을 활용하여 사전에 고위험 경찰관을 발견하고 추적하여 지속적으로 관리.

2. 위기상황 스트레스 관리 기법의 보급

경찰관, 소방관, 인명구조요원, 교정공무원, 의료직 종사자 등 생명이 위협한 상황과 폭력적이거나 잔혹한 장면에 노출되기 쉬운 직업을 가진 사람들은 위기상황 스트레스(Critical Incident Stress)를 겪기 쉬운데, 이러한 위기상황 스트레스는 수면장애, 긴장, 신경과민, 악몽, 침습적 사고 등을 초래하며, 스트레스가 강화되면 외상후 스트레스 장애(PTSD)로 발전하게 됨.

위기상황 스트레스가 만성화·고착화·악화되기 전에 효과적으로 대처할 수 있는 방안이 요구되는데, 선진국에서는 그러한 스트레스에 대한 심리적 지지 프로그램인 위기상황 스트레스 관리(Critical Incident Stress Management : 이하 CISM)가 널리 보급되어 있음.

3. 직원 지원 프로그램의 도입

직원 지원 프로그램(Employee Assistance Programs : EAP)을 개발하여 직원의 스트레스 등 개인적 문제에 대한 폭넓은 개입과 예방활동을 시행.

EAP는 직원이 당면한 문제들에 대해 상담과 서비스를 제공하며, 전문가와의 연계 등을 통하여 직원의 고통을 완화시킴.

4. 동료 및 가족의 적극적 개입

PTSD로 인한 2차적 피해를 방지하기 위해서는 강력한 지원 시스템이 필요. 특히, 가족과 동료 같은 가장 가까운 사람들로부터의 지지는 핵심적 요소.

5. 스트레스 관리 교육

PTSD 뿐만 아니라 다양한 스트레스에 대처할 수 있는 스트레스 관리(Stress Management) 기법을 교육·훈련

하여 경찰관 스스로 스트레스를 통제할 수 있는 능력을 보유하도록 함.

■ 참고 문헌 ■

- [1] 신성원, *경찰공무원의 일상적·직업적 경험이 스트레스 수준에 미치는 영향*, 원광대학교 대학원, 석사학위논문, 2007.
- [2] 이옥정, *경찰관의 외상성 사건 경험이 외상후 스트레스 장애(PTSD) 증상에 미치는 영향*, 서울대학교 대학원, 석사학위논문, 2010.
- [3] 황인희, *경찰공무원의 직무스트레스 및 외상후 스트레스가 소진에 미치는 영향*, 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2009.
- [4] 권순찬 등, "일개 소방서 소방관들의 외상후 스트레스 증상 및 관련요인", *대한산업의학회지*, 제20권, 제3호, pp.193-204, 2008.
- [5] 최혜경, *소방공무원의 외상사건경험이 외상후스트레스 장애 증상, 정서적 탈진, 신체증상, 사회 및 직업기능에 미치는 영향*, 아주대학교 대학원, 박사학위논문, 2010.
- [6] 김윤정, *소방공무원의 외상후 스트레스에 관한 연구*, 인제대학교 대학원, 석사학위논문, 2010.