

基于CPT模型的应急救援心理干预

马 贝¹, 罗鹏哲²

(1. 榆林市消防支队, 陕西 榆林 719319; 2. 中国人民武装警察部队学院, 河北 廊坊 065000)

摘 要:介绍当前公安消防部队所面临的应急救援任务形势, 强调在应急救援进程中实施心理干预的重要性。描述心理应激的CPT模型及其理论, 以CPT理论为基础, 结合救援任务特点, 分析提高心理干预的对策, 针对不同灾害事故救援, 提出三种类型事故救援的处置干预的特点、要点。

关键词: 消防; 应急救援; CPT模型; 心理干预

中图分类号: X921, TU998.1 **文献标志码:** B

文章编号: 1009-0029(2011)01-0085-04

近年来, 我国平均每年发生各类灾害事故达70多万起, 因各类灾害事故及突发公共事件造成的非正常死亡人数超过20万人, 伤残超过200万人。消防部队是24小时全天候战备执勤部队, 常年参加灾害事故处置, 经过多年的建设与发展, 已经成为一支专业的应急救援力量, 一旦灾害事故发生, 反应及时, 调动迅速, 通常是第一时间到达现场的专业救援力量。社会对公安消防部队的应急救援需求不断上升, 作为国家应急救援的重要力量, 公安消防部队接警出动次数不断增多, 资料显示, 2006年全国消防部队参加应急救援的次数占全部出动次数的54%, 2007达到了67%, 2008上升到74%。消防部队任务类型的改变带动了有关提高应急救援成效的研究工

作, 但研究主要集中在应急救援技战术、处置规程、救援装备器材、人员知识技能培训等方面, 而基本没有涉及消防部队在救援进程中运用心理干预的研究, 因此, 笔者结合CPT理论进行相关的讨论。

1 救援中心理干预的必要性

目前, 对于心理干预的研究主要集中在灾后心理创伤的发生、危害和干预模式等方面, 侧重于事故灾难后的心理疏导与救助。但实际上在救援过程中引入心理干预加以辅助, 具有不可忽视的作用。

1.1 推动救援进行

灾害事故不仅威胁人员生命安全, 带来经济损失, 而且由于其具有恐怖性、突发性以及破坏性, 强烈冲击遭受灾害事故人员的情感, 会造成高度心理不适, 引发绝望等不良情绪, 尤其是处在灾害现场中等待救援的人员, 忍受生理和精神的双重痛苦, 如果情绪波动过大, 行为容易失去理智, 将干扰救援行动。如能在救援中进行心理干预, 就能引导受灾人员平息情绪, 鼓励其求生意志, 使其积极配合救援人员的行动, 提高救援成效, 这在耗时长、救援难度大的事故救援中尤为重要。

1.2 减轻心理创伤

心理应激反应是人的身体对各种紧张刺激产生的适

参考文献:

- [1] 李采芹, 王铭珍. 中国古建筑与消防[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 2009.
- [2] 袁以新. 苏州古城·平江历史街区[M]. 上海: 上海三联书店, 2004.

The balance between the development for utilization and the fire protection of architectural heritage

CAO Qi

(Suzhou Fire Detachment, Jiangsu Suzhou 215021, China)

Abstract: The fire protection of architectural heritages in Suzhou ancient city was researched. The fire safety of ancient construction which was listed as cultural relic protection unit is better than which was used as normal building. According to the current fire protection status, the asymmetry between fire-resistance rating and firefighting requirements, between infrastructure and fire protection demands as well as the asymmetry

between the modern fire protection facilities and the traditional fire protection mode were analyzed. In this way, the development, utilization and fire protection of the architectural heritages have been further explored and analyzed from three aspects of achievements; the balance between the development and utilization and the fire protection safety management system, the internal fire protection safety conditions and utilizing functions, as well as between the fire protection infrastructure and fire protection demands. Moreover, the specific practices are provided as the supporting proofs.

Key words: fire protection management; fire protection facility; Suzhou ancient city; architectural heritages

作者简介: 曹 奇(1969—), 男, 江苏南通人, 苏州市消防支队支队长, 高级工程师, 硕士, 主要从事消防监督和社会消防管理创新研究工作, 江苏省苏州市金鸡湖路198号, 215021。

收稿日期: 2010-08-21

应激反应,过度或时间过长的应激将扰乱人的生理系统,严重时可能引起精神上的疾病。灾难事故是强烈的社会应激源,经历过灾难事故的人可能出现某些精神问题。在自然灾害下,有4%~10%的人由应激反应发展为应激障碍。

需救助者的心理创伤是随着时间发展而加深的,事故灾害初期出现的心理危机,症状明显,程度较轻,采用一般的心理干预方法就能取得较好的效果。在救援中对受灾群体与相关人员及时进行心理救助,提前引入心理干预,能减轻需救助人员的不良心理应激反应,有益于灾后后续心理治疗和辅导,能促进心理康复。

1.3 阻止恐惧波蔓延

灾害事故发生时,人群产生的恐惧感能相互影响、蔓延,一旦缺乏有效的遏制,可能形成恐惧波,影响现场的消防员、其他需救助者及与之有关联的人。在救援现场,由于客观条件限制,救援力量总是相对不足,被救助人在救援缺乏的情况下会产生恐慌焦躁、麻木无助等情绪,影响救援人员。

而消防救援人员处在灾害现场,精神高度集中,处于众多因素影响下,也会产生不良的心理应激状态,如缺乏灾害信息带来的决策压力,惨烈的灾害现场的感官刺激,情绪激动的受灾人员干扰等因素,都能引起消防员的焦虑、紧张、恐惧等情绪,降低消防员的反应、判断、思维等能力,此类过度应激反应将引起人员的战斗、执勤能力的削弱甚至是暂时性能力丧失。而消防员作为专业的救援人员,应采取正确的应对方法,积极调整自身状态抵御外界刺激,采取合适的心理干预方式,稳定需救助者心理的同时筑起一道屏障,遏制恐惧的传播。

2 CPT 应激模型

应激在心理学和医学上有重要的应用意义,相关的研究已经形成了较为完备的理论体系。CPT 理论最初由美国著名心理学家 Lazarus 等提出,是重要的应激理论之一。

2.1 模型简介

应激 CPT 理论模型是一种心理学模型,即认知—现象—相互作用理论模型。它重点从心理的角度,分析了应激产生以及发生机理,其理论模型如图 1 所示。

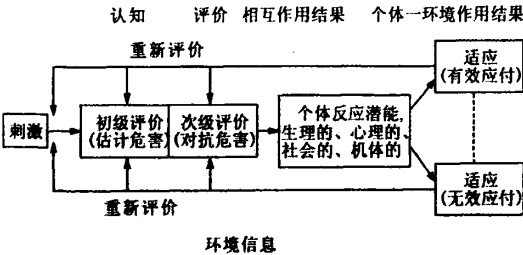


图 1 应激的 CPT 模型

CPT 理论可以用三个关键点描述:(1)认知。不同个体的应激差异来自于个体的不同思维、经验以及对事件的体验。认知包括了两个评价的环节:初级评价是指个体对事件对于自身的威胁、伤害进行评价;次级评价是指个体对自身的应对能力进行评价,如果认为自身有能力抵御威胁、伤害,个体的应激反应的强度就会很低或不存在,反之就会产生恐惧、惊慌等心理应激。这能解释同一灾难事故中不同个体不同程度的心理反应。(2)现象。现象包括了个体经历事件的时间、地点、过程、环境以及具体的个人,是具体影响心理应激发生的各种因素;(3)相互作用。心理应激反应是个动态过程,个体和环境之间的相互作用一直存在,个体不断接受来自环境的信息反馈,并不断调整以应对环境,是消防员对被救者提供信息实施心理干预,从而影响到被救助者的心理,调节其状态的关键。

CPT 理论阐述了心理应激反应的机理,强调个体心理和行为,以及个体自身行为的调整作用,为救援现场实施心理干预提供了理论支持。

2.2 对策分析

文献[14, 15]指出,灾害事故受害人、其家属、救援人员都能产生心理应激。笔者分析对象只涉及灾害事故受害人(需救助者)、消防员。

大多数的需救助人员,由于缺乏相关的灾害事故知识和专业应急训练,对灾害事故信息了解严重不足,心理素质也没有经过强化训练,容易受到外界错误信息的影响,个体对于灾害事故的判断准确度低,灾害事故发生时,由于自我保护的潜意识作用,个体对灾害事故的初级评价通常偏高,即对灾害事故危害力估计过高。一定情况下,被救者可能受伤,伤痛的生理痛苦更能加重评价。偏高的初级评价将导致偏低的次级评价,即对自身能力的低估。两者共同作用,产生较强的心理应激,导致需救助者产生严重的挫败感,可能引发恐惧,导致哭喊、撕咬等行为。对于在灾害事故现场生命受到威胁,急需救援的人员,这种应激反应越加明显。要提供有效心理干预,关键是要降低心理应激水平,帮助被救助者建立新的评价,使用交谈、安慰、倾听、鼓励等方式,提供有效的信息(必要时可以挑选有利信息),使被救助者降低灾害的初级评价,提高次级评价,从心理上建立事态良性发展的印象,稳定情绪,等待、配合救援行动。

消防员具有特殊性,一方面是对被救助者提供心理干预的主体,另一方面其心理不可避免地被灾害现场、受灾人员等因素影响,可能出现心理问题。有研究报道,当突发事件灾难发生时,参与救援的官兵在不同程度上都存在着心理压力或恐惧心理。前者是有组织、有计划的集体行为,属于救援行动的一部分,而后者是隐性的,属

于灾害事故对个体的影响。消防员在影响被救助者心理的同时,还要注意防止自身心理被过度影响。稳定的心理状态能保证消防员发挥救援能力,抵御灾害刺激,也是提高心理干预成效的重要因素。根据CPT理论,要降低心理应激水平,消防员对灾害的认知要准确,才能从生理、精神上较好地应对灾害事故,可以有针对性地着手:(1)加强组织心理项目的训练,有意识地将心理训练融入日常训练中,提高消防员的心理素质。(2)结合特种灾害的应急救援技战术,结合常用的心理干预方式、手段,开展相关培训、讲座,定期进行操作演练。(3)注意疏导消防员日常的不良情绪,降低负面心理堆积,维护心理健康。(4)对于处置灾害事故后出现不良心理应激的队员,要及时进行心理辅导,若参与的灾害处置规模大、时间长也可引入专业心理辅导人员,组织集体心理辅导。

3 心理干预方法的探讨

3.1 灾害事故重分类

国务院《关于进一步加强消防工作意见》以及《中华人民共和国消防法》明确了公安消防部队的应急救援任务范围,笔者为讨论方便,根据事故灾害的不同干预特点将其重新分为3类。I类事故为需救助者躯体受到较严重创伤,急需得到有效的医疗救治,或是人员处于缺氧、毒气、热烟气、火焰等危险环境下,生命时刻受到威胁,需要迅速救援的事故;II类事故为需救助者躯体基本无伤或受创较轻,躯体全部或部分困于狭小的空间,不能自由移动,救援耗时可能较长的事故;III类事故为未患精神病人的轻生事故,主要包括登高自杀、投水、触碰高压电线等事故。

3.2 常用心理干预方法

对比事后专业人员所组织的系统心理辅导,在应急救援进程中引入心理干预,应具有时效强、周期短、操作简易等特点,不能占据救援人员过多精力,影响到救援操作,结合CPT理论,常用的方法有以下4种:

(1)交流传递信息。消防员与被救者交谈,初步了解被救者的身体状况,分散被救援者的注意力,降低疼痛、恐惧、绝望等负面情绪的影响,随时告知被救援者注意事项,避免被救者丧失意识,保持其思维的不间断,向被救者述说救援进展,增强其获救信心。

(2)大声呼喊控制。消防员对被救者大声呼喊或使用扩音器材加大喊话的音量,造成消防员相对被救者的强烈心理强势地位,树立消防员的权威性与不可置疑性,控制被救者的情绪,防止出现不理智行为。

(3)倾听被救人员。倾听被救者述说,了解被救者的基本情况、思想动态等,从而获得与被救者交流而取得信任的机会,以便于有针对性地实施心理干预。

(4)唤起求生意志。消防员到场对被救者就有心理

暗示作用,在救援中,被救者对消防员有强烈的心理依赖,能充分信任消防员。消防员要保持稳定情绪,鼓励被救者求生,述说被救者熟悉的话题与人物,提供其关心的信息,最好能将被救者的亲属引入救援行动,唤起被救者的强烈求生意识。

3.3 不同事故的干预要点

3.3.1 I类事故

在I类事故救援中,有两种情况:(1)被救者在等待救援的过程中可能受到有毒气体、高温、缺氧、自身精神压力以及躯体创伤的影响,丧失意识,陷入昏迷。这时需要消防员通过各种方法、手段与被救者取得联系,促使其不断思考,保持意识的清醒,避免昏迷和休克等症状发生。(2)被救助者被火焰、热烟气困在有限空间,如阳台、窗口等处,身体被强烈热辐射灼伤,呼吸系统被热烟气影响,生理上的极度不适,导致被救者采取各种行动自救,可能出现类似跳楼的错误行为。消防员此时就要大声呼喊,控制住被救者,积极引导,制止不理智的行动,为救援争取时间。

3.3.2 II类事故

在救援耗时较长,如建筑倒塌事故中,被救者可能由于长时间被困,受到饥渴、伤痛等生理影响,以及对狭小空间的恐惧心理、人对黑暗的本能畏惧心理作用等因素的多重作用,出现幻听、生理活动水平降低、生命迹象微弱等情况,这时可采用交流与鼓励唤起求生意志,尽可能保持不间断的交流沟通。如果救援允许保持肢体接触,也能给被救者极大的心理安慰,应及时通知救援进展,提醒被救者能很快获救,告知被救者其亲友正在等待。

3.3.3 III类事故

III类事故中,轻生者受感情、事业、金钱等因素强烈刺激,精神状态不稳定,往往选择公共场所作为自杀场所。轻生人员内心充满生与死的矛盾,在寻求死亡获得心理解脱的同时,又渴望获得社会的帮助继续生活。对于轻生者,主要的心理干预方法是倾听和交流,消除轻生者对消防员的戒备心理,聆听轻生者的诉说,承诺能够帮助被救者解决其面临的问题,并尽可能联系到轻生者的亲人或朋友,令其参与到救援的心理干预中。

4 总结

(1)在应急救援中引入心理干预,能降低被救援者的心理应激水平,减轻心理波动因素对其行动的干扰,在提高救援成功率上有重要意义,也方便了灾害事故之后的心理辅导与疏通工作。

(2)CPT模型为研究分析灾害事故中的心理应激反应,从而有针对性地干预此类应激提供了解决思路,结合CPT理论,总结相关的心理干预方法、手段,能在实际救援中提高干预的效果。

(3)要取得较好得干预效果,就要在不同的灾害救援中,选择适用的心理干预方法。目前研究方法多是经验的方式总结,关于心理干预技术量化的研究仍需要开展。

参考文献:

- [1] 魏捍东,刘建国. 构建我国社会应急救援力量体系的思考[J]. 武警学院学报, 2008, 24(2): 16—21.
- [2] 公安部消防局. 2007 中国消防年鉴[M]. 北京: 中国人事出版社.
- [3] 公安部消防局. 2008 中国消防年鉴[M]. 北京: 中国人事出版社.
- [4] 公安部消防局. 2009 中国消防年鉴[M]. 北京: 中国人事出版社.
- [5] 王秋兰. 突发事件心理援助的“杭州”模式研究[D]. 北京: 中国政法大学, 2009.
- [6] 朱蕴丽, 苗元江. 公共卫生事件的心理应激与干预策略[J]. 南昌大学学报, 2005, 36(3): 49—52.
- [7] 张理义. 地震灾难后的心理危机干预[J]. 人民军医, 2008, 51(7): 411—412.
- [8] 孙桦. 灾难后的心理应激与健康[J]. 卫生职业教育, 2005, 23(18): 141—142.
- [9] 张义, 党海红. 创伤后应激障碍社会心理学危险因素[J]. 临床心身疾病杂志, 2008, 14(2): 186—187.
- [10] 贺泉莉. 严重突发事件的心理应激与危机干预[J]. 职业卫生与应急救援, 2008, 26(5): 252—254.
- [11] 王发强, 马全福, 刘庆安, 等. “处置突发事件”任务对官兵精神行为影响的研究[J]. 解放军医学杂志, 2002, 27(9): 818—820.
- [12] 王明辉, 张淑熙. 应激研究综述[J]. 信阳师范学院学报(哲学社会科学版), 2003, 23(1): 59—62.
- [13] 韦有华, 汤盛钦. 几种主要的应激理论模型及其评价[J]. 心理学, 1998, 21: 441—444.
- [14] 邢娟娟. 应急心理干预探讨[J]. 疾病控制杂志, 2007, (8): 407—409.
- [15] 邢娟娟. 浅谈应急心理干预对事故影响的作用[J]. 中国安全生产科学技术, 2006, 6(2): 73—77.
- [16] 段华明. 灾难心理危机干预[J]. 中国减灾, 2007, (5): 51—53.
- [17] 秦立鹏, 高洁. 攀高自杀事件处置技术研究[J]. 北京人民警察学院学报, 2009, (3): 49—51.

Psychological intervention in emergency rescue based on CPT model

MA Bei¹, LUO Peng-zhe²

(1. Yulin Fire Detachment, Shannxi Yulin 719319, China.

2. Chinese People's Armed Police Force Academy, Hebei Langfang 065000, China)

Abstract: Current emergency rescue situation of public security fire force was introduced briefly, and the importance of psychological intervention in rescue was emphasized. The CPT psychological stress model and its theory were introduced. Based on the CPT theory, combining characters of rescue missions, the strategies for improving the effect of psychological intervention were analyzed, and key points of psychological intervention

(上接第 75 页)

(3)在实战中锤炼。要善于利用执行火灾扑救和抢险救援任务时战前动员,树立敢打必胜的信念;要善于利用各种任务的突发性,做好大规模、高规格的宣传引导;要善于利用实战的极限性,有意识地在艰苦、危险、恶劣的事故环境中让官兵经受生死考验。

参考文献:

- [1] 张靖. 对爆炸性燃烧石油储罐火灾扑救对策的探讨[J]. 消防科学与技术, 2002, 21(1): 65—67.
- [2] 李建华, 黄郑华, 黄汉京. 重质油罐火灾热波传播及影响因素研究[J]. 消防科学与技术, 2003, 22(6): 463—467.
- [3] 李思成, 杜玉龙, 张学魁, 等. 油罐火灾的统计分析[J]. 消防科学与技术, 2004, 23(2): 117—121.
- [4] 侯遵泽. 油罐火灾冷却力量部署研究[J]. 消防科学与技术, 2004, 23(5): 491—494.
- [5] 张源雪. 原油储罐火灾热波速度的探究[J]. 消防科学与技术, 2005, 24(5): 546—549.

Revelation of explosion and fire fighting of petroleum storage in Dalian

TAO Qi-gang, XIONG Wei

(Hubei General Fire Brigade, Hubei Wuhan 430074, China)

Abstract: By the investigation on fire fighting practice of petroleum storage in Dalian and the analysis of successful experience, based on the large-scale fire fighting, discussion was made from aspects as extinguishant storage, tactical application, emergency rescue, safety protection and fighting spirit, which provided detail suggestion for preparation of fire service on fire fighting.

Key words: fire; petroleum storage; fire fighting and rescue

作者简介:陶其刚(1971—),男,湖北省消防总队战训处处长,主要从事灭火救援与部队训练管理工作,湖北省武汉市武昌区紫阳东路 69 号,430074。

收稿日期:2010—08—14

in 3 different rescue operations were put forward.

Key words: fire fighting; emergency rescue; CPT model; psychological intervention

作者简介:马 贝(1985—),男,陕西榆林人,榆林市消防支队锦界消防大队参谋,主要从事消防监督管理工作,陕西省榆林市府谷经济开发区,719319。

收稿日期:2010—08—23