

# 在日難民への心理的サポート ～アートワークを通じた難民への心のケア～

B0782013 佐野 真樹子

(総合人間科学研究科心理学専攻臨床心理学コース)

## 要約

本稿は、筆者の研究課題である在日難民への心のケアについて、その実践事例であるアートワークの取り組みについて紹介しながら、研究の社会的意義について論じたものである。

難民とは、政治的・宗教的など何らかの理由により他国に逃れてきた人たちのことを指す。そういった難民たちは、本国での迫害によるトラウマや、慣れない土地での不安定な生活におけるストレスを抱えながら日々の生活を送っている。欧米圏ではこうした難民たちへの心のケアについて、多くの統計的調査や実証的研究が報告されている。それらの先行研究により、難民たちの多くは不眠やうつ症状などといった何らかの精神症状を抱えているケースが多く、彼らが自立して自らの生活を営んでいくためにはメンタルケアが重要であることが明らかになっている。

日本でも難民を対象とした心のケアの重要性は徐々に認識され始めているが、日本が難民を受け入れ始めてからの歴史はまだ浅く、その実証的研究はあまり報告されていない。しかし日本にも毎年多くの難民たちが庇護を求めて来日しており、彼らは長期化する申請手続きや収容施設への入所経験等により、様々なストレスを抱えている。そのような難民たちに対し、どのような心のケアが必要とされているのか検討し、難民支援における心理士の役割について考えることは、司法・行政機関だけではなくより多くの職種が連携して難民支援にあたる上でも重要なことだと考えられる。そして、私たちと同じように地域で生活を営む難民申請者たちの適応をいかにして促進できるのか考察することは、様々な背景を持った外国人たちと、私たちが共に暮らしていくという多文化共生社会のあり方を考える上でも、意義あることなのではないだろうか。

本稿では、在日難民に対する心理的支援の取り組みの一例であるアートワークを紹介すると共に、今後の課題についても検討した。

## 1. 難民とは

難民とは、「人種・宗教・国籍もしくは特定の社会的手段の構成員であること、又は政治的意見を理由に迫害を受けるか、そのおそれがあるため国外にあり、国籍国の保護を受けられない者またはそれを望まない者」（「難民の地位に関する条約」および「難民の地位に関する議定書」による）と定義されている。現在 147 か国が 1951 年の「難民の地位に関する条約」（難民条約）と 1967 年の同「議定書」のいずれか一方、あるいは両方に加入し、難民条約そして地域条約による難民の定義を受け入れている。日本も 1981 年に両方の条約に加入し、この定義に当てはまる者を「条約難民」と定めている。こうした、何らかの理由により自国に戻ることでできない難民たちは庇護を求めて国外に逃れ、それぞれの国で難民申請をすることとなる。

難民というと、難民キャンプで生活を送ることを余儀なくされた人たちのことを思い浮かべる人が多いかもしれないが、難民が必ずしもそのような大規模なキャンプで生活をしているわけではない。確かに、1960 年代のアフリカにおける民族解放戦争や、1970 年代のインド亜大陸における印パ戦争・パキスタン国家の分断・内戦などにより多くの難民が発生した際には、UNHCR（国連高等難民弁務官事務所）の緊急援助により大規模な難民キャンプが設置された。私たちの多くはそうした状況をテレビや新聞で見ているので、難民というとキャンプで支援を受けながら生活をしているイメージがあるかもしれない。しかし実際には、そういった難民キャンプでの生活を経験していない難民の数も多く、キャンプでの生活をしていてもそれは一時的な緊急手段である。その後の難民たちに与えられる選択肢として主なものは、本国への自主帰還、庇護国での定住、庇護国から第三国への定住といった三つが挙げられる。

もちろん、国による政策の違いやその国の情勢によって難民達には必ずしも選択権はなく、限られた方法の中でしか彼らの行く先を選べない場合が多い。しかし、いずれにしても彼らは自国に戻るか、難民申請をして他国での生活を営んでいくか、どちらかの道をとることとなる。難民たちの多くは本国に戻ると迫害を受けるか、何らかの理由で自国に戻れない人たちが多くので、その場合は他国に逃れて庇護申請を行うこととなる。2007 年の 1 年間における庇護申請者数は世界各国で合計 636,970 人であり、申請をできずに緊急支援を受けている難民なども含めると、2007 年末現在で国外に逃れて難民となっている人の数は約 1140 万人である。21 世紀に入っても、内戦や紛争、また政治、宗教上の迫害などにより本国を離れて難民となる人の数は後を絶たない。

このような難民たちは、いつ本国に連れ戻されるか分からない恐怖の中、庇護国や第三国での定住権を得るための手続きをしながら、慣れない土地で不安定な生活を送っている。難民たちの置かれている不安定な立場や法律上の問題について、詳しくは他の文献に譲るが、彼らの多くは本国での迫害によるトラウマや、庇護国での生活上のストレスを抱えている。本研究では、そういった不安定な生活の中で様々なストレスを抱えながら生活をしている難民への、心のケアという点に焦点を絞って論じたい。そして、在日難民たちへの心のケアのあり方について考察を深め、その実践の一例であるアートワークの取り組みを紹介すると共に、難民の心のケアに関する社会的意義について筆者の見解を述べたいと思う。

## 2. 欧米圏における難民を対象とした心理的援助

欧米圏では難民の一時的受け入れと共に、定住を認めている事例も多い。2007 年末までに 7 万 5300 人の難民が世界各国へ第三国定住を果たしたが、そのうち 4 万 8300 人がアメリカへ、1 万 1200 人がカナダへ、9600 人がオーストラリアへ、1800 人がスウェーデンへ、1100 人がノルウェーへ受け入れられた。このように難民の受け入れ数が多い欧米諸国では、難民のメンタルヘル

スに関する統計的調査が数多くなされており、心のケアの重要性が論じられている。

例えば Barnes, D.M. (2001)は、渡米直後の難民たちの健康状態について大規模調査を実施している。これによれば、難民達の身体的健康状態についてはアメリカへの到着直後に詳細なスクリーニングが行われる場合が多いが、精神的な健康状態については、初期の段階でスクリーニングを行われる場合が少ないことが示されている。そしてメンタルヘルスに関しては訪問によるスクリーニングが最も有効であり、この研究における訪問調査では、23.8%の難民たちにうつ症状や不眠などの精神的な問題がみられたと報告されている。

Bean.Tら (2006) は、アメリカで 920 人の難民および彼らの法的後見人 557 人、学校の教師 496 人を対象とし、難民達のメンタルヘルスケアサービスの利用について調査した。難民群でサービスの必要性を訴えたのは 57.8%とかなり高かったのに対し、難民達の保護者的存在（法的後見人、学校の教師）で彼らのサービス利用の必要性を認識していたのは 30%と低い割合であった。サービスの利用に際しては保護者の薦めによる場合が多いことから、かなりの割合の難民がサービスの利用を必要としながらも、実際には受けられていない状況が示唆された。

このように、難民たちの多くが何らかの精神症状を訴え、メンタルケアを必要としていることがいくつかの研究によって示されている。欧米圏では、こうした難民たちへの実際の心理的介入を取り扱った実証的な研究も多く報告されている。Yu-Wen, Y.(1997)は、東南アジアからアメリカに渡った 2,234 人の難民を対象とした調査により、難民と関わる際のカウンセリングの方向性について具体的に述べている。それによれば、不慣れな土地で自分の力では何もできないと感じている彼らに対し、“sense of coherence”（世界は理解可能であり、操作可能であり、意味のあるものだという認識）を促進するような認知行動療法的な関与が、外的ストレスや心理的不安を処理することにつながると報告されている。

また Papadopoulos, R.K. ed. (2002)は、ロンドンの Tavistock Clinic における難民たちに対する治療的関わりをまとめ、“Home”を失うことによって生じる孤独や疎外感を、難民達の最も重要な問題であるとしている。人間にとって最も基本となる故郷や家族という居場所を失い、絶望的な孤独に苦しむ彼らと関わる際には、難民以外の臨床群との交流や、親しみのある他者を治療場面に連れてくるといった、特殊な治療環境も受け入れる必要があることを述べている。また、難民自身が現地でカウンセラーとして活躍し、自らの力で立ち直っていけるような教育的関わりを行うことも重要であると、この研究では述べられている。

Papadopoulos, R.K. ed. (2002)と同じように、難民たちが自らの力で歩んでいけるようなサポートの必要性を論じているのが、Kohli, R & Mather, R (2003)の研究である。この研究では、難民の自己回復を促す治療的関わりにおいては、彼らの内的世界と外的世界の両面に働きかける必要があることが述べられている。つまり、セラピーなどの内的な心理的介入と共に、自分達で自立していけるような教育をしたり、外的な環境調整を行ったりすることで、失われた所属の感覚を再構成し、生活に対する自己責任感を取り戻すことができると論じられている。

このように、欧米圏では難民のメンタルケアに関する実践的な研究が数多く発表されている。次章では、日本の難民問題の現状とその心理的支援について述べる。

### 3. 日本の難民とその心理的支援

難民と聞くと、どこか遠い国の話であるように思う人が多いかもしれない。しかし実際には日本にも難民は存在しており、その数はここ数年で増加傾向にある。そして表 1 を見れば分かるように、難民申請をした人の数に対し、難民と認定される人の数はほんのわずかである。日本に逃

げてきた後、難民申請をして認定を受ければ健康保険にも加入でき、就労許可も下りるが、不認定となると迫害を受ける本国に送還されるか、入国管理局の収容施設に収容される可能性がある。現在では仮滞在許可が下りれば収容されることはなくなったが、難民認定や第三国への移住の手続き終了までには半年～10年かかると言われており、難民たちはいつ本国に連れ戻されるかわからない状況の中、不利な条件の下で裁判を続けなければならない。

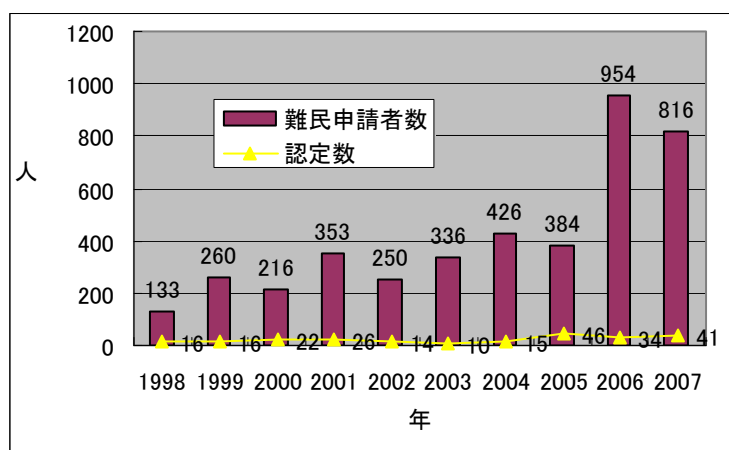
市川（1998）は、ビルマ人難民申請者たちの間に、緊急時に帰国できないことや医療保険がないこと、家族との連絡が自由にとれないことなど様々な理由によってストレスや不安を訴え、抑うつ状態である人が33%にも上ることを示している。また道家（2007）は在日クルド人難民申請者を対象とした調査により、日本での収容経験がある群はない群に比べて精神健康状態が悪く、メンタルヘルスの悪化が来日後のファクターによっ

て生じている可能性を示唆している。このように、日本では裁判の長期化や収容経験による、難民たちのメンタルヘルスの悪化が懸念されている。しかし難民に対する心のケアの重要性は徐々に認識されつつあるものの、日本では難民を受け入れ始めてからの歴史も浅く、実際の心理的介入を取り扱った実践的な研究は見当たらない。

国外脱出の日たまたま手に入った航空券の行き先が日本だった、「ミセスオガタ（前国連高等難民弁務官緒方貞子氏）の国だから」という理由で何も分からず来日した、という難民たちの流入を止めることは、不可能に近い。だとすれば、国を逃れてやって来た難民たちがいかにして生活に適応し、希望を捨てずに手続きを進めていけるのかを検討することは、国際社会の一員として日本人にも求められていることなのではないだろうか。そのためには、彼らを精神的にサポートし、自らの力で今後の生きる道を選択できるようにエンパワーメントすることが重要であると考えられる。難民たちの心のケアについてより実践的な研究を重ね、彼らと関わる際の心理士の役割について検討することは、司法・行政機関だけではなくより多くの職種が連携して難民支援にあたる上でも重要なことだと考えられる。そのような多職種の協力により、より包括的な難民支援が可能となり、国際協力における重要な役割を果たすことができるのではないだろうか。

難民認定を受けた人や、仮滞在許可を得た人は、私たちと同じようにそれぞれの地域で生活を営んでいる。筆者の知っている難民申請者たちも、アルバイトをしたり、ボランティアをしたり、NGO活動をしたりと、申請手続きを進めながら様々な活動に参加している。2007年末現在、日本全国の外国人登録者数は2,152,973人となり、過去最高を更新している。これは我が国の総人口の1.69%を占めており、毎日の生活の中で多くの外国人と接する機会があることを示している。難民たちもその一部であり、彼らは決して遠い国の遠い存在ではなく、私たちの身近な場所で生活しているのだ。不安定な生活の中で不安やストレスを抱える難民たちに対してどのようなアプローチが求められているのか検討することは、様々な背景を持った外国人たちと、私たちが共に暮らしていくという多文化共生社会のあり方を考える上でも、意義のあることだと考えられる。

表 1. 難民認定数の推移



#### 4. 絵画を用いた治療的アプローチ

筆者は、臨床心理士が主宰している、難民申請者との月2回のアートワークに参加し、参与観察を続けている。このグループワークでは毎回、その日に描くテーマについて全員で話し合った後に、1.7m×2.0m位の紙にその日のテーマに基づいた絵を描いている。このアートワークの基本となる考えは、精神科の病棟やデイケア等で行われている集団絵画療法である。集団による絵画療法では、同じような悩みや症状を持つ人たちが共に一つの絵を描くことで、言語化できないお互いの感情を表現する手助けをしたり、メンバー同士の交流を促進したりする作用がある。また、一つの絵を完成させることによる達成感や、感情表現をすることによる自己理解も得ることができると考えられている。更に、絵画に表現されている内容によって治療者がメンバーの状態を理解する手がかりにもなる。

こうした絵画を用いた治療的アプローチは、政治的・文化的要因を背景とする様々な喪失体験に対して有効であることが、いくつかの研究で示されている。例えばKeeling, M.L. & Nielson, L.R. (2005)は、アメリカ在住のインド人女性に対し、絵や文章を使いながら一ヶ月間の面接を行った。面接の過程で、絵画表現は彼女達自身が問題について深く考えることを可能にし、自分達の持つ資源によって問題に取り組む力を与えるきっかけとなったことが、この研究では報告されている。またFinn, C.A. (2003)は、親の死や環境適応など様々な問題を抱えたマイノリティの子どもを対象とし、9週間の絵画を用いたグループワークを行った。その中では、セッションが進むにつれて悲しみや怒りなどのネガティブな感情を表現することが容易になり、喪失体験によって引き起こされた感情の深さに彼ら自身が気づき、他のグループメンバーと感情を共有することが可能になったと報告されている。

筆者の参加しているアートワークはこのような先行研究から得られた臨床的知見に基づき、難民申請者たちのエンパワーメントを目的として実施されている。月2回のうち1回はクローズドのメンバーで実施し、もう1回は誰でも参加できる回と設定することで、多くの人との交流を持つと同時に、固定のメンバーの存在による守られた環境も重視している。参加者はこの枠のしっかりした守られた環境により、安心して自身の感情を表現することが可能となる。

セッション中の参与観察や参加者へのインタビューを基にこのアートワークの治療的な効果について検討すると、まず上述のように固定のメンバーの存在によって、失われた安心感や他者への信頼を徐々に回復することが可能になるという点が挙げられる。ある難民申請者は「お家安心じゃないけどここ安心。今まで誰にも聞いてもらえなかったことここでは聞いてくれる。お金じゃない、食べ物じゃない、ただ聞いてほしかった」と語っていた。難民支援というどうしても第一に経済的な支援や物質的支援が来てしまう。そういった援助は生活をしていく上でももちろん必要不可欠なものであるが、彼らはそのような顔の見えない支援や次々と変わる担当者に接し、安心感を得ることはできなかったのだと考えられる。ある程度決まった時間、場所、メンバーを固定することで、様々な苦痛を経験して人への信頼を失っている彼らの、人間としての基本的な安心感を取り戻すことが重要であると実感させられた。

また、絵画という非言語的手段を用いることにより、日本語のあまり得意ではない彼らが言葉にしにくい感情を表現することが可能になると考えられる。そして、日本語ではどのように表現できるのかを他の日本人の参加者と話し合うことにより、言語学習の助けにもなる。慣れない土地で母国語以外の言語を使って生活するという事は、それだけでも大きなストレスである。しかしその国の言語を話せるようになれば、生活上のストレスがかなりの程度で改善されると考えられている。そのため、言語習得は彼らのメンタルヘルスの向上にとっての必須要素となる。

そしてやはり重要なことは、絵を描く過程の中で、メンバー間どうしの感情の受容や共感、励ましのやりとりが存在するという点である。添付資料①の「道」では、あるメンバーの、自分では何も決められずにただ言われたようにサインをするという毎日の中で、その先に何があるか分からないが無力感を覚えながらも厳しい道を歩んでいるという思いを表現した。その絶望的な感情の表現にセッション中は重苦しい空気が漂っていたが、他のメンバーがなんとか希望をこめて蛇の上に明るい光と、一匹の鳥を必死で描いていた。言葉では表現しなくても、その必死の思いはメンバー間で共有されたように感じた。また、添付資料③の「自然」は、大学生や中高生のグループも一緒に大勢で描いた回の絵である。この回にはいつものような暗いイメージは現れず、若くて元気なパワーに圧倒された印象を受けた。出来上がったパワーみなぎる絵と作成中の交流により、難民申請者たちも元気をもらった回となったように思う。

このように徐々にではあるが、アートワークの治療的効果は現れ始めているように思う。筆者は本研究を通じ、難民のメンタルケアのあり方について考察を深め、今後の難民支援における心理職の役割について検討したいと考えている。そして、難民と関わる際の心のケアの重要性について、多くの人に知ってもらえるように研究を続けていきたい。

## 5. 今後に向けて

本稿では、筆者の研究課題である難民の心のケアと、その社会的意義について考察した。筆者が現在携わっているアートワークにおける治療的効果については、今後も検討を加えていく必要があるだろう。しかしこのアートワークは、あくまでも参加者の内面世界に働きかけ、内的なエンパワーメントを促進することを重視している。既に述べたように、長期的な視野に立った難民の心理的支援においては、内面だけではなく外的環境にも働きかけることで、彼らが自立して自らの力で今後の人生を歩んでいくことが可能になると考えられる。森（2005）はソーシャルワーカーの立場から、難民の健康問題について論じている。その中では、難民支援においては彼らの置かれている状況を鑑み、精神的ストレスに対処する必要性も強調されているが、そのためには同国人同士のコミュニティ形成を支援したり、地域住民との交流によって受け入れてもらえる居場所を作り、彼らの適応をサポートすることが重要であると述べられている。

心のケアといっても、やはりカウンセリングやグループワーク等によって精神的な支えを築くばかりでは十分ではない。申請手続きに携わっている司法関係の職種や、生活面をサポートしているソーシャルワーカー、身体的健康を管理している医師と協力しながら、外的環境の整備も同時に考えていく必要がある。多職種との連携を進めながら、心理士の役割について検討していくことが、今後はますます求められるだろう。偏りのない難民支援を円滑にするよう努めることで、国際社会の一員としての役割を果たしていくことができるのではないだろうか。

## 添付資料

①「道」



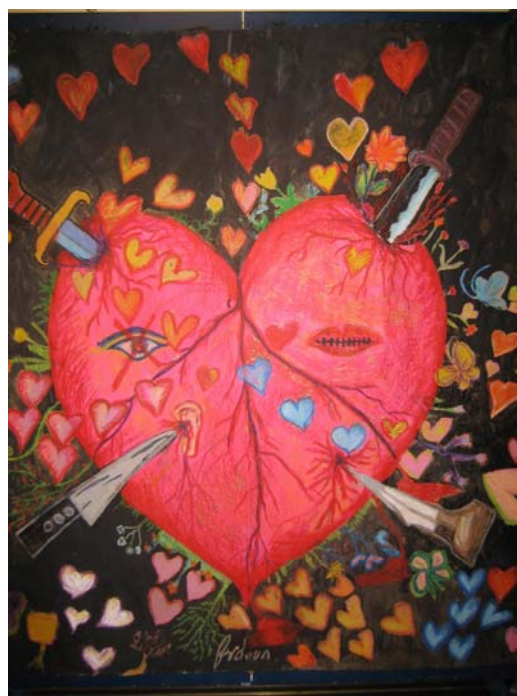
②「遠い地球」



③「自然」



④「それでも生きている」



## 引用文献

国連難民高等弁務官事務所 <http://www.unhcr.or.jp/index.html>

法務省入国管理局統計 <http://www.immi-moj.go.jp/toukei/index.html>

Barnes, D.M. (2001). Mental Health Screening in a Refugee Population: A Program Report. *Journal of Immigrant Health*, **3**, 141-149.

Bean.T, Eurelings-bontekoe.E, Mooijaart. A, & Spinhoven.P. (2006). Factors Associated with Mental Health Service Need and Utilization among Unaccompanied Refugee Adolescents. *Journal Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, **33**, 342-355.

道家木綿子・辻 恵介・大山みち子 (2007) 在日クルド人難民申請者のメンタルヘルスー来日後の収容経験ー, *こころと文化*, **6**(1), 51-60.

Finn, C. A. (2003). Helping Students Cope With Loss: Incorporating Art Into Group Counseling. *Journal for Specialists in Group Work*, **28**, 155-165.

市川政雄 (1998) 難民トラウマと精神的ストレスー在日ビルマ人難民申請者の場合ー, *法と民主主義*, **333**, 52 - 57.

Keeling, M.L. & Nielson, L.R. (2005). Indian women's experience of a narrative intervention using art and writing. *Contemporary Family Therapy*, **27**(3), 435-452.

Kohli, R. and Mather, R. (2003) Promoting psychosocial well-being in unaccompanied asylum seeking young people in the United Kingdom, *Child and Family Social Work*, **8**, 202-212.

森 恭子 (2005) 日本のアサイラムシーカーの生活問題および支援の現状と課題ー難民認定申請者をめぐる諸問題を中心にー, *ソーシャルワーク研究*, **31**(3), 214 - 220.

Papadopoulos, R. K. ed. (2002). *Therapeutic Care for Refugees: No place like home*, Karnac Books, London.

Yu-Wen, Y. et al. (1997). Psychological Dysfunction in Southeast Asian Refugees as Mediated by Sense of Coherence. *American Journal of Community Psychology*, **25**, 839-859.