

帰る国なき難民のこころ

野田文隆
めじろそらクリニック

難民とは

人種、宗教、国籍もしくは特定の**社会的集団の構成員**であることまたは**政治的意見**を理由に**迫害を受けるおそれがある**という十分に理由のある恐怖を有するために、国籍国の外にいる者であって、その国籍国の保護を受けられない者またはそのような恐怖を有するためにその国籍国の保護を受けることを望まない者

(難民条約1条 1951年)

難民の権利

1. 難民を彼らの生命や自由が脅威にさらされるおそれのある国へ強制的に追放したり、
帰還させてはいけない
(難民条約第33条「ノン・ルフルマンの原則」)

2. 庇護申請国へ不法入国しまた不法にいる
ことを理由として、難民を罰してはいけない
(難民条約第31条)





▲東シナ海で救助された難民船

帰る国なき難民にとって
どのような要因が
メンタルヘルスのリスクとなるか？

❖ 日本にやってくる前の要因

- ①年齢
- ②性別
- ③文化背景

❖ 移動中の要因

- ①移住前ストレス
- ②家族構成
- ③未来への期待

❖ 移動後の要因

- ①受入国の態度
- ②社会的地位・経済状況
- ③民族コミュニティの構成
- ④滞在期間

難民の困難：メンタルヘルスのリスク要因

1. 生活が困窮している。仕事がない
2. 言葉が話せない
3. 家族離散、もしくは家族からの別離
4. 受入国の友好的に接してもらえない
偏見・差別
5. 同じ国の人々に接触できない
6. 過去の心傷体験もしくは持続した
ストレス体験
7. 高齢者と思春期世代

リスク要因はどのような 疾患につながるのだろうか？

- ❖ 生活の困窮を抱えている
- ❖ ところに傷を負っている
- ❖ 日本で孤独をかかえている
- ❖ 家族と会えない。友達がいない
- ❖ 故郷に帰りたいが帰れない
- ❖ 日本に受け入れられている感じがしない

うつ病

なにを聞いても答えないAさん

アフリカS国から来日、難民申請しているAさん(45歳男性)。日本に到着して6ヶ月たっている。入管での質問にほとんど答えないか、か細い声で「わかりません」としか言わない。「どこか具合が悪いのか」と尋ねると「頭が痛い」「お腹が痛い」と訴える。あまり食べておらず体重も減ったとのこと。朝早く目が覚めて寝付けないとも言う。付き添いの家族はいつもは陽気で歌が好きなのに全く音楽に興味を示さなくなったという。いつもはワンマンな父親なのに家族に「みんなに迷惑をかけている」というようなことを言っているとのこと。サッカーをしていたというわりには動きが鈍く、ひどくふけて見える。面接の1週間前、薬屋でネズミ捕りの薬を買おうとした。日本には今ではそんなものがないと知らなかったらしい。アフリカでは自殺の常用剤であることは知られている。

うつ病とは **SEGICAPS**(シギキヤップス)を覚える

Sleep (眠れない)

Energy (元気ない)

Guilty feeling (申し訳ないと思う)

Interest (興味喪失)

Concentration (集中しない)

Appetite (食欲ない)

Psychomotor retardation (動きが鈍い)

Suicide thought (死にたい気持ち)

2週間以上続く

うつ状態に関する留意事項

- ❖ アジア・アフリカ系難民は「心理的表現」を用いないことが多い
- ❖ むしろ、身体に表現される
頭痛、喉が詰まる、体が重いというような表現
- ❖ Idiom of Distress：苦悩の慣用表現
- ❖ 薬物療法に関する抵抗が大きい
どの説明モデルが一番納得できるのか聞く
- ❖ もっとも困っている部分に援助を与える
眠れない、食べられないなど

うつ病の難民をみたら

- ❖ 自分の責任でなく、病気であることを説明する
（自分を責めないように言う）
- ❖ 治療をすれば元気になれることを説得する
- ❖ 体調の悪いのはうつのせいであることを説明する
- ❖ 治療をできる支援を見つける
- ❖ 「絶対に」死なないように説得する
- ❖ 家族に説明し支援をえる
- ❖ 回復には時間が必要であることを伝える

心的外傷後ストレス障害 (PTSD)

怯えるBさん

ヨーロッパの内戦のため無国籍となって来日、難民申請しているBさん(35歳女性)。入管での面接場面でも落ち着きがない。道路での工事の音が響いてくると耳を押さえてしまう。申請書によるとM国で或る施設の中で親を殺され、自分も拷問を受け、性的虐待も受けたという。入管でも面接が個室で行われると聞くと、「行けない」といい続けたとのこと。男性面接官にはほとんど目を合わさず、時々ぶるぶる震えている。拷問の内容を聞こうとすると興奮し、大声を出して泣き始める。

日本に来てからはぼんやりしていてなんのやる気も示していないとのこと。夜はひどい夢をみるらしくうなされて大声をだすことが多いとの証言がある。

PTSDの症状

侵入：忌まわしい思い出が忘れようとしても浮かんでくる

回避：事件、災難の起こった場所に行けない

過覚醒：気持ちがイライラし、びくつく、悪夢を見る

麻痺：人生がどうでもいい気持ちになる。未来が思い描けない

PTSDに関する留意事項

- ❖ PTSDとうつ状態は混合することが多い
- ❖ 難民であればPTSDになるわけではない
- ❖ 絵に描いたようなPTSDは少ない
- ❖ トラウマの概念をもたない民族にPTSDをあてはめるのは危険である（カンボジア）
- ❖ トラウマを持つことを恥を思う人々には配慮がいる

PTSDの難民をみたら

- ❖ 自分の持つ苦しみが「病気」であることを説明する
- ❖ このような状況を経てきたらPTSDになって当然であると共感をしめす
- ❖ トラウマは慢性の病であり、それが癒えるには「時間」が必要であることを伝える
- ❖ 自分の気持ちをコントロールできるようになること（取り乱さない）が回復の一步
- ❖ 専門家の治療を受けることを薦める

難民・移住者の治療抵抗性

国なき人々のところ

言語の困難、経済力や教育の不足、雇用や文化変容の多寡
以上にエスニック・ミスマッチの感覚が大きい要因
(Kirmayer LJ, Minas H ,2000)

- ①私は自分に対して偏見や人種差別があるのではないかと感じた
- ②私自身の文化グループやエスニック・グループ自身の専門家を利用できなかった
- ③私は自分の文化や民族的な背景が理解されないだろうと感じた

帰る国なき人々のところを支援するとは

- ❖ 生活の困窮をどうするか？
- ❖ 日本で抱えている孤独をどうするか？
- ❖ 家族と会えない。友達がいらないには？
- ❖ 故郷に帰りたいが帰れない気持ちをどう受け止めるか？
- ❖ 日本に受け入れられるために何をするか？
- ❖ こころの傷をどう支援するか？

Q & A