

**全国研修会分科会Ⅱ-4 「外国人被害者への支援における現状と課題」**

# **被害者の心理とケア**

**全国被害者支援ネットワーク理事**

**大分被害者支援センター副理事長／大分県立看護科学大学准教授**

**関根 剛**

# 内容

## 1. 被害者の心理状態

(1) 被害者が受ける広範囲な傷つき

(2) 被害者の心理を理解するキーワード、自然災害被害者との違い

- ・ 安全・安心の喪失、無力感、自己コントロール感喪失、

(3) PTSD – ころろに与える衝撃と傷つき

- ・ トラウマ、ASD、PTSD、障害と反応の違い、誤解が起きやすい被害者の反応

## 2. 被害者のケア

(1) 傷つきのケアが回復に

(2) ケアの目的は現在、明日、未来

(3) 「ことば」というサポート

## 1. 被害者の心理状態

# (1) 被害者が受ける広範囲の傷つき

- 身体の痛み : 傷つき、健康や生命を損ねる
- 経済的痛み : 直接的な損失、間接的な損失
- 心の痛み : 怒り、悲しみ、喪、恐怖、不安、抑うつ
- PTSD : 侵入的想起、回避、過覚醒
- 現実の痛み : 事情聴取、裁判、保険、各種届
- 社会的痛み : 社会や対人不信、退職、二次被害
- 長期の痛み : 犯人の出所、解決しない問題
  
- 単純な直接の被害だけが、被害ではない
  - 直接の被害から派生する広範囲な被害の影響・傷つき

## 1. 被害者の心理状態

# (2) 被害者の心理を理解するキーワード

- **安全感と安心感の喪失**

- この国は安全ではなかった、安心できる場所も人もいない。

- **無力感 ⇒ 自己コントロール感の喪失**

- 事件や災害に対して、自分は何もできなかった = 無力な自分
- 無力な自分は、自分の考えや行動を決める力が無い

- **トラウマ、ASD、PTSD**

# 声のかけ方

- **無理に元気づけようとしないこと**
- **避けたほうがよい言葉**
  - 忘れなさない、あなたが悲しんでいると成仏できない、つらいのはあなただけでは、あなたはまだいい、がんばりなさい・・・、こうすればよかったのに
- **役立つ言葉**
  - 本当にお気の毒です、そんな気持ち(行動)になるのは当然です、無理にがんばる必要はないですよ、もっとお話を聞いていいですか、どうしたらお役にたてますか、がんばって来たんですね

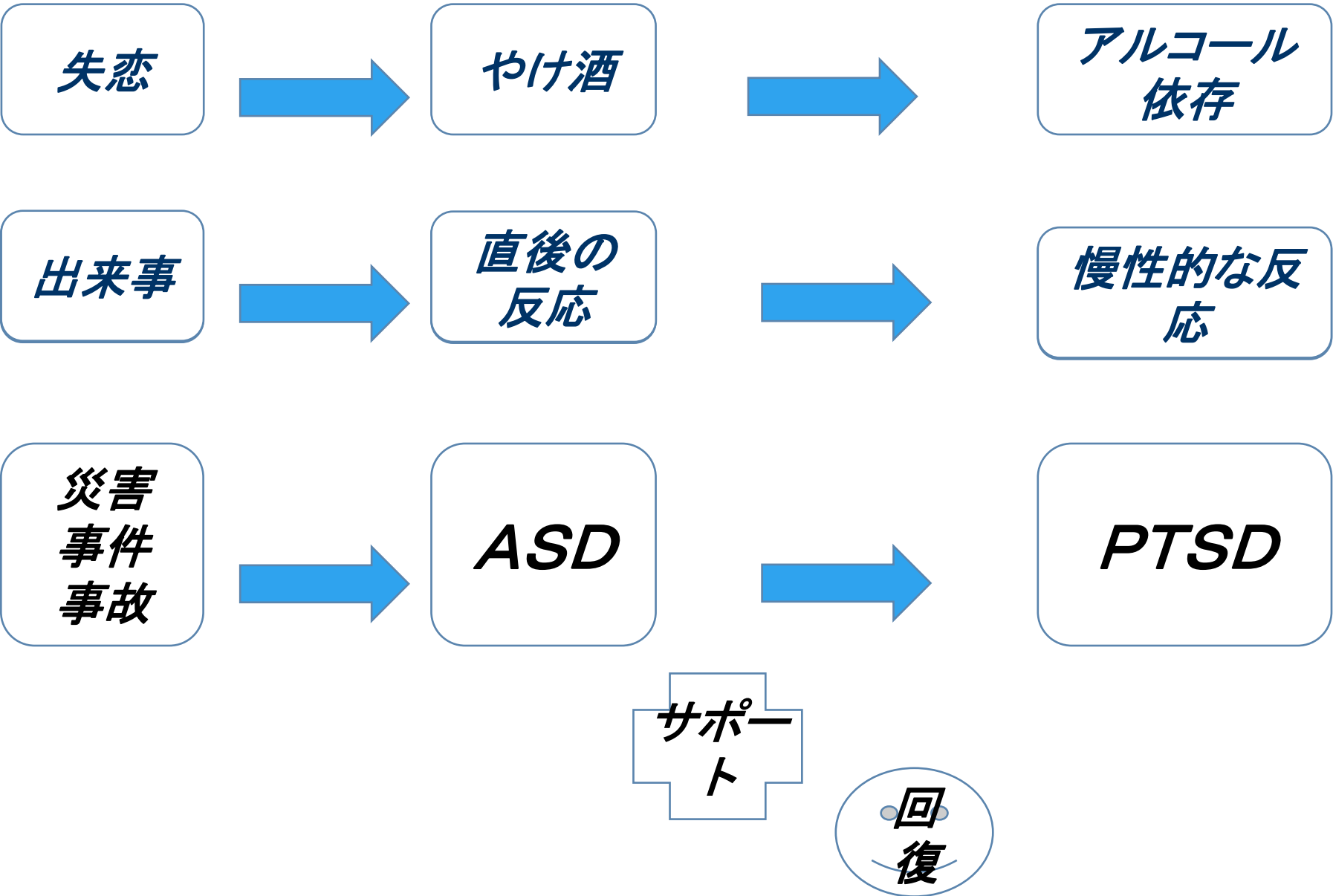
# 被害者に「がんばって」と言っではいけない？

- 友人や知り合い、支援者から、「がんばってね」と言われて、嫌な気持ちになった、傷ついたという話を聞くことがあります。友人は「励ます」つもりで、言った言葉なのに。です。
- こういう話は、いわゆる「うつ病」患者さんでも耳にすることだと思えます。
- けれど、「がんばれ」という言葉に励まされたという声も同じようにあります。
- 「頑張れ」という言葉は言ってもいい言葉でしょうか。いけない言葉でしょうか？
- たぶん、答えは、「気持をわかってきている人の頑張れと、わかってきていない人の頑張れは、違って聞こえてくる」ということだと思えます。

## 1. 被害者の心理状態

# (3) PTSD – ころころに与える衝撃と傷つき

- **トラウマ：心の傷** = **体の傷**
  - 傷つきはなるべく小さく、応急手当
- **ASD：急性ストレス障害** = **出血・腫れ**
  - 当然の反応、早期の治療が重要
- **PTSD：心的外傷後ストレス障害** = **後遺症**
  
- **ASD/PTSD と ASR/PTSR**
  - ストレス障害 と ストレス反応（反応あるが障害には至らない）
  - ASDではなくても、ASRは普通に起きる反応





# ASD・PTSDの主な症状

- 突然、つらい記憶がよみがえる（侵入的想起）
- 常に神経が張り詰めている（過覚醒）
- 記憶を呼び起こす状況や場面を避ける（回避）
- 感覚が麻痺する（感情麻痺）
- いつまでも症状が続く（1月すぎても症状が続く場合）

（厚労省 みんなのメンタルヘルス 総合サイト > 心の病気を知る > PTSD）

病気ではなく、トラウマに対するこころの当然の反応と考えると理解しやすい

# 症状は、身体の調節機能（と考えてみる）

- **風邪**
  - 発熱 = 免疫の活性化のための体温上昇、寝汗 = 上げすぎた体温の調節
  - くしゃみ・咳 = ウィルスや病原菌の排出
  - 下痢・嘔吐 = 体内の毒素の早期排出
- **トラウマ、ASD**
  - 侵入的想起 = 常に考えないように対応（抑圧）するが、失敗すると侵入が起きる
  - 回避 = 侵入的想起が起きる刺激を遠ざける、予防方法
  - 過覚醒 = 抑圧や回避により侵入的想起は抑えられるが、過緊張状態が続く
  - 感情麻痺 = 記憶がよみがえっても、感情的反応がおきないように切り離しておく

# 誤解されやすい被害者の態度

## • 冷静・冷淡

- 被害直後にも関わらず、淡々と被害者について話をしている（報道でも見かけます）。
- 感情麻痺状態のこともある。

## • 記憶があいまい・話が理解できない

- 回避が強く、記憶の一部が欠けてしまうこともあり、話に整合性が保てず、話が理解できない。
- 突然、感情的になって、話にならない（覚醒亢進状態）。
- うつ症状によって、意欲低下などが起きる場合もある。

## • 不信感が強い

- 基本的な対人・対社会的信頼感の喪失。過度の警戒心。

## • 攻撃的

- 信頼喪失の影響。社会の（日本人）象徴として認識されてしまう。
- 犯人への怒りが周囲にぶつけられる。

## 2. 被害者のケア

### (1) 傷付きのケアが回復に

- 傷つきは広範囲 = ケアの必要性も広範囲
  - 身体⇒医療、治療 経済⇒行政、給付金、見舞金、保険
  - こころ⇒相談、カウンセラー、 PTSD⇒精神科、心理専門家
  - 現実⇒地方自治体による日常生活支援、支援センターの同行支援
  - 社会的痛み⇒隣人、支援者 長期の痛み⇒法務省、民間支援団体
  
- 通訳というケア
  - 異国でのトラブル発生時の安心感
  - 自分の立場をわかってくれる日本人 = (日本) 人に対する信頼感の回復
  - 「確実に間違いのない」情報提供

## 2. 被害者のケア

# (2) ケアの目的は現在、明日、未来

### ・ ソーシャル・サポート（ハウス）

・ 道具的サポート：形のある物やサービス提供 = 現在の不安のケア

・ 給付金、生活支援、同行支援

・ 情動的サポート：問題解決に必要な情報提供 = 明日の問題のケア

・ パンフレット、相談窓口、支援センター

・ 情緒的サポート：共感や理解の提供 = 未来の安定感のケア

・ 相談、自助グループ、

・ 評価的サポート：肯定的な評価の提供 = 未来の自尊心のケア

# 通訳というケア

- **安心感の提供**
  - 言葉が通じる、わかってもらえる安心感を提供
  - その国特有の表情や不安表現等に通訳が気づいて、担当者に伝えること
- **正しい情報、不足している情報の提供**
  - **通訳の専門性は重要で、かつ、専門性に見合った報酬が必要な業務**
    - 通訳者支援の用語集・パンフレット、自然災害にも対応するもの、コスト意識も
- **通訳 ≠ 単なる言葉の翻訳 = 細やかな支援のキーパーソン**
  - 極論、翻訳だけならば、グーグル翻訳である程度補える
  - **言語と文化的背景の知識に基づく的確な用語と態度の選択**
    - 死に対する言葉づかい、意識、礼儀、葬儀の考え方など
    - 外国テキストでは「文化」は重要なパート

## 2. 被害者のケア

### (3) 「ことば」というサポート

- 昔話：「カウンセラーになるための資質って何ですか？」
  - 草分けの女性精神分析家の答
    - 「ことば」に救われた経験のあることだと思います。
    - 「ことば」に救われた人は「ことば」の力を信じることができるようになるからね。
- 異国で母国語に出会えること
- 日本語や英語で言い表せないことば
- 的確な表現、言葉の選択
- 文化や習慣を理解してくれている存在