

# 外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状と展望

臨床心理学コース 李 健 實

A review of the research on foreign workers' mental health and psychological support

Geonsil LEE

In Japan, the issue of foreign workers has attracted growing interest in recent years, due to the increasing number of such workers in Japanese society and the concern over the country's declining birth rate. More recently, globalization has resulted in an increased number of highly skilled foreign workers coming to the country as well. However, little research has been carried out on their mental health or psychological support. This study aimed to review literature related to foreign workers' mental health and psychological supports for them. First, in the field of the mental health, a number of papers indicate that the foreign workers' mental health is worse than Japanese workers' one. Secondly, some studies suggest that foreign workers have double burdens influencing on their mental health condition. The factors are the working environment and the communication difficulties. Moreover, foreign workers have not been received the psychological supports, this condition is worsen their mental health. Finally, this paper suggests that the workplace plays a role of mental health support for foreign workers and that it is important to understand different cultures to foreign workers and Japanese workers mutually with supporting themselves mutually.

## 目 次

- 1 はじめに
- 2 日本における外国人労働者流入の背景
- 3 外国人労働者メンタルヘルスの現状
  - A 外国人労働者のメンタルヘルスの現状
  - B 労働環境と外国人労働者のメンタルヘルス
  - C 異文化間コミュニケーションと外国人労働者のメンタルヘルス
- 4 外国人労働者に対する心理援助の現状
  - A 外国人労働者に対する心理援助
  - B 援助要請研究からの示唆
- 5 外国人労働者の心理援助の展望と今後の課題

### 1 はじめに

近年、国際化、IT化につれて、労働市場においても国境を越えた労働力の移動が行われるようになってきている。このような変化は日本においても見られており、日本人が海外で働いたり、進出先の海外において現地の人々と一緒に働くことは珍しくなくなっている。このような社会情勢の変化に伴い、就労のために来日した外国人も増加しつつある（厚生労働省, 2011）。外国人の流入の実態はその国の経済的、政治的な状況によって影響されやすいと言われており、近

年、日本では、リーマンショックや東日本大震災、及びそれに伴う原子力発電所の災害により外国人の数はやや減少した。しかし、それより以前の2008年までは外国人数が毎年増加傾向にあり、現在でも200万人を超える外国人が日本で生活を営んでいる（法務省, 2008, 2011）。

さらに、近年、高度な専門性や技術を持っている労働者を確保するための国際的な競争が激化しているなか、文部科学省（2008）は2008年に「留学生30万人計画」を打ち出し、2020年までに留学生の増加を目指している。その計画は、日本のグローバル戦略の一環として優秀な留学生を高級人材として確保しようとする意図によるものであり、留学生の国内への就職のために積極的に支援を行っている（文部科学省, 2008）。このような政策的な動きに伴い、日本社会が外国人労働者に対して持つ期待の性質は変わりつつあると推察される。また、外国人労働者自体も特性や機能などが変化してきている可能性もある。

外国人の場合、異文化間接触により、言葉の問題だけでなく、アイデンティティ問題、異文化適応によってストレスが生じるという報告もあり、外国人労働者のメンタルヘルスの問題は多くの研究で指摘されている（Berry, 1998; Date et al., 2009; Sousa et al., 2010; など）。ここで、本稿では、日本の文献レビューを元に、

日本における外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状を整理し、その中で見えてくる外国人労働者の心理援助の展望を明らかにする。そのために本稿では外国人の中でも、「労働者」に焦点を当て、日本国籍、及びエスニック・アイデンティティを持っていない外国人で、日本国内で働いている者を「外国人労働者」と定義し、用語を用いることとする。

## 2 日本における外国人労働者流入の背景

本章では、外国人労働者が日本に流入してきた社会的な背景を概観し、外国人労働者にとっての来日の目的と就労の実態の変遷を概観する。

外国人労働者が来日した時期は、ニューカマーと言われる外国人が日本へ流入した時期と重複されている。「ニューカマー」に相対する語として「オールドカマー」という言葉がある。「オールドカマー」とは、日本の植民地支配と第2次世界大戦といった歴史的背景を持つ在日コリアンや在日中国人などのことである(駒井, 1997, p.16)。これに対して、1970年代後半より発展途上国から出稼ぎを目的とし、日本国内の若年労働力の減少により空洞化した製造業やサービス業セクターに大規模な流入を開始した人々は「ニューカマー」と言われており(平野, 2003)、ニューカマーと外国人労働者を同一視している視点もある。そのため、外国人労働者の流入の背景を理解するためには、ニューカマーの流入時期の歴史をたどる必要がある。以下では、ニューカマーの流入を年代ごとに区切って提示する。

ニューカマーの流入時期は、第1期から第3期の、3つの時期に区分されるとする指摘がある(駒井, 1997, p.12-14; 清水, 2006)。駒井(1997)によれば、第1期は1970年代末頃から1980年代前半に、フィリピン女性などを中心に風俗関連業への労働者が流入された時期である。なお、第1期では、日本が経済的な発展を遂げる中、第2次世界大戦によって中国に一時帰国した在日中国人の2、3世が仕事を求めて再び来日した時期でもある。第2期は1980年代後半以降、日本経済が急成長した時期にあたり、労働力不足により、主にアジア系外国人を中心に多くの外国人労働者が出稼ぎの目的で来日した時期である。しかし、不法滞在しながら働く外国人が急増したことが社会的な問題になり、日本における外国人の受け入れは次第に厳しくなっていった。第3期は1990年の新入国管理法が発表され、日系人の自由な就労が可能なビザが取得で

きるようになった時期であり、この時期に日系ブラジル人の流入が急増した。また、同時期に、入国管理法改正時に設立された「研修・技能実習制度」が施行されたことにより、中国人を中心としたアジア系外国人労働者は一段と増加するようになった(厚生労働省, 2004)。

近年では、国際化、IT化などの変化により、高度の専門性や技術を持つ熟練の労働者<sup>1</sup>の確保のために、日本を含め各国が国際的な競争をするようになった(小紫, 2002; 平岩, 2007)。そのため、日本においても高度外国人労働者の受け入れが推進されている。また、その一環として、日本政府は留学生の日本企業への就職を積極的に働きかけている。このような高度外国人労働者を積極的に受け入れようとする日本政府の政策的な動きは、ニューカマー、及び外国人労働者の流入時期を区分する新たな基準とも考えられる。この基準に従えば、高度外国人労働者の積極的な受け入れの政策が始まった2008年頃からは、第4期と分けることができると考えられる。

以上のように、外国人労働者は歴史的、政策的な変化の影響を大きく受けるなかで国内へ流入してきたことが明らかになった。外国人労働者の中には、出稼ぎを目的とし、自身だけでなく家族からの期待といった心理的な負担を背負って働く傾向が強く見られる第1期から第3期までの外国人労働者がいる一方、第4期の高度外国人労働者のように日本への滞在を自ら希望し仕事を含め生涯キャリアを向上することを目的として日本で働く外国人労働者もいる。このように、日本で働くこと目的や労働の仕方は変化しつつあると考えられる。さらに、仕事に対する主観的な意味や個人が求めるQOLの質の差異は、外国人労働者の中でも多様化しつつあると考えられる。

今後、高度外国人労働者の積極的な受け入れにより、外国人労働者の多様化は一段と促進されることが推察される。そのため、外国人労働者のメンタルヘルスケアについては、生活者としての視点も視野に入れる必要があると考えられる。

## 3 外国人労働者メンタルヘルスの現状

第2章で、外国人労働者が日本社会に流入されるようになった背景を概観したことにより、歴史的、政策的な動きに伴って外国人労働者の来日の目的や就労実態が多様化しつつあることが明らかになった。本章では、外国人労働者のメンタルヘルスの現状を把握する

とともに、労働環境と異文化間コミュニケーション問題といった彼らのメンタルヘルスへの影響要因に注目し知見を整理することとする。

### A 外国人労働者のメンタルヘルスの現状

労働者に限定しない、外国人一般のメンタルヘルスに関する研究については、留学生、海外駐在員とその家族などを対象に、社会学、心理学などの様々な分野において実施されている（例えば、李ら、2011；大橋、2011；清水、2006など）。一方、外国人労働者を対象とした研究はあまり見当たらず、彼らのメンタルヘルスや心理援助などについては十分に明らかになっていないのが現状である。そのため、外国人労働者の現状把握のための研究が急務であるとの指摘も見られる（岡田ら、1995；大西、2001）。

外国人労働者に関する研究について、日本の文献検索サイトであるCiNiiを用いて「外国人労働者」をキーワードに検索すると、2053件の文献（2012年9月現在）が提示され、注目されている対象であることは推測できる。しかし、「外国人労働者」と、「メンタルヘルス」をキーワードにして検索した結果は2件のみで、また、「心理」、「精神健康」などのキーワードを用いて検索した結果は0件であった。さらに、「外国人労働者」をキーワードにした検索結果の2053件には、報告、及び記事が多く、研究目的の文献は少数であった。心理学的な研究としては、大西（2001a, 2001b）のみで、それも第3期までの外国人労働者を対象とした研究であった。精神保健分野における研究では、中島ら（1999）が、外国人労働者の精神健康が日本人労働者より悪いことを指摘している。具体的な症状としては、不安と不眠、身体症状、社会的活動障害、抑うつ傾向が挙げられており、外国人労働者の精神健康が悪化していることが疑われる。精神健康に影響を与える要因としては、寂しさ、日本人との対人関係、経済的な困難、仕事での困難などが示されており、日本における孤立された生活環境が推察される。さらに、中島ら（1999）は、他の要因として労働環境や労働時間など、仕事・職場の環境における文化的な相違による困難が多く見られたことを見出している。以上より、外国人労働者は仕事によるストレスだけでなく、職場における異文化ストレスが精神健康への悪影響を生じさせていることが示唆される。

外国人労働者のメンタルヘルスには、異文化によるストレスも大きく作用していることが示唆されるが、外国人労働者の自殺と帰国との関係を指摘する研究も

見られる（張、2005）。さらに、中島ら（1999）は外国人研修生・技能実習生を対象とした事例研究により、国籍、及びエスニック・アイデンティティの違いが外国人労働者のメンタルヘルスに影響を与える可能性を指摘している。このことから、外国人労働者の異文化に対する態度や変容の程度が個人によって異なる水準を持つ可能性を理解することは、彼らに対する援助を行う際に重要であると推察される。具体的には、外国人労働者にとって日本で働くことが持つ意味や価値、今後のキャリア・プランなど、主観的な観点からみた労働の意味を理解することが重要となると考えられる。仕事と異文化に対する個人の特性を理解することは、外国労働者自身だけでなく、外国人労働者を取り巻く周囲の人たちが外国人労働者の立場や心理的な状態を理解するための情報にもなり、両方向から外国人労働者のQOLを高めることに繋がると考えられる。

以上より、外国人労働者は労働環境によるストレスと異文化間コミュニケーションによるストレスといった二重のストレスを抱えており、それが精神健康の悪化につながる重要な要因となっていることが明らかになった。したがって、以下では、労働環境と異文化間コミュニケーション問題について概観する。

### B 労働環境と外国人労働者のメンタルヘルス

外国人労働者にとっては、日本の職場が異なる文化を持つ集団であることを考えると、労働環境や仕事を理解する際にも、異文化による誤解や不理解による困難が生じることが考えられる。従って、ここでは、労働環境が外国人労働者のメンタルヘルスにどのように影響しているかを検討したい。

まず、労働環境として、労働時間、仕事の内容、母国での経歴・学歴と日本における仕事とのギャップなどが挙げられる（稲井、2012；中島ら、1999）。外国人労働者が「日本では残業が多く、日本人労働者について仕事熱心で真面目である」と評価する調査結果も見られることから（山口、1994）、ふだん意識されていない日本特有の労働態度や職場の文化が外国人労働者にとっては、何らかの刺激になっている可能性も考えられる。また、出稼ぎを目的として来日した外国人労働者の場合、母国での経歴や学歴とは関係のない仕事に就いたり、あるいは、日本で就く仕事は母国での仕事よりも給料以外の条件が悪くなるということも起こっている。このような母国と日本での仕事とのギャップによって生じた心理的な衝撃や葛藤は、外国

人労働者のメンタルヘルスにも大きな悪影響を与えられると考えられる。さらに、ストレスとなる労働環境として、日本式のマネージメントスタイルや企業特有の文化なども挙げられており（李，2010；稲井，2012；小紫，2002），日本の職場文化を理解することが，外国人労働者のメンタルヘルスにとって重要な課題となることが推察される。

次に，外国人労働者のメンタルヘルスに関連した労働環境として，昇進の機会のなさ・差別なども指摘されている（稲井，2011；守屋，2012）。このような要因は，外国人労働者の滞在が長期化・定住化しつつあることとも関連すると考えられる。これまでの外国人労働者は，制度的な制限により一時的に滞在しながら働くことが一般的であった。しかし，近年，日本で働く外国人労働者には，日本で長期的に定住化することを含む生涯キャリアを形成する志向性も見られる。このような変化は，外国人労働者にとって日本で働くことがもたらす意味や機能の変化を示唆するものであり，今後，外国人労働者を雇用する際には，彼らの生涯を含む長期的な視点を持って関わるが必要となると考えられる。

別の切り口としては，外国人労働者の就職活動，ビザ問題や保険などの制度的な側面を検討した文献も見られた（守屋，2012；李，2010；平野，2003など）。これらの制度的な側面に注目した文献では，制度的制約によって日本で働くことを継続できない，あるいは，就労の機会を制限させてしまっている現状が指摘されている。このような制度的理由による就労機会の制約が，外国人労働者のメンタルヘルスにも悪影響を及ぼしている可能性もあると推察される。

外国人の場合，対人関係，及び生活の範囲が日本人に比べて狭くなりがちのために，外国人労働者にとって職場はより密接で多重の意味を持つコミュニティとして認識されることも考えられる。そのため，外国人労働者のメンタルヘルスに大きな影響を与える要因として，労働環境に関する要因が多く指摘されるのは当然ともいえよう。しかし，逆に考えれば，外国人労働者にとって自身のメンタルヘルスを向上させるためには，職場がコミュニティとして機能するような工夫が有効であるとも考えられる。外国人労働者のメンタルヘルスに否定的な影響を与えている個人要因として，男性であること，一人暮らしであること，ソーシャルサポートの有無などが指摘されている（張，2005；山下ら，2005など）。また，女性の場合はコミュニティとの交流への参加率が高く（平野，1998；山下ら，

2008），健康問題についての受診率が男性より高い結果が示めされている（山下ら，2008）。しかし，実際には外国人労働者には男性の割合が高いことから，男性の外国人労働者を職場というコミュニティにコミットさせるように働きかけることが，彼らのメンタルヘルスを維持するために予防的な意味を持つと考えられる。

### C 異文化間コミュニケーションと外国人労働者のメンタルヘルス

最後に，外国人労働者のメンタルヘルスに影響するもう一つの要因であるコミュニケーション問題との関連について概観する。コミュニケーションは，外国人労働者の心身健康全般，及び職場適応に関するほとんどの文献で指摘されている影響要因であった（中島ら，1999；大西，2001；山下ら，2008；守屋，2012など）。外国人労働者におけるコミュニケーション問題は言語による側面と，異文化による側面の二つに分けられる。両側面は，仕事だけでなく，生活全般や受診行動などにも大きく影響を与えている要因でもあるといわれている（中島ら，1999；平野，2003）。

言語的な側面による問題は，仕事内容の理解や仕事パフォーマンスに直結する部分でもある。したがって，日本語能力はストレスに影響を与える大きな要因となると考えられる。先行研究でも，日本語能力のレベルが，仕事だけでなく，社内で日本人社員との間のコミュニケーションの難しさや，集団への入りにくさに関係していることが指摘されている（中島ら，1999；稲井，2012；山口，1994など）。また，日本語レベルが低い外国人労働者の場合には，短期滞在や出稼ぎを目的として来日したため，日本語を習得しようとするモチベーションが低く，日本語レベルの低さは仕事上の問題や，生活におけるストレスに繋がっていることも指摘されている（山下ら，2008；胡ら，2007など）。さらに，日本語レベルの低さが，ストレス悪化後の受診行動にも影響を与えており（平野，1998），健康上の問題を認識しても受診行動に繋がらず，悪循環となる可能性を高めてしまう現状が指摘されている。つまり，言語による問題は，外国人労働者の仕事場面だけでなく，健康上の問題への対処行動においても障壁となっており，二次的な問題に繋がるリスクが想定される。その為，言語能力が低い外国人労働者や，来日以降の経過時間が短い外国人労働者に対しては，より注意を払い，援助につなげるような働きかけをすることが重要となると推察される。しかし，在日

年数が10年以上経過しても言葉の障壁や文化的障壁により、「所属の欲求」が満たされておらず、精神的健康問題の頻度が高かったとの指摘(胡ら, 2007)や、在日期間が平均5.8年だった中国人のGHQの得点が4点以上の割合が80.6%であったという指摘も見られる(尾ノ井ら, 2003)。以上の研究結果から、滞在期間の長さだけでなく、滞在時にどのように異文化と接してきたかという生活歴を理解することも念頭に置く必要があると考えられる。

次に、異文化に関連するコミュニケーション問題を検討する。コミュニケーション問題は言語だけでなく、異文化に対する理解や適応の程度によって生じることもある。外国人労働者のストレスサーとして、「日本人との対人関係」が多く指摘されていること(稲井, 2012; 中島ら, 1999など)からも、異文化による対人関係形成への困難があることが推測できる。例えば、稲井(2012)は、日本企業に就職した元留学生を対象に行ったアンケート調査により、就職した時に一番困ったことが「職場の対人関係」であったという結果を示し、日本語という言葉の問題だけでなく、日本の企業文化などの非言語的なコミュニケーションに対する理解も必要であることを指摘している。

特に、近年、増加しつつある高度外国人労働者の場合、日本語によるコミュニケーション能力を身につけることの重要性は認識されており、企業側も外国人の採用条件として日本語によるコミュニケーション能力を重視している。両方とも、コミュニケーションの重要性を同様に認識しているが、具体的な対処は行われておらず、個人の努力を強調しているのが現状である。今後、異文化、及び日本の企業や仕事場面で必要とされる日本文化、及び日本語コミュニケーションができるように援助することは、外国人労働者の職場適応、及びメンタルヘルスの援助にも繋がると考えられる。外国人社員の日本語教育プログラムの開発に関する研究(三輪, 2008)では、日本人社員に働きかけて外国人社員の日本語学習へのサポーター役割をしてもらったことが、外国人社員の学習効果と達成感の向上に効果があったことを明らかにしている。さらに、三輪(2008)では、社内でのコミュニケーションに対する積極的な参加の効果も報告しており、双方向的な教育の重要性を強調している。このような研究結果は、日本語だけでなく、コミュニケーションを含む異文化理解に対する援助場面においても応用可能性が考えられる。

以上、本章では、国内の文献レビューを元に、外国

人労働者のメンタルヘルスの現状とその影響要因として、労働環境と異文化間コミュニケーションの問題について検討した。続く第4章では、外国人労働者に対する心理援助の現状についてレビューする。

#### 4 外国人労働者に対する心理援助の現状

外国人労働者のメンタルヘルス問題に関する文献レビューにより、労働環境と異文化コミュニケーションの両方がストレス要因となり、時にはメンタルヘルスを悪化させるとことが明らかになった。本章では、上述したメンタルヘルスが悪化した外国人労働者に対して、現代の日本社会では実際にどのような援助がなされているか、また、その援助がどのように活用されているかといった心理援助の現状を把握し、今後、必要とされる援助についての示唆を得ることとする。

##### A 外国人労働者に対する心理援助

上述のように、外国人労働者のメンタルヘルス問題は認識されているものの、外国人労働者を対象とした支援、及び心理学的な研究はほとんどなされていないのが現状である。アイデンティティ、異文化適応などをテーマとする社会的な研究では、外国人全般、あるいは、留学生、日系ブラジル人などの特定の対象を扱った研究が見られるが、外国人労働者を対象としたものは極めて少ない。一方、経営・経済学分野においては、報告や記事という形態の文献は多く見られるが、研究においては労働市場、及び企業側における外国人労働者の活用という観点からの検討に留まっている(志甫, 2006など)。精神健康を扱う領域では、精神保健の研究は少数見られたが、心理学的な研究は井上(1999)、大西(2001b; 2003)などの研究のみに限られていた。

外国人労働者に対する援助については、主に、地域やNPO、NGOなどのコミュニティが生活の基盤となる情報を提供したり、また精神疾患を含む医療相談などが行われている現状についての文献が見られた(例えば、大西, 2003; 渡邊, 2012; 池上, 2012)。外国人労働者のうち、特に、研修生、技術実習生は出稼ぎ目的で来日し、滞在期間が短いなどの特徴がある。さらに、日本社会から孤立した生活を過ごすことが多く、生活全般に関する知識や言語への支援が重要となる。いくつかの精神保健の研究では、このような外国人労働者が病識はあったものの受診に繋がっていなかったが、その背景として言語と異文化理解の問題が

あったことを指摘している（山下ら，2008；岡田ら，1995）。この点については，多言語による資料の作成や医療通訳などの支援の体制が急務であることへの認識が高まっている（中村，2011；川内，2011）。また，上述した第4期の外国人労働者は滞在期間が長く，定住化していく傾向が見られているが，このような変化に伴って外国人労働者を生活者として認識し対応しようとする動きが見られている。コミュニティ心理学的観点を用いた大西（2003）の研究では，外国人労働者が受動的に援助を受けるだけでなく，コミュニティの活動に参加しながら，また，他の外国人を支援するという「相互援助」的な関わりを提示している。さらに，「相互援助」的な関わりは，外国人労働者にコミュニティ感覚を持たせることで，彼らにエンパワーメント機能をするというプロセスを示している。外国人と日本人との相互理解だけでなく，外国人労働者の中においても援助側と被援助側になる「相互援助」の発想は，外国人労働者がコミュニティに一層コミットできる援助の一形態であると考えられる。

このように，いくつかの研究では，コミュニティの中で外国人労働者を援助しようとする動きが見られることが明らかとなった。また，外国人労働者を日本社会で生活できるようにするために，言語だけでなく基本的な社会ルールなどについての教育の機会を提供し，生活全般を支援しようとする支援があることも確認された。さらに，外国人労働者に対する心理援助においては，職場といったコミュニティの中で生じ得るメンタルヘルス問題の重要性を共有するとともに，その対処として予防的な働きかけをすることが必要と考えられる。このような現状を踏まえ，今後，コミュニティは外国人労働者当事者だけでなく日本人に対しても，外国人労働者と共に生活する，及び働くことについて相互理解を深めるよう働きかける必要があると考えられる。

## B 援助要請研究からの示唆

心理援助を行うためには，まずは援助につながるものが重要となる。しかし，文献レビューでは外国人労働者が援助に繋がっておらず，健康状態をより悪化させているのが現状であることが明らかとなった。さらに，病識があったにもかかわらず受診行動までには至らず，自殺にいたった事例も報告されており，援助要請への働きかけは喫緊な問題であるといえよう。このような援助要請を妨げる背景には，経済的な負担や不法滞在による摘発の不安などの日本における生

活や滞在を脅かすような理由が指摘されている（平野，2003；李，1995）。また，言語問題や文化的な違いへの不理解への懸念など，異文化理解の問題や（張，2005），健康より仕事を優先すること（平野，2003）が原因になっている指摘もある。さらに，注目すべき点として，メンタルヘルス上の問題について本人の知覚と対処は，個人要因の影響によって異なる点である。中島ら（1999）は外国人労働者の精神健康に関する調査の結果から，面接時には言語，職場の人間関係などにほとんど問題がないとコメントしていたにもかかわらず，GHQ得点が高かったことを明らかにし，精神健康について表現されない一面があり，それがリスクとなりうる可能性を示唆している。このような表現されない問題は，外国人労働者がメンタルヘルスに対して持っている病識の違いやスティグマの存在可能性も考えられるだろう。そのため，外国人労働者と接する際には，本人の病識や症状の実態とそれをどのように表現しているかといった，現状と表出レベルのギャップがある可能性にも注意を払う必要があるであろう。

以上，本章では外国人労働者における心理援助の現状を検討した。その結果，心理的援助の取り組みやその効果についての実証研究は極少数であることが明らかになった。しかし，文献レビューにより，異文化を考慮した医療サービスの体制づくりやコミュニティからの予防的な関わりが行われている現状が把握された。ただし，外国人労働者は，援助要請の行動までに至らない傾向が強く，その背景には仕事を優先する価値観や厳しい生活による余裕のなさなどが影響していることが明らかになった。さらに，メンタルヘルスに対する認識や表現上の問題が，援助要請を妨げる要因となっている現状も窺われた。

次章では，以上の文献レビューによる外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状を踏まえ，外国人労働者における心理援助の展望について考察する。

## 5 外国人労働者の心理援助の展望と今後の課題

本稿では日本における外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状を把握するために文献レビューを行った。その結果，外国人労働者は歴史的，政策的な変化を受けながら，日本に流入してきたことが明らかになった。なお，今後，第4期に分類される高度外国人労働者は一段と増加することが推測される。したがって，これからは，高度外国人労働者の現状を理解

する研究が必要となると考えられる。日本で働いている外国人労働者のメンタルヘルスを援助するためには、彼らに対する心理援助が不十分であることと、その前段階として外国人労働者の援助要請の難しさといった現状に対して働きかけることが急務であると考えられる。

外国人労働者に対する援助に関する文献により、一部の地域や団体というコミュニティから、情報提供、ソーシャルサポートの提供をすることなど、直接的及び間接的な心理援助がなされていることが明らかになった。このような知見により、今後、職場が外国人労働者にとって生活全般に関わる重要なコミュニティとして、心理援助のための予防的な働きかけをすることが期待される。

また、近年、高度外国人労働者は、日本政府及び企業から、グローバル化の促進といった役割が求められて増加傾向にあるが（厚生労働省、2008）、日本の職場においてグローバル化を促進させるためには、外国人労働者と日本人労働者とのコミュニケーションが不可欠と考えられる。このような政府や企業の目的を促進する意味でも、外国人労働者と日本人労働者との間に「相互援助による相互理解」を促すような双方向的な観点が重要と考えられる。外国人労働者と日本人労働者との相互交流によって、両者の社内でのコミュニケーションが増加し、外国人労働者がソーシャルサポートを確保する、さらに、援助要請へコミットしやすくなるという副次的な効果にもつながると考えられる。

本稿では、日本で働く外国人労働者に焦点を当て、外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状を理解し、外国人労働者のメンタルヘルスに対する心理援助の展望を考察した。今後は、移民者を受け入れることで外国人労働者の雇用がより活発に行われている海外の現状を把握し、日本に適した外国人労働者への心理援助の在り方を検討する手がかりを得ることも重要と考えられる。また、高度外国人労働者に関しては、現段階ではほとんど研究がなされていない。したがって、現代の外国人労働者のメンタルヘルスを把握しその援助をする上では、彼らの職場における適応プロセスやメンタルヘルスの現状を明らかにし、適切な心理援助が提供できるように実践につなげることが今後の課題である。

## 注

- i 「高度人材」ともいわれるが、本稿では「高度外国人労働者」という用語を用いる。

## 引用文献

- 文部科学省 2008. 「留学生30万人計画」骨子の策定について  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/20/07/08080109.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/20/07/08080109.htm)
- 張賢徳 2005. 「外国人労働者・研修生の自殺予防」『産業精神保健』第13巻、第1号、pp.4-15
- 平岩恵理子 2007. 「米国移民政策から見る日本の外国人労働者問題での考察—brain（頭脳循環）からwin-win circulation（ウィンウィン循環）へ—」『地域学研究』第37巻、第4号、pp.1031-1047
- 平野裕子 1998. 「在日フィリピン労働者の受診行動に関する研究」『九州大学医療技術短期大学紀要』第25号、pp.11-20
- 平野裕子 2003. 「在日外国人の身体的・精神的健康—保健学・看護学的視点から—」『福岡医学』第94巻、第8号、pp.241-249
- 法務省 2011. 「平成23年における留学生の日本企業等への就職状況について」  
[http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri07\\_00061.html](http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri07_00061.html)
- 池上重弘 2012. 「多文化共生社会へ地域で共に—「ユニバーサルデザイン」「共有」をキーワードに—」『労働の科学』第69巻、第5号、pp.9-13
- 稲井富赴代 2012. 「中国人留学生に対するキャリア教育と就職支援—日本企業に就職した元留学生に対するアンケート調査をもとに—」『研究紀要』第56・57巻、pp.1-37
- 上林千恵子 2010. 「外国人技能実習生度の現状と今後の課題」『労働調査』pp.10-16
- 川内規会 2011. 「日本の医療通訳の課題」『青森県立保健大学雑誌』第12巻、pp.33-40
- 胡秀英・石垣和子・山本則子 2007. 「帰国10年以上の中国帰国者1世およびその中国人配偶者の精神的健康とその関連要因」『日本公衆衛生雑誌』第54巻、第7号、pp.454-464
- 駒井洋 著 1997. 「新来・定住外国人がわかる事典」明石書店
- 小紫正樹 2002. 「長期研究者及び高級技術者の海外移動要因に関する研究」『プロジェクトマネジメント学会誌』第4巻、第1号、pp.19-24
- 厚生労働省 2004. 「外国人労働者の雇用管理のあり方に関する研究会」資料  
[http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyukan\\_nyukan35.html](http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyukan_nyukan35.html)
- 厚生労働省 2011. 「外国人雇用状況の届出状況」  
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000020ns6.html>
- 李洙任 2010. 「日本企業における『ダイバーシティ・マネジメント』の可能性と今後の課題：『外国人材』活用の現状と問題点を通して」『龍谷大学経営学論集』第49巻、第4号、pp.68-82
- 李菊姫・河西千秋 2011. 「外国人留学生にみられるメンタルヘルス問題—希死念慮、自殺関連行動、抑うつ、そしてアルコール依存傾向について—」『自殺予防と危機介入』第31巻、第1号、pp.65-73

- 李洙任 2010. 「日本企業における『ダイバーシティ・マネジメント』の可能性と今後の課題：『外国人材』活用の現状と問題点を通して」『龍谷大学経営学論集』第49巻, 第4号, pp.68-82
- 三輪充子・一林久美子・矢高美智子 2008. 「外国人社員が働く職場の日本人に対する協力依頼の実践——双方向性日本語教育プログラム開発に向けて」『言語文化と日本語教育』第36巻, pp.52-55
- 守屋貴司 2012. 「日本企業の留学生などの外国人採用への考察」『日本労働研究雑誌』第623巻, pp.29-36
- 中村安秀 2011. 「医療通訳の現状と課題」『日本医事新報』第4567巻, pp.25-29
- 中島聡美・松崎一葉・垣淵洋一 1999. 「在日外国人労働者の精神健康についての研究—GHQ (General Health Questionnaire) による精神健康状態の評価とその要因についての分析」『常磐国際紀要』第3巻, pp.23-38
- 岡田佳詠・李節子 1995. 「在日外国人精神保健研究の動向—対応・援助に関する内容の検討を中心に—」『精神保健看護学会誌』第4巻, 第1号, pp.72-80
- 大橋敏子 2011. 「外国人留学生のメンタルヘルスと危機介入—ナラティブ・アプローチの視点から—」『留学生教育』第16巻, pp.99-106
- 大西守 2005. 「日本における外国人労働者の現状と課題」『産業精神保健』第13巻, 第1号, pp.1-3
- 大西晶子 2001a. 「『外国人労働者』のストレス対象と相互援助組織の役割」『コミュニティ心理学研究』第4巻, 第2号, pp.107-118
- 大西晶子 2001b. 「異文化間接触に関する心理学研究についてのレビュー—文化的アイデンティティ研究を中心に—」『東京大学大学院教育学研究科紀要』第41巻, pp.301-310
- 志甫啓 2006. 「企業の雇用管理と外国人労働の活用：多様性のある人材活用の観点から」『関西学院経済学研究』第37巻, pp.47-63
- 清水睦美 2006. 「ニューカマーの子どもの青年期—日本の学校と職場における困難さのいくつか—」『教育学研究』第73巻, 第4号, pp.135-147
- 鳥井一平 2012. 「働く仲間, 移住労働者」『労働の科学』第67巻, 第5号, pp.23-28
- 上林千恵子 2010. 「外国人技能実習制度の現状と今後の課題」『労働調査』pp.10-16
- 渡邊博顕 2012. 「外国人労働者の就労・定住支援の現状と課題」『労働の科学』第67巻, 第5号, pp.4-8
- 山下留理子・橋本文子・神農今日子・上田孝子・森知子・吉永純子 2008. 「在日外国人労働者の精神的健康の現状とその関連要因」『日本看護学会論文集, 地域看護』第39巻, pp.239-241
- 山口裕幸 1994. 「日系外国人労働者の日本の労働・生活環境への適応過程に関する調査研究——総社市水島機械金属工業団地に就労する日系外国人労働者を対象として」『岡山大学産業経営研究会研究報告書』第29巻, pp.1-30

(指導教員 高橋美保准教授)