



Until we are all equal



# 見えない傷

ウクライナの  
思春期の男の子  
とユース男性の  
メンタルヘルス上  
の困難と支援

調査報告書

2025年3月

著作権: © 2025 Plan International & FONPC

写真: 次の船の到着を待つイサセア国境検問所職員

© Plan International / George Calin



## 序文

現在ウクライナ全土で続く紛争は実に多くの人びとの暮らしを一変させ、人びとは喪失と避難の中で将来の再起に向けた暗中模索を強いられている。本調査書は単なる調査にとどまらない - これは、ウクライナの思春期の若者・ユース、そしてコミュニティが示す**レジリエンスと勇気、そして粘り強さ**に対する賛辞である。

ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバで実施された本調査は、紛争と避難という複雑な状況下を生きるユースの声を拡大するものである。彼らにどんなメンタルヘルスのニーズがあり、対処メカニズムをどう働かせているのかを調査し、回復への道筋となる支援体制を探っている。

私たちは、自身の経験・苦労・洞察を共有してくれた**思春期の若者・ユース・保護者・教師・メンタルヘルス/人道支援従事者**に対し、心から感謝する。直面している困難に対する意見をありのままに伝え、逆境の中でも決して失うことのない希望を語るその声が、本調査を形作っている。

国内に残り続ける/他国への避難を試みる/困難に抗いつつも適応して新たな道を切り拓き続ける、**ウクライナのコミュニティ**の方々に特別な謝意を示したい。声を上げようとする彼らの意思こそが、メンタルヘルスおよび心理社会的支援(MHPSS)のニーズに、より包摂的・効果的かつ思いやりのある形で対応する力となる。

また、ウクライナ/ポーランド/ルーマニア/モルドバの**ユース専門家グループ・現地NGO・国際NGO(INGO)・教師・メンタルヘルス従事者・人道支援団体**の方々にも、深く感謝する。ウクライナのユースにケアと支援を提供し、提言活動を行う彼らの献身は、何にも代えがたい力である。

本報告書は、こうしたすべての人びとに捧げるものである。彼らの声が届き、その苦しい闘いが評価され、彼らのニーズへの対応がなされることを切に願う。ウクライナの今、そして未来を生きる思春期の若者とユースが**傷を癒し、尊厳を取り戻し、希望を持つ**ことを優先する政策・プログラムの策定に、本報告書の調査結果と提言が貢献することを願っている。

## 発行情報:

発行日: 2025年3月

著作権: © 2025 Plan International & FONPC

## 資金提供への謝辞

本調査は、災害緊急委員会(DEC)の資金提供により実施された。その支援により本調査が可能になったことに対し、深く感謝申し上げたい。本報告書に記載された調査結果・解釈・結論は、調査員の見解であり、必ずしも関連組織の見解を反映したものではない。

## 調査チームと協力者

### 調査チーム(プラン・インターナショナル・ウクライナとポーランド)

調査マネージャー: Teofana Cepoi

プロジェクトマネージャー: Diana Biclineru

国別担当者: Oleksandra Loshenko(ウクライナ)、Liliia Oleshko(ポーランド)

### 調査チーム(FONPC - ルーマニアとモルドバ)

調査員: Daniela Maria Bosca博士、Corina Rodica Andrei博士、Lilia Hîncu

プロジェクトマネージャー: Valentina Luciana Mirza

モルドバの国別担当者: Andrei Hincu

デザイナー: Codruța Brișan

## 謝辞

ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバでの調査をご支援いただいたファシリテーター・コミュニティリーダー・パートナー組織にも感謝する。彼らの尽力のおかげで、調査対象のユースと専門家の見解を丁寧に注意深く記録することができた。

## レファレンスグループと支援者

本調査の全過程で、指導と助言を提供くださったレファレンスグループの方々に感謝したい。また、本調査の成功のために、時間・洞察・支援を提供してくださったすべての個人と組織に対しても、深い謝意を表す。

Janna Smith, Stef Pruski, Nataliia Kondakova, Sven Coppens, Armand Volentiru, Ksenia Kozlovskaya, Nadiia Gorobenko, Iryna Boiko, Anastasiia Velieva, Ioana Tonceanu, Adèle Pavé, Lawson Brunnock, Marianne Rowley, Jana Kaemmer, Kateryna Maltseva, Svitlana Shevchenko, Aleksii Kvatania, Lilit Hayrapetyan, Jen Redden, Gulnur Aydin, Yaroslava Tarasenko, Margaret Bruce, Andreea Ene, Claudia Petrescu, Andreea Vornicu, Andrei Eșanu, Alexandru Cașcaval

## 特別に感謝申し上げる

調査対象者の決定・採用に際し、支援をいただいた以下の組織に感謝する。彼らの支援により、多様な参加者の確保と幅広い経験と視点を反映した調査結果を得ることができた。

ウクライナ(プラン・インターナショナル): CAFOD、国際救済委員会、Action Against Hunger、La Strada、Terre des hommes Ukraine、公共団体「Family for People with Disabilities」、Project HOPE、Resilience Foundation、慈善団体「Рідні」、CF「Slavic Heart」、NGO「Words Help」、キエフ Taras Shevchenko国立大学

ポーランド(プラン・インターナショナル): Ukrainian House(Ukraiński Dom)、HumanDoc、Windmill財団、Jedność財団、ユニセフ・ポーランド、iFightDepression、Warsaw Ukrainian学校(Варшавська Українська Школа)、Idylla財団

ルーマニア(FONPC): ASSOC Association Baia Mare、World Vision Romania(コンスタンツァ)、Terre des Hommes Romania(ブラソフ)、National Foundation for Youth、Inimă de Copil Galați(ガラツィの子ども心)、Centre for Civic Resources Constanta、The Holy Trinity Baptist Church Bucharest、世界保健機関ルーマニア事務所、ANPDCA

モルドバ(FONPC): Union of Roma Youth from the Republic of Moldova 'Tărnă Rom' Association、ウクライナ難民一時支援センター(カルピネニとポペアスカ)、Charity Centre for Refugees、INTERSOS Moldova、公共団体LAOLALTĂ、公共団体Positive Initiative、情報センター「GENDERDOC-M」、国立児童虐待防止センター、Lawyers' Rights Centre、公共団体Public Association Female Support Force and Ukraine Women Unity、Nicolae Testemițanu国立医科大学メンタルヘルス研究所、心理教育支援センター、Ialoveni地域メンタルヘルスセンター、モルドバ国立大学

## 略語集

**CBT** - 認知行動療法

**FGD** - フォーカス・グループ・ディスカッション

**GBV** - ジェンダーに基づく暴力

**IDP** - 国内避難民

**INGO** - 国際NGO

**KII** - 主要な情報提供者とのインタビュー

**LGBTQIA+** - レズビアン・ゲイ・バイセクシャル・トランスジェンダー・クィア・インターセックス・アセクシャル・他の多様な性的指向とジェンダーアイデンティティ

**MHPSS** - メンタルヘルスおよび心理社会的支援

**PFA** - 心理的応急処置

**PM+** - 問題対応プラス(世界保健機関が開発した特別なカウンセリング手法で、メンタルヘルス専門家以外も使えるよう調整されている)

**PTSD** - 心的外傷後ストレス障害

**(TF-)CBT** - ト라우マに焦点化した認知行動療法

**TWG** - 技術作業部会

**UNHCR** - 国連難民高等弁務官事務所

## 用語集

**CBT** - 心理療法のひとつで、個人の機能不全に陥っている思考パターンや行動に変化を促す治療法。TF-CBTは、トラウマを抱える人に特化して設計されたもの。

**動員法** - 有事での兵役を義務付ける法的枠組み。紛争下での動員は、国家防衛のために必須の措置とみなされることが多いが、身体的・心理的に重大な影響を及ぼす可能性がある。

**対処メカニズム** - ストレス・トラウマ・メンタルヘルスの問題に対処するため、個人が意図的/無意識に用いることで働く、順応的(健康的)または、不適切な(有害な)仕組み。それらには、支援を求める・問題解決・回避・物質使用等がある。

**PFA** - 支援対象者に負担をかけない支援的な形で個人が心理的苦痛を克服できるように設計され、初期対応として行われる、エビデンスに基づいた支援方法。メンタルヘルス専門家だけでなく、初期対応に当たる者、専門家ではない人、教師/コミュニティ住民/保護者などの訓練を受けた個人も提供することができる。

**フェミニスト的調査原則** - 権力の力学に挑み、参加者の主体性を優先し、実体験を中心に据える調査の方法。社会的・経済的に困難な状況下にある人びとの声を増幅し、交差性を盛り込み、トラウマに配慮した倫理的な方法で調査を行うことを目指している。

**健全な男性性** - 強さ・感情の抑圧・自立といった伝統的に期待される資質ではなく、セルフケア・共感・コミュニティ支援を促す、非抑制的で感情が解放された型の男性性。

**交差性** - 複数の社会的アイデンティティ(ジェンダー・人種・難民であること・障害・LGBTQIA+に属すること・兵役経験等)がかけ合わさることで、受ける差別・特権・リソースの利用にどんな影響が及ぶかを理解するための枠組み。

**サービスのマッピング** - ある状況下で利用可能なサービスを特定し、その利用しやすさ・有益性・存在する問題を分析する作業。

**構造的障壁** - 避難民や紛争下にある人が、メンタルヘルスケア・教育・雇用の機会を持つことを阻む法的・経済的・政策関連・手続き処理上の障壁。

**トラウマ** - 個人の対処能力を超える体験を直接的/非直接的に経験することで生じる心理状態。特に身体的・心理的な暴力が起きる紛争下では、それらの体験が重度の無力感・恐怖・傷つきやすさを生み出すことが多い。

**トラウマを考慮した方法** - トラウマの心理的・生理的影響を踏まえた上で、すべての調査・支援サービス・活動を設計する枠組み。トラウマの再発を防ぎ、傷を癒し、主体性・安心感を育むことを目的とする。

## 見えない傷

ウクライナの思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスをめぐる課題と支援策を探る .....	1
発行情報 .....	3
調査チームと協力者 .....	3
略語集 .....	5
用語集 .....	6
1. 要約 .....	8
主な調査結果 .....	8
はじめに .....	13
2. 国別事例研究 .....	20
2.1. ウクライナ .....	38
2.2. ルーマニア .....	50
2.3. ポーランド .....	65
2.4. モルドバ .....	51
3. 比較分析とテーマ別動向 .....	75
4. 提言 .....	78
各国政府と政策決定者に向けて .....	78
MHPSSサービス提供者に向けて .....	79
開発・人道組織に向けて .....	79
受け入れ先コミュニティと市民社会に向けて .....	80
結論 .....	81

# 1 要約



ウクライナ全土で続く紛争は、すべてのウクライナ人の生活を根底から破壊し、国内のみならずポーランド・ルーマニア・モルドバなどの受け入れ国の家族・コミュニティ・社会構造にも影響を及ぼしている。この紛争は人びとに大規模な避難を強い、生命・健康・安全を脅かし、一般市民は暴力にさらされ、教育・雇用・基本サービスには甚大な支障が生じている。人道支援では大部分が女性と子どもに重点が置かれ、思春期の男の子とユースのMHPSSのニーズは多くの場合見過ごされがちなのが実情だ。だが、紛争の長期化で、避難・ジェンダーに基づく期待・暴力にさらされ、また、ケアの利用には構造的障壁があるために、彼らは**特有のメンタルヘルスとこころの問題**に直面している。支援を求めることをためらわせる制限的なジェンダー規範、25歳以上には軍事動員の可能性があるため移動制限があること、そして経済的に不安定なために支援を活用できないことなどが障壁になっている。ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバで実施した本調査では、こうした**構造的・文化的障壁**が彼らのメンタルヘルスに及ぼす影響を明らかにし、サービス利用向上のための実践可能な提言を示すことを目的としている。

本調査では思春期の男の子とユース男性に主眼を置いているが、**より広くジェンダーの力学**も踏まえた考察を行っている。自立や感情の抑制などの男性性に対する社会の期待が、支援を求める行動やサービス利用にどう影響するかを検証している。本調査では男性と女性の見方をはっきりと対比してはいないが、**ジェンダー規範がメンタルヘルスサービスの利用に影響を与える**ことは認めている。メンタルヘルス支援を受けることが、どのようにジェンダー役割の影響を受けながら男の子とユース男性の中で決定づけられていくか、ユース女性とサービス提供者による洞察を分析した質的調査も行っている。

また、思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスニーズへの取り組みは、彼らのウェルビーイングだけでなく、家族やコミュニティにとっても必須である。こころの痛みを対処せず放置すれば、感情を失い、人間関係の緊張を招く恐れがある。こころの痛みが放置されたことで、対処メカニズムが適切に機能せず、**延々と続く暴力の連鎖に陥り**、その結果、女性や子ども、ひいては社会の結束に悪影響が及ぶ場合もある。

本調査では、これまで見過ごされてきたこうした問題を把握することで、思春期の男の子とユース男性特有のニーズに**対応した包摂的でトラウマを考慮したMHPSSプログラム**の開発に貢献する。今なお続く紛争の中でウクライナが将来的な影響を回避できる道を探るとき、思春期の男の子とユース男性の支援体制の強化は、**彼らのウェルビーイング**の向上のみならず、**より健全な家族関係とコミュニティカを育む**。



## 主な調査結果



### メンタルヘルスのニーズと対処メカニズム

思春期の男の子とユース男性は、紛争と避難、そして果たすべき責任の変化によって、**感情の消失・深い悲しみ・消耗・アイデンティティの葛藤**を抱えている。彼らの多くは**集中力の低下**や将来の見えない不安に苦しんでいた。しかし、紛争の影響は一様ではなく、ユース男性たちはそれぞれが置かれた状況下で様々な困難を切り抜ける道を探っていた。前線近くに住んでいて極度の心理的ストレスや喪失感を抱えている者、移住による**後ろめたさと孤立感**を訴える者、自分が生きることと社会の期待の間で葛藤し深い苦悩を抱える者もいた。

こうした困難を抱えながらも、ユース男性は様々な対処メカニズムを働かせて打開の道を探っている。目的意識を取り戻すために、ボランティア活動・コミュニティの取り組み・仲間を支援するオンラインネットワークに参加する者、あるいは身体活動・スポーツ・創造的な自己表現を通して感情を開放させる者。だが、社会と断絶したり危険な行為をする者、アルコールやオンラインゲームに逃避する者もあり、より健全な形でストレスを管理する別の手段を提供する取り組みの必要性が浮かび上がった。

## MHPSSサービス利用に対する障壁

ユース男性のMHPSSサービス利用を妨げる要素は複数存在し、社会的・文化的障壁から構造的・経済的制限まで多岐にわたる。伝統的な男性性の規範は自立を強く求め、支援を求める行動をためらわせる。多くのユース男性は、弱いと思われぬように、自分1人で困難に対処しなければならない、と思い込み、メンタルヘルスの支援を受けるのは恥だ、と頑なに信じ込んでいる。

社会・文化的な困難に加え、構造的障壁も重要な要素である。ウクライナ国外に避難したユース男性がメンタルヘルス専門家とコミュニケーションを円滑に行うには言葉の壁が存在するだけでなく、彼らの状況に合ったメンタルヘルス支援が不足しているため、適切なケアの利用は一段と難しくなっている。経済的負担も障壁のひとつで、民間のメンタルヘルス関連の支援は手が届かないことが多く、人道支援への資金提供が縮小する中、無料あるいは補助金で受けられるサービスも減少している。

さらに、情報の入手が困難なために、支援を受けられる場所があることを知らないユース男性も多い。利用可能なサービスに関する明確な案内がないため、MHPSSが利用できない者も多く、孤立感と苦悩は一層高まっている。



## ジェンダー規範と社会的動向

伝統的な男性性のジェンダー規範は、誰かを保護し、何かを提供する存在であることをユース男性に求め、弱さを見せたり助けを求めたりするのをためらわせる。弱くみえないように感情を抑え込む者が多く、孤立し、メンタルヘルス支援には一層足が向かなくなる。

避難は家庭内の役割を変え、経済的にも気持ちの面でもユース男性が責任を負うことが多くなる。これにより、自分をエンパワーすることができたと捉える者がいる一方で、ストレスや孤立感を覚える者もいる。社会の圧力・先の見えない不安・社会の変化の中で、苛立ちの感覚、気持ちが離れ、あるいは攻撃的になることで、仲間や交際相手との関係も変わっていく。



## 統合と社会的支援

避難によって友人関係や仲間同士のネットワークが崩壊し、新たな人間関係を築こうとしても、多くの思春期の男の子とユース男性が言語の壁・文化の違い・感情の喪失による、困難を経験している。また、ウクライナに残る仲間と比べ、自分は何もせずいい思いをしているという後ろめたさを感じながら生きていると語る者もいた。

家庭内の役割も大きく変化、父親の不在で思春期の男の子が新たな責任を担っており、これが家族の絆を強める一方、心の重荷になる場合もある。彼らの多くが母親やきょうだいを守り、支える義務を感じているなかで、特に周囲からの圧力や社会的なスティグマにより、親族との関係がぎくしゃくし、さらなるストレスを感じている。

コミュニティハブ・スポーツプログラム・同世代の仲間主導する活動を通して、社会的統合への取り組みも行われているが、彼らの多くが利用できずにいる。

受け入れ国で快く迎えられ安心感を抱く者がいる一方、**敵意の高まり**を感じ、ウクライナが今も危険な状態であるにもかかわらず帰国を迫られていると感じる者もいる。



## MHPSSの取り組みの有効性と共生システムの課題

MHPSSの取り組みの有効性にはばらつきがあり、思春期の男の子とユース男性の参加率は低い。ユース男性は非公式な仲間支援・コミュニティを基盤とする取り組み・スポーツやボランティア活動など組織的に行われる活動に参加する傾向が強い、とサービス提供者は指摘している。メンタルヘルスの共生システムは、資金不足・研修を受けた専門家の不足・サービス提供がバラバラに行われるなど、システム上の課題を抱えている。



## 主要提言

ウクライナの紛争の影響下にある思春期の男の子とユース男性を効果的に支援するため、**各国政府・MHPSSサービス提供者・人道支援団体・受け入れ先コミュニティ**は、障壁の解消・利用促進・レジリエンス強化を目的とする重点的な措置を講じる必要がある。

### 1. メンタルヘルスシステムの強化

- 経済的障壁を排除するために、国の枠組みへの投資を増やしてMHPSSを公的な保健ケアに組み込み、**メンタルヘルスサービスを拡充する**
- 避難によるストレスや喪失感を含む、紛争の心理的影響に対応するために、**ジェンダーに配慮したトラウマを考慮した手法について、専門家を研修する**

- ユース男性が身近な環境で利用できるよう、教育・雇用・人道支援プログラムの中にMHPSSサービスを組み込み、**様々な利用機会を提供する**

### 2. 雇用と安定への障壁の解消

- 雇用と職業訓練に関する**法的・行政手続きを簡素化**し、ユース男性の非正規雇用から安定した雇用への移行を支援する
- **避難民のユース男性に対する法的保護を保証**するために、難民認定や居住許可の延長を行い、先の見えない不安を軽減し長期的な安定を促進する

### 3. ジェンダー規範と社会が与えるスティグマへの取り組み

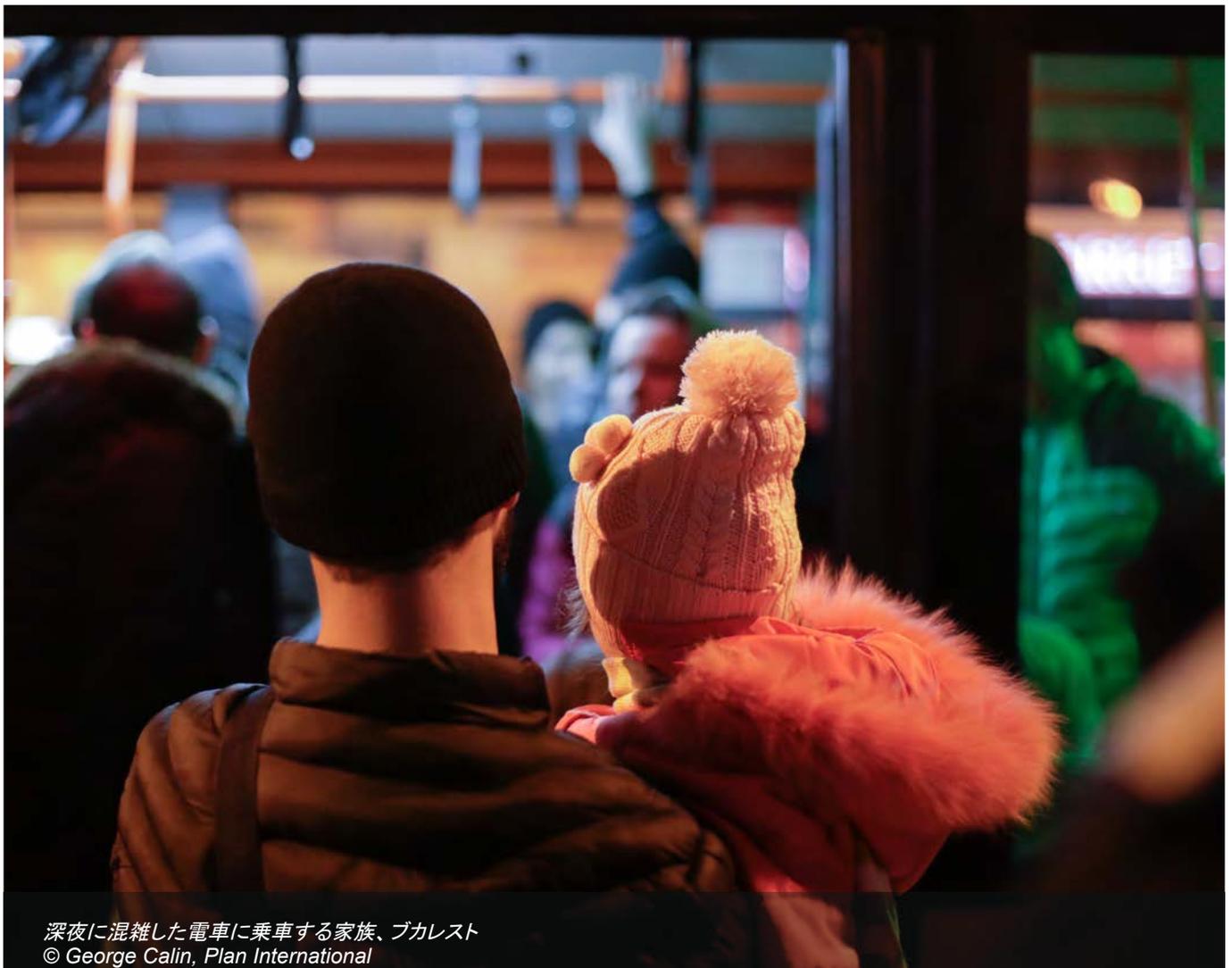
- 支援を求めることを促し強靱な心を育む啓発キャンペーンを通して、**抑圧的な男性性のジェンダー規範に挑戦する**
- **家族を守る役目を共に担い、感情を開放**できるよう促し、危機的状況のなかで、ジェンダー規範を前向きに再構築する
- **男性のロールモデル・教育者・コミュニティリーダー**をメンタルヘルスの提唱活動に巻き込み、誰もが当たり前感情を表現したり、仲間の支援を受けられるように促す

#### 4. 社会的統合と支援ネットワークの強化

- ・ **メンター制度・仲間主導のプログラムを拡大し**、避難民のユース男性が受け入れ先コミュニティ・社会ネットワークとつながりを持てるようにする
- ・ **ユース主導の取り組みとボランティア活動に投資**してユース男性のエンパワーメントを促し、主体性を高める
- ・ 避難民を一時的にいるよそ者として扱うのではなく、**長期的にいる地域の一員だ**という意識を育む**文化的に包摂的なプログラム**を策定する

#### 5. デジタルを活用したコミュニティ基盤の支援の強化

- ・ **家族を中心に据えたMHPSSプログラムを開発し**、苦痛を感じている思春期の男の子とユース男性を支援するツールを保護者に提供する
- ・ **デジタルプラットフォームとソーシャルメディアを活用**したメンタルヘルス啓発活動を行い、規制されていない非公式のオンラインコミュニティにこころの支援を頼らないように促す
- ・ 利用しやすく、スティグマを感じずにメンタルヘルスサービスを受けられる入り口として、**スポーツとアートセラピープログラム**を拡充する



深夜に混雑した電車に乗車する家族、ブカレスト  
© George Calin, Plan International



## 行動喚起

- 人道支援におけるメンタルヘルスサービスの優先度を高める: MHPSSサービスが広く**利用可能で、ユースにやさしく、ジェンダーに配慮している**ことを保証する
- サービス提供の形を広げる: リスクの高い集団に支援の手を伸ばすために、**デジタルプラットフォーム・モバイルチーム・コミュニティハブ**を活用する
- スティグマを根絶し、支援を求めることを促す: 啓発キャンペーンとユースの参加を通じ、**有害なジェンダー規範に挑む**
- ユースの参加を促す: **ユース男性**の経験とニーズを反映したプログラムの**設計**に彼らを**参加**させる
- 連携を強化し、利用しやすいサービスにする: **関係者の連携**を強化し、わかりやすいサービス情報が幅広く入手できるようにする

• 交差するニーズに対応する: 文化に配慮した包摂的なプログラムにより、**疎外されたユースへの支援**を調整する

• サービス提供者の研修に投資する: **ジェンダーに配慮しトラウマを考慮したケアを提供するためのツール**を専門家に提供する



## 共同責任

思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスニーズへの取り組みは、個人のウェルビーイングの問題を超え、より広く社会の重要事項である。こころの痛みを対処せず放置すれば、延々と続く暴力の連鎖と社会的排除を生み、家族やコミュニティに影響を及ぼしかねない。レジリエンスを高め、ウェルビーイングと長期的な安定を促すためには、十分な資金と連携の下で包摂的な対応を行うことがきわめて重要である。



ウクライナ全土で続く紛争は、すべてのウクライナ人の生活を根底から破壊し、国内のみならず受け入れ国の家族・コミュニティ・社会構造にも影響を及ぼしている。紛争の激化で、人びとは大規模避難を強いられ、生命・健康を脅かされ、バラバラになり、暴力にさらされ、教育・雇用・基本サービスには甚大な支障が生じている。人道支援では、女性と子どもに重点が置かれることが多く、思春期の男の子とユース男性のMHPSSのニーズは見過ごされがちなのが実情である。

紛争が続く中、避難を余儀なくされ、ジェンダーに基づく期待と暴力にさらされ、またケアの利用には構造的障壁等があるために彼らは特有のメンタルヘルスとこころの問題に直面している。紛争でユース男性が背負う心の重荷が増える中、彼らは多くの場合、保護者としての責任と経済的不安定、そして危機下にレジリエンスを示す存在であれという社会の期待と闘いながら、道をさぐっている。特に25歳以上のユース男性は、軍事動員政策の施行と移動制限で一層の心理的ストレスを感じている。

多くの思春期の男の子とユース男性がメンタルヘルス支援を求められるか、求めたいと思うかには、強さ・自立・感情の抑制といった伝統的な男性性のイメージが大きく影響する。また、ポーランド・ルーマニア・モルドバの受け入れ先コミュニティは、安全と社会に溶け込む機会を提供する重要な役割を果たしているが、サービスの利用しやすさには今もばらつきがある。国際支援の変動と資金の縮小といった地政学的状況下で、避難民のユースがメンタルヘルスサービスを利用するのは一層困難になっている。

本報告書は、ウクライナでの全面紛争への対応の一環として、プラン・インターナショナルがDECから資金提供を受けて実施した、大規模な活動の一部である。2024年7月～2025年2月に、ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバで実施した本調査は、ウクライナの思春期の男の子とユース男性を対象にした、MHPSSサービスの提供が抱える問題と求められるものを特定し、取り組むことを目指している。質的・量的なデータ収集を通して、本調査は、彼らの実体験・メンタルヘルス支援の利用とともに、コミュニティと組織の対応が彼らのウェルビーイングの実現に果たす役割について考察する。調査結果は政策に反映してMHPSSプログラムを強化し、男性と男の子のメンタルヘルスニーズへの取り組みが確実に効果を上げることを目的としている。



## 調査の目的と中核的な質問

本調査は、全面侵攻と紛争激化が、ウクライナの思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスとこころのウェルビーイングにどんな影響を与えているかを把握しようとするものだ。ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバで、彼らがメンタルヘルスサービスを利用する際に直面する障壁、広く用いられている対処メカニズム、さらにこれまでに行われてきた取り組みの有効性を考察する。

人道的対応では主に女性と子どもが優先され、男性と思春期の男の子の抱える特有の問題は、MHPSSのプログラムでは見過ごされがちなのが実情だ。助けを求めるのをためらわせる抑圧的なジェンダー規範、25歳以上対象の動員に備えた移動制限、経済的に不安定で支援を利用できない等の問題などである。

本調査では、こうした構造的・文化的障壁が彼らのメンタルヘルス支援の利用にどう影響するかを明らかにし、サービスをもっと利用しやすいものにするための提言を行うことを目的としている。

本調査では思春期の男の子とユース男性に主眼を置いているが、より広くジェンダーの力学を踏まえた考察も行っている。そして、自立や感情の抑制といった男性性に対する社会の期待が、支援を求める行動やサービス利用にどう影響するかを分析している。本調査では、男性と女性の見方をはっきりと対比してはいないが、ジェンダー規範がメンタルヘルス支援の利用に影響を与えることは認めている。質的調査では、メンタルヘルス支援を受けることが、どのようにジェンダー役割の影響を受けながら男の子とユース男性の中で決定づけられていくか、ユース女性とサービス提供者の洞察を分析している。

本調査は、こうした問題を把握することで、思春期の男の子とユース男性のニーズに対応した、より包摂性の高いMHPSSプログラムの開発に貢献する。

### 本調査は、以下を目的とする:

- 全面紛争がウクライナ国内と受け入れ国にいる**ウクライナの男の子とユース男性のメンタルヘルスとこころのウェルビーイングにもたらす影響**の評価
- ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバの思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスサービスの利用度を調査し、彼らの利用を阻む構造的・文化的障壁の特定
- メンタルヘルスに関するニーズ・対処メカニズム・利用可能なサービスについて、思春期の男の子とユース男性の意見を集約
- メンタルヘルスの取り組みの包摂性と有効性の向上のために、政策立案者・サービス提供者・人道支援アクターが実行可能な提言を策定

### 調査の中核的な質問

調査の重点	調査の中核的な質問
メンタルヘルスの問題	ウクライナ国内と各受け入れ国で、ウクライナの思春期の男の子とユース男性がメンタルヘルス面で抱える主な問題は何か
紛争と避難の影響	全面紛争と避難は、彼らのこころのウェルビーイングと対処メカニズムにどんな影響を与えているか
メンタルヘルスサービスの利用への障壁	彼らのメンタルヘルスサービス利用を阻む主な障壁は何か
これまでの取り組みの有効性	これまで行われてきたMHPSSの取り組みは、彼らのニーズへの対応に、どの程度有効で、どんな問題が残っているか
政策とプログラムの適応	思春期の男の子とユース男性にとってより利用しやすく包摂的なMHPSSサービスを提供するには、どんな政策変更やプログラムの調整が必要か

## 調査方法

本調査では、メンタルヘルスをめぐる課題と利用しやすいサービスを包括的に理解するため、**質的調査の手法**を用い、**FGDとKII**を行った。質的調査で得た洞察を補完するため、**量的調査を2つ実施した**。1つは、メンタルヘルスをめぐるスティグマを踏まえ、調査対象の思春期の男の子とユース男性がより広く参加できるように行った調査で、もう1つは、利用しやすいMHPSSサービス像をつかむためのサービス提供者を対象にした調査だ。**フェミニスト的でトラウマを考慮し、ジェンダーに配慮した原則**に従い、倫理的な参加型手法を徹底した。

本調査の主対象は**15~17歳の思春期の男の子と18~25歳のユース男性**だが、調査には**思春期の女の子/ユース女性/成人男性/保護者**など、他のコミュニティ住民・教師・メンタルヘルス従事者・地元NGO・INGO・政策決定者も参加した。

彼らの視点が加わることで、思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスのニーズがコミュニティ内でどう受け止められているかについて、状況に基づいた洞察が得られ、MHPSSの利用に影響を与える社会的・構造的・文化的要因を包括的に理解することができた。本調査は若年層を中心に据えているが、上の年齢層の男性の発言には、思春期の男の子とユース男性に影響を与える世代の考え方や経験について考える貴重な機会となるものもあった。こうした考え方は、メンタルヘルスと支援を求める行動に影響を与える、より広範な社会的・文化的変化を各状況に当てはめて考える上で役立った。



子どもたちが一緒に楽しむ、Ludobus遊びセッション、モルドバ  
© Plan International

## 参加型調査手法

参加型手法は、本調査の重要な柱である。調査対象国4カ国で思春期の男子19名とユース19名との面談を調査の2つの段階で実施。初期段階では彼らの意見を調査方法・調査ツール・中心となる質問の策定に反映し、後の検証段階では、調査結果を参加者と共有して彼らの意見とフィードバックを最終分析に反映した。

## 質的データ収集

質的データ収集は、保護者・メンタルヘルス専門家・教師・学校カウンセラー・人道支援従事者・地元NGO/INGO代表者に加え、88名の思春期の男子とユース男性との、94回のKIIと29回のFGDを実施して行い、各自の経験・対処メカニズム・メンタルヘルスサービス利用に対する障壁・避難と紛争がこころのウェルビーイングに与える影響をテーマに意見交換が行われた。

多様なデータを得るために、本調査は、全面紛争が始まった2022年2月以前に受け入れ国に到着していた者と、その後到着した者の両方を調査対象とした。

参加者には、仕事や学業のために紛争以前に移った者もいれば、紛争による避難で移った者もいた。また調査では、都市部と地方部など、地理的条件の異なる人びとの視点が集まるよう努めた。さらに、MHPSSの巡回チームによる遠隔地域にいる人や、障害者・LGBTQIA+に属する人・少数民族コミュニティに特化した支援を提供する専門家も参加できるよう配慮した。本調査は、本調査は、軍事経験を持つユース男性の実情の理解を目指したが、軍事経験を持つ者から直接情報を得るのではなく、メンタルヘルスサービス提供者や、男女問わずそうしたユース男性とつながりのある人びとから洞察を得た。さらに、避難したユースの様々な実情を把握するため、オンライン/対面学習を通じて学業を続けるユース男性と思春期の男子の子も対象に含めた。

帰納法と演繹法の両方を取り入れた主題分析の手法を用いることで、データから主なパターンとともに、思いがけない考え方を捉え、ウクライナの思春期の男子の子とユース男性が抱えるメンタルヘルスの課題と、サービスに不足しているものを細かく理解できるようにした。

本調査は、以下に示すMHPSSの様々な面について分析を行った：

紛争が男性性とジェンダー的役割に与える影響	分析対象MHPSS関連テーマ	少数派集団の実情
他者との関係	メンタルヘルスのニーズとウェルビーイング	デジタル世界の安全性とソーシャルメディアの影響
保護・安全性・移動	コミュニティ/仲間支援システム	ストレスと対処メカニズム
ストレスと対処メカニズム	教育と学習	障壁

## データ収集

質的調査の結果を補完するため、量的調査を2つ実施した。これらの調査により、利用しやすいサービスやメンタルヘルスに対する人びとの考え方やサービス利用への障壁について、広い洞察が得られ、質的調査の結果の多角的な分析が可能になった。

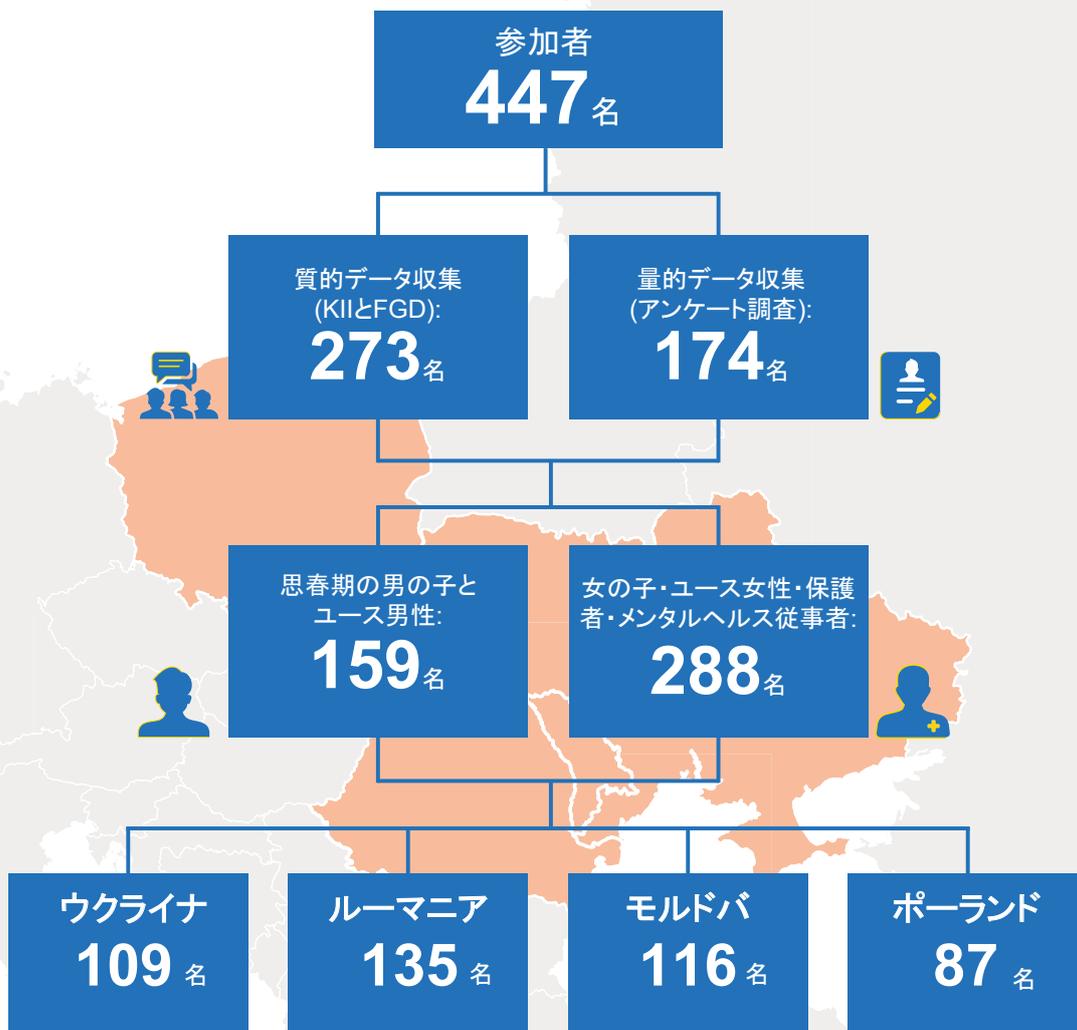
・利用可能なMHPSSサービスのマッピングを行い、サービスの提供にある課題を確認し、ウクライナの思春期の男の子とユース男性にとって利用しやすいサービスを探るために行う、**サービス提供者・組織(対象数 = 103)を対象とした調査**

・メンタルヘルス・対処メカニズム・MHPSSサービスの利用をどう捉え・考えているかを知るため、ウクライナと受け入れ国にいる**思春期の男の子とユース男性(対象数 = 71)を対象とした調査**

## 対象者構成・募集

ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバの4カ国、計**447名**が調査に参加した。対象者は以下の形で参加した:

- ・質的データ収集(インタビューとFGD)に**273名**が参加
- ・FGD/KII/量的調査のいずれかに**159名の思春期の男の子とユース男性**が参加
- ・**94回のKIIと29回のFGD**に幅広い関係者が参加



© Free Vector Maps.com

本調査は**有意抽出法**を採用し、対象者、特に脆弱な状況下のウクライナ人の思春期の男の子とユース男性から、人口を構成する多様な層とその実態を捉えられるようにした。募集方法は国毎に異なり、**ウクライナとポーランド**では、LGBTQIA+に属する・障害を持つ・特定の危険にさらされているグループの支援を含む、**IDPとウクライナ難民の支援組織**を中心に働きかけを行った。調査員は、参加者となり得る人びとを見つけるため、何百もの組織・大学・学生組織・スポーツクラブ・UNHCR TWG 会員に接触した。遠隔地で巡回サービスを提供する組織の参加はもちろん、都市部と地方部両方の意見を確実に得るように徹底した。**ルーマニアとモルドバ**では、**雪だるま式サンプリング**を採用し、既存のネットワークとコミュニティを基盤とした紹介を活用してウクライナの思春期の男の子とユース男性に接触した。

## 机上調査

**机上調査**は、既存の知識と各状況における事実を確実に反映した調査に設計する方法を決定する上で、重要な役割を果たした。データ収集前に机上調査は実施され、**学術文献・灰色文献・政策文書・面談報告書**等、様々な資料を調査した。

机上調査では、**ジェンダー化したトラウマへの対応・メンタルヘルスに対する各文化の考え方・ウクライナ人コミュニティへの紛争の影響**を検証し、支援を求める行動とサービスの利用の実態を知る足がかりとなった。また、国の政策・法的枠組み・利用可能なメンタルヘルス支援を含めた、ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバにおける**MHPSSサービスの現状**評価も行った。

机上調査で、**自助・コミュニティを基盤とした・組織による支援体制**のマッピングを行うことで、**サービス提供の抱える問題が明確になり**、それを調査手法に活かした結果、紛争の影響下にある思春期の男の子とユース男性が直面する現実に対応した調査設計が可能になった。

## 倫理的配慮

本調査は厳格な倫理基準に準拠し、**プラン・インターナショナルの倫理審査チーム**の審査・承認を受けた。参加者から**インフォームド Consentと受諾**を受け取り、未成年者からは保護者の同意も受け取った。また彼らには、何時でも参加を辞退できる権利等、彼らの権利について説明を行った。

個人情報の匿名化と全情報を調査利用に限定して安全に保存することで、**機密保持とデータ保護**を保障した。**セーフガーディング措置**が講じられ、参加者は保護手続きの詳細を記載した同意書を受領し、専用の担当窓口を提供された。FGDとKIIの実施後、参加者には感想を伝える方法と、今後支援を受ける際の方法について情報を提供した。**トラウマがよみがえるリスクを下げる**ため、未成年者にはここの緊急サポートを用意し、成人には必要に応じて適切なMHPSSサービスを紹介した。

調査チームは、ファシリテーターが**トラウマを考慮し、ジェンダーに配慮した**データ収集手法の研修を修了しているように徹底した。特に、メンタルヘルスに関する問題を扱う際に、スティグマや内面に深い苦痛をかかえている可能性がある思春期の男の子やユース男性と関わるファシリテーターには、特に注意を促した。

本調査では、基本的な考えのひとつとして、紛争の影響下で男性と思春期の男の子が苦痛を感じるのは**自然であり、極限のストレス下では当然の反応である**という認識に基づいている。

本調査は、トラウマを病気として扱うのではなく、個人の必要な支援の利用を妨げる構造的・社会的障壁を明確化することを試みている。私たちは、**メンタルヘルスの取り組みでは、精神的苦痛を個人の問題として捉えずに、レジリエンスの育成・コミュニティを基盤とした支援・利用可能なところのケアに重点を置くべきだと考えている。**

## 制限事項

参加者の募集とデータ収集全体には難しい面があり、**選考に偏り**が生じた可能性がある。本調査で採用した**有意抽出法**は、多様な意見が得られる反面、結果から一般的パターンを導き出すには限界がある。本調査で得られた見解は、今回の採用過程で接触できた対象者の経験を反映したものであり、紛争激化の影響を受けたすべての思春期の男の子とユース男性を完全に代弁していない可能性がある。

重大な困難の1つとして、**思春期の男の子とユース男性の参加者集め、特にポーランド、**が挙げられる。広範に募集の働きかけを行ったものの、参加人数は想定を下回った。その要因の1つは、ユース男性と保護者の両方が調査参加に**懐疑的で難色を示した**ことで、メンタルヘルスは依然、**タブー**とされており、スティグマを受ける不安が不参加を促したと考えられる。さらに、正式な調査に参加することに気後れする家族もいた。

多くのサービス提供者が複数の調査活動に参加していたため、**調査協力疲れ**もあった。これが、彼らの注力の度合いや回答内容の充実度に影響を与えた可能性がある。さらに、**質的・量的データの同時収集は作業的に重く、新たに得た洞察に合わせて調査ツールを改善し続けられない場合もあった。**

本調査は、**LGBTQIA+に属する・ロマのコミュニティに属する・障害を持つ人等、脆弱なグループ**の声を直接集める難しさも経験した。的を絞って募集を行ったが、参加者を集めるのはきわめて困難であり、結果、こうしたグループの人びとから直接ではなく、**サービス提供者・NGO・保護者**から得た洞察に頼ることになった。間接的な見解も有益な洞察になるが、こうしたグループに属する一人一人の声を完全に代替するものではない。今後の調査では、**生の声を伝えることにより重点を置き、彼らの実体験をより包摂的に、実態に即して理解できるよう徹底する必要がある。**

そして、**翻訳・通訳されたデータを使用した**ことで、**わずかな意味のずれが生じるリスク**もあった。このリスクを軽減するため、記録内容を慎重に確認し、ファシリテーターとのダブルチェックを行ったが、細かい**ニュアンスを伝えきれない**リスクは、引き続き多言語調査につきまとう課題である。



## 2.1 ウクライナ

### 2.1.1 メンタルヘルスのニーズとウェルビーイング



#### 過去と現在

ロシア・ウクライナ紛争は、社会状況を一変し、思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスに深刻な影響を及ぼしている。全面紛争前、彼らの多くは、スポーツ・趣味・課外活動・社会的交流等、組織的に行われる活動に積極的に参加していた。こうした活動を通して、生活リズムやアイデンティティ、目的意識が生まれ、個人としての生活と家族の空間に安定が保たれていた。紛争でこうした規則性のある生活が崩壊したことで、人びとは精神的苦痛を抱え、それまでしていたことに興味を失い、先の見えない不安を抱くようになった。また、避難・経済的不安定・家族離散等の混乱で、慢性的なストレスが高まり、人びとは感情を失い、社会との関わりを断つことが増えている。「紛争前はレースが大好きで、プロレーサーになるのを夢見ていました。ゴーカートのレースでその夢を追っていました。紛争が始まり、すべてが崩壊し、レースは私の中から完全に消えてしまいました」(17歳の思春期の男の子)。

本調査で、ウクライナにいる思春期の男の子とユース男性67名を対象に、質的・量的調査、または面談を実施し、メンタルヘルスに関する様々な意見を収集した。それまで趣味を支えていたコミュニティが崩壊し、ユース男性

は自分と社会をつないできた大きな柱とともに、アイデンティティの意識と支えられているという感覚を失った。ウクライナ軍に志願した者もいれば、紛争に対する考え方の違いから、友情にひびが入った者もいる。自分の考え方や自分という存在の意義が変わり、感情がなくなったという者も多い。メンタルヘルスサービス提供者は、入隊する者・新しい環境になじむ者・社会の期待と闘う者等、ユース男性はそれぞれの置かれた状況によって異なる影響を受けていると指摘しており、つまり、彼ら全員が様々な心理的負担を抱えているという。自身の決断がもたらしたスティグマを受けたり、排除されたりする者もいる。そこに、リスク要因・保護要因(個人/家族/社会/文脈的要因)・脆弱性要因がさらに重なりあい、状況は複雑化している。

紛争で自身の目的意識が変わったという思春期の男の子とユース男性もいる。インタビューでは、感情が動かなくなり、以前は楽しく感じた活動に何の意味も感じなくなったという発言がよく挙げられた。こうした感情の解離は、慣れ親しんだ日常や人間関係の喪失で一層悪化するものだが、彼らの経験は一様ではなく、地域・避難の有無・各自の状況によって心理的影響は異なる。前線地域に住む人びとは、比較的安全な地域に住む人びとは極めて異なる現実に直面している。さらに、IDPと故郷のコミュニティに留まった人びとでは、新しい環境への適応から長期にわたる紛争関連のストレスまで、それぞれが直面する困難は大きく異なる。



## 心と行動に現れる反応の 種類と影響

紛争を機に、思春期の男の子とユース男性の間でメンタルヘルス問題が急激に拡大している。回答者の中には、**将来の見えない不安・25歳以上を対象にした動員の懸念・紛争下で予測のつかない暮らし等、いくつかの要因による不安**を訴える者もいた。こうした不安は、**慢性的な心配・侵入思考・睡眠障害**として現れる。安全な状況でも、**空襲警報の記憶**や過去のトラウマが**引き金となり、極度の苦痛**に襲われるという者もいる。

下記の棒グラフは、紛争開始以降に思春期の男の子とユース男性が心と行動に感じた変化について本調査で回答した内容を示している。回答者の50%が**不安が高まった**と回答している点は注目すべきだ。

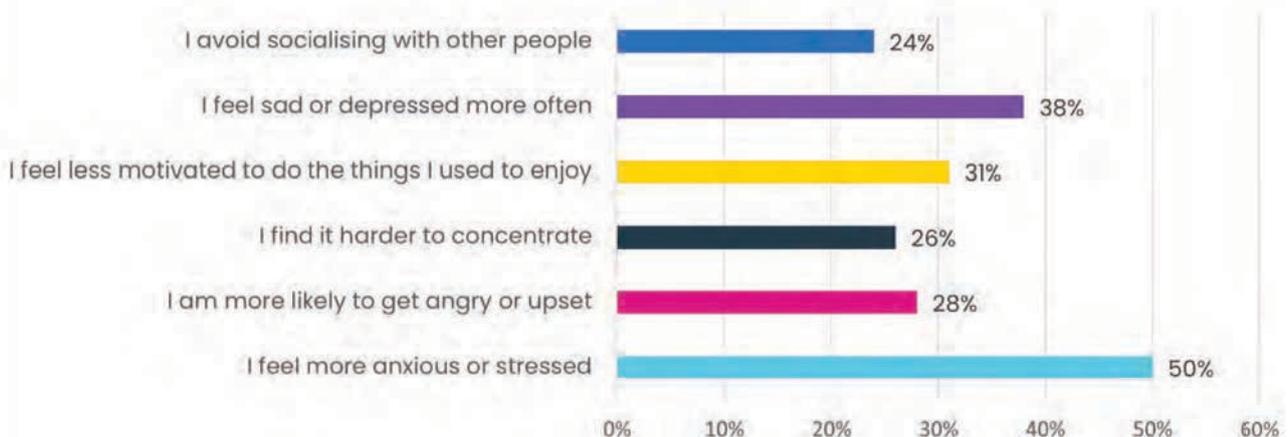
ウクライナにいるユース男性は、不安定な避難生活の混乱以上に厳しい**紛争下の現実**に日々直面している。**空爆や砲撃、破壊の絶え間ない脅威は、慢性的なストレスと警戒心のきわめて高い状態を生み、彼らのメンタルヘルスに重大な影響を及ぼす**。メンタルヘルス従事者によると、入隊した者は**直接的な戦闘経験を持ち、暴力にさらされ、さらに一般市民の生活に復帰するのが難しい**ことで、ストレスが一層高まっている。実戦地域にとどまりながらトラウマ体験を消化し、こころのウェルビーイングを維持するのはきわめて困難な作業だ。

うつ症状は、多くの参加者が訴えており、その多くが感情を失い、無気力に陥り、生きることに意味を見出せずに苦しんでいる。以前は喜びを感じていた活動に今は虚しさを覚え、**社会との関わりを断ち**、過去の自分を断ち切るといった行動につながっているという。家族構造の崩壊・強制移住・こころの支援ネットワークがないことで、こうした問題は深刻化しており、愛する人や親しい友人を失った人びとは特に、**深い悲しみと疲労**を訴えた。

「以前は私も友だちづきあいをもっとして、間違いなく私の生活の大切な要素でした。でも今は、たまに連絡を取るくらいで、大した内容でもなく、心が満たされることはなくなりました」。

22歳のユース男性

Since the war began, what changes have you noticed in your feelings and behavior? (n=72)



また、慢性的な身体の痛みや慢性疲労等の心身症の症状を訴えるユース男性もいて、彼らは精神的苦痛に起因するものだと考えていた。こうした症状には具体的な生理学的要因がない場合が多く、強度のストレス/不安/感情の抑圧と関連している。サービス提供者は、**精神科医への紹介**件数の増加を指摘した。これはメンタルヘルス問題に対する認識の高まりの現れかもしれないが、利用できるサービスが変わった、精神的苦痛が増えた、紹介が広く行われるようになった等、他の要因による可能性もある。だが、スティグマや診断を受けることを恐れ、多くの人が積極的に専門的な支援を求めようとしないでいる。精神的苦痛を否定し、認めることを拒むことで対処している人もいた。

メンタルヘルス従事者が指摘した通り、**攻撃的になる・リスクの高い行動をとる・物質使用**も一般的になっていた。こころの苦痛から逃避するために、無謀な行動・過剰な飲酒・自己破壊的行動に及ぶ者もいる一方で、欲求不満が高じて暴力行為やいじめ、他人に当たる者もあり、これらはストレスに耐え切れなくなった場合に起きる場合が多い。こうした行動は**必ずしも意識的に行われるとは限らず、無力感や、状況をどうすることもできないと感じた結果、現れることがある**。あまりにもつらい実情に打ちのめされストレスが高まることで、感情の処理能力や理性的判断力が一層低下する可能性がある。

その他の問題として、**孤独感・25歳以上に対する動員への恐怖・ウクライナでの未来の不透明さ・自傷行為**等が挙げられた。MHPSS関連で活動するウクライナの団体によると、子ども・思春期の若者に対する保護者の**家庭内暴力(DV)**の事例が、教育機関での**いじめ**や保護者との軋轢とともに増加しているという。アルコールやタバコ等の**物質使用**・ギャンブル・オンラインゲームへの依存も増加しているという。今も続く紛争と将来の見通せない恐怖、不安から逃れるひとつの手段として、ウクライナを離れることを検討しているユース男性がいる一方で、集中力の低下や**自分自身を攻撃してしまう**といった症状を訴えた者もいた。

「勉強に困難を感じています。テスト中に空襲警報が鳴ったら、そのテストはなくなり、それはその時は楽ですが、長期的に考えると確実に害です。警報が鳴っていた間の授業の内容が理解できず、取り残されていくのを感じます」。

17歳の思春期の男の子

同時に、**性教育と性的指向に関する開かれた議論の必要性**を訴える声が高まっており、これは利用可能なリソースと支援不足の表れである。人間関係や生殖に関する健康といったテーマは、正規教育で扱われないことが多いため、参加者の多くは、こうした問いにきちんと答えられる状態にないと感じている。さらに、特に占領地域や戦闘活動が激しい地域からウクライナ国内のより安全な地域へ避難した子どもと思春期の若者を標的にした、**出身地に基づくいじめ**への懸念が高まっている。

紛争関連のストレスに対処するため、**積極的に社会参加をしている**というユース男性もいた。その多くはボランティアとして、**IDPの支援・友人の支援のための前線訪問・コミュニティ支援・草の根活動への参加**をし、役割を担っている。こうした活動は彼らに**新たな目的意識を与え**、無力感を軽減させている。また、現状をきっかけに、自己成長と**コミュニティ参加**が促され、**社会問題への関心が高まった**という者もいた。



## 男の子/男性への異なる影響

ユース男性に及ぶ紛争の影響は、それぞれの状況によって異なる。ウクライナのユース男性全員が紛争の影響を受けているが、兵役に就いている者は、特有の問題を抱えている。強い仲間意識と自信があることで苦痛から心を守ることができる者もいるが、メンタルヘルスサービス提供者は、**実戦への参加・生き残った罪悪感・長期軍役後一般市民の生活への適応の困難**が、彼らの心に重い負担を課しているという。社会復帰を促す包括的なプログラムがないため、ユース男性は経験したことを処理するためのこころのサポートを受けられない状況に置かれている、との指摘もあった。

また、ウクライナ国内にとどまっているがウクライナ軍に属していない者は、**罪悪感・孤立感・他者の評価**に苦悩することがある一方、国外に避難した人は仲間とのつながりを失い、孤立感を抱えることが多い。他国に避難したが暮らしを立て直すことができず、リスクを冒して帰国した者もいれば、今も続く故郷の占領・破壊・砲撃・軍事攻撃により、避難生活を続けざるを得ない者もいる。

思春期の男の子とユース男性はともに重度の精神的苦痛を抱えているが、困難の内容は異なる。メンタルヘルス従事者によると、**まだアイデンティティの形成段階にある思春期の若者は、社会化を進められず、孤立感が高まり、人間関係構築に困難を覚え、感情の喪失を経験している**という。中には、自身の将来に対する強い不安や、自分の力では自分の人生をどうすることもできないと感じる者もいるという。

ユース男性、特に20代前半は、**アイデンティティと男性性に関する問題**を抱えていることが多い。伝統的なジェンダー規範に根差した社会の期待の中で、「こうしたい」という自分の願望と「こうあらねば」という義務感がせめぎ合い、恥や罪悪感が生まれ、場合によっては「死にたい」と思うようになる。幼い頃から、感情を抑えるように社会から求められ、自分の弱さを認めることを弱さだと考える者もいるが、この考え方は紛争下で一層強くなる。

こうした深く根づいた規範が、支援を求める行動に及ぼす影響は極めて重大で、**サービス提供者の74%が、男性性に関する社会の期待が、男の子と男性のメンタルヘルスに関する支援を求めたいという気持ちを押しつけていると指摘する。**

思春期の男の子とユース男性ともに、**睡眠障害・慢性的なストレス・不安・うつ症状**等のメンタルヘルス上の問題を訴えることが著しく増加している。

「まず、夜中に警報が鳴って、何が起きているか確認しなければならないので、よく寝れないことがあります。弾道ミサイルなのかドローンなのか、ドローンならそれほど怖くありません。事実、よくない習慣ですが、ドローンが来ても常に避難する訳ではありません。でも、私たちのすぐそばで撃ち落としているので銃声が聞こえ、よく眠れません」。

17歳の思春期の男の子



## 対処メカニズム： 順応的 VS 不適切

対処メカニズムは、心のウェルビーイングを支える順応的(健康的)な仕組みと、一時的な解放感を与えるが長期的な精神的苦痛をもたらす不適切(有害な)仕組みに大別される。紛争は、思春期の男の子とユース男性の対処メカニズムの方向性を大きく左右し、それによって彼らが、どのように感情を調節し、社会と関わり、行動するかは影響を受ける。どう対処するかは、各個人・家族・社会・背景的要因によって異なるが、こうした要素が働いて彼らにリスク、保護、あるいは弱さをもたらしている。

紛争の困難な状況下でレジリエンスと心の安定を維持する方法を見出したユース男性もいる。その順応的対処メカニズムには、心の支えを求める・**身体活動に参加する**・**ボランティア活動に従事する**・**創造的/知的活動に没頭すること**が含まれる。また、**家族・恋人・親しい友人**など、**信頼できる人物**に心の支えを求めることが多いと言うユース男性もいた。思春期の若者の中には、保護者自身も目の前のことで精一杯かもしれないとわかりつつも、**母親**が主な安らぎの源であると回答した人もいた。同様に、**恋人の存在**が心の安定につながっている場合もある。「母の所に行って気分がよくないと伝え、助言を求めます。でも今の状況では、いつもそうはできません。母も人間で、今の状況に圧倒されることもあるのです」(17歳の思春期の男の子)。

**身体活動と社会活動**は、重要なストレス解消法として機能している。ストレスを管理し、人とのつながりを保つためにスポーツ・運動・コミュニティ活動に参加していると回答したユース男性もいた。サービス提供者の中にも**コミュニティへの参加が果たす役割**を強調し、「家族や友人とのコミュニケーションにスポーツは役立ち、ボランティア活動を通じて他者と協働し助け合える」と指摘した者もいた。自分の対処メカニズムが働くというより、むしろ自身のストレスを有意義な行動に転換するために、**ボランティア活動やコミュニティ支援に参加**しているユース男性もみられた。

一方、一時的な解放感を与えるものの長期的には悪影響を及ぼす、不適切なメカニズムに頼ってしまう者もみられた。最も憂慮すべき不適切なメカニズムの一つが、**物質使用**である。紛争によるストレスとその影響から逃避しようとし、アルコール・タバコ・薬物に手を出すユース男性が急増している。さらに、**現実逃避や社会との断絶**という形で対処メカニズムが働くこともよくある。現実と断絶するために**テレビゲーム**に没頭する思春期の若者もいる。調査回答者の思春期の男の子とユース男性の60%が、ストレスを感じたり、体調が悪い時に働く対処メカニズムとして、**オンラインゲーム**を挙げた。

ゲームは、自分がコントロールしているという感覚を取り戻す、問題を解決する、つくられた世界ではあるが達成感を得る、手段として機能する場合もあるが同時に、ストレスやトラウマ体験への反応として、**攻撃的になる**、**リスクの高い行動をとる**、といった形が現れることも多いと報告されている。紛争の精神的負担に対処しようともがき、**自傷行為をしたり**、**希死念慮を持つ**ユース男性が増加しているのは、特に憂慮すべき傾向だ。

「彼らはいつでも感情を表に出す準備ができています。彼らはすべてを自身の内に抱え込んでいます。自傷行為が今日非常によくみられるのは、そのためです」。(INGO代表)

## 2.1.2 社会からの圧力と支援制度



### 家族内の力関係と役割の変化

**家族は変わらず最も安定した支えになっている**、と言うユース男性がいたように、回答者の70%が、家族が心の支えになっていると回答した。だが、経済的逼迫と喪失、心に重くのしかかる紛争を背景に、家庭内の人間関係は緊張が高まっている。思春期の男の子には、苦難を共にしたことで家族内の互いへの理解が深まり、保護者、特に母親との絆が強くなったと感じたと言う者がいた一方、ユース男性は、自身の問題を保護者に伝えることは、彼らの負担をさらに重くするだけだと感じ、気持ちを伝えられずにいる。「個人的な問題は誰も母親や父親には話さないです。そういうことは、付き合っている恋人や友人との間で話題にすることが多いです」(22歳のユース男性)。

特に家庭内の役割に関する保護者の期待もかなり高まっている。ユース男性、特に紛争で父親が不在である者には、圧力が高まり、心に重くのしかかっていると言う者もいる。仕事での成功にとどまらず、家族を養い保護する存在になることを期待されていることもある。「両親は私がパイロットになるのを強く期待しています。これはとても難しいです。全力で取り組み、大学に修了するまで残り、パイロットになるよう目指さなければなりません。大きな圧力と責任を感じています」(17歳の思春期の男の子)。

亡くなった人についてははっきりと語った参加者はほとんどいなかったが、それは彼らにそういう経験がないのではなく、話題にしにくいテーマだからだと考えられる。状況を考えれば、多くの思春期の男の子とユース男性が家族との別離・紛争下の様々な役割に従事する親族の不在・死別の経験をしていると思われるが、本調査はトラウマをよみがえらせない方法で行われたため、参加者がこうした経験をあえて明かさなかった可能性もある。そして、彼らの多くが、苦難を共にすることで家庭内の伝統的な上下関係が変化し、家族同士の関係が平等になってきたと述べた。こうした変化の長期的影響はわからないが、家族の新しい力関係を作り出しているのは疑いようもなく、今後も紛争の継続とともに形を変え続けていこう。



### 友人関係と仲間同士のネットワークへの影響

ユース男性間の友人関係は大きく変化しており、意見の対立から関係が上手くいかなくなることが多くなっている。政治的対立や紛争に対する見解が、友情にひびを入れることになるという。こうした意見の違いをきっかけに、ユース男性は付き合い相手を考え直すことになり、結果、友人を失うことも少なくない。仲間が避難していく中で、社会の分裂がすすんでいく現状もある。

多くのユース男性が、国内・国外への避難を強いられ、友人とのつながりは断たれてしまった。また、ウクライナに残った人びとも、紛争下で日々起きることや優先事項が、避難していった友人とは大きく違ってきているため、関係を維持するのは難しいことが多い。「多くの人がりヴィウやテルノピルに移ったため、会うのがとても難しくなりました。会うには、駅で何時間も待った後、列車で移動して丸一日かかってしまいます」(22歳のユース男性)。

加えて、友人関係上の距離が離れてしまったという意見もあった。絶え間ない攻撃・前線での進攻・日常的な爆撃(特に民間用インフラを標的としたもの)で不安に満ちた日々の中で、ユース男性には、経済的不安定と25歳以上の動員の可能性をという圧力がさらにのしかかる。こうしたストレス要因から、社会との関わりを避けるようになる者もいる。オンラインコミュニティに救われていると言う者がいる一方で、オンラインでのつながりでは、直接会って心を支えてもらう代わりににはならないという不満も聞かれた。

「自ら社会と距離を置き、外に出ることを恐れている者もいます。以前より互いにコミュニケーションを取らなくなっています」。

26歳のユース男性



### コミュニティと帰属意識

ユース男性にとって、コミュニティの存在とその一員としての意識は紛争で大きく変わった。ボランティア活動・軍務・国外避難民コミュニティという新たなネットワークに心の支えを見出す者がいる一方で、すべてのつながりを断たれたという感覚が強まる者もいる。

これまで人びとの心に安定感を与えてきたコミュニティ支援の存在は、特に**社会的結束が次第に弱まるにつれ**、弱体化している。

ウクライナに残ったユース男性から、**国外に避難した者から見捨てられた感覚**があるという話が時々出た。反対に、**移住した人びとは、アイデンティティの葛藤と国を離れたという後ろめたさに苛まれているT**という。ユースの中には、**その選択で人を判断する者もいる**ため、こうした人の流れが社会の緊張を高めている。しかしながら、これらの困難がある中でも、**強い連帯感**を感じているユース男性もあり、その多くが、情報を共有し支え合う非公式なネットワークを築いている。



## 恋愛関係

紛争は恋愛関係にも深刻な影響をもたらし、ユース男性が深い付き合いをし続けていくことは難しくなっている。恋愛関係の多くが、避難・軍務・意見の相違で壊れることが多い上に、**心の弱さを認めることを弱さ**だとする考えによって、ユース男性は感情を一層抑圧するようになり、孤立感を高めている。「**男性が配慮を求めると、「弱音を吐いている」とみなされ、それは男性には許されない行為なのです**」(23歳のユース男性)。

離ればなれの状態と張り詰めた気持ちが長期にわたる中で、**失恋と離婚の件数は増加している**。高い年齢層の成人では、公式に離婚した割合が高くなっており、こうした家族の解体の影響が、思春期の男の子とユース男性にも及んでいる。ある25歳のユース男性は、ジェンダーによる力関係が変化し、異性愛関係に新たな緊張を生んだと説明した。「**離婚率が高まっているのは、家族が離ればなれになったからです。離ればなれの生活の中で女性の持つ力が大きくなり、男性に選択肢がないときも女性には選択肢があり、これが関係に重大な問題を起こしているのです**」。また、**将来が見えない中で長く付き合えるかが不確か**になり、**早いペースでどんどんデートをする**傾向がみられ、紛争でストレスが増加し、性的関係にも影響が及んでいる。

「私たちは何をするのもすごく速いのです; すぐに付き合い始めて、すぐに深い関係になって、すぐに別れる。明日何が起こるか、誰もわからないのです」(25歳のユース男性)。



## GBVとそれが意味するもの

男性のメンタルヘルス問題・トラウマ体験・男性の薬物乱用を背景に、紛争下では家庭内や恋愛関係で緊張が高まり、GBVが増加している。最近のデータでも、こうした事例が急増しているのは憂慮すべきである。**UN Women** UN Womenによれば、紛争関連のストレスで、2023年以降、DVの件数は36%増加しており、2023年には最初の5ヶ月間で**DV件数が51%増加し**、349,355件に達したとウクライナ国家警察が報告した。この急激な増加は、**紛争によるストレス・経済的逼迫・失業・トラウマによるもの**だとされている。

トラウマと精神的苦痛を放置すると、攻撃的行動をとる恐れがあると認める男性もいる。GBVに関して公然と語る者はほとんどいないが、軍務で極限状態に置かれトラウマとなり得る経験をしたことで、緊張の張り詰めた状態が抜けず元の生活になかなか戻れない人びとの間では、特にその発生が懸念されると、メンタルヘルス従事者も指摘している。

女性も、**男性との人間関係**、特に恋愛関係での変化に言及した。男性の**攻撃性が高まった**と指摘する女性がいたと同時に、紛争と長期にわたるストレスの影響に苦しむ男性の気持ちを支えるのが重荷になっていると述べた女性もいた。

あるユース女性は「軍から戻ってきた夫や恋人は、好ましくない症状や、戦地でのトラウマ、そして攻撃性を抱えており、多くの女性がそれに向き合い対処しようとしています。彼女たちが、夫や恋人の心を支え、彼らの心を回復させなければならないのです」と語った。

サービス提供者は、**長期的なストレスと紛争の心理的影響の、GBVの発生率上昇との関連性**を認識している。ウクライナで活動する複数の組織が、DVの件数増加を報告しているが、報告率はスティグマや恐怖を理由に、低いと指摘している。あるサービス提供者は「紛争に関連するメンタルヘルス問題は、攻撃性・性犯罪・暴力を引き起こしています。またうつ病・アルコール依存症・不安もみられます」、と説明した。

懸念の高まりを受け、現地の組織は、意識啓発キャンペーンやGBVの被害者が安心して過ごせる場所づくりを含む、GBV防止プログラムを始動させた。**暴力の連鎖を阻止するため、男の子とユース男性を対象とした教育の**拡充を強調しているNGOも存在する。ある組織は「今、紛争によってようやく、男性も暴力の被害者になり得ることが認識され始めた。私たちは、支援サービスがあり、支援は秘密厳守で利用できることを男の子に伝えることが必要だと考えている」と述べた。

### 2.1.3 サービスの利用を阻む障壁とジェンダー規範

#### 構造的障壁

MHPSSの利用に対する障壁として最も頻繁に指摘されたものの一つは、特に**地方部や小さなコミュニティ**の人びとがサービスを利用するために移動する困難さであった。調査対象の4カ国すべてで、こころの支援サービスは大半が**都市部に集中**しており、遠隔地に住む男性や男の子が専門的な支援を受ける機会はほぼないか、不可能な状況である。特に障害者向け等の福祉送迎サービスが存在する地域もあるが、サービスが行き届かない場合が多く、メンタルヘルス支援を受けるために移動するのは難しいのが実情だ。障害者支援に従事するサービス提供者もこの点を強調し、無料の送迎サービスが存在しても、運行回数が非常に少ない場合が多いと指摘した。この問題は特にウクライナ国内で顕著で、紛争の影響下にある地域はインフラが破壊され、身の安全も守れないため、サービスの利用は物理的に極めて困難になる。



法律センターに勤務するウクライナ出身の弁護士の一部  
© Kasia Strek, Plan International

特に人道支援資金で運営されているサービス以外は、多くのサービスが有料で、個人・家族には手が届かないため、**経済的障壁**も利用を阻む大きな一因となっている。無料サービスもあるとはいえ、扱う領域が狭かったり、**十分に認知されておらず、メンタルヘルス支援を受けるのは無理だという認識**を生んでいる。対象者を絞った支援や啓発キャンペーンがないために、男性はこころの支援の対象外である、あるいはこうした支援を受けても苦痛はなくなるという考えが広がっている。

**軍関係者**に対応するサービス提供者は、兵士がこころの支援を利用するのは特にハードルが高いと指摘した。支援を求めると弱い人間だと思われるのではないかと不安とスティグマから、支援を求めるとためらう者や、戦地で任務中の兵士の場合、セラピーを受けるための時間やプライバシーがないため、実際にサービスを受けるのが難しい者もいるという。何人もの関係者が、個々の状況に対応した軍関係者に特化したメンタルヘルス活動の必要性を強調した。

さらに、支援を求め場所に関する**情報自体の不足**も大きな問題である。「こころの支援がどこで受けられるか知らない」と述べた回答者も数名いた。これは、メンタルヘルスサービスが不足している、あるいは周知が不十分な、小さなコミュニティでは特に深刻である。サービスが利用できる場合でも、**地元のサービス提供者への不信感**ある場合も多い。メンタルヘルスに関するスティグマが今も強い中、人と人の結びつきの強いコミュニティで**秘密は守られないという不安**を抱く者もいる。こうした不信感が、こころの支援を求めると弱いあるいは無能な人間だと見なされるという不安を生んでいる。

「ウクライナで、精神科の受診はよくあることではなく、普通ではないと捉えられています」(25歳のユース男性)。

加えて、特に仕事やケア労働あるいはボランティア活動に従事する男性にとって、**優先事項の妨げ**になることが大きな障壁になっている。多くは、日々の責任より自身のメンタルヘルスを優先することはできないと感じている。こころの支援を受けるにはかなりの時間がかかるという思いも重なり、今を生き抜くことや経済的な安定に比べて優先度が低くなっている。



## スティグマ・文化的障壁・男性性の役割

メンタルヘルスをめぐるスティグマは、男性と男の子がこころの支援を求めることに対する最も厚い障壁のひとつとして存在し続けている。ウクライナ社会では、感情を表に出さない・自立している・弱さを抑え込むことが男性性であると伝統的に考えられてきた。支援を求めることは**弱さの表れ**だとの思い込みから、苦しみに向き合うのではなく、抑え込んでいる男性もいる。インタビュー回答者のユース男性の多くが、仲間や家族はセラピーの受診は不要あるいは恥すべきものださえ考えている、と語った。調査に参加した思春期の男の子とユース男性の56%が、**自分自身の恥の意識と他人に恥すべき人間だとみなされる**ことが、支援を求める上で一番の障壁になっていると述べた。

「私たちは常に女性と子どもを守ろうと努めており、だから強くなくてはなりません。つまり、愛する人びとのために強くなくてはならず、決して心にあることを彼らに明かしてはなりません。なので、誰ともそれを共有できないのです」

36歳の男性

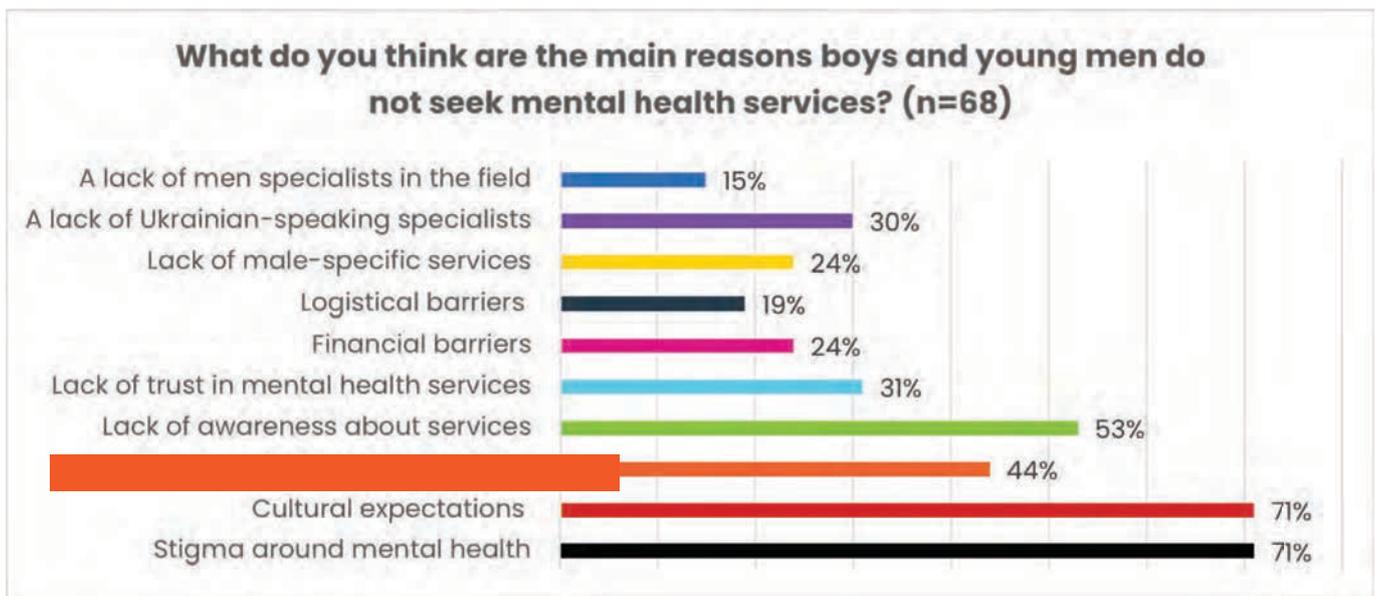
このスティグマは**普段の周囲とのやりとりでも、公の議論でも**高まっている。例えば、有害なジェンダー規範の形成・維持に大きな役割を果たしているのが、オンライン空間だ。「ソーシャルメディア上で、**軍務に就いていない人に対するいじめが起きている**」(35歳の参加者)。

男性に揺るぎない強さの柱であることを求める社会には、彼らが安心して感情表現できる場はない。伝統的な男性性の規範では感情を表に出すべきではないとされるため、こころの支援を求めたり脆弱な面を見せる男性が、社会的に孤立する恐れがあるという。だが興味深いことに、**スティグマは存在し続けるが、特に若年層は、考え方が少しずつ変化している**と指摘した回答者が何人かいた。

同様に、こころの支援サービスは**重度の精神的苦痛を抱えていない限り不要**だと考える文化的障壁もある。こうした思い込みは、**メンタルヘルスケアに対して長年受け継がれてきた意識**によって、さらに強固になっている。**ウクライナ**ではメンタルヘルスケアは伝統的にコミュニティを基盤としてではなく、組織的に行われてきた歴史があり、ソビエト連邦の一部だった時代は、精神病院は医療施設としてだけでなく、反体制派や非順応者と見なされた人びとの口を封じるための政治的抑圧の手段だった。この歴史が、メンタルヘルスサービスに対する強い不信感を生み、それが今も根強く残っているのだ。

下記の棒グラフは、思春期の男子とユース男性がメンタルヘルスサービスを利用しない主な理由として本調査でサービス提供者が挙げたものを示している。最も厚い障壁として挙げられたのは、**メンタルヘルスをめぐるスティグマ(71%)・彼らへの文化的期待(71%)・利用可能なサービスの認識の欠如(53%)**だった。また、他人の判断に対する懸念(44%)とメンタルヘルスサービスへの不信感(31%)も重大な障壁とされた。経済的障壁(24%)・移動上の問題(19%)・男性に特化したサービスの不足(24%)・ウクライナ語を話す専門家の不足(30%)も、サービスの利用をさらに妨げている。

ある主要な情報提供者は、「メンタルヘルスサービスがソビエト体制に深く組み込まれていたため、専門的なこころの支援を求めることに強い警戒心がある」と指摘した。その結果、**その結果、メンタルヘルスの問題は、精神的苦痛の現れではなく個人の問題だと片付けられることが多く、いまだにセラピーを重度の精神疾患や施設入所と結びつける男性もいる**。これにより、男性が**メンタルヘルスを著しく損なうまで支援を求めない傾向**が生まれ、支援を求めた時には、自身のケアについてきちんと意思決定する能力が失われている場合が多い。



そして、深く根付いたジェンダー規範・社会的スティグマ・構造的障壁が組み合わさり、男性と男の子にメンタルヘルス問題は自分一人ではなんとかしてはならないと思わせる環境ができています。特に若年層には進展がみられる部分もあるが、男性性に対する文化的期待は今もこのころのサポートの利用を妨げ、沈黙と感情の抑圧の連鎖はより強固になっている。



### 男性性・メンタルヘルス・期待への対応の交点

男性が**(家族を)守り、養う存在であるべきだ**、という期待は、彼らのメンタルヘルスと支援を求める行動に大きな影響を及ぼして続けている。この考えは、社会的規範とともに、彼ら自身が男性性をどう捉えているかによって決まる。継続する紛争は、**ボランティア活動・家族の支援・25歳以上なら軍務等、様々な形で貢献するよう、ユース男性に圧力をかける**。回答者の中には、個人的なウェルビーイングより国のための義務を優先すべきだという暗黙の期待を感じる、と述べた者もいた。25歳以上の動員に対する懸念も、ユース男性の意思決定に影響を与えるひとつの要素として挙げられ、徴兵担当者に出くわすリスクを避けるため、公共の場には出ないようにしている者もいた。

公式な軍務にとどまらず、ユース男性は**仲間から社会的期待も感じている**という。入隊するのは当然、という社会の期待は、意思決定だけでなく感情面にも影響を及ぼし、**男性は紛争で自身の役割をめぐる罪悪感・恐怖・葛藤と向き合う**ことになる。こうした圧力の中で、彼らは自身の苦悩を抑え込み、メンタルヘルスを優先する必要はないと固く思い込むようになることが多い。

調査結果から、紛争下では男の子とユース男性が社会の高い期待を背負っていることが裏付けられた。**65%が、強さとレジリエンスを備えた存在であらねばという圧力を感じ**、53%は家族や他者を守らなければならない、と感じていた。41%は家計を支えなければならない、30%は感情を表に出さないように求められていると感じる、と述べた。また、55%は国を守るために入隊または他の役割を担う義務があると、感じると回答した。

**社会からの期待と1人の人間としての思いの間の葛藤**は、大きな意思決定でも日々の出来事でも見られる。男性性のジェンダー規範がどのように自身の行動を決定づけたか振り返った思春期の男の子が何人かいた。その一人は、ふわふわしたカピバラのぬいぐるみを持っていたら、女の子から「男っぽくない」と言われた出来事を紹介し、例え小さな自己表現であっても、柔軟性を許さないジェンダー規範によって咎められることを強調した。また、ある組織に属していた際、入隊する意思はないと発言し、不信を買った経験を語ったユース男性もいた。こうした経験は、深く根付いたジェンダー規範が**キャリアや人生の選択といった重大事項だけでなく、日々のささいな出来事まで決定づける**ことを浮き彫りにしている。

こうした期待が気持ちの大きな負担になる。心理士や親しい友人といった、特定の状況下では弱さを見せられて気が楽になる、と述べたユース男性もいたが、多くが、感情の抑圧が規範であることは変わらないと認めた。対処メカニズムが働き、男性が物質に頼ることも多く、ストレスに対処し心のさらなる葛藤を避ける手段として、アルコールと大麻の使用が拡大している、と何人かの回答者は指摘した。

加えて、男性は**自立し、揺るぎないレジリエンスを持つ存在だ**という期待は、戦場以外にも広がっている。**家族とコミュニティに対する強い責任を感じ**、自身の問題を抱えていても、経済的にも気持ちの面でも支えにならねばと考えるユース男性もいた。

「男性は愛する人のためなら、強くなれるに違いない」という考えから、自身の弱さを認めたくないことが多く、こうした自分の中にある自分への期待が男性をさらに孤立させ、彼らが支援を求めることは一層困難になる。



### 安全とリスクに対する ジェンダー化された認識

実戦の続く地域では、空襲警報・ミサイル攻撃・絶え間ない砲撃が日々の生活を支配し、男女ともに常に危険にさらされている。何の前触れもなく攻撃が行われ、常に暴力と隣り合わせの状況下で、人びとは精神的苦痛を抱えながら先の全く見えないなかで日々命をつないでいくことを強いられている。紛争で抱える安全上のリスクは男女で異なるが、**こうしたリスクをどんな形で実感し経験するかにも、ジェンダー規範の影響が及んでいる**。男性には、役割を果たしているか常に社会から監視されている感覚があり、伝統的な期待に背けば社会の反感を買うのが怖いという者もいる。他方、女性は特に避難や危険な状況下でGBVに遭うリスクが高まる。

ある思春期の男の子は、そのようなジェンダーの力学を物語る経験を紹介した。「私より小柄な女の子とエレベーターに乗っていた時、その子は鍵を出して握りしめ、拳を作って自身を守ろうとしました。男はそういう目で見られても仕方ないことをしてきたので、その行動が理解できました」(17歳の思春期の男の子)。この話は、女性がユース男性を潜在的な脅威とみていることを、彼ら自身が鋭く察知している表れであり、暴力と危険が様々な形で社会に広がっている現実を浮き彫りにしている。

## 2.1.4 軍事動員とストレス要因

有事の軍事動員政策の策定は、国家防衛の標準的な実践であり必須要素である。こうした政策を有する多くの国と同様、ウクライナの25歳以上の男性は、兵役に就く可能性からストレスと先の見えない不安が高まり、日々の生活とこころのウェルビーイングに影響が出ている。社会の期待と、より広く紛争の現実がもたらす不安・恐怖・プレッシャーと闘っている、と訴えた者もいる。25歳以上に対する軍事動員だけでなく、ウクライナにいるユース男性は**実戦の続く紛争地で生活しているため、空襲警報・ミサイル攻撃・絶え間ない砲撃に日々さらされている。絶え間ない攻撃の脅威への不安は高まり、常に危険と隣り合わせで次の瞬間どうなるかわからない感覚に陥っている**。

**多くの場合民間人から突然兵士になるため、長期にわたる実戦の経験、家族との別離、そして祖国を守るという極めて重い責任によって、精神的苦痛を抱えていると、メンタルヘルスサービス提供者は指摘する。**

25歳以上のユース男性の中には、動員をめぐる不安が常にストレスを生み、日々の活動や移動に影響が出ていると話す人もいた。「(私の選択に対し)友人から意見されることがあり、当然、ストレスを感じることもあります」(36歳の男性)。

動員対象の男性の中には、徴兵担当者と出くわすリスクを避けるため、日々の行動を調整していると述べた者もいた。いくつかの都市では、警察が巡回し、男性に路上で声をかけ、軍登録への召喚状を交付する事例が報告されている。22歳のユース男性は、これが移動経路の選択といった日常的な決定にも影響を及ぼしている、と指摘した。動員に関する不安から、公共の場に行くのを控えるようになったと話す者も何人かおり、そのことが、彼らの社会的・職業的機会を狭めている。

正規雇用には軍登録が必要な場合があり、動員令を受ける可能性が高まることを恐れため、求職をためらう者もいる。

継続中の紛争は、**軍務に就いている者と民間人として生活を続ける者の社会的緊張**を高めている。多くの男性は自主的に軍登録しているが、徴兵延期を認めてもらうために法的延期・経済的手段・出国といった手段を探る者もいる。こうした分裂は、兵士と民間人の間だけでなく、家庭内にも緊張を招くことがある。戦闘で家族を失った家庭にとって、その悲しみと犠牲は、男性親族が軍務に就いていない人びとに対する苛立ちとなり、社会の分断が一層深まる恐れがある。

こうした感覚は、**男性性の中で複雑な序列が広がりがつある**ことを示しており、実戦参加であれ、財政や物的な支援であれ、男性は紛争での活動に何らかの形で貢献することが期待される。不参加の男性は、コミュニティの視線を常に感じ、非難されているように感じることもあり得る。

つきまとう不安・無力感・将来設計の難しさを訴えるユース男性が何人かいた。全国の相談窓口の報告では、動員を免れるためのユース男性の自傷行為の件数が増加しているという。紛争は、思春期の男の子とユース男性の人生に対する考えや自身の願望に重大な変化をもたらした。ある調査機関の職員は、「紛争疲労」と名付けられた現象を認めた。響き渡る爆発音、目の前で起きる破壊、止むことのない空襲警報という紛争の現実を目の当たりにすることで、心は慢性的な緊張状態に置かれる。

かつて紛争への貢献に意欲的であったが、今も続く不確実な状況下で安定を維持する方法を探るために現在は選択肢を見直しているユース男性もいた。それが学業の再開延期・キャリア計画の修正・移住の検討を意味する人も中にはいた。また、立てた計画が破綻するのを恐れ、先の見えない中でキャリアを築いていく不安を持つ者もいる。

先の見えない不安は、ユース男性本人だけでなく、その家族にも影響を及ぼしている。母親は、息子の動員への意思決定に重大な影響を与える存在であるとされ、「**母親は、息子が徴兵されるのを非常に恐れており、家族はプレッシャーを感じています**」(INGO代表)。

紛争はデジタル空間のリスクも高めており、オンラインハラスメントが大きなストレス要因となっている。多くのユース男性が、彼らがオンラインでロシア人ユーザーだと見ている人物からいじめを受けた、と訴えており、標的を絞った誤情報の拡散も増加しているという。あるユース男性は、オンライン上の対立の回避が生きていく上で必要な戦略になってきていると述べた。**デジタル空間**ではオンラインハラスメントのみならず、**ミサイル攻撃や被害者の情報がリアルタイムで通知され、紛争を常に意識させられる**。

## 2.1.5 教育と雇用

### 教育の享受

ウクライナの教育制度は紛争の深刻な影響を受けており、安全上の懸念や避難により多くの生徒がオンライン学習や対面とオンラインの混合型学習を余儀なくされている。ウクライナ国内外の生徒の支援のため、オンライン授業と対面授業を組み合わせた授業体制をなんとか維持している学校もいくつかある。

こうした取り組みがなされているとはいえ、**学習の途絶**は依然、重大問題である。特にオンライン教育の移行期間に学業面で遅れが生じたと指摘する生徒も何人かいた。意欲の減退と集中力の低下といった問題も頻繁に指摘された。15歳と16歳の生徒は、紛争初期にはそれ以前のCOVID-19ロックダウンの影響もまだあり、学業に悪影響が出たと指摘した。

「学校に通うと、勉強するのがすごく楽しく感じます」(15歳の思春期の男の子)。

先の見えない紛争下で、集中力と意欲の維持に苦勞する生徒もみられた。インタビュー回答者の中には、不安とストレスを抱え将来の見えない状況のなかで学習活動を行うことがいかに困難であるか訴える者もいた。また、大学生の中には軍が学生生活に干渉を強めていることに懸念を示す人もいた。「私は科学的な活動や調査に没頭したいです(...)教育課程が軍の統制下に置かれた状態では、学習はもちろん、大学院入学等の将来設計は立てられません」(22歳の男性学生)。

「私は全日制で勉強していますが、不安もあって、土曜もオンラインで勉強します。10年生は大丈夫でしたが、11年生の時は補習もたくさん受けましたが、多くのことに紛争の影響が及んで、それでも不安でした。大学も大変ですが、今はなんとか頑張っています」

18歳のユース男性





## 学業面での目標と キャリア計画の変化

紛争はユース男性の将来の職業に対する考え方に影響を与え、ウクライナ国内外で活かせる実践的なスキルを早く身につけたいという意識が高まる場合が多い。安全保障やテクノロジー、国際的な分野に関連した職業への関心を高めている者もいた。だが、経済的不安定のみならず25歳以上には動員の可能性があるため、安定した働き口を見つけるのは一段と困難になっている。インタビュー回答者は、雇用主の中には、動員延期措置を受けていないユース男性の雇用を渋る人びともおり、結果、正規雇用を避ける人も出てきていると指摘した。

こうした構造的障壁に阻まれ、**非正規雇用やフリーランス**で、時には目指していた職業ではない仕事に就くことを余儀なくされるユース男性もいる。また、ある程度安定した生活を維持する目的のために、起業やオンラインビジネスを選ぶ者もいる。

**ウクライナにいるユースは、多くの障壁に直面しながらも、レジリエンスを保ち、学業とキャリアの道を追求し続けている。**しかし、紛争で将来の不透明感が高まり、彼らはそれまで歩んできた道を見直して新たな道を探ることを迫られている。安定性・安全性・職業に対する満足感を求める気持ちは今も存在するが、実現するのは一層困難になっている。多くのユース男性の課題は、現状への適応だけではない。ウクライナ国内外に依らず、自身が活躍できる未来の設計図を描く力もまた、試されているといえる。

## 2.1.6 MHPSS活動の有効性と課題



### セラピー的アプローチと コミュニティを基盤とした支援

ウクライナにおけるMHPSS活動は、様々なセラピー的アプローチとコミュニティを基盤とした支援体制を通じて実施されている。本調査で各NGOとメンタルヘルスサービス提供者が言及した治療方法とサービス提供形式には、**PFA・CBT・TF-CBT・ゲシュタルト療法・心理劇・アートセラピー・家族カウンセリング・グループセラピー・巡回チームによるカウンセリングサービス**が含まれる。こうした方法は、紛争激化の影響を受けた思春期の男の子とユース男性のトラウマ体験の処理・不安・うつ症状・対処メカニズム・ストレス関連障害に対応するために用いられている。

**コミュニティを基盤とした支援**は、MHPSSサービスにおいて重要な役割を果たしており、特に公的なところのサービスが提供できない、あるいは利用できない状況では必須である。**仲間同士の支援グループ・軍務経験者支援プログラム・非公式のソーシャルネットワーク**は、非常にニーズの高いところのサポートを行っており、巡回チームも避難民や遠隔地の人を支援する上で重要な役割を果たしている。これらのチームは、避難所・病院・紛争の影響を受けた人が支援を求める他の場所でこころのサポートを提供している。**家族カウンセリング**も、MHPSS活動の重要な要素であり、保護者が子どもまわりのウェルビーイングを支える後押しができる点が特に重要である。心理士は、保護者を対象にした感情のバランスやメンタルヘルスニーズに関する指導を行っている。

加えて、軍務経験者に特化したこころのサポートは、トラウマや社会復帰の課題に対処するために開発されたものである。メンタルヘルスサービス提供者によると、軍務経験者の中には、**軍事経験がある心理士**に支援を受けることを望む者もいるという。

**機密性**は、こころの支援を求める男性や思春期の男の子にとって特に重要である。彼らの多くが、男性性に関するスティグマや社会からの期待を背景に、サービスを利用しているのを他人に知られたくないと考える。電話相談窓口等、匿名で利用できるサービスは、必須の存在である。



## 実施における課題

様々なMHPSS活動が存在するものの、それらを効果的に実施するには複数の障壁が立ちだかっている。一番の問題は、専門家に診てもらうのが困難なことだ。心理士や精神科医の多くは都市部におり、地方部や紛争の被災地域は十分な支援が受けられない状態にある。「ウクライナにも心理士や精神科医はいますが、見つけるのが難しいです。雇用だけでなく研修も大きな課題です。人道支援という意味では、彼らは十分な知識があるとは言えないのです」(INGO代表)。

さらに、**MHPSSプログラムの中で最も対応がおろそかになってる年齢層の一つが、思春期の若者である**。ある情報提供者はこう指摘した。「思春期の若者は常になおざりにされてきた年齢層の一つです。子どもと成人はそれぞれに特化した対応がなされますが、思春期の若者は常に見落とされています」(メンタルヘルスサービス提供者)。

現在の安全状況は、さらなる困難を生んでいる。空爆・避難・インフラの破壊は、サービス継続を妨げ、長期にわたるこころの支援プログラムの維持が困難になっている。



## 共生システム全体の連携

国内外の組織・政府機関・コミュニティを基盤とした取り組みの連携は、MHPSSサービスを効果的に提供する上で重要な役割を担っている。しかし、特に思春期の男の子と男性を含む脆弱な人びとに対する支援については、複数の課題が未解決のままで、連携した対応の実現には至っていない。

サービス提供者が指摘する通り、問題の中心は政府サービスが信頼されていないことである。多くの組織は、国家機関と連携するより、単独での活動あるいはINGOと提携して活動することを望んでおり、それは、国の機関は官僚的で対応が遅いと思われることが多いためである。また、行政上の障壁で教育の場で活動するための許可がなかなか取得できない組織もある。

明るい兆しは、MHPSS TWGと保護分野のグループの連携によって、**システム全体**の協働が進み始めたことである。これらのグループが**連携**することで、各組織はリソースを共有し、紹介手続きを連携して行うことが可能になる。だが、手続きの簡素化と包括的な紹介システムの実現には課題が残る。「誰に紹介できるのか分かりません。社会への不信感のため、これらサービスを信用しない人もいます。(…)また、多くのMHPSSプログラムが短期であることも、不信感を助長しています」(INGO代表)。



## MHPSS サービスのマッピング

サービスのマッピングは、MHPSSの利用度と紹介件数増加に必須のツールとして捉えられている。連携面の問題に取り組む様々な方法が設けられてきたが、利用可能なサービスには依然、地域間で偏りがみられる。**UNHCRのMHPSSサービスのマッピング**は利用可能なサービスを網羅した一覧を提供しているが、多くのMHPSSサービスが短期であり、プロジェクト機関の資金調達に依存していることを考えると、情報を常に更新し、すべてのサービス提供者を掲載するのは困難である。

加えて、ウクライナの大統領夫人が立ち上げたプラットフォーム「[How are you?](#)」によって、メンタルヘルスサービスの認知度と利用度は向上したが、男性と思春期の男の子の利用率は依然として、女性と比べ段違いに低く、この集団にはメンタルヘルスをめぐる障壁が広範に存在することがわかる。

地域による違いはサービスの利用を一層複雑化している。前線地域では戦闘が継続のため、短期の緊急支援が優先されているが、西部では、長期的なレジリエンス構築プログラムが現実的な選択肢とされている。「前線に近づくほど、活動期間は短くなることを念頭に置かねばなりません。西へ行くほど、長期間の活動をする機会があります」(INGO代表)。

もう一つ、**思春期の男の子とユース男性**、特に地方部や紛争の被災地域の人びと、**を対象とした専門的なサービスの不足**も大きな問題となっている。子どもと成人を対象とした取り組みは存在するが、思春期の男の子はそれらの狭間で抜け落ちてしまうことが多い。サービス提供者の多くが、彼らを支援機関につなぐ適切な方法がなかなか見つからないと言い、研修やリソースの不足を理由に、彼らとの関わりを避ける提供者もいるという。

MHPSSの実施で最も解消されない問題の一つは、**男性と思春期の男の子のサービス利用率の低さ**様々な障壁があるが、スティグマを受ける不安が大きな理由となり、多くのユース男性がMHPSSの利用をしがらない。あるサービス提供者は、「彼らは来ません。本当に、めったに来ません。彼らの半数は外出を恐れ、四分の一は既に徴兵されています。紛争前に故郷を離れ、戻らない人もいます」(メンタルヘルスサービス提供者)、と述べた。

**機密性**への不安も大きい。多くの思春期の男の子と男性は、誰かに気づかれる可能性がある環境でメンタルヘルス支援を受けるのを嫌がる。これはプライバシーを守るのが難しい小さなコミュニティでは特に重大な問題である。あるINGO代表が指摘した通り、オンラインサービスやメンタルヘルス電話相談窓口は、彼らを支援につなげる上で効果的なことがわかっている。

男性の利用促進に効果的な方法として、**仲間同士の支援グループ・匿名での電話相談窓口・地方部や支援の届きにくいコミュニティでこころの支援を行う巡回チーム**等が挙げられる。また、メンタルヘルス支援とはつきり銘打たずに職業訓練プログラムや雇用サービスにメンタルヘルス支援を組み込むことが、ユース男性をMHPSSサービスにつなげる有効な手段である、と指摘する組織もある。

「多くのユース男性は支援を求めているのを周りに知られたくないため、機密性は鍵となります。そのため、オンラインや電話相談窓口を基盤とした支援が特に有効なのです」

INGO代表

## 2.1.7 少数派と、交差する経験

ウクライナにいる思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスのニーズは、民族・ジェンダーアイデンティティ・性的指向・障害・社会経済的地位等、複数の要素が交差しあうなかで生み出される。こうした要素は、MHPSSサービスの利用度だけでなく、ユース男性がメンタルヘルス支援をどう受け止め、利用するかにも影響する。

ウクライナでは一般的に民族が、メンタルヘルスサービスを利用する上で大きな障壁になるとは考えられていないが、ロマコミュニティ等の特定の集団には、大きな障壁が立ちはだかる。公的な書類が存在しない者もあり、医療・教育・雇用の機会が制限されている。

こうした排除を生む構造が、メンタルヘルス面の脆弱性を高め、支援を求める上での障壁を生み出している。

さらに、少数民族に属するIDPの場合、移住・経済的不安定・スティグマが重なりあい、問題は複雑化している。ロマ人口が集中している西部の地域には、組織が支援を行う制度自体に不信感があるため、組織が積極的にサービスを提供するのが困難になっている。こうした問題があるとはいえ、コミュニティを基盤とした取り組みやこころのサポートの巡回チーム等の取り組みにより、少数民族の利用度には改善が診られる。しかし、それらの取り組みはそれぞれが単発的で、文化に配慮したケアを確実に行うためのベースとなる方法は存在していない。

LGBTQIA+に属するユースがスティグマと差別を受ける状況は続いており、これがメンタルヘルス支援を求める上で障壁となっている。サービス提供者の中には、紛争激化以来、彼らへの態度が改善されたと主張する者もいれば、困難な実情は変わらないと指摘する者もいた。このコミュニティに属するユース男性は、同世代やメンタルヘルス専門家から差別されるのではないかという不安から支援を求めようとしないことが多い。心理士やカウンセラーの中には、LGBTQIA+に属する人への対応に関する訓練を十分に受けていない者もいるため、それがサービスの利用から一層足を遠のかせている。場所によっては、LGBTQIA+を配慮したメンタルヘルスサービスを実施する動きは見られ、利用しやすく機密性が守られていることが証明された安全な空間やオンライン支援グループを提供するNGOもいくつか存在する。だが、包摂的なケアを実現するためには、対象を絞った積極的な支援活動と専門家の訓練が依然として急務である。

「LGBTQIA+に属するユースへの対応に関する訓練を受けている専門家もいるが、それは少数です。これは、包摂的なMHPSSサービスでの格差を生んでいます」

メンタルヘルスサービス提供者

社会的に孤立するリスクの高まり・家族からの拒絶・差別等のLGBTQIA+に属するユース特有の課題への理解が深まれば、提供可能なサービスと支援を必要とする人びととの間の溝を埋めることができるかもしれない。

障害を持つユース男性は、メンタルヘルスサービスの利用について特有の困難を抱えている。物理的障壁・専門家の不足・社会のスティグマが、彼らを排除する一因になっている。「身体障害を持つ男の子が、いじめ・嘲笑・辱めの対象となることがあり、彼らの年齢では、仲間からどう思われているかに非常に敏感なため、それが自己肯定感の低下や社会との関わりを断つことにつながることもある」(調査機関代表)。

障害を持つ人に対するメンタルヘルス支援は、リソース不足や専門家が十分な訓練を積んでいないために、限定的になることが多い。個別対応したサービスを提供する組織もあるものの、特に地方部や前線地域ではそうしたサービスの提供範囲は限られている。

「障害を持つユース男性に対応する際は、アクセス面・コミュニケーション方法・個別に対応した支援を考慮しなければなりません。多くのサービスは健常者を対象に設計されており、特定のニーズを持つ人びとは排除されています」(メンタルヘルスサービス提供者)。

## 2.1.8 今後の展望

### ユースの希望

ウクライナにいるユース男性と思春期の男の子の回答から、彼らの将来とウェルビーイングについて実に様々な意見があることがわかった。調査回答者(思春期の男の子とユース男性)の84%が、紛争によって目標が変わった、あるいは将来どうしたいかわからない、と答えた。先のことは何もわからない、と答える者がいる一方で、メンタルヘルスとこころのウェルビーイングを支えられるように、システムの改善に関する具体的な提案をする者もいた。

メンタルヘルス支援をもっと周知し、利用しやすい存在にする必要性は、参加者から繰り返し挙げられた。こころの支援を求めるのは、人としてごく普通のことだという**公共啓発キャンペーン**の重要性を訴える声も上がった。ある17歳の参加者は、既存の広告では「**軟弱な男性**」が支援を求める姿が描かれていることが多く、自身には伝統的な男性性があると思っている者には響かない可能性がある」と述べた。彼は、異なる背景や個性を持つ男性が、自分自身を重ねられるようなメッセージになるように作り直す必要性を訴えた。別の参加者は、**自殺防止キャンペーン**・**追い詰められた時の電話相談窓口**・**スティグマをなくすための公共メッセージ**を発信する**必要性**を強調した。

**心理教育とレジリエンスを身に付けるプログラムの重要性**を複数のユース男性が訴えた。22歳の参加者は、心理教育と心理士を中心に行うディスカッションの重要性を強調し、異なる考え方や治療方法を知ることは、ユース男性が自分自身や自分の人間関係を改めて見直すことにつながると指摘した。他にも、**スポーツ・身体活動・組織的なプログラム**がウェルビーイングを支えるために重要だという意見も出た。

スポーツクラブやトレーニングキャンプを中心とした取り組みを行うことで、レジリエンスと社会的結束を強める効果が期待できるという提案もあった。また数人から、**宗教組織**には支援システムになり得る力があり、メンタルヘルス支援や人びとが社会に溶け込む上で、教会コミュニティはもっと大きな役割を果たすべきだという提言もあった。

これに対して、はっきりとした将来像が描けないユース男性もあり、その中には、彼らを支えてくれる将来とはいったいどんなものなのかわからないと言う者もいた。先の見えない紛争と付きまとう動員への恐怖が幾重にも重なり、彼らにさらなるストレスを与え、将来を予想し長期計画を立てるのは、一層困難になっている。

## 2.2 ルーマニア

### 2.2.1 メンタルヘルスのニーズとウェルビーイング

思春期の男の子とユース男性の**早すぎる大人への成長**は、ルーマニアへの避難がもたらした大きな影響のひとつであり、彼らの多くが外国で突然子どもから一足飛びに大人になることを強いられている。ルーマニアは安全を与えてくれるが、あくまでも避難先であり、我が家ではない。避難により、彼らの多くが年相応を超える責任を負うことを強いられ、母親ときょうだいを経済的に支えるようになった。家計を助けるだけでなく、彼らは家族を守らねばと強く思い、日々の家事を手伝うことも多い。「私はルーマニア語を早く覚えることができたので、今、家計を助けるために働いています。母がきょうだいの世話をしながら仕事をするのは無理です」「以前ほど自由な時間はありませんが、今、私はヨーロッパの国で生き残るために英語を学び続けています」。

早く大人になることは、多くの場合ストレスを生むと考えられているが、それが新たな機会の発見につながったと考える者もいた。「以前より自由になりました」「自身に関する決断を自ら下すことができます」「以前なら入学できなかった大学に行けます」「性生活について以前より自由に話し合えます」「クラブに行けます」「自身で稼いだお金を持てます」「ヨーロッパ中を移動できます」。だがその一方で、故郷を離れて成長するという困難と向き合う中で、大人になることがマイナスの影響を与える場合もあり、孤立感・家族内の責任の増加・故郷に戻り国を守るために戦えないことへの苛立ちを訴える者もいた。「友達が減りました」「家族に対する責任が重くなったとを感じるようになりました」「大人なのに、故郷に戻って国のために戦えず、苛立たしいです」。

**規則性のある生活の崩壊**は、不安・不快感・恐怖等、様々な感情を生み出した。19歳のユース男性は、避難前と後の生活を対比して話した。「紛争前は、友人や近所の人と散歩をしたり、色んなスポーツをしたり、同僚や友人とよくクラブに行きました。ルーマニアに来て以来、スポーツクラブや他の活動への参加がほとんどできていません」。大多数の回答者がこの意見に共感し、スポーツや余暇活動をすることが、ウクライナにいたときと比べ、ルーマニアではかなり減ったと強調した。

調査対象者の思春期の男の子とユース男性の多くが、ルーマニアに来て以来ずっと、**身体的・精神的に疲弊状態**にあると訴えており、それには複数の要因が存在する。言葉の壁に直面し、ルーマニア語の習得に苦労している者がいる一方、学校に通いながらNGO主催の様々な活動に参加している者もいる。また、ウクライナ情勢に関する絶え間ないストレスと不安が、彼らのこころのウェルビーイングに重くのしかかっている。勉学あるいは働くことを強く求められることで疲労感が生まれ、ストレスレベルが高まっている者や、いつも不安を感じ、あるいは生活環境が十分に整っておらず、質の高い休息を確保できないために疲れ切っている、と説明する人もいた。

紛争の長期化という事実を受け止めきれず、あらゆるつながりを断たれてしまった**根無し草**のような感覚に陥る思春期の男の子とユースも見られた。時間の経過とともに、彼らの多くが故郷を離れている現実や先の見えない将来を実感するようになり、それが彼らの心のウェルビーイングを損なっている。ある15歳の参加者は、「数週間のつもりでルーマニアに来たので、3年以上もいることになるなんて思っただけです。時々絶望して、希望が持たなくなってしまうのは、このためです」、と話した。

**感情の調整とエンパワーメント**: ルーマニア到着以後、責任と不安が高まる中で、思春期の男の子とユース男性は、早く大人にならなくてはという感覚を持つようになった。ウクライナでは、家族の様々な問題に対処するのは保護者で、彼らは学校を中心に日々したいことをしていた。今は、ウクライナ情勢が心を支配し、祖国に残った保護者・祖父母・親族の状況を常に心配している。

こうしたこころの負担に加え、家計を支える形であれ、きょうだいを精神的に守る形であれ、ルーマニアで母親と他の家族を支える道を見つけようと、新たな責任を担うようになった思春期の男の子もいる。行政機関・医療従事者・他のサービス提供者とのやり取りを含む、公共サービスの手続きで母親を助けられるように、ルーマニア語を素早く習得した者もいる。結果、保護者や他のウクライナ避難民の通訳係を担当するようになる者も多く、家族内の役割の変化が一層顕著になっている。

サービス提供者は、ウクライナの男の子がルーマニアの同年代の仲間より多くの責任を負っているとみられる、と指摘した。紛争勃発で、彼らの多くが家族の支えになることを強いられた。この責任に対する意識が大人への成長を促す一方で、彼らは感情を失い、助けを求めたり苦しみを打ち明けたりすることを自ら避けるようになった。

インタビューに回答したあるメンタルヘルスサービス提供者の1人は、ウクライナ人の一部は、自身の政治的信念と個人としてどうありたいかの間で葛藤している、と指摘した。様々な理由で罪悪感を覚えていると訴える者も多い。個人的事情で、前線にでて戦えない現実に苦悩する者、あるいはウクライナ経済にとって重要とされる船員等の職務を果たすためにルーマニアに居続ける人もいた。そうでありながらも、実戦参加している人びとと比べ、自身の貢献が不十分であるように感じ、葛藤している者も多かった。

ルーマニアで18歳になったあるユース男性は、前線での任務に就くことを強く望んだが、保護者はそれに反対した。それ以来、彼は一気に内向的になり、彼に対応した専門家は、彼の様子や行動が変わったことに気づき、うつ病の可能性を指摘した。保護者ともめたことが彼を精神的に追い詰めた唯一の原因かどうかの判断は難しいものの、紛争をめぐるストレス要因や心の緊張を含めた広い文脈の中での大きな要因のひとつであると指摘された。

子どもやユースの希望や決断が保護者のものと異なったことで家族内の緊張を生んだ事例がいくつか挙げられ、そうした状況が、衝突・不安・孤立・ストレスを引き起こすことも少なくない。



### 対処メカニズム： 順応的 VS 不適切

アートやコミュニケーション能力・適応力・自律性・責任感・社会とのつながり等、**一人ひとりが持つ様々な能力**は、回答者が新しい環境に適応する上で重要な役割を果たしているという。こうしたスキルは、ユースの自己表現を促すだけでなく、彼らが感情を処理したり経験を消化する手段としても機能している。さらに、ウクライナ人コミュニティ内で築かれた友人関係は、彼らに帰属意識を与え、適応する大きな力になる。

ユースの生活で**スポーツ**は、必須要素として言及されることが多く、対処メカニズムとしてだけでなく、日々の生活の一部として重要な役割を果たしている。多くの思春期の若者とユース男性は、スポーツを重要なストレス解消法かつ、いつもの日常にいる感覚を維持する方法だと説明した。だが、ルーマニアにいる10代の若者とユースは、スポーツ活動・クラブ・イベントに参加する機会は少ないと述べた。言葉の壁を懸念しチームスポーツへの参加に不安を感じ、代わりに一人でできるスポーツの方が参加しやすいと考えるようになったと言う者もいた。

同世代には**アルコール摂取・物質使用・ソーシャルメディア/オンラインゲーム/スマートフォンの長時間使用**をする者もみられる、と話した思春期の男の子とユース男性もいた。ルーマニアでは法的制限はあるが、未成年者でもアルコールを購入・消費できるという。ルーマニア人の仲間から違法物質を勧められたと、不安気に話した思春期の若者もあり、中には、薬物使用を迫られたり、試しにやってみようそそのかされたと感じている者もいた。

また、物質使用・アルコール摂取・オンラインプラットフォームへの依存等、思春期の若者とユース男性に危険な行動の増加がみられると、サービス提供者は指摘している。経済的ストレスと避難、つらいニュースのあふれる環境、そしてメンタルヘルス支援がほとんど利用できない状況の中で、こうした対処メカニズムが働いている可能性がある。ユース自身が、こうした行動が害を及ぼす恐れがあることを知らない可能性もあり、本調査でインタビューに回答したサービス提供者は、対象を絞った支援と取り組みの明らかな必要性を指摘した。

**攻撃性:** 避難当初、気持ちのバランスを取るのが難しかったと話す思春期の男の子とユース男性が何人かみられた。苛立ち・怒り・殻にこもったような表情を見せていた人が時に爆発的反応や他者との関わりの拒絶に至る場合があることに、サービス提供者は気づいている。ユース女性は、ウクライナ人の男の子の中には、彼女たちに攻撃的になったり、好ましくない行動をする者がいると指摘し、それは紛争・避難・関連する困難にルーマニアで直面して心が張り詰めていることが原因だと述べた。

**社会的孤立:** FGD参加者の多くが、長い間ルーマニアとウクライナのコミュニティの両方から距離を置くことを選択していたと述べた。彼らは社会とのつながりが増えたのはごく最近だという。彼らはオンラインで長時間過ごし、ウクライナにいる家族や友人と連絡を取り続けていた。

参加者によると、孤立しているのは、(医師の診断ではなく自身の理解での)うつ病・不安・不信感・気持ちが落ち着かない・国/家族を支えられないことへの罪悪感・怒り等の、様々な要素が重なった結果であるという。

ただし、周囲と物理的に距離を置くことが必ずしも完全な社会的孤立を意味する訳ではない。ルーマニアに知人が全くいないユースの中には、対面での付き合いは制限しつつも、ウクライナにいる家族やコミュニティとオンラインで緊密につながっていた者もいる。同時に、ウクライナに戻れなかった、または2年超親族に会えていないため、故郷の愛する人びとのつながりが断ち切られてしまったと感じると言う者もいた。

## 2.2.2 社会からの圧力と支援制度



### 家族とのつながり

思春期の男の子とユース男性にとって家族内の力関係は避難で激変し、一家離散を余儀なくされた家庭は特に深刻だった。紛争で、父親が軍務に就くため、あるいは紛争前から家族に張り詰めた空気がある家族とのかかわりが少なかったために、ウクライナに残った父親との関係がぎくしゃくした、とユースの多くが話した。親族と離れ離れの生活が長引き、精神的苦痛が大きくなった、と述べる者もいた。苦難を共にしたことで家族の絆が強まったと感じる者がいる一方、心配や先の見えない不安が高まり、特に家族を失う強い恐怖に襲われる者もいた。

身近な家族の問題だけでなく、多くの思春期の男の子とユース男性は、叔父・叔母・いとこ・祖父母など、**ウクライナに残る親戚から非難の視線を感じている**。こうした社会の圧力の中で、安心感や満足感を持つと裏切り者だと思われると恐れ、彼らはルーマニアでの経験を公に話すことができなくなっている。

「私たちの文化には罪の意識が非常に強く根づいています。私たちは、他人が苦しんでいるときは自身も不幸でいなくてはいけない、楽しんではいけないと教えられてきました」(17歳の思春期の男の子)。

自分のウェルビーイングは最小限にとどめるべきだという圧力は、**オンライン上のやりとり**でも顕著に見られ、ルーマニアでの生活に関する**写真や近況の投稿を避ける**ユース男性もいる。他の男性親族がウクライナに残る中で、父親が家族と共に移住した場合は、特に厳しい視線を浴びているという。こうした圧力で、**気持ちが張り詰め、罪悪感・孤立感が高まり**、避難した思春期の男の子とユース男性のメンタルヘルスに悪影響を及ぼしていると、女の子からも証言を得ている。「おばあちゃんは私たちともう話してくれませんが、父はルーマニアで元気に過ごしていますが、私の叔父、父の兄弟は前線にいます。彼女は誕生日でさえもお祝いの言葉をくれませんでした」(15歳の思春期の女の子)。



### ペットとのつながり

多くの子どもとユースにとって、ルーマニアへの避難時に最もつらかったことのひとつは、ペットを置いていかなければならないことだった。紛争による様々な苦難に加え、ペットとの別れは心の大きな打撃となった。一番の問題は、ルーマニアの賃貸住宅ではペットの飼育が不許可であることが多く、これが多くの人のストレス源となっている。ペットを連れてこられたユースはごくわずかで、他の人びとはスペース不足・経済的な余裕のなさ、あるいは出国時の状況ではペットを連れて移動するのは無理だった等の理由で、ペットは置いていかざるを得なかった。ある参加者は「森で犬と散歩するのが好きでした。散歩をすると心がとても落ち着き、楽しい気持ちになりました。犬を連れてこられず、うつ状態になりました。彼がいなくて毎日寂しいですが、彼の命も心配です」と語った。



## 恋愛関係

ウクライナの家庭では、性的アイデンティティや恋愛に関する話は依然としてタブー視されているため、恋愛については、仲間のグループ内だけで話すことが多い。ルーマニアの方がLGBTQIA+に属する人に対して寛容だと感じる思春期の男の子も数人いたが、多くは依然、自身のアイデンティティを公に話すことは控えたいと述べた。「性的アイデンティティは、保護者と話すには極めてデリケートなテーマで、特にウクライナ人コミュニティでは特にそうです」(16歳の思春期の男の子)。

ルーマニアにいるウクライナのユース男性と付き合う思春期の女の子とユース女性の印象は様々に分かれる。ストレスと避難で、彼らが内向的になった、あるいは心に距離を感じる、と話す者もいれば、相手を大切に思う気持ち以前より感じられるユース男性もいて、ジェンダーの力学に変化が見られると指摘する者もいた。



## ウクライナとのつながり

多くの避難した思春期の若者は、社会とのつながりを断たれてしまった。オンラインプラットフォームを通じて、ウクライナに残る友人や同級生とつながりを保ち続ける者もいたが、特にウクライナに残る、あるいは異なる地域や国に避難した隣人や仲間とのつながりが完全に途絶えてしまった者もいる。

ウクライナの学校のオンライン授業を受ける人びとにとって、ソーシャルメディアは同級生とのつながりを保つ手段となっているが、内容は主に勉強に関するテーマに限定されている。大多数のユースがルーマニアで新しい友人関係を築いたと述べており、多くは学校やNGOのイベント、居住施設内で出会った他のウクライナ人との友人関係である。だがし、避難した当初は孤立感を感じたと話す者もあり、あるユース男性は、別離による感情面の負担について振り返った。

「残念ながら、ウクライナを去ることは、彼女との別れも意味し、私は悲しみのどん底に突き落とされました。1年半の間、誰とも話したくなく、やる気も出ず、自ら孤立することを選んでいました。今は少し回復し、外に出て新しい人びとと出会うことが重要だと気づきました」

24歳のユース男性

また、ウクライナに残る人びととの関係がぎくしゃくしていると言うユース男性もいた。ある参加者は、友人たちが時々、国を離れた人びとを「臆病者」とみなして憤慨していると述べた。こうした力が作用し、国境を越えた友情を維持するのは難しくなっている。



## 受け入れ先コミュニティとのつながりと社会的統合

ルーマニアには多くが共感・支援・友情を期待していなかったが、快く迎え入れてもらえたと述べる参加者も数人いた。ルーマニアは他の国より安全だと感じていると話すユースもあり、夜も心配なく自転車に乗れるし、事件発生を心配せずに公共交通機関を利用できると説明した。ウクライナの友人とのつながりを維持している者もいれば、ルーマニアで全く新しい人間関係を築いている者もいた。

多くの思春期の若者にとって、**コミュニティハブ**は社会とかかわる重要な場となっているが、参加者は、特に無料のインターネット環境を提供する、ユースに特化したハブの増設が必要だと強調した。

彼らはユースクラブや教育ハブ、スポーツプログラムへの関心はあるが、実際に参加する機会は限られていると指摘した。NGOは主に子どもと高齢者への支援に重点を置いており、語学コースや職業訓練など、ユースのニーズに合ったプログラムはほとんどない、と彼らは感じていた。

自身の避難を「挑戦」であり「機会」である、と捉える回答者もいた。軍務に就くのを避けたい者やルーマニアの方が経済的・教育上の機会が大きいと考える者、大きな変化をもう経験したくないと思う者など、様々な理由から「ウクライナに戻るつもりはない」と述べたユースが何人かみられた。「ウクライナに戻ることはできません。ルーマニアで私が築いてきたものを失いたくないからです。紛争前はウクライナの方が居心地よかったですかもしれませんが、今はここの方がいいです」(26歳のユース男性)。

就職し、経済的に自立したいと強く望むユースは多い。賃貸での生活、あるいは不動産投資を目標にする者さえいたが、法的制限に関する情報不足が障壁になっている。ルーマニアの法律は現在、市民権を保有しない者の不動産や車両の購入は認めていないため、回答者の中には長期的な経済計画の見通しが立たないと感じる者もいた。

サービス提供者は、幼い子どもは避難先に比較的容易に適応する傾向があるが、思春期の若者は感情面でも社会性の面でも複雑な発達段階にあるため、より困難になると指摘した。思春期は、内面が大きく変化する・仲間との関わりが大きくなる・家族内の力関係が変わる時期だが、強制移住によってこれらすべてが乱されているという。

多くの参加者が主にウクライナ難民同士で新しい友人関係を築いた一方、ルーマニア人のユースとも交流を深めた者もいた。しかし、言葉の壁は依然として大きな困難であり、社会に溶け込む上での障害になっている。多くの思春期の若者は、言語的・文化的類似性からモルドバ人の仲間と比較的に絆を築くことができたが、誤解されるのが心配で、付き合いを避ける者もいた。

感情面では、多くのユースが当初、衝撃・悲しみ・活動参加へのためらいを抱えていた。だが、時が経つにつれ、彼らはウクライナ人同士だけでなく、ルーマニア人コミュニティのメンバーとも共にイベントに参加する姿勢を示すようになっていく。

### 2.2.3 サービスの利用を阻む壁とジェンダー規範の影響

ウクライナ難民の前には、社会的・構造的・経済的・文化的・情報面での障壁を含む複数の壁が連なり、社会的統合が困難になっている。

**社会的障壁:** 最も頻繁に挙げられたのは、差別・スティグマ化・社会的ネットワークの不足である。当初、多くの難民はルーマニアで快く迎え入れてもらえたと感じたが、3年経ち、受け入れの熱量が下がったと感じている。思春期の若者・成人の両方が、地元住民とつながることに困難を覚えており、これはコミュニティの態度だけでなく、ウクライナ人が自身のコミュニティ内での交流を望むためでもあると彼らは指摘した。さらに、民族や難民という立場に対するステレオタイプにより、悪いイメージを待たれていると感じる者もいた。

**構造的障壁**に関しては、思春期の男の子とユース男性は頻繁に言葉の壁を指摘した。幼い子どもは新しい言語をすぐに習得できるものだが、思春期の若者や成人はルーマニア語の習得に苦勞し、学校や広域のコミュニティになかなか溶け込めないのが実情である。こころのサポートを受けるにも通訳が必要となり、自身のメンタルヘルスに関する話に第三者を巻き込みたくない者が多いため、サービス利用に対するさらなる障壁となっている。言葉の壁は、医療・教育・社会サービスの利用の障壁にもなっている。

サービスの不備は、依然として重大な構造的障壁である。難民危機発生前から、ルーマニアでは主要な社会サービスの不備が問題になっており、国際組織が人道支援資金を縮小する中、難民に対して使えるリソースはさらに制約されている。多くの避難民は適切な支援はなかなか受けられないと述べ、特に社会的・経済的に困難な立場にある人びとの間でそれが顕著である。

**経済的障壁**も民間メンタルヘルスサービスが高額なため、重大な問題である。こころのサポートに対するNGOの資金は限られ、民間での個人カウンセリングは1回50ユーロを超える場合もあるため、多くの難民にとって民間メンタルヘルスサービスを利用するのは経済的に不可能である。

**文化的・個人的障壁**も利用に影響を及ぼしている。専門家とFGD参加者は、ウクライナでこころのサポートは精神疾患治療と同一視されることが多く、今もスティグマにつながると指摘した。そのため、多くの人が支援を求めたがらず、精神的苦痛を一人で解決しようとするを選ぶ。PTSD・不安・うつ症状があることを認め、相談したいと考える者もいたが、心に染み付いた文化的規範に逆らえず、感情を抑え込むことを選ぶ者もいる。

利用可能なサービスに関する**周知と情報**が広く**不足**していることが、利用を一層制限している。多くの難民は、ルーマニアで自身に与えられている権利やこころのサポート・統合支援・難民申請/市民権/一時保護に関する法的支援を求める方法を知らない。明確な案内がないため、彼らは既存のシステムも上手く利用できず、これが、基本的サービスの利用に対する障壁を厚くしている。



## 男性性とジェンダーに基づく期待

FGDで、多くの思春期の男の子とユース男性が、ジェンダーに基づく社会の期待について議論する際に、ためらいや「恥」の感覚を訴えた。ウクライナに残った人に比べて安全な状況下にいるので、自身の状況に不満を感じるべきではないと感じていると述べる者が何人かいた。この調査で、特に祖国を守る者という伝統的な男性性の役割を自分が果たしていない場合に葛藤を抱える男の子と男性がいることが明らかになった。

多くの男の子とユース男性がこころのサポートを求めない大きな理由の一つは、男性性に対する社会からの期待に応えるため、自身の困難は一人で解決しなければならない、と固く信じているためだ。

「個人的な問題であり、自分で解決しなければなりません」

## 15歳の思春期の男の子

彼らの多くが、既に大きな問題を抱えている母親の負担になるのを心配し、また、家族を守る役割を果たす力がないと思われたくないと考えている。

分析から、ウクライナで男性であることは、家族の物質的なウェルビーイングを保証し、家族を守り、必要ならば国のために戦うことを意味すると考えられていることが明らかになった。ウクライナ社会における男性性は、家族を養い、守る、そして必要な場合は軍務に就くことと密接につながっている。思春期の男の子の中には、女の子を守ることも責任に含まれると考えている者もいた。

守る者としての意識は、受け入れ国で弟や妹がいじめ・差別・攻撃的行為等の危険に遭わないよう彼らを守る行為にまで及ぶ。専門家は、多くの男の子が勇敢さを誇示し、弱さを見せないようにしていることに気づいている。感情を抑え込んだ影響が出るのは明らかだが、それでもなお、多くが家族や専門家ではなく、仲間打ち明けると選んだ。

この助けを求めることを拒む態度は、メンタルヘルスサービスをめぐるスティグマによっていっそう頑ななものになる。「ここで、心理士に診てもらったりしたら、「頭がおかしくなった」と思われます」(17歳の思春期の男の子)。

サービス提供者は、ユースを**グループ活動**に参加させることが信頼関係構築に効果的な方法であることを発見した。一旦、心が通い合えば、思春期の若者の中には、個人カウンセリングを受けようとする者も出てきた。ウクライナの学校にも心理士はいるものの、専門家は、COVID-19パンデミックによる中断によって、子どもがこの種のサービスを利用する機会が減った可能性がある」と指摘した。ルーマニアにいるユースの一部がメンタルヘルス支援を受けることに前向きになってきているのは、こうした背景があるからかもしれない。

## 2.2.4 ストレス要因

日々のストレス要因に加え、個人の経歴や難民が抱える心の重荷等の、個人が既に抱えているストレス要因も考慮しなければならない。ルーマニアでの生活になじむのが非常に困難だった者もいたが、戦地を離れることが新たな始まりとなり、再出発することができた者もいる。



ウクライナ難民をブカレストへ運ぶ列車  
© George Calin, Plan International

**心が落ち着かない:** 調査対象者の多くの思春期の若者とユース男性は、ウクライナでは爆撃と銃撃にさらされ、精神的苦痛を感じていたと振り返った。紛争地域からいきなり相対的に平穏なルーマニアに移ったことで、特に心が乱れ、落ち着けなかったという。

「爆発音を間近で聞いたら、数ヶ月間眠れませんでしたよ。特に、家族が命の危機にある状況にある中で、自分はルーマニアの完璧な静けさの中に到着するのですから」

19歳のユース男性

避難中は、先の見えない不安と苦難の連続だったという者もいた。ある22歳の学生は、最終的に一人でウクライナを出るまで、保護者もお金もない状態で爆撃の恐怖に怯えながら1年以上を過ごしたと語った。現在、ルーマニアでの新しい環境に順応し、奨学金を獲得し、障壁を乗り越えるために積極的に取り組む一方、今も家族を支え続けているという。

DVやGBVIに関する経験を率直に語った参加者は少数だったが、自身の周囲のコミュニティでも起きていることを認めた者が何人かいた。彼らは、ウクライナではこのテーマは依然、タブー視されることが多く、公には論じられないと指摘した。思春期の若者の中には、母親が夫や祖父母から虐待を受けていたと話した者もいた。一部の母親にとっては、ルーマニアへの避難は紛争から逃れる手段であるとともに、虐待的な関係から安全を求める方法でもあり、こうした現実について、FGDに参加した何人かの母親からも言及があった。

25歳以上のユースの中には、再出国できなくなることを恐れ、家族に会うためにウクライナに戻ることに不安を覚える者もいた。調査対象者の大多数は動員法について言及を避け、自身の生活への影響はないと言う者もいた。しかし、ルーマニアでインタビューに回答した4名の男性と思春期の若者は、動員法の影響を率直に語り、動員法がどのように彼らの安心感や主体性につながっているか説明した。

こうした困難を抱えながらも、生活の再建と家族を支えていく決意をぶれずに持ち続ける者もいた。「3年間、痛みのない日は一日もありませんでしたが、絶望に屈しませんでした。家族を支えるために働き、他の人にも手を差し伸べようと努めています」(42歳の男性)。だが、公的書類がないことが、彼らの社会的統合の大きな障害となっており、合法的な仕事に就いたり、受け入れ国で安定した生活を送ることができないのが実情である。



### 受け入れ先コミュニティと オンラインの安全性

思春期の男の子の中には、女の子の状況はもっと大変かもしれないとしながらも、**受け入れ先コミュニティが完全に安全だとは感じていない**と述べた者もいた。大きな不安の一つに挙げられたのは、ウクライナ難民を受け入れた家庭に対し、住居費と食費として経済的支援を行う「50/20プログラム」に関するものである。同プログラムは多くの難民にとって有益であるが、搾取や不正利用の事例が報告されている。

家主の中には政府から財政支援を受けながら、適切な居住環境を提供しない、あるいは難民に光熱費等の支出を追加で負担させた者がいた。別の事例として、ひとつの部屋に複数人が住むという過密状態があり、時には赤の他人同士が同居させられ、環境になじむのは困難だった。また、家主が政府の補助金を受け取りながらも、電気・お湯・インターネットを利用させなかった例もあった。インターネット接続の制限があれば、ウクライナに残る家族や友人とのつながりを維持することができないため、難民にとって特に大きな精神的苦痛となった。

また、受け入れ先コミュニティ住民から受けた扱いに不快感を覚えた人もいた。多くのルーマニア人が支援を申し出たが、中には彼らが心から寄り添い大切にしてくれているというより、むしろ同情や哀れみを感じた者もいて、彼らの尊厳や所属感を傷つけた。

ルーマニアの現地のユースと衝突することがあったと話すユースが数人みられ、警察沙汰になったこともあるという。その一つはアイスリンクで発生し、言葉の壁により誤解が生じたのがきっかけで、ウクライナ人の思春期の若者がルーマニア語で質問に答えられず、緊張が高まった。警察が対応したものの、彼らは当局とのコミュニケーションの困難さが支援を受ける上で制約となったと感じた。代わりに、自分たちで話し合い、ウクライナ人の友人から助言を得る方が、安心感が得られた。

学校・路上・イベント参加時を含む公共の場で差別を受けたことはなく、基本的に安全だと感じていると述べた参加者が何人かみられた。しかし、時が経つとともに受け入れ先コミュニティの態度が変化すると指摘する思春期の若者も数人いた。当初はウクライナ難民を支援する気持ちは強かったが、彼らの状況に対するルーマニア社会の関心は低下したと多くが感じているという。こうした変化の中でユースの中には、歓迎されていないと感じる者もいて、先の見えない将来への不安が高まっている。16歳の思春期の男の子は「ルーマニア人は、ウクライナが紛争中で、私たちには戻る場所がないことを理解しなければなりません」と述べた。

今では多くのウクライナ難民は、ウクライナからの財政支援を受けておらず、ルーマニアでの雇用機会もが限られているため、**経済的不安定**は依然として大きな課題である。**NGOによる支援の縮小や終了**によって、基本的なニーズを満たすのに苦労する家族が増えている。母親が職を得られないことに不安を感じるユースがいると同時に、中途退学して働き出すことで家族を支えることを検討している者もいた。

ユースの多くが、ルーマニアでの**自身の権利や利用可能なサービスに関する入手可能で信頼性の高い情報の不足に対する不満を示した**。彼らは、教育・医療・法的手続き等、必須事項に関する手引きを見つけるのに苦労したと語った。繰り返し指摘されたのは、ルーマニアの市民権の取得や身分証明書の取得方法の明確な情報がないことで、特に最初の身分証明書の取得年齢に達した人びとにとって問題となっている。

**オンラインの安全性:** Telegramは、ウクライナの思春期の若者とユース男性の間で最も利用されているソーシャルメディアプラットフォームであり、子どもも大人も、様々なオンライングループに参加している。だが、それらのプラットフォームでは、不適切な投稿が削除されることがないことに参加者は不安を示し、若年層の存在を考慮せずに議論が行われることが多いと指摘した。会話の中には不適切なコンテンツが含まれることがあり、思春期の若者には適していないという。

加えて、多くの思春期の男の子とユース男性が、保護者の監督なしに1人で、長時間オンラインで過ごし、ゲームやソーシャルメディアでの交流に没入している。デジタル空間にいる時間が長くなれば、彼らがオンライン上のリスクに遭う可能性も高まる。専門家もユースとともに、特に言葉の暴力やオンラインいじめが横行しているTelegram等のソーシャルメディアを利用する上での課題を指摘した。現状では適切な規制や取り組みもなく、多くのユースが無防備な状態に置かれている。

## 2.2.5 教育と雇用

思春期の男の子とユース男性は最も大きな問題として、教育を挙げ、彼らは、教育を受けることやその質、さらに将来の機会に関する不安を示した。多くがウクライナの学校のオンライン教育制度を通じて学業を継続している一方、ルーマニアの学校で学ぶ人も少数ながらいた。

最も多く挙げられた障壁は言葉の壁であり、次いで、十分な支援がなければ、ルーマニアの教育制度へ完全に統合するのは無理ではないかという懸念が挙げられた。多くの者にとって、COVID-19パンデミックと避難にこうした問題が重なって困難は深まっており、労働市場での機会は一層狭まっている。

ウクライナのオンライン教育制度とルーマニアの正規教育制度の両方から外れてしまい、学業を再開できていないユースもいる。紛争後には故郷に戻ると信じ、ルーマニアでの学位が認められない可能性を考慮し、ウクライナのオンライン教育の継続を意図的に選択しているユースもいた。一方、言語を習得する、翻訳/通訳者役となって家族を助ける、ルーマニアで将来を築く等の機会を得たいと考え、ルーマニアの学校への入学を選ぶユースもいる。

大学に進学した人びとにとって、経験はより前向きなものだ。ルーマニア語または英語で講義が行われる大学に通うウクライナ人学生は、十分な支援を受けていると感じており、社会に溶け込む上で奨学金が重要な役割を果たしていると述べた。大学環境は包摂的だと述べ、ルーマニア人の仲間が案内や支援を提供してくれていると述べた者も何人かいた。

しかしながら、彼らより年下の者は依然、困難を抱えている。多くの思春期の若者が、言葉の壁・彼らに特化した教育支援の不足・全国統一試験での非母語話者への配慮不足により、ルーマニアの学校制度への統合に困難を覚えている。彼らは、難民の生徒を集めたクラス分けと試験の試験時間の延長の必要性を訴えた。主に他の生徒からではなく教師からいじめを受け、差別や孤立感を感じていると報告した者もいた。

対面で社会と関わる機会が不足していることで、特にオンラインで学ぶ人びとのこころのウェルビーイングは損なわれている。主にNGOが運営する教育ハブは、学習と社会に関わる機会の提供という重要な役割を果たしてきた。だが、それらのハブは現在、ウクライナ人のみが利用しており、ウクライナ人とルーマニア人のユースが共に利用できるハブすることで、社会に溶け込みやすくなり、難民の生徒と受け入れ先コミュニティの生徒のつながりが育まれる可能性がある。

## 2.2.6 MHPSS活動の有効性と課題

思春期の男の子とユース男性がMHPSSを利用するのは、言葉の壁・経済的制約・彼らに特化したサービスの不足等障壁があり、依然として大きな困難がある。参加者の多くがこころのサポートの必要性を訴えたが、ウクライナ語話者の専門家が非常に少ないことと、デリケートな問題を扱う際に通訳者を参加させることへの抵抗感から、利用するのが難しいことがわかった。特に紛争開始時にNGOが提供していた無料サービスが急速に縮小しているため、経済的負担も厚い障壁になっている。

専門家は、特に難民や紛争で被災した人びとを対象とした**創造的なアートセラピー**の効果を強調した。音楽・視覚芸術・ダンス・ロールプレイ・身体表現を組み込んだ活動は、言葉だけに頼らない感情表現を促し、トラウマ関連の障壁と言葉の壁の両方を克服できる。ウクライナ音楽を聴く、伝統的芸術に触れる、展覧会を訪れる等の、文化的アイデンティティを大切にしたプログラムは、ユースが故郷とつながっている感覚を保つのに役立った。しかしながら専門家は、**こうした活動を「セラピー」あるいは「カウンセリング」の枠組みで行うと、スティグマを理由に参加が避けられることが多い**と指摘した。そのため、こころのサポートを実用的な活動や余暇活動に組み込む方が、ユース男性を参加させるのに効果的であることが証明されている。

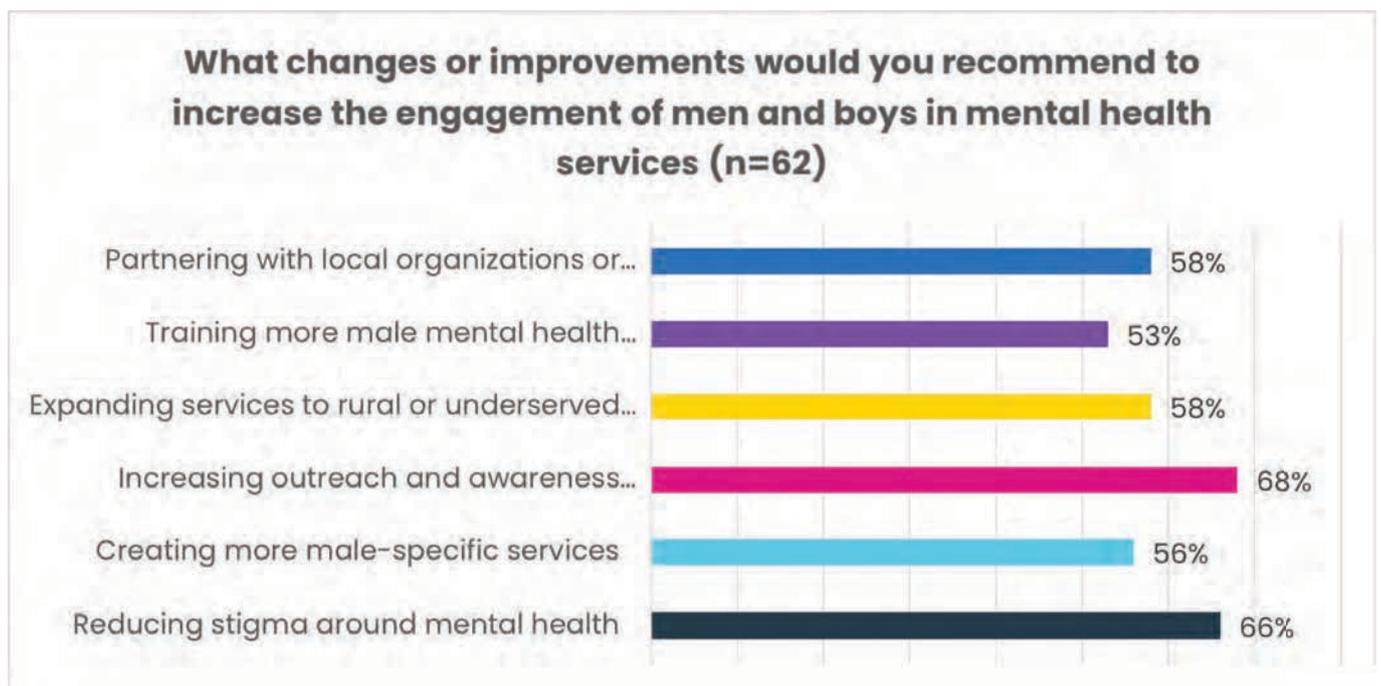
木工・ロボット工学・情報科学・スポーツ等の**グループ活動**でも、参加者は感情を表現し、こころのウェルビーイングを保つことができた。また、人権ワークショップ・パブリックスピーキング研修・暴力防止プログラムを提供する教育ハブは特に好評だった。また、社会に溶け込む機会が広がるため、ルーマニア語と英語の言語コースも高評価だった。

**有意義な活動に参加したい**との強い希望が男性難民から出された。専門家は、ユース男性が他の避難民同様、ボランティア活動や新しいスキルの習得、組織的に行われるプログラムに参加することで、自分がコミュニティに積極的に貢献しているという自己効力感を得ていると指摘した。一時避難センターやコミュニティハブ、地元の諸活動で日常的に行われる活動に参加することが、こころのウェルビーイングの向上につながったと言う。仲間に自転車の乗り方を教えるといった小さなことでも、**受け入れ先社会の役に立つこと**が、先の見えない状況下でも目的意識とこころの安定を与えてくれると話す者もいた。

下記の棒グラフは、男性のメンタルヘルスサービスへの参加率を向上させる方法に関するサービス提供者の回答を示している。主な提言事項には、**スティグマの軽減(66%)**や**積極的なサービス提供キャンペーンの拡大(68%)**、**地方部やサービスが不足している地域へのサービス拡充(58%)**などが挙げられた。

## 2.2.7 今後の展望

思春期の男の子とユース男性の多くは、紛争後も故郷に戻ることは困難だと考えており、そのため、ルーマニア語を習得し、少なくとも今後短期的には学業・職業面でルーマニア社会に溶け込むことが重要だと理解している。しかし、ルーマニア語と英語の言語コースの受講機会は依然として地域的なばらつきがあり、ユースが無料の授業を受講できない県もいくつかある。



多くの参加者に将来の見えない不安が重くのしかかっている。夢や希望を紛争につぶされた経験から、長期的計画を立てようとしたがないユース男性もいる。少数だが、紛争後にウクライナに戻るのを検討している者もいるが、大多数は他国での機会をつかむ準備をしている。多くはITやプログラミングでのキャリアを志し、他には観光関連・不動産・スポーツ・歯科医療・通信・芸術分野で働くことを望んでいる。ルーマニアで教育修了後、オランダ・ドイツ・スペイン・オーストリア・チェコ等のEU諸国で高給の働き口を見つけたいと考えている者もいた。

困難を抱えながらも、多くのユースが自分たちの声を聴いてほしい、自分たちの未来づくりに積極的に参加したい、と訴えた。彼らは、特に社会的統合・教育・長期的な機会に関する議論で、ユースが意思決定に参加する必要性を強調した。前線に保護者がいるウクライナ国外居住者を対象とした奨学金がないなど、支援制度の抱える問題に言及した者もいた。

「問題は確かにありますが、いいことも沢山あります。私たちは安全な国に住んでいて、残っていたら今より悪い状況だったかもしれません。声を聞いてもらうこと、支援の手を差し伸べてもらうことは好ましいことです。ウクライナでは、保護者が前線にいて自身もウクライナにいる子どもは成績優秀者奨学金を受給できますが、保護者が前線にいてルーマニアに住む子どもは何の支援も受けられません。それでも、私たちはヨーロッパの子どもです。支援の手が差し伸べられるのは、当たり前なことではないでしょうか」(17歳の思春期の男の子)。

「将来、このような議論ができるのを願っています。未来について自由に話し合い、助けを得たり、衝突や解決策について議論できる日を!」

17歳の思春期の男の子

## 2.3 ポーランド

### 2.3.1 メンタルヘルスのニーズとウェルビーイング



#### 過去と現在

紛争激化は、ポーランドにいるウクライナの男の子とユース男性の日常生活を根底から変え、彼らのメンタルヘルス・アイデンティティ意識・ウェルビーイング全体に影響を与えた。教師とメンタルヘルス専門家は、思春期の男の子が家族内で成人としての役割を思いのほか早く担う場合も多く、多くが**責任の増大を感じている**と指摘した。この責任の変化は、父親がウクライナに残っている、または弟や妹を支える必要がある者の間で特に顕著だった。こうした新たな責任が**圧力となる一方で、レジリエンスと適応力を育む機会**にもなった。それらの困難を自立やリーダーシップスキルを磨く手段として捉えるユース男性も何人かみられた。

思春期の男の子は、特に学校環境等、なじみのない環境に適應するのが当初はいかに大変だったかを語った。特にコーチや仲間同士の支援グループからアドバイスが受けられた場合は比較的容易に溶け込むことができた者もいたが、圧倒され、孤立感を覚えているという者もいた。

家族の力関係も大きく変化した。**家族内で保護者あるいは気持ちの支えとしての役割を担う**ようになった男の子とユース男性もいる。この変化の中で、多くが、通常なら成人の責任と見なされるものを突然負わされ、早く大人になることを迫られた。こうした急激な変化がエンパワメントにつながった者もいる一方、**自立したいと思う自分の気持ちと、家族が自分に頼っているという現実の間で板挟みになった者もいた**。あるサービス提供者は、その状況を、こうまとめた。

「ユース男性が、居場所を見つけるのは困難でした。彼らは父親の役割を引き継ぎ、家族全体の責任を負うことを求められているのを感じました。これが、内面で多くの怒りと混乱を生み出しました」

地元NGO

男性のロールモデルがないことで状況は一層複雑化した。多くの男の子は、母親や祖母と共に避難後、女性ばかりの環境で育っている。教師や心理士は、手本にできる男性の存在がないため、男の子は**アイデンティティの形成に苦悩**し、新しい状況下で男性としてどうあるべきか、わからない状態に置かれていると指摘した。家族内の役割の変化は繰り返しテーマとして上がり、自立を求める自分自身の気持ちの高まりと家族に対して感じる責任の間で心がせめぎ合う思春期の男の子では特に顕著だった。こうしたせめぎ合う気持ちを抱えながら、なんとか折り合いをつけようとする中で、心は混乱し、苛立ちは高まる。

一方、保護者への依存度が非常に高く、それが家族内に緊張を生む原因となっているという男の子もみられた。保護者とのFGDでは、複数の参加者から、子どもが自分で判断しようともがきながら、なお変化に向き合い・受け入れることが上手くできない姿が伝えられた。

興味深いことに、息子がウクライナに戻ると家族関係が改善されたと指摘する保護者が何人かいた。慣れた環境が、こうした男の子に心の安定と自律心を取り戻させ、結果、家族との関係に好ましい影響を与えたようだ。ある保護者は、「家族でウクライナに戻ると、息子との関係が改善し始めました。彼はポーランドで暮らすことも選択できましたが、ウクライナに残ることを選びました」、と話した。



## メンタルヘルスの問題の種類とその影響

紛争と避難は、規則性のある生活や社会構造だけでなく、男の子とユース男性の内面にも深刻な影響を及ぼし、新たなメンタルヘルス上の問題を次々と生み出した。問題としては、**気持ちが落ち着かない・感情表現ができない・人生に対する意欲や積極性が著しく低下した**、等がある。保護者とサービス提供者は、男の子は自分の経験をなかなか処理することができず、殻にこもったり、イライラしたり揺れ動いていると説明した。

感情が失われ、なかなか目的意識を取り戻せないという男の子も何人かいた。将来のチャンス进行を描くのが難しい者もあり、彼らには、自己肯定感が低い、新しい環境で成功する自分の能力に自信が持てないという面もあり、希望と主体性を育む環境でサポートする必要性が浮き彫りになった。

また、新たな現実へ適応する中で、罪悪感や社会からの期待といった複雑な感情と向き合ってきたユース男性も何人かいた。家族を支えたり入隊するためにウクライナに残らなかったことに罪悪感を示した者がいた一方、**受け入れ国で「よそ者」とみなされるスティグマと闘っている者もいた**。ある36歳の男性は、罪悪感の時が経つとともに薄れているものの、完全に消えてはいない、と述べた:「罪悪感は決して消えません。最初の1~2年は特に強く感じました。働き出したら、それに慣れてきて生活も安定してきます。でも、罪悪感は常につきまいます」。

メンタルヘルスに及ぶ問題の種類も、年齢や家族状況によって異なった。思春期の若者は、**感情の喪失や以前の趣味や社会活動への関心の喪失**といった症状が現われる傾向が強かった。一方、ユース男性は、特に就労や勉学の機会がない場合、欲求不満が高まり、目的意識を失う傾向があった。

「依然は持っていた興味がなくなりました。今、興味が何かにあるとは言えません。今起きていることに、私を含め多くの人が少し怒りを感じていると思います。私は以前ほど親切ではなくなっています」(19歳のユース男性)。

男の子とユース男性のメンタルヘルスに及ぶ問題は、様々な症状として現れるが、それは多くの場合、もっと心の深い部分にある葛藤の表れである。教師・保護者・サービス提供者は、**感情の喪失・衝動性・心身症**等の症状を確認している。**チックや睡眠障害・頭痛等の不安に関連する身体症状**の増加を指摘するサービス提供者もいる。ある学校カウンセラーは、そうした症状が時間とともに変わっていく様子を、こう説明した:「当初、男の子はいつも喧嘩をしていましたが、時間が経つにつれ落ち着き、協力的になりました。症状は軽くなりましたが、感情の調整が難しいのは変わりませんでした」。

年上の男の子は、内面の課題を何とかしようとオンラインコミュニケーションに頼り、慣れ親しんだデジタル空間にすがることが多かった。

年上の男の子は、内面の課題を何とかしようと、**慣れ親しんだデジタル空間をつながりと親しみの場として頼り、オンライン上でのコミュニケーションを求めるようになった**。保護者は、子どもが対面での交流より、ソーシャルメディアやゲームプラットフォームでつながることを好むと指摘した。こうしたデジタルでの交流は、孤立というより、むしろ慣れない環境に適応するための戦略として、社会的つながりを維持する代替手段になっていた。

「息子はほとんど家から出ません。ウクライナでやっていたことすべてに興味を失いました。彼はゲームを通じて同級生と会い、周囲の人たちとの共通の話題がありません」(保護者)。

無関心と、心が何も感じなくなるといった症状もよく見られた。現状の先にある生活が想像できず、将来について考えるのを止めた男の子も何人かいた。彼らには、自己肯定感が低い、新しい環境で成功する道を探る自分の能力に自信が持てないという面も見られた。



ウクライナの子どもを受け入れている学校、モルドバ  
© Tatiana Sultanova, Plan International

「思春期には身体の構造も心も大きく変化することを受け入れることで、今は特別なんだと理解できるようになりますが、彼らは自分は出来損ないだから、受け入れ国でも成功できないと考えてしまうのです」(学校カウンセラー)。

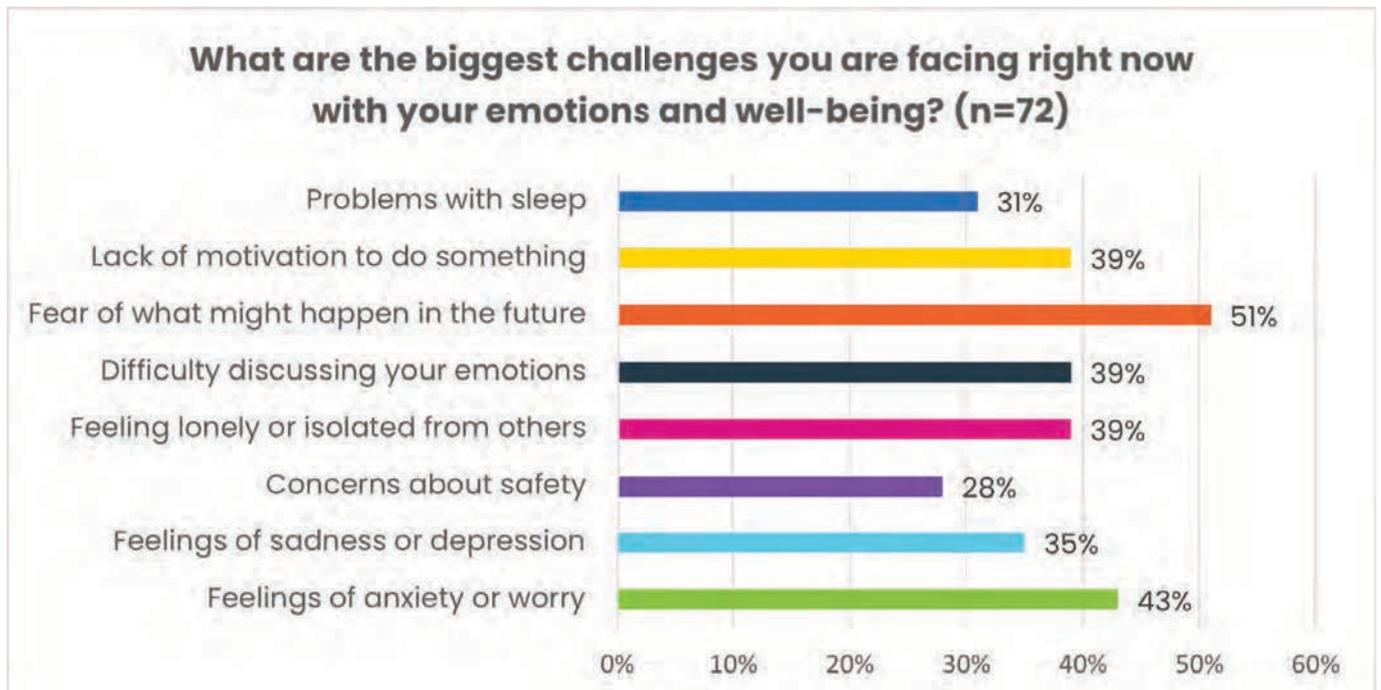
下記の棒グラフは、思春期の男の子とユース男性を対象に、気持ちやウェルビーイングの面で直面した最大の問題を調査した結果を示している。主な問題として、**将来に対する不安(51%)・不安(43%)・自分の気持ちを誰かに相談する難しさ(39%)**が挙げられた。

### **男の子/男性に特に見られる影響**

避難と紛争の影響は、年齢によって大きく異なり、発達段階と家庭環境が男の子と男性のメンタルヘルスにいかに関与しているかが明らかになった。思春期の男の子(15~17歳)の中には、**感情の調整**と新しい社会環境への適応が**一番の問題**だという者もいた。それより年下の男の子たちは、感情が爆発しやすく、行動を制御するのが難しい発達段階にあるため、特に影響を受けやすい。これまでなじんできた支援体制から切り離され、多くが不安を抱えたり攻撃的になり、新しい環境で心を安定させるのに苦労している。

思春期後期の男の子とユース年男性(17~25歳)の中には、**大人としての責任と思春期後期の成長段階の間に挟まれ、アイデンティティが大きく混乱した者もいた**。避難が**成長と自己発見**の機会となった者もいたが、重大なアイデンティティの危機に陥った者もいた。

こうしたユース男性は、どっちつかずな境界線上にある、と感じることが多かった。自身の生き方を模索中でありながら、家族を支えることを期待されている。責任の重圧と発達段階が衝突し、彼らは馴染みのない土地・文化の中で新たな社会的役割を果たすよう強いられた。あるサービス提供者は、彼らが何とかバランスをとろうとしている姿をこう表現した: 「**気持ちは子どもだけど、こんな状況では子どもでいられない、大人でなければ**」



しっかりとしたロールモデルがない状況で、多くの男の子は健全な男性性像を築くことに苦勞していた。年齢に不相应な責任を負うことで対応した男の子がいる一方、自身の居場所を見つけられず自分の殻に閉じこもる者もいた。居場所を求め、感情の抑圧と攻撃性に根ざした有害な男性性に引き寄せられてしまった者がいる一方、新しい状況で自身のアイデンティティをどう表現すれば良いかわからず完全に殻に閉じこもってしまう者もいた。教育者や学校カウンセラーは、男の子は二極化するケースが多いと指摘した。若年で責任感と決断力を身につけた集団と、混乱し社会的に孤立した集団である。健全な男性性のロールモデルがないため、多くの男の子は感情や経験を前向きに処理する方法について何のアドバイスも受けられずにいた。

ユース男性、特に20代にとって、問題はもっと自分という存在に関わるものだった。明確な目標や機会も持たず、大人と思春期の間のどっちつかずな状態にはまってしまった感覚を覚える者も見られた。罪悪感と、何のために生きているのかわからないという感覚もよく見られ、特に2つの世界の間で行き詰まりを感じている者に顕著だった。あるユース男性は、ポーランドへの避難で**自分の人生の方向性がわからなくなった**と語った：「紛争前は、入隊しなくて済むよう、勉強することが目標でした。今は目標がありません。今よりも少しだけ一人前の人間になりたいです」(19歳のユース男性)。

サービス提供者も、ユース男性の中には、**自分の法的地位の獲得のために奮闘し、自己確立に困難を覚える**者がいると話した。政治的・社会的に排除されたと感じているこうしたユース男性は、自身を「無法者」や「のけ者」と表現し、今いる場所には、完全に自分の場所だと言える場所がどこにもないと感じていた。自分のアイデンティティがバラバラになっている感覚があるために、ユース男性は支援を求めたり、新しい環境に溶け込むことにためらいを持ったまま、孤立感と見えない将来への不安を募らせている。



## 対処メカニズム： 順応的 VS 不適切

男の子とユース男性は、様々な対処メカニズムを働かせて、ストレスや感情面の問題に対処していた。順応的な適応方法を見いだした者がいる一方で、自身の抱えている問題をさらに深刻にするリスクのある不適切な行動に頼る者もいた。心の成熟度や支援制度を利用できるか否かを反映して、対処メカニズムは年齢層によって異なった。

**身体活動**は、最も挙げられた順応的対処メカニズムの一つであった。多くの男の子とユース男性は、緊張を解消し心を落ち着かせるために、スポーツ・武道・水泳等体を動かす趣味に没頭した。それらの活動は、彼らにスケジュールに従って行動する環境と達成感を提供した。

「スポーツをするのが好きです。定期的にジムに通い、テニスをし、泳ぎます。忙しくさせていると、あまり辛く感じません」(26歳のユース男性)。

**社会的つながりはレジリエンスを身につける上で重要な役割を果たした**。多くの男の子にとって、仲間の支えはオン/オフラインに依らず、困難に対処する上で欠くことのできない要素であった。ゲームやオンラインコミュニティを通じて友人関係を維持することで、馴染みのない環境の中でもつながりと安らぎが得られた。

しかしながら、男の子とユース男性の中には、不適切な対処メカニズムに頼り、一時的には開放感が得られても、結局精神的苦痛がさらに深まる者もいた。**ゲームへの依存・孤立化・物質使用等の回避行動**に頼る男の子とユース男性はかなりの数に上った。中にはそうした行動から抜け出せなくなり、現実との断絶が一層深まった者もいる。

アルコール摂取は、広範にみられるものではないが、成人男性の間でよく見られる対処メカニズムとして挙げられた。また、社会的不安やストレスから逃れる手段としてもよく言及された。

疲労困憊するまでスポーツに没頭したり、現実世界を遮断して何時間も番組を見続けるといった極端な現実逃避として現れる**回避行動**もある。**感情の喪失、あるいは「過去の世界」に生きている状態**だと表現する者もあり、避難に伴う心の処理がいかに苦しみを伴うものであるかがわかる。

保護者と学校カウンセラーは、ゲームへの依存・ポルノ・不健康な食習慣等の自己破壊行動が、心の抱える問題が深刻化している兆候であることが多いと指摘した。思春期の若者の中には、こうした問題に向き合うことができず、一時的な気晴らしに逃げる者もいた。「この年齢で、彼らは無駄遣いしようとしているのです。何かをしようとしているのではなく、何もすることが目的です」(学校心理士)。

インターネット依存症と現実生活での対人関係との断絶も、繰り返し言及された。受け入れ先コミュニティで人間関係を築くことに苦勞している多くの男の子にとっては、オンラインにおいて、ウクライナにいる仲間とつながっている方が容易だと感じられたのだ。

### 2.3.2 社会からの圧力と支援制度



#### 家族内の力関係と役割の変化

避難経験は、家族内の役割に大きな変化をもたらし、特に男の子とユース男性は、多くの責任を負うようになった。多くの場合、父親の不在が、日々の暮らしと気持ちの面で新たな圧力となって思春期の男の子にのしかかった。この変化を自身の**成長に伴う自然な結果と捉える男の子**がいる一方で、**自身が置かれた状況のせいで変化の速度が加速されたと感じる者**もいた。「紛争のせいで、すべてが一変したように感じます。17歳でウクライナにいたときは、誰にも責任を取るようには言われませんでした。でも今、すべては私に委ねられています。家族の大黒柱にならなければならないのです」(20歳の男性)。

この役割の変化は、**自立したいという自身の気持ちと家族を支える責任**との間に葛藤を生むことが多い。思春期の若者は、家族と離れて生活したいが、家族が彼らに頼っていることもわかっていると語った。こうした葛藤を抱えた多くの男の子が、もう子どもではないが完全に大人でもないという境界線上にいた。「離れて生活したいと思っていましたが、もし私が助けなければ家族が大変になることはわかりません。だから、ともかく一緒にいて助け合わなくてははいけないのです」(20歳の男性)。

こうした圧力の中で、男の子は、避難に伴う精神的苦痛と不安定な生活に対応する成人の役割を通常より早く担うことになり、学校カウンセラーは、これを「早すぎる成人期」と表現している。**こうした役割を通してレジリエンスが身につく可能性もあるが、失われた子ども時代とメンタルヘルスリスクの高まりという代償**を伴うことになった。

ポーランドにいるユース男性の中には、何もせずにいい思いをしている気持ちと、ウクライナに残る人びとに報いねばという義理の感情を持ちながら生きている罪悪感に言及する者もいた。彼らは、友人や家族が空爆や苦難に耐え続けているなか、自身はそれに比べて安全な中で生活しているという事実で苦悩している、と語った。この罪悪感が彼らの心に重くのしかかり、家族への責任と避難生活への適応の中で既に感じているストレスをさらに高めた。



#### 友人関係と仲間同士のネットワークへの影響

友人関係は、思春期の若者の発達の基盤となることが多いが、避難により深刻な影響を受けた。多くの男の子とユース男性が、長年の社会的つながりを失い、**国境を越えたつながりの維持に苦勞している**。物理的距離と共有できる体験がないことで友人関係が壊れてしまった者もいた。「友人とやりとりを止めて以来、年に一度だけ彼らの近況を聞けませんが、その時だけです」(20歳の男性)。

受け入れ先コミュニティで、特にスポーツ等の共通の活動を通じ、新しい友人関係を築いた者もいた。オンライン上の交流も、ウクライナと新しい環境の両方で友人とのつながりを維持する上で重要な役割を果たした。

しかしながら、言葉の壁や文化の違いにより、**現地の同世代と深い絆を築くこと**は難しいことが多いという。多くの男の子が受け入れ先コミュニティ住民から親切な対応を受けたと述べたが、表面的なやり取りを超えた付き合いに進むことはほとんどなかったと指摘した人もいた。また、現地住民から滞在理由を尋ねられ、不快に感じたと述べた人もいた。「1週間前、ナイトクラブにいた時、あるポーランド人が、なぜ祖国のために戦っていないのか、と尋ねてきました。皆そう思っています」(35歳男性)。

ウクライナを離れたことに対し既に罪悪感を抱えている一部の男の子やユース男性が、こうした追求を受けることで罪悪感は一層深まった。そして、受け入れ先コミュニティの一員にもなりきれず、故郷に戻ることもできないという、**二つの世界の板挟みになっている**感覚も強まった。こうした経験は、男の子が受け入れ先コミュニティへの統合をどう捉えるかに影響し、歓迎されていると感じる者もいれば、警戒して一定の距離を保つ者もいた。

つながりを築くことに成功した人にとって、**スポーツと学校活動**は重要な役割を果たした。共通の趣味が、言葉の壁を超えた共通の土台になった。ある15歳の男の子は、バスケットボールに参加したおかげで、大きなコミュニティの一員であると感じられるようになったと話した。同時に、現地のユースの仲間の輪がいつも温かく迎えてくれるとは限らないという。現地のユースから拒絶や軽い敵意を感じた経験があり、その多くは文化的な誤解や難民としての立場に対する思い込みが根底にあると指摘した男の子も何人かいた。拒絶されたことで、さらに自身の殻に閉じこもるようになり、社会との関わりはオンライン空間や他のウクライナ人の男の子とだけに限定する者が出てきた。

コミュニティに溶け込み、その一員になるというプロセスには、言語能力・経済的安定・コミュニティのリソースをどの程度活用できているか等、複数の要素が密接に関連していた。

学校・スポーツ・コミュニティ活動に参加した思春期の若者は、つながりを感じやすかったが、そうでない者はコミュニティの一員であると感じるのは難しかったという。「正直、新しいコミュニティの一員だという感覚は全くなかったです」(15歳の思春期の男の子)。

首尾よく適応するには**経済的安定**が必須だと考える者も何人かいた。経済状態と生活スタイルがウクライナにいた時と変わらなかった男の子は、抵抗感を持たずにコミュニティに溶け込んだ。あるユース男性は、経済的リソースと支援が移行を容易にする上で鍵となったと話した。「住みたい住居を借り、以前のように食事をし、以前のようにイベントに参加できるお金があるなら、適応に問題はありません。問題は経済的支援なのです」(26歳のユース男性)。

**コミュニティセンター・スポーツクラブ・ユースのためのスペース**が、統合促進に役立つ施設として挙げられた。サービス提供者は、それらの施設では彼らが仲間とリラックスした環境で交流し、関わり合うことができ、安心感が持てると指摘した。だが、それでもこうしたつながりには、ウクライナ人の仲間との間にあった深さや理解は感じられないと言う男の子もいた。「彼らには相手が抱える困難がわからないのかもしれないかもしれませんが、つながるための場があるのはよいことですが、ユース男性には、他の人には理解しきれない葛藤が今もあると感じます」(メンタルヘルスサービス提供者)。

多くの男の子にとっては、似た経験を持つ他のウクライナ人の思春期の若者やユースとのつながりの方が、地元と同世代とのつながりよりも大きな意味があった。仲間の支えは、自身のアイデンティティを守りながら新しい生活に適応していく複雑な道のりをすすむ力となった。



子どもたちが一緒に楽しむ、Ludobus遊びセッション、モルドバ  
© Plan International

### 2.3.3 サービスの利用を阻む壁とジェンダー規範の影響

構造的障壁: メンタルヘルスサービス利用に対する障壁として、サービス提供面・経済的・言語的障壁が挙げられ、状況の違いを問わず広く確認された。

多くの参加者が、専門家の不足やウクライナ語/ロシア語で提供されるサービスが見つからないといった、**サービス提供面での困難**が重大な障壁になっていると強調した。こうした問題は特に**小さな町で顕著**で、メンタルヘルス専門家が不足しており、ウクライナ難民のニーズに対応したサービスが整備されていない。

「単に現地という言葉が話せれば解決するものではありません。紛争や移住を経験した人の気持ちを理解できる人がいるかどうかの問題なのです」(37歳の男性)。

サービスが**手ごろな価格で利用できる**かも、問題だった。

多くの参加者にとって、民間メンタルヘルスサービスは手の届かない存在だった。無料サービスが利用できても**十分に周知されておらず、利用方法が分かりにくい**場合が多かった。「10件の無料のオンライン相談が利用できるポータルサイトはありますが、まだ不十分です。小さな都市に住んでいると、スティグマ受けずに助けてくれる人を見つけることはできません」(地元NGO代表)。

**住居や雇用等の差し迫ったニーズを優先すべき**、という圧力により、**メンタルヘルス支援は後回しにされることが多い**。何人かの参加者は、生きていく上での基本的ニーズに取り組むのがまず先で、こころのサポートはその後だと述べた。「まず、**住居と仕事の課題を解決しなければなりません**。その後ようやくメンタルヘルスについて考え始めるのです」(33歳男性)。

## スティグマと文化的障壁

スティグマは特に男性と男の子にとって、圧倒的に大きなテーマとされた。メンタルヘルス支援を求めるのは、**弱い人間/落伍者**のレッテルを張られるという指摘が多く挙げられた。感情を表に出さない、自立した存在であることを求める文化が根付いた中で、そうした期待は上の年齢層で特に高いことが多く、彼ら自身がメンタルヘルスサービスの利用に後ろ向きな要因となっていた。多くの男性が「すべてを自身の中に留めておく」ことを選び、メンタルヘルスサービスの利用を避ける態度の広がりによってそれが表れていた。調査対象者の思春期の男の子とユース男性の46%が、心の問題で支援を求める際の大きな障壁として文化的期待を挙げ、これは2番目に多く指摘された要因であった。

「正直、そういうサービスを探したことはありません。男性にはそういうプライドがあり、すべての問題を自身で解決できると意地を張る傾向があると思います。それが利用する人がとても少ない理由だと考えます」(20歳の男性)。



## 男性性・メンタルヘルス・期待への 対応の交点

下記の棒グラフは、調査対象者の思春期の男の子とユース男性が心の問題で助けを求めるときに障壁となっていると考える要因について回答結果を示している。主な障壁には、**恥の意識(56%)・強さへの文化的期待(46%)・他者にどう思われるかに対する恐れ(32%)**が挙げられた。

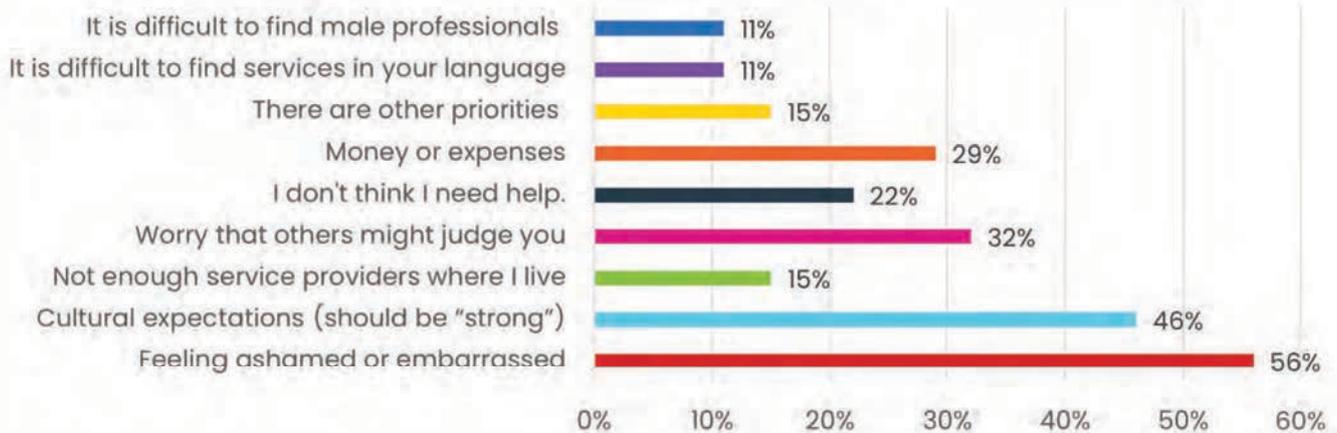
FGDとインタビューの中でも、「精神的に不安定」または弱いとみなされることへの不安が目立った。その不安には、**機関への不信感**と、サービスを受けても効果がないという思い込みが複雑に絡み合っていた。「彼らは効果がないと考えています。自分の状況を赤の他人に知られたくないし、必要だと思いません」(19歳の男性)。

不信感はメンタルヘルス制度にとどまらず、広く機関全体に及んでいる。受け入れ先コミュニティや機関から決めつけられた、あるいは厳しい目で見られていると感じて、支援を求めたくない気持ちが一層強まった参加者もいた。「場所によっては、なぜウクライナで戦わずここにいるのか、という空気が感じられます」(コミュニティでのやりとりを語るサービス提供者)。

男の子とユース男性にとって、社会と家族からの期待はきわめて大きな心の負担を生んだ。特に父親が不在の場合は、家族を守り養う**責任を強く感じる**と述べた者もいた。ユース男性は、家族を守る役割と、軍務につかないために弱者とみられる不安で葛藤していることが多かった。「軍務に就かず、戦っていないから自身を責めるのです。正直、戻るのは怖い、死にたくないです。皆生きてほしいです」(35歳の男性)。

実際に動員される可能性は、外国に住む25歳以上の男性の不安を生み続けていた。帰国後再出国を許可されない事態を恐れ、ウクライナにいる家族に会うことを避ける者も何人かいた。ストレス軽減のため、ウクライナに関するニュースから距離を置いている者や紛争へ直接参加せずとも**遠方から役に立てる**方法を探る者もいた。

### What, in your opinion, prevents boys and young men from seeking help with emotional problems? (n=72)



ポーランドにいる男性の中には、軍務に就いていないことを非難されていると感じる者もいた。他者からのそうした視線で彼らの内なる葛藤は一層深まり、強い劣等感と罪悪感を生んだ。一方、そうした視線を向けられて、アイデンティティの危機に陥り、生き方の方向性を失う者もいた。祖国を守りたい気持ちと、実戦任務には尽きたくないという気持ちが葛藤し、恐怖・忠誠心・罪悪感が入り混じった感情を抱えている男性もいた。

何人かのサービス提供者が、活動はジェンダーに依らない設計であることが多いため、思春期の男の子とユース男性に特化した支援がない場合があると指摘した。全般的なウェルビーイングに重点を置いたプログラムは、必ずしも彼らに特有のメンタルヘルスニーズを考慮しているとは限らず、これが参加率の低さにつながっている可能性がある。また、ユース男性が気楽に思いを吐き出せる専用スペースがないことで、彼らの孤立感はさらに高まっていた。

**スポーツと身体活動**は多くの場合、ストレス・不安の発散手段として最も人びとに受け入れられていた。だが、慣れ親しんだ活動ではあっても、ポーランドで組織的に行われているスポーツプログラムや余暇活動スペースは利用しながらないユース男性も何人かいた。あるメンタルヘルスサービス提供者は、**非公式なスポーツ活動なら気楽にできる**が、組織的に行われている環境ではそれも難しいと説明した：「バレーボールやバスケットボールなら、馴染みがあるのでしに来ますが、ポーランドで練習できるスペースを探そうとはしません。言葉の壁が障害となっているからです」。

学校カウンセラーとサービス提供者からは、思春期の男の子の**メンタルヘルスに対する意識が低く、利用できる支援に対する認識も不足している**という指摘もあった。メンタルヘルスに関する教育は今もほとんど行われておらず、多くは自身が苦しみを抱えていることに気づけずにいる。

「ユース男性を対象としたメンタルヘルスに関する教育はほとんど行われていません。誰も彼らに「大丈夫ですか」と尋ねることもありません」

メンタルヘルスサービス提供者

感情表現にブレーキをかける文化的規範の中で、こうした意識不足は一層深まった。男の子が気持ちを伝えるように促されることはめったになく、誰にも言わずに1人で対処させていた。また、サービス提供者とカウンセラーは、既存の取り組みが**思春期の男の子とユース男性を念頭に置いて設計されているとは限らない**ため、彼ら特有のニーズにはほとんど対応できていないと指摘した。

男性性に対する文化的期待は、男の子と男性の経験がどういうものになるかに大きく影響した。こうした**期待があるから強さが生まれると考える者がある一方で、そのせいで自分は息苦しく感じ孤立している**と考える者もいた。男性はどんな代償を払ってでも、守り養う存在でなければならないという考え方は、何度も挙げられた。この行き過ぎた男性性の理想像には、弱さやこころのサポートが入り込む余地はほとんどない。多くの男の子と男性は社会の期待に縛られ、自身の苦悩を認めることや助けを求めることができなかった。「男性は家族を守る存在でなくてはならないというメッセージには、極めて強い力があります。弱さの入り込む余地は全くありません」(メンタルヘルスサービス提供者)。

メンタルヘルスサービスを利用すると白い目で見られるという恐怖だけでなく、**基本的な社会的支援を受けること自体にも重大なスティグマが伴う**という指摘もあった。福祉や支援を受けることは、自立や強さに対して自分が抱くイメージと矛盾し、恥ずかしい気持ちになる、と話す者もいた。「ボランティアセンターに行くのが恥ずかしく、社会福祉の類は全く受けてなかったです」(35歳男性)。

避難という困難の中、多くの男の子がウクライナ社会におけるレジリエンスの象徴に、新たな強さとアイデンティティを見出した。一部の者にとってウクライナ兵士は、強さ・不屈の精神・祖国への強いつながりを体現する存在として、強力なロールモデルとなった。軍関係者にアイデンティティ源を見出すことが、紛争と避難の状況で、自身の経験を処理し、男性性を定義する手段となった。「彼らは兵士をロールモデルとしてみなしています。彼らは強く寛容になりましたが、同時に、彼らは、必ずしも様子には表れませんが、傷つきやすくなったと言えます」(学校カウンセラー)。

多くの場合、彼らの中で、男性性とメンタルヘルスが複雑に作用しながらバランスを取っていた。同一の文化的価値観が、一方ではレジリエンスの源となり、また一方ではスティグマや支援を求めようとしない姿勢の要因となっていた。また、ジェンダーに配慮した支援制度、例えば男性が白い目を恐れずにつながれるスペースを求める声も参加者から上がった。「男性は内面を見せません。相談経路が明確で、他人の目を気にせず利用できる専用の支援グループが必要です」(メンタルヘルスサービス提供者)。



### 安全とリスクに対する ジェンダー化された認識

思春期の男の子とユース男性は、受け入れ先の環境は身の危険への不安が少なく、比較的快適だと強調する傾向がある。26歳の男性は、「明らかに街中での移動はポーランドの方がウクライナよりずっと快適です」と述べた。これに対し、ユース女性は移動や安全性には大きな不安があるという。危険と移動制限にユース女性は共通して不安を抱えており、安全性の捉え方にはジェンダーに基づく違いがあることが浮き彫りになった。「面接時はいつも念のために、位置情報を共有しています」と、24歳の女性は語った。

さらに、サービス提供者は、**集団避難施設での子どもとユースの脆弱性が高まっている**した。こうした環境にはセーフガーディング基準がないことが多く、子どもが暴力やネグレクトを受けるリスクの高い状況に放置されていた。

「集団避難施設にいる子どもは、仲間や保護者から暴力を受けても、誰も報告しません」(INGO代表)。この問題はすべての子どもに影響するが、思春期の男の子は特に、実際は虐待を受けているのにジェンダー規範が歯止めとなって報告されていない可能性がある。

### 2.3.4 教育と雇用

避難は、思春期の若者とユースの**教育の道筋を根本から乱し**、言葉の壁・制度上の違い・いじめ等新たな困難を生んだ。教師や仲間の支えで何とか適応できた者もいたが、取り残された、あるいは、絶望に陥った者もいた。いじめと拒絶は非常によく見られた。教師と生徒の両方から気持ちを理解してもらえず、身体的攻撃・侮辱的発言を受け、仲間として認められていない空気を生んでいるという報告もあった。「息子は校長からも、紛争に行かない理由を問われ、逃亡者・裏切り者呼ばわりされました」(保護者)。

この受け入れてもらえない感覚は**非常に強いストレスと、低い自己肯定感を生み**、中途退学する可能性を高めた。いじめや慣れない学校制度に適応しなくてはならないという圧力に押しつぶされ、中途退学してしまう者もいた。「子どもへのいじめは多く、特に直近6ヶ月間は顕著でした。彼らは友達を作りたいと思っておらず、彼らの多くが中途退学しています」(メンタルヘルスサービス提供者)。

これを辛抱した者でも、皆が適応できたわけではないのが実情だった。彼らに合わせた教育支援がないことに加え、**複数の教育制度で学習を両立させなくてはならない状態に置かれ**、彼らは見捨てられたような感覚に陥り、やる気を失った。「リモート学習の質はひどいです。2年間で何も学んでいないように感じます」(19歳の学生)。

**トラウマ体験は認知機能に大きな影響を及ぼす**と考える教師と学校カウンセラーは、公式教育を受ける前に心を安定させる取り組みを行う重要性を訴えた。

「ストレス下では認知機能が十分に働きません。学習に集中する前に、参加者が心の落ち着きを取り戻せる環境をつくるのが必須です」(学校カウンセラー)。**教育環境にメンタルヘルス支援を組み込むこと**は、成果を向上させるための必須戦略となった。

ウクライナでの資格と職歴の価値を低く見る動きは教育分野にも及び、**学生の自己肯定感や目的意識に影響を与えた**。保護者が自身の資格に見合う仕事をなかなか見つけられない姿を見て、自身の教育の価値を疑問視するようになったユースもいた。「結局、専門家として認められないのなら、何のために勉強するのでしょうか」(サービス提供者)。

この傾向が教育分野全体に見られる中で、長期目標を持つ意欲は失われ、絶望感が高まった。思春期の若者の中には、こうした経験、特に自分たちの可能性を否定する固定概念に遭遇した経験を通して、**自分には能力があり、評価されていると感じたいという思いが揺り動かされた者**もいた。ポーランド人の子どもの中には手を差し伸べる者もいたが、広く一員として認められている空気は生まれていないことが多かった。「ポーランド人の同級生は時々宿題を手伝ってくれましたが、「格下である」という感覚が常にありました」(保護者)。

紛争と避難の混乱は、多くのユースにキャリア目標の見直しを強いた。言葉の壁により、元々の夢を諦めた者がいる一方で、新たな道を模索する予期外のチャンスを見つけた者もいた。そして、明確な機会がない中で方向を見失い、動けない状態に陥った者もいた。

こうした教育と雇用の問題は、共生システム全体で、地元NGOや教師、INGOの関係者等、あらゆる関係者によって認められている。いじめ・排除・制度上の問題は、避難民のユースに特化した統合政策の改善・メンタルヘルス支援・キャリア指導の差し迫った必要性を浮き彫りにした。

教師と学校カウンセラーは、ウクライナ人生徒/学生の社会的統合を後押しする上で、包摂的教育の重要性と仲間の役割を強調した。地元NGOの職員は、仲間内での暴力の増加と男の子の意欲の欠如を指摘した。思春期の若者とユースは、仕事をして経済的貢献をする、という文化的期待の圧力を受けて学業より仕事を選択させている場合があり、個人として、また職業人としての長期的な成長が阻害される可能性がある。「16歳で既に家族を養おうとしている人たちがいます」(地元NGO代表)。

こうした困難を経験しながらも、**多くのユースにとって、レジリエンスはユースの専売特許であり続けた**。新しい文化に適應することで強さを見いだした者もいれば、国際的な教育の機会を活かして新たな道を開拓した者もいる。

### 2.3.5 MHPSS活動の有効性と課題



#### セラピー的アプローチと コミュニティを基盤とした支援

本調査の質的調査に参加したメンタルヘルスサービス提供者は、**CBT・スキーマ療法・マインドフルネス・アートセラピー・ダンスセラピー・PM+等、様々な手法とセラピー形式を個人カウンセリングや家族セラピーで活用した経験**を紹介した。こうした手法は、**組織的に行われた実践的な介入策と、避難民の男の子と男性の自律性とレジリエンスの育成に重点を置いた支援活動**に活かされた。提供者は、家族の参加と、**自分自身を支えていけるよう自ら働きかけられるようになることの重要性を強調した**。こうした支援を受ける立場からの移行を促すことで、エンパワーメント・自己効力感・長期的なウェルビーイングが促された。

サービス提供者は、PM+と行動を基盤とした実践的な活動が、特に男性参加者に高い効果があることを強調した。PM+は簡易化されており、問題解決・目標設定・実践的な対処メカニズムに重点を置くことで成果につながる取り組みとして広く認識された。「PM+の実用性が成功の鍵でした。男性は、わかりやすく、具体的な手順が提示されたものを好みます」(メンタルヘルスサービス提供者)。

**自律性と目的意識**に焦点を当てた、コミュニティを基盤とした取り組みも高評価であった。それらのプログラムで、参加者は創造する・築く・他者に教えるよう働きかけられ、心が癒やされ、社会に溶け込んでいくことができた。アートセラピー・木工・スポーツプログラムには、必ず感情表現が伴い、社会とつながる機会を提供した。「あるプログラムでは、参加者は販売できる品物を制作しました。それによって、彼らは尊厳を取り戻し、社会の一員だと感じることができました」(メンタルヘルスサービス提供者)。

保護者やきょうだいが加わることで、男の子とユース男性の状態・状況に改善がみられたことが多かったため、**家族カウンセリング**家族全員が参加すると、セラピーの有効性と持続性が向上した、と指摘したサービス提供者も何人かいた。マインドフルネスとダンスセラピーも、特に年齢の低い思春期の若者に対して有効性を示した。ダンスセラピーでは、男の子は緊張を解放し、スティグマを受ける可能性の低い環境下で感情を表現することができた。「(男の子には)スポーツやダンスセラピーが、アートベースの活動より効果的です。それらは、親しみやすく、緊張を解放させることができます」(メンタルヘルスサービス提供者)。



## 実施における障壁

多くのセラピーの取り組みは成功を収めたが、実施時にいくつかの困難が存在した。頻繁に挙げられたもののひとつは、**男の子とユース男性への接触の難しさ**であった。そしてもうひとつは、男性ファシリテーターやロールモデルがいないことで、それが男の子の参加意欲を削いだ。サービス提供者は、弱い面や感情表現を示す男性ロールモデルがいる時の方が男性参加者の反応が良いと指摘した。

「イライラしても、感情的になっても、ただリラックスしていても、大丈夫なことを示してくれる男性ファシリテーターの存在が、彼らには極めて大切でした」

メンタルヘルスサービス提供者

リソース不足もサービス提供の障壁であった。小さな町では、精神科医や多職種チームが存在せず、提供可能な支援の幅が狭まった。**資金提供が短期的であり、長期的なプログラムの開発が困難である、と苛立ちを示す**サービス提供者も何人かいた。「資金提供は大幅に縮小しましたが、紛争は続き、人びとは今も支援を必要としています」(地元NGO代表)。

MHPSSサービス提供にいくつかの問題が浮かび上がり、改善の必要な領域が明らかになった。ひとつは、**危機的状況への対処ではなく、レジリエンス構築に重点を置いた**予防的なメンタルヘルスケアの高い必要性である。「メンタルヘルスは日々の生活の一部で、最終手段であってはなりません」(地元NGO代表)。

身体的・心理的・社会的支援を組み合わせた様々な職種による取り組みがないことも、大きな問題だった。サービス提供者は、複雑なニーズを持つ個人が包括的なケアを受けられるよう、精神科医との連携強化を求めた。また、**男の子の選択と主体性**の重要性を指摘し、心理士やカウンセラーを選択する権利を求めるサービス提供者もいた。

下記の棒グラフは、男の子と男性にメンタルヘルスサービスを提供する際に組織が経験した主な障壁を調査した結果を示している。主な障壁として、**資金不足(45%)・文化的規範(45%)・思春期の男の子と男性を関与させることの困難さ(41%)**が挙げられた。



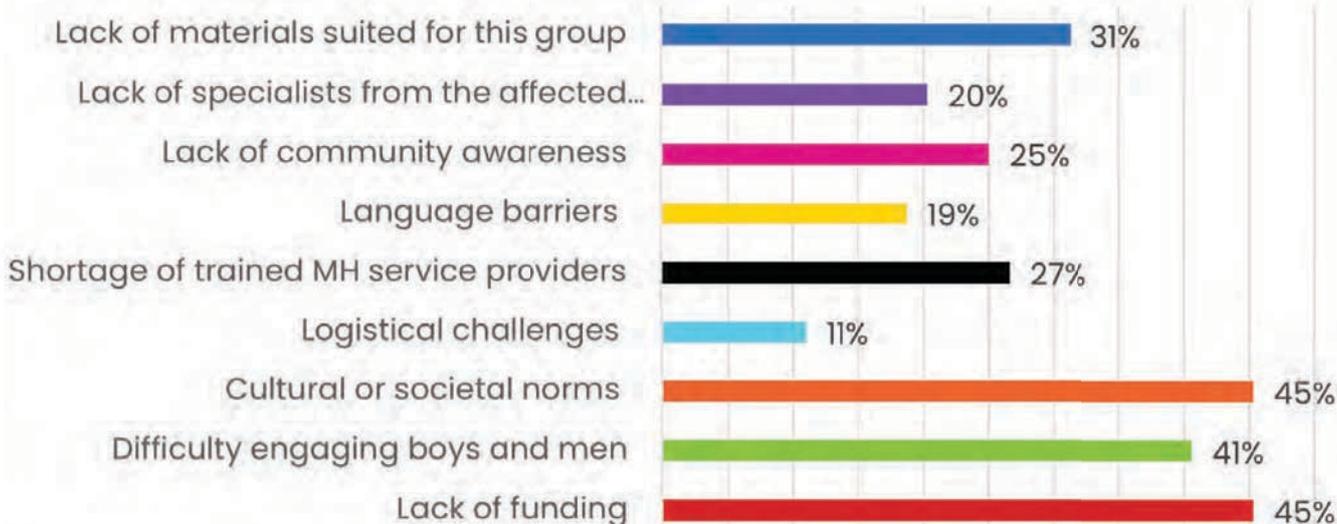
### 共生システム全体の連携

NGOや学校、コミュニティ組織の連携は重要視されていたが、その程度はばらばらで体制が整っていない場合が多かった。

効果的なプログラムでは、MHPSSサービスを学校・図書館・コミュニティセンターの活動に組み込み、参加者が外部サービスを求める負担を負うことなく利用できる環境が整っていた。しかし、多くのサービス提供者が、組織と政府機関が公式に連携するには至っておらず、課題が残る、と指摘した。非公式な連携がうまくいった場合もあったが、それらは組織的な支援ではなく個人の努力によることが多かった。

さらに、**資金削減とリソース不足のため、多くの組織の対応力が低下し**、長期的計画より差し迫ったニーズへの対応を優先せざるを得なかった。サービス提供者は、男の子とユース男性の実際のニーズを満たす活動になるよう、部門横断的な協働と参加型プログラム設計への注力を求めた。「ユースと共に活動計画を策定する必要があります。彼らに発言の機会を与えれば、参加率が高まり、より良い成果が得られるはずです」(INGO代表)。

### What are the main barriers your organization faces in delivering mental health and psychosocial services to boys and men? (n=64)



### 2.3.6 少数派と、交差する経験



#### 少数民族・LGBTQIA+に属する ユース・障害を持つユース男性 - 交差する障壁

制度上の差別があるため、ロマのユースなどの少数民族の人びとが社会に溶け込んでいくのは特に難しかった。ロマの難民の中には、集団避難所利用を拒否され、ホームレスになる危険にさらされた者もいた。それらの避難所には適切なセーフゲーディング基準がないことが多く、子どもとユースが暴力やネグレクトのリスクにさらされている、とサービス提供者は指摘した。「ウクライナから来たロマの難民の一部、特に子どもとユースは社会的・経済的に非常に困難な立場に置かれています。大多数の避難所はロマコミュニティを受け入れたくないため、彼らは退去を強いられ、ホームレスになる危険にさらされています」(INGO代表)。

さらに、サービス提供者は、言語的・文化的配慮が施されたロマの男の子を対象とした取り組みの必要性を強調した。ロマのユースの中には、ウクライナ語を話さないため、ロマ語またはハンガリー語のリソースを必要とした人もみられた。識字能力が低い男の子には、参加率向上のための実践的な解決策として、音声ベースの資料が用いられた。

障害を持つ子どもが抱える問題も同様に指摘され、特にメンタルヘルスサービスの利用が極めて困難な地方部で顕著であった。経済的リソースの乏しい家庭は、支援体制がほぼ存在しない孤立した地域に住むことが多く、そのため障害を持つ子どもは十分な教育やこころのサポートを受けることができていなかった。「地方部ではMHPSSが利用できる可能性は都市部よりもはるかに低く、こうした地域に住む家庭は学校やNGOからの支援も少なく、社会に溶け込んでいくのは一層に困難になっています」(メンタルヘルスサービス提供者)。

LGBTQIA+に属するユースは、避難で脆弱性が高まった。

紛争と強制移住によるストレスで、スティグマの恐怖・拒絶・孤立等、彼らが既に抱えている問題はさらに深刻化した。LGBTQIA+に属する人が、安心して自己表現できる、あるいは適切なメンタルヘルス支援を受けられる場所を見つけるのは極めて困難な場合が多いと、サービス提供者は説明した。「安定した状況下でも、LGBTQIA+に属する人が理解されることは難しいです。紛争で彼らが受けるストレスは著しく不均等に高まっています」(メンタルヘルスサービス提供者)。

保護者も、子どもが複雑なアイデンティティに対応していく道を探る上でメンタルヘルス支援が重要だと認識している。ある保護者は、娘が別の女の子と交際を始めた後、カウンセリングを受けるよう促した経験を語り、自分を探り、受け入れるための安全な空間をつくる上で、メンタルヘルス専門家の果たす役割の重要性を強調した。

### 2.3.7 今後の展望

インタビューとFGDで、男の子とユース男性の将来に対する様々な望みが明らかになった。彼らの多くは、紛争の激化で将来への不安があると述べたが、安定と自己実現への希望を持ち続ける者もいた。夢や展望は様々であったが、**現実的なリソース・こころのウェルビーイング・コミュニティへの統合を基盤とする支援環境をつくる必要性は、共通の考えとして挙げられた。**

多くの思春期の男の子とユース男性にとって、安定と「普通の生活」への望みが中心に置かれていた。ウクライナへの帰還を願う者もいれば、外国で生活を再建する可能性を見出した者もいた。共通する考えとして、有意義なキャリア・教育・個人としての成長を追求できる、安定した平和な未来への希望が挙げられた。

将来の見えない避難生活で、彼らの多くが長期的計画を立てられない状況に置かれていた。あるユース男性は、「すべては状況と紛争がいつ終わるかにかかっています。もちろん、皆故郷に戻りたいですが、明日何が起こるか誰にもわかりません」(26歳のユース男性)。

ユースが再びつながり、経験を共有して支え合うための場所づくりの重要性を強調した者もあり、社会性を身につけることとともに、コミュニティを築く活動の重要性を訴えた。

## 2.4 モルドバ

### 2.4.1 メンタルヘルスのニーズとウェルビーイング

質的データの分析結果により、避難による日常生活の混乱・ウクライナとモルドバの政治不安・コミュニティの安全性への懸念・経済的不安定等、モルドバにいる思春期の男の子とユース男性に影響を与えているストレス要因が明らかになった。

**早すぎる大人への成長:** モルドバへの避難の最大の影響の一つは、多くの思春期の男の子とユース男性が一気に子どもから成人への成長を強いられたことである。子どもとしてウクライナを離れた彼らは、現在、外国で成人の責任を担う立場にあると理解している。彼らの多くは**母親と弟や妹を支える義務を強く感じており、母親に深い尊敬を抱いている**。家族を支える柱である母親が、避難生活で心と身体面に負っている負担が理解できる彼らは、自分にも家族を守り助ける義務があると感じている。

「ウクライナにいたときは、子どものように心配事もなく、将来がどうなるかなんて考えずにいました。今、大人になければならないと感じています。多くの責任を持ち、家族、母親と弟や妹を助けなければなりません」

17歳の思春期の男の子

「モルドバに来た当初は結構大変でした。どれくらいここにいるのか、分からなかったのです。今は新しい生活に慣れてきましたが、子ども時代は失われた感じがします」(16歳の思春期の男の子)。

メンタルヘルスサービス提供者は、思春期の男の子とユース男性が、成人としての責任をあまりにも早く課せられたため、同年代のモルドバ人より責任感が強い場合が多いと指摘した。だが、こうした責任は問題も孕んでいる。彼らは感情を内に留めることが多く、助けを求めたがらず、自身の感情を伝えたがらない。

モルドバへの避難は、多くの思春期の男の子とユース男性の**規則性のある生活を大きく乱し**モルドバへの避難は、多くの思春期の男の子とユース男性の規則性のある生活を大きく乱し、彼らの精神的苦痛は強まっている。回答者は、**常につきまとう不安・不快感・恐怖等、強い感情の発生**を感じると訴えた。「ウクライナで感じていた感情や気持ちは、今では3倍強く感じられます。以前よりあらゆることに不安が増えました」(17歳の思春期の若者)。

彼らの多くにとって、ウクライナでの都市生活とモルドバでの生活条件の著しい違いが大きな困難となっている。大都市で暮らしていたユースの多くは、今は社会・余暇・スポーツ活動の機会がほとんどない、小さな町や難民センターで生活している。**これまでと同じように余暇を過ごせないストレス**や、こうした活動ができる場合でも活動環境が故郷のものと一致しない点に**不満**を述べた参加者が何人かみられた。

ストレスを発散する場がないことで、彼らの孤立感が高まり、新しい環境に適應するのが一層困難になっている。

調査対象者の思春期の男子とユース男性の中には、爆音や銃声を初めて間近で聞いた、つらい瞬間を振り返り、避難前は常に危険と隣り合わせでおびえていたと訴えた。「爆弾やミサイルで殺されることへの恐怖を抱えながら2年半家族と共に留まっていたが、父親を残し、経済的保障なしに避難しなければならなくなりました」(16歳の思春期の若者)。

精神的苦痛は、多くの回答者にとって依然、重大な問題である。**常に不安を抱え、精神的に疲弊している**という者もいれば、PTSD関連だと自分で思う症状のある者もいた。孤立感、トラウマへの反応として、また、精神的苦痛を悪化させる要因として頻繁に言及された。自分が苦しんでいることを認め、それについて語ろうとするユースがいる一方で、口をつぐみ、自らの手でそれらの感情に対処しようとしている者もいる。

多くの思春期の男子とユース男性は、バスケットボール・バレーボール・武道・水泳・サッカー等の活動へ参加を強く希望した。彼らの多くにとって、**スポーツ**は気持ちを発散させる手段であるだけでなく、日々の生活の重要な一部となっている。しかし、モルドバでは利用可能なスポーツプログラムや施設が不足しているため、こうした活動へ十分参加することができない、との指摘が回答者から頻繁に挙がった。



### 対処メカニズム： 順応的 VS 不適切

メンタルヘルスサービス提供者とユースはともに、**アート・文化活動**は故郷とのつながりを維持する役割だけでなく、受け入れ先コミュニティに溶け込む架け橋の役割も果たす点を強調した。慣れ親しんだ文化活動に参加することで、心地よさと所属感が得られ、避難で張り詰めた気持ちが癒やされるという。



Nikita, 14歳、はTシャツにハート形のウクライナの国旗を描く  
© George Calin, Plan International

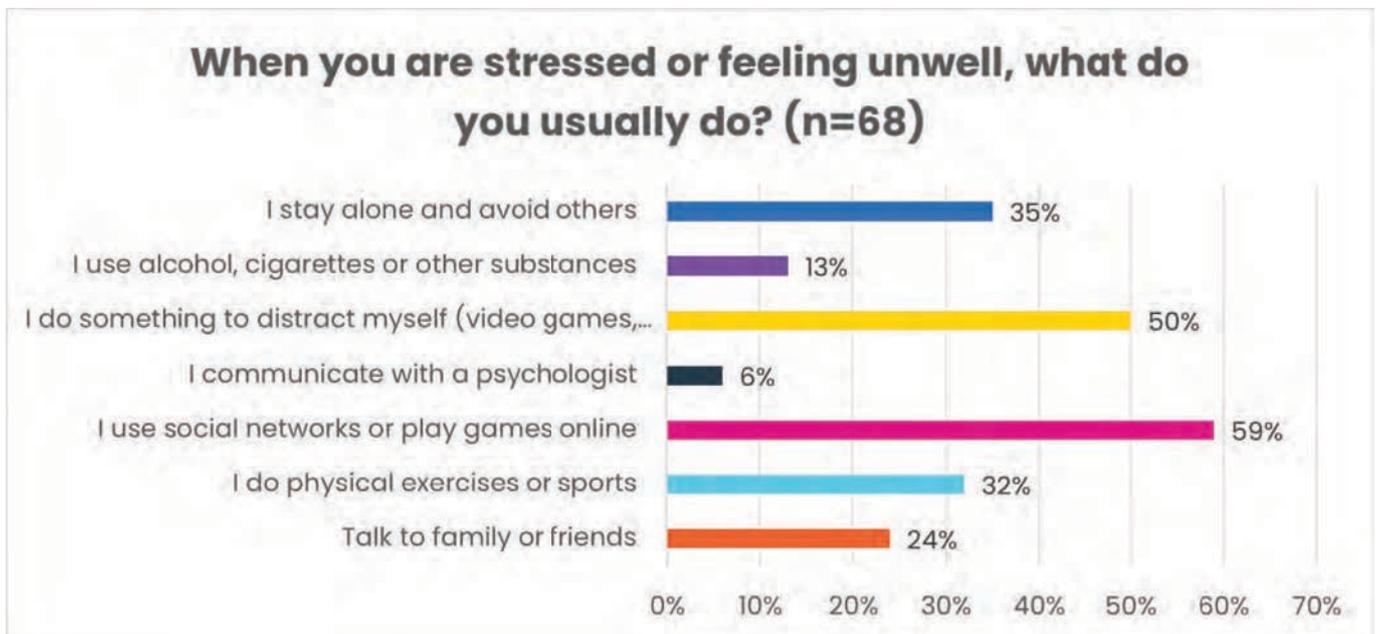
スポーツは、身体的・心理的によい効果を与える重要な対処メカニズムであることも明らかになった。多くの思春期の若者とユース男性は、バスケットボール・バレーボール・武道・水泳・サッカー等の活動への参加を強く希望していた。彼らの多くにとって、スポーツは気持ちを発散させる手段であり、日々の生活の重要な一部でもある。だがモルドバでは、参加できるスポーツプログラムや施設が不足しているため、こうした活動に十分参加することができないという声が何度も上がった。

FGDで、アルコール摂取や長時間のオンライン活動、多くはデジタルプラットフォーム利用、を仲間が行っているのを見て、と話す思春期の若者とユースが何人かいた。サービス提供者も、思春期の若者とユースの間で、物質使用・喫煙・ソーシャルメディアの乱用等の、危険な行動が増加していると指摘した。こうした行動を問題視しないユースもいるかもしれないが、専門家は対象を絞った支援の必要性を訴えた。ある心理士は、多くの保護者自身も精神的苦痛を抱えていて、こうした問題に手を出すことができず、保護者が対処するのが難しい現状を指摘した。

「男の子の問題は喫煙です。保護者は自身も悩みを抱えていて対処ができない状態にあり、止めることができないのです」(メンタルヘルスサービス提供者)。

下記の棒グラフは、思春期の男の子とユース男性がストレス受けたり調子が悪い時によくする行動の調査結果を示している。最もよく見られる対処メカニズムは、ソーシャルネットワークやオンラインゲームの利用(59%)・趣味やテレビゲームで気を紛らわせる(50%)・身体的エクササイズを行う(32%)であった。

子どもやユースの中には、紛争開始当初、感情の調整ができず、怒りを爆発させたり、社会との関わりを断つといった行動が見られた。モルドバにいたくない、でもいなくてはならないストレスに、紛争の影響を処理できない現状が重なり、こうした反応を引き起こしていた。専門家は、こうした反応は、怒りやストレスに対して順応的な対処メカニズムが働かない場合に生じることを認めた。



## 2.4.2 社会からの圧力と支援制度

### 受け入れ国での統合

**孤立:** FGDの参加者の多くが、当初モルドバにいたのは一時的だと考え、現地コミュニティとの交流を避けていたと述べた。そして、彼らは、多くの場合祖国や家族を支援できないことへの罪悪感や無力感から、**オンライン空間へ避難先を求めた**。だが、受け入れ先コミュニティからの物理的な孤立は、必ずしも完全に社会との関わりを断つという意味ではなく、ウクライナにいる**友人や家族とはオンライン上でつながっていたユース**もいた。

2年以上ウクライナに帰国したり、親族と会えていないため、「家族やコミュニティとのつながりが断たれてしまった」と感じている参加者が何人かいた。さらに、モルドバでの法的地位がはっきりしないために、外出をためらう男性もいた。モルドバのサービス提供者は、思春期の男の子とユース男性に、特にメンタルヘルスサービスの利用を促すのは、最も大きな困難の一つであると指摘した。さらに、紛争がモルドバに拡大するのを懸念し、モルドバへの社会的統合は賢明な選択ではないと考える母親も何人かおり、何人かのユースも同様の懸念を示した。

**根無し草:** ユースの多くは、モルドバ社会に溶け込むことができない中で、ウクライナで持っていたすべてを置いてきてしまったという深い喪失感を抱えている。**祖国とのつながりが切れ、帰還の見通しが全く立たない状況**の中で、彼らのこころのウェルビーイングは大きく揺らいでいる。「私はもはやウクライナ人ではなく、でもモルドバ人でもない。どこにも自分の将来を描けない。幸い、私は英語が話せるので、どこにでも行けますが」(20歳の男子学生)。

**コミュニティで感じる不安:** 大多数の回答者は、ウクライナでは危険と隣り合わせだったことと比べると、モルドバははるかに安全だと感じていると述べた。しかし、この新たな安心感を持てるようになるには時間がかかった。

「モルドバに来て2週間は、夜中に僅かな音でも目が覚めてしまい、サイレンを恐れずに眠れるようになるまで、時間がかかりました」

16歳の思春期の男の子

「ここがまるで楽園のように感じます。ウクライナで、何回もミサイル攻撃に耐えました。私が最後に駅にいた時、ミサイルが着弾し、周囲の多くの人が亡くなったこともありました」(16歳の思春期の男の子)。

**受け入れ国での暴力や攻撃的行動のリスク:** FGD参加者の思春期の男の子の中には、深刻な状況にはならずに済んだものの、**現地のモルドバ人とのもめ事**を話した。多くの思春期の男の子とユース男性は、女の子がより暴力の被害を受けやすいことを懸念し、外国で彼女たちを守る責任を感じるようになったと述べた者もいた。しかしながら、大多数の回答者はモルドバでは安全だと感じていると述べ、公共の場や学校での暴力の事例は報告されなかった。彼らは不安なく自由に散歩したり、買い物に行ったり、様々な活動に参加したりできると話した。

多くの参加者が、主にウクライナ難民の仲間と**新しい友人関係**を築いたと話したが、モルドバ人の仲間とも友人関係を築いている者もいた。社会的統合を促進する重要な要素として、モルドバとウクライナの**言語的・文化的類似性**が挙げられ、こうした背景から多くの避難民のユースにとって交流が容易になっている。

大多数の回答者がモルドバでは温かく迎え入れてもらえたと述べ、予想外の共感と支援、さらにコミュニティの一員として受け入れてくれたことに感謝しているという。外国語を学ぶ必要なく日々の生活が送れるため、他の受け入れ国に比べ、モルドバはより快適だと感じるユースも何人かいた。また、彼らの多くが安心して公共の場所を散歩したり、公共交通機関を利用することができるという。

受け入れ先家庭とコミュニティ住民は、社会に溶け込む上で必要不可欠な役割を果たしている。思春期の男の子とユース男性の中には、恋愛関係を含む親密な人間関係を築くことで、受け入れ国で社会の一員だと感じることができるようになるという指摘する人もいた。サービス提供者と保護者は、思春期の若者に比べ、幼い子どもは容易に適応できる傾向があるが、それは、思春期の若者が心や身体の変化・仲間との関係・家族内の力関係という複雑な状況乗り越えていかなければならないからだとして強調した。かなりの人数の男性難民が、受け入れ国で行われている活動にぜひ参加したいと考えていた。メンタルヘルス従事者は、男女ともに、コミュニティの役に立つ機会を探しており、これは役に立っているという意識が、社会に溶け込み、働き口を見つける上で重要な役割を果たしているためだと指摘した。



## 愛する人とのつながり

### 家族とのつながり

大多数の回答者は、「ウクライナに残る家族との定期的な連絡を保っている」と述べた。だが、父親を残してきた人びとは、ウクライナに戻る選択はできないため、再会できないことが精神的苦痛を生んでいる。難民に対する社会的圧力は深刻で、その圧力は家族と受け入れ先コミュニティの両方からかかる。一部のモルドバ人は、ウクライナ人のユース、特にユース男性は、祖国を守るためにウクライナに留まるべきだと考えている。多くの回答者は、紛争で、母親と弟や妹を支えるよう強いられているため、ウクライナ人の男の子はモルドバ人の同世代より重い責任を負っていると感じている。

紛争前に離婚した家庭の子どもにとって、一方の保護者とのつながりを維持するのは、一層困難になったと、何人かの思春期の男の子が述べた。逆に、紛争で家族の絆が強くなったと言う者もいたが、離婚はしていなくても、父親がウクライナに残った子どもは同じような困難を抱えており、気持ちは張り詰め、家族内の隔たりは大きくなっている。

専門家はまた、難民の中には、家族が離れ離れになることがこころのウェルビーイングにプラスに働いたと指摘した。虐待的な関係から逃れられた女性は、暴力のない新しい生活をスタートさせることができ、それが彼女たちの息子・娘のこころのウェルビーイングにも好ましい影響を与えている。

### 恋愛関係

思春期の若者とユースがプライベートについて主に友人と話すのは、これが今も、保護者や他の大人と自由に話題にできないテーマだという背景がある。**調査対象者の男の子は、女の子が彼らより自立し自信に満ちた存在だと考えているため、彼女たちとつきあうのが難しい可能性がある**、と指摘した。しかし、これは、避難状況下に限ったものではなく、ウクライナでもこの力関係は存在すると強調した。

調査対象者の思春期の男の子と女の子の大多数が、今は**恋愛関係の優先度は低い**、と述べた。だが、彼らは、避難によって、女の子が生活のあらゆる面でさらに多くの責任を担っていると感じているため、付き合うのは一層難しくなっていると指摘した。

### 故郷の友人・同級生・隣人とのつながり

ウクライナを離れた多くのユースが、元隣人・同級生・友人とのつながりを失い、それが彼らの心に影響を与えている。

しかしながら、彼らの多くがモルドバで新しい友人関係を築いている。「友人・同級生・隣人とのやりとりを続けませんでした。彼らは他の国に移住したり、ウクライナに残って他の問題を抱えているからです」(16歳の思春期の男の子)。

ウクライナにいる友人とのつながりをオンラインでの交流で維持する思春期の若者もみられたが、彼らの大多数も、交流の場はモルドバに移っている。ウクライナのオンライン授業を受講する者は、同級生とオンラインで会い続けていると言えるが、主にソーシャルメディアでつながりを維持している状態だ。

家族が前線にいるため、**紛争に対する恐怖が高まっている**と訴える回答者もいた。「私の叔父は実戦任務に就いていて、彼の命が心配です。祖父母はウクライナにいますが、紛争のことは話しません。ただ一度だけ、祖母の友人に、祖国を逃げ出して国を守っていないことを非難されたことがあります」(16歳の思春期の男の子)。

また、特に、多くの人が他のヨーロッパ諸国に移住し、それぞれ現地社会へ溶け込むことに苦労しているため、ウクライナにいたときの友人や親戚とのつながりを維持するのは一段と困難になっている。若年の回答者は、ウクライナに残って戦わないことを家族や友人から非難されることはほとんどないが、その代わりに、そうした発言をするのは大体、モルドバの受け入れ先コミュニティ住民を含む見知らぬ人だったと語った。

### 2.4.3 サービスの利用を阻む壁とジェンダー規範の影響

モルドバ社会に溶け込もうとする難民の前には、社会的・構造的・経済的・文化的・情報関連など、互いに関連し合う複数の障壁が立ちはだかっている。

**社会的障壁**は、ユース・思春期の若者・サービス提供者から頻繁に指摘された。最もよく挙げられた問題には、**メンタルヘルスに対するスティグマ・男性性に関する伝統的なジェンダー規範・差別**(特にロマコミュニティに対する)等がある。地元住民、特にロシア語話者のモルドバ人や親ロシア派の人びとから否定的にみられることを懸念する難民もいた。

**構造的障壁**に関し、法的枠組みに関連する構造的障壁と、地方部でのサービス不足が挙げられた。特にモルドバにいる難民支援のための国際資金が縮小するにつれ、医療や社会サービスの利用は、サービス提供上の問題・情報不足・有資格のスタッフの不足が障壁となって妨げられている。**経済的障壁**は今も厚い壁であり、多くの難民には民間のこころの支援サービスは手が届かず、NGOにもそれらの費用を賄うためのリソースはほとんどないのが実情だ。回答者の多くがユースクラブ・教育ハブ・スポーツプログラムへ関心を示したが、それらのサービスは不足、あるいは利用不可能な状態にある。さらに、多くの難民は、自身の権利や利用可能なリソースに関する情報がないため、サービスの利用は困難になっている。

**文化的・個人的障壁**が、サービスの利用をさらに困難にしている。専門家と難民はともに、ウクライナとモルドバではメンタルヘルスサービスが精神科医療と同一視される場合が多く、こころのサポートを求めることは今もスティグマを生むことになると指摘した。多くの回答者が、不安や精神的苦痛等の(医師の診断を受けてはいない) PTSDの症状と考える症状を訴えたが、支援を求めず、自らの手で対処したいと考える者もいた。

**情報の欠如**は何度も指摘された問題であり、難民が自身の権利・統合支援の利用方法・難民認定/市民権取得/一時保護の延長等の法的手続きの進め方を知らないという状況が頻発していた。「学校・医療・その他のことに関する有用な情報がどこで入手できるのか分からず、情報に関し、多くの問題を抱えています」(20歳のユース男性)。

**ジェンダー規範とメンタルヘルスに関する障壁**も指摘された。多くの思春期の男の子とユース男性は、こころのサポートを求めることが、自立し家族を守るという伝統的な男性性の役割に反すると考え、支援を受けたがらない。ウクライナとモルドバでは、男性性の認識は一貫しており、「男性」であることは、経済的な柱である、家族を守る、必要な場合は軍務に就くことと結びついている。「いずれにせよ、彼らは私を助けることができません。自身の問題は自力で解決しなければなりません」(20歳のユース男性)。

モルドバでは、多くの専門家がロシア語話者で、メンタルヘルスサービスでの**言葉の壁**はそれ程目立たなかったが、加害側の言語であるロシア語の使用がトラウマを深刻化させたり、セラピーが厄介になる恐れがある、と指摘する心理士もいた。「難民と初めて対面したとき、彼らの反応を見るためにロシア語で挨拶しました。彼らがロシア語で応答した場合、ロシア語でコミュニケーションが可能だと判断します。でも、ロシア語を話すことが明らかに不快だとわかるケースもありました」(メンタルヘルス従事者)。

#### 2.4.4 ストレス要因

**先の読めないウクライナとモルドバの政情:** 多くのユースが、特に家族や友人を訪問できなくなるのではないかと、先の読めない政情に不安を示した。ウクライナを違法に出国した者は、紛争後でも法的制裁を受ける可能性を懸念している。避難民から挙げられた別の懸念は、モルドバで親ロシア派の政治勢力が権力を掌握する可能性で、これがウクライナ難民に対するさらなる迫害につながることを恐れていた。

長びく孤立と対面での交流がほとんどない中で、多くの思春期の若者とユース男性は、保護者の目がほぼ届かない所で長時間オンラインで過ごすことが多かった。このようにオンライン世界にいる時間が長くなればそれだけ、詐欺・ネットいじめ・性暴力のリスク等の、**オンライン上で危険な目に遭う**可能性も高まる。こうした危険への対処法を身につけている思春期の若者も何人かいたが、自分の知らないリスクが潜んでいるのではないかと、外国のオンラインの安全性に不安を募らせる者もいる。

また、自身のオンラインでの会話が監視されていないかと、オンライン上で監視されている不安を示すユース男性も何人かいた。

多くの思春期の若者とユースが差別を受けた経験を語り、特に、ルーマニア語が障壁となり、地元住民が利用できる情報や機会をほとんど利用できないという。学校では、仲間に溶け込めず、時には仲間はずれにされたり邪魔者扱いを受ける場合もあるという。こうした経験を皆がしている訳ではないが、社会になじむ難しさ、そしてさらに広く、新しい環境を歩んでいく上での困難を浮き彫りにしている。時が経つとともに、何とかつながりを築けたユースがいる一方、特別扱いを受けている感覚に不安を持ち続ける者もいる。

**経済的不安定**は、多くの難民家族にとって依然、重大な問題である。ウクライナから支給される経済的支援は不十分であることが多く、UNHCRや他の組織からの支援も縮小または完全に終了している。その結果、家族を支えるために積極的に職を得ようと活動するユースが増えた。難民・モルドバ国民ともに、低賃金が重大な障壁となっている。難民が職に就いても、モルドバの給与は家賃と基本的な生活費を賄うには足りないことが多く、安定した高賃金の仕事の不足は、ウクライナ避難者にとって最も差し迫った問題の一つであり続けている。

#### 2.4.5 教育と雇用

教育は、本調査に参加したすべての思春期の若者とユースにとって最大の問題であり、参加者は、ウクライナのオンライン教育制度による学習や、モルドバの教育制度で学ぶ者がごく少数だという教育の実情に不安を訴えた。

最も挙げられた障壁は言葉の壁であり、次いで、十分な支援がなければ、現地の教育制度に統合していくのはほぼ不可能ではないかという懸念であった。

紛争激化とモルドバへの避難で、ウクライナのオンライン教育を受講することも、モルドバの学校に通うこともできず、学業を再開できていない思春期の若者もいる。FGDに参加した保護者は、紛争後に故郷に戻ることを希望しているため、ウクライナのオンライン教育を受けたい考えを強調した。だが、ユースも保護者も、**オンライン教育の学習の質が顕著に低下しており**、卒業までの道筋が見えない不安があることを認めた。これらの問題がある一方で、オンライン学習にはスケジュールや日々の活動内容に合わせて行える柔軟性があると指摘した回答者もいた。

参加者の多くがモルドバの大学にし、ロシア語またはルーマニア語で学べる学部で学んでいる。この集団はモルドバの同級生は温かく迎え入れて支えになってくれていると言い、非常によく溶け込んでいる実感があると述べた。

メンタルヘルスサービス提供者によると、特に教師が難民の生徒に気を遣いすぎて、彼らに**特別扱いや過保護にされている**と感じさせ、学校は居心地が悪いと感じている生徒もいるという。ある学校心理士は、「**教師はよかれと思って、難民の生徒が溶け込めるように努めていますが、それが逆効果になることがあります**。専門家としては、**教育者が適切に対応できるように、彼らを指導する必要があります**」、と説明した。

何人かの参加者は、学業を続けて大学教育を受けたいことを希望しており、モルドバの教育制度がもっと受け入れ体制を整える必要性を訴えた。彼らは、言葉の壁によりモルドバの生徒と同じ学業要件を満たすのが困難なため、高校に別クラスを設置する必要があると強調した。また、参加者は、統合支援策としてルーマニア語と英語の言語コースを追加する重要性を訴えた。

さらに、ユースと保護者は、ウクライナ人の生徒はルーマニア語の力が不十分なのに、モルドバ人の生徒と同じ試験を受けることを求められているとして、全国統一試験の公平性について懸念を示した。大学に進学するには、ロシア語によるコースを取るしか道はないと述べた回答者も何人かいた。

オンライン教育を受講する生徒には、社会との関わりがないことがこころのウェルビーイングと学業に悪影響を及ぼしている。メンタルヘルスサービス提供者は、対面での授業参加は、社会に定着した学習環境に身を置く、社会的機会を得る、教育者や心理士から専門的な支援を受けることができるため、社会に上手く溶け込むために極めて重要だと強調した。ある学校心理士は、「**学校に通うことは、子どもと思春期の若者のウェルビーイングと社会的統合に不可欠です**」、と話した。

言語は、モルドバにいる避難民の生徒にとって最大の問題である。多くのモルドバ人はロシア語を話すものの、教育システムはルーマニア語中心のため、教育システムに完全に統合していくには、ロシア語だけでは不十分である。そして、モルドバ人の若年層ではロシア語の習得度が低いいため、コミュニケーションは一層困難になっている。

さらに、モルドバの教育システムでは同国の歴史と文化だけが扱われ、ウクライナの歴史や文化の学びが組み込まれていない点に不満を示したユースも何人かいた。2人の参加者は、ロシアの歴史を扱う授業への出席を強制された経験を語り、精神的に苦痛だったと述べた。

## 2.4.6 MHPSS活動の有効性と制度的課題

専門家によると、モルドバでの難民に対するMHPSSサービスはNGOと政府機関の活動を通して、比較的広範に提供されているという。こうしたサービスは、現地住民より難民の方が利用する機会が多いと指摘する専門家もいた。

モルドバのトランスニストリア地区は、今もMHPSSサービスがほとんど利用されていない。**rNGOの活動が制限され、**地方当局からの**十分なリソース提供がないこと**がサービス提供を妨げており、多くの難民が十分なこころのサポートを受けられていない。さらに、サービスの質に対する不安がある、あるいは自身のウェルビーイング向上にカウンセリングが有効なのか疑わしいとして、支援を受けたいと思わないと述べた回答者も何人かいた。

専門家はまた、多くの難民がモルドバとウクライナ間を頻繁に行き来していることで、こころのサポートがしばしば中断し、一貫性のあるカウンセリングが行えず、長期的な活動効果を上げることができていない、と指摘した。

本調査に参加した専門家は、広範な調査に基づき、**創造的なアートセラピー**が紛争・虐待・避難によるトラウマを抱える難民や個人には特に有効であることを裏付けた。それらのセラピーは、音楽・視覚芸術・ダンス・ロールプレイ・身体表現を通じた非言語的な表現に重点を置き、言語の壁なく感情を処理する手段を提供する。多くのNGOがこのアプローチを活動に取り入れ、目に見える成果が得られていると報告している。重要な点として、専門家は「セラピー」や「カウンセリング」といった用語は、思春期の男の子やユース男性の間で不信感や不快感を招くことが多いため、こうした用語を避けることが参加率向上に効果的だと指摘した。ウクライナ音楽を聴く、伝統的なダンスをする、アート活動に参加する等、文化的な表現活動は、若い男性が故郷や愛する人とつながっている意識を持ち続ける上で役立つ。

**スポーツ**も、避難民のユースのウェルビーイング向上に重要な役割を果たしている。ウクライナから来た思春期の若者とユースの多くは、バスケットボール・バレーボール・武道・水泳・サッカー等、スポーツへの参加に強い関心を示している。しかし、組織的に行われているスポーツ活動に参加する機会は非常に少ないのが現状である。

専門家は、こころのサポートの導入策として、**グループ活動**が効果的なことを確認している。集団的な環境で一旦、信頼関係が築かれれば、ユースは一対一でこころのサポートを受けることに心を開く場合が多い。

目的意識、自分には価値がある、自分は役に立っている、という意識は、避難民の思春期の若者・ユース・家族のウェルビーイングにとって、特に重要な要素となる。多くのユース参加者は、受け入れ先コミュニティ内で、ウクライナ人の仲間を支援する**ボランティア活動**等の、有意義な活動への参加を望んだ。FGDに参加した男の子と女の子ともに、雇用・ボランティア・コミュニティ参加を通じて社会に貢献することで、主体性と所属感が育まれるため、それらの重要性を訴えた。

## 2.4.7 今後の展望

FGDに参加した大部分の思春期の若者とユースは、それまで抱いていた夢が紛争で壊されたため、将来の計画を立てる気になれないと述べた。紛争の終わりが見えない不安から、多くが自身と家族のための将来計画を立てることに後ろ向きになっている。

こうした先の見えない状況下で、長期的な計画は立てないとしても、短期的な目標に目を向けるユースは今も存在する。

紛争後すぐにウクライナに戻るつもりはないと述べた者もいた。

「大学を卒業し、リモートワークの仕事を探し、英語をしっかり学び、それから、より収入を得られる国に行きたいです」(21歳の学生)。

「家族の安全のため、やむを得ず避難したと感じていましたが、誰もが自分にとって最善の選択をしているのだとわかりました。今はリモートワークで働き、これがキシノウでの生活の維持に役立っています」(25歳のユース男性)。

### 3 比較分析とテーマ別動向



ウクライナ・ポーランド・ルーマニア・モルドバにいるウクライナ人の思春期の男の子とユース男性の経験から、彼らとそのメンタルヘルス・社会的統合・サービスの利用に影響する共通の問題と、各国特有の問題を抱えていることが浮き彫りになった。紛争に関連する避難の影響下で、先の見えない不安が心の重荷となっているのは4カ国共通だが**法的保護・社会の見方・利用可能な支援サービス**の違いが、様々な形で、困難を生きるユース男性の前に立ちはだかっている。

#### 各国共通の障壁と困難

4カ国すべてで最も根深い問題のひとつは、**メンタルヘルスに関するスティグマとこころのサポートに対する後ろ向きな姿勢**である。心の傷つきやすさを人間の弱さと結びつける根強い文化規範により、MHPSSサービスを利用しようしない男の子とユース男性が何人かみられた。多くは専門的な支援を求めず、自らの手で解決したいと考え、孤立と精神的苦痛が放置されたまま深刻化している。4カ国すべてで、サービス提供者は、こころの支援活動がスポーツやボランティア活動などの非公式な活動に組み込まれていない限り、ユース男性は女性よりこうした支援を受ける可能性は低いと報告した。

別の共通する問題は、**排除された感覚とアイデンティティの喪失**である。ウクライナでも受け入れ国でも、ユース男性はそれまでの自分がなくなった感覚に陥り、目の前の現実の中で、**紛争前の目標を探ることができなくなっている**。紛争がそれまでの生活を破壊したときにまだ、アイデンティティの形成段階にあった彼らの多くが、大きな責任と役割を担うよう強いられた。こうして早く大人になることを求められることで、**心が何も感じなくなり、意欲を失い、将来への不安を募らせていくことが多い**。

**動員に関する不安**も、25歳以上の者に共通して見られたが、その深刻度は国によって異なる。ウクライナでは、入隊すべきだという周囲からの圧力に加え、紛争下で「男性」とは何かという葛藤を抱え、重圧を感じているユースがいる。一方、動員を逃れる道を探り、罪悪感に苛まれる者もいる。モルドバでは、男性難民は強制送還を恐れており、公共の場に行ったり、社会と関わるのを制限している者もいる。ポーランドとルーマニアでもユース男性は同様の圧力を受けており、ウクライナへの義務と外国での安定した生活を築きたい気持ちの間で葛藤している。

**社会的孤立とオンライン空間への逃避**も、対処メカニズムとしてよく挙げられた。ユース男性の中には対面での社会的な交流に距離を置き、ゲームをする、ウクライナにいる友人とオンラインでつながりを維持する、紛争に関してニュースやソーシャルメディアとつながる、といった形でオンラインで時間を過ごそうとしている者もいる。オンライン空間はつながりを提供する一方で、受け入れ先の環境からの隔絶をすすめ、孤独を深める。

そして、**教育と雇用に対する障壁**は、ユース男性の安定感の実感に重大な影響を及ぼしている。ルーマニアとポーランドでは、言葉の壁が学業や仕事の面で社会的統合の厚い障壁となっている。また一方では、行政手続き上の問題と、法的保護がほとんどないことで、多くの者が不安定な雇用状況に置かれている。ウクライナでは正規教育が受けられるとはいえ、避難・インターネットにつながらない環境・精神的苦痛、といった紛争による混乱の中で、多くのユース男性は学業に十分に専念できない状況に置かれている。



### ウクライナ

ウクライナでは、紛争のメンタルヘルスへの影響は深刻かつ一刻の猶予もない状態にある。**思春期の男の子とユース男性は、空爆・避難・家族や友人の喪失等、紛争の現実**に日々さらされている。こうした経験は心の重荷となり、**深い悲しみや疲労、あるいは心が何も感じない、常に不安がつきまとう**、という形で現われる。受け入れ国にいる仲間とは異なり、ウクライナにいるユース男性は、特に動員年齢に近づくにつれ、**将来の見えない不安が一層高まっている**。

ウクライナにいる人びとから得られた調査結果で特筆すべき点の一つは、**友人関係の分断**である。何人かのユース男性は、**若者の社会**が、ウクライナの防衛努力を強く支持する集団と、**軍務に対して道徳的、個人的、あるいは現場でジレンマを抱える集団に二極化している**していると述べた。こうした分断は個人間の関係にとどまらず、**家族や社会という広域な力関係**に影響を及ぼし、ユース男性の心にさらなるストレスとなつてのしかかっている。

メンタルヘルスサービス提供者によると、**軍務経験者**の心理的負担は特に深刻だという。**死別・暴力・極度の精神的苦痛**を目撃・経験した人もおり、**重度の精神的緊張・社会復帰の困難・メンタルヘルスの崩壊の危険が高まっている**。一般市民の生活に戻っても**孤立感を覚え**、戦闘経験のない仲間**に親しみを感じる**ことができなくなる者もいるという。また、動員されていない人びとに対し**罪悪感や苛立ち**を感じる者もいて、社会の分断が一層深まっているという。

こうした困難を抱えながらも、**ボランティア活動やコミュニティ参加を通じてレジリエンス**を見出すユース男性もいる。避難民家族の支援・相互支援活動への参加・物流支援の役割への協力を注力する人もみられた。そうした活動は、生活の基盤となり、主体的に行動している意識を与え、社会に貢献するひとつの道をもたらす。だが、ウクライナでのMHPSSサービスは依然として深刻な状況にある。積極的に支援を求めるユース男性もいるが、スティグマやサービス提供上の問題が障壁となり、必要な支援を受けられない者が今もいるのが実情である。

### ルーマニア

ルーマニアでは、**規模は限定的である**が、強力なNGOの活動が**難民のサービス利用を支援**していて、**比較的安定した支援**が提供されている。しかし、**言葉の壁が教育と就労の面で社会的統合を妨げている**。多くの男の子とユース男性がオンライン教育を継続しており、社会的参加はほとんど行われていない。メンタルヘルスサービスは存在するものの、スティグマがあり、積極的な支援が不足しているため**利用率は低い**。**経済的不安定さと非正規労働に従事しているため、不利な労働条件下にいる者も多い**。**学校や職場での差別**が、疎外感をさらに高めている。メンタルヘルスサービスは存在するとはいえ、**スティグマのために、多くの人は支援を求めることができず、ゲームをする、心の働きにストップをかける、といった回避行動に走っている**。

### ポーランド

ポーランドにいる思春期の男の子とユース男性が抱える最大の問題は、**社会的に孤立し、有意義な人間関係形成を築けないこと**である。ポーランド人の友人がなかなかできず、同世代のグループから仲間はずれにされていると感じる者もみられた。言葉の壁、文化の違い、ポーランドでの滞在は一時的だと考えていること、これらすべてが、**孤立感の要因**となっている。これに対処しようと、**オンライン空間に逃げ込み、主にゲーム・ソーシャルメディア・オンライン交流に没入する者**もいた。

**社会からの期待と自分の中にある罪悪感**が、ポーランドにいるユース男性が抱える困難の一因となっている。

最終的にはウクライナに戻って紛争に力を尽くすよう、家族や周囲から圧力を受けた者、あるいは、特にウクライナに友人や家族が残っている場合、国を離れたことに罪悪感を持つ者もいる。こうした葛藤が精神的苦痛を生み、ポーランドでの生活に心を切り替えるのが難しくなる場合もある。

## モルドバ

モルドバは、**法的な安全性がないことと経済的困難**といった**特有の問題**を抱えている。他の受け入れ国とは異なり、モルドバは有効とされる書類を有するウクライナ人にのみ一時的な保護を付与し、他の国籍を有する男性や書類を所持しない者は除外されている。その結果、多くの人々が法的な保障がない状態に置かれている。

**トランスニストリア地区はモルドバ当局の統治下ではない**。ただし、同地区に居住する難民は、ニストル川右岸に位置するキシナウ政府が統治する地域において、一時的な保護身分を取得し、支援を受けることができる。

文化的な類似性から、容易に社会に受け入れられる面もあるが、**一部地域には親ロシア派の感情と敵対意識があり、時折対立が生まれている**。**メンタルヘルスサービスは資金不足に陥っており、多くのユース男性は支援を受けることに今も後ろ向きである**。



## 各国政府と政策決定者

### メンタルヘルスサービスの利用拡大と資金不足の解消

- 国内の枠組みで行われるMHPSSに対する政府の投資を増やし、都市部・地方部両方でメンタルヘルスサービスが公平に利用できるようにすること
- メンタルヘルスサービスを公的医療制度に含め、難民・避難民の経済的障壁をなくすこと
- 避難・軍事関連のストレス・喪失が心を与える特有の影響に関する研修など、紛争関連の精神的苦痛におけるジェンダーに関わる側面について、メンタルヘルス専門家を対象とした啓発活動への投資を拡大し、思春期の男の子とユース男性に対象を絞ったサービスを実現すること
- 思春期の男の子・ユース男性・LGBTQIA+に属するユース・障害を持つ人など、目が届きにくく、行政から十分なサービスを受けていない集団に的を絞った支援活動を積極的に働きかけ、メンタルヘルスサービスの利用拡大を実現すること
- NGOとコミュニティを基盤としたメンタルヘルスへの取り組みに対する財政支援を強化し、それらが必須サービスの提供の継続に必要なリソースを確保できるようにすること

### 雇用保護と経済的安定の強化

- 雇用と職業訓練に関する行政手続きを簡素化し、ユース男性が非正規の低賃金労働から安定した雇用に確実に移行できるようにすること
- 雇用機会につながる言語研修プログラムを拡充し、言葉の壁によりユース男性が雇用されないことがないように徹底すること
- LGBTQIA+に属するユース・ロマのユース・障害を持つユースは高いリスクを抱えていることを踏まえ、交差性に基づくアプローチ方法を難民・居住政策に確実に取り入れること

### 人道支援におけるジェンダーに配慮した手法の主流化

- 危機的状況は、ジェンダー規範を好ましい方向に再構築するチャンスになり得ることを踏まえ、ケア労働の責任の共有・感情の解放・サービス利用におけるジェンダー公正を推奨する政策を推進すること
- 男性と男の子を含むあらゆる人が各々特有の困難とニーズを抱えていることを踏まえ、包摂的なジェンダーの視点を人道支援における取り組みに確実に取り入れること
- ジェンダー・トランスフォーマティブなプログラムを推進し、MHPSSサービス・経済的包摂プログラム・保護システムが、危機下にある男女の役割が良い方向に変化していく後押しになるよう徹底すること

## 避難民のユース男性に対する長期的な法的保護と安定の保証

- ・ウクライナ難民に対する法的保護体制を拡充・安定化させ、ユース男性が強制送還や法的に不安定な状況に直面して精神的苦痛を悪化させることがないようにすること
- ・ウクライナの避難民男性が、受け入れ国で長期在留・市民権獲得ができる明確な選択肢を整備し、先の見えない不安を軽減し、安定性を高めること

## MHPSSサービス提供者

### ジェンダーに配慮しトラウマを考慮したメンタルヘルスサービスの開発

- ・ジェンダーに配慮したアプローチについてメンタルヘルス専門家を研修し、男性性のジェンダー規範が具体的にどんな形で支援を求める行動や感情表現に影響するかを確実に理解できるようにすること
- ・スポーツ・余暇活動・仲間主導の取り組みをMHPSS利用の入り口として取り入れてハードルを低くし、ユース男性がメンタルヘルス支援と気軽につながる機会をつくること
- ・紛争関連のトラウマ・深い悲しみ・生き残った者の罪悪感に的を絞ったメンタルヘルスの取り組みを開発し、思春期の男子とユース男性が専門的な支援を受けられるようにすること
- ・社会的・経済的に困難な立場にあるユース男性、特に法的地位・物質使用・社会との断絶で孤立している人に対して積極的な支援を働きかけること

## MHPSSの提供拠点の拡大と多様化

- ・MHPSSサービスを教育・雇用・人道支援プログラムに組み込み、思春期の若者とユース男性が信頼できる環境でこころのサポートを受けられるようにすること
- ・多くのユース男性が公式の心理サービスを利用したがることを踏まえ、非対面型セラピー・巡回チームによるメンタルヘルスサービス提供・仲間同士の支援グループを拡充すること
- ・身体活動・創造的活動・組織的なグループ活動はスティグマのないメンタルヘルス支援を利用しやすい形で提供できることを踏まえ、スポーツやアートを通じたセラピープログラムを開発すること
- ・交差性に基づくアプローチ方法についてメンタルヘルス専門家を対象とした研修を行い、LGBTQIA+に属するユース・少数民族に属する人・障害を持つ人がニーズに対応したサービスを利用できるようにすること

## 開発・人道組織向け

### 社会的統合への道筋と支援体制の強化

- ・組織的なメンター制度や仲間同士の支援グループのプログラムを拡大し、ウクライナのユース男性が受け入れ先コミュニティのロールモデルや社会的ネットワークとつながれるようにすること
- ・文化的に受容性の高い統合プログラムを開発し、避難民のユース男性が一時的に滞在するよそ者ではなく、教育・雇用・社会生活で社会の一員として包摂されると感じられるようにすること

- ・ユース主導の取り組みへ資金提供を増やし、思春期の男の子とユース男性が受け入れ先コミュニティでボランティア活動・市民参加・リーダーシップの発揮ができるようにすること

- ・LGBTQIA+に属する・ロマの・障害を持つユースなど幾重にも重なった疎外を受けているユース男性に的を絞って働きかける支援プログラムを開発し、彼らがメンタルヘルス・教育・雇用サービスを利用する際に直面する厚い壁の解消に積極的に取り組む。サービスは、包摂的であるだけでなく、彼らの特定のニーズに対応するように設計され、文化も踏まえた利用しやすいものになるように努めること

### オンラインへの逃避と社会的排除への対処

- ・ユース男性がオンラインコミュニティの中で社会と断絶した状態を続けないよう、生活の中で社会とつながる機会をつくり出すこと

- ・ソーシャルメディア・ゲームコミュニティ・デジタルコンテンツを活用して、メンタルヘルスの知識に関するユース男性対象のキャンペーンを実施し、自分の気持ちに対する意識と支援を求める行動を促すこと

## 受け入れ先コミュニティと市民社会

### スティグマの軽減とコミュニティへの包摂の促進

- ・メンタルヘルスに対するスティグマに挑み、健全な男性性の表現を促す啓発キャンペーンを実施し、ユース男性が支援を求めるよう促すこと

- ・特に教育現場や職場環境で、避難民のユースと受け入れ先コミュニティの隔たりを埋めるために文化交流プログラムや社会活動を開発すること

- ・学校・職場・スポーツチームで、包摂的な環境を育み、ウクライナのユース男性が排除されたり、よそ者として扱われることがないようにすること

- ・少数派に属する・LGBTQIA+に属するユースを包摂する空気を育む安全なスペースと仲間同士の支援グループの取り組みを促進し、彼らがスティグマや暴力を恐れずコミュニティのネットワークを利用できるようにすること

### 家族とコミュニティを基盤とした支援体制の強化

- ・家族を中心にしたMHPSSプログラムを設計し、保護者が精神的苦痛を抱えるユース男性を支援しスティグマを軽減する方法を身につけること

- ・宗教活動や近隣住民の活動等、既存の組織にメンタルヘルス教育を組み込む、コミュニティ主導の取り組みを強化すること



本報告書で示された調査結果は、ウクライナ人の思春期の男の子とユース男性が今も続く紛争の中で直面している**複雑な精神状態と心理社会的困難**を浮き彫りにしている。**避難・家族の分離・教育や雇用の混乱・経済的不安定・特に男性性に関連した社会の期待が交差し合い、様々な精神的苦痛が広がっている。**彼らの多くが**感情の喪失・深い悲しみ・疲労・アイデンティティの葛藤**を抱えている。

こうした困難を抱えながらも、ボランティア活動・仲間の支え・身体活動・オンライン利用等の、**順応的な対処メカニズム**を働かせ、レジリエンスを示すユースもいる。だが、MHPSSサービスの提供には、**言葉の壁・経済的逼迫・特化したサービスの不足・スティグマの問題**があり、サービスの利用度は依然低い。多くのメンタルヘルスの取り組みには今もジェンダーの視点がなく、思春期の男の子とユース男性に特有のニーズと、日々感じている社会からの圧力に対処することができていない。

こうした問題に対処するには、**メンタルヘルスサービスの利用度を上げるだけでなく、社会的包摂・経済的機会・長期的な社会復帰**を考慮した**統合的でジェンダーに配慮した取り組みが必須である。**人道支援と開発プログラムにおける思春期の男の子とユース男性の優先度を上げ、**彼らが十分なこころのサポート**を受けながら**コミュニティを支えていく力を身につけられるようにすることが極めて重要である。**

## 主な調査結果に関する最終的考察



ウクライナ人の思春期の男の子とユース男性は、**感情の喪失・深い悲しみ・疲労・集中力の低下・アイデンティティの混乱・先の見えない不安等、様々な精神的苦痛**を抱えている。



**避難は家族の力関係を変え、多くのユース男性が父親の不在で母親と弟や妹を支える役割を担うようになった。**この責任から強さを身につける者もいれば、**重圧を感じたり、社会から孤立する者もいる。**



**友人関係や仲間のつながりは崩壊し、多くのユース男性がウクライナと受け入れ先コミュニティの両方で孤立感を抱えている。**言葉の壁や文化の違いから**社会的つながりを築くのに苦労する者もいれば、外国でウクライナに比べれば安全に暮らしていることに対して罪悪感を抱えながら生きる者もいた。**



メンタルヘルスサービスの利用を阻む障壁は依然として厚く、特化したMHPSSサービスの不足・経済的逼迫・メンタルヘルスに対するスティグマ・サービス提供上の困難等が障壁となっている。言葉の壁はさらに利用を妨げ、特に専門的なこころのサポートを必要とする人びとにとって厚い障壁となっている。



こうした困難を抱えながらも、ユース男性はボランティア活動・スポーツ・創造的活動・仲間同士の支援グループ等、様々な対処メカニズムを働かせている。だが、不適切な対処メカニズムが働き、オンラインへの逃避・物質使用・社会からの断絶に走る姿は今も多く見られる。



伝統的な男性性のジェンダー規範は、支援を求めることを否定し、感情を抑え込ませるため、ジェンダーに配慮した取り組みが一刻も早く必要である。有害なジェンダー規範に対応しつつ、健全な男性性を活用することが、長期的なこころのウェルビーイングを築く鍵となる。

## 関係者への行動喚起

### 1. 人道支援と国家政策におけるメンタルヘルスの優先

関係者は、メンタルヘルスを国家復興計画・教育制度・コミュニティを基盤とするプログラムに組み込むとともに、思春期の男の子とユース男性に特化した、ユースにやさしく、ジェンダーと文化に配慮した利用しやすいMHPSSサービスへの投資を拡大する。

### 2. サービス提供の拡大と多様化

行政などから十分なサービスを受けていない地域や地方部、紛争の被災地域にサービスを提供するため、巡回サービス提供チーム・デジタルプラットフォーム・相談窓口の整備に重点を置く一方で、交通手段や利用上の障壁を考慮した無料、あるいは低価格のサービス提供の実現に努める。

### 3. スティグマとの闘いと健全な男性性の促進

有害なジェンダー規範に挑み、感情表現と支援を求めることを促し、支援的な環境を育むために、男性のロールモデルやコミュニティリーダー、仲間を巻き込んだ啓発キャンペーンの実施は必須である。

### 4. ユースの関与と参加の促進

レジリエンスと主体性の強化のために、ユース主導の取り組みと仲間同士の支援グループを強力に支援し、思春期の男の子とユース男性が、彼らの声とニーズを反映したメンタルヘルスプログラムの設計・実施に参加できるようにする。

### 5. 連携と情報共有の強化

関係者は、政府機関・NGO・学校・医療従事者間の連携を強化し、連携した支援体制を構築する一方で、サービスのマッピングが常に最新情報を示すようにし、ケアの利用度向上のために紹介手順を簡素化しなくてはならない。

## 6. 交差しあうニーズと脆弱性への対応

LGBTQIA+に属する・少数民族に属する・障害を持つユースを含む社会的・経済的に困難な状況にある集団に的を絞った支援を提供し、すべてのコミュニティに対して、文化的に配慮した、言語面で利用可能なサービスを提供できるようにする。

## 7. サービス提供者の能力強化への投資

ジェンダーに配慮したアプローチやトラウマを考慮したケア、ユースにやさしいサービス提供に関する研修を必須とする、MHPSS専門家の能力向上に投資するとともに、現場担当者の燃え尽き症候群を防ぐために、継続的な学習機会と支援体制を整備する。

迅速かつ連携して行動することで、関係者はレジリエンスを育み、こころのウェルビーイングを向上させ、誰一人取り残さずユースが必要なメンタルヘルス支援を受けられる世界を実現できるはずだ。力を合わせれば、ウクライナ人の思春期の男の子とユース男性の支えとなる、より包摂的な環境をつくることはできる。彼らのメンタルヘルスと未来は、そこにかかっている。



## プラン・インターナショナルについて

プラン・インターナショナルは、子どもの権利を推進し、誰もが平等な世界の実現を目指し85年以上にわたり世界80カ国以上で活動する国際NGOです。

一人ひとりの子どもが本来持つ力を引き出すことで地域社会に前向きな変化がもたらされることを信じて、子どもやユース、様々なステークホルダーとともに活動しています。特に、貧困や暴力、差別や排除によって弱い立場に置かれている女の子の支援に力を入れています。子どもや女の子たちが直面している不平等を生む原因を明らかにし、その解決にむけ取り組むことで、子どもたちが生まれてから大人になるまで寄り添い、自らの力で困難や逆境を乗り越えることができるよう支援します。

世界の実現にむけて、歩みを止めずに進んでいきます。

## 子どものためのNGO連合(FONPC)について

FONPCは1997年に設立され、その会員である約75の、子どもとコミュニティの利益の実現を目的とするNGOと共にのために活動しています。その活動は、原則と法的規定に準拠し、以下の価値観を促進しています:会員のアイデンティティ/自律性・コミュニケーションと行動の有効性・民主的な意思決定・団結・開放性ある姿勢・信頼・相互尊重・公平性・一貫性/継続性・協力関係・透明性・参加と関与。FONPCは目的実現のため、ドナー・資金提供者・地方/中央の行政機関・NGO・国際機関・欧州各機関・市民社会・コミュニティ・他の子どもの権利尊重の促進に関わる活動関係者と緊密な協力関係を築き、活動しています。

## CARE Internationalについて

CARE Internationalは、世界で最も過酷な状況下にある貧困を終結させる闘いを先導する人道支援組織です。すべての人びとが平等な権利と機会を得なければ、貧困は克服できません。だから、私たちは女性と女の子を活動の中心に置いています。危機が起きれば、真っ先に再建に向けて歩き出すのは、多くの場合女性であることを、私たちは知っています。だから、最も変化が求められる場所に変化をもたらす力を彼女たちが持てるよう、私たちは共に活動します。