

2004年度 JAFSA 調査・研究助成プログラム:研究成果の要約

「海外留学生の帰国後の逆カルチャー・ショックと自文化再適応に関する調査研究」

2006年4月 渋谷由紀(文教大学国際交流課)

1. 目的

本調査研究は、海外留学から帰国した学生たちが直面する社会・心理的な問題や葛藤に注目し、彼らの海外生活経験や、帰国後の生活、逆カルチャー・ショック、最適の問題についての分析を試みる。「帰国」というのは「自分の国へ帰ることであるから、深刻に悩んだり、ストレスを感じるような出来事であるはずがない」と一般に考えられがちであるが、実際は慣れ親しんだ環境へスムーズに戻ることができるとは限らない。海外生活に適応するのに時間がかかったように、帰国後の再適応にもそれなりの時間がかかる。日本における大学等の教育機関の国際教育交流担当部署では、学生の帰国後の再適応問題まで視野に入れて、海外留学指導を行っているケースは少ないかもしれない。海外留学生の帰国後の社会・心理的な葛藤に注目するこの調査研究の結果は、派遣留学プログラムにおける出発前から帰国後までの一連のサポート体制の必要性和学生にとって海外留学経験をより有益なものとする方策を示唆するものである。

3. 調査対象者と調査の方法

対象者は日本の大学から海外の大学に派遣され、1アカデミック・イヤー(認定校留学の場合は半年)以上の海外留学生活を経験し、留学期間を終えて帰国してから3ヶ月以上経過した、東京とその近郊に在住する学生を対象とした。調査に参加協力してくれた学生は合計10名。予備調査の結果を基に質問用紙を作成し半構造化面接(インタビュー)調査を2005年夏から2006年冬まで行なった。データ収集と平行して分析作業が行なわれた。面接調査から得られたデータとフィールド・ノートについて、留学中と留学後に大きく分け、それぞれについて帰国後の心情や適応に影響を与えている要因との相互関係を抽出していった。

4. 結果と分析

「帰国後、問題や悩み、困ったことは何もなかった」と答えた学生は10名中3名であった。再適応の問題・困難を多少とも経験したと答えた学生は4名、深刻な最適の問題やストレスを経験したと回答した学生は3名という結果であった。何らかの再適応の問題を経験したと回答した学生は、具体的に辛かった経験、難しかったこと、ストレスを感じたこととして、1)「日本の大学の施設・設備が充実していない」「社会的インフラの不備」「環境が悪い」というような生活面・物理的なこと、2)「留学先大学で取った科目の単位認定がうまくいかなかった」「授業で同学年の友だちから遅れてしまった」などの学業面、3)「就職活動の遅れ」「就職活動のプレッシャー」「進学についての悩み」などの将来の進路(就職や進学)の問題、4)日本人と現地の人たちとのライフスタイル、物の考え方、態度、行動習慣などの違いから起こるストレス、5)「家族と生活するのが窮屈(自由な暮らしが懐かしい)」「両親や友人から「変わった、物事をハッキリ言い過ぎると言われてしまう」「以前からの友だちとの関係で、ぎこちなかったり、不安や疎外感を感じたりすることがあった」などの人間関係の問題などが挙げられた。

5. 考察

10名の帰国学生の留学中の生活や帰国後の心情から、帰国後の再適応の問題の経験の有無や逆カルチャー・ショックの度合いに影響を与える要因に注目してみると:

- 1) 大学や現地コミュニティに溶け込んで、大学内外での活動に積極的に参加し、現地の人と親しい交流があり、仲の良い友だちができた学生ほど帰国後にストレスを感じる度合いが大きい傾向が見られた。
- 2) ホームシックを殆ど経験しなかったと報告した学生ほど再適応問題や逆カルチャー・ショックを経験する度合いが大きいような傾向が見られた。
- 3) 帰国を前に現地に残って勉強を続けたいと強く思った学生ほど帰国後に大きなストレスを感じ、最適の問題を経験したような傾向が見られた。
- 4) 留学を通じて自分自身の内面的な変化(例えば「独立心が強くなった」「自分に自信が持てるようになった」「異文化や世界政治に対する興味や関心をもっと強く持つようになった」など)を強く認識した学生ほど帰国後の適応にストレスを感じたようであった。

また、過去の帰国経験も、最適の問題に直面したときの対応にプラスの影響があるということもわかった。二度のカルチャー・ショックは海外に長期に滞在し帰国した者でなければ経験することのできない貴重な体験である。逆カルチャー・ショックは、海外留学を通して成長した自分を再確認する機会であり、成長したことで得たもの・失ったものを実感する経験でもあり、必ずしも悪いものであるとはいえない。今までの自分や自分を取り巻く環境を見つめ直す機会であると捉えれば、帰国後にさまざまな可能性や方向性が見えてくるはずである。

海外に滞在する学生のより有意義な留学生活、あるいは、帰国後の日本での生活をよりスムーズにするために学生を派遣する大学側ができる具体的な方策は、今後の調査の課題であるが、本調査の結果から、帰国後の再適応問題まで視野に入れた指導を行うこと、少なくとも以下のようなことを出発前、あるいは留学期間中に学生に伝えることが必要ではないだろうか。

- ・ 逆カルチャー・ショックは長期海外から帰国した者なら、多少なりとも経験する可能性があるということ。
- ・ 帰国後の将来の進路や就職など、長期的視野での将来展望は考慮しておくべき課題であること。また、起こり得るその他の問題についても前もって考えておくこと。
- ・ 海外留学経験を通じて、自分自身が変わったという自覚を持つこと。また自分がいない間に、家族も友人も変わっているということ認識すること。また、海外留学経験に対する興味は、人によって違うということを理解すること。

また、教育機関の側でできることとして以下のようなことが考えられる。

- ・ 大学内外で、海外留学経験を活かせるような活動の場を提供すること、例えば、留学説明会やオリエンテーションで、留学を考えている学生のアドバイザーとして、あるいは学内の受入れ留学生との交流やサポート活動などに参加してもらう機会を提供すること。または、活動できるような場についての情報を提供すること。例えば、海外留学経験者のネットワークへの参加、海外からの留学生の日本での学業・生活の支援活動など。
- ・ 語学力の維持を奨励すること、また維持する機会を提供すること。
- ・ 帰国後の問題について相談できるような支援体制を各部署が連携して作ること。出発前から帰国後まで、個々の学生の状況に応じたカウンセリング・サービスの提供やアドバイザーを配置すること。

留学を通じて培った帰国学生の経験は大学にとっても大きな財産になるはずである。実際に留学から帰ってきた学生を受入れるには、それなりの準備が必要であり、留学経験を活かす環境を作るには更なる研究と努力を要する。