

# 日本人留学生の逆カルチャーショックに関する事例的検討

## —認知行動的变化と周囲との葛藤を中心に—

### A Case Study on Reverse Culture Shock of Japanese Students Returning from Studying Abroad: With Focus on Cognitive Behavioral Changes and Psychological Conflicts with their Surroundings

○高濱 愛 (一橋大学) Ai Takahama(Hitotsubashi University)

田中共子 (岡山大学) Tomoko Tanaka(Okayama University)

**はじめに** 日本の大学から海外の様々な国に留学生を送り出す営みが盛んになり、多文化に触れる若者が増加する中で、我々は留学生の帰国後のサポートを拡充させる目的から、一連の研究を展開してきた(高濱・田中, 2010; 2011b)。先には逆カルチャーショックを含む帰国後の状況について、日本人留学経験者を対象とした質問紙調査(高濱・田中, 2011a; 2011c)を行った。本研究では、さらに多文化での経験を積んだ彼らの、日本での帰国後の課題を深く掘り下げるため、面接と質問紙を用いた事例的検討を試みた。

**方法** 1. **調査協力者** 日本のX大学に所属し、海外留学を経験して帰国した文系日本人学生4名(A、B、C、D)(表1)。Cはカナダでの11ヶ月間の高校留学の経験を有するが、他は過

表1 調査対象者の属性

ID	性別	年齢	学年	留学先地域	留学期間	帰国後経過期間
A	女	20	3	欧州	11か月	5か月
B	女	23	3	東南アジア	11か月	8か月
C	女	21	3	北米	6か月	6か月
D	男	24	M2	北米	12か月	9か月

去に1ヶ月以上の海外滞在経験はない。X大学の複数の講義の折に協力者の募集を伝え、受講者または受講者から紹介された学生が参加した。

2. **手続き** 2010年某月にX大学において、面接と質問紙を併用した調査を実施した。まず質問紙を用いて属性や留学の概略、現在や将来について尋ねた。続いて、その記載をみながら詳細を尋ねる約1時間の半構造化面接を、第一筆者・第二筆者の2名で実施し、逆カルチャーショックのエピソードなどを聞き取っていった。

3. **調査項目** 属性と留学の背景については、氏名、年齢、性別、学籍、外国語試験のスコア、語学への自信とその理由を尋ねた。留学先については、留学先の国名・大学名、留学期間、帰国後経過期間を尋ねた。留学経験と現在の状況、今後のキャリアは丹念に尋ねたが、そのうち本稿では

現在の状況、現在の課題と今後のキャリアについて分析した。表2に該当する質問項目を示した。

表2 現在の状況と今後のキャリアに関する質問項目一覧

I. 現在の状況について	5件法では、当てはまるほど大きな数値となる
<p>1. 留学経験について（5件法）(1) 留学生活は有意義だった(2) 今度は別のところに留学したい(3) また留学したい(4) 留学先に戻りたい(5) 帰国したときに、逆カルチャーショックを感じた(6) 留学先でカルチャーショックを受けた(7) 帰国後である今は、全くもとの（留学前の）生活にもどった(8) 社会のために、私の留学経験を役立てたい(9) 後輩の留学をサポートしたい(10) 留学で学んだことの生かし方が分からない(11) 留学経験を語り合える仲間がいる(12) 自分の留学経験に共感してくれる人がある(13) 留学を経験してきた自分が周囲から浮いた感じがする(14) 自分なりの将来のキャリアプランを持っている(15) 留学先の環境に慣れることより、留学後にもとの環境に戻るの方が大変だ</p> <p>2. 逆カルチャーショックの有無（各項目該当の有無を○×で回答）：違和感、焦り、孤独、空虚感、憂鬱、不安、いらだち、悲しみ、不眠、食欲減退、やる気がなくなる、落ち込む、疲労感、不満感、怒り、落ち着かない、居場所のなさ、疎外感、生活に輝き・潤いが無い、はりあいのなさ、退屈、刺激のなさ、理解されない感じ、尊重されない感じ、取り残された感じ、留学先に帰りたい、その他（自由記述）。</p>	
II. 現在の課題と今後のキャリアについて	5件法では、当てはまるほど大きな数値となる
<p>1. 現在の所属先における留学経験の活用状況（5件法、⑤④選択者は活用方法を、②①選択者は理由を自由記述）。2. 所属先以外における留学経験の活用状況（5件法、⑤④選択者は活用方法を、②①選択者は理由を自由記述）。3. 帰国後の問題（該当の有無を○×で回答、内容を記載し、困難度を5件法で選択、さらに問題克服のための助けや支えを自由記述）：進路、経済、自己、対人関係、健康、その他（自由記述）。4. 現在の生活における留学経験の有用性（5件法、⑤④選択者は活用方法を、②①選択者は理由を自由記述）。5. 留学希望者に対するアドバイス経験の有無（有の選択者は対象・時期・内容を、無の選択者は理由を自由記述）。6. 将来のキャリアプランの有無、（有・無。有の選択者は、内容・実現のためにしていること・プラン設定時期・実現希望度合い（5件法）を記載。無の選択者は、理由を記載。）7. 今後留学経験の活用希望の有無（5件法、⑤④選択者は活用方法を、②①選択者は理由を自由記述）。8. カルチャーショックと逆カルチャーショックの度合い（5件法）(1) 留学直後（留学後1カ月程）(2) 留学中期(3) 留学終了前1カ月程(4) 帰国後1カ月程(5) 現在 9. 留学による不利や損（自由記述）。10. 帰国後の困難（自由記述）。11. 帰国後落ち着くまでの経過期間（自由記述）。12. 帰国直後の困難の継続状況（5件法、⑤④選択者は内容を、②①選択者は困難解消理由を自由記述）。</p>	

**結果と考察**

1. 質問紙の選択肢への反応 (1) 現在の状況 「I-1(1)留学生活は有意義だった」は、Bが「4」（ややあてはまる）、A、C、Dが「5」（たいへんあてはまる）を選び、総じて自分の留学経験を肯定的に評価していた。「I-1(5)帰国したときに、逆カルチャーショ

ックを感じた」は全員が「5」とし、共通の悩みとなっていた。ただし「I-1(6)留学中のカルチャーショック」の大きさは、Bが「5」、Cが「4」、AとDが「2」を選んだ。すなわちBには両ショックは同じ大きさだが、他の3名には逆カルチャーショックの方がより大きく感じられていたことが分かる。「I-1(10)留学成果の活用法が不明である」は、Bが「2」だったが、A、Dは「4」、Cは「5」であった。「I-1(13)帰国後の疎外感」は、Bが「3」だが、他は「5」であった。現在の症状(I-2)として、違和感・退屈・不安・焦り・理解されない感じ、取り残された感じ、不安、焦り、孤独、刺激のなさ、生活に輝き・潤いがないには各3名の該当があり、比較的一般的な症状という可能性があるが、不眠はDのみが選んでいた。(2)現在の課題と今後のキャリア 「II-1現在の所属先で留学経験を生かしているか」には、Aが「4」(ややいかせている)、他は「3」(どちらともいえない)と答えた。「II-2所属先以外の場における留学経験の活用」には全員が「3」以下を選んでおり、総じて活用の感触は不確かだった。中でもこの問いに「1」(全くいかせていない)としたBは「どのように生かせるかわからない」と付記した。「II-3現在直面している問題」は、3名が進路と人間関係、2名が健康を選んだ。Dは健康に関して不眠や食欲減退といった症状を付記した。「II-6将来のキャリアプランの有無」には、AとBとCが「なし」、Dが「あり」、を選んだ。その理由として、Aは「どういうキャリアが自分に合っているのかわからないから」、Bは「まだ先のことを確定したくない」、Cは「(キャリアプランの有無は)どちらでもない。変わりやすいので明確でない」と記した。「II-7今後、留学経験を生かしていきたいですか」には、全員が「5」(ぜひ生かしていきたい)と答え、高い活用意欲が確認された。ただしAは「生かし方がわからない」と付記してもいる。帰国後に実際に困ったことの自由記述(II-10)を求めたところ、「相談する場がないというより、相談するという発想もなかった(A)」、「留学経験よりもスコアで語学能力を判断し価値を決める日本社会に戸惑いました(D)」、「国内では思ったより留学経験をいかせるチャンスがありませんでした(D)」、「留学前に仲良くしていた友人たちが社会人になりともに過ごせる時間がほとんどなく、取り残された感じを受けた(D)」との記載が見られた。帰国後に落ち着いたと感じるまでの所要時間(II-11)については、「今も苦戦中(C)」、「未だ落ち着いたと感じるに至っていません(D)」との記載がみられた。

**2. 面接における語り** Aは、帰国後「自分がいつの間にか3年生になっちゃった」ことで、「色々なところが一人だけ違う」ため、「周りとのギャップ」があり、「取り残された感はずごい」と語った。そして「友達がいないとやっぱりあせります」、「言葉は切り替えがきくんですけど、行動は無意識にやっちゃってるので切り替えがきかない」と述べた。Bは、カルチャーショックのほうが逆カルチャーショックよりも大変だったが、それは語学力と授業の大変さのせいで「傾

けるエネルギーが違う」からと説明した。Cは、帰国後に「日本でこれから暮らしていかなきゃいけないという事実」に戸惑って、「(留学によって)自分が変わっちゃったので居場所がないように感じる」と述べた。Dは、「語学力をいかにせる社会だとは思んですけど、留学経験をいかにせるかと言われると、そうは思わないですね。今(就活で)企業にいろいろ登録してるんですけど、企業が聞いてくるのは(語学の)スコアなんですよ。(中略)でも、むしろ聞いてほしいのは1年間〇〇国に行ってきたという経験なんですけど、なかなかそれを評価してくれる企業はない」「留学経験はいかにせることができている点に、つかえるものが(あります)。自分がいかにせるものの100%もいかにせてないという不満足感がありますね」と就活への不満を語った。帰国して苦労したことを尋ねると、「食欲減退と不眠ですかね。帰ってきてから一応体調に気がつかってスポーツを始めたんですけど、やっぱりなかなか治らなくて」と述べた。AとCは、X大学内での国際交流ラウンジ的な場に顔を出しており、「英語力が維持できるし、モチベーションがあがるし、留学経験者・留学生在がいるので話が合う(C)」と、肯定的に評価していた。

留学を機として彼らの中には様々な認知行動的变化が生じており、帰国後に周囲の人や社会との間に葛藤を経験していたことが分かった。将来のキャリアのプランやイメージは必ずしも固まっておらず、留学の活用方法を不明とした例もある。キャリア形成を巡る帰国後の教育的関わりへのニーズが、潜在しているものと推察される。彼らが留学を通じて身に着けた多文化的背景を将来にわたって活用していくためには、帰国後の混乱とキャリア形成へのサポートが課題である。

#### 引用文献

高濱愛・田中共子(2010)「帰国後日本人留学生のケアを目的とした自助グループ活動」『多文化関係学会 2010年度第9回年次大会抄録集』, pp. 66-69

高濱愛・田中共子(2011a)「短期交換留学生のリエントリー・ステージにおける課題の分析—逆カルチャーショックと留学活用を中心に—」『人文・自然研究』5号, pp. 140-157

高濱愛・田中共子(2011b)「海外留学から帰国した日本人学生を対象とした留学後教育：ケアとキャリア形成のための自助グループの試み」『2011年度異文化間教育学会第32回大会発表抄録』 pp. 150-151

Takahama, A. & Tanaka, T. (2011c)“Analysis of Challenges Faced by Japanese Short-term Exchange Students after Studying Abroad: A Focus on the Reverse Culture Shock” *The First Global Congress for Qualitative Health Research 2011*, p89.

**謝辞** 本研究は、平成21年～22年度科学研究費補助金(挑戦的萌芽研究 21653090 代表 高濱 愛)の助成を受けた。