

日本人留学生の帰国後のケアを目的とした 自助グループ活動セッションの記録（3）

：キャリア形成の支援を中心に

岡山大学文学部・田中共子、一橋大学大学院法学研究科・高濱 愛

【序】

渡部（2003）が米国の大学を卒業した日本人を対象に行った調査によれば、留学経験の「風化」が進行すると、キャリア形成と留学経験との関わりが明確にされないまま放置される懸念があるという。そうした事態を回避しようとするなら、帰国後のより早い段階において、留学経験をいかに自らのキャリア形成に位置づけるかという指針を得ておくことが、効果的であろう。赤崎（2010）は、留学を経験した学生に対するキャリア教育を、送り出す側の大学が制度として設置・運営していくことを提案している。

日本人学生を海外に送り出すいわゆる留学生の送り出しは、異文化間教育の一環として捉える必要がある。大学にとっては教育交流の制度として捉えられ、運用されているとしても、学生個人にとっては心理的に重要な体験であり、異文化に直接関わることの教育的意義は大きい。異文化接触の心理と向き合い成長していくことを、異文化対応能力を養う教育的課題の一つと考えて、その枠組みと方法論を整備していくべきであろう。

留学体験に伴う心理的な困難には、カルチャーショックと逆カルチャーショックが知られている。その対応と克服は、個人の視野を広げ成長を促すものとして機能することが期待される。我々は、留学経験者の心の整理と混乱への対策を支援するために、帰国後の日本の大学における自助グループ的セッションを試みた（高濱・田中、2012a）。関連する詳細情報として、参加者の心理状況に関するアセスメントを高濱・田中（2011）に紹介し、セッションで語られた逆カルチャーショックの様子をまとめ（高濱・田中、2012b）、逆カルチャーショックの対策について整理した（高濱・田中、印刷中）。

本稿では、これらに続く報告として、キャリア形成を中心とした対話部分に焦点をあて、その記録を紹介しながらセッションに伴う教育的機能を考察していきたい。

【方法】

日本人学生の留学経験者を対象として、帰国後に自助グループ的セッションを実施した。セッションの詳細は高濱・田中（2012a）にある。本稿では以下に概略を述べていく。

参加者 日本のX大学に在籍する留学経験者7名（表1）。

表1 セッション参加者の属性

記号	性別	年齢	留学先地域	留学種別	留学期間	帰国後経過期間
A	女	21	北米	語学研修	4か月	1か月
B	女	21	北米	語学研修	4か月	3か月
C	女	21	北米	語学研修	4か月	1か月
D	女	22	欧州	交換留学	9か月	6か月
E	女	22	欧州	交換留学	9か月	5か月
F	男	22	欧州	交換留学	9か月	4か月
G	男	23	欧州	交換留学	11か月	4か月

注1) Gは、欧州留学の約1年前に北米で5か月間語学研修の経験有り。

注2) 表1は、高濱・田中(2012a, p2)からの引用。本稿と合わせて読む者の便宜のため、高濱・田中(2011; 2012a)と同じインフォーマント記号を使用した。

設定 2009年某月、X大学にて約4時間、「留学経験者のつどい」と称したセッションを実施した。本稿筆者2名が講師、日本人女子学生1名がアシスタントをつとめ、この全員が留学経験者である。アシスタントは、参加者と同じ北米の大学への留学経験を有する。ビデオカメラ2台を用いて、セッションの様子を記録した。

学習内容 Paigeら(2002)、八代ら(1998)および「Study Abroad Re-entry Handbook」を参考に、オリジナルのテキストとワークシートを作成した。自助グループ的な構成として高松(2004)を参考にした運営を行い、書き込みや発表を含めて対話を進め、適宜まとめや説明を加えていった。逆カルチャーショックについて振り返った後、キャリアイメージ(表2)について考えて図1のシートに記入してもらい、続いて、経験を活かすこと(表3)を念頭においた留学体験の展開(表4)について尋ね、さらにキャリア設計(表5)について自分の記載したことをもとにして語り合った。最後にこのセッション全体について感想を尋ね、セッションの認知からこのつどいの心理的機能を知る手がかりとした。

本稿では、キャリアに関する語り合いの記録を中心に、セッションの振り返りまでをみていく。

表2 「留学経験をいかした将来のキャリア形成」に関するテキストの説明

進路選びのヒント：○年後のキャリアプラン

- ・あなたが将来なりたいものやしたいことのイメージは？(例)アメリカに関する仕事がしたい
- ・どんな進路を選ぶにしても、○年後になりたい自分を考えよう(10年後、20年後をめぐりに)

図1 キャリアプラン記入シート

注1) 小野田（2005, p117）の記入シート「キャリアパス」を参考に作成

表3 「留学先で学んだことの発展法」に関するテキストの説明

- ・身につけた語学を学んだり使ったりし続けよう。理解した文化に触れ続け、生かしていく道を探そう。
- ・友人らを誘って、国際交流の場に参加しよう。自分の周りに国際交流の輪を広げよう。
- ・留学経験を整理して表現してみよう。留学体験記を書こう。後輩に体験を伝える会に出たりして、話してみよう。
- ・留学先の人とは連絡を取り続けて、ネットワークをキープし、長い目で見てあなたの財産にしよう。
- ・自分の国際的ネットワークを、もっともっと広げていこう。新たなネットワークを開拓してみよう。

表4 「留学先で学んだことの発展法」に関するワークシートの問いかけ

- ・留学先で学んだことを発展させていく方法について、日頃どのようなことを行っていますか？
- ・どんなことをしてみようと思いますか？どんなことに関心がありますか？
- ・グループのメンバーと、留学での学びを発展させていく方法について、アイデアを語り合おう。

表5 「将来設計」に関するワークシートの問いかけ

- ・留学経験をいかして豊かな人生を歩むために、自分でできることを考えて書いてみよう！
留学経験は、就職等のキャリア形成だけでなく、人間性を豊かにしたり、人的ネットワークを広げたりするといった楽しみのためにも活用できそうですね。
- ・グループのメンバーと留学経験をいかした将来設計について、自分のプランを語り合おう。

【結果】

参加者の語りを、セッション当日の語りの順番に記す。T1は本稿の第一筆者、AからGは各参加者を示す。プライバシー保護のため記載には適宜改変と省略を行っている。例えば「〇〇（国

名)」とある部分は、各参加者の留学先の国名を示している。重要と思われる部分には、下線を付した。

まず将来のキャリアイメージに関する語りをみていく(表6)。彼らが将来希望する職業として旅行業、日本語学校経営、国際公務員、教員、青年海外協力隊が挙がっている。活動としては、ホームステイ受け入れ、国際結婚、観光、旅行がある。学びとしては、語学力、専門の勉強、検定や教員採用のための試験勉強がある。日本と他国の関係を促したり、国際的な結びつきを担う人を育てたりすることに興味を持っている。

広い範囲で行き来する楽しみを実感し、相互理解の手応えを確認した彼らにとって、その経験の定着や再生産に関わる営みが、魅力的にみえていることがわかる。

表6 キャリアイメージ：10年後と20年後のキャリアプランに関する語り

B：海外に行ってみてすごく楽しかったので、また行きたいって気持ちすごく強いので、何歳になるかわかんないんですけど、30歳にはいろいろな国にって観光とかをしてみて、旅行関係の仕事とか、逆に向こうから日本に来る人のガイドみたいのもしてみたいですね。

F：僕は40歳ぐらいになったら、外国や〇〇(国名)と日本を行き来できるような人になりたいなと思っています。(中略) 仕事で成功したらいいんですけど。

E：私は8月に〇〇(国名)人を受け入れたときにも家族がホントに快く受け入れてくれて、実際ずっと一緒にいたんですけど本当に楽しかったし、とつても喜んでもらえて日本好きになって帰ってもらったので、40歳ぐらいになったときに、子供も大きくなったであろうときに、ホームステイを受け入れることができたかなと思います。

G：僕、近い将来としては、大学院に行くことを決めているので、今まで思ったのは日本の大学であまり専門性が身についていないなって思って、専門性を身につけるためにいきいたいなって思っています。大学院はとりあえず△△(国名)を考えていて、〇〇(留学先国名)に行ったときは、〇〇(留学先国名)の大学院を考えていたんですけど、授業料の面とか。やっぱり××語を話すので〇〇語もできる国っていったら△△(国名)しかないんですね。で行くかなって思っています。そこで僕は日本語を教えながら、大学院にいって、もしいけたら〇〇語の大学院にもいって、〇〇語もしっかり勉強したいなって思っています。30歳っていったらとりあえず日本語学校とか起業をしたいなって考えて、やっぱり結婚したいですね。(中略) 彼女が△△人なので、そちらと結婚して、将来的には日本と△△(国名)の関係促進というか、どういう会社かわからないんですけど。20年後は、〇〇(国名)に行ってるときに思ったのが、国際機関で働きたいなって思ってたんですよ。ただそれはキャリアとか考えると、結婚とか考えて、そういうことはできない年齢になっちゃうんですね。それも僕の中ではつらいので、子供が成人してから、そういう飛び回るのも面白いかなって思っているの、国際機関で〇〇語と××語と△△語を使って。(中略) 大学院に行くにはやっぱりお金が必要なので、日本語教師として働くことができるんですよ。だからそれは安定のためにとりあえずのステップとしてやりたいっていうのと、結婚とか他人のことをまとめて考えたときにやっぱり日本に留学させたいなっていうのもあるんですよ。それもありますし、やっぱり自分が動きまわるのはある程度落ち着いてからがいいと思うので。専攻が××学なので、その××学の立場から国際的な分野に還元できれ

ばいいなと思っています。〇〇（国際機関）とかも考えているんですけど、そういうのはいろんな国を飛び回って落ち着かないっていうのは、すごいやなので、それはやりたいのは今ですけど、キャリアを積んでからやるのもいいかな～と思いますね。（中略）とりあえず大学では言語力って若いうちがいいと思うんですよ。僕もけっこう年なんで、25歳までって言われたので、ある人に。あと〇年間はとりあえず言語に集中して、あとは専門性を身につけたいと思っています。とりあえず今は言語と、大学院にと思っています。

A：私の現在の目標では若いうちに〇〇（語学の試験）受けたりとか、教員採用を受けたりとか勉強に励みたいな～と思っています。あと、大学生活を楽しむ中でも海外に卒業旅行にいけたらいいなと思っています。30歳ぐらいになったら自分は教師になって、自分が留学で学んだこととかを生徒に話してあげて、海外に興味を持つきっかけを作れたらなと思います。（中略）海外から来て、日本語も話せない子に、日本語支援とかそういうこともできればいいなと思っています。（中略）〇語科っていうことで〇語を目指していきたいので、そこで自分が役に立てたらいいなっていうのはありますね。

C：今はとりあえず今しかできないってことで××（専門分野）を頑張ろうって思います。その後に教員になりたいと思っているんですけど、そこまで教師に縛られたくないと思っているので、〇〇（留学先国名）行っているときに〇〇（国際協力活動）を知って、その中で「××教諭」っていう枠があったので、専門が××なので。30歳までしかいけないんですけど、数年日本で教員の経験を積んでから、××教諭としてちょっとチャレンジしたいと思います。

注1）Bの次に発言したDは、とくになしと回答したため、記載を省略した。

注2）「Cさん、お願いします」「では、Fさん」などT1が参加者を順番に指名していく言葉は省略した。

注3）留学経験に関わる営みには一重下線を付したが、職業名は特に二重下線で示した。

次に留学体験の展開、すなわち留学で得た学びや経験をどう日常につなげているか、あるいはどう活かそうと思っているかを尋ねた。表7にあるのは、「簡単に一言でいいのでお願いします」と講師に促されて、順に簡潔に語った言葉である。

海外渡航の予定や希望をあたため、語学力を磨く動機付けを持ち、ボランティア活動に興味がある。勉学や仕事の準備のみならず、社会的活動や趣味活動を含めた生活全体で、異文化圏との近しさを形にしていることがわかる。

表7 留学体験の展開：留学中の学びの発展法に関する語り

C：来週〇〇（語学の試験）を受けます。あと、ボランティアに参加したいです。

A：私は△△（語学の試験）を頑張りたいなと思っています。できれば留学に関するボランティアも参加したいなと思っています。

G：とりあえず、2月に外国に行きます。

E：もっと、〇〇語を学んで〇〇（国名）に行きます。

F：僕は語学の勉強を継続してやりたいです。

D：私も語学の勉強をしたいです。

B：来週△△（海外地名）に行くのでまた〇語を使うと思うので、これからもちよいちよい勉強したいです。

注1) T1が参加者を順番に指名していく言葉は省略した。

続いて表8には、将来のキャリア設計に関する彼らの語りを示した。これは講師が「将来設計のところを2つずつぐらい、紹介できる範囲で、アイデアを教えてください」と声をかけて、順に語られたものである。

知識獲得、語学使用、友人獲得、往来、伝達の意欲の高まりが認められる。留学を先のステップにしたいという漠然とした希望や、会社員あるいは教員になってからの仕事に活かしたいという具体的な抱負も語られている。具体的なイメージを持つ場合もあるが、まだ固まった形を取っていない漠然とした意志であったり、将来に続く姿勢や方向性が述べられたりする場合もある。将来を形作るさなかの学生にとっては、これが今後手に入れる環境や現実的な選択肢とのすりあわせの中で進展していく主題であることが伺える。

表8 キャリア設計：将来に関する語り

<p>B：せっかく海外でできた友達がたくさんいるので、<u>遊びに行きたいな</u>と思います。</p> <p>D：せっかく習った〇〇(国名)語をいかして(いきたいです)(後略)。</p> <p>F：僕は〇〇(国名)が一番好感を持てる国になったので、もっと<u>現地の人と知り合って、もっと現地の文化の知識を増やしたい</u>ということと、あとは、まずは<u>企業に入ろう</u>と思うんですけど、少しは異なる視点から物事を見ることができると思うので、そういうことで<u>創造性をだして</u>いけたらいいなと思いますね。</p> <p>E：今回の留学は自分への挑戦というテーマで、私としては飛び込んだつもりだったので、それで10か月いって、それを自信にして、恐れずに<u>会社に入ってもどんどん自ら進んでやっていく</u>ということに、いかしていきたいなと思います。</p> <p>G：やっぱり一つは、自分の経験したことを人とか留学した人とか<u>伝えていけたら</u>なと思います。あともう一つは、今まで留学してみんな夢とか目標としてやっているんですけど、それをステップとして次の目標へ、長いビジョンで見たいと思うので。それを<u>ステップとして考えなきゃいけない</u>、っていうのは思っていますね。</p> <p>A：私はこの留学経験を将来自分が<u>教師になってから伝えたり</u>、あとALTとも積極的に<u>話ができる教師</u>になりたいなと思っています。</p> <p>C：もっといろんな国のことを知って、知れば知るほどいろんな文化や考え方があると思うので、<u>価値観を広げて</u>いろいろ対応できるかなと思います。</p>

注1) T1が参加者を順番に指名していく言葉は省略した。

最後に、セッション全体の感想を尋ねたところでは、表9のような語りが得られた。Cさんは逆カルチャーショックを適切に理解できたこと、同じような体験の持ち主の存在に安心感を得たことを述べ、マイナス思考から転換するきっかけを得たという。Aさんは他者の話を良き代理経験と捉え、留学を活かす発想と可能性に気づきを得て、充実したつどいであったという。Gさんは、留学の自分なりの意味づけを再認識している。Eさんは、漠然としていたことや引っかけが解

消され、自信が持てたこと、キャリアの見通しが明確になったことを挙げて、つどいに感謝している。Fさんは、多様な体験に触れて視野が広がったと考え、自分も日本の国際化を進める一翼を担いたいとの思いを強くした。Dさんは、他の参加者の目標意識が、よい刺激になったとみている。Bさんは、留学を改めて振り返る機会が持て、自分を見つめ直すことができ、将来像が描けてきたと述べており、職業的な情報も役立てていきたいと語っている。

表9 セッションに関する認知：つどいの感想の語り

C：逆カルチャーショックという言葉は知っていたんですけど、そのイメージが自分の中であまりつかめてなくて、自分が取り残されている感じとか含まれるってことも、今日を通して初めて知ったので、自分の中ではきっと私だけなのかな～とか、でもみんなはちゃんと前に向かって進んでいるから自分だめだな～とか、感じたんですけど、そういうことを経験している人が他にいてってだけで、ラクになった部分もあるし、自分の留学を振り返って、留学があったからマイナスな部分も考えてたんですけど、反省したいなって思ったので、ボランティアのことよろしくお願いします。

A：私もこの会に参加させてもらって、とても充実した時間が過ごせたので、いろんな国の経験とかも聞かせてもらって、すごいいい経験になったなと思いました。今後またこういう会が開いてもらえるんだったら、すごいこの会を通して留学がプラスに考えられて、留学が終わって帰ってきて、じゃなくてそれを通してこれからいろんな方法に生かせるんだなと思ったので、すごい留学をどんどんつなげて新しい世界を広げていけるんだなって気付かせていただいたので、また今後の新しい人生をみなさんで報告できたらいいなと思いました。

G：僕の場合留学した一つの理由として、日本にいる外国人の気持ちを自分で知りたいって思ったんですよ。○年生のときから子供たちに日本語を教えたりとかして。僕たち大学生でさえ外国いったらショックもありますし、帰ってきてからもショックがあるじゃないですか？子供だったらなおさら、適応力はありますけどショックが大きいと思いますし、○○大学（所属大学）に留学している学生たちも、今僕達が留学を終えて帰ってきてからこそ、留学の経験から気持ちがわかると思うんですよ。なので留学したことは強いことだといえるので、助けるために自分が海外で苦しんできた、っていうのもいいと思うんですよ。そういうふうに捉えたいなって思いました。（後略）

E：私もこの会にお招きいただいて、やっていただいてよかったと思います。○○（国名）にいった動機とかは自分の中では漠然としていて、いいものだとは思ってなかったんですけど、お褒めいただいて自分にも自信を持ててよかったと思います。数十年後のキャリアビジョンを頭では漠然と描いてみたんですが、ひっかかっていたものがとれたというか、描くことができました。ありがとうございました。

F：今日は様々な学部から留学経験者が集まって、すごいいろんなところにいる人と話のできたので、自分でも考える視野が広がったと思います。さっきGさんから言われたように、僕も今日本に留学している人の気持ちが少し気になっていて、自分がいって顔が違うってだけでじろじろ見られたり、何も変わらずに国際化って言われながらもかわってないんだなっていうのがあるので。こういった留学経験で、日本をもうちょっと開けたほうにもっていったらいいなと思います。まえ△△（海外地名）に行ったときはアジア人だろうがアフリカ系であろうが、関係なしに人が行き来していたのが対照的で、そこが変えられるんだしたら

自分の力でやりたいなっていうのはあります。

D：こういうところで留学した方たちとお話ができ、みんな目標をもって頑張っているんだなってことが知れたのでよかったなと思いました。

B：私は留学していた期間よりも帰ってきた期間のほうが長くなってしまっていて、忘れていた部分とかはいろいろあったんですけど、改めて振り返ってみて自分を見つめなおすことができたし、将来のビジョンなんかも見えてきたし、今までせまくいきてきたし、職種もいろいろ紹介してもらえたので、生かしていければいいと思いました。

注1) T1が参加者を順番に指名していく言葉は省略した。

注2) 特徴的と思われる部分に下線を付したが、特にセッションの機能を示唆する部分は二重線とした。

【考察】

つどいの意義と効果については、以下のように考えることができよう。まず同様の体験を得た者同士の体験のシェアが、心理的な安定感や肯定感をもたらしていることを指摘できる。これは自助グループの心理的機能として知られていることを裏書きするものであるが、不安や自信喪失や迷いなど、否定的な感情を経験した者には安堵感をもたらす機会となっている。我々の先の報告（高濱・田中、2012b）でも、逆カルチャーショックのさなかには、しばしば心理的な混乱が経験されている。こうした時期にある者にとっては、今回のようなセッションは、困難を緩和する場となる。機能の一つとして、こうした心理的苦痛の緩和機能を指摘できる。

異文化接触や環境移行に伴う心理的な反応を、必ずしも十分理解することなく渡航や帰国に至る者は少なくない。逆カルチャーショックという概念を明確に持っていなかったり、その理解が不明瞭だったりすれば、自分の混乱を否定的に意味づける可能性も高まる。その状態から抜け出すにはしばらくの時間が必要であるが、その間に健康を損なう例もある。自らの状態を客観的に捉えることは、精神的健康を保ち、心身の健やかさを保つための健康教育としての意味がある。セッションには逆カルチャーショックに関する理解を促す機能が読み取れたが、それは渡航者の健康維持のために有益といえる。

混乱に対処して健康を取り戻し、日常に「戻る」ことが望ましい帰国後の生活かということ、そうとばかりはいえない。彼らは成長期にあるため、体験を糧にすることで留学の教育的価値が長期的に発揮される。さらなる研鑽や学びへの動機付けを得たことは、意欲的な学生生活を促すものとなるだろう。自らの可能性に改めて気づき、将来を自分で設計する意識を高める効果もみられており、将来への前向きな姿勢を整えていく効果がある。

キャリア形成の点では、手がかりや情報やモデルに触れたり、計画を立てる機会を持つことでその意識を高めたりすることに、少なからぬ意味がある。留学はそれ自体が本人の大事なキャリアの一部をなしており、そのことへの気づきと理解を促すこともねらいの一つである。留学をキャリア教育で取り上げて活用を促すためには、留学後の生き方に関する情報を多様に提供したうえで、留学の意義と困難をよく知る者が、教育心理的な配慮を重ねて助言していくことが有用と思われる。赤崎（2010）の提案する、留学生を送り出す側の大学に求められる制度作りにおいて

は、こうした教育的支援制度の構築が一つの具体的な答えになろう。

キャリア意識の刺激は、具体的なレベルから漠然としたレベルまでが含まれており、また少しずつ展開していくものでもある。長い目で関わりが必要であろう。留学経験者のつどいの拡大版として、経験者のネットワークの形成と活用といった応用的展開が望まれる。

ただしキャリアに直結させずとも、楽しみを増やしたり、自分の可能性を広げるきっかけになったりすることでも、糧になったといえる。仕事に限らず、彼らは生活全体で留学活用を捉えている。この点では留学は、ボランティアや趣味の旅行や結婚など、人生全体を地球規模で展開する視野を獲得する体験ともいえる。学習した語学力のみならず、発想や関心の範囲が、すなわち彼らの個性になっていこう。留学で高まる力だけで生きていくことはない、人生の中で留学にとらわれる必要はない。道具的な能力を磨く以外に、専門を深めたいという抱負を語った者もある。留学をステップにする具体的な方法は、まだ分からないと述べた者もある。どのような形で自己形成を行っていくのかは、長い目で検証していくべき課題かもしれない。

本セッションの約8か月経過時点で行われた追跡調査（高濱・田中、2012a）をみれば、参加者全員がキャリアプランを持っているだけでなく、留学経験を活かしていきたいと回答している。さらに、セッションで語った行動計画を具体的な動きに変換しようと努めており、本セッションで得た気づきや意思表示された計画が、次第に実現されていくようすが確認された。帰国後の逆カルチャーショックの諸相とその対応（高濱・田中、2012b；印刷中）、さらにキャリア支援までを包括的に扱った本セッションのような取り組みは、こうして彼らのキャリア展開の中に位置づけられていくものと考えられる。

今回のつどいは、カルチャーショックへの心理的支援と、キャリア開発という教育的関わりを重ね合わせた、心理教育的セッションとして構成された。初期的な試みであるが、今後はセッションの形態や時間配分、実施回数や進行など、さらに多様なバリエーションを試しながら、効果の高い実施方法を見極めていく必要がある。帰国後の時期に注目した異文化間教育として、さらなる実践的知見の蓄積が待たれる。

引用文献

- 赤崎美砂（2010）「多様な留学成果：成人の留学とキャリア形成」『国際経営・文化研究』14（2）、pp.23-36.
- Cadenhead-Hames, R. "Study Abroad Re-entry Handbook"
 <<http://wings.buffalo.edu/studyabroad/Handbook.pdf>>（2009年11月1日閲覧）
- 小野田博之（2005）『自分のキャリアを自分で考えるためのワークブック』日本能率協会マネジメントセンター
- Paige, R. M., Cohen, A. D., Kappler, B., Chi, J. C., & Lassegard, J. P. (2002). *Maximizing Study Abroad*. Minneapolis: University of Minnesota.
- 高濱愛・田中共子（2011）「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（2012a）「日本人留学生の帰国後のケアを目的とした自助グループ活動—リエントリー課題への対応とキャリア形成の支援を焦点に—」『異文化間教育』35号、pp.93-103.
- 高濱愛・田中共子（2012b）「日本人留学生の帰国後のケアを目的とした自助グループ活動セッションの記録（1）—逆カルチャーショックの諸相を中心に—」『一橋大学国際教育センター紀要』3号、pp.83-91.
- 高濱愛・田中共子「日本人留学生の帰国後のケアを目的とした自助グループ活動セッションの記録（2）—逆カル

チャーショックへの対応を中心に」『人文・自然研究』6号（印刷中）
高松里（2004）『セルフヘルプ・グループとサポート・グループ実施ガイド』金剛出版
八代京子・町恵理子・小池浩子・磯貝友子（1998）『異文化トレーニング』三修社
渡部晃正（2003）「留学経験とキャリア形成—日本人の外国大学卒業者を例として—」『桜花学園大学人文学部研究
紀要』5, pp.95-112.

註

1. 本研究は、科学研究費補助金・萌芽研究No. 21653090（代表・高浜（高濱） 愛）の助成を受けた。
2. 上記補助金による研究組織の代表者は本稿の第二著者であり、第一著者はその分担者である。研究の企画・実施・分析を共同して行った。本稿の主な執筆作業を第一著者が担当した。