

令和元年6月21日現在

機関番号：34315

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K20893

研究課題名(和文)健康増進型留学生支援モデルの構築

研究課題名(英文)Development of Preventive Intervention Model for International Students

研究代表者

鈴木 華子(Suzuki, Hanako)

立命館大学・総合心理学部・准教授

研究者番号：00634627

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,100,000円

研究成果の概要(和文)：日本の高等教育機関に在籍する留学生数は、この15年でおよそ2倍に増加し、日本語教育機関に在籍する学生も含めると総数は約30万人となっている。本研究では、留学生が身体的・精神的に健康を保ちながら修学できるよう、包括的な予防的心理援助モデルを構築するため、諸外国の留学生支援体制を調査し、また、日本で学ぶ留学生が直面しやすい障壁やニーズを調査した。その結果、諸外国では入国直後に、生活に関する情報、ソーシャルアクティビティ、言語教育の機会を提供しており、日本の大学の支援と類似している。また、日本で学ぶ留学生は、困難に直面しても、それら乗り越える資源を持ち合わせている場合が多いことが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

日本の高等教育機関に在籍する留学生数は増加を続けている。多文化や多様性をもたらしてくれる留学生は、教育機関のみならず社会にとって貴重な資源であるが、受け入れ体制は十分に整っているとは言えず、異文化での生活には困難やストレスも多いといわれる。今までの論文の多くは、留学生が経験する苦労やストレス、精神症状、支援資源の低利用率に焦点を当てるものが多かった。そのような中で、本研究結果は、留学生が持ち合わせている強さや資源に焦点を当てることで留学生の地位改善につなげ、また、強さや資源を促進する予防的支援や環境の充実を提唱していることは、多文化社会へと変容している日本において社会的意義が大きいと考える。

研究成果の概要(英文)：The numbers of international students studying in the high educational institutions in Japan have been doubled in the past 15 years, and the total number of international students are reaching 300,000 including Japanese language schools. The aim of this study was to examine the support systems for international students in other countries and to investigate the difficulties and challenges often faced by international students in Japan. It was found that many universities in other countries provide similar services to those offered in Japan, such as orientation meetings, social activities, and language acquisition programs. Also, it was suggested that although many international students studying in Japan face some difficulties and problems, they own strengths and resources to overcome those difficulties.

研究分野：カウンセリング心理学

キーワード：留学生 予防的支援 高等教育機関 多文化間カウンセリング カウンセリング心理学

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

本研究開始当初(2015年)の我が国の高等教育機関に在籍する留学生総数は15万人程度であった(JASSO, 2019)。2008年に打ち出された「留学生30万人計画」では、2020年を目処に30万人の外国人留学生の受入れを目指す計画が出され(文部科学省, 2008)。また、2014年に創設された「スーパーグローバル大学創成事業」では、大学の徹底した国際化を進めることが求められたため、大学において留学生や多文化背景を持つ学生のさらなる増加が予測された。大学のグローバル化・国際化が進み、多文化・多言語背景を持つ学生への支援が課題となる中、日本におけるエビデンスに基づく留学生支援体制の構築は必須課題であったが、日本における留学生支援研究は依然少ない状況であった。

留学生は、現地学生が直面する青年期特有の発達課題やストレスに加えて、より多くの障壁や心理社会的ストレスを経験する。例えば、第2言語による生活や学習には、常に不安や困難があり(Yeh & Inose, 2003)。言い間違い等で恥ずかしい思いをすることは自己効力感や自己概念にも影響を及ぼすことが報告されている(Chen, 1999)。また、母国を離れての生活では、新しい文化や仕組みへの適応が必要となり、既存のソーシャルサポートネットワークからの物理的距離による寂しさ(Misera, Crist, & Burant, 2003)、ホームシックや孤独感(Tseng & Newton, 2002)、アイデンティティの揺らぎ(Jung & Hecht, 2004)を感じる留学生も多い。さらには、留学生の多くが、周囲からの自文化への許容の低さや拒絶、留学生であることへの不平等な扱い、人種や文化による差別を感じていることが報告されている(Bonazzo & Wong, 2007; Lee & Rice, 2007; Poyrazli & Grahame, 2007)。

### 2. 研究の目的

留学生は多様な次元のストレスに直面するにもかかわらず、留学生と現地学生のカウンセリング(学生相談資源)利用率を比べると、留学生の利用率は顕著に低い(堀ら, 2012; Hyun et al., 2007; Mitchell et al., 2007)。その理由として、文化的価値観から生まれる専門的援助への抵抗感や意思疎通に対する不安等が挙げられている(大西, 2013)。心理援助モデルは、健康促進を目的とする1次予防、早期発見を目的とする2次予防、そして、症状の軽減を目的とする3次予防に分けられる(Caplan, 1964)が、3次予防的なカウンセリング利用率が低いことや、研究代表者らの報告による、1次予防を目的とした多文化心理教育プログラム参加者は2次予防と3次予防につながりやすいこと(島田・鈴木, 2014a; 島田・鈴木, 2014b)から、留学生の支援資源利用を促進するには、既存の支援方法にとらわれず、多様な文化的背景を持つ学生に届きやすい工夫が必要である。

そこで、本研究は、諸外国で提供されている予防支援を検討しながら、日本で学ぶ留学生が実際に経験しているストレスや困難を調査することで、個人と周囲に介入する健康増進型の留学生支援モデルを提唱し、留学生の精神的健康を促進することを目的とした。心理援助を提供する際は、社会の問題が個人の問題として表出している可能性を理解し、個人・集団・社会レベルに働きかけることが必要である(井上, 2007)。留学生個人の健康促進(1次予防)に加えて、周囲の環境層にも作用する心理支援モデルを提唱することは、留学生の精神的健康、大学の国際化、そして多文化背景を持つ人たちにあって暮らしやすい日本社会へと移行していく上で大変重要であると考えた。

### 3. 研究の方法

諸外国における支援体制の調査では、マレーシアとフランスの大学を訪問し、留学生センターの教職員を対象として、大学として行っている留学生支援の内容について聞き取り調査を行った。留学生を対象とした質的調査では、日本の高等教育機関で学ぶ留学生を対象として、インタビュー調査を実施した。質問の内容は、出身国・母語・日本語レベル・英語レベル・日本滞在年数・渡日理由等の個人的背景から、家族との関係や母国や日本におけるソーシャルサポート、渡日後に直面した困難(日常生活、学業面、経済面等)それらの困難を乗り越えた方法、自身のアイデンティティの変化、文化変容、偏見や差別の経験についてであった。

### 4. 研究成果

#### (1) 諸外国における支援体制

本研究では、マレーシアおよびフランスの高等教育機関に聞き取りを行った。マレーシアは、英語で教育を提供している大学も多く、また、イスラム圏でもあることから、中東や東南アジアの国々から多くの留学生を受け入れている。フランスは、歴史的に積極的な移民政策を取ってきた経緯もあり、EU圏のみならず、世界中から多くの留学生を受け入れている。

マレーシアの一つの大学においては、留学生の適応を促すため、各種アクティビティ(エアポート・ピックアップ、地域家庭へのホームステイ、隔週のバス旅行、文化イベント、学生による言語プログラム)を企画したり、Facebookを使って情報周知を行っていたりした。また、生活の負担を減らすため、希望する留学生には宿舎が用意され、精神的な問題が発生した際は、学生部にあるカウンセリングオフィスに対応を依頼するとのことであった。

フランスの二つの大学においては、渡仏直後に適応を促すための期間(Welcome Week)が設けられているとのことであった。そこで、学生組織と協力し、現地学生のバディを配置したり、フランスの生活について情報提供を行ったり、フランス語基礎クラスを提供したりしていた。

授業開始後は、学業面で困難に直面しないよう、学部学習カウンセラーを配置し、また、フランス語教育にも力を入れているとのことであった。

## (2) 留学生を対象とした質的調査

日本で学ぶ外国人大学院生 10 人を対象にインタビュー調査を実施した。出身国は、中国・インドネシア・ブラジルなど、7カ国であった。信仰はイスラム教・仏教・キリスト教・ヒンズー教など多様であり、平均滞在期間は2年5ヶ月(8ヶ月～8年7ヶ月)であった。

インタビューデータを書き起こした後、渡日後に多く直面する困難やストレス、そして、それら乗り越える方法についてテーマを見出した。その結果、困難については6つのテーマが、そして、困難を乗り越える方法については4つのテーマが見出された。以下、テーマを【】で、インタビュー回答またはその翻訳を「」で示す。

### 渡日後に直面する困難

【言語】日本語未学習者は、「そもそも、何から始めたらいいのか」わからず、しばしば「コミュニケーションが取れない」ことも報告され、「ひらがな・カタカナすら習ったことなく、落第を続けて、自分がばかだと感じた」との言及もあった。また、日本語学習者であっても、「敬語、尊敬語と謙譲語の使い分けは私にとってちょっと難しい」「みんなの話すときは本当に早いと思って。しかも関西弁」と、尊敬語と謙譲語の使い分け、話す速度、方言は難しいためにコミュニケーションが困難になるという意見があった。

【住環境】「大学から歩いて30分」や「お風呂がないから、バケツにお湯入れる」等、母国とは異なる住環境に苦労している学生も見られた。

【ホームシック】新しい環境に慣れるまでの寂しさについての言及が多く見られた。「(家族と電話が)ようやく繋がって、思わずつい泣いてしまった」「家族と仲良いところから来たから...1人になったら寂しくなった」など、特に家族と物理的に離れる寂しさが見られた。

【食べ物】「食べ物に飽きてきた」等、母国の食べ物と比べる学生が散見された。また、宗教によっては、「ハラール食を見つけるのが大変...最初は、うどんと卵だけ食べてた」と、食べられるものが大きく限定されてしまい、栄養に偏りが出ている学生もいた。

【日本人の内向性】日本人は「あまり交流したがない」「迷惑をかけない... プライバシーを守りすぎる」と取っているようで、そのため、助けを求めたい時であっても、相手にとって迷惑にならないか心配してしまう、うまくお願いできないといった意見が多く見られた。

【差別的対応】差別的な対応はされなかったことがないという意見も見られる中、アフリカ系の学生が「電車に乗って座ったら、隣の人が席を立った」や、渡日直後の日本語が理解できない時期に「その従業員は本当に怒っている様子で、そのトレイを(レジの)テーブルにぼんってなんも言わずに置いた」等の差別的な態度を経験した学生もみられた。

### 困難を乗り越えた方法

【気付き】新しい環境において困難に直面している時期に、「ストレスって本人の味方だから」とストレスを前向きに捉え直したり、「環境のことは変えられないから、自分の考え方変わろうと思いました」「このままじゃ何も食べられないから... 風邪ひいたときに、豚以外のものは食べようって思った」等、自分の行動様式や価値観を変容させたりと、新しい気づきを得ながら前向きに生活している様子がうかがえた。

【運動】ストレスを感じた時や寂しくなった時は、「歩いた」「家(を)でて、退屈からも、寂しさからもでた」「とにかく忙しく」など、体を動かすことで否定的な感情から解放される様子がみられた。

【家族や友達とのコミュニケーション】「(家族と)連絡を取ることで... 自分もホッとしてなんか親もホッとして、ちょっと落ち着いた」「妻としょっちゅう連絡してた」「やっぱり台湾に戻りたいなど気持ちはずっと母に泣きながらしゃべりました」等、家族や既存の友人と連絡を取り、気持ちを打ち明けることでホームシックや大変な時期を乗り越えたとの言及が多くみられた。

【現状への満足と将来の夢】「日本がくれる安全と安心(が好き)」「(日本は)自由をくれる」や「日本とインドネシアのビジネスを助けてたい」等、現状への満足や将来の夢を思っ、大変な状況を乗り越えている姿がみられた。

## (3) 個人と環境の観点からの予防的心理支援の提唱

留学生を対象とした予防的支援には、防止と促進の観点、支援の種類、支援のタイミングを考慮に入れることが重要である。問題となりうる行動の予防に加えて、健康につながる行動の促進が必要である。防止と促進の観点とは、例えば、寂しさからネットに依存してしまうというような行動は未然に防ぎ、寂しくなった時には外に出て体を動かすことで身体的・精神的健康を促すというように、不健康な行動を防止と健康な行動の促進の両方が必要である。また、支援の種類には、情動的支援(日本語を勉強できる場所の情報提供、等)、心理的支援(ソーシャルサポートを受けられる機会の提供、等)そして、物理的支援(大学キャンパスでハラール食を提供、等)の3種類があり、また、渡日時からの時間の経過(来日直後、慣れてきた頃、ライフイベント時)によって必要となる支援が異なることを考慮に入れて、支援資源を用意することが重要である。

また、インタビュー調査の結果からも示唆されるように、留学生が困難に直面する場面とスト

レス軽減や困難の乗り越えには、本人の努力で改善される部分と、本人の努力ではどうにもならない部分がある。例えば、日常会話程度の日本語能力を身につけたり、家族や既存の友人と連絡を取り続けたり、運動やセルフケアを積極的に行ったりということは、各留学生が意識して行動できる部分である。しかし、母国の食生活やハラール食へのアクセス、住環境、日本人は内向的だという意見を踏まえた上での日本人学生と知り合う機会、そして、文化によって異なるコミュニケーション方法は、本人が意識するだけでは解決できない部分である。そういったことから、健康を保ちながら修学を続けるための介入は、留学生個人を対象としてだけでなく、社会に対して、留学生の受け入れ体制、周囲にいる人たちの価値観、そして、大学や地域の風土等と、生活にとっても身近な環境の改善を図ることが大変重要であることがうかがえる。

様々な価値観や生活様式を包括し、多様な人が暮らしやすい地域・社会は、留学生や外国人が暮らしやすい社会であり、そしてそれは、結果的には、地域で暮らす全ての人が暮らしやすい社会に繋がって行くのではないだろうか。そういった社会を作っていくためには、互いの共感と多様性の認識を促進し、マイノリティの人たちが直面する問題を「その人の問題」で終わらせず、「みんなの問題」であるという理解を浸透させていくことが必須である。社会で暮らす私たち一人一人が、社会の中で担える役割を認識し、できることを前向きに考え行動していくことが必要であるといえる。

## 5. 主な発表論文等

### 〔雑誌論文〕(計 7 件)

Yazawa, A., Takada, S., Suzuki, H., Fujisawa, T. X., & Tomoda, A. (2019). Association between parental visitation and depressive symptoms among institutionalized children in Japan: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry* 19:129. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2111-x> 査読有

Shochi, T., Guerry, M., Suzuki, H., Kanzaki, M., Rouas, J.L., Nishida, T., & Ohmoto, Y. (2018). Vocal aspect of social laughter during virtual interaction. *Working papers em Linguistica*, 19(2), 54-77. <http://dx.doi.org/10.5007/1984-8420.2018v19n2p54> 査読有

鈴木華子 (2018). 留学生の健康を促進するための予防的心理支援 *Campus Health* 55(2). 査読無

鈴木華子 (2016) 日本語授業を活用した留学生のキャリア支援 文化的統合型キャリア支援プログラムの開発と実践 筑波大学グローバルコミュニケーション教育センター日本語教育論集, 31, 147-158. 査読有

鈴木華子・舟木令 (2016) ピアサポートデスクによる留学生への予防支援 Ask Us Desk の取組み 筑波大学グローバルコミュニケーション教育センター日本語教育論集, 31, 183-195. 査読有

戒能民江・鈴木華子・原田悦子 (2016). 若手研究者の雇用環境の変化とハラスメント問題 *教育心理学年報*, 55, 322-342. 査読無

Hiratsuka, H., Suzuki, H., & Pusina, A. (2016). Explaining the effectiveness of the Contrast Culture Method for managing interpersonal interactions across cultures. *Journal of International Students*, 6(1), 73-92. 査読有

### 〔学会発表〕(計 19 件)

鈴木華子 (2019) 科学的根拠に基づく予防的留学生支援モデルの開発 -日本における多様性を取り扱う- 日本発達心理学会第 30 回大会 (東京都)

Ishii, K., Naka, M., Suzuki, H., Furumi, F., Ogiwara, Y., Machida, T., Sakata, C., Suzuki, K., Ozeylem, F., Feng, Z., Sadanand, S., Lang, A., & Nair, A. S. (2018). The psychology of globalization. Symposium chaired at the 82nd annual convention of the Japanese Psychological Association. (English presentation) (宮城).

古賀聡・古川裕之・井上美鈴・加藤佑昌・藤野陽生・伊藤正哉・鈴木華子・杉江征 (2018) 心理臨床学における若手の挑戦と学び 日本心理臨床学会第 37 回大会 (兵庫県)

矢藤優子・サトウタツヤ・岡本尚子・安田裕子・鈴木華子・川本静香・神崎真実・中田友

貴・肥後克己・孫怡・妹尾麻美 (2018) 学融的な人間科学の構築と科学的根拠に基づく対人援助の再編成 人間性(人格性)成長の一貫性を前提としたパーソナリティの探求へ向けて 日本パーソナリティ心理学会第27回大会(大阪府)

Senoo, A. & Suzuki, H. (2018). The recent situation of career education in Japanese universities. In Z.-J. Hou (Chair), Career development service in the 21st century. Symposium presented at the 29th International Congress of Applied Psychology, Montreal, Canada.

鈴木華子 (2017) 留学生の健康を促進する予防的心理支援 第55回全国保健管理研究集会(沖縄)

Suzuki, H. (2017). Career development for immigrant and refugee youth around the world. Symposium chaired at International Conference Counseling and Support "Decent Work, Equity, and Inclusion: Passwords for the Present and Future," Padova, Italy.

Suzuki, H. (2017). Teachers and counselors at school: From training to work. Symposium chaired at International Conference Counseling and Support "Decent Work, Equity, and Inclusion: Passwords for the Present and Future," Padova, Italy.

Suzuki, H. (2017). Providing preventive interventions to international students in Japan. In Y.-W. Wang and J. Kang (chair), Working with international students: Experiences of psychologists/faculties in four countries. Symposium presented at the 125th annual convention of the American Psychological Association, Washington DC.

Suzuki, H. (2016). Future directions for the young generation of psychologists. In S. Do (Chair), Tri-national symposium: Life and future of the young generation. Symposium presented at the Korean Psychological Association, Gunsan, Korea.

Suzuki, H. (2016). College counseling and services for the increasing number of international students in Japan. In H. Suzuki (Chair), International perspectives on college counseling: Increasing counselors' international competencies in the era of globalization. Symposium presented at the International Congress of Psychology 2016, Yokohama, Japan.

Suzuki, H. (2016). Japan: In the midst of transition from a perceived homogeneous country to a multicultural society. In A. Çiftçi (Chair), Multiculturalism for Harmony. Symposium presented at the International Congress of Psychology 2016, Yokohama, Japan.

Ogawa, K., Teoh, Y. S., Çiftçi, A., & Suzuki, H. (2016). Early career psychologists' leadership and initiative in Japan and around the world. Invited symposium presented at the International Congress of Psychology 2016, Yokohama, Japan.

Cohen-Scali, V., Soresi, S., Nota, L., Duarte, M. E., Rossier, J., Masdonati, J., Maggiori, C., & Suzuki, H. (2016). Training top-notch, innovative, international doctoral researchers with a joint doctoral program: Case of European Doctoral Programme on Career Guidance and Counseling. Invited symposium presented at the International Congress of Psychology 2016, Yokohama, Japan.

鈴木華子・戸口太功耶・島田直子・古川洋和・藤岡勲 (2015). 社会的(宗教的/性的/人種的)マイノリティに関する研究の現状 異なる立場の共有からさらなる研究と支援の手がかりへ 日本心理学会第79回大会(愛知).

戒能民江・鈴木華子・原田悦子 (2015). 若手研究者の雇用状況の変化とハラスメント問題 日本教育心理学会第57回大会(新潟).

Suzuki, H. (2015). Searching for “equilibrium”: Identity struggle of a Japanese international scholar. In D. Boyanton (Chair), Split in two: Identity struggle of international scholars between home and foreign identities. Symposium presented at the 123rd annual convention of the American Psychological Association, Toronto, Canada.

Suzuki, H., Choi, K.-H., & Wang, Y.-W. (2015). Professional and personal transition of international students/scholars returning home. Roundtable discussion presented at the 123rd annual convention of the American Psychological Association, Toronto, Canada.

Blustein, D., Buzukashvili, T., Cinamon, R.G., Flum, H., Hwang, B.J., Ngoubene-Atioky, A., Suzuki, H., & Wang, Y.-W. (2015). Understanding Work Issues for World Citizens in the 21st Century. Roundtable discussion presented at the 123rd annual convention of the American Psychological Association, Toronto, Canada

[図書](計 2 件)

Suzuki, H., Hasan, N. T., & Rundles, K. (2017). Prevention of academic, cultural and behavioral problems among international student populations. In M. Israelashvili & J. L. Romano (Eds.), Cambridge Handbook of International Prevention Science. 1068(408-431). Cambridge University Press. NY. 査読有

Suzuki, H., Collins, K., & Fondavilla, H. (2016). Tsukuba’s international community: Globalization in action. In D. Fujimoto, J. Harper, S. Lee, L. Rogers, & M. Tomioka (Eds.). Readings on diversity issues: From xenophobia and hate speech to identity, women, and privilege in Japan. 190(37-51). Lulu Press, Inc. 査読有

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。