

入学期における学部留学生の現状と問題 ーストレスとメンタルヘルスの観点からー

伊藤 孝恵

要 旨

新入学生は、大学という新しい環境下において数多くのストレスサーに対処していかなければならず、大学生活への適応には大なり小なり苦勞が伴うものである。ましてや母国を離れ、日本とは異なる文化的背景や母語をもつ留学生にとっては、大学で親しい友人を作って自分の居場所を見つけ、日本語で学業を修めていくことは決して容易なことではない。本稿では、入学期の学部留学生を対象に聞き取り調査を行い、彼らの入学期における生活や人間関係、勉学状況等を整理し、その問題の発見と留学生を受け入れる側の対応について示唆を試みた。

キーワード：入学期、留学生、ストレスサー、メンタルヘルス

1. 研究背景と目的

大学への入学は青年にとって非常に大きな環境の変化であり、新入生は特有の悩みや問題を抱えている可能性がある（小塩・桐山・願興寺 2006:139）。複雑な履修申告や高校までと異なる授業ごとの教室移動と友人作りの難しさ、初めて受ける大学の試験や慣れないレポート等の課題など数多くのストレスサーに対処していかなければならない。留学生ならずとも日本人学生にとっても、大学という新しい環境への適応には大なり小なり苦勞が伴うものである。この時期の学生は、新しい環境で新しい生活を始めること、新しい人間関係を築いていくこと、家族から自立していくことなど多くの課題を抱えているため、一時的に不安が高まったり、気分の高揚や落ち込みが生じやすく不安定になりやすいのではないかという指摘もされている（徳田 2004:127）。

鶴田（2010:2-4）は大学生活を、入学期（入学後1年間）、中間期（2～3年生の時期）、卒業期（卒業前の1年間）の3つの時期に分け、各時期に直面する学業、進路、対人関係の3つの領域における学生相談（問題）の特徴を整理している。それによると、入学期の相談（問題）として、学業の領域では単位や履修方法などの修学上の問題と学業への集中困難など、進路の領域では不本意入学や進路変更希望、入学後の目標喪失など、そして対人関係の領域では新しい関係を作る難しさやクラスやサークルなどの小集団に入る難しさなどがそれぞれあるという。学業に関する相談（問題）には、授業についていけない、理解が難しいなど学業そのものが問題になっている場合もあるが、その背後に生活習慣の乱れや経済問題、修学意欲の低下など別の問題が潜んでいることが多いとも言われている（吉良 2010:72）。いわば修学上の問題は、いわゆる学生の抱える諸問題の入り口であるともいえることから、学生本人の相談にじっくり耳を傾け、その背後の学業以外の問題の有無まで見極めるほかにも、授業への出欠や課題の提出状況、試験の結果などからも問題の予防や早期発見に繋げたいところである。

また、学生にとって友人関係は、大きな関心事であり悩みでもあると同時に、大学生活に適応するための重要なソーシャルサポートでもある（荻田 2010:11）。親しい友人の存在は、大学という新しい環境の中に自分の居場所を見出し、友人との関係を通して自己と他者の違いに気づき、自己のあり方や生き方を模索していく資源となりうる。その反面、荻田は、「友だちを作らなきゃという雰囲気がかつて」「友人関係を築けるかどうか不安」と感じている学生も多く、入学期には特に自分の居場所を確保するために、友だち作りに不安と焦燥感を煽ってしまう様相があるとも述べている。また、昨今指摘されているように、コミュニケーションスキルの低下に伴い、対人関係の希薄化やトラブルが生じやすくなっており、友人関係は学生にとって大学生活を左右する一種の試金石ともなっている。

横田・白土（2004:87）によると、一般的に留学生は、日本人学生と同様の青年期の課題や勉学の成就といった課題だけでなく、日本語の習得や日本文化・社会への適応、経済的自立といった留学生特有の課題を、留学の初期から帰国に至るまでの全期間にわたって、大なり小なり抱え続けるという。松田（2006）の調査では、入学期前期を通して、「いろいろな日本人と付き合ってみたい」「間違えてもいいから日本語を使ってみよう」という意欲が高まる反面、日本語を話す難しさも感じている留学生の意識が明らかにされている。晴れて日本の大学に入学し、積極的に日本人と関わりたいという期待が高まる一方、日本語力やコミュニケーションスキルがその期待に追いついていかないもどかしさを感じられる。とはいえ、日本語力が高くなれば日本人との関係が円滑かつ良好なものとなり、日本社会や大学生活への適応度が増すとは限らない。大橋（2008:58）では、日本語力が高くなってもストレスはむしろ高くなり、メンタルヘルスが阻害されるという結果が示されている。それには、単なる日本語力の問題だけではない、文化的価値観や社会的通念、コミュニケーションスキルなどの相違が背景にある。田中・藤原（1992）では、間接的で細やかで遠慮深いことや集団主義的な行動傾向という日本文化におけるコミュニケーションの特徴が、留学生にとって日本人と同様に行動する上での困難や、彼らの行動が日本社会で理解されにくい理由の一つとなっていると示唆されている。このような日本社会におけるソーシャル・スキルを理解し実践できることは、日本社会や大学生活での問題回避に繋がるだけでなく、留学生のメンタルヘルスにおいても有効であると考えられるが、大学に入学して間もない留学生にそれらを求めるのは難しい。

また修学上の様々な問題は、成績不良という結果に繋がり、ひいては除籍・退学というケースに至ることもある。成績不良は奨学金の獲得や授業料減免対象から除外されたり、留年は学費や生活費の負担が増えるほか、在留期間の更新の可否にも関わり、除籍・退学となれば速やかに帰国することが余儀なくされる。つまり成績不良は、留学生にとって日本での居住そのものを脅かす重大な問題となりうる分だけ、勉学に対する不安も非常に大きい。成績不良となる最大の理由は授業への欠席が続くことだが、その理由としてJAFSA（2012:92-93）では、（1）大学での授業の内容に対する不満、（2）授業の内容が理解できない、日本語力を含めた学力不足、（3）英語など「外国語」の授業におけるハンディ、（4）大学生活そのものへの違和感と目標の喪失、（5）アルバイト中心の生活を挙げている。

このように、入学期の留学生は、日本社会への適応に加え、大学という新たな環境の中に自

分の居場所を見つけ、学業を修めていかなければならないというストレスに晒され、それが彼らのメンタルヘルスに影響を及ぼしている可能性がある。そこで本稿では、入学後数か月経った1年次前期の学部留学生を対象に、彼らの来日及び大学入学の理由と、大学生活全般と人間関係、及び修学状態、健康状態について聞き取り調査を行い、その結果を項目別に内容分析することで、入学期前期の留学生の問題の発見と、その対応への示唆に繋げることを目的とする。

2. 研究方法

2.1 調査・分析対象者

本稿の調査対象者は、平成24年度山梨大学新入留学生のうち、調査への協力を了承してくれた学部生17名である。大学院生、及び研究生に対する調査と後期に行った調査結果は、今回は分析対象から除外し、入学後最初の学期の学部生の生活状況、及び心境のみを分析対象とすることで、問題の焦点化を図った。

学部生17名の属性は、国籍別では中国9名、マレーシア6名、韓国2名である。性別では男性13名、女性4名、学部別では工学部15名、教育人間科学部2名である。

2.2 調査方法・調査内容

留学生相談室で毎年実施している新入生を対象とした個別面談において、本研究調査への協力を依頼し、録音、及び調査結果を論文等で公表する旨の了承を得た。その際、本人が特定できないよう十分配慮し、調査結果を研究目的以外で使用しないことを伝えた。

調査は入学後2か月ほど経った頃から2か月ほどかけて行われ、来日のきっかけ、及び経緯、本学を選んだ理由のほか、入学後から現在までの様子や心境を話してもらった。また、今後の大学生活や卒業後の展望についても話してもらった。質問は半構造的で、対象者ができるだけ自由に話せるよう心掛けた。調査から得られた発話は内容によって分類し、分析対象とした。

なお、本稿で留学生の発話を引用する際には、可能な限り本人の発話通りとしたが、必要に応じて一部体裁を整えたり内容を編集したり言葉を補ったりしている。

3. 結果

3.1 日本へ留学したきっかけ、及び経緯と本学への入学理由

日本への留学理由としても多かったのは、日本の科学技術への憧れやアニメ、漫画といったサブカルチャーに対する興味・関心である。それぞれの母国において子どもの頃から日本製の電化製品や車に囲まれ、日本のアニメや漫画を見て育ち、(いつか日本へ行きたい)、(科学技術について勉強するなら日本へ)と、日本への留学を希望するようになった。なかには日本のアニメや漫画への興味が高じて日本語への関心へと繋がり、日本留学への奨学金に応募した人もいた。

- ・ 父親から日本の電化製品とか、ソニーのウォークマンとかビデオカメラとかゲーム機とか

プレゼントしてもらって、ずっと日本の科学技術はすごいなと思って。特に自分もコンピューターが好きで、アニメも車も好きで、この3つの日本は世界中にしてもとても強いだと思っで。

- ・僕の子どもの頃は、「ドラゴンボール」と「ドラえもん」が大人気で、「ドラゴンボール」を見て日本のことを知ったんだけど、高校に入って少し日本語を勉強して、そこで日本と日本語に興味を持ち始めました。
- ・12歳か13歳の時アニメにはまっでいて、で、日本語を勉強して、日本語だけに興味をもったんです。
- ・日本の科学技術のレベルは高く、ロボットの勉強がしたくて。

次に多かつた理由としては、家族や親戚が日本に住んでいるからというものであつた。この場合は、家族や親戚の話などで日本に興味をもった人もいるが、単に家族と一緒に住むため日本への留学を決めた人や、母国での受験や大学生活がうまくいかず、再起を図って縁者のいる日本に留学してきた人も少なからずいる。

- ・両親の仕事で、お父さんが20年前から日本の会社に勤めていて。お母さんも日本の食堂で。
- ・実は母国で1年間大学通いました。でも、もともと自分が選んだ専攻がよくなくて。(それに選んだ専攻は)母国で就職とかあまり人気がないので。
- ・日本に来るきっかけは、僕は一度母国で大学入ったんですけど、その時、ちょっと、まあそんなになんていうか、ちょっと、大学に入ったら遊んでばかりになつて。
- ・高校卒業して、当時は自分が一番行きたいところの大学が落ちて、それで国内じゃなくてもいいじゃないですかと思っで、この大学に来ました。(日本は)一番近いし、自分の父親の友だちの息子も日本に来ているから、日本に来た。

他には、ただ外国生活を体験したい、母国を離れ自立した生活を送ってみたいという者や、奨学金をもらって留学できる機会が得られたため来日した場合もあつた。

- ・母国にいた時には、ちょっとなんかこう(精神的に)弱かつたりする時もあつたけど、日本に来たらもう両親もいないし、一人で頑張んなきゃいけないから、強くやらなきゃつて。母国の大学じゃなくて、ちょっとこう、海を渡っておきたいと思つたわけなんです。

- ・日本に来た理由は、特にないですね。日本の漫画や映画とかも興味をもっていないし。ただ、外国の生活を体験したいだけで、日本に来ました。日本はアメリカとかより安いですから、実際に。そして、母国では、今、高校を卒業したら就職しにくいし、もし日本で留学して、ちょっと、就職の方はしやすいかなあとって。
- ・高校の、日本語を勉強する特別なコースに入って、2年間で日本語を勉強しました。チャンスがもらったから、それで日本に留学しました。(日本語を勉強したのは)英語のほかに(なにか)学びたいと思いました。ほかの言葉は興味がなかった。

日本への留学を決めた後は、政府の奨学金を得て派遣されたマレーシアの留学生を除けば皆、来日後1～3年ほど、主に東京やその近郊の日本語学校や大学の留学生別科、専門学校で日本語や留学試験に必要な科目を学んできている。大学選択の際は、自分の成績に合わせて、東京周辺にある国立大だからという理由で山梨大学を選んだ人がほとんどであった。また、日本語学校の先生に勧められたり、山梨や山梨大学の卒業生に親戚がいるからという理由を挙げる人もいたが、いずれも国立大というのが選択の要となったようである。

3.2 留学生活

全体的に山梨での生活に対する印象として、自然が多く、都会と比べ静かなため、勉強には適した環境であると比較的肯定的に捉えている人は少なくなかった。その一方で、交通手段や買い物に不便を感じたり、アルバイトが東京と比べて見つけにくいことに困っていることが分かった。

- ・3か月経ってもう慣れました。山梨県は、母国みたい。自然が多い、自分の実家は山梨県みたいです。
- ・私は、あまり都会の方が、ちょっと勉強にはよくないと思って。勉強を考えれば、いいなと思って。ちょっとつまらないですけど、勉強ですから。
- ・本当に不便です。ここの、自転車とか歩くのは、ちょっと無理です、はい。買い物とか、スーパーもあまりないんで。あと、いろんなお店とかもないんで。
- ・(山梨の生活は)不便もあるし、でも静か。東京より。多分、勉強するにはいい点です。でも、私がアルバイトをやりたいんですけど、確かに東京より機会が少ないです。探しているけど見つからないんです。

友だち、人間関係

入学後数か月が過ぎ、徐々に留学生同士や日本人学生との間で友人関係が築かれつつあった。

この時期の留学生にとって、親しく話したり遊びに出かけたりする相手は、主に同じ国際交流館に住む留学生や同じ学部・学科の同国人であるが、「日本人の友だちもできた」という留学生も少なくない。一緒にお昼ご飯を食べたり授業を受けたりと、日本人の友だちができたことを喜んでいる留学生もいるが、その実は授業の時や休み時間に挨拶や雑談を交わす程度であったり、勉強や宿題のことを尋ねたりするだけで、「友だち」とは言い難い関係であることも多かった。このような日本人学生との関係に対し、ストレスや問題として感じている留学生もいる一方、それはそれで楽しいと感じている人もおり、その受けとめ方は様々であった。

- ・日本に来て3年ですけど、(日本語学校では)日本人の友だちがあんまりなくて。初めて日本人の友だちもいっぱいできて、結構いろんな所から来ているから、岐阜とか兵庫とか。(それが嬉しい)
- ・最初あまり日本人と話さなかったんですがちょっと時間経って何となく話…。普段話だったり、宿題とかある時はちょっと相談したりとか。授業の時。
- ・クラスは友だちもいます。授業でグループで討論する時に会った友だち。普通は授業の時、会った時は少し話します。昼ご飯は生協のところで、学科の友だちと、同じ授業の時、終わったら一緒に。
- ・友だちは、日本人は、いつも話しかけやすい。授業の時、質問があったら質問して、すぐに答えてくれた。携帯でメッセージも。宿題とか、いつも宿題。私は日本に来たばかりですから、いつも疑問なことはいっぱいありますから。すぐに友だちに連絡。
- ・日本人の友だちは、話しかけられたこともあるし、こちらから話をかけないと多分友だちにならないと思う。日本人はシャイ。計算機室で一緒に勉強したりする(けど)、一緒に遊びに行ったりはしませんというか、まだ誘われていないです。
- ・日本人に、あまりしゃべれない。ドキドキするし、日本人の言葉も分からない。難しい。言いたいことは、なんだっけ、あまりできない。でも、新しい生活をしていると、雰囲気も違う。友だちも新しいできた。それは楽しい。(同国の友だちとは)毎日一緒に晩ご飯を食べたり、時々東京へ一緒に同国の友だちに会いに行きます。(同国以外の友だちとは)ただ、自分の国のこと、友だちに話す、紹介すること。
- ・クラスメイトとは時々、授業の時だけど、例えば会ったらおはようございます、こんにちはという。友だちは多分できると思います。今というよりも、これから友だちができるかなという感じですね。

- ・大学生活は楽しいかもしれないです、ここの。日本人の友だちもできたので。そこはちょっと、嬉しいなと思います。(クラスメイトは)私以外は女性5人いますので。いつも一緒に座って。教室で、授業の前とか、普通に友だち同士の話っていうか、はい。女の子の話。週末はいつもは同じ国の友だちと遊んでいます。もう一人の女子学生がいたんでね。
- ・最初は日本人の友だちと親しくなるのがちょっと難しいんで。(だから、同国の友だちの家族と一緒に食事したりしている。)母国だったら、本当スツと会って、なんか親しくなる感じですけど、こっちだとまず距離感をもって、そっちから近づく感じなんで、最初は寂しかったですね。今も、ただ挨拶だけとか、学校の勉強の話とか、軽いそんな会話くらいはやっているんで。友だち同士にやっているのはあまりないです。だから、同国の友だちがなかったら、本当に今も結構寂しかったかもしれないですね。

全体的に大学に同国からの留学生が少ない場合は、学科や学年にこだわらず、同国人同士で食事したり週末を過ごしたりする機会が多いようである。しかし、大学に同国からの留学生が多くいる場合は、同じ学科や国際交流会館に住んでいる留学生以外とは、キャンパスで挨拶を交わしたり用事があった時に連絡するくらいという人もおり、学部・学科や学年を超えた同国人との交流は少ないケースも見受けられた。

- ・今は大体同国人はみんな学校の寮に住んでいるから、普段は会う機会もないし、今。
- ・先輩の同国人とは連絡はあんまり。あったら、用事があるなら話しますが。普通には連絡しないですね。
- ・同国人との関係は、ちょっと難しいだと思います。(同学部の1年生で)同国人は少ないですから、1人に何かあったら、すぐ噂、皆知っています。なんだろうかな、毎回遊びとか、一緒に食事とか、全部私たち3人だけ一緒に遊んだ、買い物するとか。他学部の人たちは、この3人は、なんか特別かなと思って。他学部はあまり女性がいらないから、(自分以外の同学部の)2人は、交流会でもとても目立つ。なんか、どこにいても、皆に見られていますから。

勉強

調査時点では、深刻な学業不振を感じている留学生はいなかった。1年次の前期は基礎科目や共通科目が中心で、授業内容はそれほど難しくないと感じているようだった。なかには、日本人学生と対等、あるいはそれ以上の結果を出している留学生もいた。その一方で、母国の高校では習ってこなかった科目や、先生の話の速さ、教科書通りに進まない授業のやり方に戸惑いを感じている留学生もいた。

- ・先生の話したのは全然分からない。最初から今まで。先生が何か書いて、黒板に書いてあるのは分かります。でも話するのが全然分からない。先生は速すぎ。どの授業も全部。「線形代数」は難しい。授業の時分からないし、本にもあまり例題とか書いてない。私は書いてあるのだけしか分かりません。
- ・今苦手なのは、数学の中に線形代数と微分積分です。自分が高校卒業だから、高校ではやってないんで。日本に来て日本語学校でそれもやってないんで。日本人は高校の時に勉強してるから、結構先生が今やってること、よく自分が分からない。本当に自分が1からです。皆もうあるレベル以上だから。
- ・(勉強で今大変なことって) 速いってうか。例えば微分積分の方は、日本人の学生だったら高校の時いつもやってたものと同じなので、まあただ同じものをやってるっていうことで。私にはちょっと新しいことになっちゃうんですけど。(それに) 授業が速いというか。もうここを飛ばします、ここを飛ばしますとか。
- ・授業は大体分かるんですけど、やっぱり、うーん、僕の今の先生は、ちょっと話すのが早口なんで、それがちょっと難しいですね。ある授業は、スクリーン見ながら学生はそのスクリーンの内容をノートに取ったりするんですけど、先生が次のスクリーンに行くのが速くて。僕、一生懸命書いても、切っちゃったりするんで。

授業で分からないことは、日本人のクラスメイトやチューターに教えてもらう人が多かったが、自分で調べて解決している人もいた。チューターには、毎週定期的に会ってレポートをチェックしてもらったり、苦手な科目を教えてもらったり、試験対策を一緒にしたりと、自分の勉強に役立っている留学生は少なくなかった。その一方で、入学後2か月経って1、2回しか会っていない人や、チューター自身が教えてもらいたい科目が苦手だったり習っていないたりして、教えてもらえない人も複数いた。また、特に勉強を見てもらう必要性を感じず、会っても雑談する程度の人も何人かいた。

- ・(チューターは) 同じ学科の院生の先輩ですから、特に最初の時はレポートの書き方とか、「人間形成論」の、自分が日本語の作文が一番苦手なんで。あとはプログラミングの授業はどんどん入って、大体はそれに関しての、特に試験の前に中間とか期末とかその前に過去問を解決する。もし先輩がいなければ絶対合格できない。
- ・(チューターとは) 週に1回は会います。分かんないところを教えてもらったり、レポートをチェックしてもらったりと。
- ・(チューターは) 役に立つけど。時々質問しても答えてもらえなかった。チューターも難

しくて答えられない。(それに) チューターは今4年生で研究に忙しい。

- ・(チューターには) 先週は連絡を取って、自己紹介とかやっていました。自分がチューターあるのか、全然知らないんです。向こうから時間がある時に、週1回くらい会おうかなって。その時、チューターからも、自分もそれ(微積や線形代数)が苦手ですって言ったんですけど。聞くのは、人の迷惑かな。別に自分がいいと思います。自分が本を見てとか。
- ・今のチューターは大学院生です。私の学科は新しい学科ですから、2年生いないんです。だから、勉強、あんまり、チューター、先輩だけど、同じ学科だけど、でも、あんまり勉強した内容は(違う)。しかも、(学部は)別の大学。山梨じゃないんですね、その前。あんまり山梨のこと知らない。

健康状態、食事、睡眠

来日してから入学後の調査時まで、重篤な病気にかかったことがあるという留学生はいなかった。来日前からの持病を抱えている人が2名いたが、来日後は発症していないとのことだった。朝食はI限に授業がある場合は食べないという人が大半だったが、夕食は自炊し、昼食は自炊したり生協や学食で友だちと食べていた。ただ、宗教上大学や外出先では口にできる食べ物が限られているため、母国にいた頃より少食にならざるを得ない留学生もいた。しかし、睡眠障害もなく、平均して5時間から8時間程度睡眠時間をとり、概ね皆健康であった。

精神状態については、環境の変化によるストレスよりも、勉学に対する不安やプレッシャーから時にはそのバランスを崩している者が何名かいた。

- ・勉強でイライラしたりする。結構多いかな。結構長い間。試験の時とか勉強が大変な時とか、人に会いたくないとか話したくないとか、あんまり外に出たくないとか、そういう時はちょっとある。
- ・時々、宿題がいっぱい時と、ストレスになる。どんな状態と、うーん、人には話せない感じ。
- ・やっぱり中間発表とか、そういうこと、初めてなんで。日本語で発表したりするの、初めてなので。体は問題ないんですけど、そればかり考えてたり、気分が悪くなったり、そういうところあるんですね。やっぱり外国に勉強しに来たんで、ちゃんとしなければならぬというプレッシャーがあって、できれば遅刻とか、そういうのもなくようにしているんで。
- ・試験についてはずっと心配があって、特に今がGPAの制度があって、なにか奨学金とかそれに基づいて、それがよかったらもらえるということで。もし科目が1個、2個落とし

たら、それは奨学金もう絶対無理ということで、あとは学費減免も危ないし。ここの給料も安いし。それが本当にまずい。もしそんな状況になったらいっぱいアルバイトをやって勉強もちゃんとできないし、部活も週3回もちゃんと出ることができないと思うんで。それは点数はできれば高くとらなきゃっていう…。特にずっと留年率、留年率という言葉、とても怖いって。特に日本人の学生はまだいいと思いますが、留学生としてはもし留年になったら本当に、特にもう1年の時間は無駄に。このもう1年の学費と生活費。特に同級生はもう皆就職して1年の給料。その社会の経験とか。それは絶対留年しないように頑張らなきゃ。毎日どうしよう、どうしよう、試験だ、試験だ。

3.3 今後の大学生活への展望

まだ始まったばかりの大学生活、これからの4年間でどのように過ごしたいと思っているのか、彼らの大学生活に対する夢や希望について尋ねた。勉強して4年間で卒業することはもちろん、友だちを作ったり、サークル活動や旅行などをして有意義な大学生活を送りたいと考えている留学生は多かった。

- ・ 本当入りたかったんで、ここに。せっかく入れてもらったから無駄にならない4年にしたい。勉強も頑張って、あと運動とかそれも頑張って、友だちとよく遊んで。
- ・ 大事なのはやっぱり勉強です。今まで自分が得意なものがないと気づきました。今度こそ専門とかちゃんと勉強したいと思います。
- ・ ずっと日本に行きたかったんで、やっとこの日本の大学に入って、もし部活、サークルとか、それはやらないと日本ぽくない。やっぱり外国の大学でその部活動、サークルが一番楽しいと。やっぱり自分の望んでいる大学生活は、勉強ももちろんちゃんと単位をとって、いい成績をとって、部活の生活をできれば2年生、3年生の時はレギュラーになって学校を代表として大会に出るほど力をもっていて。ほかにはアルバイトは、自分の生活の最低限の必要なお金を稼いだらもう大丈夫と。
- ・ もちろん楽しい生活を送りたいと思っています。例えば4年間日本で生活していて、たくさんいい思い出を作りたいです。例えば友だちと一緒に遊んだりとか、先輩たちと一緒にいい時間、遊んだりそういうことをたくさん集めて、それは4年間の後母国へ帰って、家族や友達にたくさん日本のいいことを話したいと思っています。4年間経っても日本にまた行きたいの気持ちを。
- ・ やっぱり専門科目を中心に勉強したいですけど、勉強だけじゃなくて、いろいろ社会経験とか、そういうことを勉強したらいいと思います。日本でバイトしたことがないんで、バイトもやったり、ボランティアもやったり、ほかには就職活動もやったり。

- ・たくさんの友だちを作って、勉強も頑張って4年間で卒業できるように、はい、したいと思いますけど。
- ・普通に。4年間で卒業するだけ。ほかに特にない。
- ・まあ日本来たら一番やりたいのはサークル入って、いつもアニメとかドラマとか。母国そういうサークルないから。入りたいから来たらサークルに入って。あとは別に。）
- ・このまま忙しい状態を続けて、来年もし奨学金がもらえたらバイト減ります。(空いた時間ができたら) せっかく日本来て、サークル入りたいですね。でも今は全然無理ですね。全然無理です。分かんないけど、大学2年始給、また入れるかどうか分からないけど、もし入れたら入ります、サークル。
- ・大学に入る前に、今やっている生活もしたかったので、今はもう実施してるというか、ですから、これからはもう分かりませんね、はい。でも、去年も、本当に本当に忙しかったので、時間があったら日本のどこかへ旅行したいですね。

4. まとめと考察

本稿では、学部留学生の山梨大学へ入学したきっかけ、及び入学して数か月経った入学前期の新しい生活環境に対する心境や大学での勉強、人間関係、及び健康面と今後の大学生活への展望についてまとめた。

日本への留学を決めた主な理由としては、(1) 日本の科学技術やサブカルチャーへの憧れ、(2) 日本に親戚縁者がいるため、(3) 母国での失敗からの再起を図って、という3つに分類された。そして日本の数ある大学の中から山梨大学を選んだ理由としては、「自分の学力に合った東京近郊の国立大だから」というのが大半であった。そのため、本人にとって第一志望かそれに次ぐ大学に入学できたことに対しては全員が満足しており、いわゆる不本意入学の該当者はいなかった。ほぼ望み通りの大学に入れたことは、彼らが留学生生活を肯定的に捉える一つの要因となっており、これからの大学生活を充実したものとしようと意欲が感じられる留学生が多かった。入学後の数か月間は、何に対しても新鮮な興味もてる、いわゆる「ハネムーン」時期であり、新入留学生の中には、親元を離れ初めての一人暮らしに自立への手応えを感じている人や、念願だった日本留学を果たせ、勉強やアルバイト、サークル活動と忙しくも充実した毎日に満足している留学生もいた。

それと同時に、大きな環境の変化を経験する入学直後の時期は、多くのストレスが存在する、大学への適応にとって一つの「ヤマ場」ともいえる時期でもある(山田 2006:29)。

鶴田(2010a:14)は、それまでとは全く異なる環境に投げ出された新入生にとって、なんとか大学の人間関係の中に自分の居場所を見つけることで少しずつ精神的に安定していくと述べているが、留学生の場合は、同国の留学生、特に同じ学部・学科の同級生の存在が大きいこと

が今回の調査から窺い知ることができた。その一方で、日本人学生の友だちができたことや、日本人学生と一緒に授業を受けたり他愛ないおしゃべりをしたりするのが嬉しい、楽しいと感じている留学生もいた。これについては、一つには、留学生の少ない学部にも所属している場合は、必然的に日本人学生と接する機会が多く、日本にいながら留学生とばかり過ごしてきた日本語学校とは異なる新しい環境に、日本での大学生活を実感できているためと考えられる。また、女子学生の少ない学科の場合は、授業を受ける際や勉強に関する相談を女の子同士ですることが多く、日本人か留学生かという枠を超えた同世代の女子学生としての仲間意識が生まれるのかもしれない。とはいえ、いずれにおいても日本人学生との関係を肯定的に捉えることを可能とするのは、週末を共に過ごしたり気軽に食事したりできる同国出身の留学生の存在であり、親しい同国の、特に同性の留学生が身近にいない場合は、大学において人間関係を築くことの難しさを感じていた。これは、学生が相談相手として志向する対象として最も多いのは「友人」であるものの、「日本人学生は日本人学生に」、「留学生は同国人の友人に」と、相談し合える友人が同国人に限られているという石倉・吉岡（2004:231）の調査結果と一致する。

今後、大学での人間関係が広がるに伴い、留学生自身の中で同国出身の友人の存在意義が相対的に変化するのかどうかについて検討する余地があるが、少なくとも同国出身の友人が身近に存在するか否かは入学期の留学生活の適応に大きな影響をもたらすことが、本調査でも明らかになった。

また、榎本（1987）は、他者への十分な自己開示は健康的なパーソナリティの形成において必須であると指摘した上で、大学生の自己開示性とその性差について調査・分析を行っている。それによると、学生が自己開示する相手としては男女とも同性の友人が最も多く、全体的に女子学生の方が自己開示度が高いという結果が示されている。本調査においても、女子留学生が日本人のクラスメイトと一緒に食事したり一緒に部屋で過ごしたりする様子を目の当たりにして、女子の方が出身国の垣根を越えて大学生らしい関係を築きやすいのでは、という男子留学生にとって日本人学生との友人関係構築の難しさを感じさせる発言も聞かれた。

健康状態については、現状においては概ね皆良好であったが、対人関係や勉強に対しストレスを感じたり、やや神経が過敏になっている留学生が何名かいた。日本語でのゼミ発表や試験を間近に控えたり多くの宿題を抱えている時に不安に陥ったり、イライラしたり、焦ったりするようである。矢島（2005）の調査では、新入生が具体的に挙げたストレスサーとして多いのは、入学直後は自分のことや人間関係のことであるのに対し、入学期の後期では授業に関することが示されているが、本調査の留学生の場合は入学期の前期においてこの傾向が現れていた。これについては、外国人としてきちんとしなければいけないという緊張感や、成績が奨学金の獲得や授業料減免に影響することが、彼らの勉強に対するストレスの背景としてあるためと考えられる。大橋（2008）が留学生に対して実施した社会的・文化的適応におけるニーズ調査において学部留学生のニーズとして挙げた上位3つは、日本人の友人がいること、学費が十分あること、生活費が十分あることであった。日本への留学を果たした上は、日本人の友人を作って、学費や生活費に不安を覚えることなく安心して勉学に励みたいというのが留学生の最も希求するところであり、よい成績を収め、無事に4年間で卒業したいという強い思いが、時

として、あるいは人によって勉学面へのプレッシャーへと繋がっていくのだと思われる。紙面の都合上本稿には載せなかったが、大学に対する要望として奨学金や授業料減免の拡充を挙げる留学生もいた。地方大学としては、こうした経済面での支えとともに、大学近辺でアルバイト先が見つげにくい留学生が多いという現状から、例えば大学構内に留学生が働ける場を設けることも、留学生にとって勉学との両立を容易にするだけでなく、ひいては構内の国際化においても有効ではないかと思われる。

また、留学生の心身の健康上の問題は文化的背景によってその現れ方が異なるとして、性、地域、民族の特徴別などを考慮した対応が求められることも示唆されている（井上・伊藤 1995:139）。留学生には、日本人学生と同様大学生活という新しい環境に適応することが求められるとともに、母文化とは異なる文化的環境への適応も望まれるため、日本人学生とは異なる不安や困難、問題を抱えている。本調査では、緊急に対応を要する問題を抱えている留学生はいなかったものの、今後適応やメンタルヘルスの弊害となりうる可能性を孕んでいる事例も見受けられた。このようなまだ問題の種や芽の段階で、留学生特有の問題を理解し、対応していく問題の予防と早期発見・解決の姿勢が、留学生を受け入れる大学関係者および周囲の日本人に求められる。また、三川（2010:70）によると、入学後の目標喪失や新しい学生生活への移行のつまづき、大学や学部・学科に帰属意識がもてていないことや、教員や仲間との人間関係が築けていないことなど入学期当初の問題が、入学後一定の期間が過ぎた後の、「授業がおもしろくない」「期待していた内容と異なる」「学生のレベルが低い」など、消極的な理由とともに表明される進路変更の希望の背景にあることも考えられると述べている。つまり、入学期の問題が未解決のまま学年が上がるたびに持ち越されていくと、2年次や3年次になって取得単位数の不足や成績不振により将来の留年が予測される頃になってから、その不適応状況からの脱却を図るために現実逃避的に進路変更を考える場合があるというのである。本調査では不本意入学した者はいなかったものの、入学期に抱える問題を今後に先送りし、数年後に「こんなはずではなかった」と、入学や日本への留学に後悔を抱くことのないよう、入学期当初の段階で個別面談を行うなど、学部・学科や留学生センターなどで入学期の彼らが順調に日本の大学生生活の軌道に乗っていているのか、その様子を丁寧に見守る態度が必要である。

今後の課題としては、さらに事例を収集して入学期の留学生の勉学状態や人間関係、心理状態等を把握していくとともに、今回調査した留学生たちの今後の様子についても追跡調査を行い、その変化についても探っていきたいと考えている。

参考文献

- 石倉健二・吉岡久美子（2004）「大学生活における心身の健康に関する調査－留学生と日本人学生の適応とヘルパー志向性－」『長崎国際大学論叢』4:225-232.
- 井上孝代・伊藤武彦（1995）「来日一年目の留学生の異文化適応と健康－質問紙調査と異文化間カウンセリングの事例から－」『異文化間教育』9:128-141.
- 榎本博明（1987）「青年期（大学生）における自己開示性とその性差について」『心理学研究』58(2): 91-97.
- 大橋敏子（2008）『外国人留学生のメンタルヘルスと危機介入』京都大学学術出版会.
- 吉良安之（2010）『学生相談ハンドブック』日本学生相談学会 50 周年記念誌編集委員会（編）学苑社, 72.

- 荻田真衣 (2010) 「大学生の友人関係—入学適応—」『成蹊大学学生相談室年報』17:11-13.
- 小塩真司・桐山雅子・願興寺礼子 (2006) 「大学新生における悩みの有無および内容の入学年度による変化」『学生相談研究』2:138-148.
- JAFSA (2012) 『増補改訂版 留学生受入れの手引き』かんぽう.
- 田中京子・藤原武弘 (1992) 「在日留学生の対人行動上の困難—異文化適応を促進するための日本のソーシャル・スキルの検討—」『社会心理学研究』7(2):92-101.
- 鶴田和美 (2010) 『事例から学ぶ学生相談』鶴田和美・桐山雅子・吉田昇代 (他編著) 北大路書房徳田智代 (2004) 「新生生に対するメンタルヘルス面接の試み (I)」『久留米大学心理学研究』3:125-134.
- 長野ゆり・峯正志 (2005) 「『金沢大学で学ぶ学部留学生の学習上の問題点』に関する聞き取り調査」『金沢大学留学生センター紀要』8:73-96.
- 松田勇一 (2006) 「外国人留学生が抱く大学生活に対する意識:平成17年度入学留学生への意識調査から」『宇都宮共和大学論叢』7:45-70.
- 三川俊樹 (2010) 『学生相談ハンドブック』日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会 (編) 学苑社, 70.
- 溝上慎一 (2004) 「大学新生生の学業生活への参入過程—学業意欲と授業意欲—」『京都大学高等教育研究』10:67-87.
- 矢島潤平 (2005) 「新入学生のストレス状態と学生相談の役割」『別府大学臨床心理研究』1:13-17.
- 山田ゆかり (2006) 「大学新生生における適応感の検討」『名古屋文理大学紀要』6:29-36.
- 横田雅弘・白土悟 (2004) 『留学生アドバイザーング』ナカニシヤ出版.