

# 在日中国人留学生のストレスと異文化適応に関する研究

— 文化受容態度と自己効力感からの分析 —

柳 佳慶\* ・松田 英子\*\*

## 要 約

本研究の目的は、①在日中国人留学生が、異文化の生活の中で体験するストレスの質と量及び領域別にストレスに寄与する個人差を説明する要因を調査すること、②異文化適応状態の良好な留学生の特徴を把握し、異文化不適応の状態にある留学生に対する支援策を検討することにある。具体的には、留學生側のパーソナリティ要因として「文化受容態度」及び「自己効力感」、また中国人留学生を取り巻く環境要因その他の要因として「滞在期間」、「日本語能力」、「経済状態」のそれぞれについて、ストレスとの関連を検討した。その結果、パーソナリティ要因の「自己効力感」が全体的に、「統合的文化受容態度」は部分的に、中国人留学生の異文化適応の促進と異文化ストレスの減少に寄与することが示された。在日中国人留学生に対する異文化適応支援策としては、異文化における対人領域、達成領域の双方でのポジティブな体験を促進し、達成領域におけるネガティブな体験を軽減するための「自己効力感」の向上を目指す認知行動カウンセリングが、日本語能力の高い留学生に対しては、異文化での対人領域におけるポジティブな体験を促進するための、統合的文化受容態度を促進する異文化カウンセリングが有効である可能性が示唆された。

**キーワード:** 異文化ストレス, 異文化適応, 留学生, 在日中国人文化受容態度, 自己効力感

## 1. 問題と目的

1983年に、文部省が21世紀への留学生政策に関する提言の中でいわゆる「留学生受け入れ10万人計画」を策定して以来、日本に渡来する外国人留学生の人数は急激に増加している。1983年当初には10,428人に過ぎなかった外国人留学生が1990年には41,347人に増え、2008年時点では123,829人に膨らんでおり、その中でも中国人留学生が全体の58.8%と留学生全体の半数以上を占めている(日本学生支援機構, 2008)。また2008年7月には、文部科学省は2020年を目標に「留学生30万人計画」と大幅な受け入れ方針を表明している(文部科学省, 2008)。

このように、来日する外国人留学生が年々増加している状況下で、異文化で体験するライフイベントの質から在日外国人留学生のメンタルヘルスの現状を分析すること、異文化適応が良好な留学生の特徴を記述すること、および異文化ストレスを軽減させるための施策について提言をすることには意義があると考えられる。

異文化適応の定義には、「異文化の環境との相互作用を通して自己実現を目指そうとする過程(安場・池上・佐藤, 1991)」、「ある個人が自分の生まれ育った社会環境から離れて、異なった新たな環境に次第に慣れていく過程(高井, 1989)」などがある。自国から外国に移住することで、これまで使用していた言語や表現方法、親しんでいた衣食住の様式から生活リズムまで大きく変化するため(高井, 1989)、通常外国人留学生には大きくストレスがかかると予想される。

一般的に人は異国へ移住した際、これまでとは

2010年11月30日受付

\* 江戸川大学 人間社会学科卒業生・元心理学実験室助手

\*\* 江戸川大学 人間心理学科准教授

異なる社会の複雑なシステムに戸惑い、拒絶反応を示す。一般的にこの拒絶反応は「カルチュア・ショック (culture shock)」と定義される (中根, 1972)。つまり、留学生の異文化への適応過程は、異文化に驚くと同時にこれを受容する、つまり異文化ストレスに対処する過程であると言える。

先行研究から留学生の異文化適応に影響すると指摘されている要因を整理すると、外国人留学生自身のパーソナリティ要因と外国人留学生を取り巻く環境などその他の要因に大別される。

まず、外国人留学生自身のパーソナリティ要因に関してであるが、先行研究では文化受容態度 (acculturation attitude) 要因と自己効力感 (self-efficacy) 要因の2つが指摘されている。

第一に文化受容態度要因である。Berry (1990) は自文化と異文化に対する態度によって、文化受容態度を4類型化し、“統合 (integration)”, “同化 (assimilation)”, “分離 (separation)”, “周辺化 (marginalization)” に分類した。これらは、異文化に接触した時、日常的交渉の求め方やどの文化に価値を置くかによって決定される。異文化と自文化の両方に価値を認める態度を“統合”, 異文化にのみ価値を置く態度を“同化”, これとは反対に自文化にのみ価値を置く態度を“分離”, 異文化と自文化両方に価値をおかず無関心な態度を“周辺化”とした (井上・伊藤, 1997)。井上 (1996) は最も異文化に適応するのは“統合”の態度であることを明らかにし、“統合”傾向の強い留学生は、自分の留学を肯定的、積極的に評価していると考察している。

第二に、自己効力感要因である。自己効力感の概念を提唱した Bandura, A. (1977) は、自己効力感とは活動や場面の選択に肯定的に影響し、困難な状況にも対処することを可能にし、さらに自分が効果的に対処できるといった予期を生むため、人がますます困難な状況に対処するための努力を促進すると述べている。このため、自己効力感とは、留学生が異文化に適応する際の、困難な状況への対処と、新しい状況で効果的な行動を起こすために重要と考えられる。また早矢仕 (1997) においても、留学生の適応に大きく貢献する要因とし

て自己効力感が挙げられている。自己効力感尺度を作成した Sherer, et al. (1982) は、自己効力感とは、行動を起こす意思、行動を完了しようと努力する意思、逆境における忍耐の3要素から構成されていると指摘しており、留学生の持つ自己効力感とは滞在国内における適応感に大きく影響してることが予想される。ストレス対処の観点からも、自己効力感を上げる必要性があると考えられる。

次に外国人留学生を取り巻く環境その他の要因である。早矢仕 (1997) は、滞在期間が長くなり日本語能力が向上すれば、“社会生活スキル”が増し、結果的に“適応感”が高くなることを示唆した。また、松原・石隈 (1993) では、留学生相談室の相談状況を調査した結果、留学生が持ち込んでくる相談の内容のうちに、言語問題と経済問題が多いと報告されている。上原 (1988) の調査も同様の結果となっており、留学生の最も困っているのは言語問題で、その他適応困難の一つに経済問題があることが明らかになった。例えば、奨学金の有無はアルバイトの必要性に影響を与え、さらに勉強時間や休暇時間にも影響を及ぼすと指摘されている (高井, 1989)。特に、在日中国人留学生のストレスについて、英語を母語にする留学生との比較をした研究では、中国語群は英語群より精神健康度が悪い傾向にあり、「経済的困難」や「日本社会への適応」の面でストレスを感じていることがわかった (Ozeki, Knowles, Ushijima, & Asada, 2006)。以上を要約すると、第三に「滞在期間」、第四に「日本語能力」、第五に「経済的問題」が留学生の異文化適応に関与する可能性のある要因と考えられる。

これらの5要因が、効果的に作用しない場合は、留学生は異文化不適応の状態に陥り、ストレス症状を呈すると考えられる。

それでは、在日外国人留学生にとってストレスとなりうるライフイベントには具体的にはどのようなものがありうるか。高比良 (1998) は、日常的に遭遇する大学生のライフイベント体験による環境の変化はストレスサとなりうるとし、日本人大学生が典型的に体験するライフイベントを

ネガティブとポジティブに2分類し、さらにそれぞれについて対人関係領域と目標達成領域に分け、最終的に4分類している。

本研究においても、ネガティブとポジティブのライフイベントをそれぞれ対人関係領域と目標達成領域に分類した。在日外国人留学生のライフイベントの質を調査することで、ポジティブライフイベント体験を異文化適応の指標、ネガティブライフイベントを異文化不適應の指標になりうると考えた。

そこで本調査においても、パーソナリティ要因(統合的文化受容態度,自己効力感)と環境その他の要因(滞在期間,日本語能力,経済状態)の2つを取り上げ、さらにライフイベントをポジティブとネガティブに、また対人関係領域と目標達成領域の4つの分野に分けて留学生の異文化での適応度を測定する。このことは、留学生がストレスと感じる要因と分野を検出し、それに合ったより具体的な支援策を検討することに寄与すると考えられる。

本研究の目的は、在日外国人留学生の中でも在日中国人留学生が、異文化の生活の中で体験するストレスの質と量及びストレスに寄与する個人差を説明する要因を調査することにある。具体的には、中国人留学生側のパーソナリティ要因としての「文化受容態度」と「自己効力感」及び中国人留学生を取り巻く環境その他の要因としての「滞在期間」、「日本語能力」、「経済状態」に着目して、中国人留学生が体験するストレスの質量について調査する。そして本研究では、異文化適応を促進する支援策に対する本研究の含意を述べる。

## 2. 方法

### 1. 調査協力者

調査の対象者は日本の私立大学に在籍している中国人留学生110名であった。なお、中国本土出身学生と台湾出身学生では、出自の経済的基盤の違いによって異文化適応に差があるという先行研究の結果(周,1995;早矢仕,1997)に基づき、本調査の対象から台湾出身学生を除外した(大陸出

身者94名,台湾出身者0名)。調査期間は2007年10月~11月及び2009年9月である。

### 2. 使用した尺度

本研究において、すべての質問紙は、日本語版と中国語版を併記したものをを用いた。作成にあたり、バイリンガルで在日滞在期間5年以上の中国人の中国語講師に依頼し、日本語から中国語へ翻訳した。次に、日本語版をふせた上でバイリンガルの在日6年以上の中国人大学院生に依頼し、質問紙を中国語から日本語に逆翻訳するというバックトランスレーション法を実施した。翻訳の適切さを確かめるため、独立した翻訳に関して2者間を著者が仲介し、表現を微調整した結果、翻訳された日本語版と元の日本語版とを比較したところ、両者はほぼ等価なものを見出すことが出来た。その項目例をTable 1に示す。

Table 1 質問項目のバックトランスレーション例

	日本語	中国語
滞在期間	日本に来て何年目ですか?	来日本几年了?
日本語能力	あなたの日本語は上手だと思いますか?	你认为为自己的日语好吗?
経済状態	現在のあなたの経済状態に関して聞きます。	现在经济状态怎么样?
文化受容態度	自分の国からの学生と日本人学生と両方友達になることが大切である。	与本国人和日本人交朋友都是很重要的。
自己効力感	自分が立てた計画はうまくできる自信がある。	你有自信能做好自己计划好的事吗?
NLE 対人	人から無視された。	被别人无视了。
NLE 達成	自分の勉強, 研究, 卒業などがうまく進まなかった。	自己的学业, 研究和毕业方面的进展不太好。
PLE 対人	人から信頼された。	被他人信赖。
PLE 達成	自分のたてた計画が, 予定通りに進んだ。	你自己定的计划, 按照预想进展的很顺利。

パーソナリティ2要因(文化受容態度,自己効力感)とライフイベントは次の尺度により測定し、環境その他の3要因(日本語能力,滞在期間,経済状態)に関しては次の項目について自己評価を求めた。

#### 1) 文化受容態度尺度

文化受容態度尺度の構成は、井上(1996)の文化受容態度尺度を構成する7分野(友人,結婚相

手、家具、言語、成功、社交性)に関し、自分の態度に最も近いものを1つ選択させるものである。本研究では1分野ごとに態度を選択させた。本研究では、特に「統合態度」に注目し、統合態度得点を0～7点で算出した。なお、得点が高い方が、統合態度がより強いことを示す。

## 2) 特性的自己効力感尺度

Sherer, et al. (1982) を参考にして作成された特性的自己効力感尺度(成田・下仲・中里・河合・佐藤・長田, 1995) は全23項目から構成される。採点方法としては5件法を用い、「そう思う」から「そう思わない」で評定した。得点が高い方が、自己効力感がより強いことを示す。

## 3) 対人・達成領域別ライフイベント尺度(大学生用) 短縮版

ライフイベントを問う項目は、ネガティブライフイベント(以下NLE)の対人領域15項目と達成領域15項目、及びポジティブライフイベント(以下PLE)の対人領域15項目と達成領域15項目の全60項目から構成される(高比良, 1998)。採点方法は、それぞれの領域ごとの出来事を過去3ヶ月の間に「経験した」と「経験しない」の2件法で評定し、NLE合計得点とPLE合計得点、およびそれぞれの対人領域得点と達成領域得点を算出した。そのいずれも、得点の高い方がそれぞれの領域での傾向が強いことを示す<sup>iii</sup>。

## 4) 環境その他の要因についての項目

滞在期間に関しては、滞在年数「1年未満」、「1年以上～2年未満」、「2年以上～3年未満」、「3年以上」と設問し、4件法で回答を求めた。日本語能力については“あなたの日本語は上手だと思いますか?”と設問し、「はい」、「いいえ」の2件法で回答を求めた。また、経済状態を“現在のあなたの経済状態に関して聞きます”と設問し、「ゆとりがある」、「ある程度ゆとりがある」、「あまりゆとりがない」、「ゆとりがない」の4件法で回答を求めた。

## 3. 分析モデル

### 1) 本研究で用いた分析モデル

本研究では、Fig.1のとおり、文化受容態度と自己効力感(パーソナリティ要因)がライフイベントにどの程度影響しているかを検討し、同様に、滞在期間、日本語能力、経済状態(環境その他の要因)がライフイベントにどの程度影響を与えているかを検討する。

## 3. 結果

### 1. 調査協力者に関する基礎統計

本研究の調査協力者の平均年齢は24.90歳(標準偏差:3.53)で、男性48名(43.64%)、女性57名(51.82%)、無記入5名(4.55%)の内訳であった。留学生の日本滞在期間は、1年未満が0名(0%)、1年以上2年未満が32名(29.09%)、2年以上3年未満が13名(11.82%)、3年以上が65名(59.09%)であった。日本語能力の高群は37名(33.64%)、日本語能力の低群は73名(66.36%)に分類された。経済状態は「ゆとりがある」が8名(7.27%)、「ある程度ゆとりがある」が44名(40%)、「あまりゆとりがない」が46名(41.82%)、「ゆとりがない」が11名(10%)の分類となった。さらに“ゆとりがある”、“ある程度ゆとりがある”を「経済状態高群」(47.27%)、“あまりゆとりがない”、“ゆとりがない”を「経済状態低群」(51.82%)とした(Table 2)。

### 2. ライフイベントに影響するパーソナリティ要因の分析

パーソナリティ要因の「統合的文化受容態度」、「自己効力感」とライフイベントの6つの領域(NLE合計、NLE対人、NLE達成、PLE合計、PLE対人、PLE達成)との相関を求めた(Table 3)。その結果、自己効力感とNLE合計得点、NLE対人領域、NLE達成領域得点に有意な負の相関、自己効力感とPLE合計得点、PLE達成領域に有意な正の相関、PLE対人領域には傾向差であるが正の相関がみられた。統合的文化受容態度は

Fig. 1 本研究の分析モデル

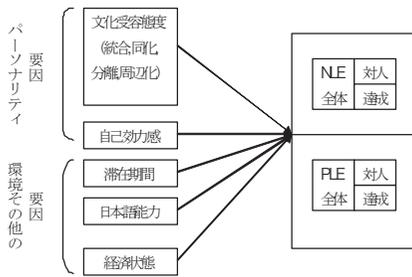


Table 2 調査協力者 (n=110) に関する基礎統計量

	人数	割合 (%)
性別	男	48 (43.64)
	女	57 (51.82)
	無記入	5 (4.55)
日本語能力	上手である	37 (33.40)
	下手である	73 (66.36)
滞在期間	1年未満	0 (0)
	1年～2年	32 (29.09)
	2年～3年	13 (11.82)
	3年以上	65 (59.09)
経済状態	ゆとりがある	8 (7.27)
	ある程度ゆとりがある	44 (40.00)
	あまりゆとりがない	46 (41.82)
	ゆとりがない	11 (10.00)
	無記入	1 (0.92)

PLE 対人領域と傾向差であるが正の相関がみられた。

「統合的文化受容態度」、「自己効力感」を独立変数とし、ライフイベントの6つの領域(同上記)を従属変数とする重回帰分析を行った結果、有意な関係が認められたのは、次の通りである。NLE 合計得点において、重相関係数は (R) = .25 であり、重回帰式は有意 (F (109) = 3.59, p < .05) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した (β = -.26, p < .01)。NLE 達成領域において、重相関係数は (R) = .26 であり、重回帰式は有意 (F

(109) = 3.79, p < .05) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した (β = -.26, p < .01)。また、PLE 合計得点において、重相関係数は (R) = .24 であり、重回帰式は有意 (F (109) = 3.36, p < .05) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した (β = .23, p < .05)。PLE 達成領域において、重相関係数は (R) = .24 であり、重回帰式は有意 (F (109) = 3.21, p < .05) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した (β = .25, p < .05)。その他、NLE 対人領域、PLE 対人領域においては有意な差が見られなかった (Table 4)。

### 3. ライフイベントに影響する環境その他の要因の分析

#### 1) ライフイベントへの滞在期間の影響

「滞在期間」の長群と短群別に、「統合的文化受容態度」と「自己効力感」を独立変数とし、ライフイベント(同上記)を従属変数とする階層的重回帰分散分析を行った。「滞在期間長群」についての結果は次の通りである。NLE 合計得点において、重相関係数は (R) = .29 であり、重回帰式は有意傾向 (F (64) = 2.78, p < .10) であった。この重回帰式を自己効力感が有意傾向で説明した (β = -.23, p < .10)。NLE 達成領域において、重相関係数は (R) = .36 であり、重回帰式は有意 (F (64) = 4.55, p < .05) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した (β = -.30, p < .05)。PLE 達成領域において、重相関係数は (R) = .28 であり、重回帰式は有意傾向 (F (64) = 2.56, p < .10) であった。この重回帰式を自己効力感が有意傾向で説明した (β = .27, p < .10)。その他、NLE 対人領域、PLE 合計得点、PLE 対人領域においては、有意な

Table 3 統合的文化受容態度、自己効力感とライフイベントの相関分析結果 (n = 110)

	NLE			PLE			M	SD
	合計	対人	達成	合計	対人	達成		
統合	-.04	-.00	-.06	.09	.17†	.02	4.36	1.73
自己効力感	-.25**	-.19*	-.26**	.24*	.18†	.23*	80.52	12.71

†p < .10, \*p < .05, \*\*p < .01

Table 4 パーソナリティ要因、環境その他の要因からライフイベントへの重回帰分析

	全体 (n=110)			日本語能力						滞在期間						経済状態					
	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	高群 (n=37)			低群 (n=73)			長群 (n=65)			短群 (n=45)			高群 (n=52)			低群 (n=57)		
				R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感	R(R <sup>2</sup> )	統合	自己効力感
N 合計	.25 <sup>†</sup> (.06)	.03n.s	-.26**	.26n.s(.07)	.02n.s	-.26n.s	.20n.s(.04)	.06n.s	-.21†	.29†(.08)	-.14n.s	-.23†	.43 <sup>†</sup> (.19)	.32*	-.44**	.35 <sup>†</sup> (.12)	.13n.s	-.35*	.20n.s(.04)	-.05n.s	-.18n.s
L 対人	.20n.s(.04)	.53n.s	-.21*	.20n.s(.04)	.13n.s	-.15n.s	.19n.s(.04)	.04n.s	-.20n.s	.17n.s(.03)	-.11n.s	-.12n.s	.40 <sup>†</sup> (.16)	.30†	-.40*	.25n.s(.06)	.16n.s	-.23n.s	.18n.s(.03)	-.05n.s	-.15n.s
E 達成	.26 <sup>†</sup> (.07)	.01n.s	-.26**	.33n.s(.11)	-.09n.s	-.32†	.18n.s(.03)	.06n.s	-.19n.s	.36 <sup>†</sup> (.13)	-.14n.s	-.30*	.36†(.13)	-.26n.s	-.36*	.42 <sup>†</sup> (.17)	.07n.s	-.42**	.18n.s(.03)	-.04n.s	-.17n.s
P 合計	.24 <sup>†</sup> (.06)	.03n.s	.23*	.34n.s(.11)	.18n.s	.28†	.24n.s(.06)	-.03n.s	.25*	.25n.s(.06)	-.04n.s	.26*	.27n.s(.07)	.17n.s	.15n.s	.35 <sup>†</sup> (.12)	.07n.s	.33*	.16n.s(.03)	.02n.s	.16n.s
L 対人	.22†(.05)	.13n.s	.15n.s	.40†(.16)	.29†	.26n.s	.16n.s(.03)	.07n.s	.12n.s	.21n.s(.04)	.10n.s	.16n.s	.25n.s(.06)	.19n.s	.10n.s	.34 <sup>†</sup> (.12)	.19n.s	.25†	.14n.s(.02)	.10n.s	.07n.s
E 達成	.24 <sup>†</sup> (.06)	-.05n.s	.25*	.24n.s(.06)	.06n.s	.23n.s	.27†(.07)	-.10n.s	.29*	.28†(.08)	-.13n.s	.27†	.23n.s(.06)	.12n.s	.16n.s	.31†(.10)	-.03n.s	.32*	.18n.s(.03)	-.05n.s	.19n.s

数値は標準偏回帰係数

† $p<.10$ , \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ 

差が見られなかった。

「滞在期間短群」についての結果は次の通りである。NLE 合計得点において、重相関係数は ( $R$ ) = .43 であり、重回帰式は有意 ( $F(44) = 4.86, p < .05$ ) であった。この重回帰式を統合的文化受容態度 ( $\beta = .32, p < .05$ ) および自己効力感が有意に説明した ( $\beta = -.44, p < .01$ )。NLE 対人領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .40 であり、重回帰式は有意 ( $F(44) = 3.98, p < .05$ ) であった。この重回帰式を統合的文化受容態度は有意傾向 ( $\beta = .30, p < .10$ ) で、自己効力感有意に説明した ( $\beta = -.40, p < .05$ )。NLE 達成領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .36 であり、重回帰式は有意傾向 ( $F(44) = 3.07, p < .10$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = -.36, p < .05$ )。その他、PLE 合計得点、PLE 対人領域、PLE 達成領域においては、有意な差が見られなかった (Table 4)。

## 2) ライフイベントへの日本語能力の影響

「日本語能力」の高群と低群別に、「統合的文化受容態度」と「自己効力感」を独立変数とし、ライフイベント (同上記) を従属変数とする階層的重回帰分散分析を行った。「日本語能力高群」についての結果は次の通りである。PLE 対人領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .40 であり、重回帰式は有意傾向 ( $F(36) = 3.16, p < .10$ ) であった。この重回帰式を統合的文化受容態度が有意傾向で説明した ( $\beta = .29, p < .10$ )。その他、NLE 合計得点、NLE 対人領域、NLE 達成領域、PLE 合計得点、PLE 達成領域においては、有意な差が見られなかった。

「日本語能力低群」についての結果は次の通り

である。PLE 達成領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .27 であり、重回帰式は有意傾向 ( $F(72) = 2.79, p < .10$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = .29, p < .05$ )。その他、NLE 合計得点、NLE 対人領域、NLE 達成領域、PLE 合計得点、PLE 対人領域においては有意な差が見られなかった (Table 4)。

## 3) ライフイベントへの経済状態の影響

「経済状態」の高群と低群別に、「統合的文化受容態度」と「自己効力感」を独立変数とし、ライフイベント (同上記) を従属変数とする階層的重回帰分散分析を行った。「経済状態高群」についての結果は次の通りである。NLE 合計得点において、重相関係数は ( $R$ ) = .35 であり、重回帰式は有意 ( $F(51) = 3.43, p < .05$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = -.35, p < .05$ )。NLE 達成領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .42 であり、重回帰式は有意 ( $F(51) = 5.09, p < .01$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = -.42, p < .01$ )。PLE 合計得点において、重相関係数は ( $R$ ) = .35 であり、重回帰式は有意 ( $F(51) = 3.41, p < .05$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = .33, p < .05$ )。PLE 対人領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .34 であり、重回帰式は有意 ( $F(51) = 3.19, p < .05$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意傾向で説明した ( $\beta = .25, p < .10$ )。PLE 達成領域において、重相関係数は ( $R$ ) = .31 であり、重回帰式は有意傾向 ( $F(51) = 2.67, p < .10$ ) であった。この重回帰式を自己効力感が有意に説明した ( $\beta = .32, p < .05$ )。その他、NLE 対人領域

と「経済状態低群」の全ての領域においては、有意な差が見られなかった (Table 4)。

## 4. 考察

### 1. 異文化ストレスとパーソナリティ要因の関連性

留学生の自己効力感は NLE 合計得点および NLE 達成領域得点と負の相関, PLE 合計得点および PLE 達成領域得点と正の相関があることが示された。この結果は、異文化ストレスとなりうる原因の一つであるネガティブな出来事のうち、特に物事の達成の領域において、自己効力感が高い人はネガティブな出来事を低減させることを示唆している。一方で、留学生の統合的文化受容態度と PLE 対人領域得点には、弱いものの正の相関傾向が見られた。これは、統合的文化受容態度が高い留学生は対人関係が上手く進行している可能性を示唆している (柳・松田, 2008)。

### 2. 異文化ストレスと環境その他の要因の関連性

#### 1) 異文化ストレスと滞在期間

「滞在期間長群」においては、自己効力感と NLE 合計得点および NLE 達成領域得点との間に負の相関関係, PLE 達成領域とは正の相関傾向がみられた。また、「滞在期間短群」においては、自己効力感と NLE 合計得点, NLE 対人領域得点, および NLE 達成領域得点のそれぞれとの間に負の相関関係がみられた。

これは、滞在期間の長短に関わらず自己効力感が高ければ、課題、物事を成し遂げる上での不安が少なく、友人関係においてもトラブルが少なく、良好な友人関係にあることが考えられる。また、滞在期間の長くかつ自己効力感の高い学生ほど、物事を上手く進め目標に向けてそれを達成させる可能性が伺えた。これは、日本での生活体験が長いほど、日本での生活や習慣に慣れていくうちに、ストレスは軽減すると考えられ、滞在期間が長い留学生ほど適応が良い (上原, 1998) という結果と一致している。

一方、滞在期間の短い留学生は、自己効力感が低いと対人関係におけるネガティブな経験が多

い。この結果は、来日して間もない中国人留学生はより早く、より多くの日本人の友達が欲しいけれど、日本人との接し方、付き合い方などが中国のそれとはかなり違うことに出会い、ストレスを感じていることが垣間見える。また、滞在期間の長くかつ自己効力感の高い学生ほど、物事を上手く進め目標に向けてそれを達成すると考えられる。これは、在日留学生の異文化適応の第一の障害は対人関係にあると指摘した高井 (1989) と、日本人との友人関係が豊かであれば留学生は自分のエスニシティを肯定的に受け入れられるという山崎・倉本・中村・横山 (2000) の指摘とも一致し、このことが在日中国人留学生における本調査においても追認された。

また、「滞在期間短群」においては、統合的文化受容態度は NLE 合計得点および NLE 対人領域得点と負の相関関係がみられた。このことは、統合的態度であるにも関わらず、滞在期間の短さ故に、日本の文化や習慣の理解の不足を原因に、滞在期間の短い学生は友達づくり方、接し方に戸惑いを感じていると考えられる。これは、井上 (1997) の結果と一致を見ないが、統合的文化受容態度は来日後、日本の生活習慣などを理解した上でそれを受け入れるかどうかは、一定期間を経て形成されると思われる。そのためこの結果は滞在期間の短い学生は、統合的文化受容態度を持っていても、入国後すぐの間は日本での友人関係において、自分が描いた、あるいは自国で今まで経験してきた友人関係像が崩れ、思ったとおり友人を作ることが出来なくなり、友人に対してどのような態度を取ればいいのか分からず戸惑っていると解釈できる。

#### 2) 異文化ストレスと日本語能力

「日本語能力高群」においては、統合的文化受容態度と PLE 対人領域得点に正の相関傾向がみられた。これは、日本語が上手な学生ほど、日本の文化、習慣、言語が理解できたのだと推測され、日本語能力の良い在日留学生の日本での適応感が高い (早矢仕, 1997) という結果と一致している。さらに、日本語能力が高く、統合的文化受容態度

であるほど友人関係が良好であることが伺える。これは、井上（1997）の統合文化受容態度の傾向の強い留学生ほど適応的であるという結果と一致している。

「日本語能力低群」においては、自己効力感と PLE 達成領域得点に正の相関がみられた。この結果は、日本語があまり出来ない中国人留学生でも、自己効力感が高ければ課題や物事を成し遂げられることを示唆している。

### 3) 異文化ストレスと経済状態

「経済状態高群」においては、自己効力感と NLE 合計得点および NLE 達成領域得点とは負の相関関係、PLE 合計得点、PLE 対人領域得点、および PLE 達成領域得点とは正の相関関係が見られた。これは、自己効力感が高く且つ勉学に必要な学費や、生活費に困らない中国人留学生は、勉学や課外活動、対人関係の全てにおいて上手く回っていて、日本での留学生生活を楽しんでいることが伺える。

## 3. 結果の総括

本研究の結果を総括すると、パーソナリティ要因の「自己効力感」は、目標達成領域において、全体的に留学生のネガティブなライフイベント体験を抑え、ポジティブなライフイベント体験を高める可能性が示唆された。

領域別に検討した結果、目標達成領域においては、「自己効力感」は、日本語能力を低いと自己評価する留学生においても、ポジティブなライフイベント体験を高める。同様に、「自己効力感」は、日本での滞在期間が長い留学生および、経済状態の良好な留学生のポジティブなライフイベント体験を高め、経済状態の良好な留学生のネガティブなライフイベント体験を抑える可能性が示唆された。

対人関係領域においては、「自己効力感」は、滞在期間が短い留学生のネガティブなライフイベント体験を抑え、経済状態が良好な留学生のポジティブなライフイベント体験をより高める。一方、統合的文化受容態度は、日本語能力を高いと自

己評価する留学生の対人関係における、ポジティブなライフイベント体験を高める可能性が示唆された。

以上の結果から、異文化不適応の領域、および留学生の特徴に応じたカウンセリングを行うことができる可能性が示唆された。全般的には在日中国人留学生が異文化不適応の状態に陥った場合、「自己効力感」の向上により、ポジティブな対人関係を形成し、目標の達成においては、ネガティブなライフイベント体験を減少させ、ポジティブなライフイベント体験を増加させると考察された。

留学生の特徴別には、日本語能力の高い留学生は、「統合的文化受容態度」を高めることで、よりポジティブな目標の達成を増加させ、日本語能力に自信のない留学生、滞在期間の短い留学生、経済状態の良好な留学生は「自己効力感」を高めることで、日本社会への適応を促すことが可能であることが示唆された。

## 4. 留学生の支援策に関する提言

本研究のこのような結果から、在日中国人留学生の日本における適応をより良くするために、以下のような支援策が提案される。例えば日本人女子大生の抑うつ対処方略として自己効力感の増加が現状満足感の増加と関連しているという先行研究（及川・坂本, 2007）からも、まず留学生の異文化でのストレスを軽減するためには具体的な問題解決方法を検討、実行することにより、自己の問題解決能力を信頼できるようにエンパワメントする、認知行動カウンセリング（Cognitive Behavioral Counseling）が有効と考えられ、一部の留学生は文化受容態度を統合的に変容することを促す異文化カウンセリング（井上, 1997）が有効であると考えられる（柳・松田, 2008）。これにより日本人とも友人関係を結ばせることで異文化適応を促進することが重要である（山崎・倉本・中村・横山, 2000）と示唆された。また、日本語学校や大学の基礎教育過程において日本語能力を高める支援を行うことで、中国人留学生の学習面での課題の達成や学業成績の向上につながると考えられた。滞在期間の短い留学生については、対

人関係と目標達成の両方において、自己効力感を高めることが示唆された。経済的に不安定である中国人留学生には、国からの仕送りを促進し、アルバイト先の紹介や奨学金の付与などの措置を施すことで、不安の解消へつなげ、勉学への意欲も高められると示唆された。

## 5. 今後の課題

本研究では、在日中国人留学生の異文化適応促進あるいは抑制する要因は、ライフイベントと領域別ごとに異なることを検出できたことに意義があると考えられる。

本調査では、日本語能力、経済状態の低群において、ストレスの量に対して影響があまり見られなかったが、留学生の不適応の原因が言語である(上原,1988)、留学生が異文化で勉強に集中するには、経済的安定が不可欠である(上原,1998)という結果からも、留学生の異文化適応を考える際、日本語能力と経済問題が大きな比重をおいているため、この分野において、もっと詳しく調べる必要がある。

その他、周(1995)は、中国人留学生にとって異文化に接触した初期の時期にはソーシャル・サポートの提供は適応の促進に直接影響を与えていると考察している。また、水野・石隈(2001)は、学習・研究領域、対人関係領域、住居・経済領域において、ソーシャル・サポートとアジア系留学生の適応の間に関連を見出した。このように、本研究では調査できなかったが、中国人留学生の異文化ストレスを調べる上で、さらにソーシャル・サポートの影響を調べることも重要であろう。

また、ライフイベントを1回だけの測定ではなく、縦断的な調査を進めれば、一つの集団において来日当初から時間の経過に伴う変化を正確に捉えられるため、より精度の高いデータを集めることが出来ると思われる。

さらに、本調査で中国人留学生を調査対象にしたが、他国からの留学生にも調査を行い、出身国による違いを検討することも今後必要であると考えられる。

## 6. Abstract

The Effects of Acculturation Attitudes and Self-efficacy on cross-cultural stress and cross cultural adjustment of Chinese Students in Japan.

JiaQing Liu & Eiko Matsuda

The aim of study was to examine the relationship between cross-cultural stress and acculturation attitudes and self-efficacy of International students in Japan. 110 Chinese students living in Japan participated in survey about stressful life events (negative or positive × interpersonal relationship or achievement), integrated acculturation attitudes, self-efficacy, the length of stay in Japan, Japanese proficiency, and the state of finances. The results showed the strong effects of self-efficacy on management of intercultural stress and promotion of adjustments. The present study suggested cognitive-behavioral counseling for enhancing self-efficacy were positively effective and cross-cultural counseling for encouragement integrated acculturation attitudes were partly effective for helping Chinese students in Japan.

Keywords: cross-cultural stress, cross cultural adjustment, international students, acculturation attitudes, self-efficacy

## 7. 引用文献

- Berry, J.W. 1990 Psychology of acculturation :Understanding individuals moving between cultures. In R.W.Brislin (Ed.), Applied cross-cultural psychology. London:Sage.232-253.
- Bundura.A. 1977 Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral Change. Psychological Review.84,191-215.

- 早矢仕彩子 1997 外国人就学生の自己認知, 自・他文化への態度が適応感に及ぼす影響 心理学研究, 68 (5), 346-354.
- 井上孝代 1996 外国人留学生のアカルチュレーション態度と留学生活の満足度 東京外国語大学留學生日本語教育センター論集, 22, 209-221
- 井上孝代 1997 留学生の文化受容態度とカウンセリング: PAC 分析による事例研究を通して カウンセリング研究, 30, 216-226.
- 井上孝代・伊藤武彦 1997 留学生の来日一年目の文化受容態度と精神的健康 心理学研究, 68 (4), 298-304.
- 柳佳慶・松田英子 2008 在日中国人のストレスと異文化適応に関する研究—自己効力感と文化受容態度に関する分析—日本カウンセリング学会 第41回大会発表論文集, 177.
- 松原達哉・石隈利紀 1993 外国人留学生相談の実態カウンセリング研究, 26, 146-155.
- 水野治久・石隈利紀 2001 アジア系留学生のソーシャル・サポートと適応に関する研究 カウンセリング研究, 34, 52-59.
- 文部科学省 2008 「留学生 30 万人計画」骨子の査定について 平成 20 年度の報道発表 文部科学省 2008 年 7 月 29 日 <[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/20/07/08080109.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/20/07/08080109.htm)> (2008 年 12 月 25 日)
- 中根千枝 1972 適応の条件 講談社
- 成田健一・中俣順子・中里克治・河合千恵・佐藤眞一・長田由紀子 1995 特性的自己効力感の検討—生涯発達の利用の可能性を探る— 教育心理学研究, 43, 306-314.
- 日本学生支援機構 (JASSO) 2008. 平成 20 年度外国人留学生在籍状況調査結果 独立行政法人日本学生支援機構 2008 年 12 月 25 日 <[http://www.jasso.go.jp/statistics/intl\\_student/data07.html](http://www.jasso.go.jp/statistics/intl_student/data07.html)> (2009 年 1 月 15 日)
- 及川恵・坂本眞士 2007 女子大学生を対象とした抑うつ予防のための心理教育プログラムの検討—抑うつ対処の自己効力感の変容を目指した認知行動的介入— 教育心理学研究, 55, 106-119.
- Ozeki Nobuko, Knowles Alan., Ushijima Hiroshi, & Asada Yutaka, 2006 Analysis of transcultural stress factors and the mental well-being of foreign Chinese-speaking students in Aomori. Journal of Aomori University of Health and Welfare, 7 (1), 9-16.
- Sherer, M. Maddux, J.E., Mercandante, B., Printice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R.W. 1982 The Self-efficacy scale: construction and validation. Psychological Reports, 51, 663-671.
- 周玉慧 1995 受け取ったサポートと適応に関する因果モデルの検討 在日中国系留学生を対象として 心理学研究, 66 (1), 33-40.
- 高比良美詠子 1998 対人・達成領域別ライフイベント尺度 (大学生用) の作成と妥当性の検討 社会心理学研究, 14, 12-24.
- 高井次郎 1989 在日外国人留学生の適応研究の総括 名古屋大学教育部紀要, 36, 139-147.
- 上原麻子 1988 留学生の異文化適応 広島大学教育学部日本語教育学科・留学生日本語教育, 111-124.
- 上原麻子 1998 留学生の生活と教育 佐伯胖・黒崎勲 佐藤学・田中考彦 浜田寿美男・藤田英典 (編) 一現代の教育 11 国際化時代の教育 岩波書店 203-223.
- 山崎瑞紀・倉元直樹・中村俊哉・横山剛 2000 アジア出身日本語学校生の対日態度及び対異文化態度形成におけるエスニシティの役割 教育心理学研究, 48, 305-314.
- 安場淳・池上摩希子・佐藤恵美子 1991 異文化適応教育と日本語教育 1 体験学習法の試み 凡人社

## 謝辞

- i 大学生のライフイベント尺度の中国語版を作成するにあたり、中部大学の高比良美詠子先生にご快諾いただきました。研究へのご協力に感謝申し上げます。
- ii 調査データの収集にあたり、C棟1F窓口の斉藤陽子様、桃山礼子様にご協力をいただきました。ここに記してお礼申し上げます。
- iii 本研究ではより分かりやすくするため、対人領域のネガティブライフイベントは「NLE対人」、達成領域のネガティブライフイベントは「NLE達成」、対人と達成の両領域を合わせたネガティブライフイベントは「NLE全体」、対人領域のポジティブライフイベントは「PLE対人」、達成領域のポジティブライフイベントは「PLE達成」、対人と達成の両領域を合わせたポジティブライフイベントは「PLE全体」と略して表記した。