

## 留学生の留学生活への適応過程

立命館大学大学院  
応用人間科学研究科  
臨床心理学領域  
池永 弥生

本研究は、留学生が、留学期間中、どのような経験をするのか、異文化適応に関連して留学生活への適応「過程」は留学生にどのように体験され、不適応状態からどのようにして適応状態へと移行するののかという点を明らかにすることを目的とした。

留学生自身に、留学期間中の「精神的な変化」をグラフとして記入してもらい、留学生活における実際的な困難やストレスは、どのような過程、変化として体験されるのか、特にグラフにおける下から上への移行をどのような要因によるものであるとするのかという点を明らかにしようと試みた。研究協力者は、立命館大学 Study Kyoto Program に参加の留学生 5 人であり、帰国を控えた 7 月上旬に、留学期間を回想してもらったかたちで、記入してもらったグラフをもとに半構造化インタビューを行った。

結果としては、本研究においては、留学生の留学生活や異文化への適応に関する「過程」は、研究協力者のそれぞれが特徴的な「過程」であった。その中で、来日直後に友人ができたことでグラフが上がったこと、試験期間中のストレスによりグラフが下がったこと、休暇直後の新学期に新たな友人ができたことでグラフが上がったことが、研究協力者の中で複数人に共通してみられた。また、グラフにおいて、より「精神的に良い」方へと移行するときに着目した場合、グラフが下がった問題が解決・緩和されるパターンと、新たにハッピーなことが起こるパターンとがみられた。