

留学生相談における「見立て」に関する一考察

興津 葵¹

[要約]

近年、日本では留学生受け入れが促進されている社会的背景がある。今後も留学生数が増えていくことが予想され、受け入れに伴い支援の拡充が必要だと考えられる。しかし、留学生のメンタルヘルスの問題への対応を含めた学生支援を行っている大学は少なく、また留学生相談従事者における課題も見つかっている。大西（2016）は留学生相談従事者の対応における不安について調査を行っており、そのうちの一つにアセスメントの難しさを挙げている。学生相談において「見立て」の視点は重要であり、様々な視点から論じられている。高石（2020）は学生相談における事例の「見立て」を行う際、個人の内的な問題のみならず、個人を取り巻く環境との関わり方の視点の重要性について指摘している。留学生は受け入れ国、母国の両方からの影響があり、留学生相談における「見立て」について考える際、留学生を取り巻く環境から考える視点も必要なのではないかと思われた。本稿では、土居（1969）によって言及された「見立て」について、また既存の「見立て」の概念について整理し、留学生相談における「見立て」に必要な視点について、留学生を取り巻く環境から論じることを試みる。

[キーワード]

学生相談, 留学生相談, 見立て

1 はじめに

現在、日本における留学生の心理援助の必要性が高まっていると思われる。その背景には、日本において留学生の受け入れが促進されてきた経過がある。文部科学省ほか関係省庁は、2008年7月20日付けで「留学生30万人計画」の骨子を策定した。目的としては「日本を世界により開かれた国とし、アジア、世界の間のヒト・モノ・カネ、情報の流れを拡大する『グローバル戦略』を展開する一環として、2020年を目途に30万人の留学生受け入れを目指すもの」とされている。（文部科学省、2008）。その後の経過としては、2019年には留学生の受け入れ人数は31万人に達したが、新型コロナウイルスの影響により24万人程度まで減少した（日本経済新聞、2023）。そのため政府は、2023年3月17日に行われた第5回未来創造会議「未来を創造する若者の留学促進イニシアティブ〈J-MIRAI〉第二次提言（案）」において、2033年までに「留学生30万人計画」に代わる、新たな留学生受け入れ40万人の実現を目指すことを組み込んだ。この二次提言（案）では、大学・専門学校・日本語学校等における留学生数を31.2万人から38万人へ、高校等における留学生の数を0.6万人から2万人を目標とし、計40万人を目指すこと、また留学生の卒業後の国内就職率（国内進学者を除く）を48%から60%を目指すことが言及されている（文部科学省、2023）。以上のことから、今後留学生数が増えていくことが予想され、受け入れに伴い支援の拡充が必要だと考えられる。

しかし、日本における留学生支援の体制については、まだ追いついていない現状がある。大西（2016）は、留学生支援の体制について調査を行っており、回答が得られた私立・国立大学のうち、全体の回答数の割合と比べ、留学生に対し日本人学生と共通の対応を行っている大学が15.1%、別途留学生相談室を設けている大学のうち、メンタルヘルスの問題への対応を含む大学が24.5%に対し、メンタルヘルスの問題への対応を

¹ 学生総合支援機構・学生相談部門・特定専門業務職員

含まない大学は60.4%であることを報告している。このことから、実際には留学生対応の窓口がある大学でも、メンタルヘルスの相談を含めて行っている大学は少ないことが分かる。

また大西（2016）は留学生相談従事者の対応時の不安についてもまとめており、その中の一つにアセスメント（問題把握）の難しさを挙げている。留学生相談におけるアセスメントについては、質問紙の指標や留学生を取り巻く環境との関わりに関する研究が多くあるが、留学生相談における「見立て」については論じられていない。このため、留学生相談における「見立て」をする際、必要な視点について検討したい。

本稿では、既存の「見立て」の概念について振り返り、さらに留学生相談での「見立て」において必要な視点について論じることを目的とする。

2 「見立て」について

「見立て」という言葉は土居（1969）によって精神科診療の問題として言及された。土居（1969, 1996）は「見立て」について、「患者の症状を正しく把握し、患者と環境の相互関係を理解し、どの程度まで病気が生活の支障となっているか読み取ること」、そして「単に病状の評価ばかりでなく、患者の持つポジティブな価値を含めての状況判断をあらわす」（土居, 1969）という点で有用であるとしている。また河合（1996）は臨床場面における「見立て」について、「真の『見立て』を行う』には、「実感を伴って見る」ことが必要であり、「実感を伴う『見立て』をするには、それをする者（治療者）と『見立てるもの』（クライアント）の間に深い関係が存在していなくてはならない。このことを抜きにして真の『見立て』は生じ得ない」としている。これらのことから、「見立て」ということは単なるアセスメントのみならず、クライアントの可能性についても考えるものであり、またセラピストとクライアントの間に深い関係があつてこそ、可能になると思われる。

更に、学生相談における「見立て」について河合（1998）は、「来談の動機、目的、病態水準など様々な点で多様を極める」としている。例えば学生が事務的な内容について来談したとしても、実際は別の主訴がある場合があり、一概に病態水準のみならず、「来談者個人のもつ心理的課題がどのようなことであり、その解決をする能力が本人（および、その援助者を含めて）にどの程度そなわっているのか、したがって、どのくらいの年月を必要とするのか、などについて判断を下さねばならない」（河合, 1998）としている。また岡（1998）は、学生相談における「見立て」について、「青年期特有の不安を抱える来談学生への援助を、このような基本的なところで支えることを可能しめたる要因」として挙げている。高石（2020）は学生相談における事例の「見立て」を行う際、多職種との連携が増える中で、心理的なアプローチによる二者関係の「見立て」のみならず、「社会的文脈における見立て」の重要性が問題提起されていることを指摘している。その際、環境との相互関係から見た「見立て」が有効だと考えられることを論じている。

以上のことをまとめると、「見立て」とは、その個人の病態水準のみならず、個人が持っている可能性や、どのような関わりをもっていかという見通しを含むことが考えられる。またそのような見通しをするには、クライアントとセラピストの間に深い関係、その関係から見たクライアントについての「見立て」が必要となる。また大学生相談の場合青年期特有の課題も含めて考えなければならない。そして、個人の内的な部分のみならず、個人を取り巻く環境との関わりについての視点についても重要だと思われる。留学生を取り巻く環境については、滞在国と母国の両方から影響があり、その影響の度合いと、留学生個人のそれぞれの文化に対する態度について考えることは、留学生相談における「見立て」をする際に必要な視点だと思われる。

3 留学生相談における「見立て」の視点

留学生の「見立て」を行う際、大きく留学生を取り巻く環境の関係から考える視点について着目してみたい。加賀美（2016）は、留学生の抱える問題をマクロレベル、メゾレベル、ミクロレベルに整理している。マクロレベルの問題は環境的、物理的要因による経済問題、住居問題が挙げられる。メゾレベルの問題は、マクロとミクロを繋ぐような問題で、情報提供や人間関係に関連するものとされている。ミクロレベルの問題としては日本語学習、健康心理の問題が挙げられる。日本語学習の困難さや大学生活に適應できない場合、自尊心の喪失や気持ちが落ち込みうつ傾向になる学生もいることが指摘されている。また加賀美（2016）はこのような留学生の困難は、留学に伴う文化移行や文化的ストレス、ホームシックが原因となることもあれば、もともと母国で存在していた衝撃（災害、暴力、事故など）が原因となり、その後心理的外傷後ストレス障害として精神的苦痛が生まれる場合や、個人がもともと抱えていた発達のな問題、精神疾患などに基づいている場合もあると指摘している。

以上のことから考えられるのは、一つ目は留学生の場合、心理的な問題のみならず、生活面での問題を抱えている場合が多いということである。来談した留学生が生活面での問題、心理的問題の両方で悩んでいる場合、まず生活面での問題がどの程度差し迫った問題であるかを把握することが必要だと思われる。例えば留学生の場合、ビザの問題や奨学金の問題は留学生が日本に滞在できるかどうか大きく影響がある。カウンセリングの中でそのような現実的対処の援助を行う場合、心理的な問題も並行して語られることも多い。その場合、問題がどの程度留学生の生活そのものに影響しているかを見極める必要がある。またその時々で留学生個人の心的エネルギーや日本語能力に応じ、必要な手続きができる場所につなぐ際の段取りや支援の方法も異なってくるのが考えられる。留学生によっては、現実的な手続きができる状態にない中カウンセリングに来られる方もおり、個人によってどのような配慮が必要かを考える力が求められるであろう。

二つ目に考えられることは、留学生の心理的な問題について「見立て」をする際、留学生が新しい文化に接触して引き起こされている心理的問題と、留学生が母国の文化や状況、母国での個人的な出来事による心理的問題の両方が考えられるということである。日本に来てから「何となく違和感を感じる」と来所する留学生は多い。その場合、留学生自身もわけが分からず、心理的な訴えのみならず、身体的な訴えも含まれるなど様々な面で「違和感」について語られることがある。その反対に、日本の何もかもが魅力的に感じることを話す学生もいる。

新しい文化に接触した際の影響について、Oberg（1954）は「カルチャーショック」として論じている。「カルチャーショック」は「全ての親しみのある、交流におけるサインやシンボルを失う結果による不安から誘発される」とされている（Oberg, 1954）。またOberg（1954）は「カルチャーショック」による影響の度合いは個人によって異なるとした上で、「カルチャーショック」の四段階を論じている。第一段階では受け入れ国で不快に感じた環境について拒否反応を示すこと、またこの段階では、人により最初の数週間から半年は新しい文化の全てに魅了される「ハネムーン期」と呼ばれる期間があるが、現実的な対処が必要になると次の段階に直面する。第二段階は回帰の段階とし、母国の環境が急に良いもののように感じられ、母国の良い面だけが思い出される。この段階では受け入れ国に対し敵意や攻撃的な態度が向けられ、人によっては危機的な状況に陥るが、もしこの段階を乗り越えられれば、深刻な崩壊に陥る前に次の段階へ移ることができると指摘している。第三段階では乗り越え、耐えられる態度を身に付けた段階とし、この時期には受け入れ国の人に対し、批判する代わりに冗談のような笑い話として話すことができる段階とされている。第四段階を適應の段階とし、訪問者は受け入れ国の習慣を、一つの別の生活様式として受容できるとしている。「カルチャーショック」の段階や影響を受ける度合いは人によって異なるが、受け入れ国に対する態度がどのよ

うな状況かについて考えることは、留学生がどの程度日本の文化に慣れ、親しみを感じているか考える一つの指標になるのではないか。

留学生相談において「見立て」を行う際、「カルチャーショック」という異文化からの影響の度合いを考える視点に加え、母国文化からの影響ということも「見立て」において重要であると思われる。角野（2000）は海外渡航者の事例を通し、母国文化への不適応について論じており、個人が母国にいる際に受けた外傷が、ときに「母国文化への不適応（文化的外傷）」につながっていくことを指摘している。また角野（2000）は、「もし個人が自分の生まれ育った地域や文化に本質的に馴染めなくなったら、たとえ故郷や母国といえどもそのもつ文化は、その個人にとって無意識の心的外傷となりうる」と言及している。更に、母国文化への不適応を精神療法によって意識化していくことは、「新たな自分自身の生き方を見つめ直す出発点となる」とし、個人の変容の可能性に繋がることを示唆している（角野，2000）。これらのことから、留学生個人の問題は、ときに母国文化と深く関わっていることが考えられる。留学生個人の話聞いていく中で、留学生の母国文化について、母国文化からの影響について考えることが、留学生個人の傷つきやこれまでおかれた状況、そして今後の可能性について想像することに繋がるのではないだろうか。

4 終わりに

ここまでで臨床場面での「見立て」の概念について、また学生相談における「見立て」の視点に加え、留学生相談における「見立て」の視点について論じた。今後も一人一人の留学生との出会いを大事にし、日々の臨床に励んでいきたい。

[文献]

- 土居健郎. 「見立て」について. 精神医学, 1969, 11巻, 12号, 2-3.
- 土居健郎. 「見立て」の問題性. 精神療法, 1996, 22巻, 2号, 118-124.
- 角野義宏. 母国文化への不適応と癒し. ユング派の臨床. 金剛出版, 2000, 67-85.
- 加賀美常美代. パートⅢ 立場で違うこころの問題② 1 留学生では、あなたにもできる外国人へのこころの支援——多文化共生時代のガイドブック——. 野田文隆・秋山剛（編）多文化精神医学学会（監修）. 岩崎学術出版社, 2016, 52-63.
- 河合隼雄. 日本文化における「見立て」と心理療法. 精神療法, 1996, 22巻, 2号, 125-127.
- 河合隼雄. 第1章 心理臨床における学生相談の方向性. 心理臨床の実際 第3巻 学生相談と心理臨床. 金子書房, 1998, 2-7.
- 文部科学省. 「留学生30万人計画」骨子の策定について. 2008, https://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/ryugaku/1420758.htm (2023年8月3日取得)
- 文部科学省. 第5回教育未来創造会議を開催. 2023年, https://www.mext.go.jp/b_menu/activity/detail/2023/20230317_3.html (2023年8月5日取得)
- 日本経済新聞. 留学生受け入れ40万人, 海外派遣50万人 政府33年目標. 2023, <https://www.nikkei.com/article/DGXZQOUA165GW0W3A310C2000000/> (2023年8月5日取得)
- Oberg, K. *Culture Shock*. Presented to the Women's Club of Rio de Janeiro, Brazil. 1954, 1-9.
- 岡昌之. 第4章 第3節 学生の厚生補導としての学生相談. 心理臨床の実際 第3巻 学生相談と心理臨床. 金子書房, 1998, 47-55.
- 大西晶子. キャンパスの国際課と留学生相談: 多様性に対応した学生支援サービスの構築. 初版, 東京大学出版会,

2016年, 267p.

高石恭子. 第3章 学生相談における見立て. 日本学生相談学会 (編). 学生相談ハンドブック 新訂版. 学苑社, 2020, 60-74.