

おくことが必要です。さらに、思いざという時のために保険に加入しておくとか、日本語での医学的用語のわかる友だち、もしくは知人を見つけておくことも必要です。

対人関係や社会的な慣習にうまく適応し、精神的健康を保持するには、留学先で良い住居を探したり、社会的な慣習や対人的関係のマナー（ソーシャル・スキル：social skill）について親身に指導してくれ、悩みなどの相談に乗ってくれるキー・パーソン（Key person）とのつながり（人間関係）をしっかりと作っておくことも必要です。そのためには、留学先の大学での指導教官（主に勉強上のキー・パーソン）、留学先の国の友人や知人、及び日本人の親友や知人と、留学前から十分に連絡を取っておくこと、もしそれが無理なら現地に着いてからなるべく早い時期にそのようなつながりをつけておくことが必要です。

外国での生活には、さまざまなストレスがつきものです。それだけに上に述べたようなキー・パーソンの役割が重要となります。さらに、ストレスを強く感ずるタイプの人や、神経質的な傾向の強い人は、ストレスを防止

しストレスに対処する方策を工夫しておくべきです。最近では、どの大学でも留学生のためのオリエンテーションを充実させています。最初のオリエンテーションで自分に適した研修計画を立てることが大切です。身近で到達可能な具体的目標を、段階的に、すなわち、スモール・ステップで設定することにより、たびたび到達できた喜びを味わいながら、次第に自信をつけていくことが有益です。しかし、どうしても気分的に落ちこんだり、悩みの解決に苦慮するときには、キー・パーソンに相談するとともに、躊躇することなくカウンセラーのもとを訪ねるべきです。最近では、留学生に対するカウンセリングの体制も整っています。その方法も、従来からの心理療法の考え方に基づく方法のほか、行動理論や認知理論に基づく方法、及びそれらを統合した方法が開発されています。しかし、何よりも必要なことは、自分の心理状態や身体の健康をセルフ・マネジメントしようとする心構えと方法を身につけておくことです。

留学の心構え

なぜ留学するのか

—それぞれの留学のかたちと展開—

留学生センター 田中 共子

1989年から1990年にかけて1年間、私はアメリカのワシントン大学に留学していた。シアトルの私のまわりにいた人たちを、その留学目的別に分類してみよう。その人たちのありかたを見ていくと、アメリカの学校の特徴も、留学の陰ひなたも分かってくるからである。ちなみにワシントン州はアジア人が行きやすい西海岸にあるので、学内には正規の日本人学生が150人はいた。

【留学目的の分類】

- ① 出直し、やり直し：日本で行きづまりを感じた、挫折した、新しいことをしたかったなど。
- ② 派遣：企業に派遣された、官公庁の命令なのできたなど。
- ③ 日本よりアメリカを選択：日本の学校は始めから行かない。どうせ行くならアメリカに行く、日本で得られない教育効果を求

めるなど。
④ 研究上の展開：日本での研究キャリアを補強する、日本にない研究レベル・研究分野を求めるなど。

バラエティーがあっておもしろいのは①である。私は秋の学期に先立って、夏期2か月間、シアトル市内の語学学校で英語の集中授業を受けた。そこで、正規留学のための受験準備中、あるいは単なる語学留学の、大量の日本の若者達に遭遇した。
例えば、日本の大学受験に失敗して、アメリカの、短大と専門学校を合わせたような公立学校であるコミュニティ・カレッジをめざす人が多い。あまりの人気に、最近では日本分校ができ始めた。本来ここは生涯教育のための学校だから、誰でも入れるよう門戸が非常に広い。小学校を中退している人、趣味でくる老人、何の資格も能力もないために低賃金労働に従事していた寡婦、盲目の人、その他あらゆる人に学ぶチャンスを与えている。もちろんどんな事情で本国を出てきた外国人であっても、「学ぶ気」があればいい。それが入学の唯一の資格といえる。脱落者も多いが、後で大学に編入してがんばる人もいる。

あそこにいる日本のティーンエイジャーには、英語の怪しいのも、人生計画をきちんと立てていないのではと危ぶまれるのも、性格的にどの地でも挫折するのではと心配になるのもいた。日本でできないことが外国ならできるとするのは間違いだが、もちろん、中には立派に成長する人もいる。

もう一つ、語学学校にしる大学にしる、企業をやめて来た人たちやバイトでお金をためてきた人たちは、個性豊かだ。独立心旺盛で、しばしば、日本では個性が強すぎたりする。日本人に背を向けて、アメリカ人とはばかりつきあっている人もいる。彼らを生かすきれなかった日本、チャンスのない日本、彼らに居心地の良さを提供しなかった偏狭な日本に、敵意やあきらめや、軽べつを持っている場合もある。アメリカで付加価値をつけて人々を

見返したいと思う人もいる。しかし、単なる日本への反感で終わらず、人間的魅力を花開かせていくなれば、これはかなり頼もしい人々だ。

例えば、事情で大学を中退したとか、大学に行けなかった人が、働いてお金をためてアメリカの大学にきている場合、日本の大学制度や社会通念では、彼らの出直しは難しいのだと言っていた。アメリカの方が懐が広いので、チャンスを与えられるのだ。日本人としてちょっと残念ではある。中には結婚したりして、アメリカにいついてしまう場合も多い。アメリカの大学と社会は、彼らを受け入れる。大学のカリキュラム自体も、きわめて柔軟である。個人のペースで、じっくりとすすばやくとも取り組めるし、変更も中断も、ペースダウンも可能だ。授業についていくための奥の手もいろいろある。バイト料を払って学生に書かせた授業のノートを、学校で売っているくらいである。スベルチェックやタイプの清書を頼めるところもある。大学から仕事として雇われている、授業補助の先輩学生も、質問に応じる時間を設定している。

そもそも、アメリカ社会は、出戻ったり、やり直したりすることを、いいことだと考えている。人には変更や間違いがつきものなので、そうした変化は成長の証と考えるからだ。いい意味で「転石苔蒸さず」なのだ。入学審査も、テストだけでなく、個人の抱負や計画を書いた作文や、意欲や性格を言いつけた親しい先生の推薦書などが、大きなウエイトを占めている。意欲や姿勢、心構えが、時には達成度より大事なことすらある。だから、努力する外国人にもチャンスがあるといえる。

次に、②の派遣組の日本人は、独特であった。いつも固まっていた、あまりアメリカ人と暮らしたりしないのが目立ったからである。お金は十分持っているので、自分たちどうし、豪華によく遊んでいる。日本食パーティーなどもよくやる。日本に適應できなくなったら大変だから、日本を忘れないように努力して

いるのかもしれない。大事なのは会社だ。帰れば二階級特進とかの処遇が待っている彼らは、こうして出島期間を過ごす。これはいわゆるはくつけ留学だろうか。アメリカになじまないように生活したのに、帰ってアメリカ通といわれるとしたらどんなものだろう。

しかし、ときには、企業のエリートというよりははずれ組が、自由を求めて来てしまった例もあった。また、日本のサラリーマン社会からの逃避的休暇、学生生活への回帰と考える人もいた。楽しそうにやっていた。

③で、教育課程を目的にして、日本の学校のかわりにアメリカの教育を受けたがる人の中には、元帰国子女や親が海外通であったなど幼少からの環境に導かれてという人がある。かれらにとってはある意味で当然の帰結であり、自分の場所に帰ってきただけだったり、親の実績や願望に習った国際キャリアプラン戦略として、付加価値を付けるための計画であったりする。家庭環境と個人の願望の合作という気がする。

④は、私もここに入るのだが、下位分類であろう。例えば、分野によっては英語やアメリカ自体が至上の価値を持った努力目標だったりする。しかし、自然科学では、留学しようと思うまでは英語にさほど注目しない事も多い。彼らは知識不足かもしれないが、かえってよけいな期待がなくて自然だったりもする。私にとってアメリカは、学ぶべきものを持っているが、最高なのはその国というより、むしろ普遍的な価値を持つ自分の学問自体だったし、後者に近かったかも知れない。

意外と注意すべきは、何らかの立派な奨学金を背負ってきた場合の人だ。それが日本での業績や、立派な適応状態の結果であるときには、温室産日本エリートとして、外国での適応がいまいちの人が出てくる。日本が居心地がいい、日本で十分な、誰よりも日本のやり方で成功してきた人である。外国での苦勞は意外で惨めで、ただ耐え忍ぶものだったり

する。ホームシックや不運感、不幸感がある。異文化適応良好のタイプは、今、研究されているが、確かに柔軟性や創造力などは必要だろう。

研究目的で行った人の場合、アメリカの大学の研究体制はよくできているし、補助金も多いから、その体系的で風通しのいいシステムを見るだけでも感激すると思う。留学先として人気のある、有名な大学の有名な人の所ほどそうだろう。留学の成果として、偉い人からの研究思想や態度の直接吸収、研究ネットワークの拡充があげられるのもうなづける。

しかし、かえって人生のキャリアプランが難しくなってしまう場合がある。私は日本の大学院博士課程を休学していたから、少なくとも帰ってからの居場所はあった。でもフリーだと、日本での確に就職するのが難しいことがある。これは、どのタイプの人にもいえることである。日本ではいろいろな仕組みもセンスも違って、アメリカの自由社会のようにはいかない。だからアメリカで就職することも考えることになるが、これは消去法だろうが積極的選択であろうが、いいことではないかと思う。

実はこの問題には、復帰ショック、いわゆる逆カルチャーショックの問題が含まれるので、そう簡単ではない。もちろん、古巣の日本に帰って、嬉しくて仕方がない人もいる。

【所感】

留学は、トータルな人生計画の一貫であるべきだ。しかし、実際にはアメリカの考え方やシステムにふれて生き方を変更したり、別の目標を持つようになる場合もある。国連のために働きたくなくなった人、在米日本人駐在員対象の物資調達会社を始めた人もいた。また、留学中学んだことが日本で生かせないことも多い。ただの英語便利屋として配置され、本来の専門的関心をのばせなくなることもある。アメリカと日本とは、別の世界である。あなただけの時間は、決して彼らには共有されない。あなただけが、ふたつの世界を行き来

する。それをつないで、自分の目標が達成できるようにプロデュースしていくことは、時に容易ではない。

留学の効果とは、長い目でみなければ分からないものもある。学位を取りに行ったけれど果たせなかった友人は、いまは学位でなく「経験」を生かした仕事をしている。この場合、無駄はあったのか、なかったのか。帰って不遇の境遇にいる友人は、アメリカに戻ろうとしている。日本に張りつく必要はないし、

世界中を自分の人生の場の対象として生きていけばいい。しかし外国人として異国で生きることには、それなりの困難がある。この場合、留学で得をしたのか、損をしたのか。

つまりは、留学経験を生かして行こう、という姿勢の問題なのかもしれない。何にしても、戦略、体力、幸運は必要なことである。「成功する留学」をめざして、がんばってほしいと心から思う。

留学の心構え

広大生と海外留学

——留学のすすめ——

総合科学部 山本 雅

私は、広島大学に勤務してすでに20年近くになるが、一般的印象としては、海外留学ということに関しては、広大生は非常に消極的である。この消極性は一体どこにその原因があるのであろうか。自分は卒業してサラリーマンになればそれで十分だと思っているのであろうか。それとも、金銭的な理由があって、留学などする余裕は自分にはないと思っているのであろうか。それとも語学力が自分にはなく、とうてい留学などできないと思っているのであろうか。あるいは、公費留学には試験があり、自分はそれにとうていパスするはずはないと思ってはじめてからあきらめているのであろうか。

私が大学生だったころ（昭和37～41年）は、海外留学をはばむ最大の理由は金銭的なことであった。あのころは1ドル360円の時代であり、学生が1日8時間アルバイトして500円（1日が、である）の時代であった。だから外国の大学で自費で学ぶことは、大多数の者にとっては極めて困難であった。また、公費留学の制度は限られており、競争は激烈で

あった。しかし、最近では1ドル140円となり、また一般のサラリーマンの月給が欧米のそれに匹敵し、あるいはそれ以上になっているので、東京の私立大学に息子や娘を通わすよりも、アメリカの大学に留学させるほうが安あがりの時代になってきた。また、公費留学の制度も非常に増え、どの広大生でも意欲さえあれば簡単に応募でき、留学できるようになってきた。今回の「広大フォーラム」の特集にはどのような公費留学制度があるか、その一覧表が掲載されるからそれを読んでほしい。

このごろでは、広島大学の学生は、それぞれに意欲さえあれば、自費であれ、公費であれ、自分の必要性や希望に応じて手軽に留学できる時代になったのである。これは、昔、留学の機会を探し求めなければならなかった私に言わせるとまったくうらやましいかぎりである。広大生は意欲を持って、海外留学を真剣に考え、毎年、それこそ何十人、何百人の学生が続々と海外に進出してほしいと思う。留学すれば、確かに卒業年は先へ伸びる。し