

## 留学生相談室での相談・予防活動の強化を目指して

### ～名古屋大学留学生相談室（740号室）活動報告～

高木ひとみ

#### はじめに

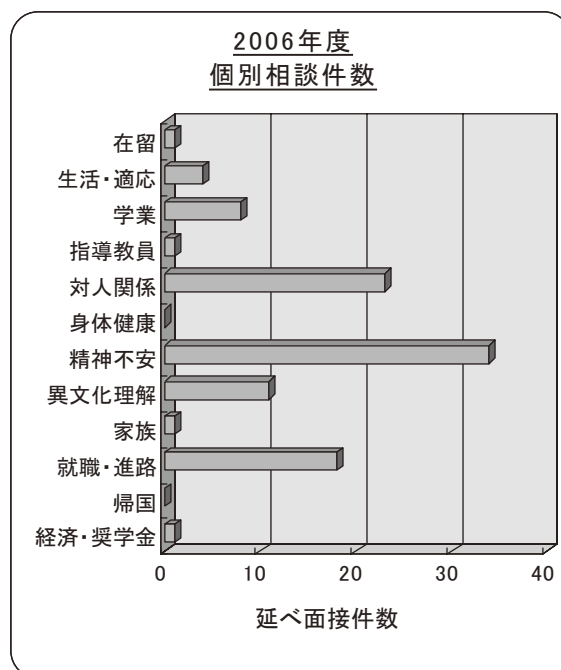
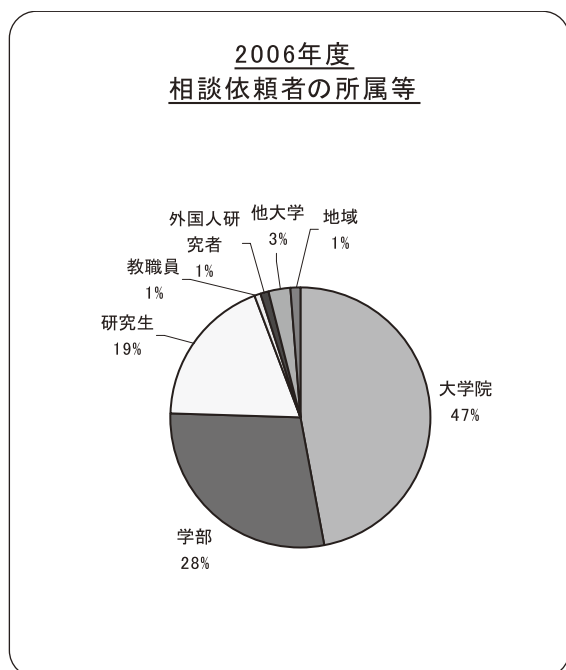
今年度は、留学生のメンタルヘルス担当として着任後2年目の年であり、昨年度から実施してきた留学生相談室での相談や予防活動の基盤を固め、さらに発展することを目指した。具体的には、継続的な相談活動が提供できるよう個別相談活動の充実化、保健管理室や学生相談総合センターとの連携の強化、さらに全学同窓会の支援を受け、留学生センターと「留学生と日本人学生が共に学びあい・支えあう国際教育プログラム」の開発を進めた。その結果、個別相談の件数は昨年に比べ約1.5倍となり、多文化間ディスカッショングループは約4倍、スモールワールド・コーヒーアワーは約2倍の参加者が増加した。これらの国際教育プログラムの発展には学生や教職員の方々の協力によって成り立っており、学生スタッフの底力、教員の方々の連携サポート、職員の方々の事務的なサポートのあり

がたさを感じる日々である。

以下、平成18年度の相談活動、継続的な予防活動や国際教育プログラム、オリエンテーション活動、広報活動、その他セミナーや地域連携活動の5項目を中心に紹介し、最後に今後の課題をまとめたい。

#### I. 相談活動

2006年度は基本的に週に7～8コマの相談時間を設け、相談活動を行ってきた。留学生相談室740号室では、主に外国人留学生に対するカウンセリングを提供しているため、開設している相談時間にウォーク・インの形式で学生が来室するケースは少なく、学生は事前にメール等で相談を依頼したり、指導教員や留学生担当教職員等、学内の諸機関等からの紹介や薦めを受け、来室するケースが多い。相談依頼者が抱える内容に応じて、相談時間など柔軟に対応し、適切な相談・



予防活動の提供につとめた。

延べ面接件数（個別相談）は102件であった。1人あたりの面接回数は相談内容によって異なるが、平均3.09回であった。1回あたりの平均面接時間は約58分であり、情報提供だけでなく心理面のサポートに重点を置いたカウンセリングや問題解決のためのコンサルテーションなどを提供してきた。言語使用の比率は、日本語は約60%、英語は40%であった。（面接件数には、学生相談総合センター兼任相談員として対応した面接も含める。）

## 1. 相談内容

個別相談の延べ面接件数102件のうち、相談内容は全体的に精神不安に関するものが最も多く（34件）、他には対人関係（23件）、就職・進路（18件）、異文化理解（11件）、学業（8件）などに関する相談が多い傾向が見られた。相談内容の特徴について以下にまとめる。

### 【精神不安】

留学生が精神不安状態を経験する多くのケースには、来日する前から抱えていた問題に加えて日本での生活という異文化ストレスを受け、重度に精神状態が低下する傾向が見られた。このような学生が回復したケースでは、留学生相談室での1対1の継続的なカウンセリングだけではなく、他の様々な教育・医療・人的な支援を受けて状態が回復するという特徴が見られた。留学生相談室だけの個別相談だけでなく、学内外の諸機関との連携により提供することができる支援や留学生相談室や留学生センターで提供している様々な予防的教育プログラムや授業等による複合的な教育環境の提供によってより深く留学生を支援できることを実感した。

### 【対人関係】

対人関係の相談では、主に日本人学生、チューター、他留学生とのコミュニケーションや人間関係に悩む留学生からの相談が多い。特に学部生は授業のクラスサイズが大きく、なかなか日本人学生と関係を構築するきっかけが作りにくいことやサークル等での暗黙のルールなど見えない文化に対する不安が多い傾向が見られた。また、大学院生などは研究室の中で孤独感を感じ悩む姿が見られた。孤独感や疎外感、さらにはい

つまでもゲストとして扱われ一人前（日本人学生と対等）の学生として見られない寂しさを訴える留学生は多い。相談では日本人学生の友人形成のプロセスやコミュニケーションスタイルの特徴を伝えるのと同時に留学生相談室や留学生センター等で行っているプログラムを紹介したり、留学生に関心のある日本人学生などを紹介し、友人作りのきっかけを提供した。さらに対人関係の悩みは、自己や他者受容などの個々の課題に発展するため、カウンセリングを通して自分自身と向き合う機会の提供につとめた。

### 【学業】

学業に関する相談は、学部生の場合は日本的な授業の勉強方法やテスト等の準備方法、授業担当教員とのコミュニケーションの取り方に関する内容が多かった。研究生の場合は大学院入試の準備方法や指導教員とのコミュニケーションの取り方などに関する内容が多く、大学院生の場合は研究方法、日本的な授業の受け方、研究科のシステムやカリキュラムに対する不満や自身の関わり方、論文研究や発表に関するストレス等の内容が多い傾向が見られた。全体を通して、日本的な大学・大学院教育に対する知識や理解が不足しているために不安感が高まっている傾向があり、個別相談の中で必要な知識の提供を通して日本のアカデミック・カルチャーに対する気づき高め、スキル・トレーニング等を行った。日本的な大学・大学院のアカデミック・カルチャーに関しては、今後予防プログラムや授業等を通して、さらに留学生に伝えていく必要があると考えている。

### 【進路・就職】

昨年に比べて、留学生及び日本人学生の進路・就職に関する相談が増えた。留学生からの相談では、日本での就職活動方法や履歴書添削に関する内容が多かった。特に大学院生からは研究・教育職を目指すための就職活動方法の情報が得られず困惑している状況が伺えた。今後、留学生相談室においてより充実した進路・就職支援を行っていきたいと考えているが、名古屋大学の留学生は6割以上が大学院生であるため、大学院生のための就職支援も含めた支援方法を検討していく必要があるのではないかと感じている。また日本人学生からの相談では、過去の海外体験等を活かした就職やキャリア形成に関するものが多く、卒業後、海外で

活躍したい学生たちからの相談を受けた。

### 【異文化理解】

異文化理解に関する相談では、留学生からは学内外における交流機会や日本人学生との交流方法に関する相談が多く、日本人学生からは留学生との交流を促進するための方法に関する相談が多かった。相談に来た留学生と日本人学生が自主的に交流プログラムや組織を企画する場面も見られ、学生の元気なエネルギーが感じられた。

### 2. 学内外諸機関との連携

2006年度も昨年度に引き続き、保健管理室や学生相談総合センターの教職員の方々との連携に支えられた1年であった。特に保健管理室の精神科医の先生方が行っている東山症例研究会でのケース検討を通して、必要に応じて留学生が留学生相談室と保健管理室の双方からサポートを得られる体制ができ、留学生のメンタルヘルスを支援する機能がさらに高まった。また、2006年4月より学生相談総合センターの兼任相談員（多文化間カウンセリング）を兼務することになり、少しずつではあるが学生相談総合センターのパンフレット等を通して留学生相談、日本人学生の異文化体験や海外で活躍したい学生の就職・相談等に関する相談などを受けようになり、相互の連携に支えられ、より良い支援を学生に提供することができつつある。さらに学生相談総合センター主催の連絡会等への参加を通して、名古屋大学における教職員の学生支援に関する情報を得ることができ、今後の連携や留学生支援の拡充に役立てていきたいと考えている。

## II. 留学生のメンタルヘルス予防活動・留学生と日本人学生のための国際教育プログラム

昨年度に引き続き、留学生の異文化適応、留学生と日本人学生の相互理解を促進することを目的とした2つの教育・予防プログラム「多文化間ディスカッショングループ」と「スモールワールド・コーヒーアワー」の開発を進めた。これらのプログラムは留学生センターとの協力により、2006年度後期より全学同窓会の支援を受け、プログラムの発展を遂げることができた。

### 1. 多文化間ディスカッショングループ

2006年度前期は先学期からの継続グループ（使用言語：日本語，4カ国，11名）、新しく英語を使用するグループ（6カ国，11名）の計2グループを開催した。2006年度後期は全学同窓会からの支援を受け、大学院生等のグループ・ファシリテーターを雇用することができたため、新しく日本語を使用するグループ（5カ国，10名）と英語を使用するグループ（6カ国，12名）計2グループを開催することができた。2006年度は計4グループを開催することができ、計44名の留学生や日本人学生が多文化間ディスカッショングループに参加した。

昨年の年報では多文化間ディスカッショングループの目的等について述べたため本年度はグループ活動の基本的な流れについて説明したい。グループの基本的な流れは、1, 2回目のセッションで自己紹介アクティビティ、ディスカッション・ガイドラインの確認、ディスカッションテーマのブレインストーミング等を行った。グループ作りの初期段階で、グループメンバーがグループ活動に慣れるよう促す中で、さらに「このグループは参加者全員で作りに上げていこう」「互いに尊重しあえる関係を作っていこう」「ディベートをする場ではなく、個々の体験や考え方など、パーソナル・シェアリングを大切にしよう」「第二言語使用上の支えあいを大切にしよう」などの点も強調していった。3～7回目のセッションでは選んだテーマに基づいたディスカッションを行い、最終回ではグループ体験の振り返りを中心に行った。グループ内での関係が構築されてくると、日頃感じている悩みなども分かち合う場面も見られ、メンバー間で支えあったり、主体的にディスカッション以外のグループ活動、食事会や旅行などを企画する場面も見られた。参加学生は「授業では日本人学生と話せないが、このグループでは話することができる自分がいた」「日本への留学は不本意であったが、グループメンバーとの話し合いを通して、今は目の前にあるチャンスを大事に日本で学生生活を送っていくことの大切さを学んだ」などと述べており、参加学生の学生生活を支援する機能を果たしていると言える。

さらに本年度の特徴として、国際教育交流の分野に関心があり、過去に留学生相談室が主催するグループやプログラムに参加経験のある大学院生や研究生に日

本語グループのファシリテーターを依頼した。留学生相談室で多くの予防・教育的なプログラムを提供するには、教職員の力だけではならず、今回学生ファシリテーターが主体的に運営に関わってくれたおかげで、より多くの学生に多文化間ディスカッショングループの機会を作ることが可能となった。

学生ファシリテーターは日本人学生と留学生の共同ファシリテーションを基本とし、事前にグループ・ファシリテーションに関するトレーニングを行った。グループ実施中は毎セッション後、スーパービジョンを行い、教員とのディスカッションを通して、より良いグループ運営を学んでいく様子が伺えた。さらに留学生が母国語でない日本語を用いて多文化グループのファシリテーションを行うことはかなりチャレンジングな体験であったようだが、徐々に慣れていき自信をつけていく過程が見受けられた。学生ファシリテーターにとっても教育効果のあるプログラムであると言える。さらに来年度も学生と共に多文化間ディスカッショングループ活動の発展を目指していきたい。

平成18年度前期 ディスカッショングループ  
(日本語・継続グループ) 活動内容

回	開催日	テーマ
1	4/26	継続グループの運営方法
2	5/8	今後のディスカッションテーマ
3	5/18	多文化環境での友人関係
4	6/5	親子・家族関係
5	6/22	進路・意思決定・自尊心
6	7/9	グループでの役割やリーダーシップ
7	7/20	振り返りと今後に向けて

平成18年度前期 ディスカッショングループ (英語)  
活動内容

回	開催日	テーマ
	5/30-6/6	事前面談
1	6/6	自己紹介
2	6/13	ディスカッションテーマ 素朴な文化に関する質問
3	6/20	多文化環境における友人作り
4	6/27	親子・家族関係
5	7/4	異文化体験、タイ料理
6	7/18	将来の夢・生き方、振り返り
7	8/8	文化アイデンティティー マイノリティ
8	8/25	異文化体験、最近考えていること
9	9/21	エンターテイメント、振り返り

平成18年度後期 ディスカッショングループ (日本語)  
活動内容

回	開催日	テーマ
	11/29-12/5	事前面談
1	12/6	自己紹介
2	12/13	自己紹介・ディスカッションテーマ
3	12/22	日本文化
4	1/10	上下関係、学校問題
5	1/17	いじめ、不登校
6	1/26	友達作り
7	1/31	男女差別、振り返り

平成18年度前期 ディスカッショングループ (英語)  
活動内容

回	開催日	テーマ
	11/29-12/5	事前面談
1	12/5	自己紹介
2	12/12	自己紹介・ディスカッションテーマ
3	12/19	友達関係・男女関係
4	1/9	今年の目標や抱負
5	1/16	自分自身変えたいところ
6	1/23	働き方、企業文化、就職活動
7	1/30	留学生と日本人学生は互いに何を 得ているか、振り返り

2. スモールワールド・コーヒーアワー

2006年度は6回のコーヒーアワーを開催し、参加者数は延べ約224名であった。本年度の特徴としては、日本人学生と留学生による学生ボランティアスタッフがチームとして結成され、学生が主体的にコーヒーアワープログラムの内容を企画し運営に携わっている点大きい。学生スタッフたちは毎回のコーヒーアワーの前にプログラムテーマや流れを考え、ポスター等を作成し、買出し等準備を踏まえ、コーヒーアワーの当日を迎えている。コーヒーアワー中は司会・進行を日本語と英語で実施しており、留学生が参加者の前で日本語を用いて司会やゲームの進行役を務めたり、日本人学生が英語で行ったりと学生の言語能力の向上を目指した機会になっている。学生たちは事前に慣れない言語でシナリオを考え、準備しているようである。学生スタッフたちは「人前で話すことは苦手だったが、司会などを行ってみると予想以上にできる自分がいて驚いたが、自信が出てきた」「コーヒーアワーのスタッフのメンバーはアットホームで、ミーティングや食事はほっとできる」「スタッフには大学院生と学部生、

## 平成18年度 スモールワールド・コーヒーアワー活動内容

回	開催日	テーマ	参加者数	開催場所
1	5/9	いろいろな国の人と出逢おう	約25名	IB 電子情報館留学生相談室
2	6/6	世界の朝食	約26名	IB 電子情報館7階ロビー
3	6/28	世界の夏	約45名	留学生センターラウンジ
4	11/21	名古屋を知ろう！～どえりゃええで～	約65名	留学生センターラウンジ
5	12/20	世界のお正月	約28名	留学生センターラウンジ
6	1/24	かるた大会	約35名	留学生センターラウンジ
		計	約224名	

日本人学生と留学生がいるので、縦と横のつながりが増え、より多くのことが学べる」「コーヒーアワーに出る度に知り合いが増えて、学内のネットワークが広がった」などとコーヒーアワーやスタッフ活動の魅力を述べている。コーヒーアワーのプログラム運営には、国際交流プログラム企画力、ミーティングやプログラムのファシリテーション能力、組織の運営能力等が必要となる。今後、学生スタッフや国際交流プログラム作りに関わる学生を対象とした研修等を提供し、学生の国際交流プログラム運営能力を高めていきたいと考えている。

### 3. オリエンテーション活動

本年度も昨年度に引き続き、全学新入生のためのオリエンテーションや国際喫煙館入居オリエンテーションでのガイダンスにて、異文化適応、ストレス・マネジメント方法、留学生と日本人学生の関係作りなどについて情報を提供した。来年度はさらに留学生相談室をさらに気軽に利用でき、利用率が上がるよう、オリエンテーション内容など工夫したいと考えている。

#### 【新入留学生オリエンテーション】

全学新入留学生のためのオリエンテーションでのガイダンス

4/10 「異文化適応について」(日本語・英語)

10/13 「異文化適応について」(日本語・英語)

#### 【国際喫煙館オリエンテーション】

国際喫煙館入居オリエンテーションでのガイダンス

4/10 「国際喫煙館での共同生活」(日本語・英語)

9/27 「異文化適応と多文化環境での友達作り」  
(日本語・英語)

### 4. 授業

今年度は留学生センター教員チームで担当している3つの授業に関わり、授業での教育活動を通して、留学生と日本人学生の相互理解や、留学生の心理面の予防教育などにつとめた。前期は基礎セミナー A「多文化社会を生きる」(代表:松浦まち子)、後期は教養科目「留学生と日本」(代表:浮葉正親)、NUPACE(短期留学プログラム)科目「多文化理解とコミュニケーション」(筆内美砂氏と共同開講)の授業開講に携わった。留学生と日本人学生の協同授業を通して得られる学生たちの気付きは大きい。異文化不適応を起こしていた留学生が留学生相談室でのカウンセリングだけではなく授業を通して日本人や日本文化に対する理解を深めたケースが見られ、留学生センター教員が開講する授業の教育効果の大きさを感じた1年であった。

### Ⅲ. 広報活動

昨年度、ホームページの開設に取り組んだため、今年度は紙媒体での広報活動に焦点を当てた。まず「留学生相談室だより」を2006年6月に発行し、留学生相談室活動と教職員を対象に相談内容の紹介を行った。また広報室に協力いただき、今年度は名大トピックスに3回記事を掲載し、留学生相談室の活動を学内外の方々に紹介する機会が得られた。さらに来年度から使用する留学生ハンドブック改定に向けて、留学生相談室が利用しやすくなるよう担当教職員で工夫したものを作成した。来年度は引き続きホームページの充実化を図るためにリニューアルし、さらに留学生相談室の周知が広がるよう全学的な広報活動を試みたい。

#### IV. セミナー, 文化交流, 地域連携

##### 【留学生と日本人学生のための合同セミナー】

11/4-5 日本学生支援機構(JASSO)東海支部「地球家族セミナー in a training camp」JASSO東海支部が留学生交流事業の一環として開催した東海地区で学ぶ日本人学生と留学生の合同セミナーの企画から携わり、討論アドバイザーを務めた。名古屋大学からも多くの学生たちが参加し、大学の授業などでは味わえない1泊2日のリラックスした研修の中で深いレベルでの心の交流の機会を提供することができた。

##### 【教職員のための研修】

本年度は留学生相談室や留学生センターの活動として、国際企画室やJAFSA(日本国際教育交流協議会)と連携し、教職員等への研修の機会を提供することにつとめた。

8/2-4 JAFSAサマーセミナー・「みんなが主役! キャンパス国際交流~共に学びあう交流プログラムの開発~」分科会担当(堀江未来・高木ひとみ)

11/24 名古屋大学国際業務トレーニングセミナー・JAFSA月例研究会「留学生・外国人研究者とのより効果的なコミュニケーションを目指して」(名古屋大学留学生相談室・国際企画室・JAFSA共催, 堀江未来・平井達也・高木ひとみ)

3/20 名古屋大学留学生センター講演会・JAFSA月例研究会「より魅力ある短期留学を目指して:短い時間でしっかり異文化体験!」ジェラルド・フライ氏(ミネソタ大学教授・高等教育研究センター客員教授)の企画

##### 【留学生支援に関する情報提供】

3/5 南山大学ホストファミリーワークショップ「互いに学びあう関係づくりのために」担当

#### おわりに

この1年、留学生のメンタルヘルス支援や予防活動を通して、痛感したことは、異文化不適應や精神不安を経験している留学生たちは、相談室での1対1でのカウンセリング活動だけではなく、多文化理解に関する授業や留学生と日本人学生との合宿や国際交流関連のプログラム等、間接的な心理教育の機会に参加したり、他の学内外の方々の温かい支援をさらに受けたりするなど、マクロ的なアプローチによって、回復するケースが多いという点であった。ある学生はこの一連の支援サポートによって回復した際に、「他の様々な授業やプログラムに参加して、自分の中で何かが耕された」と述べていた。来年度は、日々行っている相談や予防活動と広い範囲での留学生や日本人学生の教育環境システムとの関連に視点を置き、学内外の方々と連携しながら、さらに良質な支援や教育活動を行っていきたいと思っている。