

〈論文〉

異文化滞在者

——異文化衝撃緩和，異文化適応促進と異文化間対処能力——

熊谷 ユリヤ

I. はじめに

一定期間以上の海外滞在では，程度の差こそあれ異文化衝撃や異文化適応の問題を避けて通ることはできない。それは，滞在地の言語の熟達度，海外経験・知識，自国と滞在先国の間の文化的・地理的距離に拘わらず，また本人の認識如何に拘わらず起きる現象である。達成すべき特定の目的と期間が定められている異文化滞在者には，異文化適応を果たし，より効果的に活動し，効率的に機能することが求められている。本稿では，筆者が平成17年度の一年間，客員研究員として過ごした英国ケンブリッジ大学をフィールドとする面談調査から得た，異文化衝撃・異文化疲労の誘因と症状の事例を通じて，異文化適応促進と異文化間対処能力に関する考察を行ってみたい。

II. 異文化滞在者

「異文化滞在者」は，「滞在期間」のみで定義されるケースも少なくないが，ここでは，「動機および目的意識」を加えた両面から定義したい。第一に「自文化圏から異文化圏（通常外国）へ移動して一つの地域に一定期間滞在し，通常，期間終了後の帰国を意図するか期待される者」である一定の期間は，研究者により3ヶ月から2年間，あるいは6ヶ月から5年の幅が一般的である。いま一つの条件としては「具体的な特定の動機と，目的意識の志向性を持つ者」である。よって，たとえ目的が明確であっても短期語学研修やホームステイは含まれず，期間が長期で動機が特定・一定ではない移民・難民や，目的意識が希

薄な滞在型旅行者も含まない。通常、自国の企業・組織の海外駐在員，外国企業・組織の現地社員，外交官，国際機関や非政府組織等を通じて活動を行う者，そして，外国の教育・研究機関に勤務または客員として滞在する教職者・研究者，留学生，研究生，およびその家族等が該当する。

III. 調査の対象と手法

さまざまな国籍と文化的背景を持つ滞在者の，異文化圏におけるパーソナルヒストリーの質的調査を行うためには，同じ文化圏に身を置き対等な立場で情報を分かち合う，独自のインタラクティブ法が最適である。たとえ異文化適応困難による負荷や心身的症状があっても，インフォーマントである面談の対象者（面談者）が否定・隠蔽，あるいは，自覚症状が無いケースも考えられるため，同じ大学での異文化滞在者としての筆者自身の体験を，誘導にならないように工夫して開示することで，相手が気づき易く，話し易い環境を作ることが重要と考えた。

31のカレッジ，100以上の学部・学科，多数の関連研究所などの集合体であるケンブリッジ大学には，フルタイム換算で約18,133名の学生（うち英国及びEU約14,935名，EU以外からの留学生約3,198名），計約5,160名の教員，教育関係者，契約研究員の正式スタッフの他に，各学部，学科，研究所，カレッジへの客員研究者が所属している。面談者は，英国以外の国から大学院課程への留学生，および，大学・カレッジ・研究所に勤務する外国人研究者と，海外からの客員研究者・研究滞在者である。面談の時点での友人や親しい知人，については，情報量が過剰で主観が介入する恐れがあるため対象外とした。面談者は50カ国からの計50名，学生と研究者は同数で，中期以上の英国滞在が初めてである。コンタクト方法は，(1) 講義やゼミ聴講，所属カレッジや客員研究者協会，研究会等を通じての知人や顔見知り，(2) 大学会館，図書館，コンピューター室，カフェテリア，談話室などで直接アプローチし趣旨に賛同を得た対象者，(3) 国や立場の重複を解消するため，知人や面談者に条件を提示して依頼した対象者である。出身国は，次の通り。

- ヨーロッパ (15)：留学生；イタリア，オランダ，ギリシャ，スウェーデン，スペイン，スロバキア，ポーランド
 研究者等；オーストリア，ドイツ，ハンガリー，フィンランド，フランス，チェコ，リトアニア，ルーマニア
 NIS / 旧ソ連 (4)：留；ロシア，カザフスタン 研；ウクライナ，ベラルーシ

アフリカ (8) : 留 ; エチオピア, コンゴ, チュニジア, 南アフリカ

研 ; ケニア, トーゴ, ナイジェリア, モロッコ

南北アメリカ (8) : 留 ; アルゼンチン, カナダ, コロンビア, ブラジル

研 ; アメリカ合衆国, チリ, ベネズエラ, メキシコ

アジア (13) : 留 ; イスラエル, インド, クウェート, タイ, 中国, ベトナム,

マレーシア

研 ; インドネシア, 韓国, サウジアラビア, シンガポール, パキスタン,

フィリピン

オセアニア (2) : 留 ; オーストラリア 研 ; ニュージーランド

ランチやアフタヌーンティー等のテーブルで、リラックスした雰囲気重視での個別面談は、(0) 事前の趣旨説明, (1) 筆者の自己紹介, (2) 個人の特定が可能な情報の非公開・守秘義務契約書の署名, (3) 相手の所属, 滞在期間・目的などの基本情報を尋ねる, (4) 通常、一時間前後の自由会話を通じて、筆者の当地に於ける異文化適応体験と、相手の体験を交換し合うという形式であり、質問を用意して一方的に回答を得て統計的な数字を得る量的調査でも、聞き取り調査の談話分析でもない。特に、対象者が特定の国・文化圏・年齢層のグループではないため、割合や数字よりも文化圏や年代を越えた全体の傾向や日本人グループを対象にした質的調査では見えてこなかった事例を探ることに重点が置かれている。尚、滞在期間がすでに一学年間（10月から9月の academic year サイクル）以上滞在している面談者には、最初の一年間と現在の比較を中心に聞いた。記録方法は、警戒心や緊張感を与えないため録音などの機材は用いず、会話中のメモと終了直後の記録ファイル作成による。

IV. 言語コミュニケーション能力

面談は全て英語で行われた。対象者のうち、英語を母国語あるいは公用語としない留学生に対する同大学の TOEFL 要求スコアは、最低 PBT 600 点 (CBT 250, iBT 100) であり、面談者は、それをかなり上回るケースが多い。また、その他の外国人 (客員) 研究員・スタッフの英語も言語障壁は感じさせないが、一部、到着後、日が浅い客員研究者には、専門分野の話題では言語障壁は感じないものの抽象的概念に関しては語彙が十分ではないケースが数件あった。一方、発音と抑揚に関しては、約一割に母国語の極めて強い影響が認められ、その他の二割弱にやや強い影響があったが、非母国語話者にとってコミュニケー

ション障壁になり得る対象者は数名のみであった。

日本では、英語を中心とした滞在地の言語コミュニケーション能力が、異文化滞在成功にとって最大の要素であるかのような誤解があることは否めない。しかし、実際は学術目的の滞在に関する成功度や満足度と、現地語コミュニケーション能力との相関関係は決定的なものではない。逆に、到着時点での言語熟達度が高い程、自信が打ち碎かれる機会も増えてくる。一方、当初の言語レベルが低ければ、伸びが実感できること、それが更なる学習動機、向上へとつながることも多い。自己表現や複雑なメッセージを伝達できず現地話者との社会ネットワークが構築できなければ、適応が困難であると思われがちであるが、実際は、対人コミュニケーションは非言語的要素やコミュニケーションのストラテジー、異文化圏であるホスト文化・社会で受け入れられやすい行動や態度などの要素も大きい。その意味で、上記調査は言語障壁の要素をある程度取り払い、その他の多文化横断的要素について考察することができたと思われる。

V. 異文化適応の諸段階

Oberg (1960) は、異文化適応の過程を四つの段階に分けて説明している。到着直後の「蜜月期」は、全てが新鮮で魅力的であり希望に満ちた高揚期である。滞在者は楽観的に思考し積極的に行動する。通常二週間から四週間続くと言われる。次の「敵対期」では、感情的には型にはまった先入観を通じて滞在地の社会や文化を見るようになり、逆に同国人との接触を好む。次の段階は「回復期」と呼ばれ、言語・知識の増加に伴い、自信を回復する。最後の段階は「適応期」で、滞在地の文化への適応が完成し、滞在先の社会・文化に受け入れられる、としている。

また、Adler (1975) は、「興奮・有頂天期」「崩壊期」「再統合期」「自立期」「独立期」の五つの適応段階を特定した。自民族中心主義的な第一段階の後、文化的差異に気づき混乱・落ち込みが起きる第二段階を経て、第三段階では滞在先の文化を強く拒否する。しかし、この段階は、後退するか、それを克服して滞在地の文化の理解を増し自立へ進むかどうかの分岐点と考えられている。最終段階では、文化的差異を尊重し、自らの世界観の一部として、滞在先の文化を包含するようになる。一方、Gullahorn & Gullahorn (1963), Church, (1982) は、滞在地での異文化での適応の過程を「U字曲線」で表わし、帰国後の自文化での再適応曲線の「U字曲線」と合わせて、全行程の適応曲線を「W字曲線」としてモデル化した。

面談者の殆どが、上記のような適応の段階やU字、W字モデルについて何らかの知識

を持っていたが、その過半数が、自分の異文化適応経験には全く合わないと感じていた。最も多い意見としては、到着直後の、「バラ色の希望に満ちて楽観的であるはずの時期」が、緊張感と混乱のため、最も辛く落ち込みの激しい時期だったという。特記すべきは、地理的距離、文化的距離や言語的距離は、初期の混乱や衝撃には無関係であり、むしろ、個人の人的ネットワーク構築力、経験や条件、自国との環境の落差が決定的な要素であるケースが圧倒的に多いことである。

一般的に、滞在地の言語能力が高く（あるいは母国語話者で）、滞在地の文化に関する知識と海外経験が豊富で、開放的で柔軟な性格であれば異文化適応が比較的容易であると考えられている。しかし、当然のことながら、個人的条件により適応の速度や段階は大きく異なる。適応の速度や達成感、あるいは成長感、同伴者家族の有無、何よりも、自国に残してきた人間関係と現地で構築した対人関係のバランスが大きく関係していた。

更に、ある時点でいずれかの適応パターンを認識しても、順番や期間は現実にそぐわないか、異なる要素毎に独自の曲線モデルがあると感じている面談者が大多数であった。現実には細い紐状の心理曲線ではなく、現地で出会う人々とのコミュニケーションが大きな要素を占める、様々な曲線が複雑に組み合わされた、ロープ状モデルと考えるのが最も的確と思われる。その意味では、異文化滞在者の適応過程を「ストレス、適応、成長のプロセス」と捉えた Kim のモデル（1988）が最も近いと思われる。

Kim は、異文化滞在を「ストレス→適応→成長」の過程と捉えた。その触媒の役割を果たすものが、対人コミュニケーションである。面談者たちの場合は、イングランド的異文化のみならず、世界各国からの学術滞在者・訪問者が織り成す多文化に於ける対人コミュニケーション能力が、初期衝撃緩和および、よりストレスの少ない適応と効率的・効果的な学術活動を開始できるか否かの最大の鍵となっていると思われる。

VI. 文化衝撃・文化疲労の誘因と症状

Oberg によって一般に知られるようになった「カルチャーショック」という用語は、異文化滞在中に経験する衝撃や、それが誘発する落ち込みのみならず、方向性の喪失感や不安感を表すとされている。異文化衝撃は本来肯定的な極性の事象も含まれているにもかかわらず「カルチャーショック」は、通常否定的なものとして認識されている。面談者は全員「カルチャーショック」の用語を知っていたが、その大多数が「ショック」という語の語感ゆえに否定的なものとして捉えている一方、異文化滞在研究の文脈ではなく、「ホームシック」程度の軽い意味で捉えているケースも多かった。面談者には、「カルチャーショック」

の語を「(異)文化疲労」という言葉に置き換えて考えることの可能性や、「異文化疲労を体験することは、自文化圏での生活が充実していて人間関係の満足度が高かったことの裏返しでもあり、異文化を通じて自文化や自己をより深く知る機会である」という私見を提示し、それに対する意見も聞いた。

「U字曲線モデル」, 「W字曲線モデル」に従うなら、アルファベットの底辺に向かう時期が、(異)文化衝撃・(異)文化疲労が多発する時期ということになるが、実際は、滞在期間を通じて、変動する波形が認められた。最も異文化衝撃・文化疲労による諸症状を多く自覚した時期は、研究者、留学生とも到着直後の第一期である。すでに滞在期間が長い研究者の場合は、滞在予定期間の折り返し点が近づく時期にも、同じ状態が起き、悲観的になったケースが多いという傾向が見えた。興味深いことは、その殆どが、一旦折り返し地点を過ぎた直後の一定期間は、楽観に転じたという点である。また、一年間のサバティカル休暇がほぼ終わり、帰国が近づいていた客員教授が、帰国後に再びかつての多忙な生活が待っていると思うと気が重い一方、自分の不在中も学部は機能していたことで、存在価値が希薄になった気がすると語ったのは例外的である。

留学・研究など学術目的の異文化滞在者は、高い目的意識を持った自発的な文化間移動であり、オリエンテーションやカウンセリング、他の学術滞在者を通じて、異文化衝撃やその対処法に関する情報も比較的豊富である。それでも、面談調査の結果、異文化衝撃や適応段階困難の症状、気分の落ち込み、前途に対する悲観、劣等感、孤独感、疎外感、焦燥感、喪失感、無力感等、本人が自覚していて語ってくれたケースだけを見ても、以前に筆者が行った他のカテゴリーの異文化滞在者達と比較して、特に少ないとはいえないことが明らかになった。

主な誘因として面談者達が指摘した項目は、(1) 生活環境と食住の不満とストレス、(2) 強い GBP (英ポンド) との通貨換算率や経済状態からくる不満とストレス、(3) 価値観・習慣の違いからくる違和感・不快感・反感・ストレス、(4) 学業や研究成果に対する、期待感からくるプレッシャー、(5) 人種・宗教差別・偏見等に対する怒り、国籍による扱いの違いに対する不快感、劣等感、(6) 自然環境、(7) 社会的地位に分類できる。

(1) については、自国での住環境と、イギリスでも最も不動産や物価が高い町の一つであるケンブリッジの住環境の違いを指摘する面談者が多かった。一般に住環境が良く生活水準が高いと思われる国からの滞在者よりもむしろ、発展途上国の富裕層が学術滞在者になった場合、自国の環境とケンブリッジの学寮やアパートに住んで感じるギャップが深刻であるという発見もあった。

(2) については、英ポンド高 (1 GBP = 約 200 円~220 円) や、通貨が弱い国の出身者

にとって、純粋に生活が苦しいという要素は明らかである。特に、夏の長期休暇中やクリスマスから新年にかけての帰国・旅行・家族呼び寄せをする金銭的余裕がない場合、その時期は孤独でホームシックになるという声も多い。更に、学術ビザは労働が許可されないため、奨学金のみに頼る生活を強いられ、誇りと劣等感が複雑に絡み合った心境だという声もあった。しかし、一方で、北欧等一部の国以外では通貨換算率で惨めな思いをしたことが無かった、米ドル、ユーロ建てで収入を得ている面談者からは、「通貨が（ポンドに対して）弱い国の国民である」という事実を思うと複雑な気持ちになるという声もあった。

(3) に関しては、「列を作って辛抱強く待つこと」や「時間を守ること」等の習慣、「古いこと」「歴史があること」に対する誇りと執着、「よそよそしい」「冷たい」「冷静で感情を表さない」といった非言語コミュニケーションの要素がある。「本音を言わない遠まわしな物言い」「必要以上に単語を増やして丁寧語を作る」「気取った発音が耳につく」等のイギリス英語に対する違和感は、英語を母国語や公用語にする国の出身者が多い。アメリカ人面談者は、はじめは「語尾下りの疑問文、付加疑問文と“Lovely”の多用」が耳障りだったのに、無意識にイギリス英語を真似ようとしていたことに気づき自己嫌悪に陥ったという。(4) には、本人自身の過度の期待感、所属する現地と自国の研究所や大学、家族の、暗黙あるいは、絶えず寄せられるメッセージとしての期待がある。また、奨学金を受けたアフリカの出身者は、社会や国の期待が励みでもあり重荷でもあるという。

(5) に関しては、面談者のイスラム教徒ほぼ全員が、9・11テロ、イラク戦争や2005年7月にロンドンの地下鉄爆破テロが起きたことで、「イスラム教徒＝テロリスト」という偏見があることを感じていた。また、宗教の違いに関連した食習慣や女性の衣習慣を、「表面上は尊重しているようで、実は、周囲が軽蔑しているのを感じることもある」といった趣旨の声が相次いだ。また、イスラム教徒以外でも、英国政府が指定した特定の国々から訪英した滞在者は、到着後、警察に登録するために出頭しなければならないため、プライドを傷つけられ、以来、一度もこの国に来て良かったと思えたことがないという声もあった。

更に、ニュース、メディアや映画で批判的（時には客観的）に自国の過去が取りあげられ、周囲の人々が何もコメントしないのにもかかわらず、あたかも自国を代表して非難を一手に浴びているかのような錯覚に陥るケースが数件あった。例えば白人系の南アフリカ人は、「それまで意識していなかったアパルトヘイト」を扱った映画「SARAFINA! (1992, 邦題：サラフィナ!）」がテレビ放映直後、周囲の自分に対する視線が批判的になった気がして、部屋から出たくなかったという。ドイツ人は、「The Pianist (2002, 邦題：戦場のピアニスト)」が評判になった頃、周囲が「ドイツ人＝ナチス」のイメージを自分に重

ねることを恐れて気が重かったという。

(6) について、南国からの滞在者を中心に、英国特有の雨が続くと気が滅入り関節が痛む、あるいは、百年以上前の断熱されていない石造り建物の冬の寒さと湿気に耐えられない、或いは、冬季うつ病と診断されたというケースも報告された。(7) 社会的環境の変化には、渡英と引き換えに自国での社会的地位を失ったこと、或いは、同じ肩書きであっても、それがケンブリッジのイギリス人の間では自国と同等の評価を受けていないと感じていることがストレスの要因として常に意識されるケースがあった。

(異)文化衝撃・(異)文化疲労の症状については、単なる落ち込みの他に、眠気、だるさ、気力の無さ、僻みっぽさ、短気、誇大妄想、被害者妄想、孤立感、絶望感、疎外感などが、一年以上の滞在経験を振り返った面談者達から指摘された。一見無関係に見える身体的症状との関連の可能性についても、ある程度滞在期間が経過した対象者が、過去を振り返って挙げたものが多い。例として、頭痛、血圧上昇、風邪をひきやすい、知らない人と話す時耳鳴りがする、喘息、行きたくないところへ向かおうとすると筋肉痛がおきる、英国の料理に付きもののチップスの臭いを嗅ぐと呼吸が苦しくなる、英語を読もうとすると視力が弱くなる気がするなど。いずれの症状についても、因果関係を理解しているケースと、単なる心身症状と考えるケースがあった。

その他、病的な強迫観念に取りつかれた行動として、当初は時差を気にしているうちに、時計の秒針を常に目で追いつけるようになった例、部屋に籠ってインターネットで自国のサイトを読み続け、絶えずチェックしなければ不安に陥る、自国のネットオークションで品物を買いつけ、家族のいる自宅へ送り続ける、以前は信じていなかった自国の迷信や占いに極端に凝って自らの行動を束縛する、一種類の食べ物（自国で食べていたブランドの豆のカレー）しか受け付けなくなる、イギリスを象徴する品（エリザベス女王の記念グッズ、ユニオンジャックがついた物等）に異常なまでに執着して収集するなどがある。

異文化にスムーズに適応できないことを認める、あるいは、周囲に察知される滞在者は、「異文化適合能力や対人コミュニケーション能力が不十分」と見なされ、深刻な「カルチャーショック」の症状は、「そのような脱落者に特有の、否定的状態または疾患疾病」と考えられ、ゆえに「予期されず、認識されず、意識的・無意識に否定され、忘れられる」ものである。しかし実際は、自文化の中での離婚、失業、家族や友人の死などの辛い体験のみならず、安定が脅かされた時にもおきる自然な反応であり、結婚、進学、転職、昇進、転勤などによる環境の変化に呈する移行反応として極めて一般的な現象であるため、異文化対処能力にかかわらず誰にでも起こりうるものなのである。明らかな症状が出ているにも拘わらず、「自分だけはかからない」「かからなかった」という思い込みがある調査対象

者たちの割合は高い。

VII. 異文化間対処能力

面談の中でまず筆者の体験を語ると、調査対象者の中には、「自分は一切経験がないが、知人や友人の例」として、カルチャーショックの例、異文化不適應の見聞の話をしてくれることも多い。中には、言葉の端はしに、実は本人の体験であることが窺い知れるという、カウンセリングの際によく見られる現象が観察された。しかし、(異)文化滞在の問題や異文化衝撃・(異)文化疲労を克服する上で最も重要なのは、そのような症状や状態は誰にでも起こりうるもので、自分も例外ではないという心の準備をすることである。

Hammer (1989) は、「異文化間コミュニケーション対処能力 (Intercultural Communication Competence)」という用語を用いた。学術滞在者に必要かつ効果的と思われるのは、常に客観的に自分や周囲の事象を観察し、事象や症状の背景にある理由や価値観の違いを探求する態度である。ある事象や他人の価値観について、否定も軽視も嫌悪もせずに、なぜそうなのかの理由を考える答えをだす能力が、異文化対処能力であろう。ごく単純な例では、ある客員研究者が、ケンブリッジの緑地のベンチは、全てペンキが塗られておらず、黒ずんだ木肌が露出している。それを汚いと不快に思い、なぜペンキを塗らないのかを批判的に観察した結果、霧雨が止んでそれ程時間が経たなくても、木の地肌が水分を吸収していて、座ることが可能だということに気がついた。ペンキがはじいた水分を拭き取らなければ座ることができないベンチより、この天気には相応しいと気づいたという。

異文化接触からの適應の過程には、負荷や困難を伴うことはきわめて自然であることを認識した後は、客観的・分析的態度により自己尊厳を維持する必要がある。あるいは自己分析により、否定的要素のみならず肯定的要素もリストアップし、引き金となる事象を過去に探し、パターンを認識することも効果的である。継続的に日誌をつけている研究者は、「箇条書きだけでも毎日つけること。ブログ上で公開したり、後に出版するためではなく、自分専用のための正直で簡潔な内容にすることと、健康状態、疑問、楽しかったこと、不愉快だったこと、体調、天気、自国との交信、疑問に思っていたことや、解決した悩みも別に記入する」という。この方法は、後日見直してパターンを特定する上で役立つであろう。

価値判断を控え、「おかしい」「間違っている」「失礼だ」「合理的ではない」「効率的ではない」などの判断を下す前に、「歴史的・文化的背景」を考え、観察・分析・リサーチ

をすべきだという筆者の体験談に賛成した面談者は、バス恐怖症の体験を語ってくれた。彼は、運転手が、バスに乗り込む乗客一人ひとりに丁寧に應對して料金を受け取り、質問があれば後の客が待っていても丁寧に答え、全員乗客が座席につくまで発車しないことが、非効率的で偽善的だと、苛立ち怒りを感じていた。一度、運転中に話しかけ、違法だと他の乗客に叱られて以来、バスに乗ることを拒否し、往復二時間以上をかけて自転車で通勤していた。しかし、英国式対人コミュニケーションや文化・社会を理解するにつれて納得がゆくようになり、バスでの外出も苦にならなくなった。「振り返ると、なぜ、あんなことにこだわり落ち込んだのか不思議だ」という。

(1)～(7)で挙げた他の事例も含めて、初期の段階での中期滞在者の体験談やピアカウンセリングにより、異文化不適合のトリガーとインパクトの関係を理解していれば、異文化機能効率を落とさずに済んだと思われる。一般には否定的に捉えられている事項にも、異文化不適合や文化・言語障壁を克服するうえで有益なものがある。例えば、自国人のコミュニティを作って固まってはいけないと指導を受けたとしても、到着当初は、同国人は貴重な情報源であり、病気・緊急事態の際に頼りになる保険でもある。また、自国との国際電話、インターネットによる情報収集や交信や時折の一時帰国は精神安定剤であり、本格的帰国後の「逆カルチャーショック」を軽減する。

一学年以上の滞在中には、目的を達成するまで一時帰国はしない決心をした者、何らかの規定により途中帰国が禁じられている者、あるいは旅費が捻出できず長期間一度も帰国できない者がいる。しかし、氣力を失っていても立ち直るきっかけ（時には逃げ道）を自分に与えるという意味で、いずれ自文化に復帰する滞在者にとって、一時帰国は頻繁過ぎない限り、精神衛生には有益である。滞在期間（または長期一時帰国までの期間）が予め明確に規定されている場合は、満期から逆算して、その時点で何分の一が終了したかを確認すること、到着後何週間（何ヶ月）目なのか、残り何週間（何ヶ月）なのかを常に自覚することにより、計画的かつ積極的に過ごすことができる。

「異なる文化背景を持つ相手の価値観を尊重し、違いの内容は認めないまでも、違いがあることが当然であるということは認める」態度が、異文化共存の鉄則といわれる。異文化滞在者にとっての異文化間対処能力とは、性格や生まれ持った能力ではなく、このような価値観の融通性、先に述べたような工夫と客観的態度から生まれるものである。

VIII. 「異文化的自己」と「核となる自己」

滞在者が異文化圏の規範に適應することは、「滞在先の文化的価値観に同化し、自文化

のもとで確立されたアイデンティティーを否定することや否定されること」ではない。それは、滞在地の文化に適応するため、暫定的な自己を新たに形成することである。異文化の地というステージに立って、異文化的自己を相手の規定した条件で演じながらも、核となる自己は保ったまま観客に受け入れてもらうことにも似ている。すなわち、中期異文化滞在者にとって有効な方法のひとつは、文化間の境界を超え、異文化環境に於いてより効果的に活動し効率的に機能するための、自己防衛としての「異文化的自己」を構築することである。異文化衝撃緩和・異文化疲労軽減・異文化適応促進のための異文化間対処能力を向上させるためには、客観的視点に立って滞在先文化と自文化における価値観の相違点と類似点を認識しつつ、異文化的自己のイメージを構築すべきなのである。

参考文献

- Adler, P. "The transitional experience: An alternative view of culture shock," *Journal of Humanistic Psychology*, 1975.
- Church, A. T. "Sojourner Adjustment," *Psychological Bulletin*, 1982.
- Furnham, A. "The Adjustment of Sojourners" in Y. Kim & W. Gudykunst (eds.), *Cross-cultural Adaptation: Cultural Approaches*, Sage, 1988.
- Gibson, R. *Intercultural Business Communication*, Oxford University Press, 2000.
- Gudykunst, W. *Theorizing About Intercultural Communication*, Sage Publication, 2005.
- Gullahorn, J. T. & Gullahorn, J. E., "An Extension of the U-Curve Hypothesis," *Journal of Social Issues*, 1963.
- Hammer, M. "Intercultural Communication Competence," in M. Asante et al (eds.), *Handbook of International and intercultural communication*, 1989.
- Kim, Y. *Communication and Cross-cultural Adaptation*, Multilingual Matters, 1988.
- Kim, Y. *Intercultural Communication: A Reader*, Wadsworth, 1994.
- Kohls, R. *Developing Intercultural Awareness*, Intercultural Press, 1994.
- Lewis, R. D. *Cross Cultural Communication: A Visual Approach*, Transcreen Publications, 1999.
- Oberg, K. "Culture shock: Adjustments to new cultural environments." *Practical Anthropology*, 1960.
- Scollon, R. & Scollon, S. W. (1995). *Intercultural Communication*. Oxford, United Kingdom: Blackwell.
- Storti, Craig, *The Art of Crossing Culture*, Intercultural Press, 2001
- Ward, C., Bochner S. & Furnham, A. *The Psychology of Culture Shock*. Routledge, 2001.

本稿は平成 17 年度札幌大学海外留学研修制度による研究成果の一部である。