

# 夢を叶え現実になった日本留学体験

—日本での長期滞在体験からの学び—

## From Dream to Reality: My Experience of Studying in Japan

Learning from the Long-Term Stay in Japan

東京大学大学院教育学研究科総合教育科学専攻 **イ コンシル**

LEE Geonsil

(Graduate Student, Graduate School of Education, The University of Tokyo)

**キーワード：日本留学、外国人留学生、私費留学**

### 1. 始めに：留学のきっかけ

小さいころから外国の文化や外国語に関心があった私は、韓国では当たり前のことが他の国ではそうではなかったり、一つのことに対して異なる視点から見られたりする価値観や文化の違いがただ不思議でたまらなかった。しかし、韓国の中でも地方の小さい都市に生まれ、ソウルにもあまり行ったことのなかった私の幼少期・青年期のことを考えると、生活の中で接触する情報や経験の量や幅がとても限定されていたと思う。最近には珍しく大人数の5人兄弟の末っ子だった私は決して裕福とは言えない生活だったので、新たなことに触れあったり、体験したりする機会は少なく、ただ自分に与えられた環境を存分に活かして楽しんだ毎日だった。その後、大人になっても異文化や外国への関心が大きかったので、まず、隣の国、日本へ旅行することにした。初めての海外旅行先だった日本は、最先端の技術で出来上がった便利できれいな都心の風景と、人情あふれる下町の懐かしい風景や伝統的なものが交っていて、独特なバランスを取っているような雰囲気大きなインパクトを受けた。大学卒業後は現実的なことを考え会社へ就職したが、異文化への関心がおさまらず会社を辞めて語学研修で行ったところが日本だった。

## 2. 日本という異文化に接する楽しみと学び

日本は、韓国と同じアジアの国で、中国文化の影響の中で漢字や仏教、儒教など類似する文化圏の国であり、外国だが物理的距離も近くて滞在するのに心理的負担が少ない外国だと思う。私もこのように似ている文化圏の国でありながらも、韓国とは違う日本らしい文化に触れあえることに魅力を感じ、日本へ来ることを迷いなく決めることができた。日本に来てしばらくは、仕事から溜まった疲れやストレスを取るために、ただ休みながら言語を習得することを目標にした単調な生活を過ごした。その間は最初の異文化に対する好奇心や新鮮な衝撃も働き、韓国と違った日本での日常を過ごしながら気づく小さな発見があり、毎日が楽しかった。たとえば、生卵を食べる習慣がある日本では、卵一個一個に賞味期限のシールが貼ってあったが、そういったささいなことで興奮する毎日を過ごした。

日本の魅力として一番印象深いことは、何より四季の変化を楽しんだり祝う日本の風景である。春になると、花見をする日本では、家族や友人、同僚などと一緒に桜がきれいな場所を取って日本の春らしい風景を味わう時間を過ごす。また風が強くて電車が止まったり、花粉が飛ぶ時期は外出を控えたりという辛い体験もするが、そういった日常からも日本の春を感じさせる。夏は、梅雨や祭り、花火大会などが印象に残る。とても蒸し暑くて過ごすのが大変な時もあるが、日本文化を体験するイベントが多くて、毎年日本の夏ならではの思い出を作ることができる。日本の梅雨は韓国より長くて最初はなれずに憂鬱な気分が続いた時期もあったが、今は日本にいられることを感じさせてくれる梅雨を楽しんでいる。真夏になると、一緒にあっちこっちで祭りや花火大会が開かれる。暑いけれど、暑い夏に向き合って楽しむようにも見えるこのイベントは毎年夏休みの思い出を作らせてくれるし、そのうち、いつの間にか厳しい夏の暑さを乗り越えられる。秋になると、紅葉が見られる。勿論、韓国にも四季もあり紅葉もみられるが、特に、東京大学本郷キャンパスのイチョウは毎年感動させられる。毎年この時期になると、こんなにきれいなイチョウを見ながら勉強できることに感謝する。冬は、韓国と比べてあまり寒くないが、韓国では床暖房があるから冬の寒さも平気だったのに対して、寒い日本の家で冬を過ごすことはいまだに勇気が要る。日本の家庭では家族がこたつを囲んで日常を過ごすように、私もこたつの上で勉強や食事などいろんなことをして、日本の冬を味わっている。韓国も日本のような四季はあって、季節ごとにそれを楽しむ文化やイベントもあるが、昔ながらの風習やイベントが薄れて行って、いつも残念だと感じている。日本は時代や年が変わるなかでもそういった日本らしいイベントや風景が残っていてうらやましいし、学ぶべき部分だと感じる。これから日本から離れても季節が変わる度に日本の四季の風景が懐かしくなり訪れたいと思う。

日本語にもだいぶ慣れて日本での滞在期間も長くなった最近では、日本の文化の一部ともいえる政治や経済、日本人の価値観、民族性などに関心が広がっている。さらに、日本に長く滞在中で、日本の生活や文化を私の生活にも取り入れている面も多くある。こういった二つの文化を持って、融合していく自分の生活や内的変化について学術的な関心が高まってきたことが大きなきっかけになって、

自分の専門である心理学を日本で学びながら日本人や日本の文化についてより多方面から知りたいと思い、日本で進学する決心に至ったと思う。

### 3. 人生における学びとしての留学生活

#### ● 私費留学の大変さ

日本に留学することは私の中では夢にすぎなかったのですが、あまり具体的な計画や準備のない状態で留学生活という現実が始まった。そのためか効率が悪く、時間をかけて努力し試行錯誤した結果、今に至ったと思う。その過程を振り返ってみると、留学する前により具体的で長期的な計画を立てて、準備することがいかに大事なのかを改めて思う。それでも、自分の夢に向かって積極的に取り組んできた自分の選択や努力については満足している。少し無謀なチャレンジのように見えても、チャンスを逃さずに自分でつかんだからこそ、今の自分がいると思っている。

私費留学は、何より経済的な負担が大きい。学費や生活費を負担するためには、生活と学業における経済的な安定が必要となるが、家族からのそういった支援が得られない場合はアルバイトをしなければならない。アルバイトをすることは、日本人と触れ合う機会でもあり、日本語や日本文化を学べる貴重な機会にもなる。一方、体力的な負担と、学業との両立のための時間や努力の分配は難しく、いつも生活に追われてしまう現実的な厳しさもある。幸いにそういった苦勞を何とか乗り越えて大学院に進学したが、進学後も、アルバイトとの両立や、生活費や勉強時間の確保のことで毎日悩み続けている。でも、このような経験から時間管理や自己管理の重要性を切実に学んだ。

#### ● 周囲との関わりからの支え

私費留学生として在学する中で、様々な困難はあったが、今、健康で学業に励みながら楽しい日本の生活を送っているのは、周りからの助けがあったからだと思う。まず、大学院の受験準備をしている時に、私は日本語も日常会話ができる程度くらいで、専門的なことの勉強が手につかない状態だった。だが、先輩が私のチューターになって受験準備を助けてくれたり、日本語の日常会話の練習相手になってくれたり、また大学院の生活についても色々と教えてくれたおかげで、無事合格することができた。専門の特性上、高い日本語能力を求められていることと実習があることで、留学生は極めて少ないマイノリティだった。そういった雰囲気や専門の勉強、実習などの学業に圧倒され苦しい時期もあった。それでも、同期や先輩、後輩、そして、先生から助けをもらうなかで徐々に留学生活にもなれ、今は私が後輩に恩返しをしなければならない立場になった。

学校内だけでなく、アルバイト先で知り合った日本人の方々は私にとっては日本のことをなんでも教えてくれる先生になってくれたり、友達になってくれている。プライベートな付き合いまで発展し、生活全般で一人暮らしの留学生生活を精神的にも支えていただいている。

日本に来てもうすぐ10年近くになる私の留学生活は、一般的な留学生より時間がかかり、少し遠回

りしたようにも思い、それで逃した何かもあるかもしれない。だが、10年間日本で共に時代を過ごしたことは私にとって大きな財産になってくれると信じている。

#### 4. 体験を生かした研究と将来

あまり準備のないまま留学を始め、長い間日本に滞在する中で適応し生活する過程の中で苦労したこともあったが、今後、私の人生にとって貴重な学びになる出来事もたくさんあったと思う。こういった自分の体験を振り返ると、‘その時にこれを知ってたら良かった’、‘一人でも手を差し伸べてくれる誰かがいたら’と思う時が時々あった。そういった体験が基になって、外国で生活する人々に少しでも力になる研究者になるという新たな夢を抱くようになった。

今は、短いながらも来日前に専攻と異なる仕事に就き、さらに社会人になる為に苦労した経験から、働く人がより元気で楽しく働けるようにサポートしたいという気持ちと、外国で生活する人や、さらに異文化に適応しながら働かなければならない人をサポートしたいという気持ちが背景となり、それを研究テーマにし、「日本で働く外国人労働者のメンタルヘルス」について研究を続けている。まず、私が韓国人であることから、韓国籍の方を対象に調査を行っており、日本に適応しながら働くことについて検討し、そういった人の心理的なサポートをすることを目指している。

近年、日本では高度外国人労働者が増加しており、特に、中国人を始め、アジア系外国人労働者が90%以上を占めている。その一部である韓国人は、私が来日した理由と同じく、日本とは地理的にも近く、言語習得への負担の少なさ、類似するアジア文化圏であることなどの点により、今後も交流はなくなると期待している。また、日本の技術や特定の専門分野において日本で学びたいと思う韓国人も多く、そういった日本と韓国の交流の中で日本にいる韓国人、或は韓国にいる日本人に対する心理的なサポートにつながる研究と実践を目指したいと考えている。現在、行っている研究により、今後、韓国人だけでなく、日本に滞在する外国人の方々が日本の文化に触れあう中でより楽しく健康で生活できるようなサポートに関する知見が得られることを期待している。

さらに、自分の体験から考えると、日本の生活は周りの日本人の友人や先輩、後輩などの知人に支えられて成り立っていると思う。特に、困難な時に手を差し伸べてくれた日本人の知人のサポートの重要性を感じた体験に着目し、今、実施している研究では日本人の視点も取り入れ、日本で日本人と外国人が共生するために必要な心理臨床実践の役割を検討することも、もう一つの目的としている。このような研究は、自分自身の成長や学びにもつながると思っているし、お世話になった日本の知人にも恩返しができるかと個人的に期待している。勿論、学術的にも、異文化心理学及び関連分野において、日本人の視点を取り入れ相互的な観点から検討していることと、職場、及び労働者にとって異文化理解の影響を検討できる点で意義がある研究である。この研究を続けることで、また異文化に接しながら生活する人をサポートしたいという私の夢が現実に変わることを期待しながら、楽しく留学生

活を送りたいと思っている。

※ 現在、外国人の異文化適応と心理援助に関する質問紙調査を実施しております。関心のある方はご協力いただけますと、幸いです。次の URL で質問に回答することができます。

- タイトルは、「日本で働く外国人労働者、及び日本人労働者の相互的な異文化理解を通じた心理援助の多角的な検討に関する調査」です。
- 対象は、「日本で働いている日本人の方 (N≒200) と、日本で働いている韓国人の方 (N≒200) で、いずれも事務職及び専門職に就いている方」です。
- URL : [https://jp.surveymonkey.com/s/culturejstress\\_JP](https://jp.surveymonkey.com/s/culturejstress_JP)