

危機状況・パンデミック下での留学生とのカウンセリング・ コミュニケーションに関する一考察

——新型コロナウイルス（COVID-19）感染症が
留学生の相談体制に与えた影響とその対策から——

甲南大学学生相談室 西 浦 太 郎

I. 問題

2019年12月に中国の武漢市において最初の新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の患者が認定されて以来、同ウイルスは瞬く間に世界に拡大し、2020年3月11日に世界保健機構（WHO）が新型コロナウイルスの感染状況がパンデミック（世界的大流行）の状態に該当すると宣言するに至った（WHO, 2020a）。新型コロナウイルスの影響により各国の経済や社会機能が長期間に渡り停止・停滞し、その影響は現在（2020年1月現在）も続いているが、我が国においても2020年4月7日から5月25日までの間、日本政府により緊急事態宣言が発令され、社会・経済面で様々な活動自粛が求められた。教育機関である大学もまた2020年度前期は対面授業を取りやめ遠隔授業に移行し、多くの学生相談室も相談活動の自粛・制限を迫られた。

これまで日本では1995年に阪神・淡路大震災、2011年に東日本大震災と大規模な自然災害があり、大学も幾度となく危機的な状況を経験してきたが、その度に大学や学生相談室は学生への様々な相談活動や支援を行なってきた（友久, 2017）。しかし、新型コロナウイルス感染症の場合、人を介して感染が広がる危険性があるため、人同士の接触や社会活動を制限しなければならず、これまでの災害とは性質が大きく異なり、従来とは異なる形での支援が求められた。また、筆者は学生相談室にて留学生へのカウンセリングを行っているが、留学生は日本だけではなく、母国の混乱状況の影響も強く受けるため、彼・彼女らに掛かる心

理・社会的な不安や負担は大きく、多くの困難に直面せざるを得なかった。

しかし、筆者が所属する学生相談室は緊急事態宣言が出されたかなり初期の段階で相談室の方針を定め、相談体制をソフト・ハード両面で整備したため、上記のような危機的な状況においても留学生との面接をスムーズかつ安定して行うことができた（高石, 2021）。これらの危機状況下での対応や面接を振り返り、分析・考察することは有用であると考えられるため、本論ではコロナ禍での学生相談室の取り組みについて述べ、パンデミック下での留学生支援や留学生とのカウンセリングについて考察する。

II. 本論の構成

本論の構成であるが、まず新型コロナウイルス感染症が日本社会と海外に与えた影響、そして日本に滞在した留学生に及ぼした心理・社会的な影響について述べる。次に新型コロナウイルス感染症が、筆者が所属する学生相談室の相談体制に与えた影響とそれを受けて大学と学生相談室が構築した相談体制について述べる。最後にその際、留学生支援に有用だった面接や面接手段を述べ、コロナ禍や感染症に由来する危機状況における留学生への心理・社会的支援を考察する。

なお、本論では、日本での学位取得が目的ではなく9月に来日し約1年間の日本の滞在を目的とする留学生を想定して論じる。また、対象とする時期は、新型コロナウイルスの感染者がわが国で発生した2020年1月から同年5月までとする。

Ⅲ. 新型コロナウイルス (COVID-19) の心理・社会的影響について

1. 新型コロナウイルス (COVID-19) と感染症対策について

新型コロナウイルスの特徴であるが、ウイルスに関する専門的な説明は他書に譲るとしてここではウイルスの特徴と対策を述べ、人々の生活に及ぼした影響をみる。WHO (WHO, 2020b) によると新型コロナウイルスは新たに発見された感染力のあるコロナウイルスであり、主に飛沫・接触を通して感染する。また、感染者の多くは、軽度から中程度の呼吸器系の病気にかかるが、特別な治療を受けなくても回復する。ただし、高齢者や心臓疾患、糖尿病、慢性の呼吸器系の病気、癌などの基礎疾患のある人は、感染後、重症化のリスクが高まるとされている。

実際、感染しても無症状の者もいるが人によっては身体面にかなりの不調が生じ、死に至ることもある。例えば日本における2021年1月10日時点での感染者数は28万775人、死亡者数は3,996人であり感染した後に命を落とされている方も少なくない (WHO, 2021)。また、感染した後に回復した場合でも全身の倦怠感が残り、脳に霧がかかったような状態 (ブレインフォグ, brain fog) が長期に渡り続くなど後遺症も指摘されている。(The Guardian, 2020)

次にウイルスへの感染症対策であるが、ウイルスの感染や感染拡大を防ぐために様々な感染症対策が実施された。例えばウイルスに感染し、検査にて陽性の結果がでた場合、感染拡大を防ぐために感染者は隔離され人との接触が制限される。また、感染者と過去2週間以内に接触があり、濃厚接触に該当する場合は、それらの人々の活動も制限されることになる。

また、日常生活における感染予防としては、ウイルスの体内への侵入を防ぐためにマスクを着用し、咳エチケットに注意したり、石鹸による手洗い、アルコールによる消毒、換気、うがいを行う

ことが重要とされた。また、いわゆる「三密」を回避することも推奨され、具体的には1. 換気の悪い「密閉空間」、2. 多数の人が集まる「密集場所」、3. 間近での会話や発声をする「密接場所」を避けるなどがこれに該当する (厚生労働省, 2020a)。この中で「三密を避ける」点が、相談活動に大きな影響を与えたがこの点は後述するとして、感染拡大を防止するために、人との接触が発生する場面や様々な活動を制限しなければならず、そのため様々な困難な状況が生まれることもこのウイルスの特徴である。

では、次に留学生が置かれた状況を理解するために日本と海外がどのような状況にあったかを概観する。

2. 日本社会への影響と混乱

新型コロナウイルスの感染者が増え始めた初期は日本政府は経済と人命のどちらを優先するかで政府の対応や方針がなかなか定まらない時期が続いた。その後、感染者数が増加すると政府は2020年2月27日に急遽、全国の大学を除く学校機関に休校要請をし、3月2日からの約3ヶ月の間、全国の小・中学校・高等学校が休校となった。これは子どもたちを新型コロナウイルスから守るための措置だったが、指示をしてから休校までの期間が数日しかなく急であったため学校現場が混乱したとの指摘もある (朝日新聞, 2020)。

その後、感染者数の増加を受け4月7日からの1ヶ月間、緊急事態宣言が発令され、多くの機関が活動自粛を求められ、全体として経済・社会活動が停滞した。新型コロナウイルスの影響で経済的に困窮する者も現れ、政府による給付金が自営業者や全国民に給付されたが、人々の間には強い先行き不安が生じた。

人々は、接触機会を減らすために人との会話が減り、長期間、自宅で一人で過ごすことになり、孤立して精神的に落ち込む者も増え、コロナにより疲労が蓄積する「コロナ疲れ」、一時的な抑う

つ状態になる「コロナうつ」と呼ばれる状態の人々も増えた。

また、ウイルスから身を守るためにマスクの需要が増え、供給が追いつかず、マスクの入手が困難な時期が続いたが、特に高齢者や基礎疾患のある者は重症化しやすいため、マスクを手に入れるため早朝から薬局に列を成して並ぶ姿も多く見られた。マスクが手に入らないときは店員が不満や怒りの標的となり、店員が精神的に参ってしまうなどの事態が生じ、社会問題化した。また、紙資源が無くなるのではないかとこの噂が流れ、オイルショック以来、トイレットペーパーをまとめ買いする現象や店頭からトイレットペーパーが売り切れる事態も生じ、社会において新型コロナウイルスや将来への不安が蔓延した状態であった。このように、ウイルスが人々の生活や精神面に与えた影響は相当大きく、過去と比べても例を見ない特殊な状況であった。

3. 世界に及ぼした被害と影響

次に世界に及ぼした影響であるが、WHOがパンデミック宣言をしたように感染は一つの都市や

地域に留まらず、世界の広範な地域において時期をほぼ同じにして広がった。新型コロナウイルスによる全世界の感染者数は2021年1月10日時点で8,838万771人、死者数は191万9,126人である(WHO, 2021)。

これがどの程度の規模の被害かという点、表1にあるように過去102年間でWHOは合わせて4回のパンデミック宣言をしている(WHO, 2005・WHO, 2020a)。1回目は、1918年のスペイン風邪(スペインインフルエンザ)であり死者数は4000万人と被害の規模が最も大きかった。2回目は1957年-1958年のアジアインフルエンザであり、死亡者数は200万人以上であった。3回目は1968年-1969年の香港インフルエンザで死亡者は100万人となっている。

新型コロナウイルスの被害は191万人とアジアインフルエンザに次ぐ3番目の規模であるが(表2)、未だに被害が広がっていることを考えると、残念ながら今後、死者数は増える可能性がある。以上から新型コロナウイルスが過去102年の歴史の中でもかなり大きな被害をもたらしているといえる。

表1 過去のWHOによる過去のパンデミック宣言

流行時期	対象のインフルエンザウイルス	死者数
1918-1919	スペイン風邪(スペインインフルエンザ)	4,000万人
1957-1958	アジアインフルエンザ	200万人以上
1968-1969	香港インフルエンザ	100万人
2019- ?	新型コロナウイルス(COVID-19)	191万人(2020.1.10時点)

(WHO, 2005より筆者が加筆して作成)

表2 過去のパンデミック宣言(死者数別)

	流行時期	対象のインフルエンザウイルス	死者数
1	1918-1919	スペイン風邪(スペインインフルエンザ)	4,000万人
2	1957-1958	アジアインフルエンザ	200万人以上
3	2019- ?	新型コロナウイルス(COVID-19)	191万人(2020.1.10時点)
4	1968-1969	香港インフルエンザ	100万人

(WHO, 2005より筆者が加筆して作成)

新型コロナウイルスが出現した当初は、各国のウイルスへの対応や方針もさまざまであった。一部の国では日本と同様、非常事態宣言を発令することにより国内経済が停滞することへの警戒感が強く、他国の様子を見てから感染拡大防止によりやく本腰を入れる国もあった。また、国によっては感染症対策の方針がなかなか定まらず、例えば英国では、3月中旬に国民が集団免疫を獲得することで収束を目指す方針を出していたが、わずか数日後に感染防止対策へと急遽、方向転換をした（例えば、BBC, 2020・西日本新聞, 2020）。そのため、感染拡大防止のために、外国からの飛行機での往来が制限されるなど、さまざまな面で混乱が生じたが、一国の政治的判断が一貫性に乏しく、短期間で方針が大きく二転三転する事態も多く見受けられた。

また、新型コロナウイルスによる被害やその深刻さは、その国の社会・政治・経済の状況や、新型コロナウイルスへの対策、そして医療体制がどれだけ安定・機能しているかによって大きく異なる面がある。例えば、米国では、2021年1月10日時点で感染者数が2,176万1,186人であり、36万5,886人が命を落とし、死者数が多く深刻な状況となっている（WHO, 2021）。これには様々な要因が考えられるが、米国では貧困層や特定のエスニックグループにおける新型コロナウイルスによる死亡率が高いとする報告もある（USA Today, 2020）。たとえ、高度な医療制度が整っていても、国民皆保険制度がなく国民が保険に入っていない場合は、医療費が高額になるため治療が遅れるか、治療を受けるのを避けるために検査自体を拒否する層もいる（CNBC, 2020）。そのため、特定の経済的に困窮している者の地域や、貧困者層が多く住む地域に新型コロナウイルスが蔓延する事態となり、国全体の感染者が増える一因にもなっている（山岸, 2020）。

IV. 留学生に及ぼした影響

このような中、留学生の新型コロナウイルスの受け止め方や不安の感じ方も様々であった。かなり早い段階から自分が新型コロナウイルスに感染するのではないかという恐怖や不安を感じる者もいたが、その一方で、一見、新型コロナウイルスの影響をあまり受けず、不安がないかのように過ごしていても、様々な機関が次々と閉鎖され、社会の混乱が大きくなると徐々に情緒的に不安定になっていく者もいた。これらは、何かに対する明確な不安というよりも、社会の急激な変動により先行きが見えないことへの漠然とした不安であった。これらの不安や変化が留学生の中に蓄積し、何か負荷が掛かった時に思わぬ形で突然、強い不安感に襲われる場合もあった。

また、国や地域により新型コロナウイルスによる被害や影響はさまざまであるが、これらの海外の情勢や、母国における家族の状況は、日本に滞在する留学生の心理状態に大きな影響を与えた。近年では、インターネットを介して母国の情報を仕入れ、家族と連絡を取り合い、お互いの状況の確認はしやすいものの、遠く離れた親族・家族が無事にしているかと心配になることは想像に難くない。また、家族が新型コロナウイルス感染者が増えている地域に住んでいたり、家族の中に高齢者を含めた基礎疾患のある者がおり、病院への移動手段が限られている場合、留学生の不安はさらに強まることになる。留学生の中には、家族が大変な時に自分だけが留学をしていることに強い罪悪感を抱き、帰国しようにもなかなか帰国できないことにジレンマを感じる者もいる。

留学をする場合、日本と母国のどちらか一方の国の政治情勢が不安定になったり、自然災害が起きたりすることはある。しかし、母国と留学先で同時に大規模な災害や被害が起きることはあまりない。これには日本の地理的な条件も関係していると考えられるが、留学生にとり、日本と母国の両方の混乱は、自分の足元が大きく揺さぶられる

体験となり、日本で自分の身を守りながら、母国の情勢を常に考慮しなければならなくなる。そのため困難な状況に陥り、相当な精神的な負担が掛かるが、もともと心理面に不安を抱えている留学生には、さらに状況が重くのし掛かることを意味する。

V. 学生相談室に与えた影響と相談体制

これまで、主に国内外の情勢が留学生に与えた影響を述べたが、次に活動の自粛・制限が学生相談室に及ぼした影響について述べる。様々な注意喚起や制限が言われたが、緊急事態宣言の発令は大きな影響力があった。生活や健康を維持する上での重要な機能を担う病院やスーパー等の営業は可能であったが、多くの機関が活動の自粛を求められた。

大学もまた、感染拡大防止のために2020年の前期はほぼ入構禁止となり、対面での授業が休止され、遠隔授業に移行した。そして、大学の所属機関である多くの学生相談室も、感染拡大防止の観点から対面での相談を中止・休止し、電話相談や他の媒体による相談に移行するところが少なからずあった。また、中には完全に相談を休止する相談室もあった。新型コロナウイルスが現れた当初は、新型コロナウイルス感染者が発見された時点で、対象となる機関が封鎖され、除菌された。また、感染者への社会からの批判や風当たりも強く、感染した際に及ぼす影響も大きかった。もし、相談を継続した学生の中に、感染者が出た場合、相談機関や大学全体が感染防止の対象となり、かなり広範囲に渡って活動が全面的に休止され、感染者を出したということでも社会的にも問題になる可能性があった。このため、休止に至る判断は人命や大学の責任を考えた場合、組織としては一定の妥当性はあったと思われる。

このような中、本学の学生相談室では新型コロナウイルス感染症患者が増える中でも通常の対面による相談活動を行い、緊急事態宣言が発令され

る前の時点でこれまでの体制をベースに新たに方針・相談体制が整えられた。これは時期からして相当早い段階での対応だったといえる。この点は高石（2021）が詳しく論じている。講じた対策の要約を述べると、①相談の新規申し込み者に関しては電話での相談をし、必要に応じて対面での面接を実施した。②また、それまで学生相談室に継続的に面接に通っていた学生に関しては、衛生管理・感染予防を徹底した上で対面での相談を継続した。③移動の際、複数の県をまたがなければ来室できない学生や、学生自身に基礎疾患があり、同居家族に高齢者がいる場合が想定された。そのため、大学の協力を得て、相談室の全ての面接室に電話回線と有線 LAN が設置され、電話や Zoom をはじめとする遠隔カウンセリングを実施できる環境が整備された。また、PC を用いた遠隔カウンセリングを行う際のルールも制定され、学生との間で確認した。

筆者が留学生との面接で用いたのは、主に②対面の面接と、③の Zoom での遠隔カウンセリングの二つであったが、これらは学生との面接を続ける上で非常に重要な役割を果たした。では、次に対面での面接と遠隔カウンセリングが留学生への相談活動に及ぼした影響について論じる。

VI. 対面での面接

1. 危機状況下において「開室」することの意義

対面での面接について述べる前に、まず学生相談室が危機状況下において開室したことについて触れておきたい。既に述べたが、新型コロナウイルスにより社会全体が混乱し、様々な活動の自粛が求められた。留学生も対面での授業が遠隔へと移行し、普段当たり前だった人間関係も持つことが難しくなり、基本的には1日の多くの時間を1人で過ごさなければならなくなった。このように留学生は大きな「変化」に身を置かざるをえなかった。

学生相談室に相談に来る留学生は何かしらの悩

みや困りごとを抱えており、心理状態がやや不安定な場合があるため、来談していない学生と比べてコロナ禍や環境の変化による影響をより強く受けやすい側面がある。

このような中で、学生相談室という大学組織の一部がこれまでと変わらない形で開室し続けたことの意義は大きい。実際、開室の事実を知った留学生の中には、学生相談室が衛生面の管理など配慮しなければならない条件はつくものの、開室している事実が驚き、筆者と「学生相談室という組織」に対し何度も感謝の意を述べる者が複数いた。これはコロナ禍により様々な社会の枠組みが揺らぐ中で、相談室が従来の枠組みを保証したことにより、留学生の学生相談室や大学「組織」に対する信頼が一層増し、留学生の精神的な安定に寄与したと考えられる。逆にもし、他の社会の機関と同様に閉室していた場合、留学生の精神的な動揺は相当大きかったと推測される。

また、相談室の開室が留学生だけではなく留学生と会うカウンセラーに与えた影響も大きい。新型コロナウイルスの影響を受け、周囲の大学の相談機関が次々と休室し、中には全面的に閉室するという情報も耳に入ってきた。カウンセラーとして面接を担当していた筆者の立場から述べると、そのような情報を聞く度にコロナ禍の影響がある中で自分が今後どの程度、留学生と関わることができるのか、また面接をこのまま進めるべきか、それとも一旦、止めるべきなのかを考え、常に不安を感じながら面接を行っていた。しかし、学生相談室の開室の方向性が決まったときは、これらの不安を払拭でき、外的な要因による中断の恐れがない中で面接に集中することができた。また、結果的に難しい状況であったにも関わらず面接を無事に終え、留学生も帰国の途に着くことができた。

一般に心理面接やカウンセリングにおいては、カウンセラーと学生の関係が基本的な軸になるが、学生相談室と大学組織がそれらを支える土台

にあたる。このカウンセリングの基盤に相当する部分が安定すると、カウンセラーと学生は守りがある中で面接に臨むことができる。

これが極度に感染するリスクを恐れすぎると、留学生の状態を鑑みずに相談活動を急に全面的に中止した場合は、相当な混乱が生じ、中断による弊害や問題が長期に渡り続いたと考えられる。このように学生相談室の開室は、学生との面接を継続する上で留学生とカウンセラーの双方にとって精神的にも物理的にも非常に大きな支えとなった。またコロナ禍の影響を受けた留学生の場合、対応しなければならない対象が日本と海外の二つあり、かなり混乱を極めたが、支援者側の支援体制が定まらない場合は、十分な支援を留学生に届けることは難しい。しかし、上述したように支援者側の相談機関の体制・方針が安定すると支援の足場ができ、事態への対応が行いやすくなる。

さて、これまで相談室の開室に関する肯定的な面を述べてきたが、コロナ禍での開室には様々なリスクが付きまとい、開室は大学や相談室にとり容易な決断ではなかったことに留意する必要がある。今回は学生相談室の責任者が大学側と協力し開室が許可されたが、開室することによりカウンセラーと留学生が新型コロナウイルスに感染し、そこから感染が拡大する可能性も皆無ではない。そのため、責任問題に発展する可能性もある中で、その難しい判断であったといえる。

このように考えるとコロナ禍のような危機において継続的に開室するには様々な条件が揃って始めて可能になる。例えば、社会や感染状況の動向を正確に分析した上で、現状として、誰がどのような支援を必要とし、組織としてどの程度の支援の提供が可能なのかを検討・確定することが求められる。また、開室にあたり学生相談室の活動に対する大学を含めた周囲の理解や信頼も不可欠であり、日頃からの周囲との信頼関係や相談室の実績が問われる。さらに、開室に際しては、現場ス

スタッフの感染予防を徹底する努力も必要となり、相当、周到な準備抜きには開室をすることはかなり難しい面がある。

2. 対面での面接について

次に対面での面接について述べる。学生により個人差はあるが、不安定な状態の学生に関しては、対面での面接を継続した方が電話などでの非対面での面接よりも、留学生が直面する現実面への支援・対応がしやすくなる。

新型コロナウイルス感染症の場合、現実の状況や社会情勢が不安定になり、連日、メディアや学校から、1日の内に大量の情報が発信されていた。カウンセリングに通う留学生は、心理的・情緒的に混乱しやすい面があり、情報が溢れ、周囲も混乱すると、情報を収集し、整理し、対応する能力が落ちてしまうことがある。また、中には不安から強迫的に情報を収集してしまう場合もある。留学生は、引き続き対面でカウンセラーと自分や周囲の状況について話せると、状況が一気に好転することはなくとも、冷静さを保ちながら様々な事態に対応する余力が生まれた面がある。学生と実際に会うと、学生の声の感じや、身体の緊張、歩き方など、言葉以外のことが伝えてくれるものは多く、学生が発するさまざまな有形・無形のメッセージを受け取ることができる。言い換えると、学生の様子を肌身で感じられ、その人の全体の「感じ」が分かるため、カウンセラーが一方的に話すことが避けられ、留学生と一緒に現実状況を把握でき、今後の方針や対応（何をどのように考え、判断し、行動するか）を考えやすくなる。

新型コロナウイルスにより社会全体の情勢が不安定だった時期は、新型コロナウイルスの感染予防に関する方針が国によって異なり、飛行機の運行が急に制限され、キャンセルになることもしばしばあった。そのため、日本から母国に帰国するルートを確認することも非常に困難であった。こ

のような状況においては、場合によっては、カウンセラーが日本語が不慣れな留学生のために、航空会社に運行状況を確認したり、大使館に入国制限に関する情報を問い合わせることも必要となる。また、留学生は交通網・交通情報に関する知識や土地勘も少ないため、飛行場までの状況やルートに関する情報を渡す必要も出てくる。この場合、留学生に渡す情報が大量になるため、直接、対面で資料を紙ベースで渡し、相手の様子を見ながら直接、口頭で説明し、懸念事項を一緒に検討することができることは大きい。もし、電話やメールなどの媒体でしか接触できなかった場合でも情報を伝達することは不可能ではない。例えば、Zoomのツールを使って「画面共有」機能で、情報を共有して話し合うことも可能であっただろう。しかし、混乱した状況の中で急に遠隔カウンセリングに切り替えるのは、混乱も大きく、お互い慣れていないと難しい面がある。また何よりも面接において時間と空間を共有することにより安心感が生まれ、電子媒体よりも紙ベースの方が共同で参照しやすい面がある。

少し話が逸れるが、カウンセリングでは一般的に学生の「内面」や心理的なことを扱う場であると理解されることが多い。しかし、新型コロナウイルス感染症により日本と世界の情勢がこれだけ動く、学生も現実面の影響を強く受けざるを得ない。そのため、危機状況下では留学生の内面だけではなく、留学生の「外的な」現実面へのサポートや支援が重要となり、それが結果的に留学生の内面を守ることもつながる。もし、カウンセラーが留学生の実態に即さず、留学生の現実の状況による動揺を軽視し、内面のテーマにだけ目を向け続けた場合、留学生は不必要に混乱する危険性すらあり、注意が必要となる。また、状況にもよるが、危機状況においては、一旦、現実状況の整理・支援に重点を置くか、学生のニーズに応じて、もともと取り組んでいた心理的テーマを続行しつつも、現実面のサポートの両方を行うこと

が求められる。いずれにせよ、留学生の現実面をしっかりと支えることにより、本人の内面も支えられ、時には、それが契機となり、学生との間に以前よりも深い信頼関係が生じ、本人のあり方に変化が生じる場合もある。

3. 心理療法の過程・終結に与える影響

冒頭でも述べたが、筆者が本論で念頭に置いている留学生は主に日本での滞在期間が1年程度の者であるが、留学生とのカウンセリングを行う場合はその期間内で始まり、終わることになる。この中でも面接の終盤は、様々なことが留学生により話される重要な時期である。

例えば、面接の終盤で日本での生活や体験を振り返り、そもそもなぜ留学をしようと思ったかという動機や自分にとっての留学の意義や体験が語られることもあり、留学を自分の中に位置づけようと試みる場合がある。また、帰国を前にそれまでの面接では語られなかった母国における自分の生い立ちや人間・家族関係、自分の悩みや主訴の背景が話されることもある。これらは留學生活と面接の終わりが見えているからこそ、自分に関する話が凝縮して話され、自分に向き合うことが自然と増える面があるが、カウンセラーとしても留学生が言った言葉を取りこぼさないように非常に神経を使う時期となる。

また、面接が終わることは、留学生とカウンセラーがお互いに面接の終わりを受け入れ、留学生が母国で自らの力で生きていくプロセスが始まることを意味する。そのため、留学生がカウンセラーとの別れや不在をどのように体験し、面接関係を終えるかは特に重要となる。もし、留学生が抱えている心理・社会的なテーマが大きく、帰国後も引き続きカウンセリングを受ける必要があると思われる場合は、そのことについて留学生と話し合い、カウンセラーから母国でカウンセリングを受けることを提案することもある。

このように面接の終盤においては留学生と様々

なことを確かめ合い、その後の生き方について話す重要な時期であることが多いが、新型コロナウイルスによりこれらの過程がかなり阻害された面は否めない。筆者が担当した面接に関していえば、留学生の滞在期間が残り1-2ヶ月程となり、面接も終盤に差し掛かろうとした時期にコロナ禍の影響を受けたため、面接の中断も視野に入れなければならなかった。

これが日本に長期間滞在する留学生であれば、状況が落ち着くまで面接を一旦、休止してから再開することもできる。しかし、滞在期間が比較的短い留学生の場合、母校から急に帰国指示が出て、カウンセラーと会わないまま数日のうちに帰国することもある。このため面接は外的な要因により中断することになり、留学生にしてみれば、心理的に重要なテーマを話している途中で突然、面接を終えなければならず、情緒的に重要な対象であるカウンセラーとの関係性も失うことになる。これによる留学生とカウンセラーが受ける精神的なショックは大きい。また、面接の中で留学生が、少しずつ自分が抱えている心理的なテーマに気づいてきた所で中断になると自分のテーマを十分に自覚できないまま面接が終わり、自分のことやカウンセリングの時間を自分の中で位置付けることが困難になる可能性もある。

このように本来ある面接終盤の期間がない場合、様々な問題が生じるが、このような状況下であるからこそ、カウンセラーと留学生が直接会って、お互い別れる時間を持ち、カウンセラーから留学生の心理的なテーマや、今後、生きていく上で重要と思われる点を伝えられることは極めて重要となる。留学生が帰国した後に遠隔でのカウンセリングを継続するという選択肢もありうるだろうが、それまでお互い対面で行ってきた面接の関係や面接の流れを考えると「対面だからこそ」できた話もあり、最後まで対面でしっかりと会うことは意義があると思われる。

また、突然の帰国で面接が中断に近い形で終わ

る場合でも、カウンセラーが面接を放棄せず、最後まで留学生と対面での面接を維持し、面接を共に終わられると、留学生にとってもカウンセラーという存在を内在化する機会となり、一定の心理的な意味があると思われる。

VII. 遠隔カウンセリング

筆者が所属する学生相談室では、対面での面接に加え、米国の大学でカウンセリング等で使われることも多い Zoom の使用が推奨され、筆者も帰国した留学生との面談で使用した。(Zoom, 2020)。Zoom は、米国の企業が開発し、個人のオンライン通話や複数人での会議ができ、新型コロナウイルスにより在宅勤務や遠隔授業が増えたことを契機に日常的に使われるようになった経緯がある。

1. メリット

Zoom による遠隔相談を行う際のメリットについて述べるとまず、環境が整えられれば比較的容易に実施が可能である。カメラとマイクのついたパソコン機器があり、ある程度、良好なインターネット環境を整えられれば、Zoom で比較的容易にやりとりができる。ただ、これらの機器や環境がない場合は、初期投資が必要になり、環境を整えるまでに時間もコストも掛かり、現実的な選択肢にはなりにくい。近年、国際電話も料金が安くなったため、電話も選択肢の一つとして考えられるが、筆者の実感では Zoom の方が電話よりも留学生にはより身近であった。特に北米・欧州圏の留学生は、新型コロナウイルスが拡大する前から、Zoom を授業で使用していた学生も一定数おり、これらのツールを使うことにある程度、慣れていることも大きい。

また、留学生は帰国後、人との対面での接触は必要最低限に制限され、2週間の隔離期間が定められていることが多い。その期間中は、家にいる場合は個室で過ごさなければならず、家族との接

触も禁止され思うように話すこともできず、孤独を感じる場合が多い。また、留学生はコロナによる混乱の中、日本から帰国しているため精神的にあまり安定していない場合があるが、母国の者は日本での状況を直接、体験していないため、それらのことをあまり共有できない可能性もある。このため、留学生は自分の母国にいるとはいえ、なかなかすぐに隔離生活に適應するのは難しく、人によっては隔離される2週間が相当、精神的に辛い時間となる。

このように周囲から孤立した状況において、遠隔でのカウンセリングを実施するメリットは非常に大きい。自分の状況を話してカウンセラーに聞いてもらえることによる安心感があり、相手の顔や上半身が見えた状態でのやりとりが可能になるため、対面ほどではないまでもお互いをより身近に感じられる中での面接となる。

また、カウンセラーは、留学生が日本にいた際の状況を知っているため、それまでの過程を含めて、帰国後の状態を一緒に考えることができるため、日本との連続性も生まれ、徐々に現地の生活への適應も可能になろう。その意味で、Zoom での面接は日本から海外の生活に戻る上での橋渡しの役割を果たす面もある。カウンセラーが、留学生と面談していた部屋から話をする場合は、背景に面接室が映し出されるために、海外にいても以前と同じ部屋の雰囲気のまま話すことができる点も場合によっては利点となるし、このような遠隔でのカウンセリングがなければ、留学生の中には、精神的により困難な状態に陥っていた者もいたと考えられる。

このようにお互いが遠く離れた場所に生活圏があり、急場を凌がなければならない場合は、または、終結後にフォローアップの面接をしたりする場合も、Zoom などのツールは、大変、有効である。

2. デメリット

その一方で、遠隔でのカウンセリングを実施す

ることによるデメリットもあった。

まず、日本と留学生の母国の時差が挙げられる。留学生の帰国先が日本と時差があまりない場合はそこまで問題とならないが、欧州・米国の場合は、日本との時差がかなり大きく注意が必要となる。基本的にカウンセリングは学生相談室が開室している時間内で行うため、カウンセラーは海外との面接が可能な時間を確保するために他の学生との面接の時間を調整する必要が生じ、他の学生への影響も少なくない。また、留学生も早朝に起きて自室からカウンセリングを受けるため、時間的にも空間的にもこれまでとは異なる状況の中で面接をすることになる。これらの変化が留学生の身体や心理に与える影響は大きく、留学生が遠隔でのカウンセリングや現地での生活に馴染み、身体感覚や身体性を取り戻すまで様々な配慮や時間が必要となる。

次に通信環境の問題が挙げられる。カウンセリングをする際、インターネットの通信環境を介するため、どちらかの通信環境（インターネット接続）が悪かったり、不安定なときは大きな影響を受けることになる。例えば、どちらかの画面が激しく乱れて止まったり、一方の声が一部聴こえない事態が生じ、その度に面接が中断することになる。また、前期は、遠隔授業が多く実施されたためインターネット回線を使用する者が増え、通信が乱れることもあり、面接の時間帯も調整する必要が生じる。

カウンセリングでは相手の言葉を聴き、カウンセラーがそれを受け止めることが重要であるが、通信が悪くなり、音声や画像が途切れ続けると面接にも影響し、お互いの信頼関係にも影響を与えてしまう危険性がある。そのため、通信が乱れることもある程度、想定し、カウンセラーと留学生の双方が事前にお互いの通信環境を確認し、整備する必要がある。もし、通信が乱れて聞き取れない場合は、正直に、音声・画像が乱れている事実をお互い伝えあい、地道にコミュニケーションを

重ねていくなどの努力が求められよう。

また、Zoomというコミュニケーションツールを用いることに起因する問題もあった。筆者の場合、これまで留学生とのカウンセリングは主に対面での面接、電話、手紙などを用いてきた。しかし、Zoomによる遠隔カウンセリングは、新型コロナウイルスが出現する前は、海外のカウンセリングで使用されているという話は聞いていたものの、特に使用する必要性に迫られなかった。しかし、新型コロナウイルス感染症により、Zoomを用いた遠隔でのカウンセリングを実施する事態に迫られて、使用するまでの各種設定や、使用方法に関する確認などの準備も急いで自分で行わなければならなかった。それまで、Skypeなどで人と通話はした経験はあるものの、Zoomという仕様と機能の異なるツールを使わなければならない場合は、当初は操作方法が不慣れで勝手がわからず、かなり手間取った。

また、Zoomを用いた普通の会話ややりとりであるならまだしも、筆者にとりパソコンを使った遠隔での「カウンセリング」は初めてであったため、非常に困惑した。それまで、学生を出迎え、対面し、顔を見て直接やりとりをする面接から、個室に一人でこもり、留学生が映るパソコン画面を覗き込んで、小さなカメラとマイクでやりとりをする面接に移行したときの違和感はかなり大きかった。

まず、最初は、自分が画面上に写っていても本当に自分が相手とオンラインでつながっているのかの実感がなかなか持てず、不安な気持ちになった。話をしているつもりでも居心地が悪く、面接でも挙動不審な振る舞いをしていたと思う。また、対面の場合は、相手の身体の全体が見えるが、パソコンの画面には相手の身体は上半身しか見えないため、どこか「切り取られた」感じがし、相手と話をするときの実感が微妙に違った。また、面接後、相手と話をした「感じ」が身体に残ることが多いが、その感覚も随分と異なり、面接があまり

ちしっくりこない時期が続いた。振り返ると、面接としての感覚を掴めるまでに数週間程かかったように思う。筆者の場合、それまで留学生との間にある程度関係性や信頼関係があり、面接の中で様々なことを共有した体験があったために、遠隔カウンセリングでもある程度のやりとりができた。しかし、これが例えば、面接関係が始まったばかりの場合は、相手の感じはまだ分からないためかなり難しかったであろう。

また、遠隔カウンセリングでのアセスメントの難しさが指摘されているが（日本学生相談学会、2020）、インテークをする場合は、相手の身体の状態や細かい様子を含めて、病態を見立てなければならぬため、遠隔ではより困難な状況に陥っていたと思われる。また留学生側が遠隔による面接が苦手な場合は、Zoomなどの遠隔でのカウンセリングを見直し、より適切な手段を模索する必要もあろう。

最後になるが、Zoomを使用することにより身体的・精神的負担が対面での面接以上にかかった面がある。筆者の場合、Zoomでの面接後には通常の対面の面接には感じない妙な疲労感を感じた。例えば、1人あたり40-50分の遠隔でのカウンセリングを3～4名と行った場合、2～3時間程、集中してパソコン画面を凝視し続けることになり、眼視疲労や頭痛、肩こり、耳鳴りが生じた。これが、長期間続くとかかなりの負担となるため、この媒体を使用する際の理由や時間をよく考えて用いる必要がある。以上のようにZoomによる遠隔でのカウンセリングは制約やデメリットがあるため、留学生との関係性を軸にコミュニケーションの手段を学生と検討し、選択することが重要であろう。

VIII. まとめ

これまで、新型コロナウイルスにより留学生が被った状況について述べ、学生相談室の対応について論じてきた。困難な状況の中で対面での面接

と遠隔カウンセリングの環境の二つが提供され続けたことは大きい。対面での面接は、生身の人間との接触が可能になり、組織が開室していることが安心感をもたらし、心理療法のプロセスが守られた。また、遠隔でのカウンセリングは、様々な弊害がある中でもフォローが可能になり、無事に面接を終える一助となった。そして、遠隔カウンセリングも状況によっては、非常に有効なツールであった。

新型コロナウイルス感染症は様々な困難な状況を生み出したが、それに対応できるように学生相談室では、カウンセリングでのコミュニケーションの方法や手段を見直し、工夫した。このような異常事態がなければ、Zoomを使った遠隔カウンセリングを実施する機会は無かったであろうし、導入したとしても一部の例外を除いて遅々として進まなかったであろう。既に述べたように遠隔でのカウンセリングは万能ではなく短所もあるが、せっかく導入した遠隔でのカウンセリングを新型コロナウイルスの終息後にやめてしまい、対面での面接だけに戻るのは、得策ではない。パソコンを使った遠隔でのカウンセリングは使い様によっては、非常に有効な手段であり、今後、学生が置かれている状況を踏まえ、相談室として提供できる選択肢の一つとして相談体制に柔軟に組み込み、様々な相談に応じられる対応力をつけることが肝要であろう。

最後に留学生について述べておきたい。新型コロナウイルス感染症に端を発した危機的な状況下において、留学生がカウンセラーや大学のスタッフに最後までサポートやケアをしてもらい、無事に母国に帰国できた体験は、自分が大切に扱われた体験として、その人の記憶に残り続ける。これが、現場が混乱した状態のまま、サポートも受けられず、冷たい対応をされたまま帰国の途について場合は、留学したこと自体が傷つき体験となり、「二度と日本を訪れたくない」と思ったとしても不思議ではない。このため、カウンセラーが

困難な状況で留学生と一緒に考え、留学生と共に様々な課題に取り組むことで困難な状況を生き残ることが肝要になる。危機的な状況にいるからこそ留学生のケアをできる限り丁寧にする必要があり、帰国してからも留学生が自分の人生を歩いていけるように大学のスタッフが最後まで彼・彼女らと共にいる姿勢が求められる。

文 献

- 朝日新聞 2020a 「通常通り授業」「対策考える間ない」混乱 休校要請 2020.2.28
<https://www.asahi.com/articles/ASN2X3JTYN2XPFB002.html> (2020.12.20 取得)
- 朝日新聞 2020b 「休校中の公立校、96%が6月1日までに再開へ」文科省 2020.5.13
<https://www.asahi.com/articles/ASN5F6X8ZN5FUTIL03B.html> (2020.12.3 取得)
- Davis, N. 2020, October 9. 'Brain fog': the people struggling to think clearly months after Covid. *The Guardian International edition*.
<https://www.theguardian.com/world/2020/oct/09/brain-fog-the-people-struggling-to-think-clearly-months-after-covid> (2020.12.1 取得)
- Gallagher, J. 2020, March 17th. Coronavirus: UK changes course amid death toll fears. *BBC*.
<https://www.bbc.com/news/health-51915302> (2020.12.7 取得)
- 国立感染症研究所 2006 感染症情報センター 「インフルエンザ・パンデミックに関する Q&A」
<http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/pandemic/QA02.html> (2020.11.4 取得)
- 厚生労働省 2020a Q&A 自治体・医療機関・福祉施設向け情報
https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/qa-jichitai-iryokikan-fukushishisetsu.html#h2_4 (2021.1.2 取得)
- 厚生労働省 2020b 令和2年12月28日 新型コロナウイルスに関する Q&A (一般の方向け)
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/dengue_fever_qa_00001.html (2020.12.29 取得)
- Leonhardt, M. 2020, April 1. Uninsured Americans could be facing nearly \$75,000 in medical bills if hospitalized for coronavirus.
<https://www.cnbc.com/2020/04/01/covid-19-hospital-bills-could-cost-uninsured-americans-up-to-75000.html> (2020.12.6 取得)
- 日本学生相談学会 2020 遠隔相談におけるガイドライン ver.01
- 西日本新聞 2020 新型コロナ「集団免疫」で沈静化する？英国は数日で方針転換 2020.4.4 記事
<https://www.nishinippon.co.jp/item/n/597818/> (2020.10.7 取得)
- Robinson, D. 2020, April 8. In New York state, the black and Hispanic populations are at higher risk of dying from coronavirus, preliminary data shows. *USA Today*.
<https://www.usatoday.com/story/news/health/2020/04/08/ny-plans-release-covid-19-racial-demographic-data-amid-concerns/2969478001/> (2020.11.20 取得)
- Rodgers, K. 2020, March 25. COVID-19 The Projected Economic Impact of the COVID-19 Pandemic on the US Healthcare System. *A FAIR Health Brief*.
<https://s3.amazonaws.com/media2.fairhealth.org/brief/asset/COVID-19%20-%20The%20Projected%20Economic%20Impact%20of%20the%20COVID-19%20Pandemic%20on%20the%20US%20Healthcare%20System.pdf> (2020.11.1 取得)
- Skype <https://www.skype.com/ja/> (2020.12.13 取得)
- 高石恭子 2021 高等教育遠隔実施下におけるハイブリッド型学生相談についての一考察 一中規模大学における COVID-19 影響下の危機管理の観点から 甲南大学学生相談室紀要 第28号 62-75
- 友久 茂子 2017 イメージの治癒力をめぐって 創元社
- World Health Organization 2020a
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> (2020.12.7 取得)
- World Health Organization 2020b
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19> (2020.12.7 取得)
- World Health Organization 2021
<https://covid19.who.int> (2021.1.10 取得)
- World Health Organization 2005 Avian influenza: assessing the pandemic threat
https://www.who.int/influenza/resources/documents/h5n1_assessing_pandemic_threat/en/ (2020.12.7 取得)
- 山岸敬和 2020 新型コロナ、治療代 820 万円!? 試されるアメリカ医療保険制度
- 笹川平和財団 2020 SPF アメリカ現状モニター No.59 2020.4.14
https://www.spf.org/global-image/units/upfiles/122056-1-20200414151720_b5e9555700a277.pdf (2020.12.13 取得)
- Zoom <https://zoom.us> (2020.12.7 取得)

ABSTRACT

Some Thoughts on Counseling with International Students in Crisis/Pandemic Situation
: How COVID-19 affected the counseling services in a Japanese University and what measures
were taken

NISHIURA, Taro
Konan University

After the first case of COVID-19 was reported in December 2020, the virus spread quickly across the world.

Not only the people but also the political, economic and social system of many countries were affected by the virus, and lot of confusion were caused. Many Japanese universities and student counseling services faced difficulties to continue face-to face counseling and the international students who received counseling at these institutions were at risk to abandon the counseling sessions.

This paper reviews the initial phase of the pandemic and examines what kind of impact the virus had on the counseling services and international student's psyche and thier social situation. The measures that were taken to continue counseling and the possibilities of communicating with international students in a pandemic/crisis situation were also discussed.

Key Words: COVID-19(pandemic), counseling, international students in Japan
