

第二言語習得におけるレジリエンスの教育と研究

Teaching and researching resilience in second language acquisition

田 口 達 也
TAGUCHI Tatsuya

キーワード：

〔レジリエンス〕 resilience・〔第二言語習得〕 second language acquisition

〔異文化コミュニケーション〕 intercultural communication

〔心的外傷後成長〕 posttraumatic growth・〔モチベーション〕 motivation

I はじめに

言語学習は間違い、失敗、習得の難しさなどの困難の連続である。言語は人間のコアであるアイデンティティに深く関わるため、それらのような困難は、人々の心の中に不安、苛立ち、ストレス、恥ずかしさのような負の感情を引き起こすだけでなく、自尊心を傷つけられたような感情を生み出す原因ともなる。これらの負の感情のために、学習者は言語学習に対して嫌悪感を抱くこともあるが、これらが契機となり、学校生活や日々の生活への不適応を引き起こす可能性もある。したがって、困難や負の感情を克服しながら学習を継続することが、言語習得成功への鍵となる。この困難や負の感情から克服する力、あるいは立ち直る力は「レジリエンス (resilience)」と呼ばれている。

近年まで、レジリエンスの概念は、第二言語習得の分野で言及されることはほとんどなかった。しかし、グローバル化により、第二言語の習得、特に英語の習得が、読み書き算術のような基礎力の一つとしての地位を確立するにつれて、そしてまた、文化や国境を越えての移動が増すにつれて、何らかのストレスや逆境を経験する機会が一層増えている。このような状況に鑑みて、本稿では、第二言語習得におけるレジリエンス研究と教育に向けての論を展開する。最初に、レジリエンスとは何かについて概括し、全般的な理解を試み、応用研究の一つである教育分野におけるレジリエンス研究を見ていく。次に、レジリエンスが第二言語習得において必要とされる状況を紹介し、第二言語習得におけるレジリエンス研究の今後の展望と教育実践についての提言を試みる。

Ⅱ レジリエンス研究

1 レジリエンスとは？

レジリエンスとは、ラテン語の「*resilire*（跳ね返る）」に由来し（Masten & Gewirtz, 2006）、広範な意味を持っているため、様々な訳語が用いられている。例を挙げると、「精神回復力」「弾力性」「抵抗力」「復元力」「折れない心」「へこたれない心」「立ち直る力」などがある。レジリエンスの概念は、物理学や工学において、ばねやゴムバンドの様に、元々の形が崩れることなく圧力や緊張に耐えたり、回復したりする能力として使われ（齊藤・岡安, 2009; 松山・土屋, 2015）、その後、心理学分野で扱われるようになり、1970年代に入りさらに注目されるようになった（Cutuli & Masten, 2013, Masten, 2001, Masten & Tellegen, 2012; 原, 2013）。

心理学における初期のレジリエンス研究は、問題のある家庭環境や人生経験、貧困や周囲の暴力など、危険な育成環境にいる子どもたちについての研究から始まった。通常、こうしたリスクの高い、トラウマになるような困難な環境下、レジリエンス研究でよく使用されている言葉で言うと「逆境（adversity）」下では、子どもたちは精神疾患や問題行動を起こすことが予想される。しかし、そのような疾患や行動を起こすことなく、良好な適応をしている子どもがいるという報告がなされた。このような不適応の予防的観点と心理的危機に陥った際のフォローという観点から、レジリエンスが注目されるようになり、これを嚆矢としてこの分野の研究が大きく発展してきた。以来、人間発達におけるレジリエンス研究が広く行われるようになってきたが、テロ、災害、環境、貧困、虐待などの社会問題が増加あるいは顕在化したため、近年、特に注目を浴びている（例：Zolli & Healy, 2012）。そして、このレジリエンス研究は、このような大きな社会問題に対処するだけでなく、日常生活の中で起こる厳しい、ストレスフルな環境における適応への研究にも応用範囲が広がってきている。例えば、子育てにおけるレジリエンス（例：足立・鈴木・久世, 2014）、ビジネスにおけるレジリエンス（例：久世, 2015）、異文化におけるレジリエンス（例：Caruana, 2014; 松山・土屋, 2015）などがあり、教育に特化したレジリエンスとしては、児童・生徒・学生を含む学習者のレジリエンス（例：原, 2013; 平野, 2010）、教師教育を含む教師のレジリエンス（例：Day & Gu, 2014; 紺野・丹藤, 2006; 佐々木, 2014）、レジリエンスを高める教育（例：原・都築, 2014）の研究がある。

人々がストレスを感じる困難状況、あるいはストレッサー（ストレスの元となる出来事）の種類は多数存在する。上島・木瀬・子供のレジリエンス研究会（2015）は、子どもが感じるストレッサーを大まかに次の六つに分類している。

1. カタストロフィー（大惨事）……震災 豪雨災害 など
2. ネガティブライフイベント（困った出来事）……事故 けが 病気 身近な人との死別 親の離婚 虐待 面前DV いじめ など
3. デイリーハッスル（日々のいらいら）……学校 教師 勉強 友達関係 家庭内での緊張 など
4. 環境……貧困 家庭の機能不全（ネグレクトなど） など
5. 自己要因……障害 性格 学力や体力 など
6. 結果……自殺 自殺未遂 自傷 非行 不登校 別室登校 抑うつ 二次障害 など（困

難状況がもたらす結果がさらに逆境の原因となる)

これらは子どもを対象としたものであるが、そのほとんどが大人にも当てはまるであろう。

このように、レジリエンス研究は多岐に及ぶが、その定義も多様であり、以下の通り研究者たちは独自の定義づけを行っている。

- 「困難あるいは脅威的な状況にも関わらず、うまく適応する過程、能力、あるいは結果」(Masten, Best, & Garmezy, 1990, p.426)
- 「基本的な強みであり、人間の感情的・心理的構造におけるすべてのポジティブな特徴の基礎を成すもの」(Reivich & Shatté, 2002, p.59)
- 「困難な状況からでもすぐに回復する能力」(Walker, Gleaves, & Grey, 2006, p.251)
- 「深刻な結果をもたらすと考えられるような危険な経験に悩まされているにも関わらず、比較的、良好な結果を持つ人もいるという現象」(Rutter, 2007, p.205)

日本においては、小塩・中谷・金子・長峰(2002)らによる「困難で脅威的な状態にさらされることで一時的に心理的不健康の状態に陥っても、それを乗り越え、精神病理を示さず、よく適応している」(p.58)状態を指す定義が広く支持されている。さらに近年は、Masten(2011)の「安定、生存、発達を脅かす深刻な困難から、耐えたり、回復したりするダイナミックなシステムの能力」(p.494)といった、変化という成長過程に主眼を置いた定義づけもなされている。

こうした定義づけにおける多様性の背景には、レジリエンスのどの側面に焦点を置くかといった問題があるが、レジリエンス研究において、もう一つ見逃してはいけない点がある。それは、心的外傷後成長(PTG: Posttraumatic Growth)と呼ばれるものである(Neenan, 2009; Seligman, 2011)。困難や逆境の経験から何かポジティブな意味を見つけることができた場合、その困難や逆境が成長を促すことがある。Neenan(2009)はPTGの利点として次の三つを挙げている: (1) 自己イメージの変化、(2) 周りの人との関係の明確化と向上、(3) 人生の中の優先順位の変化。このようなPTGはすべての人に同程度に起こるわけではなく、その困難や逆境経験をどのように解釈するかにより、成長の有無や程度は様々となる。

2 レジリエンス要因

レジリエンスの定義同様、レジリエンスを構成している要因も多岐にわたる。小花和(2002)やGrotberg(2003)は、レジリエンス要因を内的要因と環境要因に大別している。内的要因には、自尊心や好ましい気質などの「個人内要因」(I AM Factor)、コンピテンスや問題解決能力などの「獲得要因」(I CAN Factor)、そして環境要因として、安定した家庭環境や役割モデルなどの「周囲から提供される要因」(I HAVE Factor)がある。さらに平野(2010)は、レジリエンスを導く多様な要因の中には、持って生まれた気質と関連の強い要因と後天的に身につけやすい要因があると考え、「資質的要因」と「獲得的要因」の二元的な分類を試みている(表1参照)。

その他の研究から興味深い要因として、紺野・丹藤(2006)による教師の資質能力に関する

表1 レジリエンス要因の分類

ソーシャル スキル	共感性	チャレンジ	興味関心の多様性
	社会的的外交性		努力志向
	自己開示		抵抗力
	ユーモア		忍耐力
コンピテンス	問題解決能力	肯定的な 未来志向	楽観性
	洞察力		肯定的な未来志向性
	知的スキル・学業成績	その他	身体的健康
	自己効力感・有能性		自立
自己統制	自律・自己制御		道徳心・信仰心
	感情調整		自己分析・自己理解

出典：平野（2010, p.96）

レジリエンス研究で現れた「モデル」という要因がある。これらは「モデルになる良い教師が周りにいる」「『いい先生』の姿が思い浮かぶ」「大好きな憧れの教師がいる」など自分にとっての具体的な未来像ないしは目標となりうる存在についての項目から構成されている。

これらの要因は、一般的な状況に適応するものとして、レジリエンス研究においては非常に参考になる一方で、領域に特化したレジリエンスについての研究を行う場合には、まだ不十分な点があることは否めない。

3 レジリエンス研究手法

レジリエンス研究では、主に二つの研究手法の流れがある（Masten, 2001, 2014）。一つは変数中心（variable-focused）手法である。この手法は、複数の変数の関係性についての調査、および、ある変数が別の変数に与える影響力についての検証を目的としている。この手法では、主に階層的重回帰分析などの多変量統計分析が行われている。もう一つは、人物中心（person-focused）手法である。この手法では、例えば、逆境において、その状況を乗り越える人と乗り越えられない人を比べたり、レジリエンスの高いグループと低いグループを比べたりと、その結果の違いを検証している。この手法では、ケーススタディーや、判別分析やクラスター分析などの統計的分析も行われている。

Masten（2001）によれば、変数中心手法では、統計的分析のため、研究結果が一般化しやすく、介入プログラムのための予測と結果を特定するのに適しているが、実際の生活における際立ったパターンを捉え損なっているという。一方、人物中心手法は、人生の中で自然と起こる様々なレジリエンスの、典型的でありまた非典型的なパターンを探索するのに適しているが、因果関係を明確に特定することが難しくなっている短所があるという。当然、両者の研究手法を組み合わせるという研究も存在するという。

日本でのレジリエンスの研究については、尺度作成や尺度を用いた量的研究が非常に多く、質的研究は僅少である（原, 2013）。量的研究の例としては、齊藤・岡安（2010）や平野（2010）による大学生用のレジリエンス尺度の作成、紺野・丹藤（2006）による教師レジリエンスの因

子構造解明と関連要因との因果関係の検証、久保・西岡・鬼頭（2015）による高校生のレジリエンスと自律的動機づけとの関係の検証などがある。一方、質的研究では、三宅（2010）によるレジリエンス高群と低群の大学生を対象とした半構造化インタビュー手法による研究や、松山・土屋（2015）による指導者の異文化体験とレジリエンスについてインタビューを行った研究が挙げられる。

心理学の他の領域と同じように、量的手法を中心とした研究に重点が置かれたことが、レジリエンス研究を前進させていく上で大きな原動力となったことは評価に値する。一方で、レジリエンスの発達は短期的視点では把握しづらいため、質的手法を中心とした長期的視点での研究も今後はさらに必要である。

Ⅲ 教育におけるレジリエンス研究

数多くあるレジリエンス研究において、教育関連分野は主要な領域のうちの一つであろう。第二言語習得は教育という点で強く関連があるため、教育関連分野でのレジリエンス研究の概観は、今後の第二言語習得におけるレジリエンス研究に示唆を与えてくれる。教育分野でのレジリエンス研究は、次の二つに大別できる。一つは、学習者に焦点を当てた研究、もう一つは教師に焦点を当てた研究である。

学習者に焦点を当てた研究の一つの流れは、上述のように、教育におけるレジリエンス要因の特定、尺度作成、あるいはレジリエンスと関連要因との関係の研究である。対象者は幼児から高校生や大学生と幅広い（久保他, 2015; 齊藤・岡安, 2010; 原, 2013; 平野, 2010）。もう一つの研究の流れとしては、レジリエンスを高める研究である（原・都築, 2014）。また、学習者のレジリエンスを高めるための教材開発も行われている（『レジリエンス教材集1』（深谷・上島・子どものレジリエンス研究会, 2015）、『レジリエンス教材集2』（上島他, 2015）など）。

さらには、生徒だけではなく教師についてのレジリエンスの研究も、近年行われるようになってきた（例：Day & Gu, 2014, Gu & Day, 2014; 紺野・丹藤, 2006）。Day and Gu (2014)によれば、様々な領域におけるレジリエンスと比べると、教師のレジリエンスには三つの異なる性格があるという：

1. 文脈固有性：学校内外から、教師という専門的な仕事についての影響があること。
2. 役割固有性：教師や教えるという職業的役割に対する特別な意欲や信念との関係があること。
3. 日常性：困難からすぐに効率よく立ち直ること以上のことで、教えている日常世界で均衡を保ちながら、関与し、行動することに関係があること。

教師についてのレジリエンス研究の例として、紺野・丹藤（2006）では教師の資質能力について、「教師レジリエンス」の観点から研究を行っており、また佐々木（2014）では、教員養成課程におけるレジリエンス育成の課題と研究の展望について検討している。このような教育におけるレジリエンス研究というのは、他の領域におけるレジリエンス研究と比べて特殊であるかもしれない。と言うのも、学習者と教師という関わり合う双方が主要なストレスになることが多分にしてあるからである。

Ⅳ 第二言語習得におけるレジリエンスの必要性

第二言語習得は、学問的性質上、言語学、教育学、心理学を始めとして、社会学、人類学、そして異文化コミュニケーション学などの分野とも深く関連している。言語は学習者個人のアイデンティティに関わるものであり、その能力の必要性が社会の中で高まるにつれ、学習者がその言語の習得・学習過程でストレスフルな状況に直面することは多々ある。第二言語習得においてレジリエンスの概念はこれまでほとんど扱われることはなかったが、第二言語習得におけるポジティブ心理学の導入から、少しずつその必要性が認識されてきている（例えば田口, 2015）。本節では、その関連領域をも含んだ第二言語習得にまつわるレジリエンスが必要となる状況を検証する。特に、言語学習での必要性和、言語学習の過程における異文化コミュニケーションでのレジリエンスの必要状況に焦点を当てることとする。

1 言語学習

言語習得は長期にわたる活動であり、その習得までにはかなりの努力を要する。そして、学習の失敗から逃れることは出来ない。「第二言語領域というのは、ひょっとすると学習の失敗に非常に特徴づけられるかもしれない教育の一分野である；ほとんどすべての人が一つの言語学習に失敗したことがあり、人によっては二つや三つの言語においても失敗した人がいるというのは珍しいことではない」（Dörnyei & Ushioda, 2013, p.142）。

言語学習におけるストレスラーは一般的なレジリエンス研究におけるストレスラーと共有するものもあるが、その分野独特のものもある。言語習得における代表的なものを以下に挙げる。

- 年齢にあった内容のことをうまく伝えることができない。
- 母語ではあまり意識することがなかった言い間違いや発音が非常に気になる。
- 周りが英語のできない環境である場合、自らの話す英語に関して、周囲の人から常に意識される。
- 試験などに代表されるように、学習成果が常に評価され、また、その試験結果が将来の方向を決定することがある。
- 単語の学習において、非常に苦勞を要する。
- 聞く・話すなどの音声に関する学習では、学習成果がなかなか実感しにくい。

このようなストレスフルな状況下において、程度の差はあれ、挫折を経験する学習者が多々いることは想像に難くない。これらの状況を解決する方法として、これまでは学習者のモチベーションを高めればすべてがうまくいくと考えられてきたように思える。つまり、モチベーションがあれば、どのような困難があろうとも、動じることなく意欲的に目標に向かって行動を起こし続けることができる、ということである。しかし、学習過程では、予期せぬ出来事が頻繁に起こり、そのことによって学習者がストレスを感じ、結果として、やる気が萎えてしまうことはよくあることである。そしてこのことから、言語学習に対して嫌悪感などの否定的な気持ちが生じ、結果的に言語学習を止めてしまい、習得の機会や将来の可能性を失うことになる。ここで、逆境やストレスラーによるモチベーションの低下を最小限に抑え、学習を継続

するためのレジリエンスの力が必要になるのである。

言語学習においてレジリエンスを扱った初期の研究に、Oxfordらによる一連の研究がある(Oxford, 2015, Oxford, Acuña, Hernández, & Smith, 2015, Oxford, Meng, Zhou, Sung, & Jain, 2007)。Oxford et al. (2007) は、ある中国人学習者によるレジリエンスを明らかにしている。この研究での中国人学習者は、高校時代、英語に自信を持っていたものの、大学に入り、教員たちによる彼女の発音への指摘や、そのことを周りの友達から笑われることにより、発音に対して自信を失い、さらに地方の村の出身であることや農家の子であることをも恥ずかしく思った。しかし、ある時、彼女が習っている英語教師が地区の当局による授業観察を受けたとき、この中国人学習者は先陣を切って英語で話し、その結果、教師を助けただけでなく、自らの資質に自信を持ち、そしてレジリエントになったという。また、Oxford et al. (2015) による研究では、コスタリカの英語学習者による英語学習歴の話について記述分析が行われた。分析の結果、参加者の一人は非常に強いレジリエンスを示しており、困難を乗り越えてきたという経験について、何度も繰り返し語ったという。例えば、「あらゆる困難をものともせず私がやり遂げたことで、私がどのようにクラスメートに希望を与えているかを、彼らは時々言っているわ」、「今の自分（大学の英語教授）へと大出世したわ」、「私の話は、他の人が、たとえ最初は無理に思えたって、したいことをするべきっていうのに役立つと思うの」との発言があった。

言語学習経験には、社会的な大惨事によるストレスャーではないにしても、自尊心を脅かすような逆境がある。一方で、逆境や困難な状況乗り越えることによって起こるPTGや、困難を乗り越えようともがいている最中に発見する「新しい自分 (new self)」(Oxford et al., 2007) は注目に値する。

2 異文化コミュニケーション

言語習得の過程において、異文化コミュニケーションは重要な学習事項の一つである。外国語として学んでいる言語の場合、学習言語が話されている国や文化圏へ行くことは、現代ではごく当たり前になっている。それどころか、高度な語学力を獲得し語学を用いた職業に就くためには、必須経験とさえ見なされるようになってきている。現地の言葉さえできれば他の文化圏の人とのコミュニケーションはうまくいく、と信じている人も少なくないが、程度の差こそあれ、カルチャーショックは誰もが経験する自然なプロセスである。カルチャーショックにより、失望感、劣等感、焦燥感、沈黙などの精神的な症状を示す人もいれば、不眠、頭痛、食欲不振などの身体的な症状を示す結果になることもある(鍋倉, 1997; 原沢, 2013)。また、その文化に対する強烈な敵意へと変わることもあつたりする。本節では、異文化コミュニケーションにおけるレジリエンスを必要とする状況事例を見ていく。

カルチャーショックによるストレスを引き起こす可能性のある例として、以下、二つの事例を見る。一つ目はカナダに留学している日本人の例である。彼女は小学校時代にアメリカで過ごした経験を持つが、日本人学校に通っていたため英語に自信を持てず、15歳でカナダ留学をした時は、英語力の自信のなさから英語を母国語としない学生が通う英語学習プログラム(ESL)から勉強をスタートした。その学校は外国人学生が多く在籍し、ESLのシステムがとても整っていたため、ESLの学生とそれ以外のレギュラーの学生との間に上下関係ができており、両者の間には敵意や反感しかなかったという。彼女は次のように語っている。

ESLの友達と一緒にいると、とても楽しいけど、自分も含めてみんな二級市民だって思う。カナダ人たちは自分たちを「不完全な」人間だって思ってるのを知ってるし。で、ここに属している人たち（カナダ人）との付き合いもなくて、ここの本当の暮らしをエンジョイできているわけじゃない。英語もたいしてうまくないし。（久米・長谷川, 2007, p.47）

上記の留学生は、比較的若い時点で留学した日本人の例のため、多くの一般的な日本人と状況が違つかもしれないが、このような印象を受けたことがある日本人留学生は非常に多いのではないだろうか。

次は難民として日本に来たベトナム人の例である。彼は、日本を、努力さえすれば大学にも行くことができる夢の国と見ており、日本語を猛勉強し、日本で就職もした。しかし、仕事は単調な流れ作業で、しかも一瞬たりとも目を離せない神経のすり減るものであり、周囲の日本人が彼を蔑んだような態度をとるため、大変つらく、夜になってもほとんど眠れなくなってしまったという。この原因として、久米・長谷川（2007）は次のように考察している。

生活ペースがゆっくりとしたベトナムからやってきたホアさんにとっては、日本の生活のすべてがカルチャーショックの連続だったといえよう。1分、2分の遅れを気にするような気の休まらない生活や、1つのミスも許されない流れ作業の仕事、いつでも忙しそうで他人行儀で冷たい同僚など、日本人にとってあたり前のこと1つひとつが異文化からやってきたホアさんにとっては、負担だったと考えられよう。また、せっかく一所懸命勉強した日本語が思ったほど役に立たず、仕事に生かせなかったことも、ホアさんのプライドを傷つけショックを大きくした一因となっていたということもありえよう。（pp.20-21）

カルチャーショックは母国から異国へ移動する際だけでなく、一定期間海外に暮らした後で母国に帰国した場合にも経験しうるものであり、一般的に「逆カルチャーショック」や「帰国カルチャーショック」として研究されている。その事例を二つ紹介する。

親の海外赴任に伴って海外で育った子どもたちは（中略）現地の事情や親の考えに従ってそれぞれの教育を受けて帰国した。ところが、日本の学校に戻ってみると、明らかに当該学年に相当する日本語力が不足していて、英語以外の科目ではまったくついていけない子供が続出した。また、得意なはずの英語に関しても悩みがあった。それは、英語を母語とする人々と同じように発音したために、周囲の生徒たちにねたまれ、いじめの対象になってしまうということだった。（久米・長谷川, 2007, pp.40-41）

この帰国子女の例は、幼少期に文化移動をしているため、一般的な多くの人に当てはまるとは言い難いが、言語がストレスの一因となっていることは理解できるであろう。

一方で、成人してから文化移動を経験しても、逆カルチャーショックを受けることはある。次は、大学を卒業するまで日本で育ち生活をしていた人の例である。彼女は英語が得意で大学卒業と同時にアメリカに留学し、必死に勉強した後、アメリカで就職したが、日本を離れて6年後に仕事の関係で日本に帰国することになった。

由香里さんの日本での生活は驚くほど「逆カルチャーショックの嵐」であったという。町を歩けば、中年男性が平気でつばを吐くのに驚き、また、若い女性がやたらとグループで固まって、「キャー、キャー」と甲高い声で叫び、同じような服装をしているのに驚き、(中略) どの人をみても上司の「山田さん」にみえて困ったなど、毎日がびっくりの連続であった。また、彼女が困ったのが、日本語の漢字変換の能力が衰えてきたことであった(中略) 取引先の銀行が「当行では」と言っているのが「投稿か登校か？」とさっぱりわからなかったりと、オオボケ状態の彼女に対し、「帰国子女でもないのに、あんなに外国かぶれになるのはおかしい」「格好をつけてるだけじゃないのか」と同僚たちは首をひねるばかりだった。そんな由香里さんを悩ませたのは、会社の同僚や上司ばかりではなかった。たまに帰ると実家の父親が悲しそうに「昔のお前に戻ってくれ」と言うことだ。自分はそんなに変わっているつもりはないのに、父親の目にはどうもそのようには映っていないようだった(中略) 本当の自分を受け入れてもらえていないように感じるのが、最もつらいことだという。(久米・長谷川, 2007, p.51)

彼女の例では、言語は逆カルチャーショックの一要因であるが、それ以上に、アメリカで身につけた文化規範が周囲の人にとっては大きな壁となり、彼女にとってのストレス的な状況の要因と考えられる。

このような文化移動に起因するカルチャーショックとストレスフルな状況は、短期滞在者より、長期滞在を行うことになる人々に起こる傾向があるようだ。一方で、このような困難や逆境を乗り越えた人々は、PTGを経験することも多いようである。久米・長谷川(2007)が言うように、「文化移動をした人は大変な思いをして新しい文化を学ばねばならず、それを成し遂げたということは本人にとっては大きな自信である。そして、その自信がもととなり、大きな自己肯定感が生まれている」(pp.53-54)。しかし、実際はそのようなPTGが肯定的に評価されないこともあるようである:「そんな個人にとって周囲の近しい人々が『もとの状態に戻ってくれ』と願うのは、その自己肯定感のもとともなっている『文化の移動による学習や文化移動によって起こるカルチャーショックの克服による成長』そのものを否定するということにもなり、ただでさえ大変な母国への再適応をいっそう困難なものにしてしまう」(pp.53-54)。

異文化では、普段から当たり前と考え、行っていたことが機能しなくなることによって、心理的ストレスが大きくなる。そのため、異文化コミュニケーションによるレジリエンス研究は必要であるにも関わらず、それほど多くは行われてはいない。特に、言語習得にまつわる異文化コミュニケーションにおいてはほとんど研究されていない。

一方、言語習得以外の異文化経験におけるレジリエンス研究の一例として、松山・土屋(2015)が挙げられる。この研究では、3名のサッカー指導者によるアジア貢献事業によって赴任した国での異文化体験とレジリエンス体験について明らかにしている。いずれの指導者も「新天地での期待と不安感があった」と語っており、異文化経験によるポジティブな心理的感情を抱く半面、ネガティブな心理的感情を抱くこともあったという。指導者の一人には「語学力のレベルの低さに落胆した」と語り、「宗教行事による影響」に困惑した人もいた。また「サッカーのレベルの低さと選手が規則を守らない意識の低さに落胆することが多くなった」とのストレスを経験する人や、「就労ビザ取得のために指導できない苛立ちがあった」、「日本では考えられない出来事によって、どうすることもできなかった」、「国のサッカーの強化シス

テムがしっかりしていなく、国際大会で戦うレベルではなかった」とストレスフルな状況を語っている人もいた。松山・土屋の分析の結果、海外での困難に直面した時、いかにマイナス思考を断ち切って、気持ちを切り替えることの必要性、現地の状況と日本人のローカルマインドを保ち、それを包括する柔軟な発想と行動様式を身につけることの大切さ、またコミュニケーションが取れる家族や友人の存在が、早期に立ち上がるために必要だと示唆している。

V 第二言語習得におけるレジリエンス研究に向けて

レジリエンスを必要とするストレスフルな逆境を避けることは、日々の生活をしていくうえでほぼ不可能であろう。一方、第二言語習得においては、そのような逆境を避けることは幾分可能なのかもしれないが、その見返りは、将来の様々な機会の損失になる。一方で、現在の日本に目を移すと、英語力がどの領域においても必要とされている。例えば、英語学習の低年齢化や必修化、また英語による授業などがある。Piller and Cho (2013) による研究では、英語がグローバル化の数量的指標となっているため、韓国の教育業界や大学業界に英語が押し付けられるようになっているという。一例として、グローバル指標を上げる目的で、学習者の理解が不十分でも、大学では英語での授業を行っているという。この実践の功罪は短期的視点では判別しがたいものの、似たような流れが日本でも起こり始めており、第二言語習得におけるレジリエンスを高めることが今後大いに必要となるだろう。本節では、第二言語習得におけるレジリエンス研究に向けての提言を行うとともに、近年の急速にグローバル化する日本社会におけるレジリエンス教育の必要性も高まっていることを踏まえて、第二言語習得におけるレジリエンス教育に向けての提言も行う。

1 研究への展望

第二言語習得におけるレジリエンス研究はその蓄積が少ないため、基礎的な研究から行う必要があり、最初の段階としては次のことが考えられる。

1. 第二言語習得に必要とされるレジリエンス要因を特定する研究
心理学・教育学におけるレジリエンス研究は参考になるが、領域に特化した要因が考えられるため、要因を特定する研究が必要となる。
2. 全体的な傾向の把握及びレジリエンス力診断のための尺度作成
学習者によるレジリエンスの有無やその傾向を概観し、結果の一般化を目指す研究においては、調査を質的に行うことは非常に困難である。このような研究を行うためには、レジリエンスを測定する尺度が必要となるため、因子分析等を用いて妥当性のある尺度を作成する研究を行う必要がある。
3. 第二言語に特化したレジリエンスの発達研究
第二言語習得にまつわるレジリエントな人たちが、いかにその力を発達させたのかを探る研究は、レジリエンストレーニングに向けて有効である。
4. 語学教師にまつわるレジリエンス研究
グローバル化する社会において、語学教師、特に英語教師には様々なプレッシャーがあり、

レジリエンスが必要となる。そのため、教職志望学生をも含む語学教師にまつわるレジリエンスについて実証的研究を行っていく必要がある。

2 教育実践への提言

レジリエンスを高める方法を述べる前に、レジリエンス教育について、誤解されやすい点を説明する（深谷他, 2015）。一つ目は従来の教育を否定するものではないという点である。例えば、従来の教育ではいじめや差別をなくすことを目指しているが、一方レジリエンス教育では、焦点はいじめや差別に負けないことにある。いじめや差別をなくすようにすることは大切ではあるが、100%防ぐことは限りなく不可能に近い。その様な時こそ、レジリエンス教育が威力を発揮するのである。二つ目は、スパルタ教育ではないという点である。逆境を故意に与えて立ち直る力を鍛えようとしているのではない。

レジリエンスを高める方法として、様々な方法が提案されている（Reivich & Shatte, 2002; Seligman, 2011; 上島他, 2015; 深谷他, 2015）。アメリカ心理学会（American Psychological Association）は次の方法を提案している。

1. 家族や友人、その他の人とつながりを持つ（Make connections）
2. 克服できない問題として困難を見ることを避ける（Avoid seeing crises as insurmountable problems）
3. 変化を生活の一部とすることを受け入れる（Accept that change is a part of living）
4. 目標に向かって進む（Move toward your goals）
5. 逆境に対して果敢に行動する（Take decisive actions）
6. 自己発見の機会を探す（Look for opportunities for self-discovery）
7. 自分自身についての肯定的な見方を促す（Nurture a positive view of yourself）
8. 物事を大局的にとらえる（Keep things in perspective）
9. 楽観的な見通しを維持する（Maintain a hopeful outlook）
10. 自分自身の心や体を大切にする（Take care of yourself）

上記の様な一般的なレジリエンスを高める方法は有効である一方で、領域に特化したレジリエンスの鍛え方もある（例：久米・長谷川, 2007; 紺野・丹藤, 2006）。

- 学習過程における困難・失敗を分析し、その意味を考える。
- ネイティブスピーカーのレベルを目指す教育よりも、ノンネイティブ・スピーカーとしての言語習得を目指す教育を行う。
- 言語学習以外で、自信を持てるスキルを高める教育を行う。
- 異文化理解の知識をつける。
- 人は皆同じという思い込みを持たない。
- 自国文化についての強みを認識する。
- 自分がモデルとする人物を持つ。

Ⅵ まとめ

本稿では、第二言語習得における困難や逆境に対して、折れない心、へこたれない心を持ち、立ち直る力である「レジリエンス」について、心理学・教育学を中心とするレジリエンス研究を概観し、言語学習や異文化コミュニケーションにおける逆境において、レジリエンスとレジリエンス研究の必要性、そして第二言語習得におけるレジリエンス研究と教育の方向性について論じてきた。困難や逆境のない人生というものは理想であるが、そのような理想的な人生を送ることは容易ではない。むしろ、思い描いた通りの人生を送っている人は非常に少ないのではないだろうか。逆境や困難をより適切に克服するためにも、レジリエンスを鍛えることが重要であるが、それと同時に、「困難に直面したとき、今度もいろいろあるだろうが、これこれの手順を踏んでいけば、あのときのように乗り越えられるだろうという見通しや自信。へこたれない心の中心はこれであると思う」（上島他, 2015, p.13）とあるように、苦難を乗り越え立ち直った暁にあるPTGも重要である。第二言語習得においても、苦難は常に付きまとうが、それを乗り越えることによって、言語習得が行われるのであり、「新しい自分」（Oxford et al., 2007）を見つけることができるのである。

言語習得は長期にわたる活動である。成功に向けてはモチベーションが常に大切だと考えられてきたが、それだけでは不十分である。学習過程は常に逆境にあふれ、モチベーションを下げる出来事が数多くある。そのため、レジリエンス力によってモチベーションを補う必要がある。このことから、第二言語習得におけるレジリエンスについての研究の活発化がつとに期待される。ニーチェの格言が本稿をまとめてくれよう：「私を殺さないものは私を一層強くする（What does not kill me makes me stronger.）」（Seligman, 2011, p.159）。すなわち、人生は試練の連続であるが、試練があるからこそ我々は強く、そして成長できるのである。そして、言語学習においても、失敗や困難があるからこそ、克服することによって習得できるのである。

参考文献

- American Psychological Association (APA), "The road to resilience" No date. Retrieved from <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>
- Caruana, V., "Re-thinking global citizenship in higher education: From cosmopolitanism and international mobility to cosmopolitanisation, resilience and resilient thinking" *Higher Education Quarterly*, 68, 1, (2014) pp.85-104
- Cutuli, J.J., & Masten, A.S., "Resilience" In S.J. Lopez (Ed.), *The encyclopedia of positive psychology* (Wiley-Blackwell, 2013) pp.837-843
- Day, C., & Gu, Q., *Resilient teachers, resilient schools: Building and sustaining quality in testing times* (Routledge, 2014). (小柳和喜雄・木原俊行監訳、『教師と学校のレジリエンス：子どもの学びを支えるチーム力』、北大路書房、2015)
- Dörnyei, Z., & Ushioda, E., *Teaching and researching motivation* (2nd ed.) (Pearson, 2011)
- Gu, Q., & Day, C., "Challenges to teacher resilience: Conditions count" *British Educational Research Journal*, 39, 1, (2014) pp.22-44
- Grotberg, E.H., *Tapping your inner strength: How to find the resilience to deal with anything*

- (New Harbinger Publications, 1999)
- Masten, A.S., "Ordinary magic: Resilience processes in development" *American Psychologist*, 56, 3, (2001) pp.227-238
- Masten, A.S., "Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research practice, and translational synergy" *Development and Psychopathology*, 23, 2, (2011) pp.141-154
- Masten, A.S., "Global perspectives on resilience in children and youth" *child Development*, 85, 1, (2014) pp.6-20
- Masten, A.S., & Gewirtz, A.H., "Resilience in development: The importance of early childhood" In R.E. Tremblay, R.G. Barr, & R.D. Peters, (Eds.), *Encyclopedia on early childhood development* (Centre of Excellence for Early Childhood Development, 2006). Retrieved from: <http://www.child-encyclopedia.com/documents/Masten-GewirtzANGxp.pdf>
- Masten, A.S., Best, K.M., & Garmezy, N., "Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity" *Development and Psychopathology*, 2, 4, (1990) pp.425-444
- Masten, A.S., & Tellegen, A., "Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the project competence longitudinal study" *Development and Psychopathology*, 24, 2, (2012) pp.345-361
- Neenan, M., *Developing resilience: A cognitive-behavioural approach* (Routledge, 2009)
- Oxford, R.L., "How language learners can improve their emotional functioning: Important psychological and psychospiritual theories" *Applied Language Learning*, 25, 1&2, (2015) pp.1-15
- Oxford, R.L., Acuña, G.P., Hernández, M.S., & Smith, A.L., "A language is a mentality" : A narrative, positive-psychological view of six learners' development of bilingualism. *System*, 55, (2015) pp.100-110
- Oxford, R.L., Meng, Y., Yalun, Z., Sung, J., & Jain, R., "Uses of adversity: Moving beyond L2 learning crises" In A. Barfield, & S.H. Brown (Eds.), *Reconstructing autonomy in language education* (Palgrave Macmillan, 2007) pp.131-142
- Piller, I., & Cho, J.-Y., "Neoliberalism as language policy" *Language in Society*, 42, 1, (2013) pp.23-44
- Reivich, K., & Shatte, A., *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles* (Broadway Books, 2002) (宇野カオリ訳、【レジリエンスの教科書：逆境を跳ね返す世界最強のトレーニング】、草思社、2015)
- Rutter, M., "Resilience, competence, and coping" *Child Abuse & Neglect*, 31, 3, (2007) pp.205-209
- Seligman, M.E.P., *Flourish* (Free Press, 2011) (宇野カオリ監訳、【ポジティブ心理学の挑戦：「幸福」理論から「持続的幸福」へ】、デイスカヴァー・トゥエンティワン、2014)
- Walker, C., Gleaves, A., & Grey, J., "Can students within higher education learn to be resilient and, educationally speaking, does it matter?" *Educational Studies*, 32, 3, (2006)

pp.251-264

Zolli, A., & Healy, A.M., *Resilience: Why things bounce back* (Free Press, 2012) (須川綾子訳、『レジリエンス 復活力：あらゆるシステムの破綻と回復を分けるものは何か』、ダイヤモンド社、2013)

足立啓美・鈴木水季・久世浩二 (2014)『子どもの「逆境に負けない心」を育てる本：楽しいワークで身につく「レジリエンス」』法研

上島博・木瀬達也・子供のレジリエンス研究会 (2015)『レジリエンス教材集2』明治図書

小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治 (2002)「ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性－精神的回復力尺度の作成－」『カウンセリング研究』3 (1) pp.57-65

小花和Wright尚子 (2002)「幼児期の心理的ストレスとレジリエンス」『日本生理人類学会誌』7 (1) pp.25-32

久世浩司 (2015)『リーダーのための「レジリエンス」入門』PHP

久保勝利・西岡伸紀・鬼頭英明 (2015)「高校生における自律的動機づけとレジリエンスとの関連：自己決定理論の援用と可能性」『兵庫教育大学学校教育学研究』27 pp.31-39

久米昭元・長谷川典子 (2007)『ケースで学ぶ異文化コミュニケーション：誤解・失敗・すれ違い』有斐閣

紺野祐・丹藤進 (2006)「教師の資質能力に関する調査－『教師レジリエンス』の視点から」『秋田県立大学総合科学研究彙報』7 pp.73-83

佐々木恵理 (2014)「教員養成課程におけるレジリエンス育成の適応と展望：セルフケアを促進する予防的な視点から」『岐阜女子大学紀要』43 pp.119-127

齊藤和貴・岡安孝弘 (2009)「最近のレジリエンス研究の動向と課題」『明治大学心理社会学研究』4 pp.72-84

齊藤和貴・岡安孝弘 (2010)「大学生用レジリエンス尺度の作成」『明治大学心理社会学研究』5 pp.22-32

鍋倉健悦 (1997)『異文化コミュニケーション入門』丸善出版

田口達也 (2015)「第二言語習得におけるポジティブ心理学の応用に向けての一考察」『龍谷大学国際センター研究年報』24 pp.35-47.

原郁水・都築繁幸 (2014)「小学校5年生のレジリエンス育成プログラムの試行的研究」『障害者教育・福祉学研究』10 pp.85-90

原美香 (2013)「学校教育におけるレジリエンス育成」『教職研究』23 pp.1-12

原沢伊都夫 (2013)『異文化理解入門』研究社

平野真理 (2010)「レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み：二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成」『パーソナリティ研究』19 (2) pp.94-106

深谷和子・上島博・子供のレジリエンス研究会 (2015)『レジリエンス教材集1』明治図書

松山博明・土屋裕睦 (2015)「海外派遣指導者の異文化体験とレジリエンス：アジア貢献事業による初めて赴任したサッカー指導者の語りから」『スポーツ産業学研究』25 (2) pp.231-251

三宅広美 (2010)「レジリエンスに着目した大学生のパーソナリティ理解－文章完成法と半構造化面接による検討－」『創価大学大学院紀要』32 pp.355-384