

## 第二言語学習ストレスに関する試論的研究

### **PENELITIAN TERHADAP TINGKAT STRESS YANG DIALAMI OLEH PEMBELAJAR BAHASA ASING**

河崎 絵美  
**Kawasaki Emi**

Japanese Department, Faculty of Language and Culture, Bina Nusantara University,  
Jln. Kemanggisan Ilir III No. 45, Kemanggisan/Palmerah, Jakarta Barat 11480

#### **ABSTRACT**

*Article reveals the difference of stress among students and lecturers when they were studying in the class. However, I focused this research only in the second language class. The distinction of the stress will be shown on graphic. I used questionnaire to collect the data from the students and lecturers that I had mentioned above.*

**Keywords:** *stress, second language class, lecturer, students*

#### **ABSTRAK**

*Artikel menjelaskan perbedaan stress yang terjadi antara dosen dan mahasiswa ketika mereka berinteraksi di dalam kelas. Penelitian berfokus pada kelas pembelajaran bahasa sebagai bahasa ke dua. Hasil analisis akan ditunjukkan melalui grafik. Data penelitian diperoleh dari kuesioner yang disebarkan ke mahasiswa dan dosen.*

**Kata kunci:** *stres, kelas bahasa asing, dosen, mahasiswa*

## はじめに

第二言語を学ぶ時、その言語の上達度が上級レベルであっても初級レベルであっても、何らかの不安や緊張を感じるものである。しかし母語を普段の生活上で話す際は、その内容や話す相手によって不安や緊張を感じるかもしれないが、特に性格的に神経質であるとか、内向的で赤面症だとか言う場合は別として、それほど緊張はしないものである。例えば、我々が英語や中国語などで話しをしようとする時、何らかの不安やプレッシャーを感じる。これを以後「第二言語ストレス」と呼ぶ。

本研究では大学の「外国語」授業において生じるストレスの有無について検証し、適度な緊張感を持って効果的に第二言語を学ぶ方法を模索していく。

## 研究目的

日本で日本語を学習している学習者は、「異国で生活する」ということだけで、第二言語ストレスだけでなく経済的な面や生活習慣において不安や緊張が高まり、多大なストレスを感じていると考えられる。そこでまず、その点について「留学生の不安や緊張」について検証する。

第二言語学習者の多くは、第二言語の授業の前になると「授業中に当てられたらどうしよう。」「当てられて答えられなかったらどうしよう。」という不安に駆られていると推測される。そして、その不安は緊張に繋がり、より一層授業に対するストレスは大きくなるのではないかと推測される。そして授業が終わると「当てられずに無事終わった。」「恥ずかしい思いをしなくて済んだ。」という安心感を抱き、授業前と比較すると、そのストレスは緩和されていると仮定される。例えば、英語で何かを伝えようとする、あるいは英語母語話者に話しかけられた時、我々は極度に緊張が高まる。その場を何とか乗り切った後に、会話の内容を振り返ってフィードバックをすると、あの場合はどういう応答が適切であったのか、相手は何を言っていたのか理解できるのに、実際に話している時は全く理解できず話せない。それは、おそらく過剰な緊張がSpeakingやListeningに大きく影響していると考えられる。同じように、英語や中国語、ドイツ語、韓国語などの授業の前にも、平常時以上に学習者の不安が高まり、緊張しているのではないかと考えられる。特に留学生の場合は、異国の地で生活していることだけで第二言語ストレスを感じているだけに授業前ともなると、より一層不安が高まり、かなりの緊張感があると予想される。

本研究では、まず日本に来日している留学生を対象に、平時の不安水準を調べ、それを日本人大学生の平時の不安水準とを比較し、留学生の緊張水準を明確にする。次に、中国語の授業前・後の受講生の緊張水準を、韓国語の授業前・後の受講生の緊張水準と、更に日本に来日している留学生が受講する「日本語」の授業前・後の緊張水準を調査し、第二言語を学ぶ直前の緊張水準を明らかにし、第二言語ストレスの有無を検証する。

- 仮説 1. 留学生は、日本で生活している母語話者（日本人）よりも不安が高い。  
仮説 2. ①日本語、②中国語、③韓国語といった第二言語学習の授業前には、緊張（不安）水準が高くなる。

## 研究方法

### 被験者

姫路獨協大学	留学生	合計	13	名 (男6名、女7名)
姫路獨協大学	韓国語履修者	合計	14	名 (男6名、女8名)
姫路獨協大学	中国語履修者	合計	13	名 (男6名、女7名)
姫路獨協大学	教職課程履修者	合計	59	名 (男26名、女33名)

期日 2005年12月1日から2006年1月18日

質問紙 [不安測定用紙]

新版 S T A I (State-Trait Anxiety Inventory-Form JYZ) ; 実務教育出版社発行

S T A I I : 状態不安

S T A I II : 特性不安

緊張度 : 授業前状態不安 - 授業後状態不安 = 緊張水準

この S T A I テストは被験者の母語に中国語母語話者・韓国語母語話者に訳してもらい、被験者に回答してもらった。

### 手続き [教示]

〈授業前〉 (日本語・中国語・韓国語) の授業前に「この自己評価テストは (日本語・中国語・韓国語) の成績に関係しません。このテストは、今後の授業の改善のためのものです。率直に今の気持ちに当てはまる番号に○をしてください。」と説明して記入してもらった。

〈授業後〉 (日本語・中国語・韓国語) の授業終了後に「授業前のテストと同じものですが、今現在の率直な気持ちに当てはまるものに○をしてください。」と説明し記入してもらった。

## 結果と考察

日本語・中国語・韓国語のそれぞれの授業前と授業後における各群の授業前不安水準、各群の授業後不安水準、各群の緊張度、および各群の特性不安の結果を Fig. 1-1, 1-2 Fig. 2-1, 2-2, 2-3, 2-4, 3-5, 3-6 Table. 1-1, 1-2, 1-3 に示す。

### 仮説 1 の結果と考察 (留学生の不安水準 (日本人学生との比較))

留学生は慣れ親しんだ母国を離れ異国の言語、つまり第二言語を使用し、その国の生活習慣を理解して生活しなくてはならないという状況から、日本人に比べて不安や緊張が高く、そのストレスが高いことが予想された。しかし、調査結果からすると状態不安ではその差は有意ではなかった。また、特性不安については日本人の方が不安水準が高いという結果が示された。

Table 1日本人と留学生の状態不安と特性不安

	日本人		留学生	
	状態不安	特性不安	状態不安	特性不安
不安水準	44.6	52.1	44.2	48.2*
標準偏差	8.37	7.86	6.68	3.85

\* : P<.0.05 \*\* : P<.0.1

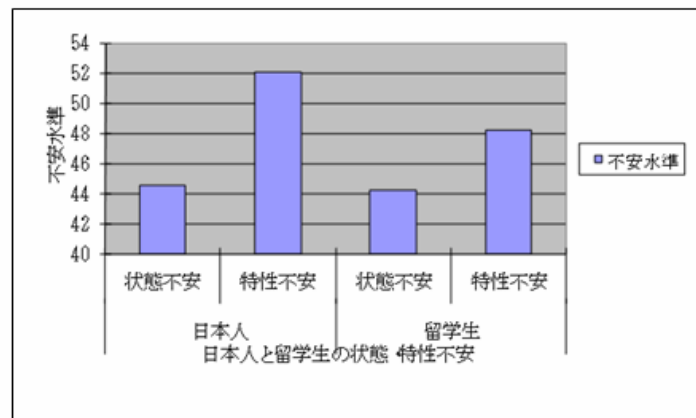


Figure 1 日本人と留学生の状態・特性不安水準

日本人学生の状態不安は不安水準が44.6であるのに対し、留学生は44、特性不安においては52.1に対し、留学生は48.2であった。これらの結果は、予測とは異なる結果となった。この結果を通し、留学生は日本語を本当に学びたいという強い熱意と、親元を遠く離れ開放感を感じていることから日本での生活を愉しみ、更に必要となるコミュニケーション能力の向上のために、日本語の学習を生活の中の一つとして捉えていることから、このような結果となったと思われる。

一方、日本人学生の場合、特性不安において留学生の不安水準を上回る結果であった。これは日本人の授業に対するストレス（不安）が大きく関係していると予測される。特に、特性不安においては教職課程を履修していることから将来への期待が大きい反面、明確ではない将来へ不安を抱えている学生が多いのではないかと予測される。その不安が授業に取り組む姿勢に緊張感を与え、授業についていけないか、テストに今日の授業内容が出るのではというストレスを感じさせていると予測される。また、特性不安においては学費や生活費のためにアルバイトをしているなどという経済的理由から、常に不安と隣り合わせの状況にあるためストレス（不安・緊張）を感じる日々を送っているのではないかと推測される。

### 仮説1の結果と考察（日本、中国語、韓国語の授業を受ける際の不安水準）

#### ①日本語

授業前の不安水準が44、授業後の不安水準が42であった。緊張度は2である。日本語の授業において授業前と後の不安の評定平均値の差の検定をした結果、両群に有意差が認められた。

Table 2 授業前 後の不安水準

日本語	授業前	授業後
不安水準	44.16327	41.5051
標本標準偏差	6.419372	5.229915

\*

\* :  $P < .05$  \*\* :  $P < .01$

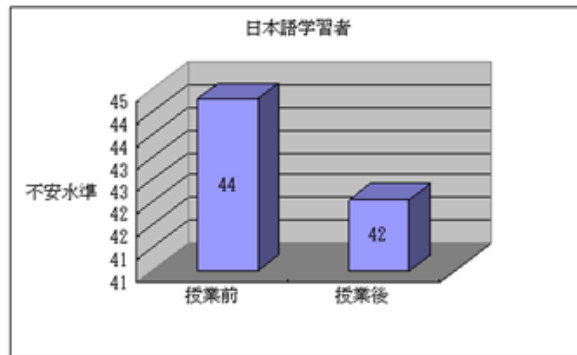


Figure 2 授業前 後の不安

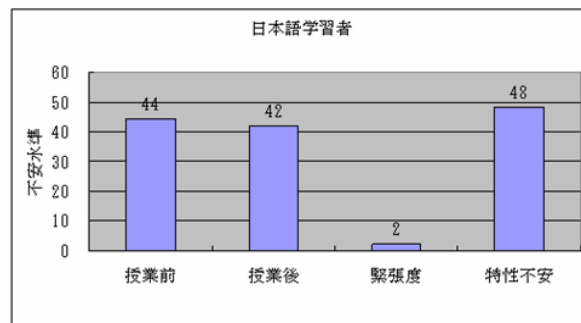


Figure 3 授業前 後、緊張度、不安特性

②中国語

授業前の不安水準が50、授業後の不安水準が46であった。緊張度は4である。中国語の授業において授業前と後の不安の評定平均値の差の検定をした結果、両群に有意差が認められた。

Table 3 授業前・後の不安水準

中国語	授業前	授業後	**
不安水準	50.38462	44.92308	* : $P < .05$
標本標準偏差	8.588155	7.088271	** : $P < .01$

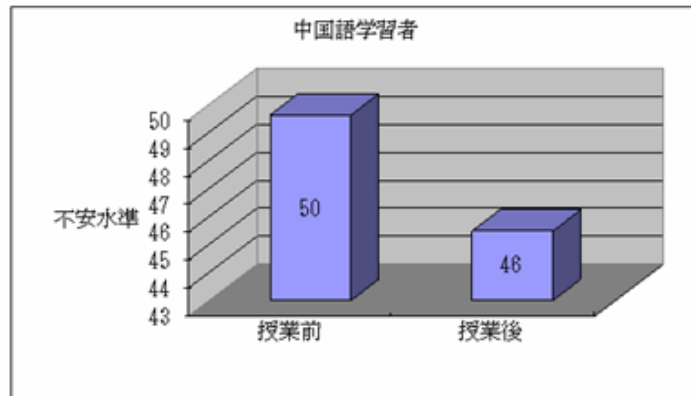


Figure 4 授業前・後の不安

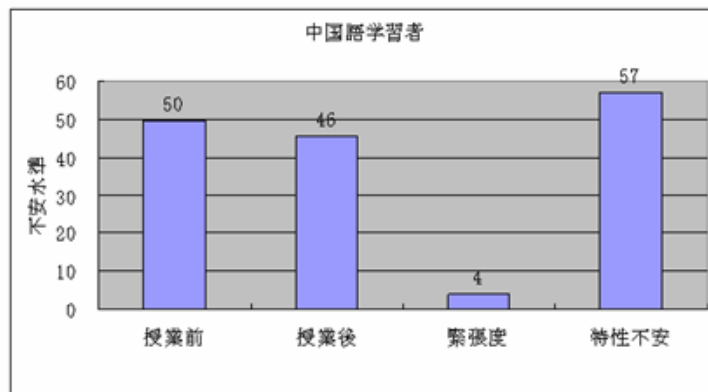


Figure 5 授業前・後の不安、緊張度、特性不安

### ③韓国語

授業前の不安水準が49、授業後の不安水準が45であった。緊張度は4である。韓国語の授業において授業前と後の不安の評定平均値の差の検定をした結果、両群に有意差が認められた。

Table 4 授業前 後の不安

韓国語	授業前	授業後	*
不安水準	49.57143	44.07143	* : P<.005
標本標準偏差	12.62302	13.27499	** : P<.01

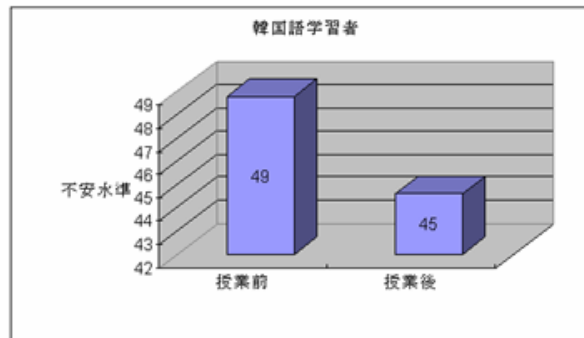


Figure 6 授業前・後の不安

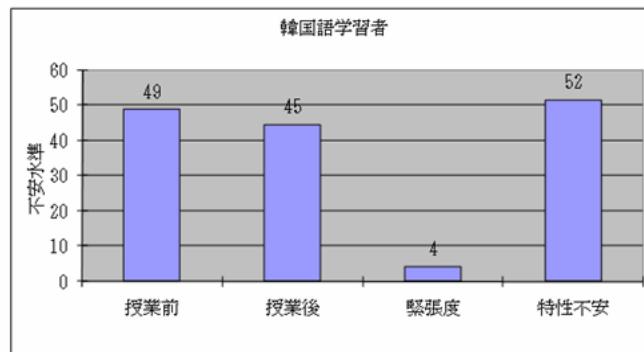


Figure 7 授業前 後、緊張度、特性不安

以上のデータから、①日本語②中国語③韓国語のいずれの第二言語学習時においても授業前に、何らかの不安や緊張を感じていることが明確となり、「第二言語ストレス」の存在が検証された。

この第二言語ストレスには「フラストレーション」が存在する。このフラストレーションとは、「目標追求活動をさえぎり、動機の充足を妨げること、およびその結果として生じる情緒状態をいう。」(村田1987; 84) 一方、「ストレス」とは「外界からのあらゆる欲求によってもたらされる生体の特異的な反応」(荒木・倉戸2003; 2) とセリエ (Selye, H, ) によって最初に提唱された。この2つの関連性は強く、人間が何かの目標(動機)を持って行動している時、例えば中国に行きたい、韓国に住みたいというような何らかの憧れから中国語、韓国語を学ぼうという動機付けが起こる。こういった動機が何らかの形で妨害された場合、例えば、どんなに一生懸命単語を覚えてもネイティブ話者を前にして、実際に覚えた単語を使って話そうとしてもうまく言いたいことが相手に伝わらない、というコミュニケーションの不成立が起こると、忽ちフラストレーションを感じる。なぜなら、我々人間は何事においても一回の学習でプロのようなレベルまで達することはないからである。例えば、ピアノを習い始めたころは旨く指が動かなくてイライラする。しかし、何度も繰り返し練習していくうちに、以前より上達していることに気がつく。そして、更なる向上を目指し練習を重ねるが、ある一定の水準までいくと、そこから上へ更に向上させるには大きな波がいくつも待ち構えている。その波はスランプの時期にあり、その時期を乗り越えなければ更なる上達は望めないのである。このスランプ時に感じる感情が、フラストレーションでありストレスである。

調査を行った時期が1年間の終わりの時期であったため、留学生においては、日本の生活や文化にも慣れ始め、またそれを受け入れ始めた時期である。また、他の被験者においても1年の授業の終わりということで、ある程度、授業内容・方針を理解していることが予想される。以上の結果から、今後の課題として挙げられることに、日本に来日して間もない日本語学習者、大学に入学して間もない第二言語学習者の第二言語ストレスについて調査を実施し、第二言語ストレスの負担度を1年間第二言語を学習している被験者と比較し、その差を検証してみることが求められる。

## 総括

第二言語を学習する際、やはり「第二言語ストレス」を学習者は感じていることが今回のS T A Iテストの結果から明らかとなった。人間が学習をする際、不安や緊張の値が高すぎると、また全く学習に対して不安も緊張も感じない低い値であると、それは学習に適した心的状態であるとは言えない。学習をする際は、適度な緊張感を持って取り組むことが、その目標をより早く更に効果的に習得する近道となるのである。これは「ヤーキンス・ダトソンの法則」で説明されていることである。

この様に、第二言語を習得する場合に学習者が第二言語ストレスを感じていることが明らかとなったが、教師にとっても、このストレスの存在が左右されている可能性が考えられる。教師は学習者の、この言語ストレスの存在を理解し、授業クラスの雰囲気作りや学習者のパーソナリティを考慮した学習項目・展開を行う必要がある。しかし、これに関しては今後、更なる研究求められる。

### 引用文献

村田考次1987『教養の心理学』培風館

荒木紀幸・倉戸ツギオ2003『健康とストレス・マネジメントー学校生活と社会生活の充実にむけて』ナカニシヤ出版