

在日外国人労働者の異文化適応についての調査研究(その2)

Study on intercultural adaptation of foreign workers in Japan (2)

李艶

Li Yan

山本 理沙*

Yamamoto Risa

要 旨

本研究は質的調査研究手法を使い、メンタルヘルスに関する基礎的なことを考慮しながら、在日外国人労働者の異文化適応によるメンタルヘルスへの影響を探ることを目的とした。

質的調査方法として①自由記述法(開かれた質問「日本での生活のことで思うことを、自由に書いてください(文字数の制限はない)」)、②半構造化面接、予め質問を用意しておくが、被面接者の状況や回答に応じて、質問の表現、順序、内容を変化させてインタビュー法を使った。日本での生活に関して、日本文化、安全、緑といった反応が多く、ポジティブの感情はネガティブより強いことがわかった。外国人労働者は日本人に好感度を持つこと、日本のことをポジティブに感じていることが明らかとなった。言葉の壁、生活習慣のハンディキャップ、受け入れてくれない困惑など、異文化適応で困難なことに遭遇したことが浮き彫りになった。日本人に対して、異文化への理解、フレンドリーに接してほしい、英語力などつけてほしいなどの提案があり、また、日本人との交流に困惑していることも示唆された。

外国人労働者は日本での生活、職場の面で母国と異なる文化に接触することによってさまざまなハンディキャップを抱えて、相当なストレスがかかっていることが明らかになった。本研究は外国人労働者の受け入れに一助になればと願う。

キーワード

在日外国人労働者・異文化接触・異文化適応・メンタルヘルス

Keywords: Foreign workers living in Japan, Intercultural adaptation, Mental health

本論文は心理学研究分野の研究倫理を遵守し、完成したものであることをここで表示する。

* 聖泉大学の卒業生

問題

現代の日本では、深刻な人手不足に直面している。急速に進む外国人労働者の受け入れが進んでいる。外国人が来日して現在、母国とは違う文化に接触している。また、外国人が日本へ来てくれることによって、日本人も異国の文化に接触している。外国人も含め、私たちが実際に異文化に接触した時に、どのように感じるのか、どのような行動をするか、あるいは、どのような心理的变化や問題が生じてくるのか問題として捉えている。

外国人個人の観点からみると、日本に滞在し生活するには、日本語習得を含めた‘異文化適応’という課題が生じるだろう。異なる文化への適応経験は視野を柔軟にさせてより広げるといった肯定的な影響もあるが、それ以上に精神的な健康に悪影響を与えることが、多くの先行研究では指摘されている (Berry, J.W. 2006, Wei, M.F 2007)。言語習得やコミュニケーションに関する問題、文化や生活への適応、差別体験、経済的な困難、寂しさなどが指摘されており、その結果、不安、抑うつ、心身愁訴、睡眠困難などの心理的、身体的な困難から、うつ病、適応障害などの精神疾患に至るまで、メンタル不調が増長されることが指摘されている(平野 2003)。異文化適応に関する研究は、移民者を積極的に受け入れている欧米の国々を中心にここ数十年の間に盛んになされている分野であるが、就労者としての外国人のメンタルヘルスを扱った研究はまだ少なく、あるとしても主に単純労働に従事する外国人労働者を対象にしたものがほとんどである(山口 1994, 平野 1997)。外国人労働者のストレス要因として言語とコミュニケーションに関する問題が多く指摘されており、それによって、職場において仕事内や安全規制などを正確に理解することに困難が生じていることが、仕事上のストレスや困り感だけでなく、生活においても大きな影響を与えているという(山下, 橋本, 神農 2008, Luksyte, A, Spizmueller, C. 2014)。渡辺(1996)は、異文化接触(culture contact / cultural contact / intercultural contact)とは、「ある程度の文化化を経た人が、他の文化集団や成員ともつ相互作用」としている。

ボクナー(Bochner, S., 1982)は、文化を異にする個人間や集団間の接触を異文化間接触と呼んでいる。斎藤(1996)は、異文化間接触を「文化的背景を異にする人々の間でなされる対面的相互作用(face-to-face-interaction)」としている。外国人労働者は、日本で労働することで次第に日本という環境に適応していくのか。異文化適応とは、個人が新しい環境(異文化やそのメンバー)との間に適切な関係を維持し、心理的な安定が保たれている

状態、あるいはそのような状態を目指す過程であり、異文化適応の失敗とは、個人や周囲の人々が緊張やストレスにさらされる状態と考えられる。さまざまな種類の異文化接触が簡単におこなわれるような時代になっても、自分が生まれ育った文化以外の文化に接触した場合には、言葉の障害も加わり、新しい文化のなかでうまくやっていくことは容易ではなく、心理的に混乱した状況に陥ることが多い。これがカルチャー・ショック(culture shock)と呼ばれるものである。カルチャー・ショックは、オバーグ(Oberg, K., 1960)によって紹介された概念とされている。カルチャー・ショックについてのさまざまな定義を検討した星野(1980)は「文化ショックは一般には、個人が自身の文化がもっている生活様式・行動規範・人間観・価値観とは多かれ少なかれ異なる文化に接触したときの、当初の感情的衝撃・認知的不一致として把握されることが多いが、決してそれだけにとどまらず、それにとともなう心身症や、累積的に起こる滞在的・慢性的パニック状態である」と定義している。また、サイコセラピスト(心理療法家)の近藤(1981)は、カルチャー・ショックを「異文化との接触において生ずる心理的反応の状態」と表現し、その反応の仕方は個人によって異なり、「軽度の当惑感からパニック感や精神的障害など、かなり強度の病的な症状を生じさせるものまでいろいろある」こと、「瞬間的なショック現象で終わるよりも、一定の時間にわたって生ずる現象である」ということを述べている。すなわち、カルチャー・ショックは、異文化との接触において生じる、個人によって異なる。さまざまな心理的反応の状態やそれにとともなう身体的症状と言えるだろう。ベリーら(Berry, J. W. et al., 1990)などは、カルチャーショックを文化変容ストレス(aculturative stress)、すなわち、文化変容過程で生じるある種のストレスと考えている。日本特有の労働態度や職場の文化が外国人労働者にとっては、何らかの刺激になっている可能性も考えられる。また、出稼ぎを目的として来日した外国人労働者の場合、母国での経歴や学歴とは関係のない仕事に就いて、あるいは、日本で就く仕事は母国での仕事よりも給料以外の条件が悪くなるということも起こっている。このような母国と日本での仕事とのギャップによって生じた心理的な衝撃や葛藤は、外国人労働者のメンタルヘルスにも大きな悪影響を与えられていると考えられる。さらに、ストレスとなる労働環境として、日本式のマネジメントスタイルや企業特有の文化なども挙げられており(李, 2010; 稲井, 2012; 小柴, 2002)、日本の職場文化を理解することが、外国人労働者のメンタルヘルスにとって重要な課題となることが推察され

22 在日外国人労働者の異文化適応についての調査研究(その2)

る。母国語以外で文化の異なる国で精神的なケアを受けることはどこの国であっても容易ではない(白石, 2010)。日本には外国人がたくさん働いている。それぞれの国柄があり、同じ職場で一緒に仕事をしている。そうすると、いろいろな問題や悩みが出てくるのではないかと疑問が浮かんだ。日本人でさえ、自国で働くのに、人間関係、職場への適応で苦しんでいる人たちが多くいる。外国で生まれ育った人たちが、異国へ行き、異国の人たちと仕事や生活をする、ということは、言語・文化が違う環境で職場や生活に適応していかなければならない状況になる。異国の地でどのように職場や生活の場で適応してきたのか、異文化適応にどのような心理的な問題が生じるかについての研究は大きな意義がある。

本研究は在日外国人労働者の異文化適応についての調査研究(その1)の続編として、質的な調査研究手法を使い、来日の外国人労働者を対象に文化心理学視点から異文化適応に伴うことで生じるメンタルヘルスへの影響を探ることを目的とする。

方法

質的調査方法

自由記述法と半構造化面接法

被調査者：関西地域の中小企業に勤める、来日一年以上の外国人労働者 52 名（国別、ブラジル 32 名、フィリピン 19 名、ペルー 1 名）を対象に質的な調査を行った。

調査期間：2019 年 10 月～11 月

①自由記述法

自由記述法とは名前の通りで、被験者に自由に記述してもらう。自由記述のメリットは、多肢選択式のものとは違い、思ってもみない回答が得られる。

開かれた質問

【日本での生活のことで思うことを、自由に書いてください（文字数の制限はない）】

① 半構造化面接

半構造化面接は予め質問を用意しておくが、被面接者の状況や回答に応じて、質問の表現、順序、内容を変化させる面接法である。つまり、面接中にさらに質問を加えられ、また質問の順序を変えることができ、さらに周囲の他者からのクライアントに関する情報を参考することができるメリットがある。

設問した内容は以下に示す。

- 1) なぜ日本を選んで就職したの？
- 2) 異国での生活全般はどうですか？
- 3) 一番慣れないことは何ですか？
- 4) 日本人との交流に一番難しいと思うことは何ですか？
- 5) 異文化適応で困難なことに遭遇されたとき、どのように対処しましたか？
- 6) よりよい異文化交流ができるようにご提案を聞かせください。

質問項目について日本語(フリガナ付き)、英語、ポルトガル語の3つの言語で表示され作成した。

結果

日本での生活や仕事に関する意識を調査するために「日本での生活の事で思うことを自由に書いてください。文字制限はありません。」と教示し、自由回答形式で回答を求めた。52名の回答が得られた。得られた52名の自由回答を全体(フィリピン、ブラジル、ペルー)と各国別で分析を行った。

分析はユーザーローカルテキストマイニングツールを使用し分析を行った。

2次元マップ、ワードクラウド、サマリーを図で示した。

図1. 出現率が高い単語の出現2次元マップとは2次元マップといい、文章中での出現傾向が似た単語ほど近く、似ていない単語ほど遠くは位置されており、距離が近い単語はグループにまとめ色分けがされている。

図2. 出現率が高い単語の図示とはワードクラウドといい、スコアが高い単語を複数選び出し、その値に応じた大きさを図示している。単語の色は品詞の種類で異なっており、青色が名詞、赤色が動詞、緑色が形容詞、灰色が感動詞を表している。

図3. 感情の傾向とはサマリーといい、文書全体を分析し、感情の傾向を可視化している。文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比を示している。

以下は全体と国別に結果を示す。

それぞれ三つの図があり、出現率が高い単語の2次元マップ、高い出現率単語の図示、感情傾向の図示を示した。

○ 3カ国〈フィリピン・ブラジル・ペルー〉全体の結果

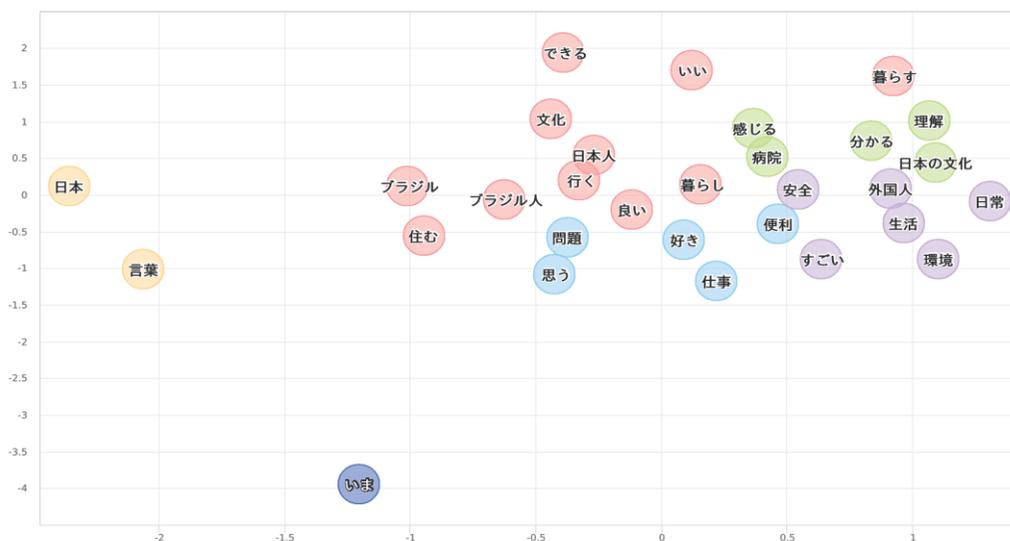


図1 出現率の高い単語の2次元マップ (全体)

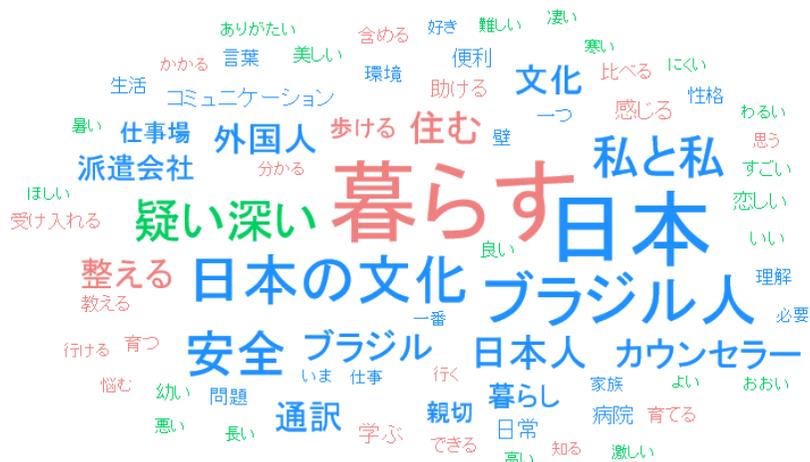


図2 出現率の高い単語の出現の図示 (全体)

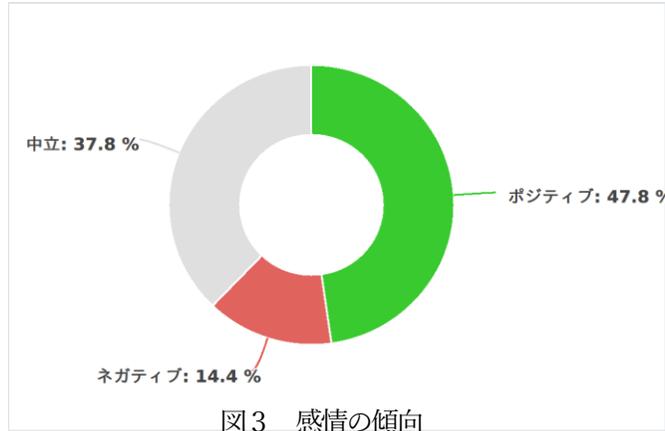


図3 感情の傾向

3カ国(フィリピン・ブラジル・ペルー)全体の結果としては、

図1. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、出現傾向が似た単語の大きな塊が一つあった。

図2. 出現率が高い単語の出現の図示では、赤色(動詞)は暮らす、住む、整える、青色(名詞)は日本、日本の文化、安全、緑色(形容詞)は疑い深い、良い、恋しい、などのスコアの高い単語が図示された。

図3. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが47.8%、ネガティブが14.4、中立が37.8%であった

●国別の結果ーフィリピン

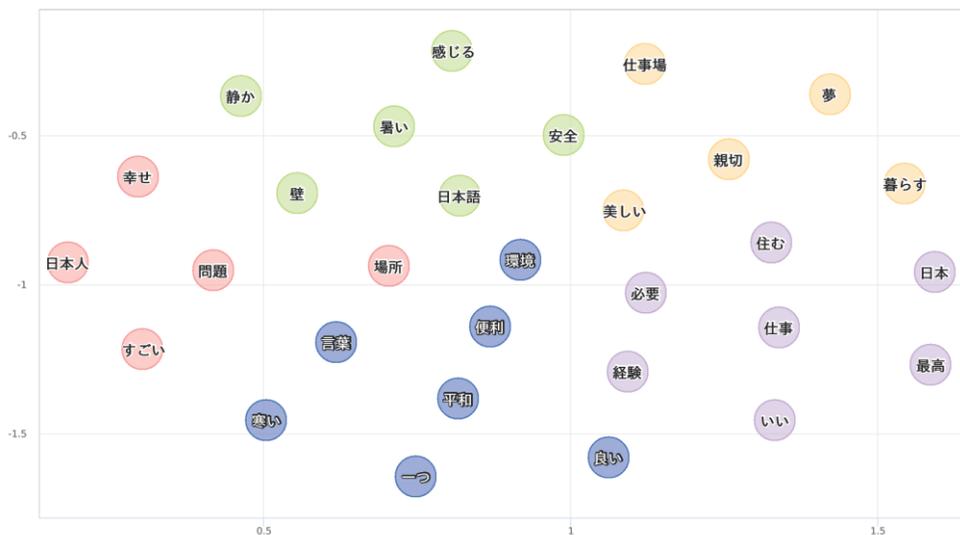


図4 出現率の高い単語の2次元マップ (フィリピン)

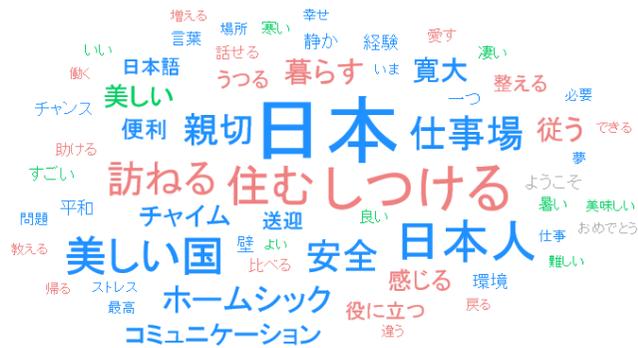


図5 出現率の高い単語の図示 (フィリピン)

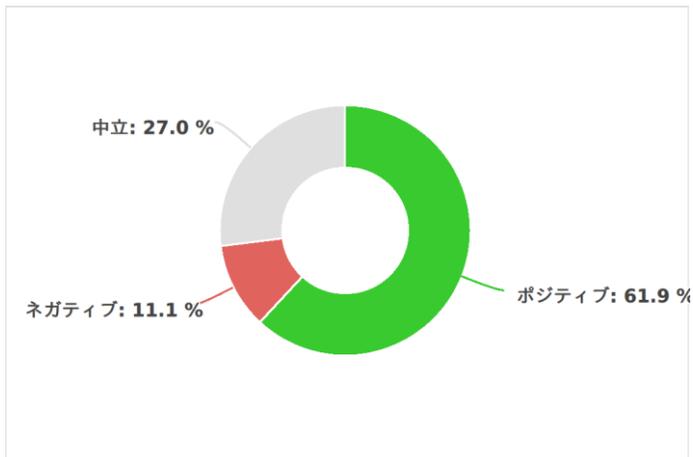


図6 感情の傾向 (フィリピン)

フィリピンの結果としては、

図4. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、5つの塊が表された。

図5. 出現率が高い単語の出現の図示では、赤色 (動詞) は、しつける、住む、暮らす、青色 (名詞) は、美しい国、安全、コミュニケーション、緑色 (形容詞) は、美しい、良い、寒い、などのスコアの高い単語が図示された。

図6. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが61.9%、ネガティブが11.1%、中立が27.0%であった。

特注：下線ところの色の表現は本論文をカラー版にする場合を指す (以下同様)

○国別の結果—ブラジル

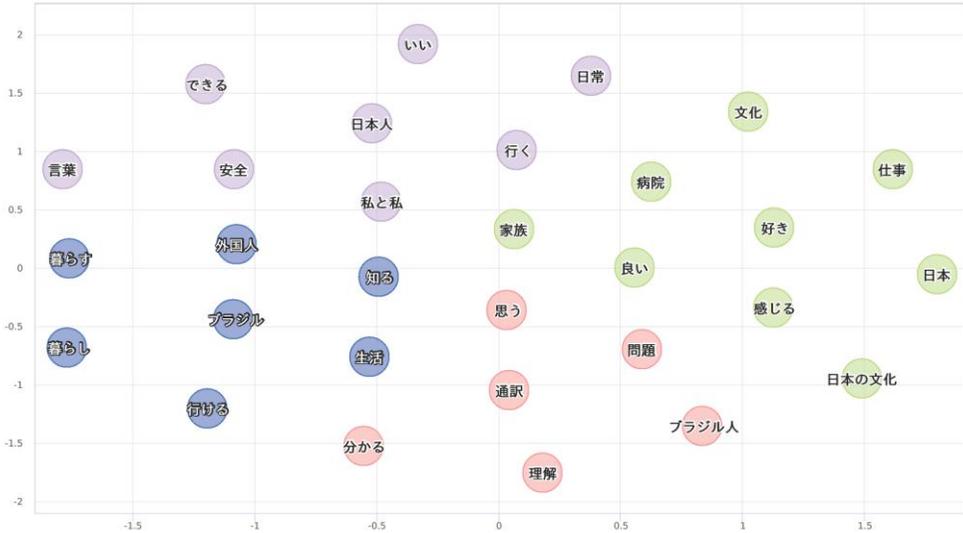


図7 出現率の高い単語の2次元マップ (ブラジル)

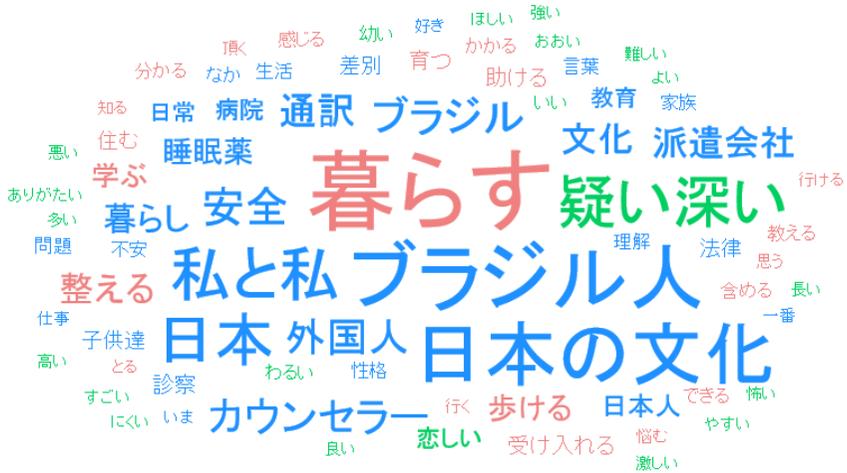


図8 出現率の高い単語の図示 (ブラジル)

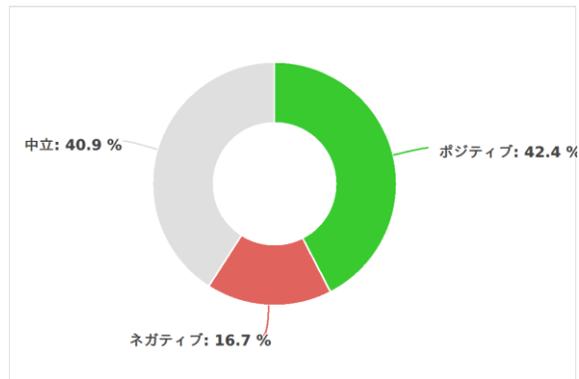


図9 感情の傾向 (ブラジル)

ブラジルの結果としては、

図7. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、4つの塊が表された。

図8. 出現率が高い単語の出現の図示では、赤色(動詞)は、暮らす、受け入れる、整える、青色(名詞)は、日本の文化、派遣会社、カウンセラー、緑色(形容詞)は、暮らす、助ける、整えるなどのスコアの高い単語が図示された。

図9. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが42.4%、ネガティブが16.7%、中立が40.9%であった。

ペルー人は1人だったので、図示を省いた。出現率が高い単語は(動詞)は暮らす、(名詞)は、安全、日本、好き、であった。

半構造化面接の結果

質問ごとに分析を行った。分析方法は自由記述法と同様にユーザーローカルテキストマイニングツールを使用し分析を行った。

自由回答の結果と同じく、2次元マップ、ワードクラウド、サマリーを図で示した

○設問1「なぜ日本を選んで就職したのか？」の結果

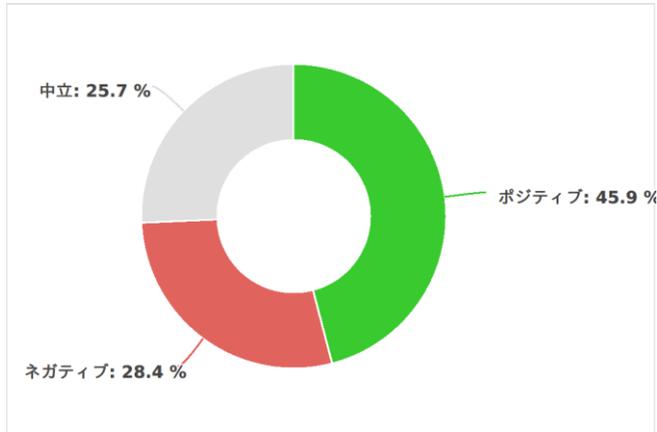


図 15 感情の傾向 (設問2)

図 13. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、4つの群が表され、それぞれ単語ごとに一定の間が空いている図が示された。

図 14. 出現率が高い単語の出現の図示では、赤色(動詞)は、助け合う、慣れる、とまどう、青色(名詞)は、日本語表記、交通、治安、緑色(形容詞)は、貧しい、難しい、楽しい、などのスコアの高い単語が図示された。

図 15. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが45.9%、ネガティブが28.4%、中立が25.7%であった。

○設問3「一番慣れないことはなんですか?」の結果

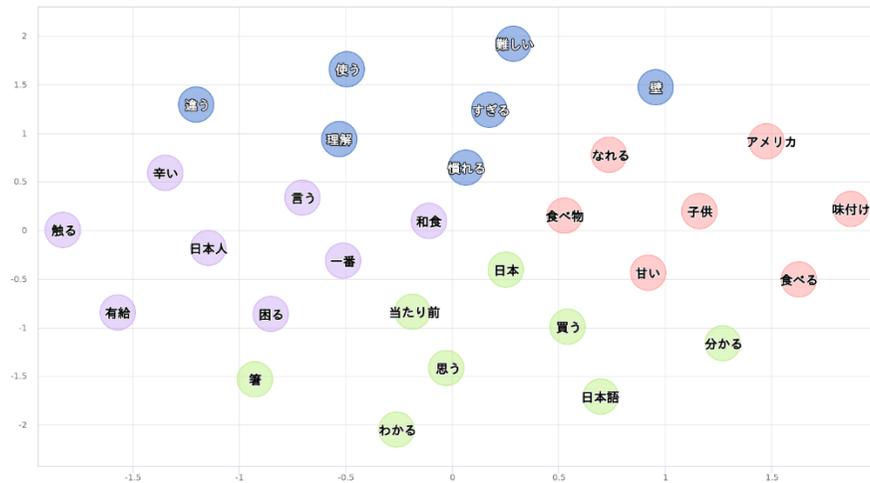


図 16 出現率の高い単語の2次元マップ (設問3)

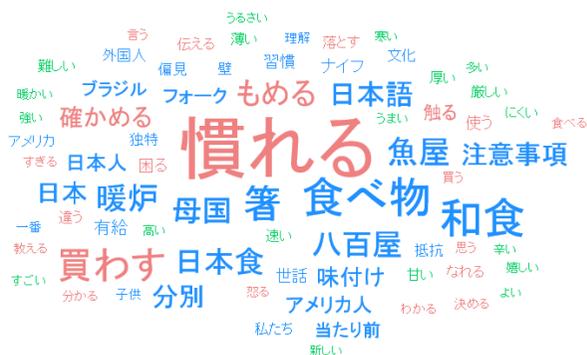


図17 出現率の高い単語の出現図示（設問3）

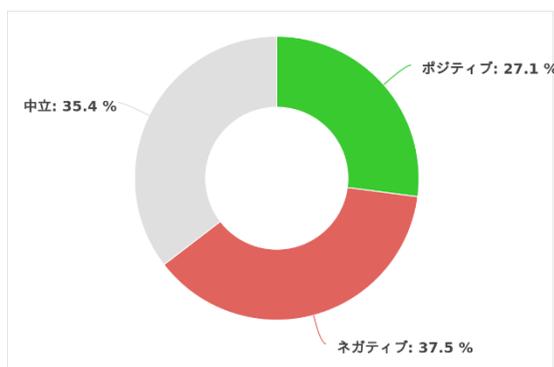


図18 感情の傾向（設問3）

図1. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、4つの群が表され、それぞれ単語ごとに一定の間が空いている図が示された。

図2. 出現率が高い単語の出現の図示では、赤色（動詞）は、慣れる、もめる、伝える、青色（名詞）は、食べ物、和食、注意事項、緑色（形容詞）は、甘い、厳しい、高い、などのスコアの高い単語が図示された。

図3. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが27.1%、ネガティブが37.5%、中立が35.4%であった

○設問4 「日本人との交流に一番難しいと思うことは何ですか？」

日本人との交流に一番難しいと思うことは何ですか?の結果としては、

図19. 出現率が高い単語の出現の2次元マップでは、4つの群が表され、それぞれ単語ごとに一定の間が空いている図が示された。

図20. 高い単語の出現の図示では、赤色(動詞)は、どなる、接す、怒る、青色(名詞)は、敬語、食文化、日本語、緑色(形容詞)は、難しい、細かい、高い、などのスコアの高い単語が図示された。

図21. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが27.9%、ネガティブが43.0%、中立が29.1%であった。

○設問5「異文化適応で困難なことに遭遇された時、どのように対処しましたか?」。



図22 出現率の高い単語の2次元マップ(設問5)

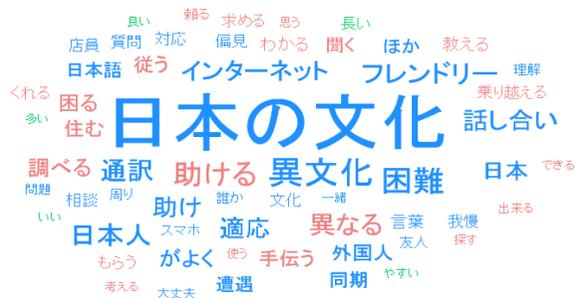


図23 出現率の高い単語の出現図示(設問5)

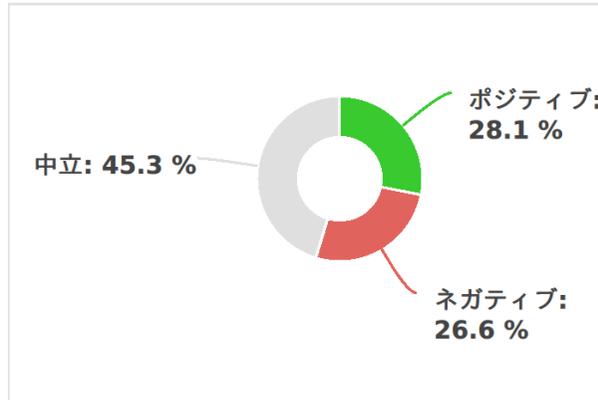


図24 感情の傾向(設問5)

「異文化適応で困難なことに遭遇された時、どのように対処しましたか?」の結果としては、図22. 高い単語の出現の2次元マップでは、5つの群が表され、それぞれ単語ごとに一定の間が空いている図が示された。

図23. 高い単語の出現の図示では、赤色(動詞)は、異なる、助ける、困る、青色(名詞)は、日本の文化、適応、困難、緑色(形容詞)は、長い、良い、多い、などのスコアの高い単語が図示された。

図24. 感情の傾向では、文章に含まれるポジティブな感情の文とネガティブな感情の文の存在比として、ポジティブが28.1%、ネガティブが26.6%、中立が45.3%であった。

○設問6「よりよい異文化交流ができるように、ご提案をお聞かせください。」

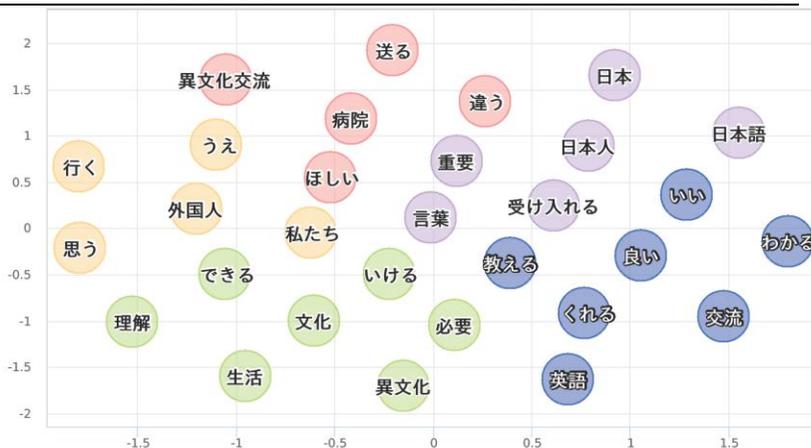


図25 出現率の高い単語の2次元マップ(設問6)

考察

自由回答では、自由に思っていることを書いてもらった。3カ国(フィリピン・ブラジル・ペルー)の全体から見ると、ポジティブな文章が約50%あった。“日本に暮らすにはいい国です”“日本の安全面は良いです”“日本の安全なところが好きです”など日本のことを褒めるようなことばかりが書かれていた。この結果から日本の良さは外国人がよく見ていること、また日本に魅力され来日したことがわかった。3カ国の外国人の結果からは日本に住んでいることを誇らしく思っているように感じた。各国から見ると、フィリピン人は日本の気候について気にかかって“日本は暑いときは暑い”“寒いときは寒い”“冬はとても寒い”などで多く語った。また、仕事面では、“日本人は提示のチャイムが鳴っていて、いる必要がなくても帰らない”と書いている人がいた。外国人は日本人の仕事ぶりをよく見ている、不思議と思うことがあると知らされた。しかし、これを書いた人は、受け入れたかのように、“それが日本であり、日本人だから”と書いていた。フィリピンは、三か国全体のポジティブな文章から見ると、フィリピンは50%以上のポジティブな文章を書いていた。ブラジルは、派遣会社で働いている人が多く、自由回答に書いていた文章もほとんどが仕事での出来事や日本で困っていること、改善してほしいことなどをはっきりと書いていた印象であった。

これからも日本で暮らしていこうと考えている人が多くなっていく。そのため、日本での困ったこと、改善してほしいことなどを聞いて欲しい声は日本社会に外国人労働者を受け入れる環境づくりに役に立つに違いない。外国人たちは異国の地で暮らすのだから、分からない事がありながら暮らすことだけでもかなりストレスを抱えているのだらうと考えられる。

半構造化面接では、

① なぜ日本を選んで就職したのか?の間で良く出てきた単語は、日本の文化、日本の歴史、給料、出稼ぎ、住む、就く、稼げる、就職、教育などが多かった。親の仕事の都合で日本に来た、出稼ぎにきた、将来、日本で自分の会社を設立したいから、よりよい生活を求めたかったから、小さい時から、日本という国が好きだったからなど、仕事のためや日本での教育のため、生活の為など、生きていくため関係の言葉が多い印象であった。

② 異国での生活全般はどうか?の間で良く出てきた単語は、日本語表記、とまど

う、慣れる、フレンドリーなど困っていることを示す単語が多かった。一方で、便利、交通、治安、環境など、生活環境の面では良い印象の単語が多かった。日本語が最初慣れなかった、日本特有のしきたりが難しい、生活環境が整っていて便利など、生活環境は整えられていて便利だけれど、日本特有のしきたりや古くからの伝統などは難しく、分からない印象であった。

③一番慣れないことは何ですか?の間では箸、食べ物、日本食、和食、味付け、習慣、文化、注意事項などの標識、などの単語が多く出現しており、主に、生活していくためのもので慣れていない印象であった。日本食や和食は薄味や、生の魚の刺身など、外国ではあまり経験することではないかもしれない。日本へ旅行に来て、日本食を食べただけでは、“日本食は苦手だ”と思うだけで終わる。だが、日本へ来て、日本で生活をしなければならなくなった場合は、生きて行くためになんとかして食文化に慣れていこうと前向きに考えているような印象を受けた。

④日本人との交流に一番難しいと思うことは何ですか?の間では、言葉の使用が難しい、言葉の中でやはり敬語と方言が分からない、日本人は方言で外国人と交流するなどと、外国人にとって一番難しいということが明らかとなった。次に日本の食文化に慣れないことを挙げられた。

⑤異文化適応で困難なことに遭遇された時、どのように対処しましたか?の間では、日本の文化、異文化、適応、話し合い、通訳、相談などの単語がよく出現していた。日本人と仲の良い在日外国人は分からないことで相談したいときには、日本人に聞くことが可能だ。しかし、日本語に自信が無く、日本人も日本語しか分からない場合、コミュニケーションが取れないのである。それなら同じ日本に住んでいる同じ国出身で同じ境遇の人に聞く方が相手に言いたいことが伝わりコミュニケーションをとることができる。他の外国人に相談をしている、話し合いをしなければ、問題はなくなる、言葉の壁を乗り越えるのに、聴いて覚えたなどと、在日外国人の方から積極的に日本人と関わろうと努力をしていることが分かる。言葉の壁がハンディキャップとなっている。言葉の壁を乗り越えられると、話し合いをすることができ、コミュニケーションが取れる状態にまでもっていくことができる。

⑥よりよい異文化交流ができるように、ご提案をお聞かせくださいという間は、異文化

交流、異文化、文化、理解、交流、受け入れる、思いやり、気遣い、ローマ字、必要などの言葉の出現が多かった。異文化交流についての活動を増やすことがいいと思う、できるだけ異文化を理解する事が大切だ、偏見を持たずにたくさん話すことだと思うなど、日本人と外国人が交流することが一番の異文化交流に有効な活動だと考える人が大半を占めた。また、日本人が英語を話せると交流しやすいことで、日本人の英語力を求めるといった意見もあった。

真の異文化交流は外国人だけが日本に合わせるのではなく、日本人にとっても外国人と積極的にふれあいをし、互いに寄り添うことが求められるのだろうか。

【引用・参考文献】

- Berry, J. W., Poortinga, Y.H., Segall, M. H.& Dasen, P.R. (1990). Cross-cultural psychology: Research and applications. Cambridge University Press.
- Berry, J. W., Stress perspectives on acculturation. In D. L. Sam, & J. W. Berry (Eds.) The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology. Cambridge: Cambridge University Press, (2006).
- Bochner, S. (1982). The social psychology of cross-cultural relations. S.Bochner, (Ed.) Culture in Contact. Pergamon Press.
- 石井敏 (2001). 『異文化コミュニケーションの理論—新しいパラダイムを求めて—』 有斐閣ブックス
- 西田司 (1994). 『異文化と人間行動の分析』 多賀出版
- 中村陽吉 (1976). 『対人関係の心理—攻撃か援助か—』 大日本図書
- 増田貴彦 (2010). 『文化心理学 (上)』 培風館
- 村田光二 (2007). 『社会心理学研究法』 福村出版
- 元野範久 (2003). 『働くもののメンタルヘルス—職場活動ハンドブッカー—』 学習の友社
- 三井宏隆 (2002). 『キーワード検索による社会心理学研究法案内—調査・面接・観察・内容分析で読む—』 ナカニシヤ出版
- 島津明人 (2003). 『職場不適応と心理的ストレス』 風間書房

40 在日外国人労働者の異文化適応についての調査研究(その2)

- 鈴木一代 (1997). 『異文化遭遇の心理学—文化・社会の中の人間—』 プレーン社
- 鈴木一代 (2006). 『異文化間心理学へのアプローチ—文化・社会のなかの人間と心理学—』 プレーン社
- 斎藤耕二 (1996). 『異文化体験の心理学 青年文化から異文化体験まで』 川島書店
- 島津明人 (2003). 『職場不適応と心理的ストレス』 風間書房
- 渡辺文夫 (2002). 『異文化と関わる心理学—グローバル化の時代を生きるために—』 サイエンス社
- 植村勝彦 (2017). 『よくわかるコミュニティ心理学—第3版』 ミネルヴァ書房
- 瀬谷正敏 (1993). 『社会心理学における自己測定尺度』 ソフィア
- 白石弘巳 (2010). 滞在外国人の精神保健・医療・福祉の実態と課題 P.138
- 渡辺文夫 (1996). 『心理学的異文化研究の基礎 渡辺文夫 (編著)』
異文化接触の心理学 - その現状と理論 P.79 - 96 川島書店
- Oberg, K. (1960) Cultural shock : Adjustment to new cultural environment.
Practical Anthology P.177-182
- 星野命 (1980). 『概説・カルチャー・ショック』 星野命 (編) 現代のエスプリ P.161
- 平野裕子 (2003). 在日外国人の身体的・精神的健康 : 保健学・看護学的
視点から.Fukuoka Acta Medica P.241-249.
- 近藤裕 (1981). 『カルチャー・ショック -異文化とつきあうために』 創元社
- 李艶 (2010). ストレスインベント・ストレスコーピング・社会的スキルの関連について
の研究 -大学生の対人関係の場合」聖泉論叢 No18
- 佐藤敏子 (2003). 職場のメンタルヘルスQ&A 日本法令
- 山下留理子、橋本文子、神農今日子.他. (2008). 在日外国人労働者の精神的健康の現状
とその関連要因. 日本看護学会論文集 地域看護 P.239-241.
- 山口裕幸 (1994) 日系外国人労働者の日本の労働・生活環境への適応過程に関する調査
研究—総社市水島機械金属工業団地に就労する日系外国人労働者を対象として
岡山大学産業経営研究会研究報告書 29, 1-30.