

こんにちは。月日の過ぎるスピードはとても早いもので既に 12 月、もうじき 2023 年を終えようとしています。最後の月である 12 月は、今年に心残りがなく新年を迎えられるように一年を完遂させたいものです。

さて、本題の 11 月の振り返りに入ろうと思います。私はこの一ヶ月で自分の性格や考え方において壁に当たったと思います。その原因は複数考えられますが、主要なものは日本人とカナダ人の中にある国民性の違いです。勿論、それぞれの国の中でも人の性格は多様なので一概には言えませんが、私がカナダに来てから感じた傾向としてはカナダ人がとても外向的である事です。カナダ人は人と交流する時間が好きで、大切にしています。その為季節の行事ごとのパーティや食事会、交流会といったイベントが頻繁にあります。親族同士では誕生日会や妊娠をお祝いするベビーシャワーなども行われます。

学校の休み時間やランチの時間も常に友達と一緒に動くのがスタンダードです。また授業内では、日本と比較して共同作業でプレゼンやプロジェクトを進める機会が多く設けられています。それらは時折、性格上一人で自由に過ごすことが好きな私にストレスを感じさせます。そして、私はそれらのイベントの度にナーバスな気持ちになっていました。しかし毎回同じ理由で気を落としているわけにもいかないのです、どのように考えれば、どのように行動すれば上手く社交的な場にも馴染めるか考えました。結果としては、留学で得られる新しい経験だと割り切るようになりました。よく考えた結果としては安直すぎる気もしましたが、私にとってはこれが最適だと思います。私の意見ではストレスへの対処法には三つあり、一つ目はストレスの原因となるもの自体をなくすこと、二つ目は感じたストレスを上手く発散すること、三つ目はそもそもストレスの原因をストレスだと感じないことです。ここで私は三つ目の方法に則って、人との関係や時間を大切にすることを学ぶいい機会だと考えることにしました。留学プログラムを通じた私の目標は英語力を伸ばすだけでなく、異文化を肌で体験し学習する事だと再認識しました。留學生活の全てが楽しいわけではないですが、挫折が自分の成長につながると信じて常に向上心を持っていたいのです。

ここまで留学で苦勞した事を長く書いてしまいましたが、勿論楽しいことも多くありました。私は最近の自由時間をホストシスター達とビデオゲームをプレイして過ごしています。なかでも、ホストシスターと地下でプレイするホラーゲームが私の楽しみです。ホストファミリーとのコミュニケーション時間と勉強と自分の自由時間とでバランスが難しいと感じていましたが、共通の趣味であるゲームを通してコミュニケーションと自由時間を両立出来ていると思います。また、まだまだ未熟な英語力ではありますが留学当初よりはリスニング力が向上し、ネイティブの会話を理解できるようになったと思います。

留学での経験、カルチャーショックは時に自分の負担になります。しかし、それをマイナスに考えず自分が一つ人間として成長する機会だと前向きに捉えて頑張っていきたいです。