

ウイズコロナ時代の学生生活： 日常生活の変化と大学教育への評価

吉 村 英
(本学教授)

本研究の目的は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の世界的規模の拡大により大きな影響を受けた女子大学生の大学生活について、日常生活と大学教育の視点から探索的な調査を行い、ウイズコロナ時代の学生生活を向上させるための基礎資料を得ることにある。

2019年12月に中華人民共和国で初めて報告された新型コロナウイルス感染症は、その後世界各国へ流行が拡大し、日本社会にも多大な影響を及ぼした。大学においても新型コロナウイルス感染症に対してさまざまな対策が取られ、学生の大学生活は激変した。大学への入構制限、授業方法の多様化（遠隔授業の本格化）、アルバイトの減少、クラブ・サークルの活動制限などの変化により、人との対面での交流の機会が大幅に減少した。感染への不安はもとより、長期にわたる行動制限によって、学生たちはこれまでにないストレス下で大学生活を送っている。このような状況にどのように対処すべきかという問題は、学生のみならず、教員や大学にとっても喫緊の課題であり、実証的に検討を行う必要があると思われる。

この問題を考えるにあたって、まずこれまでの経緯を本学を例として振り返ってみたい。2019年末に中華人民共和国で「原因不明の肺炎」として新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が報告された。その後日本でも感染が拡大し、大学においても感染症拡大への対応が急務となった。2020年2月27日に本学では第1回新型コロナウイルス感染症対策本部会議が開催された。翌日（2月28日）には文部科学省より「新型コロナウイルス感染症対策のた

めの小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における一斉臨時休業について（通知）」という通知があり、これを受けて「卒業式の中止」が決定された。3月2日には大学への入構制限が行われ、ゼミ、クラブおよび学生同士の集会等が原則禁止となった。3月24日には文部科学省から「令和2年度における大学等の授業の開始等について（通知）」という通知があり、これを受けて新年度の授業の開始が5月8日に延期された。同時に対面授業は6月末まで中止となった。5月7日までは「授業準備期間」となり、オンライン授業の講習会が行われた。この間教員は遠隔授業用の情報機器やソフトの整備と利用法の習得、授業コンテンツの作成などを行い、授業開始に備えた。5月27日には京都府から「大学等の再開に向けた感染症拡大予防のためのガイドライン」が発表され、これを受けて前期授業期間終了（8月13日）まで対面授業は行わず、オンライン授業を継続することが決定された。また実験・実習科目等については、8月31日～9月12日に集中補講を行うことになった。6月18日には後期授業形態について、オンデマンド型授業、対面授業、ハイブリッド型授業（対面とオンデマンドの併用）、遠隔双方型授業（Zoom等の利用）のいずれかで行うことが決定された。

以上の経過を振り返ると、新学期が始まる2020年4月から8月までは、全く対面授業は行われず遠隔授業のみであり、9月からはさまざまな授業形態が混在するという状況であった。新入生（1回生）にとっては、大学に入学したものの前期は全くキャンパスを訪れる機会がな

く、一人自室で授業を受けるという異常ともいえる状況であった。同級生とも後期になって初めて対面で会うことができた。2～4回生にとっても、前期はこれまでとは全く異なる授業形態を経験することとなり、戸惑いも多かったのではないと思われる。

新型コロナウイルス感染症の流行は繰り返され、2021年10月の段階では第5波を数えるに至っている。長期化する影響のもと、新型コロナウイルスが社会に存在することを前提として生活する時代のことをウイズコロナ時代と呼ぶことがある。ウイズコロナ時代の学生生活はこれまでとは全く違ったものとなり、学生たちは大きなストレスを経験していると思われる。このストレス状況にどのように対処すればよいかという問題は、学生、教員、および大学にとって重要な問題であると考えられる。

そこで本研究では、ウイズコロナ時代の学生生活を向上させるための基礎資料を得ることを目的として、学生を対象とした意識調査を行う。具体的にはまず、自粛生活中の日常生活にどのような変化があったかについて確認する。2020年6月21日に内閣府から発表された調査では、「家族の重要性を、より意識するようになった」、「本格的な趣味（芸術、料理等）に新たに挑戦した」、「オンラインでの発信や交流に新たに挑戦した」などの割合が多いことが報告されている。女子大学生にも同様の傾向がみられるかについて確認したい。次に多様な授業形態や授業方法について、どのように感じ、考えているかを確認する。学生は多様な授業形態のどのような点を評価し、どのような点に不満を抱いているかを知ることにより、より効果的な授業方法や授業コンテンツを開発する手掛かりが得られるであろう。さらに学生が抱えている現在の不安やストレスについて確認したい。具体的な不安やストレスの内容が明らかになれば、対処方法やサポート方法も考えやすくなるのではないだろうか。またストレスや不安の軽減には、学生自身のレジリエンスやストレスコーピングの方法も深く関連すると考えられる。そこでレジリエンスやストレスコーピングが、学生のさま

ざま意識にどのような影響を与えているかについても確認したい。

方 法

調査対象者 2020年10月に在籍していた、心理学を専攻する全学生236名。質問紙への有効回答者総数は195名（1回生52名、2回生54名、3回生46名、4回生43名）（回答率83%）。

調査時期 2020年10月

調査方法 集合調査法による質問紙調査。授業時間を使用して質問紙を配布し、回答を依頼した。研究倫理を配慮して、質問紙の冒頭で守秘義務の順守について記載し、さらに口頭で調査への参加は任意であること、および回答したくない項目は記入しなくてもよいことを伝えた。

調査項目の概要 本調査は大きく分けて、フェイスシート、授業方法、自粛生活中の日常生活、アルバイト、サークル・部活動、就職・キャリア、不安感、ストレス、ストレスコーピング、幸福感、レジリエンスなどの質問項目から構成されている。

調査項目と使用尺度 本研究では以下の質問項目と尺度を使用した。

①フェイスシート 学年（回生）、年齢、居住環境について尋ねた。

②授業方法 Zoom等を用いた双方向型、オンデマンド型、対面型の3つの授業方法について、どのように評価するかを問う10項目からなる質問項目に回答を求めた。これらの項目について、“そう思わない(1)”から“そう思う(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

③希望する授業形態 学生が受講できる授業の種類ごとに、Zoom等を用いた双方向型、オンデマンド型、対面型の3つの授業形態のうち最も希望するものを選択させた。

④自粛生活中の日常生活 自粛生活中の日常生活について、コロナ禍以前の生活と比べてどのような変化があったかを問う25項目からなる質問項目に回答を求めた。これらの項目について、“そう思わない(1)”から“とてもそう思う(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

⑤不安感 現在の気持ち（不安）関する質問11項目について，“そう思わない(1)”から“とてもそう思う(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

⑥ストレス 現在のストレスに関する質問7項目について，“まったくストレスに感じない(1)”から“とてもストレスに感じる(5)”の5点尺度で回答を求めた。

⑦コーピング尺度 尾関（1993）が作成したコーピング尺度を用いた。この尺度は問題焦点型、情動焦点型、回避・逃避型の3つの下位尺度から構成されている。全14項目について，“全くしない(1)”から“いつもする(4)”の4点尺度で回答を求めた。

⑧精神的回復力尺度 小塩・中谷・金子・長峰（2002）が作成した精神的回復力尺度を使用した。この尺度は新規性追求、感情調整、肯定的な未来志向の3因子から構成されている。全21項目について，“いいえ(1)”から“はい(5)”までの5点尺度で回答を求めた。

結果と考察

尺度の構成 本研究で用いた尺度には信頼性や妥当性が確認された既存の尺度の他に、新しく作成された尺度なども含まれている。そこで回答者の認知構造を確認し尺度を再構成するた

めに、各尺度の項目群に対して因子分析（最尤法、バリマックス回転）を行った。なお分析にはIBM SPSS Statistics 24.0を用いた。

自粛生活中の日常生活項目群の因子分析 自粛中の日常生活の変化に関する25項目について因子分析を行った。固有値の推移および解釈可能性から因子数を7個に決定した。さらに、いずれの因子にも高い負荷量を持たない項目、複数の因子に同程度負荷していた6項目を削除し、再度7因子を指定した因子分析（最尤法・バリマックス回転）を行った（累積寄与率55.2%）。回転後の結果をTable 1に示した。第1因子は固有値3.39、バリマックス回転後は「人と会わないことで寂しさを感じた」「友人が恋しくなった」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は人と会えないことによる孤独感を示していると考えられる。したがってこの因子を「孤独感」の因子と命名した。第2因子は固有値2.45、バリマックス回転後は「家族との会話が増えた」「家族と過ごす時間が増えた」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は家族との結びつきが深まったことを示している。そこでこの因子を「家族との絆」と命名した。第3因子は固有値1.76、バリマックス回転後は「友人と過ごす時間が増えた」「友人との仲が深まった」などの項目に高

Table 1 日常生活の変化の因子分析結果

	1	2	3	4	5	6	7	共通性
人と会わないことで寂しさを感じた。	.838	.106	.005	.179	-.095	.027	.071	.760
友人が恋しくなった。	.649	.035	.089	.074	.068	.067	-.166	.427
孤独感を感じるようになった。	.542	.001	-.019	.218	.029	.148	.073	.369
人に会わない生活が自分に合っていると感じた。	-.524	-.017	-.097	-.039	.011	-.131	.292	.388
家族との会話（対面や電話など）が増えた。	-.018	.895	-.149	.091	-.063	.082	-.023	.842
家族と過ごす時間が増えた。	.004	.716	-.024	.019	.177	-.044	-.131	.564
家族との仲が深まった。	.169	.551	.024	.155	-.190	.082	-.018	.400
友人と過ごす時間が増えた。	-.075	-.117	.758	.069	-.011	.031	.196	.638
友人との仲が深まった。	.207	-.031	.669	.058	.023	.103	-.047	.508
友人との会話（対面や電話など）が増えた。	.024	.006	.666	.013	.069	-.024	.018	.450
SNSを利用する時間が増えた。	.168	.058	.099	.917	.014	-.037	-.009	.884
人とのつながりを求めるためにSNSの使用頻度が増えた。	.350	.090	.157	.575	.011	-.021	.041	.488
動画共有サービス（YouTubeなど）を利用する時間が増えた。	.061	.086	-.039	.490	-.071	.105	-.011	.269
家族と距離を置きたくなった。	-.024	-.162	-.010	-.071	.904	-.016	-.033	.850
家族との喧嘩が増えた。	.034	.100	.095	-.005	.667	.042	.153	.490
掃除や片付をする時間が増えた。	.100	-.026	-.003	-.002	.024	.889	-.038	.804
料理をする時間が増えた。	.154	.103	.083	.078	.005	.475	.113	.286
友人と距離を置きたくなった。	-.206	-.118	-.064	.118	.096	.023	.729	.615
友人との喧嘩が増えた。	.027	-.046	.240	-.093	.043	.086	.577	.411
寄与率	10.53	9.08	8.53	8.28	7.21	5.85	5.72	

Table 2 不安項目群の因子分析結果

	I	II	III	共通性
自分の感染予防の方法が適切か不安を感じる。	.835	.145	.016	.719
大学の感染予防の方法が適切か不安を感じる。	.663	.171	.089	.476
自分もコロナにかかるのではないかと不安を感じる。	.656	.250	.097	.502
自分が感染したら、周囲の人にうつすのではないかと不安である。	.528	.115	.132	.310
運動不足による体力の低下に不安を感じる。	.249	.609	.195	.471
人と接する機会が減り、大学での友人関係に不安を感じる。	.157	.564	.002	.343
情報機器操作のスキルへの不安を感じる。	.044	.520	.171	.301
生活習慣が不規則になり、健康面の不安を感じる。	.171	.471	.140	.271
学費支払いの不安を感じる。	.098	.349	.139	.151
将来の進路（就職や進学など）に不安を感じる。	.074	.268	.960	.999
十分な学習ができていないか不安を感じる。	.262	.319	.452	.375
寄与率	18.62	14.57	11.52	

い因子負荷量を得ている。これらの項目は友人との結びつきが深まったことを示している。したがってこの因子を「友人との絆」と命名した。第4因子は固有値1.67, バリマックス回転後は「SNSを利用する時間が増えた」「人とのつながりを求めるためにSNSの使用頻度が増えた」などの項目に高い因子負荷量を得ている。そこでこの因子を「SNS等の利用」と命名した。第5因子は固有値1.54, バリマックス回転後は「家族と距離を置きたくなった」および「家族との喧嘩が増えた」という項目に高い因子負荷量を得ている。そこでこの因子を「家族との仲違い」と命名した。第6因子は固有値1.44, バリマックス回転後は「掃除や片付をする時間が増えた」および「料理をする時間が増えた」という項目に高い因子負荷量を得ている。そこでこの因子を「家事の時間」と命名した。第7因子は固有値1.06, バリマックス回転後は「友人と距離を置きたくなった」「友人との喧嘩が増えた」に高い因子負荷量を得ている。したがってこの因子を「友人との仲違い」と命名した。

不安に関する項目群の因子分析 不安に関する11項目について因子分析を行った。固有値の推移および解釈可能性から因子数を3個（累積寄与率44.7%）に決定した。回転後の結果をTable 2に示した。第1因子は固有値3.70, バリマックス回転後は「自分の感染予防の方法が適切か不安を感じる」「大学の感染予防の方法が適切か不安を感じる」「自分もコロナにかかるのではないかと不安を感じる」などの項目に

高い因子負荷量を得ている。これらの項目はコロナウイルスに感染することへの不安を表している。したがってこの因子を「感染への不安」と命名した。第2因子は固有値1.56, バリマックス回転後は「運動不足による体力の低下に不安を感じる」「人と接触する機会が減り、大学での友人関係に不安を感じる」「情報機器操作のスキルへの不安を感じる」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は自粛生活の長期化によって生じる間接的、2次的な悪影響に対する不安を表している。そこでこの因子を「副次的影響への不安」と命名した。第3因子は固有値1.02, バリマックス回転後は「将来の進路に不安を感じる」および「十分な学習ができていないか不安を感じる」という項目に高い因子負荷量を得ている。したがってこの因子を「学習・進路への不安」と命名した。

ストレスに関する項目群の因子分析 ストレスに関する7項目について因子分析を行った。固有値の推移および解釈可能性から因子数を2個（累積寄与率48.5%）に決定した。回転後の結果をTable 3に示した。第1因子は固有値3.27, バリマックス回転後は「気楽に外出できないこと」「音楽ライブやスポーツ観戦などの娯楽が制限されていること」「気楽に人と会って話せないこと」などの項目に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は人との接触が制限され自由に行動することができないことによるストレスを表している。そこでこの因子を「行動制限のストレス」と命名した。第2因子は固

Table 3 ストレス項目群の因子分析結果

	I	II	共通性
気楽に外出できないこと。	.934	.236	.928
音楽ライブやスポーツ観戦などの娯楽が制限されていること。	.570	.275	.400
気楽に人と会って話せないこと。	.494	.423	.423
外出することによって感染のリスクが高まること。	.426	.379	.325
ウイズコロナがいつまで続くかわからないこと。	.241	.903	.874
常にマスクをつけなければならないこと。	.218	.476	.275
手洗いやうがい、消毒などの感染対策をしなければならないこと。	.249	.325	.168
寄与率	25.57	22.89	

有値1.01, バリマックス回転後は「ウイズコロナがいつまで続くかわからないこと」および「常にマスクをつけなければならないこと」に高い因子負荷量を得ている。これらの項目は感染状況が長期化し、いつまで我慢を強いられるのか先が見えないストレスを表している。そこでこの因子を「終わりが見えないストレス」と命名した。

希望する授業形態 コロナウイルス感染症の拡大により、大学においてもさまざまな授業方法が模索されたが、本研究ではウイズコロナ時代の代表的な授業形態として、Zoom等を用いた双方向型、オンデマンド型、対面型の3つの授業形態を取り上げて検討を行った。学生はどのような授業形態を望んでいるのか、また授業の内容や授業科目の種類によって希望する授業形態は異なるのかを検討するために、授業科目を6種類に分類し、それぞれについて希望する

授業形態を選択させた (Figure 1)。選択の偏りを検討するために χ^2 自乗検定を行ったところ、すべての科目において人数の偏りは有意であった (言語コミュニケーション科目 ($\chi^2(2) = 66.1, p = .000$); 情報コミュニケーション科目 ($\chi^2(2) = 36.6, p = .000$); 教養科目 ($\chi^2(2) = 94.3, p = .000$); 専門講義科目 ($\chi^2(2) = 33.5, p = .000$); 専門実験実習科目 ($\chi^2(2) = 309.1, p = .000$); 専門ゼミ演習科目 ($\chi^2(2) = 231.2, p = .000$))。全体としてみれば対面型の授業を希望する学生が多いが、科目によってかなり特徴が異なっている。専門科目の実験・実習科目やゼミ・演習科目は、対面型を望む学生が非常に多く8割以上の学生が希望している。実験や実習は道具や設備が整った環境が重要であり、大学構内の実験室や実習室で直接指導を受けながら学習したいという気持ちの表れであろう。またゼミや演習科目については、教員との対話や学生間のディスカッションが重要であり頻度

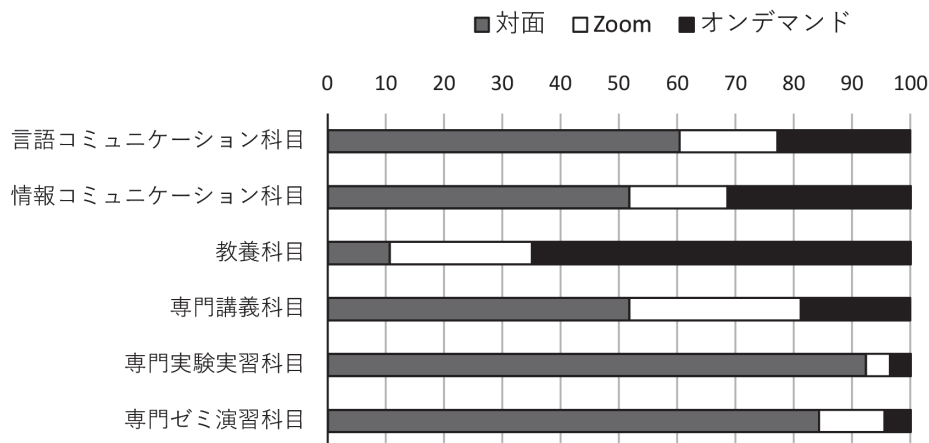


Figure 1 希望する授業形態 (全体)

も高くなる。したがってよりコミュニケーションがとりやすい対面型が好まれるのであろう。これに対して一般教養科目は、対面型を希望する学生が最も少なく1割程度であった。最も希望が多いのはオンデマンド型であり、65%を占めている。一般教養の多くは講義型の授業であり、教員と学生間のやり取りは相対的に少ない。したがって自分の好きな時に好きなペースで学習できるオンデマンド型が好まれるのであろう。言語コミュニケーション科目や情報コミュニケーション科目、および専門の講義科目については、対面型授業の希望が一番多く5割から6割を占めているが、Zoom等を用いた双方向型やオンデマンド型を希望する学生も一定数存在する。したがって基本的には対面授業が望ましいが、授業内容によっては双方向型やオンデマンド型が望ましい場合もあると捉えられているのであろう。

なお調査時点（2020年10月）において、2回生以上は対面授業を経験しているが、1回生は新型コロナウイルス感染症の影響で、大学における対面型の授業をほとんど経験していない。そこで1回生の希望する授業形態にどのような特徴がみられるかについてさらに検討を行った（Figure 2）。情報コミュニケーション科目においては、2回生以上は対面型を希望する学生が

最も多かったが、1回生ではオンデマンド型を希望する学生が最も多く6割以上を占めていた。また一般教養科目においても1回生ではオンデマンド型を望む学生が非常に多く、8割近くを占めていた。これらの結果については、1回生はオンデマンド型の授業を実際に体験することによってそのメリットを実感したという解釈と、対面型の授業を経験していないためにそのメリットが実感できないという解釈が可能であろう。この点については今後継続的に調査を行い比較検討していくことが必要であると思われる

授業に対する評価 日本の多くの大学において遠隔授業が本格的に導入されたのは2020年度からであるといえよう。新型コロナウイルス感染症が拡大する以前は対面型の授業が中心であったが、2020年3月24日の文部科学省からの通知「令和2年度における大学等の授業の開始等について（通知）」を受けて、各大学ではさまざまな形態の遠隔授業が模索されている。現在大学では対面授業だけでなくさまざまな形態の遠隔授業が実施されている。このような多様な授業形態に対して、学生はどのような評価をしているのであろうか。この問題を検討するために、授業の評価に関する10項目それぞれについて、授業形態（Zoom等を用いた双方向型、オンデ

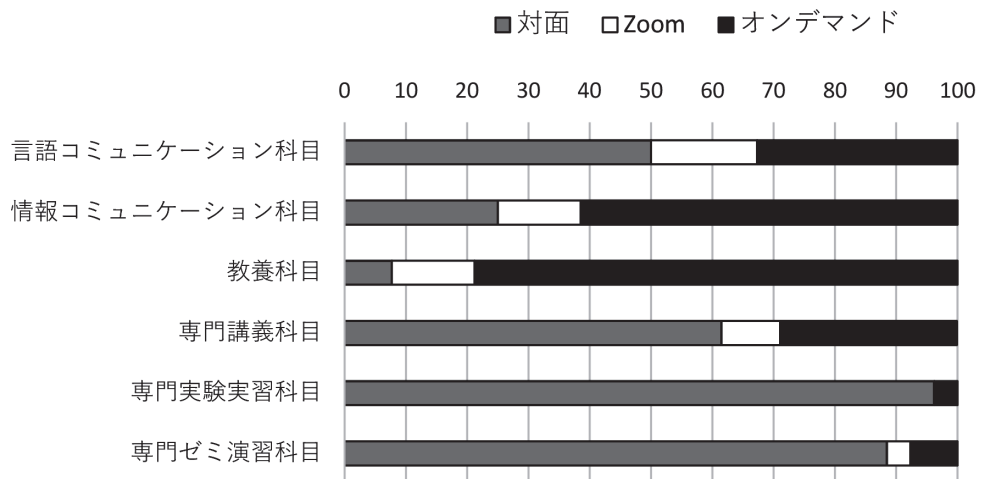


Figure 2 希望する授業形態（1回生）

Table 4 授業評価における平均値と分散分析の結果

評価の内容	双方向型		オンデマンド型		対面型		授業方法の主効果		
	M	SD	M	SD	M	SD	F	p	下位検定
授業内容に満足できる	3.41	.92	3.25	1.06	4.08	.70	59.03	.000	双、オ<対
出席しやすい	4.29	.89	4.34	.96	3.31	1.07	63.81	.000	双、オ>対
授業に集中できる	3.08	1.14	3.20	1.17	4.13	.76	65.55	.000	双、オ<対
授業内容が理解しやすい	3.29	1.09	3.23	1.13	4.08	.71	49.65	.000	双、オ<対
授業スピードが適切である	3.66	.93	3.69	.94	3.78	.76	1.19	.306	
授業内容が身につく	3.09	1.07	3.13	1.02	4.12	.67	92.13	.000	双、オ<対
成績の評価方法に納得できる	3.57	1.01	3.58	1.05	3.97	.73	15.61	.000	双、オ<対
課題の量は適切である	2.92	1.15	2.94	1.20	3.63	.98	42.94	.000	双、オ<対
フィードバックが有効にされている	3.05	1.13	3.07	1.14	3.59	1.01	20.14	.000	双、オ<対
質問や意見交換がしやすい	2.68	1.26	2.23	1.20	3.91	.99	118.29	.000	オ<双<対

注) 双：Zoom等を用いた双方向型の授業，オ：オンデマンド型の授業，対：対面型の授業

マンド型，対面型)を独立変数とする1要因で繰り返しのある分散分析を行った(Table 4)。

出席のしやすさに関しては，双方向型やオンデマンド型のような遠隔授業の方が対面型より高く評価されていた。遠隔授業では通学時間を必要としないことや，オンデマンド型では時間に縛られないことなどが，出席のしやすさにつながっているのではないだろうか。

質問や意見の交換のしやすさに関しては，対面型の評価が最も高く，双方向型はオンデマンド型よりも評価が高かった。オンデマンド型では意見を述べたり質問をしたりしても，反応が返ってくるまでに時間がかかり，タイムラグが生じる。また相手の顔も見えない。それ故評価が最も低くなったのであろう。双方向型は遠隔ではあるが，相手の顔はモニター越しに見ることはできるし，質問や意見に対してもすぐに反応することは可能である。しかしながら対話における重要な要素である非言語コミュニケーションについては，対面の場合に比べると制限されてしまう。したがって対面型よりは評価が低くなったのであろう。

授業スピードに関しては，有意差がみられなかった。授業スピードを特に配慮しなければならぬような授業形態があるわけではなく，どの授業形態についても特に不満はないようである。

残りの7項目については，すべての項目で対面型が，双方向型やオンデマンド型よりも高い評価を得ていた。つまり対面型の授業は，Zoom等を用いた双方向型の授業や，オンデマ

ンド型の授業よりも，集中でき，理解しやすく，フィードバックが適切で，質問や意見交換もしやすい，また課題の量も適切で，成績評価にも納得できると評価されている。その結果として満足度が最も高くなったのであろう。これらの結果は多くの学生が遠隔授業よりも対面授業を望んでいることを示している。もちろん現時点では，遠隔授業については不慣れな教員が多く，教材や教育方法についてもまだ発展途上にあるといえる。したがって学生からの評価が対面型の授業に比べて低くなっている可能性は大きい。それゆえ遠隔授業に関する教員のスキルアップを図ることは，喫緊の課題であるといえよう。しかしながら遠隔授業の質が高くなった場合でも，学生は対面授業の方をより好み，より高く評価することも考えられる。学生が対面授業に何を求めているのか，何に魅力を感じているのかについて実証的に検討を継続していくことが重要であると思われる。

不安・ストレスが授業評価に与える影響 ウイズコロナ時代に大学生活を送る学生たちは，これまでに経験したことのないさまざまな不安やストレスを抱えていると考えられる。これらの不安やストレスは，多様な授業形態の評価にどのような影響を与えているのであろうか。この問題を検討するために授業形態ごとに，不安の3因子(感染への不安，副次的影響，学習・進路への不安)およびストレスの2因子(行動制限のストレス，終わりが見えないストレス)を説明変数とし，授業評価の4項目(授業内容

に満足できる、授業に集中できる、授業内容が理解しやすい、授業内容が身につく)をそれぞれ目的変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った。

不安・ストレスが授業内容満足度に与える影響 (Table 5) 双方向型の授業満足度に対しては感染への不安が正の影響を、学習・進路への不安が負の影響を与えていた。オンデマンド型の授業満足度に対しては、学習・進路への不安が負の影響を与えていた。したがって感染への不安が高い学生ほど、人と接触する機会が少ない Zoom 等を使用した双方向型の授業への満足度が高いといえる。これに対して学習・進路への不安が高い学生は、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業に対する満足度が低かった。遠隔授業では十分な学習ができず将来が不安であると感じているのであろう。対面型の授業満足度に関しては、不安やストレスの影響はみられなかった。

不安・ストレスが授業への集中度に与える影響 (Table 6) 双方向型の授業集中度に関しては、感染への不安が正の影響を、行動制限のストレスと学習・進路への不安が負の影響を与えていた。オンデマンド型の授業集中度に対しては、学習・進路への不安が負の影響を与えていた。対面型の授業集中度に対しては、副次的影響

への不安が正の影響を与えていた。したがって感染への不安が高い学生ほど、Zoom 等を使用した双方向型の授業を、集中しやすいと高く評価している。双方向型授業は人と直接接触れる機会が少ないので、安心して集中できると感じているのではないだろうか。これに対し、行動制限のストレスを強く感じている学生ほど、双方向型の授業を集中できないと低く評価している。同じ遠隔授業であってもオンデマンド型ではなく双方向型にのみ影響がみられた。遠隔授業は、比較的狭い空間で自分一人を受講することが多い。しかし双方向型は一人で受講しているが、オンデマンド型とは違いオンライン上で人と接する機会が多い。そのことによってより一層自室に閉じ込められているという感覚が強くなるのではないだろうか。そしてこの感覚は行動制限のストレスを強く感じている人ほど強くなり、結果として集中力がそがれるのではないだろうか。また学習・進路への不安が高い学生も、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業では集中しにくいと評価が低かった。遠隔授業では集中力を保ちにくく、それが学習や進路への不安と結びついている可能性がある。遠隔授業においては、集中力を失わせないような授業方法を工夫することが重要な課題であるといえよう。副次的影響への不安が高い学生は、

Table 5 不安・ストレスが授業内容満足度へ与える影響

	授業内容に満足できる		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
行動制限のストレス			
終わりが見えないストレス			
感染への不安	.316***		
副次的影響への不安			
学習・進路の不安	-.397***	-.267***	
R	.421***	.267***	

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 6 不安・ストレスが授業集中度に与える影響

	授業に集中できる		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
行動制限のストレス	-.140*		
終わりが見えないストレス			
感染への不安	.298***		
副次的影響への不安			.183*
学習・進路の不安	-.306***	-.232**	
R	.390***	.232**	.183*

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

対面型による授業を集中しやすいと高く評価している。つまり体力の低下や友人関係の希薄化、生活習慣の乱れなど自粛生活の長期化による幅広い悪影響に不安を感じている人ほど、対面授業に好意的で集中しやすいと考えているようである。

不安・ストレスが授業内容の理解度に与える影響 (Table 7) 双方向型の授業理解度に関しては、感染への不安が正の影響を、学習・進路への不安が負の影響を与えていた。オンデマンド型の授業理解度に対しては、学習・進路への不安が負の影響を与えていた。対面型の授業理解度に対しては、副次的影響への不安が正の影響を与えていた。したがって感染への不安が高い学生ほど、Zoom 等を使用した双方向型の授業を、理解しやすいと高く評価している。人と接触する機会が少ないことが、感染への不安を低下させ、安心して受講できることによって理解も深まると感じているのではないだろうか。一方学習・進路への不安が高い学生は、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業を、理解しにくいと低く評価していた。学習・進路への不安が高い学生は、学習・進路への関心が高い学生であるともいえる。関心が高いゆえに遠隔授業に対するもどかしさを感じることも多く、授業内容も理解しにくいと感じたのではな

いだろうか。理解度についても集中度と同じく、副次的影響への不安が高い学生は、対面型による授業を理解しやすいと高く評価している。自粛生活の長期化による幅広い悪影響に不安を感じている人ほど、対面授業に好意的で理解しやすいと考えているようである。

不安・ストレスが授業内容の習得度に与える影響 (Table 8) 習得度に関しては、学習・進路への不安のみが、双方向型およびオンデマンド型の授業に対して、負の影響を与えていた。対面型の授業習得度に関しては、不安やストレスの影響はみられなかった。したがって学習・進路への不安が高い学生は、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業では、授業内容が習得しにくいと評価していることになる。学習・進路への関心が高い学生ほど、遠隔授業の学習に不安を覚え、内容についても十分な習得ができていないと感じているようである。

以上の結果をまとめると、感染への不安が高い学生は、Zoom 等を使用した双方向型の授業を、より集中でき、理解もしやすく、内容についても身につけやすいと評価し、結果としての満足度も高くなっている。つまり感染への不安が高い学生は、Zoom 等を使用した双方向型の授業に対して好意的であるといえる。これに対し、学習・進路への不安が高い学生は、遠隔授

Table 7 不安・ストレスが授業内容理解度に与える影響

	授業内容が理解しやすい		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
行動制限のストレス			
終わりが見えないストレス			
感染への不安	.195**		
副次的影響への不安			.159*
学習・進路の不安	-.286***	-.268***	
R	.290***	.268***	.159*

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 8 不安・ストレスが授業内容習得度に与える影響

	授業内容が身につく		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
行動制限のストレス			
終わりが見えないストレス			
感染への不安			
副次的影響への不安			
学習・進路の不安	-.284***	-.253***	
R	.284***	.253***	

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

業である双方向型やオンデマンド型の授業を、より集中しにくく、理解しにくく、内容が身につくにくいと評価し、結果としての満足度も低くなっている。つまり学習・進路への不安が高い学生は、双方向型やオンデマンド型の遠隔授業に対して、非好意的であるといえよう。

ストレスコーピング・レジリエンスが授業評価に与える影響 新型コロナウイルス感染症の蔓延により日常生活は大きく変化し、学生たちは大きなストレスを抱えながら大学生活を送っている。このようなストレスを低減するために学生たちはさまざまな対処方略（コーピング）を用いていると考えられる。また同じようなストレス状況下でも、個人のレジリエンスの違いにより、辛いストレス経験からの立ち直りは異なってくるであろうと考えられる。したがって学生のストレスコーピングやレジリエンスの個人差は、大学生活のさまざまな側面に大きな影響を与えていると考えられる。そこでストレスコーピングやレジリエンスが、授業の評価に与える影響を探索的に検討するために、ストレスコーピングの3尺度（問題焦点型、情動焦点型、回避・逃避型）およびレジリエンスの3因子（新規性追求、感情調整、肯定的な未来志向）を説明変数とし、授業評価の4項目（授業内容に満足できる、授業に集中できる、授業内容が理解しやすい、授業内容が身につく）をそれぞれ目的変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った。

ストレスコーピング・レジリエンスが授業内容満足度に与える影響（Table 9） 双方向型の授業満足度に対しては回避・逃避型のコーピングが正の影響を与えていた。オンデマンド型の授業満足度に対しても、回避・逃避型のコーピングが正の影響を与えていた。したがって回避・逃避型のコーピングを行う学生ほど、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業に対する満足度が高いといえる。回避・逃避型のコーピングは現在の困難についてあまり深く考えず、あきらめたり、時間がたてばどうかなるだろうと考える消極的な対処方法である。こ

のように対処することによって、遠隔授業であってもさほど不満を感じなくて済み、結果として満足度が高くなるのであろう。対面型の授業満足度に関しては、情動焦点型のコーピングが正の影響を与えていた。情動焦点型のコーピングは、ストレスの原因そのものに働きかけるのではなく、感じ方や考え方を変えてポジティブに対処しようという積極的な対処方法である。このような対処をすることによって、対面型の授業の満足度が高くなるという結果は非常に興味深い。

ストレスコーピング・レジリエンスが授業への集中度に与える影響（Table 10） 双方向型の授業集中度に関しては、ストレスコーピングやレジリエンスの影響はみられなかった。オンデマンド型の授業集中度に対しては、回避・逃避型のコーピングが正の影響を与えていた。ストレス状況に対しあまり深く考えず、あきらめたり、どうかなるだろうと考える学生は、遠隔授業であるオンデマンド型の授業でも集中できると好意的に評価している。対面型の授業に関しては、問題焦点型のコーピングと感情調整が正の影響を与えていた。問題焦点型のコーピングは、ストレスに直接働きかけてそれ自体を変化させることにより解決を図ろうとする、積極的な対処方法である。また感情調整は、いつも冷静で落ち着いていられるよう自分の感情をコントロールできる能力である。対面型授業においては、ストレスに対して積極的にかつ冷静に対処できる学生の方が集中度が高いようである。この結果は、ストレス状況下で対面型の授業を受ける際の集中力を保つには、ストレスに積極的にかつ冷静に対処する能力が重要であることを示しているのではないだろうか。

ストレスコーピング・レジリエンスが授業の理解度に与える影響（Table 11） 双方向型およびオンデマンド型の授業理解度に関しては、ストレスコーピングやレジリエンスの影響はみられなかった。対面型の授業理解度に対しては、新規性追求が正の影響を与えていた。したがって対面型の授業では、多様な興味・関心を持ち、新しいことにチャレンジする意欲を持った学生

Table 9 ストレスコーピング・レジリエンスが授業内容満足度と与える影響

	授業内容に満足できる		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
問題焦点型			
情動焦点型			.197**
回避・逃避型	.170*	.200**	
新規性追求			
感情調整			
肯定的な未来志向			
<i>R</i>	.170*	.200**	.197**

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 10 ストレスコーピング・レジリエンスが授業集中度と与える影響

	授業に集中できる		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
問題焦点型			.258***
情動焦点型			
回避・逃避型		.241**	
新規性追求			
感情調整			.200**
肯定的な未来志向			
<i>R</i>		.241**	.319***

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 11 ストレスコーピング・レジリエンスが授業内容理解度と与える影響

	授業内容が理解しやすい		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
問題焦点型			
情動焦点型			
回避・逃避型			
新規性追求			.171*
感情調整			
肯定的な未来志向			
<i>R</i>			.171*

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 12 ストレスコーピング・レジリエンスが授業内容習得度と与える影響

	授業内容が身につく		
	双方向型	オンデマンド型	対面型
問題焦点型			.224**
情動焦点型			
回避・逃避型			
新規性追求			
感情調整			
肯定的な未来志向			
<i>R</i>			.224**

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

の方が理解度が高くなるようである。この結果は、対面型の授業が多様な関心を持つ意欲的な学生の理解度を高める可能性を示唆しているといえよう。

ストレスコーピングやレジリエンスが授業の習得度と与える影響 (Table 12) 遠隔授業である双方向型やオンデマンド型授業の習得度に

関しては、ストレスコーピングやレジリエンスの影響はみられなかった。対面型の授業習得度に関しては、問題焦点型が正の影響を与えていた。したがって対面型の授業では、ストレスに正面から向き合い積極的に解決を図ろうとする学生の方が、授業内容が身につくやいと習得度を高く評価している。

以上の結果から、問題焦点型もしくは情動焦点型などの積極的なストレスコーピングを行う学生は、対面型の授業を、より集中でき、内容も身につけやすく、満足度も高いと好意的に評価する傾向があるといえる。また新規性追求が高い学生も、対面型の授業の理解度を高く評価する傾向がある。これに対し消極的なストレスコーピングである回避・逃避型のストレスコーピングを行う学生は、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の授業に対して好意的であり満足度が高い傾向があるといえよう。

自粛生活中的変化 自粛中の日常生活の変化について因子分析を行った結果、7つの因子（孤独感、家族との絆、友人との絆、SNS等の利用、家族との仲違い、家事の時間、友人との仲違い）が抽出された。Figure 3 は変化量の大きかったものから順に平均値を示したものである。因子間の平均値の差を検討するために、1要因で繰り返しのある分散分析を行った。主効果が有意であった ($F=185.6$, $df=6/1176$, $p=.000$) ので、さらに Bonferroni 法による多重比較を行った (Table 13)。自粛生活中的の変化で最も大きかったのは SNS 等の利用の増加であり、家族との絆との間には有意差はなかつ

たが、他のすべての要因よりも有意に大きく変化していた。家族との絆、孤独感、および家事の時間の間には有意差がみられなかったが、この3因子の変化は友人との絆、家族との仲違い、および友人との仲違いよりも有意に大きかった。友人との絆と家族との仲違いの間には有意差がみられなかったが、この2つの因子の変化は友人との仲違いよりも有意に大きかった。友人との仲違いは最も小さく、他のすべての要因との間に有意差がみられた。

学生にとって自粛生活は4か月以上続いたが、この間は外出することもままならず、自宅で過ごすことを余儀なくされた。SNS等の利用が増加したのは、時間はあるが人と会うことができないという状況の中で、人とのつながりを求めて SNS を利用したり、YouTubeなどで動画を見て時間を過ごしたりするという機会が多くなったためであろう。また新型コロナウイルスへの不安は、家族への関心を深めさせ、家族の重要性をより強く認識させる契機になったと考えられる。家族と過ごす時間が増える中で、互いの健康を気遣い、会話が増えることで、仲が深まったと感じることが多くなったのであろう。しかしながら青年期の学生にとって家族と同様に大切な人間関係である友人関係については、

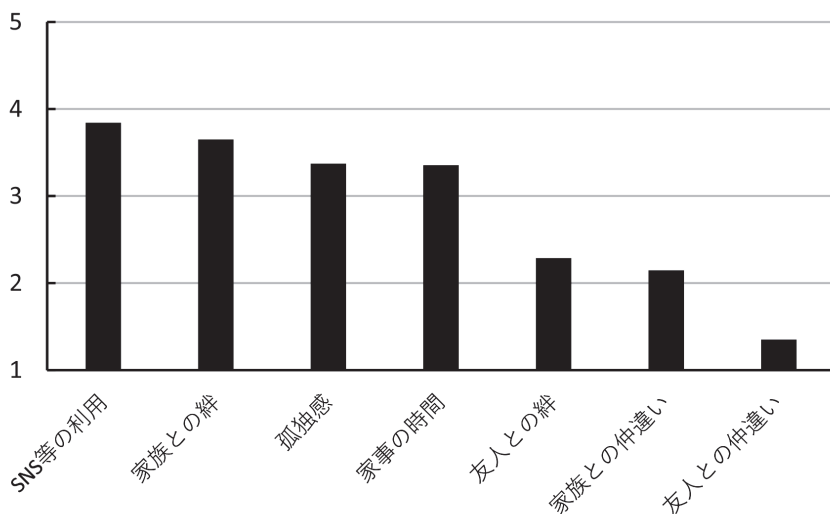


Figure 3 自粛生活中的変化

行動制限により直接会う機会が減少したことがネックとなり、さほど仲が深まる機会はなかったようである。むしろ人と会わないことで寂しさを感じたり、友人が恋しくなったりすることで、孤独感を強く感じるようになったようである。また家事の時間が増えたのは、ストレスコーピングの情動焦点型の対応であるとも考えられる。気分が暗くなるような新型コロナウイルス感染症のことは考えず、気晴らしの一種として掃除や片づけをしたり、料理をしたりするという機会が増えたのではないだろうか。家族との仲違いや友人との仲違いは頻度としては少なかった。ストレスの継続によって人間関係が悪化する可能性はあるものの、自粛生活による影響は比較的少なかったようである。

不安・ストレスが自粛生活中の変化に与える影響
 新型コロナウイルス感染症の影響による自粛期間中には、日常生活が大きく変化した。このような変化には、不安やストレスが深くかかわっている可能性がある。そこで不安やストレスが、自粛生活中の変化に与える影響を探索的に検討するために、不安の3因子（感染への不安、副次的影響、学習・進路への不安）およびストレスの2因子（行動制限のストレス、終わりが見えないストレス）を説明変数とし、自

粛生活中の変化の7因子をそれぞれ目的変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った（Table 14）。

不安・ストレスが孤独感に与える影響
 孤独感に対しては行動制限のストレスと副次的影響への不安が正の影響を与えていた。行動制限により気楽に外出したり、気楽に人と会って話をしたりすることができないため、周囲との関係はどうしても薄れてしまう。そして物理的にも心理的にも狭い空間に一人閉じ込められているという思いが募り、孤独感を強く感じるようになったのではないだろうか。また体力や健康面に自信が持てない場合も孤独感は強まるようである。この結果は身体面の不安が精神面の健康に大きな影響を与える可能性を示している。さらに大学での友人関係や遠隔授業で求められる情報機器操作のスキルに自信が持てない場合も孤独感は高くなるようである。授業中に情報機器の操作で困ったことが起きたとき、助けてくれる友人が誰もいなければ、孤独感は一層高まるのではないだろうか。

不安・ストレスが家族との絆に与える影響
 家族との絆に対しては、感染への不安が正の影響を与えていた。自分が感染するのではないかという不安だけでなく、もし自分が感染したら、周囲の人にうつしてしまうのではないかという

Table 13 各因子の平均値と多重比較の結果

因子	M	SD	SNS等の利用	家族との絆	孤独感	家事の時間	友人との絆	家族との仲違い	友人との仲違い
SNS等の利用	3.84	.98	—	ns	***	***	***	***	***
家族との絆	3.65	1.06	ns	—	ns	ns	***	***	***
孤独感	3.37	.97	***	ns	—	ns	***	***	***
家事の時間	3.35	1.15	***	ns	ns	—	***	***	***
友人との絆	2.29	.98	***	***	***	***	—	ns	***
家族との仲違い	2.14	1.12	***	***	***	***	ns	—	***
友人との仲違い	1.35	.60	***	***	***	***	***	***	—

*** $p < .001$

Table 14 不安・ストレスが自粛生活中の変化に与える影響

因子	孤独感	家族との絆	友人との絆	SNS等の利用	家族との仲違い	友人との仲違い	家事の時間
行動制限のストレス	.378***						
終わりが見えないストレス				.293***			
感染への不安		.207**					
副次的影響への不安	.250***			.214**			
学習・進路の不安							
R	.488***	.267**		.390***			

注) * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

不安が、家族との絆に強く結びついているようである。うつしてしまうのではないかという不安は、家族を大切に思う気持ちが強くなるほど大きくなるであろう。また自分や家族が感染することへの不安が大きければ、お互いの健康状態を気遣ったり、感染対策について話し合ったりする機会も多くなるであろう。したがって、感染への不安が大きい学生ほど、家族の絆をより強く感じるようになったのではないだろうか。

不安・ストレスが SNS 等の利用に与える影響 SNS 等の利用に対しては、終わりの見えないストレスと副次的影響への不安が正の影響を与えていた。コロナ以前とは異なる不自由な生活が、いったいつまで続くのか、いつまで我慢すればよいのかというやるせない気持ちを少しでも解消するために、YouTube で気分転換を図ったり、SNS で人と繋がろうとしたりする時間が増えたのではないだろうか。一方で YouTube や SNS への過度の没頭は、生活習慣の乱れや、運動不足による健康面の不安と結びつく可能性がある。副次的影響への不安と SNS 等の利用に関連がみられたのは、過度の利用がもたらす弊害を示唆しているとも考えられる。

友人との絆、家族・友人との仲違い、家事の時間に関しては、不安やストレスは有意な影響を与えていなかった。友人との絆、家族との仲違い、および友人との仲違いの 3 因子は、7 因子の中でも相対的に変化が小さい。したがって不安やストレスによる有意な影響がみられなかった可能性がある。これらに較べると家事の時間の変化量は相対的に多い。したがって時間に余裕ができたとき、掃除や料理などの家事は、不安やストレスと関係なく行われていたようである。

まとめと今後の課題

本研究の目的は、新型コロナウイルス感染症の蔓延により激変した大学生活の実態を調査することにより、ウイズコロナ時代の大学生活を向上させるための基礎資料を得ることである。

2020年1月頃から新型コロナウイルス感染症は世界各地に拡大し、WHO (World Health Organization) は3月11日に「パンデミック (世界的大流行)」の宣言を行った。日本においても4月7日に政府から緊急事態宣言が発出された。5月27日に緊急事態宣言は解除されたが、小康状態は長く続かず、6月下旬からは再拡大し9月中旬になってやっと減少傾向がみられた。このような状況下で大学でもほとんどの対面授業が中止され、オンライン授業へと切り替わった。慣れない授業形態や半年近い自粛生活で、学生が受けたストレスは計り知れない。そこで本研究では、この間の授業や日常生活についての意識を調査し、ストレスコーピングやレジリエンスとの関連も含めて検討を行った。

まず授業科目の種類ごとに、学生がどのような授業形態を望んでいるかについて分析した。全体としてみれば対面型の授業を望む学生が多いが、科目により特徴がみられた。専門科目の実験・実習科目やゼミ・演習科目は対面型を希望する学生が8割以上であった。言語科目、情報科目、専門の講義科目でも対面型を望む学生が最も多く5～6割を占めていた。これに対して一般教養科目は、対面型を希望する学生が最も少なく1割程度であった。回生によっても特徴がみられ、対面授業の経験がない1回生は、2～4回生よりも情報科目や一般教養科目においてオンデマンド型の授業を望む学生が多かった。

つぎに授業内容についての評価を、授業形態ごとに比較した。10項目中8項目において対面型の授業が、双方向型やオンデマンド型の授業より高い評価を得ていた。つまり対面型の授業は、Zoom等を用いた双方向型の授業や、オンデマンド型の授業よりも、集中でき、理解しやすく、フィードバックが適切で、質問や意見交換もしやすく、内容が身につく、また課題の量も適切で、成績評価にも納得できると評価されていた。その結果、満足度も最も高かった。ただ出席のしやすさに関しては、双方向型やオンデマンド型のような遠隔授業の方が対面型より高く評価されていた。

これらの結果は多くの学生が遠隔授業よりも対面授業を望んでいることを示している。しかしながらただ対面授業をすればよいということではあるまい。対面授業のどのような要因が学生を惹きつけ、教育効果を高めているのかについて実証的に検討し、今後の教育に活かしていくことがこれからの課題であるといえよう。さらに遠隔授業には対面授業にはないメリットもある。現時点では教員側も遠隔授業に不慣れな点があり、教材や教育方法についても発展途上であるといえよう。したがってまず遠隔授業に関する教員のスキルアップを図ることが重要であると思われる。その上で対面授業と遠隔授業それぞれのメリットを生かせるような教育方法を工夫する必要がある。また全体的なカリキュラム構造の中で、科目ごとに適した授業形態を考えていくことも重要であると思われる。科目によってオンデマンド型のもの、双方向型のもの、対面型のものと分類し、カリキュラムの中に適切に配置することが重要であろう。さらに1つの科目の中でもさまざまな授業形態を活用し、それぞれのメリットを生かす方法も考える必要がある。たとえば半期15回の授業の内、10回は対面型、3回は双方向型、2回はオンデマンド型というように、授業の内容によって最も適した授業形態を用いることも可能であろう。また1回の授業の中でも、対面型授業を行いながら、ゲストスピーカーが双方向型で参加するというような方法も考えられる。

ウイズコロナ時代に生きる学生たちの不安やストレスが、多様な授業形態の評価にどのような影響を与えているのかについても検討を行った。さまざまな不安の中でもとくに感染への不安と学習・進路への不安に関して興味深い結果が得られた。

感染への不安が高い学生は、Zoom等を使用した双方向型の授業に対して好意的であり、より集中でき、理解もしやすく、内容も身につくやすく、満足度も高いと評価していた。これに対し学習・進路への不安が高い学生は、双方向型やオンデマンド型の遠隔授業に否定的であり、より集中しにくく、理解しにくく、内容が身に

つきにくく、満足度も低いと評価していた。感染への不安が高い学生は、教員や学生同士でコミュニケーションが取れるというメリットと、人と直接接する機会が少ないというメリットの、両方のメリットを備えた双方向型を高く評価しているようである。では対面型の授業はどうかであろうか。確かに対面型は双方向型よりも人と接する機会が多く、感染のリスクも高まる。しかしながら授業内容によっては、対面型が適している場合もあると考えられる。したがって対面型の授業を行う場合には、感染対策をしっかりと行い、感染への不安を少しでも減少させるような工夫が重要であると思われる。

学習・進路への不安が高い学生は、遠隔授業に対しあまり好意的ではなかった。確かに多くの教員にとって遠隔授業は初めてに近い経験であり、教育効果についてもどかしい思いをしている教員も多いであろう。しかしながら遠隔授業には対面授業を補うようなメリットも多くある。遠隔授業の特性を理解し、その長所を生かすような授業方法を工夫すること、それによって授業内容を魅力的なものにすることが、教員に課せられた大きな課題であるといえよう。

ストレスを感じたときの対処方法やレジリエンスも授業内容の評価に影響を与えていた。問題焦点型や情動焦点型などの積極的なコーピングを行う学生は、対面型授業の満足度が高く、より集中でき、より身につくと評価していた。一方回避・逃避型の消極的なコーピングを行う学生は、遠隔授業である双方向型やオンデマンド型の満足度が高かった。また感情調整や新規性追求などの心理的特性を持った学生は、対面型授業の集中度や理解度を高く評価していた。

自粛生活中の変化については因子分析の結果7因子が得られたが、この中で4つの因子に大きな変化がみられた。ポジティブな変化としては家族の絆が深まったこと、ネガティブな変化としては孤独感が強くなったことが挙げられる。また自粛生活により家で過ごす時間が長くなったが、その時間を家事に充てたり、SNS等を利用したりして過ごす学生が多かったようである。

不安やストレスと自粛生活中的の変化との関係についても興味深い結果が得られた。行動制限のストレスや副次的影響の不安を抱えている学生は、孤独感を強く感じていたようである。感染への不安が強い学生は、家族との絆を強く感じるようになっていた。感染への危機感が高まることによって、身近な家族への思いが一層強くなったのであろう。終わりの見えないストレスや副次的影響への不安を抱えている学生は、SNS等を利用する時間が多くなったようである。コロナのことをあまり考えないように気を紛らわす手段として、SNS等の利用は有効であるのかもしれない。

以上が本研究で得られた主な結果であるが、これらはあくまで調査時点（2020年10月）における学生の意識である。新型コロナウイルス感染症の影響が出始めて約半年後であり、日本での流行の第2波が収束しかけたころの知見である。その後何度か流行が繰り返され、2021年10月段階では第5波を数えるに至っている。日常生活においても学生生活においても長期にわたってさまざまな制約が課され、不自由な日々が続いている。このように長期化した自粛生活が、人々の行動や意識にどのような影響を与えているかについて、今後も継続的に調査を行っていくことが重要であると思われる。

引用文献

- 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, 35, 57-65.
- 京都府（2020）. 大学等の再開に向けた感染症拡大予防のためのガイドライン Retrieved from <https://www.pref.kyoto.jp/kentai/news/novelcoronavirus.html>（2020年10月30日）
- 文部科学省（2020）. 新型コロナウイルス感染症対策のための小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における一斉臨時休業について（通知） Retrieved from https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00006.html（2021年11月2日）
- 文部科学省（2020）. 令和2年度における大学等の授業の開始等について（通知） Retrieved from https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00016.html（2021年11月2日）
- 内閣府（2020）. 新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査 Retrieved from <https://www5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/covid/index.html>（2021年11月2日）
- 尾関友佳子（1990）. 大学生のストレス自己評価尺度——質問紙構成と質問紙短縮について——
久留米大学大学院紀要比較文化研究, 1, 9-32.