

長期化するコロナ禍における学生支援

李 敏 子*

はじめに

2020年に始まった新型コロナウイルス感染拡大により、大学生の生活は一変した。昨年度はまだ、1年後には事態が改善しているかもしれないという希望的観測があったが、その期待が裏切られ、感染拡大状況の長期化がもたらす心理的影響についての配慮が必要となった。

2020年に複数の大学が行った学生への調査結果から、遠隔授業が始まったばかりのころと、あるていど日数が経過した後では、異なった様相が見られた。初期のころは不安が主であったが、時間の経過にともない、うつ症状、孤独感・孤立感、意欲低下、ストレスが見られた。体調面ではパソコン画面を見続けることによる目の疲れ、生活リズムでは昼夜逆転が見られた(李、2020)。

また、2020年には社会全体で自殺者の増加が見られ、自殺者数は21,081人となり、対前年比912人(約4.5%)増であった(厚生労働省自殺対策推進室、2021)。20歳代が最も大きく増加し、自殺死亡率は20歳代および10歳代で大きく上昇した。家庭では虐待やDVの増加が見られた(厚生労働省、2021；内閣府男女共同参画室、2021)。これらの問題は大学生にも無関係ではないと考えられる。

2021年度の対面授業の再開に伴い、遠隔授業に適応しやすかった対人緊張の高いあるいはひきこもり傾向の学生は対面授業に適応しにくく、2021年度前期は学生相談室への新規相談者数が増加し、授業において配慮願いを必要とする学生も増加した。

コロナ禍における感染への不安は、もともと精神疾患を有する学生に対して悪化の方向に作用した。また、大学における学期途中で対面授業と遠隔授業の切替えは、変化を苦手とする自閉スペクトラム症の学生にとっては混乱を招くものであった。自閉スペクトラム症の学生は、明確な見通しをもてないことに対して不安を示すが、社会全体が明確な見通しをもてない状況にある。

新型コロナウイルス感染拡大が及ぼす心理社会的影響

感染症のパンデミックはCBRNE (chemical, biological, radiological, nuclear, high-yield explosives: 化学・生物・放射性物質・核・高性能爆発物)による災害に準じて扱われる。重村・高橋・大江・黒澤(2020)によれば、CBRNE災害ではその脅威が目視できないため、自然災害と比べて大きな社会的混乱をもたらす。その影響として、健康への影響、行動への影響、社会への影響、経済への影響をまとめている。健康への影響には、「医療インフラへの打撃」「猛烈な不安・不確実性」「新規の精神障害(PTSD、気分障害、不安障害など)」「既存の精神障害の悪化」「医学的に説明できない身体症状」「悲嘆の複雑化」がある。行動への影響には「移動・外出の回避」「非適応的行動(健康リスク行動)」「アルコール・

* 人間関係学部教授 学生相談室長

煙草使用の増加」「配偶者間暴力の増加」「虐待の増加」がある。社会への影響には「報道の過熱」「情報の混乱」「噂・デマ・陰謀論の増加」「差別・中傷・いじめ・憎悪犯罪」「政府・コミュニティへの不信・疑念」「所属組織への不信・疑念」がある。経済への影響には「医療・経済対策費」「経済活動への影響」「物資の不足」「事業継続困難・休業・廃業」「休職・失職」「育児の負担」がある。

重村ら（2020）は、感染症のパンデミックでは、その特質・感染経路・予防・症状・治療について未知な部分が多いことが不安を高め、感染制御の困難もあり、周囲への警戒や疑念が高まりやすく差別・偏見が助長されやすいことを指摘している。

去年は、自粛警察や、感染者のクラスターを出した大学への誹謗中傷などが報道されてきたが、地方では感染者を出した家庭へのいやがらせから、そこに住み続けることができず引越さざるを得なかったというケースもあった。このようないやがらせは、日本社会においては長きにわたって、犯罪加害者の家族に対して行われてきたことである。犯罪加害者の家族は支援の対象であって何の罪もないが、家族は一体のものとして排除されてきた。新型コロナウイルス感染症においても、同調圧力もあいまって排他性が強化されている傾向が見られる。行き場のない不満や怒りは、弱者を攻撃対象として暴発しやすいのである。

高橋（2021）は、コロナ禍における「分断」について考察し、分断の意味するところを2つに大別している。1つ目は「パンデミック以後に生じた分断」であり、2つ目は「パンデミック以前から存在していた格差や切れ目が、コロナ禍によって加速・増幅したことで『分断』と呼ばれるにいたった事象」である。コロナ禍の分断として、「感染者・濃厚接触者・コロナ犠牲者への差別的扱い、感染拡大地域へのステレオタイプ、コロナ予防・治療へのスタンスの違いによる対立、エッセンシャルワーカーへの差別、ジェンダーにもとづく格差や差別的扱い、コロナにまつわる家族間の情緒的対立、DV・虐待被害の増加傾向、労働者の雇用形態や立場等による格差問題、所得格差から派生する問題、特定の業界・業種への経済的ダメージ、コロナの影響による解雇・雇止め問題、コロナへのスタンスの違いによる政治・宗教的対立など」をあげている。これらの事象は学生に影響をもたらし、「新入生の新しい環境への適応の問題、デジタルインフラの格差問題、学生同士の横のつながりの喪失、就職内定率低下にまつわる問題、留学生や障害のある学生のアクセシビリティの問題、生活困窮」といった形で直接的に影響するという。

自然災害においても、障害者、高齢者などは災害弱者と呼ばれ、特別な配慮が必要になるが、もともとの社会的基盤が脆弱な人に被害が集中する傾向がある。高橋（2021）が述べているように、もともとあった分断が拡大し可視化されたと言える。

また、ワクチン接種は原則として任意であるはずなのに、ワクチン接種者には優遇措置がとられる予定であるが、このような政策も差別や分断を助長すると思われる。

大学における「身体」の消失

上野（2020）は、大学は講義を受けるだけの場所ではなく、「友人との出会いや会話、課外活動など、大学時代の共有体験の象徴となる場所や空間がキャンパスである」と述べている。この共有体験はシラバスに載っているカリキュラムというより、キャンパスでの仲間との出会いなどによる「隠れたカリキュラム」から生まれるものであり、大学生活で

得られる最も重要なことである。また、オンライン授業ではチャットやメールを用いても用件だけのやりとりがふえ、対面に比べて雑談が生まれにくいのが、教室に限らずこの雑談による気づきが対面授業の長所だとしている。

大橋（2020）は、パンデミック以降に多くの大学が直面した入構制限・禁止などの事態を「身体」の消失としてとらえている。これは、大学から学生たちの「身体」が消失したということだけではない。「勉強・学問」においては、教員や学生が互いに「顔を合わせる」という「規律空間内での身体存在」が前提とされているが、「学生たちはキャンパスを往来し、食堂やコモンスペースで飲食や談話に興じ、図書館やメディアセンターで好みの知識や情報を獲得し、人によってはグラウンドや体育館、部室などの施設で各種の『運動』や『活動』を行う」ため、学習時間外で具体的な空間を利用して身体を解放するという契機が封じられたと述べている。さらに遠隔授業における Zoom などの利用によって、「キャンパスをうろつく自由を奪われた身体を、さらに別の枠へと嵌め込む」ことになったという。

このように、大学生活は、勉強だけでなくそれ以外の自由な活動によって支えられていることは、重要な視点であると思われる。学生にとっては、授業時間だけでなく、大学のなかで授業時間外の友人との交流が精神的健康に役立つ。廊下で大声で話すことは禁止すべきことかもしれないが、教室外でのやりとりこそが大学生生活の醍醐味と言える。

さらに村上（2020）によれば、双方向型の授業で生じた問題として「顔出し」がある。教員が学生の顔を見て話したいなどの理由から、カメラをオンにするように指示することがあるが、学生側からすると「他の学生など知らない人に顔と名前を一致されるのが嫌だ、自宅にいて化粧をしていないので顔をみられたくない」など、カメラをオンにしたい理由があり、カメラをオンにする指示が強要だと受けとられることもあるため、教員に配慮をお願いしているという。

対人緊張の高い学生からの配慮願ひにおいても、顔出しを免除してほしいという内容があったが、顔出しについては一般の学生に対しても配慮が必要であると思われる。

学生の経済的問題

大内（2020）によれば、2020年3月以降、学生アルバイトが急減したが、学生の経済状況が悪化しているためにその影響は深刻なものとなっている。1995年から2019年にかけて下宿生への親の仕送りが大きく減少したが、この第一の要因は親の所得低下であり、第二の要因はこれまで高額な学費負担を支えてきた「親負担主義」規範の衰退である。親負担主義規範の低下には、「消費税増税や社会保険料の引き上げによる可処分所得の減少、年金支給年齢の引き上げや年金の減額など社会保障のカットによる親たち自身の将来生活不安の高まり、高等教育によって得られる知識や教養などの社会的価値が低下していること」などの要因が挙げられている。

藤井（2021）は、2020年11月に国立大学の1～3年生計90名を対象に、新型コロナウイルス感染拡大が大学生に及ぼす心理的影響について調査を行った。大学生版 COVID-19 感染拡大不安尺度を作成し、「自粛生活不安」「感染不安」「大学生活不安」「経済的不安」「部活不安」「予期不安」の6因子を抽出した。その結果、「経済的不安」が最も得点が高く、次に「自粛生活不安」「感染不安」が高くなった。うつ傾向が高く医学的支援が必要な大

学生の割合は、男性が19.15%、女性が36.59%であった。この結果は、女性であることがうつリスクファクターであることを実証した秋田大学（2020）の調査結果と一致している。さらに、うつを予測するものとして、男性では「経済的不安」が最も関連が強く、女性では「自粛生活不安」が最も関連が強かった。全体としては、「自粛生活不安」、次いで「大学生生活不安」が関連が強かった。

このように男女でうつを予測する因子は異なっていたが、特に男性においては経済的不安が大きな影響を及ぼすことがわかった。女性に対しては、うつを予防するためには、「いつまで旅行ができないか」「思うように生活が送れないこと」「自由に好きな場所に行けないこと」などの項目からなる「自粛生活不安」を低減する必要があると示された。つまり、自由な行動を制限されることがストレスを蓄積させ、うつの要因となっていたと考えられる。

学生の家庭の問題

厚生労働省（2021）によれば、令和2年度の児童相談所での児童虐待相談対応件数は205,029件（速報値）で過去最多となった。心理的虐待が59.2%で最多であり、次いで身体的虐待が24.4%であるが、心理的虐待が増加している要因としては、児童が同居する家庭における配偶者に対する暴力がある事案（面前DV）が心理的虐待に含まれ、DVについての警察からの通告が増加したためである。

内閣府男女共同参画室（2021）によれば、2020年度のDV相談件数は190,030件であり、2019年度（119,276件）の約1.6倍となっている。このデータは配偶者暴力相談支援センターと、2020年4月に内閣府が緊急に開設した「DV相談プラス」の相談件数を集計したものであるが、配偶者暴力相談支援センターだけでも137,333件と前年より増加していた。

緊急事態宣言下での子育て支援センターや学校の休校、夫の失業やテレワークなどにより、すべての負担が家庭に集中し、外出できない密な状況のなかで、家庭内での虐待やDVがふえることになった。もともと問題のあった家族では、その傾向が加速されたと思われる。この状況は、遠隔授業となり自宅での学習を強いられた大学生にも影響を及ぼしたが、外出を制限され、大学も入構禁止になることで、学生は逃げ場を失うことになった。

樋端（2021）は、2020年の学校の一斉休校により「学校、とくに公教育が社会における重要な格差是正装置としての機能を持ち、ケアの機能、福祉機能も果たしていた」ことが明らかになったと述べている。家族機能が不全で家に居場所のない子どもにとっては、給食をとり学ぶ場、居場所である学校が突然なくなったが、「学校が、本人を見守りよいところをみってくれる大人との貴重な接点だったり、給食が唯一のまともな食事だったりする子もいる」という。居場所や家庭からの逃げ場の提供という意味では、大学にもその機能があったということが明らかになった。

遠藤（2021）は、2020年度に「よりそいホットライン」と「DV相談プラス」という2つの相談事業に関わり、分析を行った。「よりそいホットライン」では、精神的暴力の相談が最も多かったが、10代の性暴力被害が他の世代よりも際立って多く見られ、父、兄、弟からの被害が見られた。「DV相談プラス」では、どの年代でも精神的暴力が多かったが、20代以下ではそれに並んで身体的暴力や性暴力も多かった。

虐待について、18歳未満であれば児童相談所で対応できるが、18歳以上になると自分自身で対応を考えなければならない。ここに大学生が被害にあったときの支援の難しさが

あるが、学生への支援として相談機関の紹介や地域連携などが必要となる。

テレワークは家庭生活と職業生活の境界をあいまいにし、家庭生活の場に職業生活が侵入することになったが(李, 2021)、学生にとっては大学での学びが家庭の場に侵入したと言える。日本の住宅事情を考えると、このように境界や区別のない生活はストレスを増大させたと思われる。また、テレワークにおいても、オンとオフの切替えが難しいことやコミュニケーション不足などがうつ状態の要因になること、何気ない雑談がストレス解消に有効であることが指摘されているが(SPACEMARKET, 2020)、学生においても1日中家にいる生活ではオンとオフの切替えがしづらく、コミュニケーション不足がストレスを増大させたと考えられる。あいまいになった大学生活と私的生活の境界、家族のなかの個人間の境界を明確にすること、そのために大学のなかに授業外でも居場所を提供することが、長期化が予想されるコロナ禍におけるこころの健康にとって重要であろう。

あいまいな喪失

Boss (1999) は、存在と不在をめぐる不確実性を伴う喪失を「あいまいな喪失」と呼び、「はっきりしないまま、解決することも、終結することもできない喪失」と定義している。これには二つの類型があり、第一のタイプは、行方不明者などに見られるように、身体的には不在であるが心理的には存在する場合であり、「さよならのない別れ」と呼ばれる。第二のタイプは、認知症や事故で高次脳機能障害になった場合のように、身体的には存在するが心理的には不在である場合であり「別れのないさよなら」と呼ばれる。

Boss (2020) は、コロナ禍における喪失は、広い意味で「あいまいな喪失」と呼べると述べている。人々を悩ませているのは、単にウイルスではなく、取り巻く状況のあいまいさであるという認識をもつこと、あいまいな喪失によって引き起こされる不確実性は、より高いストレスになるため、この状況を「あいまいな喪失」と名づけることで、自分のストレスを理解し、それに対処しやすくなるという。

目に見える物理的な生活環境は変わらないのに、今までなじんできた生活様式は失われたことは、「別れのないさよなら」と言えるだろう。実質的には感染予防のための生活様式を「新しい生活様式」と名づけることで、喪失の痛みはほやかされてしまう。喪失体験から回復するためには、喪失に直面し悲しむ作業と新しい生活への適応の両方が必要であるのに、新しい生活への適応だけを押し進めることは、精神的なバランスを欠き、多くの人々に無理を強いることになっただろう。喪失体験のさいに、目の前のしなければならぬことに追われて悲しみを押し込めると、その作業が一段落したところに遅れて抑うつ状態が現れることはよく知られている。

大学生は多くの自粛を強いられ、当然あったはずの大学生活の重要な部分を喪失した。しかし視点を変えれば、「あいまいな喪失」ではすべてを完全に失ってはいないことから、できる範囲で、できることを見出していく工夫が必要になる。特に、一見無駄に見える雑談や遊びがこころの健康にとっては重要である。学生相談室においても、毎年行ってきた創作的なグループ活動を昨年度はオンラインで行ったが、学生に好評であった。学生支援においては、日々の生活への適応をサポートするとともに、悲しみや怒り、無力感を表現することで、それらの感情を自分のものとして受け入れられるよう支援していきたい。さらに、創意工夫のもとで、ストレスを適切に解消できるようなささやかな楽しみ

を提供していきたい。

文献

- 秋田大学 (2020) 学生のこころとからだの調査—COVID19 による社会生活の急激な変化が与える大学生のメンタルヘルスへの影響—— (大学 HP ダイジェスト版)
< https://www.akita-u.ac.jp/honbu/event/img/2020_mhealth02.pdf > (2020 年 9 月 27 日取得)
- Boss, P. (1999) *Ambiguous Loss : Learning to live with unsolved grief*. Harvard University Press. 南山浩二訳 (2005) 「さよなら」のない別れ 別れのない「さよなら」——あいまいな喪失——, 学文社.
- Boss, P. (2020) 瀬藤乃理子・石井千賀子訳 「あいまいな喪失理論」を感染症流行に役立てるために. 日本家族療法学会. <<https://www.jaft.org/archives-1094/>> (2021 年 1 月 25 日取得)
- 遠藤智子 (2021) コロナ禍の DV 支援——当事者のニーズに沿った支援に向けて——. *こころの科学*, 219, 72-80.
- 藤井義久 (2021) 新型コロナウイルス感染拡大が大学生に及ぼす心理的影響——COVID-19 感染拡大不安尺度開発に向けた予備的検討——. *岩手大学教育学部附属教育実践・学校安全学研究開発センター研究紀要*, 1, 195-204.
- 厚生労働省 (2021) 令和 2 年度児童相談所での児童虐待相談対応件数 (速報値)
<<https://www.mhlw.go.jp/content/000824359.pdf>> (2021 年 9 月 3 日取得)
- 厚生労働省自殺対策推進室 (2021) 警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等
<<https://www.mhlw.go.jp/content/R2kakutei-03.pdf>> (2021 年 9 月 23 日取得)
- 李敏子 (2020) コロナ禍における学生相談. *椋山女学園大学学生相談室活動報告*, 15, 3-9.
- 李敏子 (2021) コロナ禍の生活における喪失. *椋山臨床心理研究*, 21, 13-16.
- 村上正行 (2020) コロナ禍における大学でのオンライン授業の実情と課題. *現代思想*, 48 (14), 67-74.
- 内閣府男女共同参画室 (2021) DV 相談件数の推移 (令和 2 年度)
<https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/pdf/soudan_kensu.pdf> (2021 年 9 月 3 日取得)
- 大橋完太郎 (2020) 大学の「身体」は変容する——COVID-19 流行以降の状況から——. *現代思想*, 48 (14), 93-101.
- 大橋裕和 (2020) 「コロナ災害」下の学生たち——バイト難民・貧困化・学費減免運動. *現代思想*, 48 (14), 21-34.
- 重村淳・高橋晶・大江美佐里・黒澤美枝 (2020) COVID-19 (新型コロナウイルス感染症) が及ぼす心理社会的影響の理解に向けて. *トラウマティック・ストレス*, 18 (1), 1-9.
- SPACEMARKET (2020) テレワークうつが増加中? 原因とリフレッシュ方法をチェック.
<<https://event.spacemarket.com/magazine/know-how/telework-depression/>> (2021 年 1 月 25 日取得)
- 高橋信平 (2021) コロナ (COVID-19) 禍における「分断」についての一考察——学生相談の視点から——. *帝京大学カウンセリング研究*, 9, 39-43.

樋端祐樹（2021）虚構は崩れ物事の本質があらわになった、そして……。こころの科学，
219, 90-94.

上野武（2020）大学キャンパスと都市。現代思想，48（14），131-140.