

長期化するコロナ禍における大学生の生活と意識に関する調査

安 立 奈 歩*

A Report on Life and Consciousness of University Students in the Ongoing COVID-19 Pandemic

Naho ADACHI

KEY WORDS : web アンケート コロナ禍の長期化 大学生の生活環境

はじめに

本研究は授業実践の中で得られたデータをまとめたものである。

調査1は、演習型授業「ケースメソッドⅡ」で受講生とともに作成したwebアンケート調査の結果である。調査2は、公認心理師養成の指定科目「心理的アセスメント」において「調査面接法」を扱う際、例年は半構造化面接を用いた簡単な対面によるワーク導入により知識定着を図るが、感染予防対策として発話を控える必要が生じたためwebアンケートによる記述形式で代替したデータのまとめである。コロナ禍における本学の学生の実態に関する分析結果は記録としても価値があると考え、ここに報告する。

I. 調査1

1. 問題と目的

(1) コロナ禍の長期化と大学生の幸福度

新型コロナウイルスの感染拡大により人々の生活は大きく変わり、大学生の生活も一変した。北条・戸城・遠山・中里・古川・城越・下村・森脇・石原(2020)によると、コロナ禍においても大学生の主観的幸福度に大きな変化は見られなかった。しかし、新型コロナウイルス感染による生活への影響が長引く中、ウイルスとの共存・共生を意味する「With コロナ」という語も生まれ、我慢しなければならないことが多いのが現実である。コロナ禍が長期化していることで、本学の学生の主観的幸福度は影響を受けているのであろうか。本研究ではまず、北条・戸城ら(2020)の追試研究として、長期化するコロナ禍における大学生の主観的幸福度と生活環境の変化について調査することを第一の目的とする。

* 心理学科 准教授

(2) コロナ禍での外出や旅行に対する大学生の意識の変化

2021年1月より1都3県(のちに7府県を追加)に二度目の緊急事態宣言が発令された時期に、旅行・レジャー予約サイト「KLOOK」を運営するKlook Travel Technology 合同会社が卒業予定の大学生110名を対象に行った調査によると、2021年2月から3月に卒業旅行に行かない学生は60.9%、2021年4月前の卒業旅行を諦める学生が49.0%であった。また、同会社が20代から60代109名を対象に2021年3月に行った調査によると、コロナ禍の長期化や緊急事態宣言によりストレスの増加を感じる人は68.8%にのぼり、コロナ禍2年目において前年と比べて旅行やレジャーに行きたい気持ちが高まった人は79.8%にのぼった。

JCB広報室(2020)が2021年3月に18歳から69歳までを対象とした調査によると、直近の旅行をSNSに投稿した人が配慮したこととして、「同行者について個人が特定されないようにした(26.5%)」、「位置情報を紐づけないようにした(23.3%)」、「旅行に行った時期が具体的にわかるような内容を避けた(19.4%)」が多く、前年度と比較して「旅行に行った時期が具体的にわかるような内容を避けた(20.7%)」が4.2ポイント、「旅行先が具体的にわかる内容を避けた(17.1%)」が1.3ポイント高く、旅行やそれらを周囲へ公表することに配慮を要する時期であった。

本学の学生のコロナ禍での外出自粛に対する意識は2020年度と2021年度で変化したであろうか。その意識の変化について調査することを本研究の第二の目的とする。

(3) 大学生の性格特性およびレジリエンスと、コロナ禍における変化との関連

実生活やニュースから、コロナ禍に対する捉え方は個人差があることを実感する。

性格特性を5つの基本的次元によって説明しようとする5因子モデルは1990年代以降多くの領域で採用され、Big Five尺度(和田, 1996)を用いた対人ストレスコーピングとの関連を検討した加藤(2001)によると、情緒不安定性が高いほどネガティブストレスコーピングを、外向性、開放性、調和性が高いほどポジティブストレスコーピングを使用する傾向にある。本研究ではBig Five尺度短縮版を用いて、性格特性の違いによるコロナ禍での幸福度や、生活環境の変化の捉え方について検討することを第三の目的とする。

また、ストレスフルな経験に対して精神的に健康な状態や適応的な行動を維持する個人の傾向の違いを説明する概念にレジリエンスがある。日本では小塩・中谷・金子(2002)が精神的回復力尺度を作成し、ライフイベント上の外傷体験や天災、人災からの回復から日常生活のネガティブイベントへの適応過程に至るまで幅広く研究が進められている。本研究では、大学生の日常ネガティブライフイベントからの回復力を測定することを目的に武田・山本(2013)によって作成されたレジリエンス尺度を用いて、レジリエンスの違いによるコロナ禍での幸福度や、生活環境の変化の捉え方について検討することを第四の目的とする。

2. 方法

- (1) 調査対象者：椋山女学園大学人間関係学部在籍する2～4年生92名(平均年齢20.58歳, SD=2.88)
- (2) 調査時期：2021年6月(愛知県は緊急事態宣言が延長され本学の演習授業は対面で行われ、講義講義科目は遠隔授業が行われた期間であった)
- (3) 調査手順：Google Formsを用いたWebアンケートのURLを筆者の担当する講義科目のGoogle Classroomで配信またはケースメソッドⅡの受講生がメールで個別に配信した。

- (4) 調査内容：年齢、学年のチェックを求めたうえで、以下の設問に回答を求めた。
- ①幸福度および新型コロナによる生活環境の変化に関する項目：北条・戸城ら（2020）をもとに以下の項目について回答を求めた。i）現在の幸福度：幸福度を考えるとき、1から10のスケールをイメージしてもらい、スケールの最小値は自身にとってありうる最低の人生（不幸）を、最大値10はありうる最高の人生（幸福）を表し、このスケール上で現在の自分はどこかをたずねた。ii）生活環境の変化：新型コロナによる生活環境の変化について、北条・戸城ら（2020）より「幸福度の変化」「趣味に充てる時間の変化」「勉強の効率の変化」「授業以外での人と接する機会の変化」「仕送り、小遣いの変化」「睡眠時間の変化」を抜粋し、回答を求めた。
 - ②外出自粛についての意識に関する項目：外出自粛を要する4項目およびSNS投稿に関する1項目（「県をまたぐ移動」「映画館に行くこと」「カラオケに行くこと」「外食すること」「『県をまたぐ移動』『映画館に行くこと』『カラオケに行くこと』『外食』に関してSNSに投稿する行動」）について、“一年前の2020年6月頃”と“2021年6月頃”の抵抗感を“抵抗があった”から“抵抗がなかった”の5件法で回答を求めた。
 - ③Big Five 尺度短縮版（並川・谷・脇田・熊谷・中根・野口，2012）：「外向性（5項目）」「誠実性（7項目）」「情緒不安定性（5項目）」「開放性（6項目）」「調和性（6項目）」の計29項目からなる。7件法。
 - ④大学生版レジリエンス尺度（竹田・山本，2013）：「思考・感情・行動の整理（16項目）」「思考・感情の切り替え（10項目）」「ソーシャル・サポートの希求（6項目）」「行動の切り替え（5項目）」の4つの下位尺度、計37項目のうち調査協力者の負担軽減を目的に各下位尺度につき因子負荷量の上位4項目計16項目を用いた。5件法。
- (5) 倫理的配慮：調査内容・目的の説明とともに、授業内で配信する場合には成績とは関係ないこと、回答しない場合も不利益は生じず自由意志に委ねられていること、匿名で実施され個人が特定されることはないことを説明した。データは厳重に管理し、当該授業（ケースメソッドⅡ）および研究以外の目的で使用されることはないことを明記し、同意の得られた調査協力者に対して調査を実施した。

3. 結果および考察

(1) 先行研究と比較した現在の主観的幸福度

10段階でたずねた大学生の主観的幸福度の平均値は6.24（SD 2.07）、中央値は6.50、最頻値は7であった。北条・戸城ら（2020）での値（平均値6.33 SD2.31、中央値7、最頻値7）と比較すると、中央値はやや下回ったが、大きな差は見られなかった。

(2) 生活環境の変化に関する分析

生活環境の変化をたずねた結果と、本研究からほぼ1年前の2020年7月に実施された北条・戸城ら（2020）との比較は次の通りであった。

- ①幸福度の変化：「以前の方が幸せに思う」が38名（41%）、「変わらない」が32名（35%）、「今の方が幸せに思う」が22名（24%）であった。北条・戸城他（2020）（「以前の方が幸せに思う」62%、「今の方が幸せに思う」12%）と比較すると、現在を幸せと回答した人の割合が高かった。
- ②趣味に充てる時間の変化：「増えた」が55名（60%）、「変わらない」が19名（21%）、「減っ

た」が18名(20%)であった。北条・戸城他(2020)〔「増えた」43%,「減った」24%〕と比較すると、「増えた」と回答した人の割合が高かった。

- ③勉強の効率の変化:「悪くなった」が27名(29%),「どちらともいえない」が50名(54%),「良くなった」が15名(16%)であった。北条・戸城他(2020)〔「悪くなった」49%,「良くなった」8%〕と比較すると、「良くなった」と回答した人の割合が高かった。
- ④授業以外での人と接触する機会の変化:「とても減った」が43名(47%),「少し減った」が37名(40%),「変わらない」が7名(8%),「少し増えた」が2名(2%),「とても増えた」が3名(3%)であった。北条・戸城ら(2020)〔「とても減った」69%,「少し減った」23%〕と比較すると、「とても減った」と回答した人の割合はやや低いものの、「とても減った」「減った」と回答した人を併せた割合はほぼ変わらなかった。
- ⑤仕送り, お小遣いの変化:「減った」が10名(11%),「変わらない」が72名(78%),「増えた」が10名(11%)であり, 北条・戸城ら(2020)とほぼ変わらなかった。
- ⑥睡眠時間の変化:「長くなった」が50名(54%),「変わらない」が24名(26%),「短くなった」が18名(20%)であった。北条・戸城ら(2020)〔「長くなった」49%,「変わらない」40%,「短くなった」11%〕と比較すると、「変わらない」と回答した人の割合が低かった。

(3) 主観的幸福度と, 生活環境の変化の関連

①現在の幸福度と, 生活環境の変化の関連

「現在の幸福度」について, 「生活環境の変化」の各変数との間の相関係数を算出した(表1-1)。「現在の幸福度」と「幸福度の変化」との間に中程度の正の相関($r=.58, p<.01$), 「現在の幸福度」と「趣味に充てる時間」との間に弱い正の相関($r=.21, p<.05$)がみられ, 「現在の幸福度」が高いほど「今の方が幸せに思う」と感じており, 「現在の幸福度」が高いほど「趣味に充てる時間」が増えたことが分かった。

表 1-1. 現在の幸福度と生活環境の変化の間の相関係数

	生活環境の変化					
	幸福度の変化	趣味に充てる時間の変化	勉強の効率の変化	授業以外での人と接触する機会の変化	仕送り, お小遣いの変化	睡眠時間の変化
現在の幸福度	.58**	.21*	.15	.10	.18	.00

* $p<.05$, ** $p<.01$

②幸福度の変化と, 生活環境の変化の関連

「生活環境の変化」の変数のうち「幸福度の変化」は, 以前と比べた主観的幸福度の変化をみており, 「現在の幸福度」とは異なり時系列で捉えた幸福度である。この「幸福度の変化」と, 「生活環境の変化」のそれ以外の変数との間の相関係数を算出した(表1-2)。その結果, 3つの変数(「趣味に充てる時間」($r=.35, p<.01$), 「勉強の効率の変化」($r=.21, p<.05$), 「授業以外での人と接触する機会の変化」($r=.22, p<.05$)との間に弱い正の相関がみられた。「今の方が幸せに思う」と感じるほど, 「趣味に充てる時間」が増え, 「勉強の効率」が良くなり, 「授業以外での人と接触する機会」が増えたことが分かった。

表 1-2. 幸福度の変化と、その他の生活環境の変化の間の相関係数

幸福度の変化	「生活環境の変化」のその他の変数				
	趣味に充てる 時間の変化	勉強の効率の 変化	授業以外での 人と接触する 機会の変化	仕送り、お小遣い の変化	睡眠時間の 変化
	.35**	.21*	.22*	.12	.03

* p<.05, ** p<.01

③外出自粛に関する意識の変化に関する分析

外出と外出行動の SNS への投稿に関する 5 項目について、“一年前の 2020 年 6 月頃”と“2021 年 6 月頃”における抵抗感の平均値を算出し、t 検定を行った（表 2）。その結果、全ての項目において 2020 年 6 月の方が有意に抵抗感が高く、項目別にみると「映画館に行くこと」は t 値が大きく、前年度に比して抵抗感がより下がり、逆に「カラオケに行くこと」は t 値が小さく、前年度に比して抵抗感の下がり方が緩やかであることが分かった。

表 2. 外出に対する意識の変化の平均値・標準偏差および t 値

	2020年6月の抵抗感		2021年6月の抵抗感	t値
県をまたぐ移動	4.35(1.00)	>	3.58(1.32)	6.24***
映画館に行く	3.91(1.25)	>	2.88(1.39)	7.45***
カラオケに行く	4.32(1.09)	>	3.74(1.31)	4.69***
外食をする	3.93(1.21)	>	3.09(1.29)	5.95***
SNSに投稿する	4.26(0.96)	>	3.54(1.24)	6.36***

*p<0.5 **p<0.1 ***p<0.01

④性格特性と、幸福度および生活環境の変化の関連についての分析

i) Big Five 尺度短縮版の基礎統計量の算出と信頼性分析

Big Five 尺度短縮版（並川・谷ら，2012）の下位尺度について記述統計量と信頼性係数を算出した。「外向性」（M4.30 SD=1.33 α =.88）, 「誠実性」（M 3.67 SD=1.11 α =.83）, 「情緒不安定性」（M 5.34 SD=1.10 α =.84）, 「開放性」（M 3.73 SD=.99 α =.77）, 「調和性」（M 4.41 SD=.98 α =.82）のであり、いずれの下位尺度も信頼性があると判断した。

ii) 性格特性と主観的幸福度との関連

Big Five 尺度短縮版の各変数について、「現在の幸福度」との間の相関係数を算出した。「情緒不安定性」因子と「現在の幸福度」との間に弱い負の相関 (r =.29, p <.01) がみられ、「情緒不安定性」が高いほど「現在の幸福度」が低いことが分かった（表 3-1）。

表 3-1. Big Five 短縮版の各因子と「現在の幸福度」の間の相関係数

現在の幸福度	Big Five 尺度短縮版				
	外向性	誠実性	情緒不安定性	開放性	調和性
	.16	-.06	-.29**	.19	-.01

* p<.05, ** p<.01

続いて Big Five 尺度短縮版の各変数と、時系列で捉えた「幸福度の変化」との間の相関係数を算出した。「開放性」因子と「現在の幸福度」との間に弱い正の相関 (r =.29, p <.01) がみられ、「開放性」が高いほど「今の方が幸せに思う」と感じる事が分かった（表 3-2）。

表 3-2. Big Five 短縮版の各因子と「幸福度の変化」の間の相関係数

	Big Five 尺度短縮版				
	外向性	誠実性	情緒不安定性	開放性	調和性
幸福度の変化	.02	-.12	-.10	.29**	-.07

* p<.05, ** p<.01

iii) 性格特性と「生活環境の変化」との関連

Big Five 尺度短縮版の各変数について、「生活環境の変化」のうち「幸福度の変化」以外の変数との間の相関係数を算出した(表 3-3)。「授業以外での人と接触する機会の変化」と、「外向性」($r=.23, p<.05$) および「開放性」($r=.35, p<.01$) との間に弱い正の相関、「誠実性」($r=-.23, p<.05$) との間に弱い負の相関がみられ、外向的あるいは開放的なほど、授業以外で人と接触する機会が増え、逆に誠実なほどその機会が減ったことが分かった。また、「誠実性」と「仕送り、お小遣いの変化」に弱い正の相関 ($r=.23, p<.05$) があり、誠実なほど仕送りやお小遣いが増えたことが分かった。

表 3-3. Big Five 短縮版の各因子と「生活環境の変化」の間の相関係数

	生活環境の変化				
	趣味に充てる時間の変化	勉強の効率の変化	授業以外での人と接触する機会の変化	仕送り、お小遣いの変化	睡眠時間の変化
外向性	-.09	-.02	.24*	.19	.19
誠実性	-.03	.11	-.23*	.23*	.03
Big Five短縮版 情緒不安定性	-.15	-.02	-.08	-.06	.09
開放性	.20	.18	.35**	.01	-.12
調和性	.05	.07	-.14	-.18	.13

* p<.05, ** p<.01

⑤レジリエンスと、幸福度および生活環境の変化の関連についての分析

i) 尺度の基礎統計量の算出と信頼性分析

大学生版レジリエンス尺度(竹田・山本, 2013)の下位尺度について本研究で使用した因子負荷量上位4項目計16項目からなる各因子の記述統計量と信頼性係数を算出した。「思考・感情・行動の整理」(M 3.78 SD=.67 $\alpha =.63$), 「思考・感情の切り替え」(M 3.11 SD=1.10 $\alpha =.87$), 「ソーシャル・サポートの希求」(M 3.22 SD=1.18 $\alpha =.91$), 「行動の切り替え」(M 3.71 SD=.95 $\alpha =.87$) であり、いずれの下位尺度も信頼性があると判断した。

ii) レジリエンスと主観的幸福度との関連

項目を抜粋し使用した大学生版レジリエンス尺度の下位尺度について、「現在の幸福度」との間の相関係数を算出した(表 4-1)。「思考・感情の切り替え」との間に中程度の正の相関($r=.43, p<.01$), 「行動の切り替え」との間に弱い正の相関 ($r=.28, p<.01$) がみられた。思考や感情を切り替えるほど、また行動を切り替えるほど、「現在の幸福度」が高いことが分かった。

表 4-1. 大学生版レジリエンス尺度の各因子と「現在の幸福度」の間の相関係数

	大学生版レジリエンス尺度			
	思考・感情・行動の整理	思考・感情の切り替え	ソーシャル・サポートの希求	行動の切り替え
現在の幸福度	.16	.43**	.05	.28**

* p<.05, ** p<.01

長期化するコロナ禍における大学生の生活と意識に関する調査

続いて、大学生版レジリエンス尺度の各変数について、時系列で捉えた「幸福度の変化」との間の相関係数を算出した（表 4-2）。「思考・感情・行動の整理」因子と「幸福度の変化」との間に弱い正の相関（ $r=.22$, $p<.05$ ）がみられ、思考・感情や行動の整理ができるほど、「今の方が幸せに思う」と感じる事が分かった。

表 4-2. 大学生版レジリエンス尺度の各因子と「幸福度の変化」の間の相関係数

幸福度の変化	大 学 生 版 レ ジ リ エ ン ス 尺 度			
	思考・感情・行動の整理	思考・感情の切り替え	ソーシャル・サポートの希求	行動の切り替え
	.22*	.14	.06	.15

* $p<.05$, ** $p<.01$

iii) レジリエンスと「生活環境の変化」との関連

大学生版レジリエンス尺度の下位尺度について、「生活環境の変化」のうち「幸福度の変化」以外の変数との間の相関係数を算出した（表 4-3）。レジリエンス尺度のうち「思考・感情・行動の整理」（ $r=.22$, $p<.05$ ）および「行動の切り替え」（ $r=.24$, $p<.05$ ）について、「勉強の効率の変化」との間に弱い正の相関がみられ、思考・感情や行動を整理できるほど、また、行動の切り替えができるほど、勉強の効率が良くなったことが分かった。

表 4-3. 大学生版レジリエンス尺度の各因子と「生活環境の変化」の間の相関係数

	生 活 環 境 の 変 化				
	趣味に充てる 時間の変化	勉強の効率の変化	授業以外での 人と接触する機会の変化	仕送り、お小遣いの変化	睡眠時間の 変化
思考・感情・行動の整理	-.04	.22*	.18	.06	.00
思考・感情の 切り替え	-.03	-.06	.10	-.06	-.17
ソーシャル・サポートの希求	-.10	.10	.04	.15	.06
行動の切り替え	.15	.24*	-.06	.04	-.07

* $p<.05$, ** $p<.01$

II. 調査 2

コロナ禍が長期化していることで感じる事、今後の生活や生き方への展望について自由記述で尋ねた。

1. 方法

- (1) 調査対象者：椋山女学園大学人間関係学部心理学科に在籍する 3, 4 年生 41 名
- (2) 調査時期：2021 年 10 月（時期は緊急事態宣言が 2021 年 9 月 30 日に終了し、全学的に対面授業に切り替わった直後であった）
- (3) 調査手順：講義内で授業として調査面接法の技法と留意点を概説した。その後、発話を最低限にとどめ、対面の面接に代替して Google Forms への自由記述を求めた。
- (4) 調査内容：以下の問いに自由記述を求めた。①コロナ禍が長期化していることで、今どんなことを感じていますか。②コロナ禍が長期化していることで、これからのあなたの生活や生き方について、感じていることはありますか。
- (5) 倫理的配慮：調査内容・目的を説明し、講義の一環として回答を必須とするが個人情報秘匿されること、当該授業（心理的アセスメント）および研究以外の目的で使用されることはないことを伝え、同意の得られた回答のみを分析に用いた。

2. 結果および考察

(1) 「コロナ禍の長期化で感じること」「これからの生活や生き方について感じること」

KJ法を用いて、自由記述データの構造化を行った(川喜多, 1986)。「コロナ禍が長期化したことで、今どんなことを感じていますか」の問いに対して得られた自由記述を類似する内容別にカテゴリーに分類し、命名した(表5-1)。次に、「コロナ禍が長期化していることで、こ

表5-1. KJ法による「コロナ禍の長期化で感じていること」に関する自由記述の分類結果表

カテゴリー	サブカテゴリー	ラベル数	記述例
日常の喪失体験	失われた大学生らしい楽しみ	7	大学生らしい生活ができていないことが、少し残念に感じている(S27)。 コロナ禍真只中で成人したため、外へ飲みに行けないことを残念に思っている。現在はお店の営業時間も延びており、アルコール類の提供も許可されているが、コロナ以前と全く同じとはなっていないため、若干の不満はある(S12)。 旅行に行けなかったり、遊びに行きにくかったりと学生の時にしか作ることのできない思い出や学生時代にしかやれないことを妨げられている。社会人になるとやはり自由がなくなるので学生のうちはたくさん遊びたかった(S15)。 コロナ禍が長期化することでなかなか遊びにも出かけられず大学生という貴重な時間を無駄にしているように感じる(S19)。 好きな時に好きなことを出来なくなると、もう1年半以上経つので、それが「番辛い」と感じている。大学2,3年は1番遊べると思っていたし、その為に友達と旅行の約束をしていた。それが全部延期になってしまい、いつ行けるかわからないという状況は辛いと思う。他にもご飯へ行ったり、少し寄り道をして…という日常が奪われて悲しい(S31)。 大学生になったら海外旅行とかいろんなことできると思っていたけど、イベントも予定も我儘したことあって、正直もうなんでもいなくなっている(S38)。 今現在もコロナ禍であり、もしも今後もしばらく続く場合自分自身の活動や学習機会、就職活動などに悪影響が現れないかを不安に感じている。コロナ禍になってから部活動の活動制限や海外への移動の自粛、授業がオンラインに変更になるなど、本来できたはずのことができないという不満を得られないことが多い。加えて、学校生活でも座席が指定になっていたり食事でも会話をすることができないなど、これまで当たり前に来ていた友達との生活などができなくなってしまうことが辛く感じている(S35)。
	失われたレジャーでの発散	4	趣味の旅行ができなくなり、ストレスを上手に発散できなくなった(S8①)。 友人と気軽に遊びに行けなくなったりして、ストレスを感じやすくなりました(S14)。 旅行とか気軽に外出することができないのは少し残念だと感じています(S33)。 テーマパークやライブなどの時間・人数制限をされるのはとても辛い(S40)。
	アルバイト収入の減少	2	アルバイトでアルバイトが減ることで収入が少なくなってきた、生活が困窮しているなど、今までどおりの生活に慣れるのが不安に感じている(S23①)。 バイトがコロナ前より少なくなったことから様々な大変さを感じている(S30②)。
長引くコロナ禍への態度・感情	収束への期待	8	もう収束してほしい(S17①)。 早く収束して自分が好きなときに好きなように出かけられる世界になって欲しいと思います(S21①)。 早く終わって欲しいと思っています。友達と遠くに旅行したり、みんなでワイワイお酒を飲んだり…そういう少し前の日常が戻ってきて欲しい。だいぶコロナがある環境が当たり前になってきているけど、なにかの境目だけに気兼ねなく遊びたいとも思う(S4)。 数年間前みたいにしてほしいような場所に行くことができなかったり、友達とも会うことが難しく、娯楽だけでなく学校に行かなくても、思うような授業を受けられていない、早くこの生活が終わって欲しいと感じる(S5)。 早く終わって欲しい(S22①)。 はややく収束してほしい。はややく遠くに行きたい、特にお祭りに行きたい(S27)。 コロナ禍前の生活に戻って欲しいという願望(S32①)。 早く終わって欲しいと思います。こんなに長期にわたるものだとは思っていないです(S39)。
	時間経過に伴う順応	7	長期化により、こまめなアルコール消毒などのこれまでやってこなかったことをやるのが当たり前になってしまい、これまで日常がわからなくなった(S11)。 少し面倒だったこともあったが、現在はそれにも慣れてしまいあまり不自由はない(S8①)。 日常にコロナへの制約が当たり前のように染み付いているのを実感していて、制約への圧迫感が時々苦しくなりますがコロナでネガティブになることはあまりないです(S21②)。 長期化したことで慣れてしまった。マスクすることにも慣れてしまい、街でマスクをすることやマスクをしていない人を見ると陰性感情を抱くことがある(S25)。 制限があるコロナ禍が長期化し、もちろん感染を気にせずに行動したいと考えている一方で、コロナ禍であることが当たり前で、様々な制限を受け入れることが出来ており、そこまで苦痛などを感じていない(S37)。
	あきらめ	4	初期の頃は外に出るのも怖くてバイトのシフトを入れようか迷っていたり、なるべく早く交通機関を使わないように車で移動したりしていたが、この現状に慣れてしまったし、ワクチンも打ったことも多い消費やマスクをしていれば大丈夫だと感じるようになってしまった。緊急事態宣言も何も出ていないが自分で休むべきか悩んだり出すことが出来た(S28)。 今の生活が当たり前になるのではないという不安(S32②)。 1年間ほどは早く終ってしまいたかったけど長期化していることで、諦めの方が多くて、悲しいという感情すら無くなりました。いつかは終息するからもういいやと投げやりに感じます(S20)。 最初は早急の日常に戻ってほしいと思っていたけど、もう長期化しすぎて宣言が出されているのが解除されるのかとか、よくわからなくなっているし、まっとうまだ嫌んだらうなと思っている(S38)。
	他者の自粛基準の調整・配慮	4	マスクをしていない人を見かけると驚いたり、友人とのコロナに対する価値観の違いに戸惑ったりしている。コロナによって気にすることが多くなり、人との付き合い方も様々ながら(S34)。 人の目を気にしてしまい、旅行などに行きにくい。緊急事態宣言が終わってもまだまだ気にしてしまう(S2)。 友達を遊びに誘うことは躊躇いますし、年明けやGWなどの祝祭日の集まりも無くなってしまい、人と会う喜びが減ってしまいました(S24②)。 今まで連絡を取りあっていた子とあまり取らなくなった(S16)。
	マスクなし生活に戻るこへの不安	1	マスク生活に慣れてくると、マスクを外しての生活が来ると思うとつらく感じる(S26②)。
	家族との密によるストレス	1	気軽に県外も含めどこかに出かけることが出来なくなり、家にいる時間が増え家族と過ごす時間が増えて1人の時間が減りストレスが溜まりやすくなった(S30①)。
意欲の喪失・疲れ	1	規制が厳しくなったり嫌々たりすることは当たり前で、それに振り回されるのが面倒くさい。今後これもこれが続くのかと思うと、嫌な世の中になったなと思う(S18)。	
見通しの持てなさ	対面による人間関係の減少への懸念	5	人との関わりが減って寂しさを感じます。また、気軽に家に帰ることができず、家族に会うこともできず不安を感じることが多いです(S24①)。 外出があまりできなくなったり、大学が異なる友人と会えないことがつらいつらいつら感じている(S26①)。 友人にしばらく会っていないと、その間何をしているかなどの情報交換ができず、後れをとってしまったかもしれないと焦ったり不安になる。また、モチベーションが下がっている子もいるので、会えたら色々な話を聞かせたい。友人に辛い出来事が起きても話を聞いてあげることができず、助けられない。そういう気持ちになることが多い(S36)。 コロナ禍が長期化することで会えなくなり、人との繋がりが薄れているとも感じている(S23②)。 友人と外食やお酒を飲むことができていないことが唯一寂しく思っている(S8②)。
	先が見えない不安	4	コロナ前の生活に戻ることができないのではないかと不安や人の繋がりについて考える(S9①)。 いつまで続くのかなという感じている。そもそも本当に終わりは来るのかなと不安に感じている。テレビの情報だと、2025年まではこのままの状況なのではないかと言われていて、さらに不安になった。私のような成人はまだ良いが、今の子どもたちははいい出も作れなくて可哀想だとも思う(S10)。 いつ終わるのだからと感じている。この先ずっとこの状況が続くのか、もうすぐ終わるのかわからないことが嫌である(S22②)。 先の状況が曖昧な状態が続き、自分の意志で活動をやり遂げることが出来ないことに、やりきれない気持ちを感じている(S42①)。
	就職・その後のキャリアの不安	2	就職についてもコロナ前とは大きく形が変わってきているため、うまく対応し就職活動をしていくことができないのか不安に感じている(S35②)。 社会が大きく変動し、みんなの行動や考え方が変わってきたことから自分の将来についての悩みや不安を感じている(S42②)。
社会経済への不安	経済的な不安を感じる(S8②)。	3	私の祖父父は旅館を経営しているが、飲食店は休業手当のお金が出る宿泊業は手当がなくて大変そうだ(S40)。 収入に影響するため社会全体の打撃を受けていることを実感する(S8②)。
	私生活の切り替え	1	上手く付き合っていたらと思う(S13)。
ポジティブな捉え方・態度	新たな価値観の発見	1	バイトが短縮するし、オンライン授業だし嬉しいな。これから働く中でもテレワークが続くといいな(S4)。 コロナ前のようなようになるとは嫌なところがあると思っています。例えば、旅行に行きたいけれど、コロナ前のデズムーのように人混みや行列に並ぶのは嫌です(S17②)。

長期化するコロナ禍における大学生の生活と意識に関する調査

れからのあなたの生活や生き方について、感じていることはありますか」の問いに対して得られた自由記述を類似する内容別にカテゴリに分類し、命名した(表5-2)。

表5-2. KJ法による「コロナ禍の長期化でこれからの生活や生き方で感じていること」に関する自由記述の分類結果

カテゴリ	サブカテゴリ	ラベル数	記述例
日常の喪失体験	失われたレジャーでの発散	3	コロナによって気軽に遊びに行けなかったり、旅先に旅行しに行くことが出来なかつたり、ストレス発散の機会が奪われてとても辛いです。コロナの長期化はストレスが溜まり、気を散らすことが難しくなりました(S14)。 実生活では気軽に旅行に行けなくなったり外食もしづらくなったりと全体的にストレスが解消できなかつたり(S40②)。 学校や必要最低限の買い物以外で外に出ることがなくなったので、コロナ禍以前のよう遊びに行ったり出来ないのは辛いと感じている(S19①)。
	失われた大学生らしい楽しみ	2	大学に来れず、人との関わりが薄い大学生活になったことはずっと心に残ってしまっているのではないかと感じます(S24②)。 コロナで1年留年色なことが中止になり経路で感ることが減ったと思った。現在を何をするにも何からの制限がかかりコロナ以前のようには行動することはできなくなつたので踏路に感じることもある(S28①)。
長引くコロナ禍への態度・感情	時間経過に伴う順応	5	コロナ前の生活には戻れないけれど、このコロナに対応した生活に慣れてきたところもあり、これが普通、になるのかな、と思っている(S2)。 初めは不安であったが、慣れた。特に変わることはないしこんなものかなと思う(S13)。 これからは、コロナが終わった後には、マスクがなくなり、手洗いや消毒の感染予防策の重要性が改めて感じます。去年インフルエンザが自然流行らなかったのは、マスクのおかげでもある。手洗いや消毒などの感染予防策の重要性が改めて感じます。なので、他の感染症なども考えて、マスクは手放せないと考えます。また、マスク生活に慣れてしまったのでつけ続けると思います(S39)。 これからはマスクをし続けることやアルコールを待ち歩く事をすると思う。マスクをしないことへの不安感があり続けると思うし、何かあるアルコールで体調不良になり違和感があると思う(S25)。 コロナ禍になり、今までの生活から生き方まで考え直して、それに伴い少しずつ慣れた。特にコロナ禍だから将来の生活や生き方について不安というよりは特にないと感じています(S33)。
	あきらめ	4	コロナが終わったとしても、完全に元通りの生活に戻るかという点、そうではない気がする。マスク生活とか、あまり外食に行かない生活は変わらないのではないかと(S10①)。 現在日常となっている以前の様な生活はあまりないと考え、無意識に開閉をあけて並んだり、外に出る時はマスク、アルコールを持って出かけるのだと感じる(S11)。 コロナ禍でマスクが当たり前になり、ワクチンが普及しているとはいえ、今後マスクは必須になるだろう、と思っている。私はマスクを付けるようになってから体質に手を加えるようになった。薬といえは薬なのだが、コロナを始めた化粧を施したりすることが好きだったので、そのための肌ケアも手加減して生きていきたい(S12)。 気楽に友達とご飯を食べたり旅行に行ったりできる日が来て欲しいと思う。マスクをしないことへの不安感があり続けると思うので、これからはマスクや手洗い消毒など基本的な感染対策が必要な生活が長く感じます(S24①)。
	他者の自粛基準との調整・配慮	2	喉を詰まらせてしまった時など咳が出てしまつたり周りの目が気になってきかない(S16①)。 難しいテーマ。今後の生活の中で、例えば、ワクチンを打つ・打たないかで差別が起きるのではないかと不安に感じている(S22)。
	マスクなし生活に戻ることへの不安	2	これからはコロナが収まってマスク無しで生活できるようになつても外すのが怖い(S16②)。 人との距離感や、マスクをする生活に慣れてきて、コロナ以前の生活にいきなり戻るとは、難しい、いきなり戻ることが不安に感じる(S37)。
ポジティブな捉え方・態度	意欲の喪失・疲れ	1	コロナが流行してからなんとなく全てにおいてやる気がなくなつてしまつて、将来とかに漠然とした不安がある(S38)。
	新たな価値観の発見	8	この先も感染対策を続けること、なるべく人との密接を避ける生活は変わらないと思いがこの距離感が自分の時にはちょうどいいのでこのままでいいと思いつける(S1)。 このくらい自由な時間がいっぱいあると、色々な物事へのモチベーションも上がる(S3)。 自宅にいたことが増え家族との時間が必然と増えた。その上で色々考えることが多くなり、今まで有耶無耶にしていた問題とぶつかるようになった。全てが解決したわけではないが、話し合いや自分の中で改めて考えることでこれからの家族との生活が少し楽になった。大学1年生の頃に遊びに行きたくての車を運転したことで自分も人間的な成長を感じることができた。今は少し辛いですが、もともとインドアなこともあって自分が好きなように生活できているため特に不満もないです。勉強を含め自分がやりたかったことやお家でできることも多く今の生活は心が豊かです。自分の活動量のキャパや家族との会話量の増加、周りの人の大切なことをコロナがあったからこそ分かったこともたくさんあったので自分の経験値は高まったと思います(S21)。 何か困難なことや辛いこと、どうにもならないことが起こっても、自分の運命だったんだと思えるようになってきました。だから、コロナ禍になって、やれることが限られたとしても、すぐに行動すべきだと思つたことは、すぐに行動すべきだと思つたこと、お金がかかってもやりたいことを自分の思うままにやるようになると思います(S20)。 zoomなどのテレワークツールが発展し、未来化という、急速に発達した技術に順応する良い期間だったので思つた(S40①)。 コロナ禍になったことで、自分自身で情報を得て選択していくことが求められていると感じるようになった。コロナウイルスの症状などに関する情報やテレワークに関する情報など、毎日新たな情報がアップロードされるような状況であったため、ニュースなどなしにしっかりと目を向け情報を手直し自分で調べて判断し行動していくことが求められている(S36①)。 オンライン授業などの活用でzoomなどネットの様々な機能を使うことでできることが増えたり作業が効率的になるようになったことなどがあったため、オンラインの有用性を感じている。そのため、コロナの状況に関わらず今後の生活でもオンラインを効果的に活用していきたいと感じている(S35②)。
	気持ちの切り替え	4	外で過ごすより家で過ごすことが多くなり家族と過ごす時間が多くなつたのでコロナ前より余裕は増えたと感じる(S28③)。 コロナの良い面を上手に付き合っていく必要があると思つています(S17)。 コロナと今後うまく付き合っていくという気持ちで生活しなければならぬ。コロナにかからないように感染対策を自分で気がつけながら今後ずっと生きていかなければならないと感じる(S18)。 コロナ禍になる前の生活に戻すのではなく、それを踏まえた上での生活に合わせることが重要になってくるのではないかと感じている(S29①)。 withコロナの生活を目指していくべきだと思う(S2②)。
見通しの持てな	新たなレジャーの模索	3	家で一人でできる趣味を見つけた。最近、取組に向かっているように感じるが、油断は禁物だと思う。もし緊急事態宣言などが出て、一人で遊べなくなれば大変な状況になったと、ストレスが上手に分散できるように、家でできる好きなことを見つけた(S4)。 家で家で友達と遊ぶ機会を持って生活していきたいと感じるようになった。家でできる趣味を持って過ごす。そんな時間がある生活に慣れた時があったため、趣味は生活に活気や充実感を与えてくれて、ストレスを軽減することもできると思つたため、これから趣味を増やしたり、技術を磨いたりしていきたいと感じている。 また、対面でのコミュニケーションも大事であるが、SNSやアプリを使ったコミュニケーションもこれから重要視されるようになる。そこで関係性やコミュニケーションが保たれるとコミュニケーションツールをどのように活用するかと効率的に物事を進めることが出来るようになるのかと考えるようになった。自分の時間を大切にするために物事の効率化を考えると、生活に慣れたこと、出来ること、出来ること、気軽に出かけられず家にいる時間が増えたことによるストレスが溜まったりするようになった。家で出来ることを増やせばいいのではないかと思つたり(S30)。 今まで当たり前出来ていたことが、ある時出来なくなることもありと学ぶ機会だった。やりたい事はやる時にやろうという気持ちが増えた(S10②)。
	「今」の大切さの発見	3	コロナ前は時間と金銭のやりくりさえすればやりたいことは何でもできていた。何かチャンスがあったとしても理由づけして先送りすることがあったが、どちらのやりくりができていなくてもいい時はできないのだということを実感し、今はチャンスは逃さないようにしようと考えようになった。まずはスケジュールをみてみようというスケジュール管理を大切にしたいと考えるようになった(S8)。 何気ない日常だと思つたことが急に出来なくなつたことで、1回1回何をするにも躊躇ひの多いようになつた。例えば、スーパーに家族で買い物に行くという日常も今はいつの間にか行かないと思つた。自分も思う存分楽しもうと思つた(S31)。 コロナ禍でなければ会えていた人たちが疎遠になり、外での活動が減つたりしていること、社会との関わりが薄くなったこと、人に会えないこと、危険を感じている(S26)。 人間関係はコロナ前だと色々な付き合いがあったがコロナで出掛けられなくなった事により関係が遠くなり、新たに関係を築くのは大変だと感じる(S30②)。 オンライン面接やリモートワークが当たり前になり、人との距離感が遠く感じてしまっているのではないかと感じる(S32②)。 マスクを付けるのが嫌になっているから、例えばコロナが収束したとしてもマスクを着ける習慣は消えないんじゃないかな、と思う。コロナで人と会う頻度が減ったから、人との関係がふわふわ、薄くなつて行くと感じる(S27)。 また、オンライン面接やリモートワークが当たり前になり、人との距離感が遠く感じてしまっているのではないかと感じる(S32②)。 元々、人付き合いも盛んだった分、コロナで会えていない生活が続くと今後の人間関係が心配(S34)。 自分の生活は人と関わる機会が少なくなつたのではないかと思う(S28②)。
先が見えない不安	対面による対人関係減少への懸念	7	コロナによって、家から出るということが以前より減り、生活づらからつたりしており、本当にこのような生活を送っていると大丈夫かと感じることもある(S8)。 コロナ禍が長期化していることで、終息通常の生活がいつようになるのか、不安に感じている(S7)。 いつまで我慢したらいいのかわからない不安です(S19②)。
	表情の見えないマスク生活への懸念	3	私は、人の顔と名前を覚えるのが苦手なのでマスク生活はとも苦しい(S9①)。 人の顔と名前を覚えるのが苦手なのでマスク生活が長引くと困難であると感じている(S29②)。 コロナ感染者が少なくなつたとしてもマスク生活は終わらないと感じているので、目だけ見るべく表情が伝わるような努力をしなければならぬと感じている(S15)。
	就職・その後のキャリアの不安	3	就職やその後の生活が不安、今まで安心だと思つていたもの、不動だと思つていたものがコロナ禍で大きく変わり、それと自分のせいでもなく誰のせいでもないこと、不安がこみかへてくる(S36)。 就職先があるのか心配(S41)。 就職先の内定獲得に影響してしまうのではないかと感じる(S32①)。

(2) 自由記述の分類結果より得られたカテゴリーの図式化

KJ法を用いた2つの分類結果から得られたカテゴリーについての構造化を行い図式化した。表5-1.5.2で重複するカテゴリーに、「これからの生活や生き方で感じること」で新たに得られたカテゴリーを加え、カテゴリー間の関連を踏まえて構造化したのが図1である。

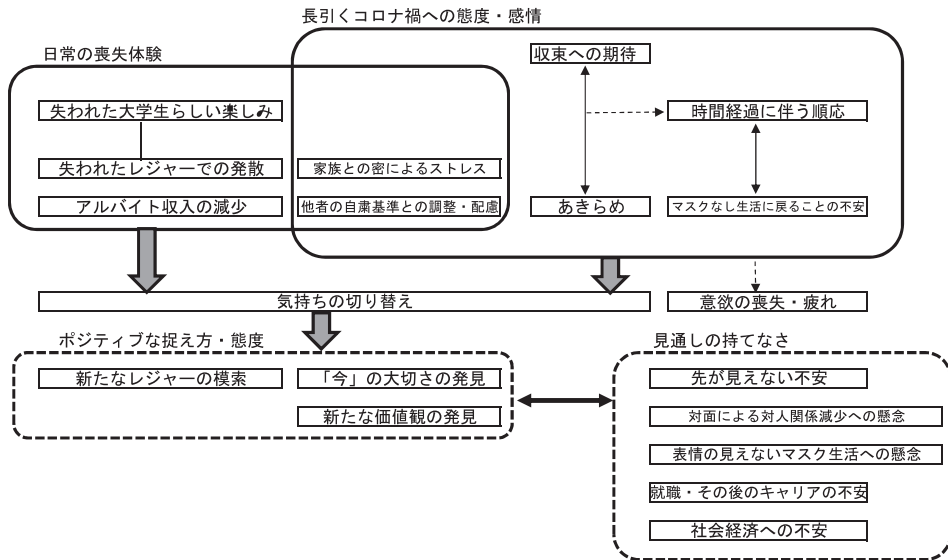


図1. コロナ禍の長期化で「今感じていること」「これからの生活や生き方で感じていること」に関する自由記述の分類結果から得られたカテゴリーの図式化

Ⅲ. 要約

調査1より分かったことは次の通りである。(1) 幸福度が高いほど今の方が幸せと感じ、趣味に充てる時間が増えた。(2) 今の方が幸せと感じるほど趣味に充てる時間が増え、勉強の効率が上がり、授業以外で人と接触する機会が増えた。(3) 外出への抵抗感は2020年より2021年で低下し、発話がない映画館では大きく下がり、逆に密室で発話するカラオケは低下が緩やかであった。(4) 性格特性に関しては、「開放性」と「幸福度の変化」との相関は見られるが「現在の幸福感」との相関が認められないこと、「情緒不安定性」と「現在の幸福度」との相関は見られるが「幸福度の変化」との相関が認められないことから、開放的な性格特性それ自体が幸福度を高める訳ではないがコロナ禍では生きやすいこと、情緒不安定な性格特性が高いほど幸福度を低める傾向にあるがコロナ禍で幸福度が低下する訳ではないことが推察された。また、外向的あるいは開放的なほど、授業以外で人と接触する機会が増え、逆に誠実なほどその機会が減った。(5) レジリエンスに関しては、思考や感情の切り替えや行動の切り替えが良好なほど幸福度が高く、また勉強の効率もよくなっており、思考・感情・行動の整理が良好なほど、今の方が幸せに感じていた。

調査2の結果から、「長引くコロナ禍への感情・態度」を諸々経験する中で「日常の喪失体験」や時として「意欲の喪失・疲れ」が生じていること、今後もある程度続くことが想定され「見通しの持てなさ」はあるが「時間経過に伴う順応」をしていること、「収束への期待」と「あ

きらめ」を揺れ動きつつも同時に「気持ちの切り替え」や「ポジティブな捉え方・態度」を持ちコロナ禍以降に見えた良さを発見する視点も持っていることがわかった。

Ⅶ. 引用文献

- JTB 広報室 (2020) : コロナ禍の生活におけるインターネットや SNS からの “情報” に対する意識と旅行」に関する意識調査. <https://press.jtbcorp.jp/jp/2021/04/sns.html> (2021.11.4 取得)
- KLOOK (2021a) : コロナ禍での卒業旅行に関する実態調査. Klook Travel Technology 合同会社.
- KLOOK (2021b) : コロナ禍での旅行計画に関する実態調査. Klook Travel Technology 合同会社.
- 北条睦実子・戸城美佑・遠山美樹・中里英史・古川真守・城越望・下村昂平・森脇真人・石原慶一 (2020) : コロナ禍下における大学生の主観的幸福度. 京都大学高等教育研究, 26, 41-50.
- 並川努・谷伊織・脇田貴文・熊谷龍一・中根愛・野口裕之 (2012) : Big Five 尺度短縮版の開発と信頼性と妥当性の検討. 心理学研究, 2, 91-99.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史 (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 (1), 57-65.
- 武田七恵・山本眞理子 (2013) : 日本人大学生のレジリエンス尺度の開発及びレジリエンスと立ち直りと精神的健康に関する研究. 久留米大学心理学研究, 12, 1-8.
- 和田さゆり (1996) : 性格特性用語を用いた Big Five 尺度の作成. 心理学研究, 67 (1), 61-67.