

# 信州大学における新型コロナウイルス下のオンライン授業 —— 修学環境と心理的影響 ——

森光 晃子      山崎 暁      山崎 勇  
高橋 徹      篠田 直子

キーワード：COVID-19   新型コロナウイルス   メンタルヘルス   オンライン授業

## 1. 目的

2020年1月以降、日本国内における新型コロナウイルス（COVID-19）流行に伴い、同年4月から全国の大学で授業形態のオンライン化が急速に進んだ。2020年6月時点では約6割の大学等が遠隔授業のみ実施（文部科学省，2020a）、7月には約6割が対面授業と遠隔授業の併用（文部科学省，2020b）、12月以降も調査対象校の約半数近くが遠隔授業を継続する状況が続いた（文部科学省，2020c）。

信州大学においては、2020年3月31日に授業開始の延期を決定し、その約1週間後に大学への入構禁止、さらにその約2週間後には前期授業を非対面のオンライン授業とすることが決定された。このように2020年度の修学環境は、学生と教職員がオンライン化を主とする急速な授業形態の変更と対応に追われる1年だったといえる。九州大学の調査では、オンライン授業が対面授業を「代替できていた」とする回答が「できていなかった」とする回答の2倍以上であり、学生のオンライン授業の受け止め方は概ね良好であったと報告した（九州大学，2020a）。また立教大学の調査では、1) 双方向型オンライン授業の満足度は対面授業よりも高い傾向があること、2) 大規模型・一方向型授業はオンライン継続を望む割合が高いこと、などが示された（立教大学，2020）。このように授業形態のオンライン化によって、これまでになかった修学上のメリットを学生が経験した可能性は高いと考えられる。

一方、大学に登校できないという環境が、メンタルヘルスにネガティブな影響を与えたことを示唆する報告も多い。新型コロナウイルスが急拡大した中国では、一般市民の全般的な不安障害の傾向と睡眠の質の低下、さらに若年層は高年齢層よりも全般的な不安障害や抑うつ症状が有意に高いとの調査結果が報告された（Huang et al., 2020）。秋田大学は2020年5月に実施した調査結果として、男女とも回答者の1割以上に中等度のうつ症状がみられたと報告した（秋田大学，2020）。九州大学における2020年6月の調査でも、精神的な不調を自覚する学生が増加している可能性が示唆されており（九

州大学, 2020b)、コロナ禍が学生のメンタルヘルスに及ぼした影響の大きさを推察することができる。

このようにコロナ禍において実施されたオンライン授業環境は、修学および精神面に大きな影響を与えたと考えられる。そこで本研究では、オンライン授業という新たな修学環境による学びの側面の影響と共に、メンタルヘルスへの影響について、学生の実態を明らかにし、今後の授業形態の可能性および緊急事態下の学生への心理的支援のあり方について検討することを目的とする。

## 2. 方法

### 2-1. 調査対象者

信州大学の学生のうち、オンライン形態の授業を多く受講していると考えられる 1～3 年生（学部生のみ。修士・博士課程は除く）6379 名を対象とし 458 人から有効な回答を得た（回答率 7.18%）。

### 2-2. 調査項目

学生の属性や生活状況（居住形態、アルバイトの有無等）を確認する 6 項目、オンライン授業の割合や各授業形態への満足度や理解について確認する 18 項目を設けた。また、オンライン授業環境下において学生がどのような経験をしていたかを確認する 6 項目、2020 年度の修学環境における疲労感を確認する 1 項目、メンタルヘルスの状況について確認する 13 項目、ストレスコーピングについて確認する 1 項目、計 45 項目（表 1）について回答を求めた。

メンタルヘルスの状況を確認する項目に関しては、PHQ-9 日本語版（村松, 2014）やUPI-RS（高橋, 2004）を参考に抑うつ感やメンタル不全を示す項目を新たに作成した。またコロナ禍で対人接触が減少していることにより生じうる不安やメリットについて問う項目も設けた。本調査は学生のメンタルヘルスの現状をより実態に即した形で把握し、必要に応じて学生が支援へと繋がることも目的としていたことから、既存の尺度だけではない質問項目を設定した。

### 2-3. 手続き

信州大学の 1～3 年に在籍する全学生に対し、メールにて本研究の調査目的を伝え、調査同意が得られた学生に回答を求めた。回答方法は Google フォームを使用した。調査時期は 2021 年 3 月 12 日から 3 月 31 日とした。結果の分析には、IBM SPSS Statistics27 を使用した。

なお本調査は、信州大学におけるヒトを対象とした教育研究に関する倫理委員会での承認を得て実施した（承認番号第 R02-12 号）。

表 1 質問項目一覧

	質問項目	選択項目
生活状況や属性	所属学部	人文、教育、経法、理、医、工、農、繊維
	学年	1年生、2年生、3年生、4年生以上
	居住形態	実家、寮、アパートや下宿で一人暮らし、その他
	サークルや部活の所属	はい、いいえ、所属しているが活動に参加していない
	今年度はアルバイトをしたか	はい、いいえ
オンライン授業の割合や各授業形態への満足度や理解	今年度は大学構内にどのくらい入ったか	1度も入っていない、半期に1~2回、2か月に1~2回、月に1~2回、週に1~2回、週3回以上
	受講した授業形態	資料提示のみ、非同期型、同期型、対面（複数選択可）
	授業全体の何%がオンライン授業だったか	90~100%、70~80%、60~50%、40~30%、30%以下
	各授業形態の総合的な満足度	
	非同期型・授業の理解しやすさ	1. 不満、2. やや不満、3. 普通、4. やや満足、5. 満足
	非同期型・集中の維持のしやすさ	
	非同期型・生活リズムの整えやすさ	
	非同期型・教員とのコミュニケーションの取りやすさや質	
	非同期型・他の学生とのコミュニケーションの取りやすさや質	
	一時停止や巻き戻し、複数回の視聴など再生のコントロールができる	
視聴する時間を自由に決められる		
上記項目以外で、非同期型授業の満足点、不満点	自由記述	
同期型・授業の理解しやすさ	1. 不満、2. やや不満、3. 普通、4. やや満足、5. 満足	
同期型・集中の維持のしやすさ		
同期型・生活リズムの整えやすさ		
同期型・教員とのコミュニケーションの取りやすさや質		
同期型・他の学生とのコミュニケーションの取りやすさや質		
対面授業に近い感覚で受講できる		
上記項目以外で、同期型授業の満足点、不満点	自由記述	
オンラインでの授業環境	端末の長時間利用で身体的な疲労があった	
	通信トラブルがあった	
	e-ALPSやzoomなど授業で利用するツールが多様であり情報の得にくさがあった	1. なかった、2. ほぼなかった、3. ややあった、4. あった
	課題の量が多いと感じた	
	通学の時間と労力が省けて負担が減った	
進級や卒業ができるかどうか不安だった		
疲労感	今年度の修学環境においてどのくらい疲労感があったか	1. 全くなかった~5. かなりあった（5件法）
メンタルヘルス	ストレスを感じた	1. なかった、2. ほぼなかった、3. ややあった、4. あった
	孤独感、孤立感があった	
	落ち着かずイライラした	
	友人ができるかどうか不安だった	
	睡眠の問題があった	
	先生や職員とコンタクトがとりづらかった	
	食欲が低下した	
	コロナに感染するのではないかという不安があった	
	死にたい、消えたいと思うことがあった	
	人と会う機会が減り、自分のペースで過ごせなかった	
やる気が出てこなかった		
新しい人間関係を無理に構築する必要がなくてよかった		
信大生という自覚が持てた		
ストレスコーピング	ストレスに対してどのように対処したか	趣味の時間、運動、SNSで必要な情報を集めた、友人や家族とコミュニケーションをとるようにした、大学の先生や職員に相談した、学外の相談機関に相談した、対処しようとしたがうまくいかなかった、特に対処していない、その他（複数選択可、その他は自由記述可）

### 3. 結果

#### 3-1. 回答者の属性および昨年度の生活状況

回答者の学年内訳は、1年生 202人 (44.1%)、2年生 156人 (34.1%)、3年生 100人 (21.8%) であった。また回答者の学部内訳は人文学部 45人 (9.8%)、教育学部 57人 (12.4%)、経法学部 52人 (11.4%)、理学部 42人 (9.2%)、医学部 61人 (13.3%)、工学部 114人 (24.9%)、農学部 35人 (7.9%)、繊維学部 52人 (11.4%) であり、その割合は信州大学全体の学部学生数内訳の比率とほぼ同等であった。回答者の居住状況として、独居 (アパートや下宿) が 315名 (68.5%)、実家が 93名 (20.2%)、寮が 43名 (9.3%)、その他として実家と独居半分ずつ程度と回答した学生が 9名 (2.0%) であった。

#### 3-2. オンライン授業の受講状況

2020年度の履修授業におけるオンライン授業比率が8割以上であったと回答した学生が 87.9%、オンライン授業の中でも、動画や音声によるオンデマンド配信型の授業 (以下、非同期型) を受講した学生が 99.3%、Zoom などを利用したリアルタイム双方向型の授業 (以下、同期型) を受講した学生が 97.6%、動画や音声が無く資料提示のみの授業 (以下、資料提示型) を受講した学生が 72.4%、対面授業を受講した学生が 72.8%であった。

#### 3-3. 各授業形態への満足度

オンライン授業による「資料提供型」「非同期型」「同期型」「対面授業」のそれぞれの授業形態に対する総合的な満足度について、「満足」もしくは「やや満足」と回答した割合から「不満」もしくは「やや不満」と回答した割合の差 (DI 値) を比較した (図 1)。「資料提示型」に不満を感じる学生の割合が多く、対面授業、非同期型に対しては「満足」と感じている学生が多かった。同期型に関しては、非同期、対面と比して「満足」とする割合がやや低かった。

非同期型においては「一時停止や巻き戻し、複数回の視聴など再生コントロールができる」ことや、「視聴する時間が自由に決められる」ことに 90%以上の学生が満足であると回答した。加えて自由記述においては、「テスト勉強がしやすかった」「自宅でリラックスして勉強できた」等の回答もあった。

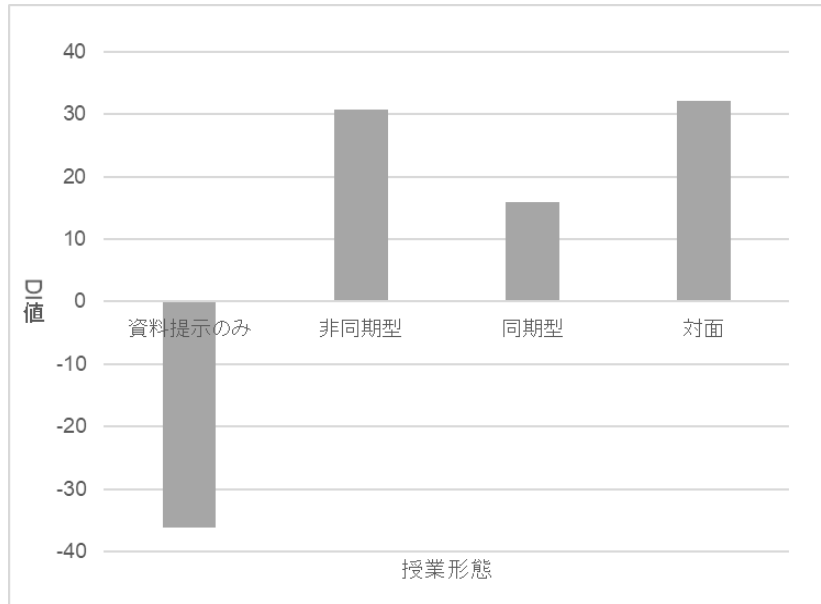


図1 各授業形態のDI値

### 3-5. 非同期型と同期型における理解度や取り組みやすさ、コミュニケーションにおける満足度

9割以上の学生が受講経験のある非同期型および同期型の各授業において、「理解のしやすさ」「集中のしやすさ」「生活リズムの整えやすさ」「教員とのコミュニケーションのとりやすさ」「他の学生とのコミュニケーションのとりやすさ」の5項目における平均を図2に示した。 $t$ 検定の結果、「理解のしやすさ」には有意差がなく ( $t(446)=1.41, p>.10$ )、他の4項目においては同期型が非同期型よりも有意に満足度の平均が高かった (集中; $t(445)=-3.73, p<.01$ , 生活リズム; $t(445)=-7.37, p<.01$ , 教員コミュニケーション; $t(446)=-14.40, p<.01$ , 学生コミュニケーション; $t(446)=-12.62, p<.01$ )。

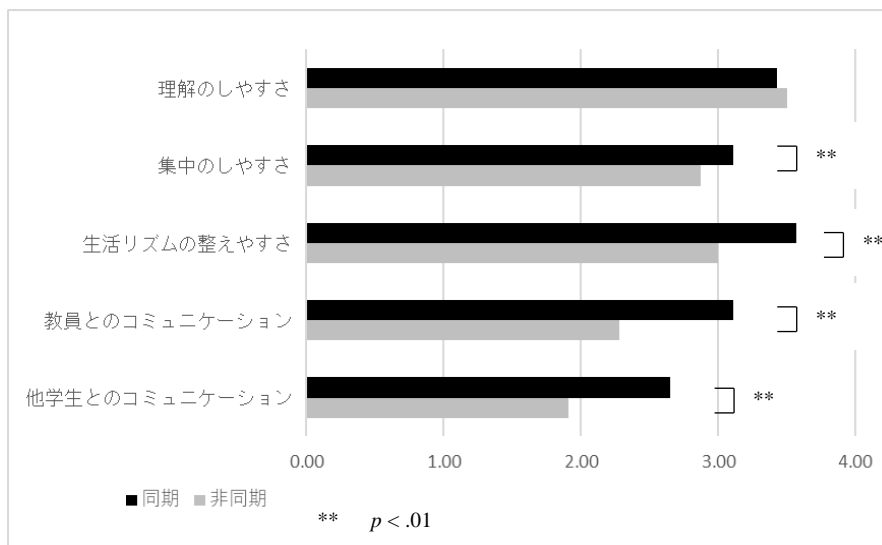


図2 非同期型および同期型の各項目の満足度平均

### 3-6. 1年生と2年生以上におけるオンライン授業での経験

大学での授業未経験者（1年生）と経験者（2年生以上）でのオンライン授業環境下での経験について比較した。それぞれの項目において、「ややあった」もしくは「あった」と答えた者を「あり群」とし、「ほぼなかった」もしくは「なかった」と回答した者を「なし群」とした。これらの項目について未回答（欠損値）は1であった。

$\chi^2$ 検定の結果、「1年生」が「2年生以上」よりも「e-ALPS（信州大学のe-Learningプラットフォーム）やZoomなど授業で利用するツールが多様であり情報の得にくさ」を経験している割合が高かった（ $\chi^2(1)=7.31, p<.01$ ）（表2）。また「進級や卒業ができるかどうか不安だった」割合も「1年生」が「2年生以上」よりも有意に高かった（ $\chi^2(1)=15.95, p<.01$ ）（表3）。その他、「身体的な疲労があった」、「通信トラブルがあった」、「課題が多いと感じた」、「通学の時間と労力が省けて負担が減った」の4項目については学年間の差は見られなかった。

表2 情報の得にくさと学年のクロス表

		学年		合計
		1年生	2年生以上	
情報の得にくさ	なし	72	123	195
	あり	130	132	262
合計		202	255	457

表3 進級不安と学年のクロス表

		学年		合計
		1年生	2年生以上	
進級不安	なし	58	120	178
	あり	144	135	279
合計		202	255	457

### 3-7. オンライン授業でのメンタルヘルス

2020年度の修学環境における疲労感について、「ややあった」と回答した者が最も多く（35%）、全体の平均は3.62（ $SD=1.10$ ）であった。学年や学部、居住環境による疲労感の有意差は見られなかった。

メンタルヘルスに関連した13項目について、4件法で得た回答割合を図3に示した。全体の7割以上の学生が「やる気が出ない」「孤独感・孤立感があった」「ストレスを感じた」「教職員とコンタクトがとりづらかった」と回答した。一方で「人と会う機会が減り自分のペースで過ごせた」と回答した学生が6割以上であった。また、「信大生としての自覚がもてた」に関しては8割以上の学生が「なかった」「ほぼなかった」と回答した。

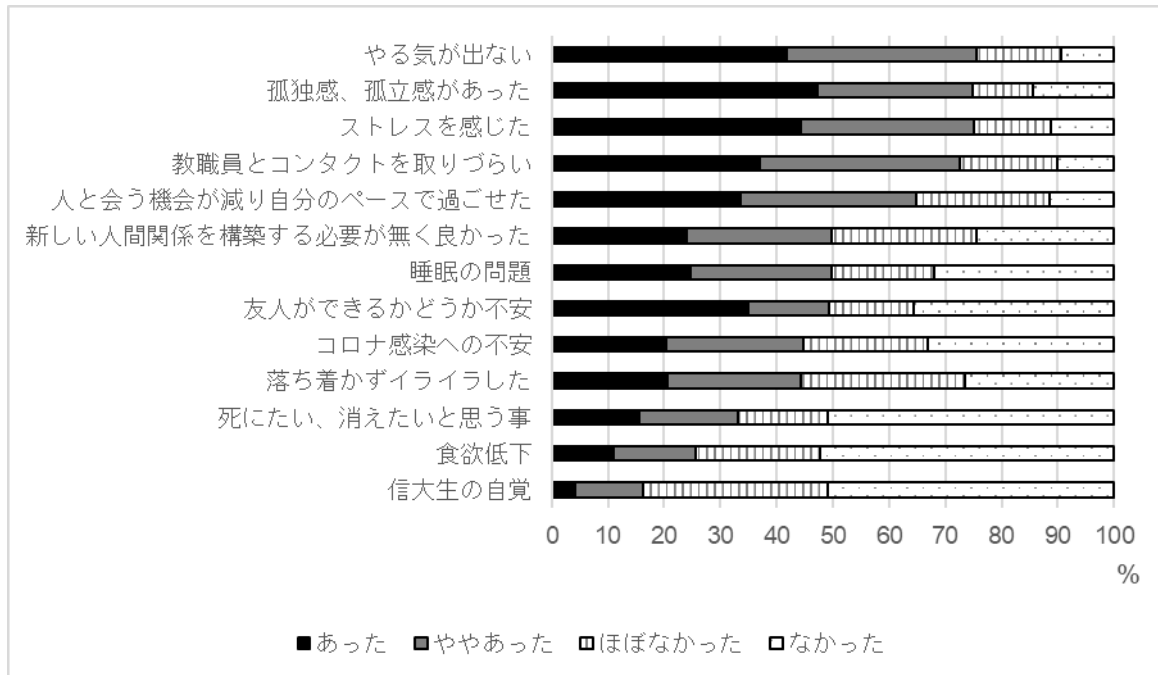


図3 メンタルヘルス項目における回答者の割合

さらに、メンタルヘルス項目において因子分析を行った結果、「コロナに感染するのではないかという不安があった」という項目のみ因子負荷量が低かったため削除し、12項目で4つの因子を抽出した(表4)。第1因子を「抑うつ尺度」( $\alpha=.76$ )、第2因子を「不適応感尺度」( $\alpha=.74$ )、第3因子を「対人ストレス解消尺度」( $\alpha=.76$ )、第4因子を「孤立不安尺度」( $\alpha=.59$ )と命名し、それぞれの因子を構成する項目の数値を合計したものを各4尺度の得点とした。

表4 Q15-8 削除後のメンタルヘルス項目の因子負荷構造(主因子法、プロマックス回転後)

	因子			
	1	2	3	4
Q15-5. 睡眠の問題(不眠、過眠など)があった	.81	-.10	.08	-.01
Q15-9. 死にたい、消えたいと思うことがあった	.70	.15	.07	-.20
Q15-7. 食欲が低下した	.64	-.19	-.05	.09
Q15-3. 落ち着かずイライラした	.61	.02	-.16	.11
Q15-11. やる気が出てこなかった	.00	.77	.05	.03
Q15-13. 信大生という自覚が持てた(反転)	-.13	.65	-.10	-.11
Q15-1. ストレスを感じた	.26	.33	-.06	.23
Q15-6. 先生や職員とコンタクトがとりづらかった	.08	.31	.05	.27
Q15-10. 人と会う機会が減り、自分のペースで過ごせてよかった	-.08	-.15	.80	.21
Q15-12. 新しい人間関係を無理に構築する必要がなくて良かった	.11	.09	.79	-.22
Q15-2. 孤独感、孤立感があった	.04	.14	.04	.77
Q15-4. 友人ができるかどうか不安だった	-.05	-.11	-.01	.59
因子相関行列	.72			
	-.35	-.41		
	.70	.74	-.48	

これらの尺度のうち、「孤立不安尺度」において1年生の平均が6.71 ( $SD=1.76$ )であり、2年生以上の平均4.65 ( $SD=1.76$ )よりも有意に高かった ( $t(453)=-12.70, p<.01$ ) (図4)。オンライン授業の状況に関しては、オンライン授業の割合が90%以上だった学生 ( $n=271$ ) の「孤立不安尺度」の平均は5.85 ( $SD=2.05$ )であり、オンライン授業の割合が80%以下の学生 ( $n=184$ ) の平均5.15 ( $SD=1.86$ )より有意に高かった ( $t(417)=3.79, p<.01$ ) (図5)。

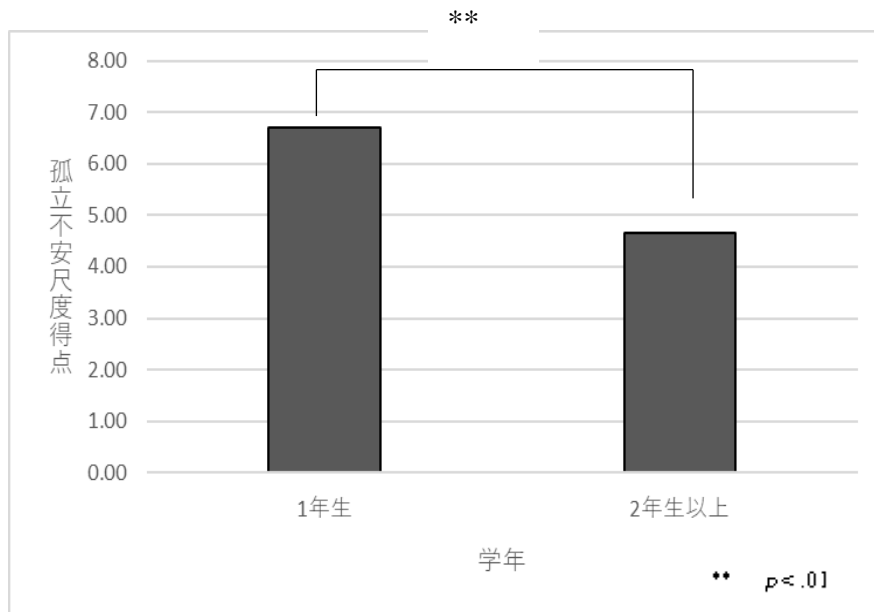


図4 1年生と2年生以上の孤立不安尺度得点平均

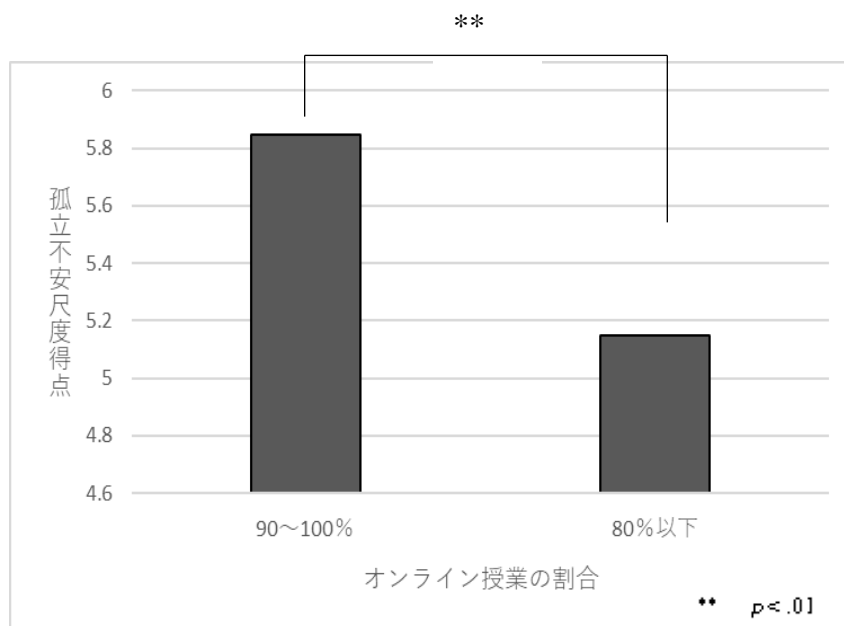


図5 オンライン授業割合と孤立不安尺度得点平均



ストレスへの対処として学生に最も多く使用されていたコーピングは「趣味の時間」(70.4%)、次いで「コミュニケーション」(58.4%)であった。また使用したコーピング数の平均は 2.04 ( $SD=1.20$ ) であった。コーピングを 3 つ以上持っている群とそれ以下の群に分けて、メンタルヘルス 4 尺度の平均を比較したが、どの尺度においても有意差は見られなかった。

### 3-8. ハイリスク学生（死にたいという気持ちがある学生）の特徴

「死にたい、消えたいと思うことがあった」という項目において、「あった」と回答した学生は 15.7%であった。また、この項目において「あった」「ややあった」と回答した者を「希死念慮あり群」( $n=151$ )、「ほぼなかった」「なかった」と回答した群を「希死念慮なし群」( $n=306$ ) の 2 群に分け、学年や学部などの属性やオンライン授業環境下で経験したことなどの様々な変数やメンタルヘルスの各尺度得点を比較しハイリスク学生の特徴を検討した。それぞれの群の度数において、学年、学部、居住状況等、属性における有意差は見られなかった。

疲労感については、希死念慮あり群の平均が 4.03 ( $SD=0.98$ ) であり、希死念慮なし群の平均 3.42 ( $SD=1.11$ ) より有意に高かった ( $t(455)=-5.95, p < .01$ )。またメンタルヘルス尺度において、「死にたい、消えたいと思うことがあった」の項目が含まれる「抑うつ尺度」以外の尺度得点において群間差を分析した結果、表 5 と図 6 に示すように「不適応感尺度」および「孤立不安尺度」においては、希死念慮あり群の平均がなし群より有意に高かった（不適応感尺度； $t(450)=-9.36, p < .01$ 、孤立不安尺度； $t(453)=-6.46, p < .01$ ）。また、「対人ストレス解消尺度」においては、希死念慮あり群の平均がなし群より有意に低かった ( $t(451)=2.68, p < .05$ )。

表 5 希死念慮ありなし群の各尺度得点平均

	不適応感尺度		対人ストレス解消尺度		孤立不安尺度	
	なし群	あり群	なし群	あり群	なし群	あり群
希死念慮						
度数	303	149	302	151	304	151
平均値	11.73	13.94	5.53	5.03	5.18	6.34
標準偏差	2.90	2.03	1.89	1.88	2.05	1.66

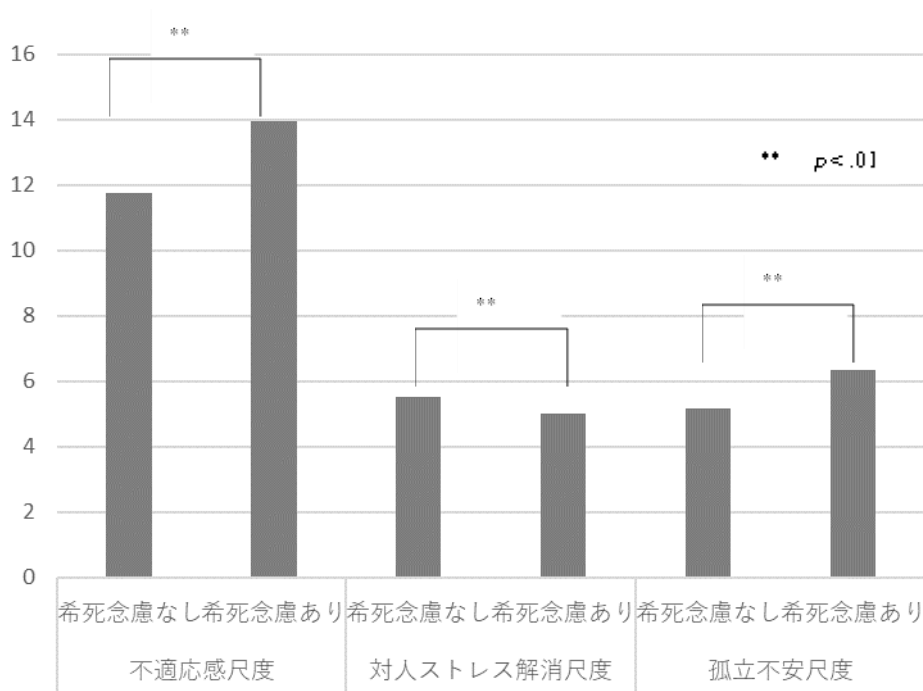


図 6 希死念慮ありなし群の各尺度得点平均

さらに1年生と2年生以上において、オンライン授業環境下で経験していたことと、希死念慮の相関係数を求めた。表7に示した通り、1年生においては、「身体的な疲労」「情報の得にくさ」「課題の多さ」と希死念慮項目に弱い相関がみられた。2年生以上においては、「情報の得にくさ」「進級の不安」が弱い正の相関、「通学時間と労力が省けた」に関しては弱い負の相関があった。

表 6 オンライン授業環境下での経験と希死念慮の相関

	身体的な疲労	通信トラブル	情報の得にくさ	課題の量が多いと感じた	通学の時間と労力が省けて負担が減った	進級や卒業ができるかどうか不安
死にたい、消えたいと思うことがあった						
1年生	.21**	.16*	.22**	.22**	-.10	.19**
2年生以上	.18**	.11	.32**	.00	-.28**	.30**

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

## 4. 考察

### 4-1. オンライン化の影響

回答学生の80%以上が、全授業の8割以上でオンライン授業を受講しており、信州大学でも例年の対面授業とは大幅に異なる修学環境となっていた。非同期型と同期型の比較では、「繰り返し視聴ができること」「授業を受講する時間帯やタイミングの自由度が高いこと」などの理由から、同期型よりも非同期型の満足度が高い結果につな

がったと考えられた。ただし、「集中のしやすさ」「生活リズムの整えやすさ」「教員や学生同士のコミュニケーションの取りやすさ」においては、非同期型よりも同期型で満足度が高く、非同期型授業では学習方法や学習環境の自由度の高さを、同期型授業ではセルフマネジメントや他者とのコミュニケーションなどにメリットを感じているものと推察された。

東洋大学の調査では、38%の学生が、従来の対面型講義と比較してオンライン講義で学習効果が上がったと回答した（東洋大学，2020）。また中村（2021）は、同一授業科目において、2019年度の対面授業実施後と2020年度の非同期型オンライン授業後の最終試験結果を比較し、後者で平均点が上昇していたが、学生によって理解度の差が大きかった可能性を報告した。

これらの結果から、対面授業とオンライン授業、またオンライン授業でも同期型と非同期型といった授業形態ごとに特徴があり、それぞれにメリットとデメリットがあることが理解できる。2020年度は、コロナ禍によって否応なく急速に修学環境がオンライン化されることになったが、今後は各授業形態の特徴を踏まえ、教育の質を保証しつつ、より効果的な教育体制を模索していくことになると考える。

#### 4-2. 1年生（新入学生）への影響

この急速な修学環境の変化でもっとも影響を受けたのは、1年生すなわち新入学生であったと考えられる。本調査結果では、「情報の得にくさ」「進級への不安」「孤立不安尺度」の項目で、1年生が2年生以上より有意に高い値を示した。新入生は、大学入学にともない一人暮らしをする学生も多く、環境変化の影響をもっとも受けやすい学年であるが、2020年度は、コロナ禍により入構禁止や行動制限が加わり、例年になく情報と他者交流の乏しさから不安感と孤独感を募らせたものと考えられる。学生相談においても、電話で「思っていた大学生活と違う」と不満を漏らす1年生や、履修のことなど些細な相談から徐々に話題が広がり、最後には「久しぶりに人と話せた」と安心する様子を見せた学生を経験した。

池田ら（2021）は2020年度の新入生は通常時より抑うつ・不安傾向が強い状態にあることを、堀田ら（2021）は重篤な精神的不調を抱える新入生の割合が2019年から2021年へ継続的に漸増していることを報告した。

コロナの影響は2022年度にも継続すると予測され、特に1年生に対しては、2020-2021年度の経験を踏まえて、感染状況にあわせた柔軟な対応が必要になると考えられる。また2021年度には、可能な限り対面授業を増やす方針がとられたが、オンラインから対面授業へと移行する際、対人緊張や集団活動への負担感を訴える学生が散見された。このような例年とは異なる環境変化に不適應を呈する学生の存在も留意する必要があると考えられた。

#### 4-3. メンタルヘルスへの影響

本調査では、学年を問わず多くの学生が、疲労感やストレス、意欲低下、孤独感な

どを経験していた。特に90%以上がオンライン授業の学生は、80%以下の学生よりも有意に孤立不安尺度の得点が高く、オンライン授業による修学の比重が過度になることで他者との繋がりが希薄となり、孤立感や不安感に影響した可能性がある。

また、「死にたい、消えたい」と回答した学生が15.7%存在した。本調査に応じた学生は、精神的不調や心理的支援を求めている学生をサンプルとしている可能性があり、バイアスの存在は考慮すべきだが、深刻な不調感を自覚する学生が含まれていることは注意すべきである。これらハイリスク学生では、不適応感尺度や孤立不安感尺度の得点が高く、疲労感も強いことが分かった。一方で、対人ストレス解消尺度の得点は低かったことから、ハイリスク学生にとっては対人交流場面が減ったことがメリットではなく孤立感、孤独感につながりやすいことが示唆された。1年生のハイリスク学生では、「身体的な疲労」「情報の得にくさ」「課題の多さ」などとの関連性が、2年生以上においては「情報の得にくさ」「進級や卒業への不安」などとの関連性が示された。オンライン授業の環境下では、学習不全とそれによる疲労感、不安感がメンタルヘルスの重篤な不調と関連する可能性があり、学習不全感が長期に持続しないサポート体制やシステム構築が重要と考えられる。また、2年生以上において「通学の負担が減った」ことと希死念慮に負の相関がみられたことから、これまで存在していた他者や社会との繋がりが失われたことも影響している可能性が示唆された。社会的孤立や孤独が増すと、自殺の危険性が高まる可能性があるとしており (Reger et.al, 2020)、COVID-19 パンデミック前と同様の社会的つながりを如何に維持、確保するかが重大課題である (萩田, 2021)。

このように緊急事態下においては、学生の孤立感を緩和する働きかけがメンタルヘルス対策に有効と考えられる。山梨県立大学では大学主催の1年生対象オンライン座談会が実施され、宇都宮大学においては学生ピアサポート制度を活用した取り組みが報告されており (文部科学省, 2020d)、学生同士の繋がりを作るきっかけ作りといった学生のコミュニティ全体に働きかける支援が必要と考えられる。

#### 4-4. 本研究の限界と今後の課題

本研究で用いたメンタルヘルスに関する項目については、コロナ禍における学生の体験をより実態に即した形で明らかにし必要な支援を検討するため、新たに作成した項目を用いた。そのため、信頼性、妥当性を十分に検証できていない。他の研究報告等を参考にしながら、今後の経時的な変化も含め学生のメンタルヘルスへの影響やその支援方法をさらに模索する必要がある。一方で、このような緊急事態下においても学生らがストレスコーピングを活用する努力をしていたことも明らかとなっており、自由記述においてはコロナ禍で得られた自己成長に対する記載も見られた。また障害のある学生においてもオンライン授業の環境にメリットを感じている様子があり、学生自身の心理的レジリエンスや多様な学生にとってのコロナ禍で得られた知見についても引き続き検討することが課題である。

引用・参考文献

1. 文部科学省 (2020a) 新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえた大学等の授業の実施状況 (令和2年6月5日).  
[https://www.mext.go.jp/content/20200605-mxt\\_kouhou01-000004520\\_6.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200605-mxt_kouhou01-000004520_6.pdf)
2. 文部科学省 (2020b) 新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえた大学等の授業の実施状況 (令和2年7月17日).  
[https://www.mext.go.jp/content/20200717-mxt\\_kouhou01-000004520\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200717-mxt_kouhou01-000004520_2.pdf)
3. 文部科学省 (2020c) 大学等における後期等の授業の実施状況に関する調査 (令和2年12月23日). [https://www.mext.go.jp/content/20201223-mxt\\_kouhou01-000004520\\_01.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20201223-mxt_kouhou01-000004520_01.pdf)
4. 九州大学 (2020a) 九州大学のオンライン授業に関する学生アンケート (春学期) 結果について. [https://www.mext.go.jp/content/20201223-mxt\\_kouhou01-000004520\\_01.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20201223-mxt_kouhou01-000004520_01.pdf)
5. 立教大学 (2020) プレスリリース立教大学経営学部がオンライン授業に関する学生意識調査の結果を公開. <https://www.rikkyo.ac.jp/news/2020/09/mknpps000001bg3b.html>
6. Huang, Y., & Ning, Z. (2020) Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954
7. 秋田大学 (2020) 秋田大学学生のこころとからだ調査 COVID-19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.  
[https://www.akita-u.ac.jp/honbu/event/img/2020\\_mhealth.pdf](https://www.akita-u.ac.jp/honbu/event/img/2020_mhealth.pdf)
8. 九州大学 (2020b) 九州大学の学生生活に関する学生アンケート (春学期) 結果について.  
[https://www.kyushu-u.ac.jp/f/40310/20\\_08\\_11\\_02.pdf](https://www.kyushu-u.ac.jp/f/40310/20_08_11_02.pdf)
9. 村松公美子 (2014) Patient Health Questionnaire(PHQ-9,PHQ-15)日本語版および Generalized Anxiety Disorder-7 日本語版—up to date—. 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 第7号, pp35-39
10. 高橋知音・小林正信 (2004) 4段階評定による新UPIの開発—信頼性、妥当性の検討と下位尺度の構成— *CAMPUS HEALTH*, 41(2), pp69-74
11. 東洋大学 (2020) コロナ禍対応のオンライン講義に関する学生の意識調査.  
<https://www.toyo.ac.jp/-/media/Images/Toyo/research/labo-center/gensha/research/52395/1questionnaire.ashx?la=ja-JP&hash=C36CFE9B7AD656C60987AAB3BE92B314052C9E19>
12. 中村哲之 (2021) オンライン授業 (オンデマンド型) における教育効果: 教育心理学的観点からの実践的検討. 東洋学園大学教職課程年報, 第3号, pp1-14
13. 池田忠義・長友修吾・松川春樹・中島正雄・小島奈々恵・中岡千幸...佐藤静香 (2021) 新型コロナウイルス感染拡大状況下における大学新入生の不安とその支援. *学生相談研究*, 42, pp91-104
14. 堀田亮・西尾彰泰・今村七菜子・岡本綾子・足立美穂・田尻下聡子...山本眞由美 (2021) COVID-19のパンデミックは大学生のメンタルヘルスにどのような影響を与えたのか?: 3年間の新入生データの比較から. 第43回大学メンタルヘルス学会総会プログラム・抄録集, p35
15. Reger, M.A., Stanley, J.H., & Joiner, T.A. (2020) Suicide Mortality and Coronavirus Disease 2019-A Perfect Storm? *JAMA psychiatry*, 77(11), pp1093-1094
16. 萩田純久 (2021) COVID-19 (新型コロナウイルス感染症) パンデミックにおける青年期のメンタルヘルスに関する考察. *教職教育研究: 教職教育研究センター紀要*, 26, pp1-12
17. 文部科学省 (2020d) 令和2年度学校法人の運営等に関する協議会【資料10】学生支援について. [https://www.mext.go.jp/content/20210317-mxt\\_siganji-000013293\\_10.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20210317-mxt_siganji-000013293_10.pdf)

(森光 晃子 信州大学 学生相談センター 障害学生支援室 助教)  
 (山崎 暁 信州大学 総合人間科学系 学生相談センター 助教)  
 (山崎 勇 信州大学 総合健康安全センター 助教)

(高橋 徹 信州大学 総合健康安全センター 准教授)  
(篠田 直子 信州大学 学術研究院教育学系 准教授)

2022年1月19日受理 2022年1月31日採録決定