

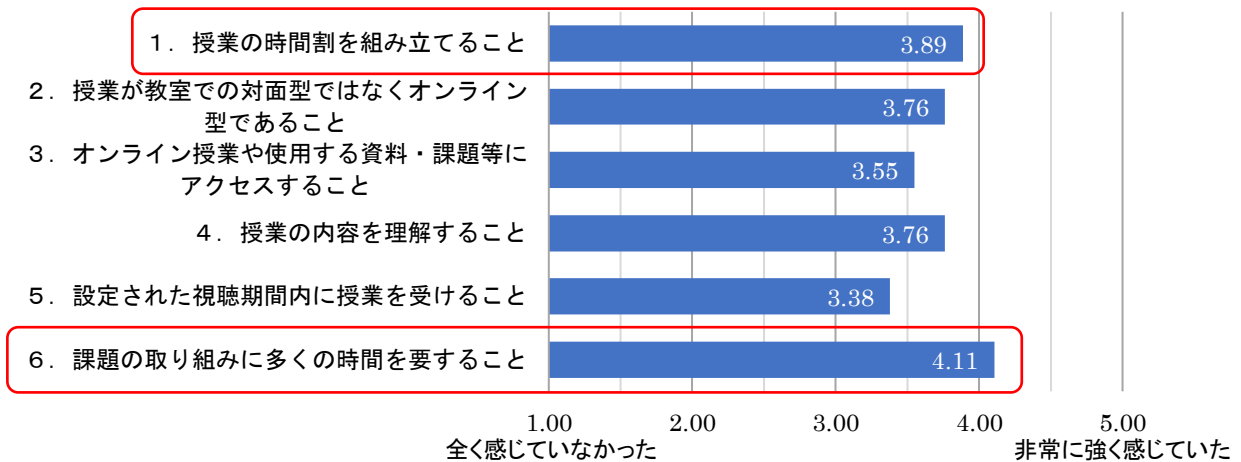
当センターでは、今年の7～8月に学部新生を対象に「新型コロナウイルスの感染拡大の影響に関するアンケート」を実施し、1,381名(全新生の56.3%)から回答を得ました。その結果、不安な気持ちや気分の落ち込みが強くなっている人が2割程度いることが分かりました。これは、現在の新型コロナウイルスの感染拡大という特異な状況への正常な反応と言えます。つまり、現在、不安や気分の落ち込みがあるのはごく自然なことであり、今後、事態が収まっていくと共に、多くの方は自然と元の状態に戻っていくと思われま

す。このリーフレットでは、そのアンケート結果の概要をお伝えします。学部新生に関するものですが、すべての学生の方にとって参考になる部分があるかと思しますので、ぜひご覧ください。

不安や抑うつ的な気分が続いている場合、人間関係や学業・進路等について困っていることがある場合は、学生相談所までご相談ください(4ページ目に情報を記載)。

① 学業について

アンケートでは、下図の左側に記載されている6項目に関する不安について、入学後から回答時までどの程度感じていたか、「1 全く感じていなかった～5 非常に強く感じていた」のうち当てはまる数字を選んでもらいました。下図はその平均値をグラフで表しています。学業への不安では、いずれの項目も高く、中でも「時間割の組み立て」と「課題への取り組み」に関する不安が高いという結果でした。



➤ 今後に向けて

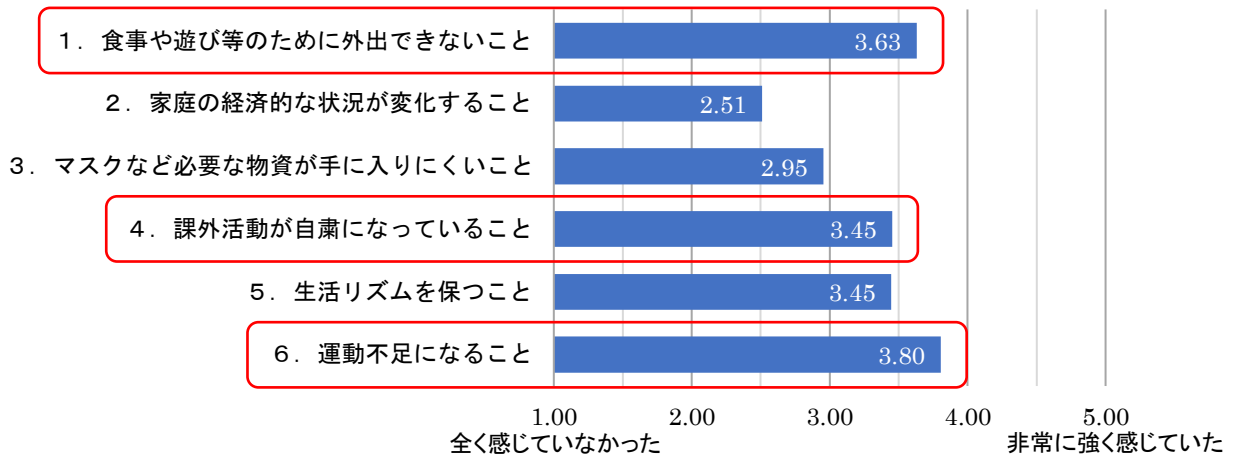
これまでに経験したことのない大学での履修や単位取得について、分からないことがあるのは自然なことです。大学では、自由に選択できる授業が多いと同時に、必修/選択必修となる授業もあり、さらには Semester 制とクォーター制、オンライン授業と対面授業も並行して行われていて、どのように履修科目を選択すればよいのか分かりにくいところもあると思います。そのようなときは、全学教育科目の授業については教育・学生支援部教務課(022-795-7558)に、専門の授業に関しては所属する学部・学科の教務係に、気軽に問い合わせてみてください。

また、学ぶ内容に関しても高校までと異なり、大学では興味を持ったことについて自主的に調べたり、調べたことに基づいて新しい視点を見出したりすることが求められます。授業内容の理解、レポートやテストへの取り組み方等に関するサポートは、川内北キャンパスにある学習支援センターで行っています。また、理学部のキャンパスライフ支援室や工学部の学生支援室等、学部ごとにサポートを行っているところもあります(4ページ目に情報を記載)。



②生活について

生活への不安では、外出・活動ができず家でじっとせざるをえないことへの不安を多くの方が感じ、それと関連して生活リズムへの不安も高いという結果でした。



➤ 今後に向けて

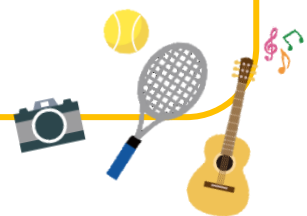
一人暮らしの生活は誰にとっても簡単なことではないと思います。一人暮らしで大切に考えていただきたいことは、①生活リズムを整えること、②1日3回の食事をとること、③室内でのストレッチや近隣での散歩など、適度な運動をすることです。この3つが生活の基本となります。また、新しい生活を楽しんでみようという見方をしてみることもよいかもしれません。

学生会・サークルの活動も徐々に再開してきています。上記①～③の改善につながる可能性もありますので、活動への参加を検討してみるとよいかもしれません。大学に登録して活動している正規の学生団体名は、下記の URL から「学生会組織」を辿っていった先に掲載されていますので確認してみてください。分からないことがあれば、学生支援課 活動支援係 (022-795-3983) へ問い合わせてください。

新型コロナウイルスの影響を受けて、家族の収入が減少するなど経済的に苦しい状況になっている、また、その不安があるという方もいるかと思います。東北大学にはさまざまな経済支援がありますし、今後の世の中の状況に応じて情報が更新される場合もありますので、東北大学 HP 等でご確認ください。

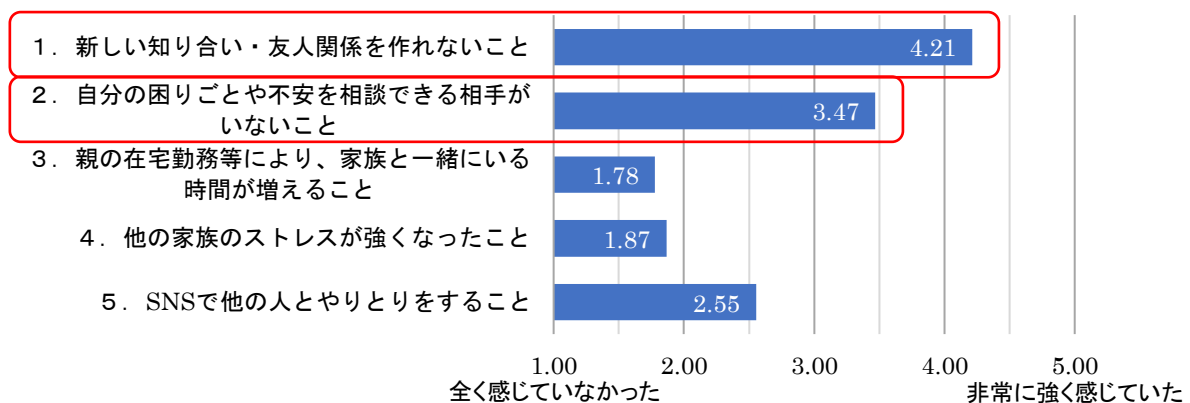
<次の Web ページもご参照ください>

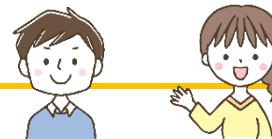
・学生会・サークル ⇒ <https://www.tohoku.ac.jp/japanese/studentinfo/studentlife/02/studentlife0201/>



③対人関係について

対人関係への不安においては、大学で親しい人間関係を築くことに関する不安は高いのに対し、SNS でのやりとりや家族関係に関する不安は相対的に低いという結果でした。





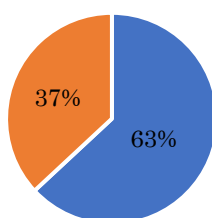
➤ 今後に向けて

大学に入って新学期が始まる当初は、誰であれ「新しい知り合いや友人関係」を作れるかどうか不安な気持ちになると思います。そして、対面授業で同級生と直接会って新しい友人関係ができたり、課外活動に参加して先輩とのつながりができたりと、通常は時間がたつにつれて不安な気持ちは下がっていきます。しかし、今の状況はその不安な気持ちが新学期当初から下がらずにある状況と考えられます。「SNSで他の人とやりとりをすること」への不安は、「新しい知り合いや友人関係」を作る不安に比べると低いことから、SNSで人とつながっていた可能性も考えられます。今後はそのSNSでの人との関係も大事にしながら、直接会う知り合いや友人関係も大事にしていけるとよいでしょう。人と知り合う機会を作ることがあまり得意ではない方は、自分のペースで友人作り・人付き合いをしていければよいですし、学年が上がれば少人数制のゼミや研究室配属等で自然に人と知り合う機会は増えていきます。

④回答時の状況について

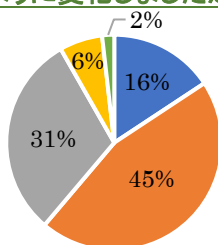
他の東北大生と新しく知り合いになった方は63%、まだ知り合いになっていない方は37%いました。また、大学生活への意欲が下がったと感じた方は61%、上がったと感じた方は8%、変化していないと感じた方は31%いました。さらに、東北大学に所属感を持っていない方は54%、持っている方は21%、どちらとも言えないと感じた方は25%という結果でした。

「他の東北大生と新しく知り合いになることはできましたか」



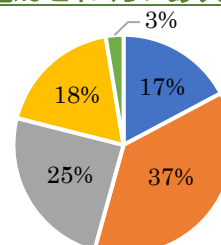
■ はい ■ いいえ

「大学生活への意欲は、どのように変化しましたか」



■ 非常に下がった ■ やや下がった
■ 変化していない ■ やや上がった
■ 非常に上がった

「自分は東北大学の学生であるという所属感はどれくらいありますか」



■ 全くない ■ ほとんどない
■ どちらとも言えない ■ ややある
■ とてもある

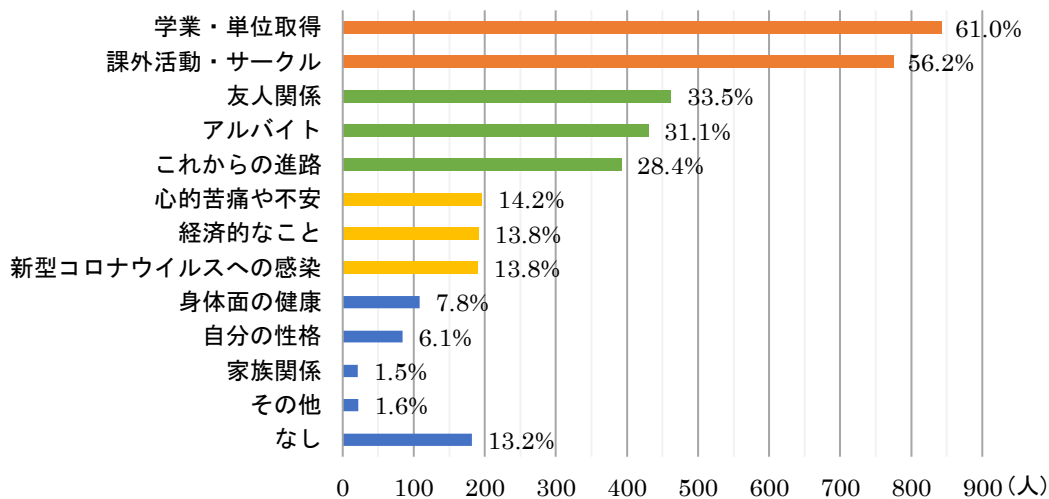
➤ 今後に向けて

他の学生と一緒に対面授業を受けたり、部活・サークルと一緒に活動したりする機会を持てなかった状況を考えれば、大学生活への意欲や東北大学への所属感があまり持てないのは自然なことでしょう。現在、対面授業になる講義もあったり、部活・サークルも段階的に始まったりしていますし、アルバイトを始めれば地域の人々から「東北大生」として見られたり、生活にもメリハリが出てきたりします。そのような機会にリアルに人と関わることで、自然と東北大学への所属感も大学生活への意欲も持てるようになっていくのではないかと考えられます。



⑤困っていること、大学から支援してほしいこと

アンケートでは、困っていることや大学から支援してほしいことについて、次の図の左側にある13項目から複数選択可で回答してもらいました。結果を見ると、「学業・単位取得」「課外活動・サークル」が60%前後（橙色）と高く、次に「友人関係」「アルバイト」「これからの進路」が30%前後（緑色）、「心的苦痛や不安」「新型コロナウイルスへの感染」「経済的なこと」が15%弱（黄色）でした。



➤ 今後に向けて

学業や大学生生活、対人関係に関する困りごとの中でも「学業・単位取得」と「課外活動・サークル」が高く、半数以上の方が大学からの支援を求めています。これらについても対面授業や課外活動の再開が進むにつれて徐々に低まっていき、内容も平時のものに変わっていくと考えられます。

また、自分が何に対して不安や困り感を持っているのか特定できることもあれば、「何となく不安」というように漠然と不安を感じることも少なくありません。今の社会状況では、このような不安を持つこともまた自然な反応です。対応については下記のリンク先にまとめてありますので、ご活用ください。

<次の Web ページもご参照ください>

・「現在の困難に対処し、充実した学生生活をおくるためのヒント集」

⇒ <http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/wp-content/uploads/2020/04/f89853aab7fae99e053966960079bdee.pdf>

・EMPOWERMENT Series①～⑤ ⇒ http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/front/counseling_office/sso_publication/



アンケート結果から、新型コロナウイルスの感染拡大が新入生のみならず様々な面で影響を及ぼしていることが分かりました。このリーフレットではその影響に対応するためのヒントをいくつかお伝えしましたが、自分一人では対応が難しいと感じる場合は、学生相談所へぜひご連絡ください。学生相談所では学業、進路、人間関係、心の健康や生活など学生生活上の様々な悩みについて、専門の相談員が一緒に対応を考えさせていただきます。

学内の相談窓口

【全 学】学習支援センター（川内北キャンパス）

<http://sla.cls.ihe.tohoku.ac.jp/>

【全 学】学生相談・特別支援センター（川内北キャンパス）

http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/front/counseling_office/

【工学部】学生支援室、カウンセリングルーム（青葉山キャンパス）

<https://www.eng.tohoku.ac.jp/v-student/common/counseling.html>

【理学部】キャンパスライフ支援室（青葉山キャンパス）

<https://www.sci.tohoku.ac.jp/campuslife/>

<このリーフレットに関するお問い合わせ先>

学生相談・特別支援センター 学生相談所

☎ 022-795-7833

✉ gakuso@ihe.tohoku.ac.jp