

コロナ禍による大学オンライン授業と大学適応について — 2020年度の大学入学生について —

Online College Classes and College Adaptation in COVID-19 Disaster —For students entering university in 2020—

キーワード：大学1年生、コーピング尺度、大学生活不安尺度

Keywords: College freshman, Stress coping scale, the University Life Anxiety Scale

阿江 美恵子

Ae Mieko

Abstract

Due to COVID-19, which has been spreading around the world since 2019, restrictions on travel and gathering of people were banned in March 2020, and face-to-face classes were no longer available at universities. This was the first time such a situation had occurred in the entire country.

The purpose of this study was to use a survey to identify anxiety and maladjustment during the period of time when face-to-face classes were not available for 2020 freshmen at a physical education college.

The survey was conducted using the Web. The survey included evaluations of theoretical and practical courses taken online, stress, the Coping Scale (3 subscales, 14 items), and the University Life Anxiety Scale (3 subscales, 29 items).

More than 90% of the online classes were taken at home, and the use of PCs and cell phones was almost 50/50. Theoretical courses received low ratings for "comprehension," while many practical courses received "fine" responses. In the practical subjects, some students felt that they could not perform well in judo, physical exercises, and gymnastics. These exercises were probably the ones they had not experienced much of before.

The results showed that most of the coping with stress involved "problem-focused" behaviors. Although anxiety about university life was higher, maladjustment scores were lower for students who belonged to an athletic club than for those who did not. Although anxiety about not being able to lead a normal daily life was high, positive coping behaviors were taken and athletic club activities were thought to have reduced anxiety.

1. 緒言

2019年の12月に中国で広がったCOVID-19(新型コロナウイルス感染症)は瞬間に全世界に広がった。日本でも感染者が確認され、感染者の重篤な病状から、2020年2月26日に感染対策の基本方針が示された(朝日新聞,2020a)。2月27日には首相が2020年3月2日から春休みまでの学校の臨時休校要請を表明した(朝日新聞,2020b)。

その後徐々に感染が拡大し、2021年8月の第5波の感染者の急増は東京都で1日5000名を超え大きな不安が広がった(朝日新聞,2021a)。しかし、ワクチン接種が進み、2021年9月に感染者数が減少し緊急事態宣言が解除されたことは記憶に新しい(朝日新聞,2021b)。

2020年は4月7日から5月6日まで1か月にわたる最初の緊急事態宣言により(朝日新聞,2021c)、人の移動や接触を減らして感染拡大を防ごうとした。

すべての学校の児童・生徒・学生は、入学式が縮小や中止となり、感染を予防するために学校に登校することが難しくなった。大学はその影響が一番大きく、大規模授業が多いため、ほとんどの大学では、オンライン授業が行われることとなった。

実技科目の多い体育系大学でも2020年度はすべての授業でオンライン授業を余儀なくされ、対面で実技授業が実施できなくなった。感染力が強く重症化リスクの高いCOVID-19感染に対応するためには仕方がない対応であった。

2020年度の新入生は2020年4月に通常の大学生活とは全く異なる状況に置かれ、高等学校を卒業して居場所を得られないまま大学生活を開始することになった。彼らの精神的な不安や見通しのつかない生活への不安は大きかったに違いない。それが本研究を開始するきっかけとなった。

2. 研究の背景

従来、大学生の大学適応については、大学入学者数の増加とともに、多様な学生が大学に入学することで、学生の抱える問題も多様化することが指摘され

(清宮,2020)、入学直後の初年次ガイダンスやセミナーなど、様々な試みがなされてきた(山田,2012)。

2020年度のCOVID-19感染への対応は、経験したことのない状況であった。四方田(2020)はCOVID-19感染拡大に伴う不安やストレス等の意識を、SNSの投稿内容から分析し、不安や疲労感、ストレスを生じさせている実態を明らかにした。そこから人々の心身の健康の保持増進の支援の必要性を示した。大学生でも通常の大学不適応とは異なる形で不安やストレスが起こっていたと推測できる。

人間は様々な出来事(ストレッサー)に出合ったとき、それをどのようなものとして受け止めどのような対処(コーピング)をするかによって、結果として生じるストレス反応が異なってくるという(Lazarus. & Folkman, S.,1984)。大学の対面授業ができなかった時間はストレスの多かったことが予想されるが、どのように対処できていたかを調べることは学生の心の健康問題の解決に有益な情報となると考えられる。

また、大学に適応しなければいけない時期に、新しい友人にも会えず、大学生らしい生活ができず、生活不安の増加も予想された。それらを知ることは学生の不適応に対応する意味でも必要なことである。

3. 目的

全世界で多くの感染者と死者を出したCOVID-19感染は世界の様々な社会生活を一変させた。その状況の中で大学に希望をもって入学した学生が、どのような心理的ストレスを感じ、大学への適応がどうであったかの資料を記録として残しておくことは意義あることと思われる。そこで、本研究は体育系大学の2020年度の1年生を対象として、対面授業ができなかった期間の授業の実態、大学に登校できない不安や不適応感、不安へのコーピングの様子などを調査で明らかにすることを目的とした。

4. 方法

本研究は2つの調査を実施した。

調査1

対象：体育系大学1年生女子 126名（公表を許可しないものを除いた）

調査時期：2021年1月から2月

調査内容：

- ①大学に初めて登校した月
- ②4月の自粛期間に過ごした場所
- ③オンライン授業について
 - a. 用いた媒体
 - b. ネット環境について
 - c. 経済的な不安
 - d. 理論・実技のオンライン授業についての評価
5項目（進み方、授業内容、自分の理解度、課題について、先生とのコンタクト状況）を5段階評定（良くないからとても良いまで）で評価を求め、実技ではうまくいかなかった理由を自由記述するよう求めた。
- ④運動部の加入・非加入別4～6月の運動量についての自己評価
- ⑤ストレスとコーピング尺度（尾関,1993）
現在ストレスに感じていることを1つだけ記述するよう求めた。

コーピング尺度は3下位尺度14項目からなっている。尾関（1993）は積極的なコーピングとして3つの型を示した。問題焦点型は情報収集や再検討などの問題解決に直接関与する行動、情動焦点型はストレスラーにより引き起こされる情動反応に焦点をあて注意を切り替えたり気持ちを調節したりする行動、回避・逃避型は不快な出来事から逃避したり否定的に解釈するなどの行動である。「全くしない0」から「いつもする3」の4件法で、回答にそのまま0～3点を割り当て、下位尺度ごとに合計点を算出した。

下位尺度の項目番号は以下である。問題焦点型=1, 7, 9, 11, 12、情動焦点型=3, 5, 14、回避・逃避型=2, 4, 6, 8, 10, 13。

⑥大学生生活不安尺度（藤井,1998）

3下位尺度は日常生活不安尺度（13項目）、評

価不安尺度（11項目）、大学不適応（5項目）で、項目は調査用紙の上から順番に並んでいる。回答は「はい」1点、「いいえ」0点で尺度ごとに合計点を算出した。

コーピング尺度、大学生生活不安尺度については、堀洋道監訳、松井豊編（2001）を参照のこと。

調査2

対象：体育系大学1年生女子 257名

調査時期：2021年11月

調査内容：

- ①住居の種類
- ②オンライン授業について
 - a. 用いた媒体
 - b. ネット環境について
 - c. 経済的な不安
- ③理論のオンライン授業についての評価
5項目（進み方、授業内容、自分の理解度、課題について、先生とのコンタクト状況）を5段階評定（良くないからとても良いまで）で評価を求めた。
- ④運動部加入・非加入別運動量について
- ⑤コーピング尺度（尾関,1993）
調査1と同様である。
- ⑥大学生生活不安尺度（藤井,1998）
調査1と同様である。

調査1、調査2ともMicrosoft Formsを用いて、筆者の授業を受講したものに回答を依頼した。調査1を巻末に添付した。調査2は調査1から実技のオンライン授業など2020年度の状況から変更したものを除いた。

なお、本調査は2020年度に東京女子体育大学研究倫理委員会に審査申請をし、「研倫審・2020-40号」として承認された。

5. 結果

A. 調査1の結果は以下のとおりである。

①学生生活

図1は、4月の大学入学決定後に最初に大学に登校した時期を回答してもらったものである。4月6日に

新入生オリエンテーションを実施しており、6割がその時に大学に登校したことがわかる。ただ、東京以外の学生については自宅待機を可としたので、1/4は6月の対面授業開始まで自宅にいたことがわかる。残りの13%は運動部活動への参加のために、4月の初めより上京していたものである。

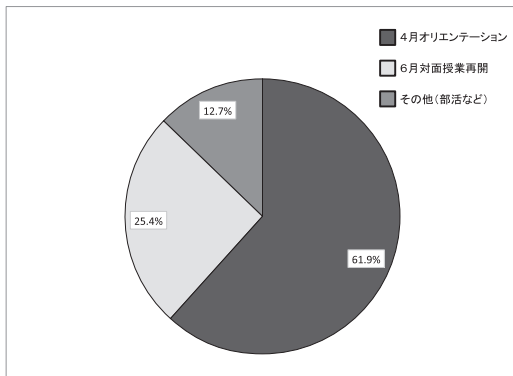


図1. 大学入学後最初に大学に来た時期

②登校自粛期間にいた場所

4月7日の東京の緊急事態宣言を受けて、部活動もすべて中止となり、授業がオンラインとなった。図2はそのときにどこで授業を受けたかを回答してもらった結果である。寮に入寮した学生の帰省を認めたため、9割以上が自宅にいたことがわかる。寮の閉鎖はなかったため、寮に残った学生が6%いた。寮に残った学生は自宅が遠方で部活動に加入しているものが多く、図6で示した活動日数の多い者の存在から、自主的な練習を東京で実施していたと推測できる。

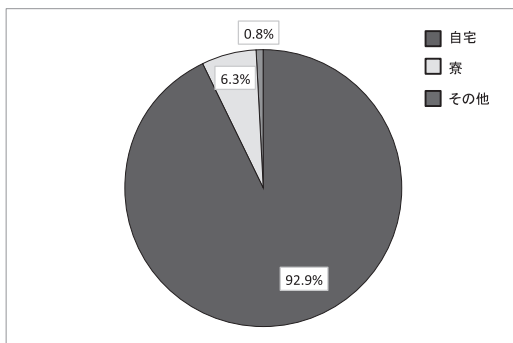


図2. 登校自粛期間にいた場所

③オンライン授業の様子

オンライン授業で使用した媒体は、48.4%がPCで、ほぼ同数の45.2%が携帯電話であった。タブレットは5.6%で、PCと合わせて半数をやや超えた割合であった。大学入学時にPCを準備させておらず、オンラインの活動の急増とパソコンの品不足が起きた。多くの学生が携帯電話の画面で授業を受講したり、資料を読んだりしたことがわかる。大学ではPCの貸し出しを急遽行い、パソコン教室の開放も実施したが、オンライン学習のためのスキルが不足していた学生はいたかもしれない。また、自宅のネット環境にもばらつきがあり、オンライン授業時のネット環境が適切であったと答えたものは45%で、「つながらない」31%、「容量が小さい」24%と苦労した学生も多かったことが示された。

大学から一人4万円の支援金を支給したが、オンライン授業でのネット環境が不十分であったことや、アルバイトなどの生活で大きな変化が起きたなど、経済的な不安を回答したものが7割にのぼった。

図3は理論の授業について、図4は実技授業について5項目を5段階評定で回答したものの割合を示したものである。理論では理解度や課題についての評価が低かった。大学の専門的な理論科目を資料を中心に理解することは新入生には困難であったことがわかる。また、学生の様子を見ることのできない教員にも困難があったと推測できる。

実技は「ちょうど良い」が多く、実技全体としてはオンライン授業への対応はそれほど問題なかったと考えられる。しかし、実技でうまくできなかった理由を問うと図5のように「室内では上手に動けなかった」「一人でできない動きが多い」「やり方が良くわからない」など体育館やグラウンドでできないことの問題があげられた。球技科目では「ゲームができない」ことが指摘された。

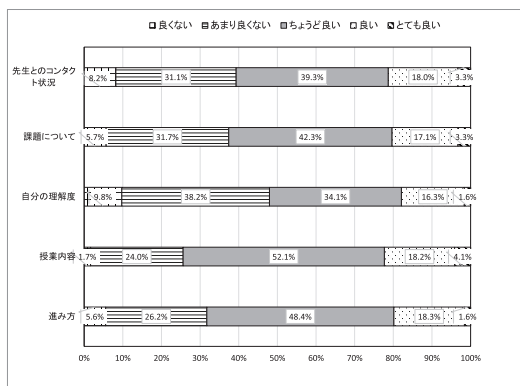


図3. 理論授業についての評価

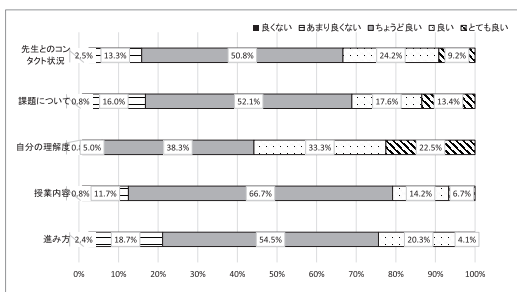


図4. 実技授業についての評価

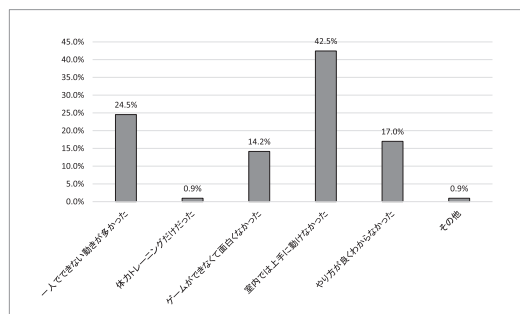


図5. 実技でうまくできなかった理由

表1は「実技科目で上手にできなかったと感じた科目」の自由記述の結果である。一人で複数記入したのものもいたため、延べ数である。柔道、体づくり運動、器械運動が多いが、これまでに体験が少ない運動だったため、動き方がわからなかったといえそうである。球技、陸上、ダンスは学校の体育授業で体験している運動であるので、やり方が理解できていたと考えられる。水泳も多かったがプールに入れないのでオンライン授業にはもっとも不向きと考えられる。

表1. オンラインで上手にできなかった実技科目

実技科目	回答数(複数)
柔道	22
体づくり運動	15
水泳	13
器械運動	11
剣道	8
バスケットボール	6
陸上	5
ダンス	4
バレーボール	3

④運動量の減少

図6、図7は4～5月(緊急事態宣言下)で運動部に加入しているもの(94名、75%)および運動部非加入のもの(32名、25%)が、平均して1週間に何日くらい運動する時間が取れていたかを回答してもらったものである。実技授業では自分ひとりで運動する課題が出ていたが、非加入者に比べて加入者で1/4が「全く運動していない」と回答した。しかし、どちらも半数は4日以上運動できていたことがわかる。加入者のほうが運動実施回数の「なし」のものが多い理由は不明であるが、部活動を完全に中止した運動部がかなりあったので、運動することをやめてしまったものが多いと考えられる。

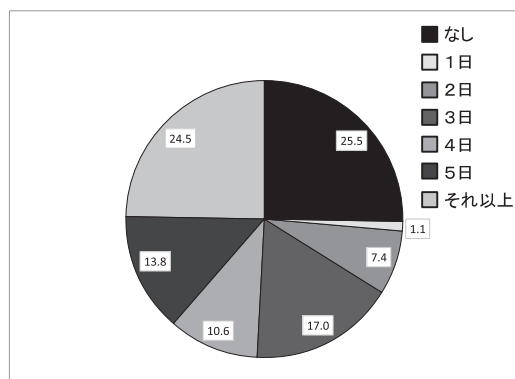


図6. 運動部加入者の1週間の運動日数(授業含む)

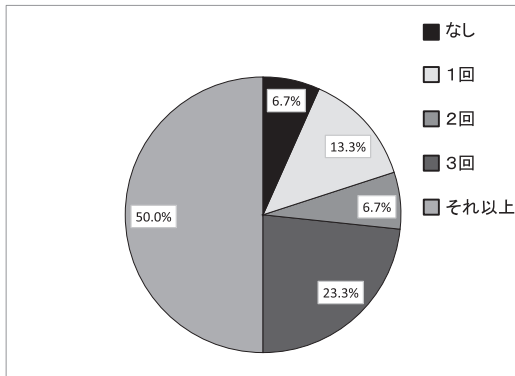


図7. 非加入者 1週間の運動回数(授業含む)

また、大学への登校自粛(オンライン授業)、運動部活動の基本的禁止という状況で、図8のように運動量全般が高校時代よりも減少したことが示された。運動部加入者の14%は「高校時代よりも運動量が増えた」と回答していた。オンライン授業になったため、リアルタイムで授業を実施しない科目も多く、その間に感染予防をしながら運動部活動を実施した運動部があったので、練習時間が増加したと推測できる。大学として運動部活動を中止させ、学外の施設の閉鎖なども相次いだ。その状況で学内で運動部の練習を続けるという判断は、感染者の増大がなかったから良かったものの、大学全体の危機意識の欠如と、学外で活動せざるを得ない状況のために練習ができなかった学生への公平性を欠くものであったと思う。

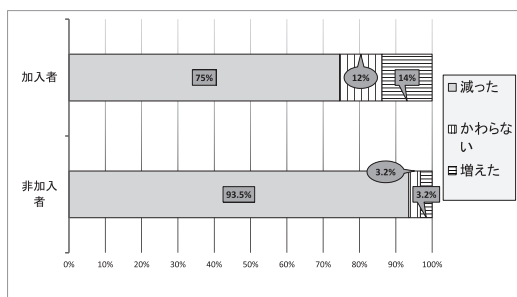


図8. 高校時代との運動量の比較

⑤ ストレスとコーピング尺度の得点

表2は調査時点で「ストレスを感じていること」を記述で回答してもらった結果である。回答数の多い順から、外出できない、コロナ、オンライン授業、友人

に会えない、部活動が中止、身体活動の減少などコロナ禍に関連するストレスが多くあげられた。

尾関(1993)は積極的なコーピングとして問題焦点型、情動焦点型、回避・逃避型の3つの型を示した。

調査1では問題焦点型得点の平均が7.7(尺度基準平均5.6)、情動焦点型の平均が5.4(尺度基準平均4.1)、回避・逃避型の平均が8.2(尺度基準平均7.6)であった。統計的な検討はしていないが、基準得点よりも平均点が高く、大学に登校できない、オンライン授業などストレスがたまる状況ではあったが、それに対処・克服する行動がとれていたと考えられる。

表2. ストレスに感じること

1	人間関係
2	外出できないこと
3	コロナ禍
4	部活動に関連すること
5	オンライン授業
6	テスト
7	ダイエット
8	友人に会えないこと
9	部活動が中止になったこと
10	身体を動かすことが減った

⑥ 大学生生活不安尺度の得点

表3は藤井(1998)の調査結果と本研究の調査1と2の結果の平均点をまとめたものである(藤井の結果は標準偏差が不明のため平均点だけを記載した)。2020年の3下位尺度すべてで今回の調査結果の平均得点が高いことがわかる。大学に登校できないという2020年度の大学1年生の生活不安得点が高かったことが示された(検定なし)。

運動部に加入した84名と未加入の28名で適応度に違いがあるかを比較分析した結果、加入者は評価不安で未加入者よりも有意に得点が低かった。評価不安得点 運動部加入者M=7.43(SD=2.65)、未加入者M=8.96(SD=2.25)、 $t=2.74$ 、自由度110、 $p<0.01$ であった。しかし、総合点に有意な差はなかった。

表3. 藤井(1998)の結果と比較

	藤井大1年女子	阿江(2020)	阿江(2021)
日常生活不安	5.41	7.52(2.88)	6.51(3.00)
評価不安	6.22	7.81(6.95)	6.55(3.09)
大学不適応	0.75	1.08(1.45)	1.11(1.54)
総合得点	12.33	16.34(5.34)	13.94(6.31)

カッコ内は標準偏差

B. 調査2(2021年度)の結果との比較

前項で藤井が尺度を作成した時に対象とした一般大学の学生の得点と比較したものを示したが、それらの得点がコロナ感染による大学教育の変容の直接的影響であるかが不明であったので、2021年度に同様のコーピング尺度、大学生生活不安尺度を大学1年生に調査した結果と比較した。

表4はコーピング尺度の3下位尺度の得点の統計量であり、表5は2尺度ごとの平均の差の検定のt値を示したものである。図9はコーピング尺度の年度ごとの平均値を図示したものである。問題焦点型のみ一般学生(尾関,1993)の得点と2020年度の1年生の得点で有意に高い差がみられた($t=6.33$, 自由度717, $p<0.05$)。他の尺度では有意差は認められなかったが、一般学生より得点が高い様子が示され。問題を積極的に解決しようとするのが体育系の学生の特徴であることが推測された。これは日頃の行動力と関連している可能性があり、コロナ禍でも積極的に対処できたことが示された。

表4. コーピング尺度の3下位尺度の統計量

問題焦点型	2020	2021	尾関
件数	109	248	610
平均	7.7	6.8	5.6
標準偏差	3.61	3.31	3.11

情動焦点型	2020	2021	尾関
件数	112	254	610
平均	5.4	4.6	4.1
標準偏差	2.21	2.37	2.24

回避・逃避型	2020	2021	尾関
件数	112	254	610
平均	8.2	8.2	8
標準偏差	3.71	3.63	4

表5. コーピング尺度の3下位尺度間の平均の差の検定

問題焦点型(t値)	2020	2021	尾関
2020			
2021	2.30		
尾関	6.33*	5.03	

*: $p<0.05$ 無印:n.s.

回避・逃避型(t値)	2020	2021	尾関
2020			
2021	0.00		
尾関	1.56	2.17	

無印:n.s.

情動焦点型(t値)	2020	2021	尾関
2020			
2021	3.04		
尾関	5.65	2.94	

無印:n.s.

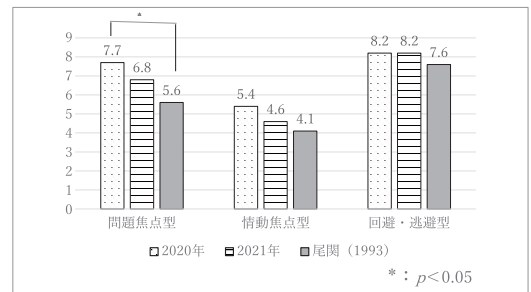


図9. コーピング尺度の比較

表3に2021年の結果(調査2)も示した。2020年に比べると日常生活不安、評価不安が減っているので、この数字が通常の1年生の大学生生活不安尺度の得点と言えそうである。やはり、2020年は生活不安得点や大学の授業になれないための評価不安得点が高くなったと考えられる。

今回の研究目的とは少し離れるが、2021年の大学不適応が点数としては一番高い。統計的検定はしていないが、体育系大学1年生の大学不適応が一般学生に比較して高いのではないかという疑いを感じさせるものである。大学1年生の大学適応のための働

きかけを考慮しておく必要があるだろう。具体的には、運動部の指導者も含めて教員全体で学生の心のケアの重要性を理解することではないかと考えられる。

6. 考察

2020年度入学の学生はコロナ禍の影響で、戸惑いながら大学生活に適応していったことが示された。オンライン授業やPCなどの機器の使用やインターネット環境が全員には整わなかったことがわかった。

大学不適應や課題、テストへの不安が大きかったことも指摘できる。部活動加入者の大学不適應得点が非加入者よりも低かったため、部活動(サークルなども含む)は学生の大学不適應を食い止める効果があったと予想されるが、今回の結果だけでは断定できない(大学が短期間しか部活動の活動停止措置を取らなかったことも一因と考えられる)。

他大学では、2020年度の新入生が友だち作りに悩み、学ぶ意欲が保てなくなることを心配してサポートを開始したところもある(読売新聞,2020a)。友人との交流は、運動部に加入した学生は比較的早く可能になったと考えられる。部活動に加入しなかった学生が授業に慣れるには、自分で行動を起こせることが大切だった(読売新聞,2020b)。そのようなサポートは今回対象とした大学では実施していなかったが、グループ担任(1,2年で少人数のグループを作り担任を置くという制度)などが対応した例もあったに違いはない。

体育系大学では実技の授業が多いが、実際に身体を動かさないことで理解が難しいことも一部示され、これらの結果をもとに状況の好転後に何らかの補償的対応の必要性を提案したい。

大学1年生は2020年に明らかに評価不安が高かった。比較のために2021年度も調査したが、大学不適應尺度については2021年度の方がやや得点が高かった。また、一般学生に比べると体育系学生の大学生活不安得点が高い傾向が見られた。2020年度と2021年度の違いは、対面授業と部活動の有無であった。ストレスに感じたことの1位が「コロナ禍」を抑えて「人間関係」であり、「部活動に関連すること」

も多く、2020年度は多くの学生が通常の部活動ができなかったことが、大学不適應を低下させたと考えられる。大学としてこの状況を認識して何らかの改善を考える必要があるのではないだろうか。そのためには継続的に調査し、客観的なデータの収集が必要である。客観的なデータは入学した学生の問題の解決に役立つであろう。

7. まとめ

本研究は体育系大学の2020年度の1年生を対象として、対面授業ができなかった期間の授業の実態、大学に登校できない不安や不適應感、ストレスへのコーピングの様子などを調査で明らかにすることを目的とした。2020年4月入学の学生は、慣れないオンライン授業に苦勞したことが示された。また、オンラインで実施された授業内容への戸惑いも見られた。実技科目で上手にできなかった学生が少なからずいた。

予想できなかった生活の変化に対しては、体育系の学生の行動力が生かされ、積極的なコーピング行動がとれていた。

大学への適応は低下していた。丁寧なケアを必要としている学生がいると考えられる。このことから新入生対象のストレス調査や大学生活不安尺度の継続的実施の必要性が示された。

付記

本研究の一部は日本スポーツ心理学会第48回大会(日本大学、2021年11月20日-28日、オンライン開催)で、「コロナ禍での体育系新入生の大学適応について」のタイトルで筆者よりポスター発表された。

引用文献

朝日新聞(2020a) 新型コロナウイルス感染症対策の基本方針 2月26日朝刊。

朝日新聞(2020b) 休校要請「凍り付いた」 新型肺炎 教育関係者 困惑広がる=埼玉 2月28日朝

刊.

朝日新聞(2021a) [社説] コロナ「第5波」 宿泊療養の体制を拡充せよ 8月7日朝刊.

朝日新聞(2021b) 緊急事態解除 11月本格緩和見据え 首相「日常の回復へ」9月29日朝刊.

朝日新聞(2021c) 新型コロナ 今夕 緊急事態宣言諮問委が「該当」 首相 国会事前説明 4月7日夕刊.

藤井義久(1998) 大学生生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 心理学研究 68-6: 441-448.

堀洋道監訳、松井豊編(2001) 心理測定尺度集III、心の健康をはかる〈適応・臨床〉、サイエンス社: 東京、pp.23-26,199-202.

清宮隆文、阿部征大、角屋隆久、依田充代(2020) 体育系大学生が大学不適応に陥る要因の検証——大学生活における不安に着目して——、日本体育大学紀要 49: 1009-1018.

Lazarus. & Folkman, S.(1984) Stress, Appraisal, and Coping Springer.(本明寛監訳(2004) ストレスと情動の心理学、実務教育出版)

尾関友佳子(1993) 大学生用ストレス自己評価尺度の改定:トランスアクションナルな分析にむけて 久留米大学大学院比較文化研究科年報、1: 95-114.

山田玲子(2012) 初年次教育の現状と課題、大学マネジメント、8-2: 2-7.

読売新聞(2020a) 大学通えず 新入生孤立 続く遠隔授業 「友達0人」35% 「乗り遅れた」、7月18日東京夕刊.

読売新聞(2020b) [いま ここから] 9月 福島大学 対面授業 心待ち=福島、9月26日朝刊.

四方田健二(2020) 新型コロナウイルス感染拡大に伴う不安やストレスの実態: Twitter投稿内容の計量テキスト分析から、体育学研究 65:757-774.

資料 調査1

<h2 style="text-align: center;">大学生活へのコロナの影響について</h2> <p>この調査は、4月より大学生活で予想されなかったコロナ禍により大学生生活を開始された皆さんに、前期の授業の様子、および、現在の精神的な状況など調査し、心理的なサポートに役立てようとするものです。調査はMicrosoftFormsを用いてWebから回答して頂きます。個人が特定されることのないよう項目を作成しています。また、答えたくない項目は無回答で結構です。調査結果は、統計的に処理されますので個人に迷惑がかかることはありません。結果は論文として公表しますので、そのことを了解してください。無記名で回答を収集いたします。間違えて送信した場合は、訂正できませんので注意してください。 10分ほどかかります。</p> <p style="text-align: right; font-size: small;">体育心理学研究室 阿江美恵子</p> <p>* 必須</p> <p>1. 結果は論文として公表しますので、そのことを了解してください。許可いただける方は、許可する を選んでください。 *</p> <p><input type="radio"/> 許可する</p> <p><input type="radio"/> 許可しない</p> <p>2. あなたは何年生ですか *</p> <p><input type="radio"/> 大1年生</p> <p><input type="radio"/> 大学1年生ではない</p> <p>3. あなたの所属は体育学部の体育学科ですか *</p> <p><input type="radio"/> はい</p> <p><input type="radio"/> いいえ</p> <p style="text-align: left; font-size: small;">1/2022</p>	<p>4. 現在住んでいるところはどこですか *</p> <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td>自宅</td> <td>大学の寮</td> <td>その他の寮</td> <td>その他（親戚の家など）</td> </tr> <tr> <td>場所</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> </table> <p>5. 高校の所在地（都道府県） 必須 *</p> <div style="border: 1px solid black; height: 20px; width: 100%;"></div> <p>6. 大学に入学後、最初に大学に出てきたのはいつですか *</p> <p><input type="checkbox"/> 4月の新生オリエンテーション</p> <p><input type="checkbox"/> 6月の対面授業再開後</p> <p><input type="checkbox"/> その他（部活動など）</p> <p>7. 4月からの自粛期間の行動についての質問です。</p> <p>① どこで過ごしましたか *</p> <p><input type="radio"/> 自宅</p> <p><input type="radio"/> 寮</p> <p><input type="radio"/> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 100px; height: 15px;"></div></p> <p style="text-align: left; font-size: small;">その他</p> <p style="text-align: left; font-size: small;">1/11/2022</p>		自宅	大学の寮	その他の寮	その他（親戚の家など）	場所	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																										
	自宅	大学の寮	その他の寮	その他（親戚の家など）																																	
場所	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																	
<p>8. ②大学の授業は何で受けましたか *</p> <p><input type="radio"/> パソコン</p> <p><input type="radio"/> スマートフォン</p> <p><input type="radio"/> タブレット（iPadなど）</p> <p><input type="radio"/> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 100px; height: 15px;"></div></p> <p style="text-align: left; font-size: small;">その他</p> <p>9. ③授業のためのネット環境はどのような状況でしたか</p> <p><input type="radio"/> 良くつながらなかった</p> <p><input type="radio"/> 容量が小さかった</p> <p><input type="radio"/> 適切であった</p> <p><input type="radio"/> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 100px; height: 15px;"></div></p> <p style="text-align: left; font-size: small;">その他</p> <p>10. ④経済的な問題で不安がありましたか *</p> <p><input type="radio"/> あった</p> <p><input type="radio"/> 少しあった</p> <p><input type="radio"/> なかった</p> <p><input type="radio"/> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; width: 100px; height: 15px;"></div></p> <p style="text-align: left; font-size: small;">その他</p> <p>11. その他を選んだ方は、不安な内容を書き出してください</p> <div style="border: 1px solid black; height: 20px; width: 100%;"></div>	<p>12. リモート授業についての質問です</p> <p>①理論の授業全般について</p> <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td>良くなかった</td> <td>あまり良くなかった</td> <td>ちょうど良い</td> <td>良かった</td> <td>とてもよかった</td> </tr> <tr> <td>進み方</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>授業内容</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>自分の理解度</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>課題について</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> <tr> <td>先生とのコンタクト状況</td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> <td><input type="radio"/></td> </tr> </table> <p>13. 理論の授業について感じたことがあれば書いてください</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div> <p>14. ②実技の授業について オンラインでうまくできたと思う実技科目をすべてあげてください</p> <div style="border: 1px solid black; height: 20px; width: 100%;"></div>		良くなかった	あまり良くなかった	ちょうど良い	良かった	とてもよかった	進み方	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	授業内容	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	自分の理解度	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	課題について	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	先生とのコンタクト状況	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	良くなかった	あまり良くなかった	ちょうど良い	良かった	とてもよかった																																
進み方	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																
授業内容	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																
自分の理解度	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																
課題について	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																
先生とのコンタクト状況	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>																																

15. 実技の授業について以下のことはどの程度うまくできたと感じますか **5**

	良くなかった	あまり良くなかった	ちょうど良い	よかったです	とてもよかったです
授業の進み方	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
授業内容	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
自分の参加の仕方	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
課題内容	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
先生とのコンタクト状況	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16. オンラインでうまくできなかったと思う実技科目をすべて挙げてください

17. 実技科目でうまくいかなかったのはなぜだと思いますか（複数回答可）

- 一人でできない動きが多かった
- 体カトレーニングだけだった
- ゲームができなくて面白くなかった
- 室内では上手に動けなかった
- やり方が良くわからなかった
-
- その他

18. 前の質問でその他を選んだ方は自由に理由を書いてください

2022

24. ②1回の運動時間は平均して何時間くらいでしたか（0回の方は該当しないを選択してください）

	該当しない	1時間未満	1時間	2時間	それ以上
1回の運動時間	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

25. ③平均的な高校時代の運動量と比べてどう変化しましたか

- 減った
- 変わらない
- 増えた

26. これから、周囲の人との関係や自分の置かれている状況によって、気分の落ち込み・不安・怒り・イライラなどの不安な気持ちを感じている状態のときに、あなたがどのように対応しているかをお尋ねします。あなたが現在「最も強くストレスを感じていること」は何でしょうか。1つだけ回答欄に書いてください。些細なことでも結構です。必ず書いてください。*

7

19. 大学の運動部に加入していますか（同好会、サークルを含む） 必須* **6**

はい
 いいえ

20. 大学運動部に加入しているに「はい」と答えた方だけへの質問です
 ④4～5月は1週間に何日くらい運動できましたか（平均して）

	なし	1日	2日	3日	4日	5日	それ以上
1週間	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. ②1日にどれくらいの間運動をしましたか（①でなしの方は該当しないを選んでください）

	該当しない	1時間未満	1時間	2時間	それ以上
1日	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

22. ③平均的な高校時代の運動量と比べてどうでしたか

- 減った
- 変わらない
- 増えた

23. 大学運動部に加入しているに「いいえ」と答えた方だけへの質問です。
 ④4～6月には1週間にどれくらいの間で運動に取り組みましたか（授業含む）

	0回	1回	2回	3回	それ以上
1週間	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1/11/2022

27. 26番であなたが書いた「最も強くストレスを感じていること」に対して、あなたはどのように考えたり、行動していますか。次の14個の項目を読み、全くしない[0]から、いつもする[3]まで、現在のあなたの考え方や行動に近いと思われる数字を選択してください。

	全くしない 0	たまにする 1	時々する 2	いつもする 3
1.現在の状況を変えるように努力する	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.先のことをあまり考えないようにする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.自分で自分を励ます	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4.なるようになれと思う	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5.物事の明るい面を見ようとする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6.時の過ぎるのをまかせ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.人に問題解決に協力してくれるように頼む	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8

28. 続き

	全くしない 0	たまにする 1	時々する 2	いつもする 3
8. 大した問題ではないと考える	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. 問題の原因を見つけようとする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. 何らかの対応ができるようになるのを待つ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. 自分のおかれた状況を人に聞いてもらう	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. 情報を集める	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. こんなこともあると思ってあきらめる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. 今の経験はためになると思うことにする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2/2022

29. これからさらに29個の質問をします。大学生活で以下のようなことを考えることがありますか。はい1, いいえ0 が回答の選択肢です。どちらかを選択してください。考えることがある場合ははいと答えてください。

	はい	いいえ
① 大学で人が自分のことをどう思っているのか、気になります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
② 4年間で卒業できるかどうか、不安になります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
③ 留年したらどうしようと、気になります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
④ 万一事故に遭ったり、病気をしたらどうしようと心配になることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑤ 友達と一緒に何かをしなければならぬとき、うまく協力できるか不安な気持ちになります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

30. つづき

	はい	いいえ
⑥ 部活・サークルで先輩たちとまじつき合えるか心配です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑦ 1時間目の授業にきちんと起きて出席できるかどうか、不安です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑧ 先生が近くにいると気になって仕方ありません	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑨ 1か月の生活費が足りるかどうかが、心配です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑩ 授業中、先生の言っている内容がわからなくて、不安になることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1/11/2022

31. つづき

	はい	いいえ
① 大学の先生と話をするとき、とても緊張します	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
② 先生に「研究室まで来るように」と呼ばれたら何を言われるかとても気になります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
③ 将来、良い会社に就職できるかどうか、不安です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
④ 授業中に何かをしなればならないとき、失敗をするのではないかと不安になることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑤ 必修科目の成績が「不可」だったらどうしようと心配になることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑥ フォト中に時間が残り少なくなると、自分の考えがまとまらなくなります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11

32. つづき

	はい	いいえ
① フォトを受けていて、わからない問題に出合ったとき、頭の中が真っ白になってしまふことがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
② 成績のことが気になって仕方ありません	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
③ 大学の成績のことを考えると、ユウツです	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
④ 登録した授業の単位がきちんともらえるかどうか心配です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑤ フォト中、緊張して自分の力が発揮できません	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑥ 授業で発表するとき、声が震えることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑦ 卒業研究や卒業レポートがうまく書けるかどうか、心配です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12

33. つづき

13

	はい	いいえ
⑥リストを受けるとき、悪い点を取ってしまうのではないかと心配になります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑦こんな大学にいたら自分がだめになるのではないかとゆうつな気分になることがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑧この大学にいると、何か不安な気持ちになります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑨できることなら、転学かあるいは転学科したくて仕方ありません	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑩入学した学部が自分に合っていないような気がして不安です	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
⑪大学を選学したいと思うことがあります	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

このコンテンツは Microsoft によって作成または承認されたものではありません。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。

Microsoft Forms