

# 学生支援 NEWS No.6 アンケート結果

2020年12月1日

産業社会学部

秋学期に入り、一部対面授業が始まったものの、オンラインによる授業も多く、また課外自主活動も感染予防の観点から対面での活動は許可制をとっていることから、大学での生活は未だ制約された状況にあります。さらに「第3波」ともいわれる新型コロナウイルスの感染再拡大で、日常生活においても支障が生じているかもしれません。そのような学生実態を把握し、大学そして学部としての対応を行うことを目的として、秋学期にも「学修・学生生活アンケート」を実施しました。11月15日時点で非常に多くの1回生の皆さん（652名、82.9%）に回答してもらいました。皆さんの協力に感謝するとともに、皆さんの現状に対する不安や困難の声に耳を傾け、今後の対応を検討したいと思います。

今回の学生支援 NEWS では、(1) ストレスチェックの見方、(2) アンケート結果から見えてくる学修、大学生活、日常生活での不安、困難の実態、についてお伝えします。

“学生支援 NEWS”では、みなさんにとって必要な情報（みなさんが何に困っているのか、どこに行けば相談・解決できるのか、自分の心身の状態がどうなのかなど）を随時お伝えしていきます。

## (1) ストレスチェックの見方

ストレスは、誰もが感じるものですが、その感じ方や対処の仕方によっては、時として心身に重大な影響を及ぼします。先日実施した学修・学生生活に関するアンケートの「秋学期が始まってからの1か月を振り返り、今現在の皆さんの感情や行動の状態がどのようなものであるかお答えください。(1.4~1.21)」の質問項目は、心理的ストレス反応尺度（SRS-18）と呼ばれる心理テスト（鈴木他,1997）であり、みなさんのストレスの程度を測定することができます。

※ストレスをセルフチェックしてみましょう

① 質問は全部で18項目ありますが、各項目の得点（4. その通りだ=4点）を合計してみてください。

② ストレス反応

18~27点：ストレス Low（低い）

28~39点：ストレス Mediate（ほどほど）

40~50点：ストレス Rather High（やや高い）

51~72点：ストレス High（高い）

③ ストレスが高い自覚症状があり、心身に不調を感じているようであれば、学生サポートルームや保健センターでカウンセリングを受けることができます。ストレスは適切に対処すれば、軽減させることができます。一人でストレスを抱え込まず、遠慮なく支援を申し出てください。

④ 今の状況は、非常にストレスがかかりやすい状況です。今現在、得点が低くても、何かをきっかけにストレスが高くなる可能性もあります。そのような場合も、遠慮なくサポートを申し出てください。

【相談先】

学生相談の総合案内 <http://www.ritsumei.ac.jp/drc/sougou/detail/>

学生サポートルーム <http://www.ritsumei.ac.jp/ssr/> 075-465-8174

産業社会学部事務室 [ss-help@st.ritsumei.ac.jp](mailto:ss-help@st.ritsumei.ac.jp) 075-465-8184

## 心理的ストレス反応尺度

鈴木伸一・嶋田洋徳・三浦正江他 1997 新しい心理的ストレス反応尺度(SRS - 18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究, 4(1), 22-29.

### (2) アンケート結果から見えてくる学修、大学生活、日常生活での不安、困難の実態

新入生の皆さんが、困難・不安に感じていることとして、特に多かったのが以下の項目でした。詳細は、図1をご覧ください。

#### 学修面：

##### 「単位・履修のこと」－81.7%

...春学期いくつか単位を落としてしまったが、それが今後どのように影響するのか不安、(秋学期の)単  
位がきちんととれるか不安、など

##### 「Web 授業の課題の量」－79.5%

...とても課題の量が多い科目があり授業の予習や課題で多くの時間を要してしまう、一日中課題に追わ  
れ、パソコンに向き合っているので疲れが続き、悪循環に陥っている、など

##### 「Web 授業の課題の取り組み方」－77.7%

...課題提出の方法が授業や教員によってばらついてので、統一してほしい、(語学等) 課題の内容がよく  
理解できず、難しいと感じる、課題の提出期限が短いものがあり、少し負担となりつつある、など

#### 大学生活面：

##### 「友人関係のこと」－68.2%

...基礎演習しか対面がないので友人作りに不安が大きい、周りがどんどん友達ができていく一方で、ほと  
んど友達がいない現状に不安を感じている、初めての地で、初めての一人暮らしで、不安なことも多い  
中、近くに頼れる人がいないこの生活がいつまで続くのか不安、など

##### 「サークル・クラブのこと」－69.8%

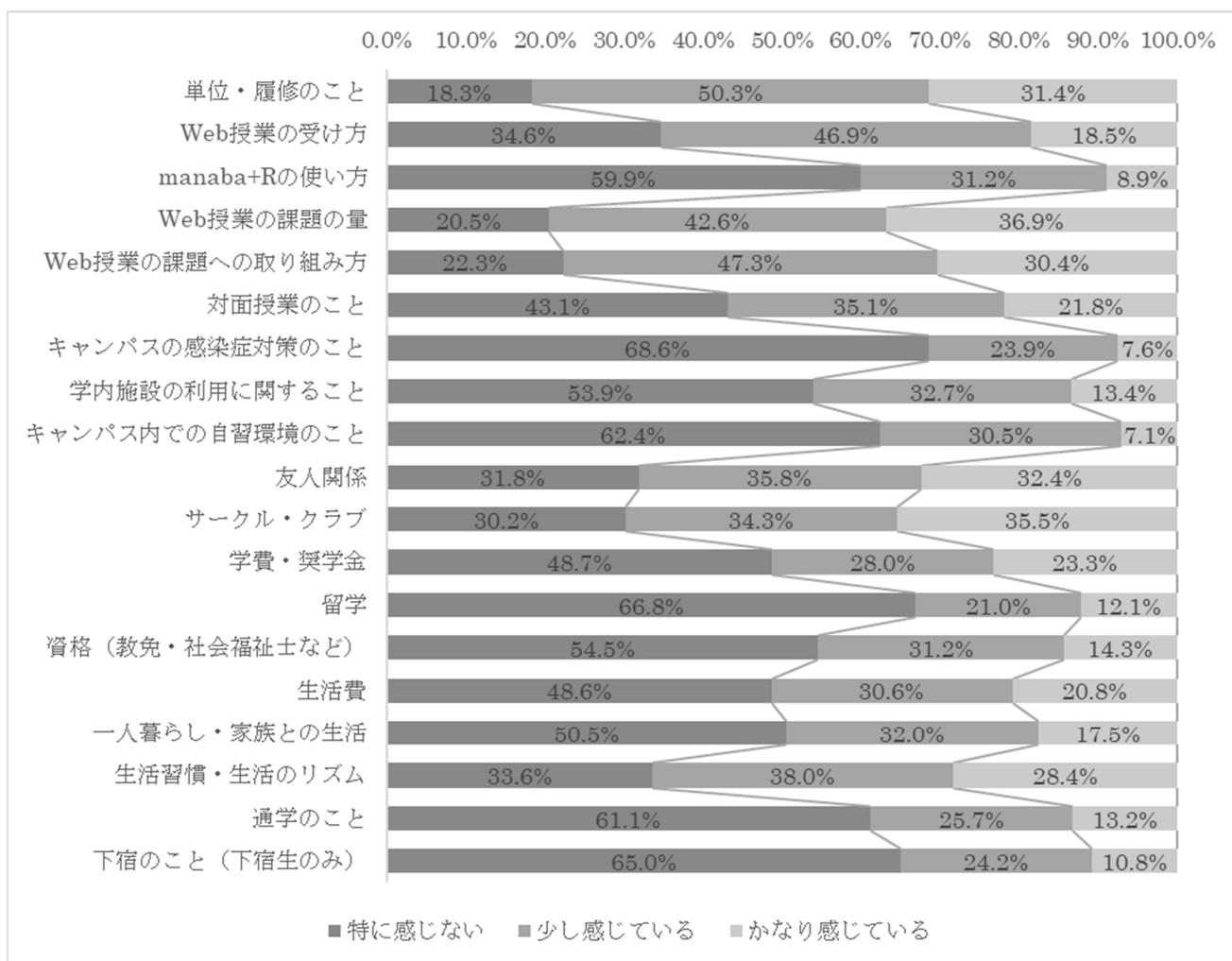
...サークルも活動してるものが少ないため、直接見学に何うこともできていない、サークルが始まらず友  
達が作れない、サークル活動に参加したい気持ちがあるが、活動していないなら入っても意味がないと思  
い、入るかどうか迷っているなど

#### 日常生活面：

##### 「生活習慣・生活リズムのこと」－66.4%

...生活リズムが悪い、朝起きられない、生活習慣が少し悪くなっていっている気がする、など

図1. 現在1回生が困難／不安を感じている程度



春学期と同様の不安や困難項目が上位になっている一方で、秋学期になってのオンキャンパスでの生活の中で、新たな不安や困難を感じる1回生の方もいることが分かりました。

今後、学生支援 NEWS や面談・困難の機会を通じて、これらの声に対応していきます。

以上