実践報告

コロナ禍を体験した学生を対象としたグループイベントの試み

――「2020年度学部入学生で語ろう会」「Co-Working, Go One's Way の会」――

藤居 尚子[1]，江城 望[1]，古川 裕之[2]

［要約］
2022年度に学生相談センターが実施した単発のグループイベント「2020年度学部入学生で語ろう会」と「Co-Working, Go One's Way の会」について，各企画の構想や実施状況を報告した。前者の会は，感染症パンデミック勃発時に大学に入学し通常とは大きく異なる新生活を体験した2020年度学部入学生を対象としたものである。入学後３年目という卒業後の生活に向け動き出す時期に，これまでの体験の仲間とのシェアリングや新たなネットワークを構築する目的で実施したが，予想外に申し込みが少なかった。その実施状況を振り返るなかで後者の会が構想された。後者の会は将来志向の作業型グループとし，また入学年の制限を設けず参加者を募集した。参加者・スタッフの反応から，後者の会は，明示的・言語的水準での対人交流はほぼ見られなくとも，黙示的・非言語的な水準ではグループとして機能していたことが見出された。そのような実施状況をうけ，後者の会は2023年度に週１回の定期開催グループとして開催することとなった。

［キーワード］
コロナ禍，グループ，2020年度入学生，キャンパスライフ

1　はじめに

2020年に始まった「コロナ禍」すなわち Covid-19パンデミックは，世界中に大きな影響を及ぼした。我が国の大学生も例外ではなかった。多くの大学で対面授業や課外活動，対人交流が制限された。対面で直接に他者と出会い，つながり交流する機会は激減し，学生たちは思い描いていたキャンパスライフとは全く異なる生活を強いられた。

本学での様子について和田（2020，2021，2022）が報告している。和田（2022）は今後の見通しとして「特に大学入学後すぐにコロナ禍となった現３回生（2020年度学部入学生）を中心として，コロナによる影響は今後様々な形で出て来ることが危惧され，学内の専門部署のみならず，様々な場・レベルで，学生同士のつながり作りへの支援や，個々の学生に対するきめ細かなサポートが今後ますます求められるのではないかと思われる」と述べた。

旧カウンセリングルーム（現学生総合支援機構学生相談センター）では，新規相談申し込み数は2020年度に大きく落ち込んだが2021年度には一転して増加した。和田（2022）はこのような推移を感染状況および大学の制限状況との関連から分析しつつも，2021年度の増加について「必ずしも一般化して言える訳ではないが」と前置きしつつ，「新型コロナの伴う不適応や体調・メンタルの不調等様々な影響が，ある程度の時間をおいて表にあらわれて来ることを示しているのかもしれない」とし，「今後より様々な形でその影響があらわれてくる可能性が示唆される」としている。

いっぽうでコロナ禍の影響を検討するとき，個別相談の状況という視角からだけでは把握しきれない面も

[1]　学生総合支援機構・学生相談部門・特定専門業務職員
[2]　学生総合支援機構・学生相談部門・講師

あることに留意する必要があろう。なぜならコロナ禍は，相談窓口に訪れなかった学生にとっても未曽有の事態であったにも拘らず，本学の学生相談機関がその全範囲にわたって支援の手を差し伸べられたわけではないからである。具体的に見るとこの時期の来談学生数は，2020年度が611人，2021年度が785人であり，正規学生の概ね3% 前後である。むしろ個別相談の急増により，窓口を訪れない学生については，懸念を抱いていたものの具体的な対応が難しかったのも事実である。

おりしも2022年４月，カウンセリングルームは学生総合支援機構学生相談部門（学生相談センター）へと改組され，常勤カウンセラー数は５名から10名へと増えた。前年度までに個別相談への対応だけで機関のキャパシティを超過する状況であったところ，相談活動の多様化（古川（2022）はその必要性を提言している）が可能となった。

そこで我々は，コロナ禍にある学生を対象としたグループ活動を企画し実施することとした。具体的には「2020年度学部入学生で語ろう会」と「Co-Working, Go One's Way の会（愛称「こわ・ごわの会」）」の，２企画である。

当センターでは，改組前から定期的に通年開催のグループプログラム「くすくす」があり（詳細は古川・葺石，2020），留年生やその予備軍，対人関係を苦手としたり生活が乱れたりしている学生の活動の場としているが，今回の新企画は，より特化した目的と対象を想定し基本的には非継続型のグループである点で「くすくす」とは異なる。

本稿では上記の新たな２つのグループ活動について，その企画着想の経緯と実施状況の詳細，そしてその後の展開を報告する。

なおいずれの会も，実施にあたりまず著者３名が企画案と広報案を練り，それを当センターの他のカウンセラー７名に諮って改善点・留意点を中心にコメントを得た。

2　「2020年度学部入学生で語ろう会」の着想と実施

2.1　会の着想に至るまで

この会は，コロナ禍の始まった2020年度に本学の学部に入学した学生を対象とした構造度の低い自由な語り合いグループとして着想された。該当学生はこの時点で学部３回生後期に相当し，学部生としての生活が終わりに差し掛かり，研究室配属および就職・進学といった卒業後の次のステージに向けて具体的な行動を開始する時期（鶴田（2001）で言う卒業期）を目前に控えていた。

和田（2021）は2021年５月の時点でこの学年の置かれた状況について「１年目は最初から最後までほぼ全てオンライン授業のため友人や知り合いを作る機会がほぼなく，２回生になっても対面授業は２週間のみで再びオンライン授業に移行しており，大学内での居場所作りや人とのつながりを作ることがほぼできていない」と推察した。本来なら鶴田（2001）の言う学生ライフサイクルの中間期に多様で幅広い経験を重ねてきているはずの３年目でも，周囲とのつながりが希薄なままであることが危惧された。そもそも大学コミュニティ自体への所属意識も高くないのではないかと予想され，社会移行の時期を支えてくれる土台の弱さが懸念された。さらに現時点である程度適応できている学生であっても，入学当時の苦しさをあまり共有できないままである場合もあろう。

そこでこの時期に，①これまでの大変だった大学生活を入学年度が同じ学生間で振り返り共有すること，②孤立している学生が同回生とのつながりを改めて作ること，それを通じ今後の大学生活の支えとなることを期待し，本企画を実施した。

2.2　会の実施と評価

会の対象者は，2020年度学部入学生（編入学生は除く）で，実施時点で本学に学籍のある者（休学中の者も参加可）とし，参加者が体験の共通性を見出せるよう，立場や状況が大きく異なる同年度大学院入学者は対象に含めなかった。

各回の定員は，会場の規模やグループの話し合いのしやすさを考え，10名とした。

この時点での計画は，参加者には自身の体験について自由に語り合ってもらうというものであった。また実施時の様子（今後に望む支援が話題に出るなど）やアンケート結果によっては，参加者のうち希望する人たちで定期的に集まる機会を設けることも視野に入れていた。

日時については，2022年12月に３回の実施を予定した。複数回顔を合わせることから実際の友達付き合いに発展することも期待してのことである。１回の時間は授業１コマ分（90分）として，具体的には12月９日（金）５限，13日（火）５限，15日（木）４限とした。参加希望学生はこの中から好きな日に参加することとし，複数回の参加も可とした。申し込みはWebフォーム経由とし，実施後にもWebフォームのアンケートを準備した。

広報は，当センターでのチラシやポスター・Webサイトの他，部局教務掛にもチラシ送付，構内ポスター掲示，およびKULASIS掲載を行った。さらに大学生協食堂デジタルサイネージにも掲載を依頼した。また学生相談センターX（旧Twitter）の他，教育推進・学生支援部の運用するX（旧Twitter）にも広報を依頼した。

なお今回はまず2020年度学部生のみを対象に行うものの，ニーズがあればそれ以外の学生にも同様の取り組みを実施することも検討するため，広報にあたっては，対象以外の学生に対するコロナ禍の影響を軽視するわけではないことに留意してメッセージを出した。

参加者募集を開始したところ，締切までに申し込みがあったのは２名だった。その両者の日程が合わなかったため，学生間のシェアリングという当初想定していた形での実施はこの時点で不可能となった。そこで両学生に事情をメールで説明し，スタッフ２名と個々の学生との３名で話をする場を，各学生につき１回ずつ計２回設ける形に変更して実施した。

参加学生は２名とも理系専攻であった。彼らは，各々の2020年当時から現在までの体験を生き生きと話してくれた。語りの詳細については，個人が特定される恐れがあるため記さないが，いずれもコロナ禍により否応なしにもたらされた非日常の日々を，自身の興味関心を軸にして活動的に乗り切ってきたと理解できた。そのような彼らの語りは，“2020年度入学生は孤立に追いやられ，制限の多い環境下で抑圧されストレスフルに過ごしてきたであろう”というスタッフ達の限定的な想像を，大きく広げてくれるものであった。

3　Co-Working, Go One’s Wayの会（愛称「こわ・ごわの会」）の着想と実施

3.1　会の着想に至るまで

前述した「2020年度入学生で語ろう会」の参加者２名の語りが学生全体を代表していると結論づけられはしないが，コロナ禍という事態にアクティブに活動することで対処するという在り方は，個別相談で会う学生がスタッフに見せる姿とは少し違うように感じられた。また本イベントへの参加申し込みがわずか２名だったこと自体も大きな示唆があると思われた。すなわち，2020年度入学生にとり当時の体験を語ることはまだ難しいのかもしれない。江城（2022）はフロイトの外傷論における事後性の概念を取り上げ，外傷的経験が心に経時的な変化を及ぼすという視点の重要性を提言したが，この体験を言葉として他者に語れる機が熟していない，あるいは，当時のことを切り離して体験している可能性もあるのではないか。さらに彼らの語りからは，当事者が求めているのは“可哀想な学年”として扱われ労われることではないようであった。

彼らはこのような未曽有の事態にあってもなお成長を志向し，生き抜こうとしている主体性に満ちた力強い存在であることを，我々は再認識したと言える。

そこで我々はアプローチを変えることにした。つまり“来し方を振り返る”のではなく，“将来に向かって前進する”ことを支援したい。そして外傷的でまだ言葉にならない体験を“仲間と語る”よう求めるのではなく，“仲間のいる場で何かに取り組む”場を提供するほうが，彼らの現状やニーズに沿えるのではないか。不安を分かち合い，同じような足並みで前に進もうとする仲間がいることが大きな支えになることを，我々は日々の実践から感じていた。参加者によっては，場を共にすることを越え実際に新たに関係を結び共に前進していくかもしれない。

ここから構想されたのが，シェアリングを中心とした語りの場型ではなく，居場所・作業型のグループである。具体的には「先に向けてやらないといけないとはわかっていても，ひとりではなかなか取り組めないこと」（ES，論文原稿，課題など）に取り組むコワーキングの場として運営することを考えた。この時点で想定されていた利用者像は，孤立感や疲弊感が強いとまではいかなくとも，前に一歩進む気力が十分わかない等で停滞している人や，アクティブに活動してきたが，続かない人・何をしたいか絞れなくなっている人であった。言い換えれば，仲間と“ぐだぐだ”“ぐずぐず”言いながら，あるいは“こわごわ”と，種々のタスクに自分のペースで取り組むことを支える会ということになる。

そしてこの課題は2020年度生だけの問題でもないため参加者は限定しないこととした。

会の実施にあたり，学生による類似の作業グループをオンラインで経験された理学部・理学研究科相談室の山本斎氏にお話を伺い，我々の会で目指すものやどんなものが学生に提供できそうかについてイメージを練るうえで参考にした。

3.2　会の実施と評価

前述の通り，対象者は京都大学に在籍するすべての学部生･大学院生とした。気軽に参加できることに重点を置くためと，作業には個別に取り組むので事前に参加者を把握したり開始･終了時刻を揃える必要はないことから，予約不要，出入り自由とした。今回もまずは３回開催し，好評なら継続実施も検討することとした。

広報は，学生相談センターの Web サイトに詳細を掲載した。掲載文面は以下のとおりであった。この文面を適宜引用してポスターを作成し，学生相談センターおよび構内に掲示した。またチラシを部局教務掛へも送付，KULASIS 掲示および大学生協食堂デジタルサイネージ掲出，学生相談センターと学生支援部Ｘ（旧 Twitter）への投稿の形で行った。

2023年２月28日，３月６日・９日の計３回，各回２時間の枠を設定して実施した。時間帯としては，１・２回目が午後，３回目が午前中の開催とした。会場は多目的に利用可能であった吉田相談室待合室を活用し，人数が多くなればミーティングルームも併せて使用することとした。各回につき２名のカウンセラーを配置した。終了時には学生相談センターのリーフレットを配り，センターへの親近感をもってもらえるよう配慮した。

３日間とも開始時刻直後から参加者があった。初回から順に参加者数は２名，２名，５名であった[1)]。なお３日間を通じて参加した学生は１名であった。

学生は受付後，待合室の机やいす，ソファーを自由に選び作業に取り掛かった。室内は他者から露骨に見えず，かつスタッフが全体の様子を容易に見られる程度にパーテーションで仕切られていた。

各回で学生同士が自発的に言語的交流をはかろうとする場面はなく，各々が自分の作業スペースを確保し，個別に黙々と作業に取り組んでいた。研究発表資料や授業の予習など取り組むものはさまざまであった。

各回のスタッフは，会の理念や目的についての共通理解のもと，具体的なふるまいや学生との関わりにつ

いては，各自の臨床的感覚に基づき行った。例えば第１回目のスタッフは途中に休憩時間を設け，お茶を振る舞いつつ話しかけて共通の話題を見つけ，全員で話をするひとときを味わった。２回目のスタッフは，学生各人が作業に没頭する様子を確認し，彼らを見守りつつ各々の作業に取り組んだ。３回目の会は，参加者が多かったため会場が２つに分かれ，スタッフも各会場で対応に追われたが，会の終了後に学生に話しかけ短い雑談をし交流をもった。場から去り難そうなそぶりの学生の姿も見られた。このように回によって多様な体験が学生およびスタッフの双方に生じた。なお，実施状況は各回の最中や終了後にスタッフ間でシェアリングを行い，他の回担当のスタッフとも共有した。

参加者の感想やアンケート（２・３回目の参加者に回答協力を依頼した）では，大変好評が得られた。集中できた･作業が捗ったという感覚の他, 音を立ててもよい気楽さや居場所があると感じられた嬉しさといった声があった。

スタッフの報告からは，沈黙の時間を共にするなか臨床感覚が刺激され，非言語的アンテナを研ぎ澄まして学生のニーズや動きに気づき交流を行っていたことがうかがわれた。また学生にあれこれケアしたくなる, あるいは自らも参加者の一人として作業に取り組みながら, 共同作業の空間を作る感覚を抱くなど, 各スタッフそれぞれに相互交流に基づく体験が生じていたようだった。

このような参加者・スタッフの反応から,「こわ・ごわ」の会は，明示的・言語的水準での対人交流はほぼ見られなくとも，黙示的・非言語的な水準ではグループとして機能していたことが見出された。

4　その後の展開

前章で報告したように,「Co-Working, Go One's Way の会」は，学生たちに潜在していた新たなニーズを掘り起こした。それは，他者の見守る中で脅かされることなく安心できる場を共にするというニーズであると表現できよう。また，こうした場を共にする体験は，コロナ禍でまさに失われたものだった。そこで本企画については，2023年度には週１回２時間の定期グループとして１年間試行してみることとした。同年４月から模索を積み重ね，学生たちの多様なニーズが伺われ，またそれに応じるスタッフの関わりの在り方について，経験的な知見が少しずつ蓄積されつつある。

また当センターでは改組以来，現在までにさまざまなグループイベントが企画されている。例えば2022年度初めには，桂相談室・宇治相談室・吉田相談室をオンラインでつなぎ「マシュマロチャレンジ」を実施した。宇治相談室では早期のうちに年間を通じた継続的なグループ活動が開始され（これについては河本（2022）に詳しい），2023年度にはさらに新たな活動が展開している。また桂相談室でも，2023年度には短期間, 学生の居場所づくりを目指したグループ活動が試みられた。また同年度には他大学出身大学院生のグループが各地区・相談室で実施された他，復学者を対象としたグループの企画も行われている。これらについては別の機会に改めて報告・検討したい。

新型コロナウイルス感染症が感染症法の５類に移行したことに伴い，国内の行動規制が大幅に緩和された。まるでコロナという災害を否認し，なかったことにする方向に社会全体が動いているとすら感じる。友と物理的に隔てられることなく語らい, 対面授業や課外活動に励み, 留学や海外フィールドワークに次々飛び立っていく学生達の姿を見ていると，2019年以前のキャンパスがそのまま戻ってきたような錯覚にも陥る。しかし江城（2022）は「コロナ禍でどのような対人関係の変化を経験し，それによる傷つきや痛みがないか，を感じとろうとしながら接していくこと，更にはそれが後に作用してくる可能性を考えながら」関わっていくことを提言している。本稿で取り上げたグループ活動がコロナ禍にある学生への支援として着想されたものであることは，引き続き忘れずにいたいと思う。

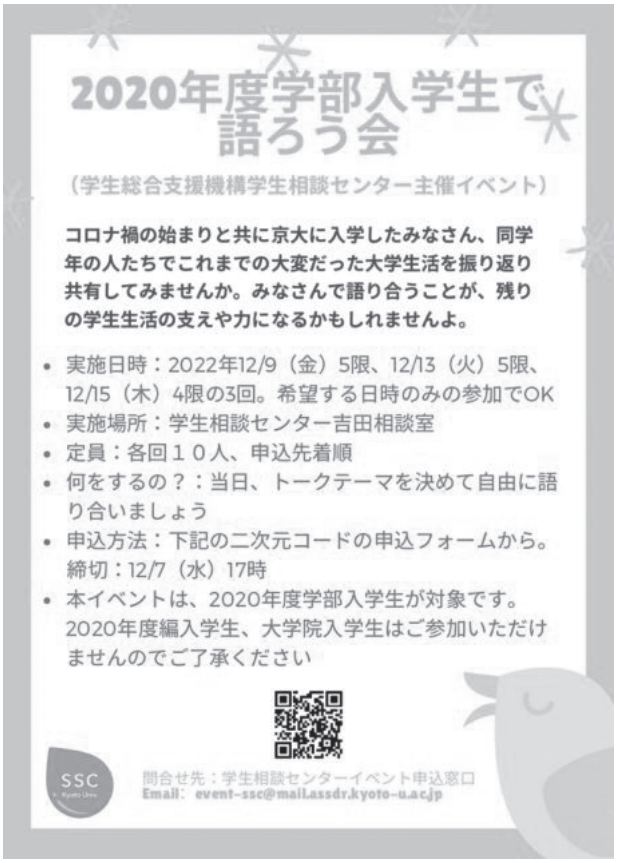

図１　「2020年度学部入学生で語ろう会」
ポスター・チラシ

図２　「Co-Working, Go One's Way の会」
ポスター・チラシ

表１　「Co-Working, Go One's Way の会」Web サイト掲載文

やらないとしょうがないけど，ひとりだとやる気がでないこと。
課題，エントリーシート，読む予定 / 書く予定の論文 などなど…
そういったものを抱えているみなさん。

“誰か一緒にやる人いたらいいのになー”
“人の気配があったらやる気になるんだよねー”

同じ思いの人達でなんとなく同じところに集まって，まあぼちぼちとやり始めてみませんか？

みなさんのゆるゆるとしたスタートを応援します。

こんな人に特におすすめ：
＊“周りのペースにのまれて焦って，余計に動けなくなりがち”な人
→一歩踏み出すときは，自分のペースがいちばんです。一緒にゆっくりのんびりいきましょう。

“動き出せていないことがプレッシャーだけど，不安で足がすくみがち”な人
→大丈夫です。一緒にやっていきましょう。不安な気持ちについてスタッフに相談してくださってもかまいません。
（参考：ぱっと見，前向きな名称の会ですが，略すと「こわ・ごわ」となります…！）

“周りからつつかれるけど，どうにもやる気にならない”人
→やる気が出ない自分を肯定することも大事だと考えています。やる気が出ないときには愚痴でもこぼしながら，それなりにぐだぐだ・ゆるゆるやってみませんか。

［注］

1）3回目の盛況は，午前中開催ということもあり，かつて旧センターがX（旧Twitter）に投稿し多くのリアクションを得た「午前中のある生活をしよう」というキャッチフレーズを思い起こさせるものであった。

［文献］

江城望．学生相談における日常の再編成についての一考察．京都大学学生総合支援機構紀要．2022，1，99–102.

古川裕之．京都大学における学生相談のさらなる充実に向けた試論．京都大学学生総合支援機構紀要．2022，1，71–82.

古川裕之・葺石有美．カウンセリングルームにおける新しいグループ活動の取り組み．京都大学学生総合支援センター紀要．2020，49，37–51.

河本　緑．学生相談室立ち上げ時期にグループ活動を実施することの意義に関する一考察 ――宇治キャンパスにおける取り組み――．京都大学学生総合支援機構紀要．2022，1，57–69.

鶴田和美．“学生ライフサイクルとは”．学生のための心理相談――大学カウンセラーからのメッセージ――．鶴田和美（編）．培風館，2001，2–11.

和田竜太．一学生相談カウンセラーから見た新型コロナウイルス感染拡大をめぐる動向について ――国内外の動きと本学・カウンセリングルームの対応を振り返って――．京都大学学生総合支援センター紀要．2020，49，73–83.

和田竜太．一学生相談カウンセラーから見た新型コロナウイルス感染拡大をめぐる動向について ――国内外の動きと本学・カウンセリングルームの対応を振り返って――（第2報）．京都大学学生総合支援センター紀要．2021，50，35–46.

和田竜太．一学生相談カウンセラーから見た新型コロナウイルス感染拡大をめぐる動向について ――国内外の動きと本学・カウンセリングルームの対応を振り返って――（第3報）．京都大学学生総合支援機構紀要．2022，1，31–42.

［謝辞］

Co-Working, Go One's way の会の実施においては，当日スタッフとして河本緑・神代末人・篠田亜美の各氏（いずれも学生相談センター）に協力をいただいた。また今回とりあげた2つの会の企画・実施にあたっては，杉原保史・中川純子・和田竜太氏をはじめ，学生相談センターのスタッフ各位からコメントと協力をいただいた。ここに記し，謝意を表します。