現代行動科学会誌　第37号，72－78（2021）

【第 37 回大会若手部会シンポジウム記録】

テーマ：with コロナ生活の両価性

新沼　拓朗　（岩手大学大学院）
山口　真友菜（岩手大学大学院）

現代行動科学会第 37 回大会における若手部会シンポジウムは、『with コロナ生活の両価性』というテーマの下、異なる領域や異なる地域でご活躍されている 38～40 期の若手会員 4 名をシンポジストとしてお迎えした。シンポジストの方々には、コロナ禍での生活や価値観の変化、良かった点や悪かった点などについて、それぞれの視点から主張していただき、コロナ生活の両価性について議論した。

新型コロナウィルスの感染拡大が社会に与えた影響は大きく、私たちの生活には大きな変化がもたらされた。今回の若手部会シンポジウムでは、コロナ禍で大学生活を送る岩手大学生からの声を聞き、さらにシンポジストの方々の生活の変化や感じたことの語りを通して、コロナ生活がもたらした社会生活や価値観の変化について、皆様とともに考えていきたいと思い、企画したものである。シンポジストとしてお招きしたのは、38 期の亀山美沙紀さん、39 期の柿﨑梢恵さん、40 期の相澤昴汰さん、40 期の吉田杏奈さんであった。

シンポジストの方々の発表の前に、大学院生から今回の若手部会に際して作成した企画動画を紹介した。企画動画では、コロナ禍での学生生活について、岩手大学の大学生を対象に行ったアンケート調査の結果を報告し、さらにリラクセーションとして笑いヨガを紹介した。アンケート調査では、オンライン授業の感想や現在のコロナ禍の生活における満足度などについて尋ねた。学生からは、「オンライン授業は音声や映像が止まったりしてストレスが溜まった」「大学生感がない」など、普段とは異なる環境の中で感じた不便さや物足りなさに関する意見が語られていた。一方で、「通学時間がなくなった」「自分の時間が取れ、自分と向き合うことができた」など、オンライン化によって感じることのできた肯定的な側面を支持する声も挙がっていた。コロナ禍で大学生活を送る岩手大学生の声を聞き、コロナ生活の両価性について改めて振り返ることのできた機会になったのではないだろうか。リラクセーションの紹介では、笑いと深呼吸を組み合わせた健康体操である笑いヨガを紹介した。動画では、笑いヨガの歴史や効用、手順を紹介した。本シンポジウムをご覧になった方々にはぜひとも笑いヨガを実践してもらい、with コロナの時代を生きる皆様の健康や幸福の支えになればと思う。

シンポジストの方々には、それぞれの視点から『with コロナ生活の両価性』についてお話を伺った。1 人目のシンポジストの亀山さんからは、心理的な支援をする立場から with コロナ生活の両価性についてお話しいただいた。亀山さんは、福祉サービスを提供する事業所に勤務し、メンタルヘルスの不調で悩む方や、障がいを抱える方への支援に関わるさまざまな業務を行うなかで、コロナによる両価性を「良し悪し評価の難しさ」として捉えていた。不安症や脅迫症の症状としての行動が、コロナ禍では社会的には適応的な行動と判断される状況となりうる。そのような状況の中でこれからどう支援を行っていくべきか、コロナを踏まえた視点の獲得が求められ、支援者の力量が試される場面であるが、それはやりがいに

もつながるとお話しいただいた。

2 人目のシンポジストである岩手県職員の柿﨑さんからは、働き方の変化について、コロナ生活の両価性のお話を伺った。柿﨑さんが所属する県南広域振興局経営企画部の業務は、文化スポーツ、食や観光など多岐にわたり、それに伴うイベントも多い部署である。そんな中で、コロナによる働き方への影響は大きく、準備していたイベントの中止が相次ぐなど、悪い点ばかりが目につくのが現実だという。しかしその一方で、コロナだからできないと諦めるのではなく、どうすれば続けていくことができるかという考え方の転換を行うことで、事業のこれまでとこれからのあり方を見直す機会となったのも事実だとお話しいただき、県職員として、県民のために何をすべきかを改めて考えていきたいと締めくくられた。

3 人目のシンポジストで、現在東北大学大学院に所属する相澤さんからは、コロナ禍において岩手大学から他大学に進学した学生の立場から、コロナ生活の両価性についてお話しいただいた。進学後、ほとんどの授業にオンラインで参加していた相澤さんにとって、コロナウィルスによる生活の変化は、学業はもちろん、人間関係にも影響を及ぼしているとのことだった。他大学への進学という環境の変化に、コロナウィルスによる生活の変化が加わることで、コロナウィルスによる負の影響に拍車がかかっているようであった。しかし、これまでの普通とは違う環境だからこそ、これまでとは違う視点を獲得し、自分自身について改めて考えるきっかけや、新たな研究の視点の発見につながっているという。

4 人目のシンポジストである吉田さんからは、新聞社に勤める立場から、新聞業界におけるコロナウィルスによる影響の両価性についてお話しいただいた。吉田さんの勤める販売局の主な仕事は、新聞販売店の経営のマネジメントを行うことであるが、コロナウィルスの影響により、販売店の収入の柱に大きなダメージを受けたという。しかし、その負の側面を補うために、これまでに培われた販売店の強みを活かすことで、新たな収入の柱が生み出され、そしてその強みはこれからさらに伸ばしていける部分だと再認識する機会になったとのことだ。コロナによって招かれた困難な状況においても、自分たちの強みを理解し、活用することで変化に適応していく姿勢を学ばせていただいた。

今回のシンポジウムを通して、コロナウィルスがもたらした影響力の大きさを改めて感じるとともに、新たな環境の変化を取り入れ適応していく柔軟な姿勢が、with コロナ時代を生きていく上でのヒントになるのではないかと感じた。シンポジストの方々からお話を伺う中では、やはりコロナウィルスによる悪い影響が目立つが、その中でも変化によってもたらされた正の側面に目を向けていくことで、新たな視点を獲得することができているようである。業界や企業、そして個人単位でもコロナに向き合う姿勢が求められている。これからも続いていくであろう with コロナ生活、どう向き合っていくか改めて考える機会となったのではないだろうか。

最後に、シンポジウムの開催にあたり、お忙しい中貴重なお話をしていただいた 4 名のシンポジストの方々、並びに質疑応答にて議論を盛り上げてくださったフロアの参加者の方々に、深く感謝申し上げます。