

「コロナ下だからこそ得られたもの」 大学 医学部保健学科 第3学年

令和2年頃から新型コロナウイルス感染症が新たに発見され、私たちの生活はこれまでと大きく変わりました。マスクをしない状態でできていた行動が制限され、人と会うことや様々な場所に行くことが、新型コロナウイルスの影響により難しくなりました。そのような状況下で、特に辛いと感じたことは、大学で対面授業をすることが難しくなってしまったことや、何より学生時代にしかできないような経験・課外活動ができなくなってしまったこと、友達との思い出を作るための機会が格段に減ってしまったことです。しかし、このような状況下だからこそ得られたことも多くあるのではないかと思います。私がそのことを強く感じたのが、周りの人との関わり方です。自粛生活によって、人と会う機会が減ってしまうと、どうしても孤独感や疎外感といった不安が付きまといまいます。特に、新型コロナウイルスが流行してから大学に入った学生では、新たに大学で友達を作ることが難しくなり、一人の時間が増えたことなどから、自粛生活による心理的負担はより大きいものになったのではないかと思います。しかし、そのような状況下であるからこそ、周りとの関りが非常に重要な役割を果たしてくると思います。仲の良い友達や家族に、直接会うことが難しくとも、SNSや電話を通してお互いに連絡を取り合い、不安感や孤独感を共有することで、自分だけが不安を感じているのではないと実感し、心理的負担を減らすことに繋がるのではないかと思います。そういった観点からも、人とのつながりが心の負担を軽減させる重要な役割を果たしていると改めて気づくことができました。

また、私自身、新型コロナウイルスの影響によりアルバイトによる収入が減ってしまい、学業専念に対する不安がありました。しかし、奨学金のおかげで学業に専念し、学生生活においても充実した生活を送ることができていると感じ、非常に感謝しております。これから先、新型コロナウイルスがどのような状況になるのかは想像がつきませんが、この状況下で制限されてしまった事ばかりに目を向けるのではなく、この状況下だからこそできることを多く見つけ、今後も勉学に励み、学生生活を実りあるものにできるように努力していきたいと思えます。