

# 新型コロナ・パンデミック状況下における日本の大学生の 夢見の変容に関する Web 調査 —東京都近郊と岩手県の比較—

○松岡 和生  
(岩手大学人文社会科学部)

松田 英子  
(東洋大学社会学部)

## 【目的】

ナショナル・ジオグラフィック誌 2020 年 4 月号では COVID-19 (新型コロナウイルス)のパンデミックに伴い、奇妙で鮮明な悪夢を見る人の増加を示す「コロナ・パンデミック・ドリーム」現象を米国や欧州の睡眠研究者が報じたことを報告している(Renner, 2020)。Renner(2020)は、「コロナ・パンデミック・ドリーム」の原因として自粛生活による孤立、健康不安、死への不安、経済的不安などの心理社会的ストレスや、自粛生活に伴う生活パターンの変化(運動不足も含む)がもたらす睡眠リズムの乱れおよび睡眠の質の低下と考えている。覚醒時の情報処理と睡眠中の情報処理である夢には連続性がみられるという連続性仮説(Schredl, 2019)が提唱されているが、コロナ・パンデミック・ドリームの生起メカニズムについても同様と考えられる。

本研究の目的は、新型コロナウイルス感染拡大状況下における大学生の夢見の特性について、全国で最も拡大している地域(東京都近郊)と調査開始時感染者ゼロであった地域(岩手県)の地域間の比較、緊急事態宣言下と解除後の状況間を比較することである。

## 【方法】

調査協力者：東京都近郊 4 都県(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県)及び岩手県在住の大学生と専門学校生延べ 1508 名、平均年齢 19.7 歳 ( $SD=2.33$ )。

手続き：夢見調査は緊急事態宣言中の 4 月下旬～5 月上旬と解除後の 7 月下旬の 2 回、感染者が多かった関東地区在住者と、調査開始時感染者が確認されなかった岩手県在住者を対象に Google フォームを用いた Web 調査を実施した。調査は無記名式にて実施し、調査趣旨を説明し、同意を得て調査を実施した。なお、回答開始後の途中放棄も可とした。研究の実施にあたり、岩手大学人を対象とする医学系研究の倫理審査を受けた(承認番号第 202004 号)。

調査内容・項目：(1) 夢見内容の報告(過去 1 ヶ月の間で一番印象に残った夢について) [自由記述]

(2) 夢見の形式的側面：夢特性評定尺度(Dream Property Scale; DP 尺度)(竹内他, 1996)を用いた。DP 尺度は 4 下位尺度各々 3 項目計 12 項目[評価性(Evaluation)(快・好き・明るい)、印象性

(Impression)(鮮明な・はっきりした・ありありとした)、活動性(Activity)(動的な、騒がしい、にぎやか)、奇異性(Bizarreness)(非現実的な・信じられない・非凡な)]を使用した(両極性 7 件法)。DP 尺度の各下位尺度は心理生理的な基盤との対応が想定されており、評価性は夢の情動系、印象性は視覚系の賦活、活動性はレム睡眠賦活系の活動レベル、奇異性は夢の統合性と関係するとしている(竹内他, 1996)。

(3) 夢内容の確認項目(出現内容の有無：複数選択可) ①登場した事物[人・想像上の事物・動物]、②夢で経験した相互作用[攻撃的・友好的・性的・その他]、③夢の中の活動[身体的・言語的・感覚・認知]、④夢の中の感覚[視覚・色彩・聴覚・発話・触覚・運動感覚・味覚・嗅覚・内臓感覚・痛覚・皮膚感覚]、④夢の結末[成功・失敗]、⑤夢の中の感情[嬉しさ、幸福感、焦り、不安等 13 感情]、⑥夢に影響していると考えられる出来事や情報[自由記述]、⑦過去 1 ヶ月間の夢見の想起頻度[7 件法]。

## 【結果と考察】

Web 調査で収集された 1 回目調査(緊急事態宣言時) 725 個、2 回目調査(緊急事態宣言解除後) 783 個の夢見について分析した。

(1) 新型コロナ(COVID-19)関連夢の出現率の比較  
夢の自由記述に「コロナ、ウイルス、COVID-19、感染、マスク、検査、自粛、洗う、消毒、咳」がある、あるいは、その夢を見た原因にこれらのキーワードがある場合に新型コロナ関連夢と分類した。第 1 回目調査におけるコロナ関連の夢の出現率は、関東地区の学生 8.5%に対して岩手地区の学生では 4.1%であり、緊急事態宣言下では関東地方の学生がコロナ関連の夢の出現率は岩手県の学生のほぼ倍の高出現率であることが確認された(表 1)。

表 1 新型コロナ関連夢の出現率の比較

	第1回目調査 (緊急事態宣言時)		第2回目調査 (緊急事態宣言解除後)	
	東京都近郊	岩手県	東京都近郊	岩手県
新型コロナ関連夢の出現率	8.6%	4.2%	4.8%	5.6%
夢の報告数	535	190	605	178
カイ二乗検定	$\chi^2=3.915, p<.05$		$\chi^2=0.914, n.s.$	

(2) 夢見の形式的特性面の比較

DP 尺度の印象性、評価性、活動性、奇異性について、調査地区（東京都近郊 vs.岩手）と調査時期（1 回目 vs.2 回目）の 2 要因分散分析を行った（図 1）。

＜夢の評価性＞夢見の情動性と快不快：交互作用が有意であった( $F(1, 1506), p=.014$ )。すなわち緊急事態宣言下では東京都近郊のほうが岩手県より評価性の低い夢（不快な夢）が報告されたのに対して、解除後はむしろ岩手県のほうが夢の不快性が高かった。夢の評価性は、東京都近郊では解除後に良い方向へ、岩手県では悪い方向へと向かっていた。これは東京都近郊では、自粛からの解放の影響と考えられた。一方で、岩手県では感染者第 1 号になりたくないという緊張や緊迫感が蔓延していた影響が考えられる。実際に 2 回目の調査依頼直後に、岩手県での感染者第 1 号の確認が大きく報道され、マスメディアの状況と関連した可能性が考えられる。

＜夢の印象性＞夢の鮮明性・明瞭性：時期の主効果が有意であった( $F(1,1506)=7.280, p=.007$ )。東京都近郊および岩手県のどちらも、1 回目より 2 回目ほうが報告される夢の感覚的鮮明性に上昇傾向がみられた。

＜夢の活動性＞夢の動的活性：東京都近郊は岩手県よりも夢の activity が高かった( $F(1,1506)=7.851, p=.005$ )。この下位尺度はストレスレベルと連動して上昇する REM 睡眠賦活系を反映することから、調査時期を通して、東京の学生の生活が全般的に強いストレス状況にあることを示す結果かもしれない。

＜夢の奇異性＞奇妙・奇異な夢の程度：交互作用が有意傾向であった( $F(1,1609)=2.745, p=.098$ )。緊急事態宣言時の状況下では、東京都近郊で報告された夢は岩手県で報告された夢に比べて奇異性が高い傾向を示したが、解除後は地区間で差はみられなかった。感染拡大初期の時期では、特に東京近郊の学生において新型ウィルスに対する未知性、不安感や恐怖感の影響が示唆される。

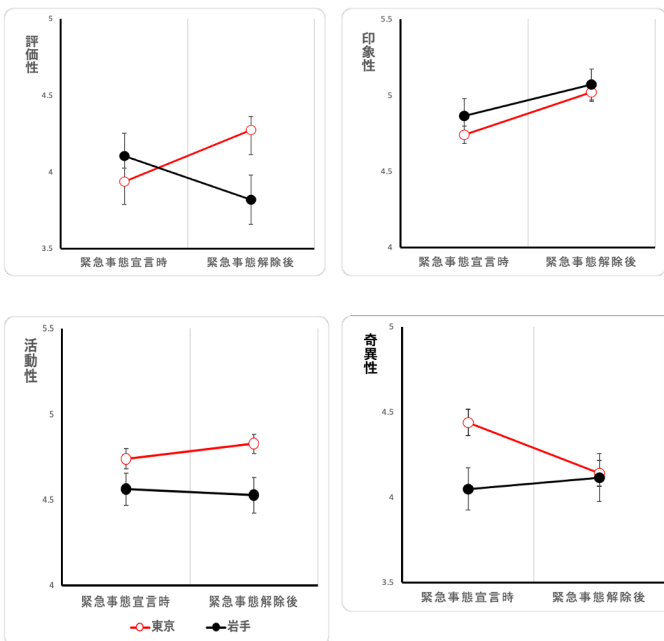


図 1 夢特性尺度の各尺度の平均評定値

(3) 夢見の内容諸要素の出現率（登場事物、他者との相互作用、活動様式、感覚、感情、夢想起）：夢の内容について  $\chi^2$  検定を行った（表 2）。緊急事態宣言下の第 1 回目調査において、岩手の学生に比べて東京の学生の夢における出現率が有意に高かった項目は「焦り」と「驚き」の感情であり、「想像上の事物」「攻撃的な相互作用」の出現率の相対的な高さ、「安堵感」と「幸福感」の相対的な低さも注目された。

解除後の第 2 回目調査においては、1 回目で認められた差はみられず、一方で東京の学生の夢の中には、「友好的な相互作用」「言語活動」「嬉しさ」や「安堵感」を伴う夢の出現頻度が岩手の学生より多くなっており、解除後の東京の学生では、夢の内容がポジティブな方向へ変化していることが示唆された。

夢内容の諸要素の出現頻度の結果は、夢見の形式的側面を表す DP 尺度の結果と基本的に対応するものであり、本調査において「過去 1 ヶ月の最も印象深い夢」として報告された夢の特徴は、新型コロナ感染拡大によって生じている心理社会的状況にある程度反映した結果になっていると考察される。

表 2 夢見の内容諸要素の出現率の比較

	緊急事態宣言時			緊急事態解除後			
	東京 (535)	岩手 (190)	$\chi^2$ 検定	東京 (605)	岩手 (178)	$\chi^2$ 検定	
登場人物	人	95.7%	96.3%	n.s.	94.4	92.1	n.s.
	想像上の事物	9.0	> 4.7	†	8.4	8.4	n.s.
	動物	8.4	6.3	n.s.	6.6	10.1	n.s.
相互作用	攻撃	39.6	> 32.1	†	31.6	36.0	n.s.
	友好	50.8	57.4	n.s.	57.5	> 46.6	*
	性的	8.2	9.5	n.s.	11.1	> 4.5	**
活動様式	身体的活動	73.8	69.5	n.s.	73.3	74.2	n.s.
	言語的活動	60.0	63.7	n.s.	66.1	> 57.3	*
	認知的活動	61.5	63.7	n.s.	46.5	45.5	n.s.
感覚経験	視覚	95.3	93.7	n.s.	93.7	90.4	n.s.
	色彩感覚	67.5	66.3	n.s.	71.5	69.2	n.s.
	聴覚	66.2	70.5	n.s.	69.5	> 61.2	*
	発話	55.1	58.4	n.s.	60.8	55.1	n.s.
	触覚	21.3	25.3	n.s.	22.4	22.5	n.s.
	運動感覚	45.0	43.2	n.s.	42.9	41.0	n.s.
	味覚	1.1	2.6	n.s.	3.0	3.9	n.s.
	嗅覚	1.5	< 4.2	*	3.1	4.5	n.s.
	内臓感覚	4.9	6.8	n.s.	5.6	6.2	n.s.
	痛覚	8.2	5.8	n.s.	5.8	5.6	n.s.
感情経験	嬉しさ	39.1	42.6	n.s.	46.5	> 37.6	*
	安堵感	20.7	< 26.8	†	23.0	22.5	n.s.
	幸福感	29.5	< 36.3	†	39.2	> 29.8	*
	怒り	7.9	6.8	n.s.	11.1	8.4	n.s.
	悲しみ	19.4	15.8	n.s.	22.0	19.1	n.s.
	恐怖感	35.1	29.5	n.s.	28.8	28.1	n.s.
	焦り	40.0	> 31.6	*	37.3	37.1	n.s.
	緊張感	39.6	34.7	n.s.	39.9	37.1	n.s.
	不安感	37.2	34.2	n.s.	37.1	41.0	n.s.
	嫌悪感	19.6	17.9	n.s.	20.0	21.9	n.s.
驚き	31.8	> 23.7	*	29.8	24.7	n.s.	

† .05 < p < .10 \* p < .05 \*\* p < .01

本研究は、科学研究費補助金基盤研究 (C) (JP17K04461 研究代表者 松田英子) の補助を受けた。

(MATSUOKA Kazuo, MATSUDA Eiko)