

コロナ禍で大学生のソーシャルサポートは変化したのか*

—2020年9月・2021年1月・4月にわたる縦断的調査—

上田仁**・松浦均***

Do students receive the social support during the infectious phase of COVID-19?

—A Longitudinal Study in September 2020 and January and April in 2021—

Jin Ueda and Hitoshi Matsuura

要 旨

本研究は、コロナ禍において大学生がそれぞれのサポート資源（親しい友人・知人・教員・家族）から得られると期待するソーシャルサポートと、そのサポート資源との接触頻度の関連について時系列調査を行ったものである。調査は、2020年11月、2021年1月、2021年4月に全国の大学生を対象に実施し、全調査に回答をした大学生25名を対象として分析を行った。その結果、親しい友人との対面による接触頻度が変化しても、オンライン等のつながりを活用するなどして継続的に関係を維持し、親しい友人からのサポートはコロナ禍でも変わらず得られると思うことが示唆された。また、知人との接触頻度とソーシャルサポートには関連が見られず、知人との関係性の構築がサポートの得られやすさにつながるのではないかと示唆された。大学からのサポートについては、令和3年度前期から、対面授業の再開もありサポートの増加につながったと考えられる。以上のことから、一部相手とは、接触頻度とソーシャルサポートに関連が考えられる。しかし、それらのメカニズムについてはさらなる検討の余地が残る。

キーワード：ソーシャルサポート、コロナ禍、大学生

問題と目的

2020年に新型コロナウイルス感染症が拡大してから、私たちの生活には大きな変化が生じている。中でも、注目されたのが大学の状況である。新型コロナウイルス感染拡大に伴い、全国的に大学は令和2年度前期の授業を対面とするかオンラインとするかを迫られた。そして、オンライン授業の実施により、大学生は大学に登校できなかつたり、自宅からオンラインで授業を受けることを余儀なくされた。

文科省(2021a)の調査によると、令和2年度の大学の授業がほとんどまたはすべてオンラインだと回答した大学生は6割ほどであった。大学の授業満足度については「不満である」と回答した者よりも「満足である」と回答した者が多いという結果であった。しかし一方で、学内の友人関係についての悩みを相談するものが複数報告されている。友人関係に関する悩みは回答者全体の3割近くが抱えており、その割合を学年で見ると大学1年生で最も高かった。友人関係悩みの詳細についてみると、「友人が思うように作れない」や「友人と思うように交流することができない」、「友人と交流できるがサークル活動や旅行等に行くことができない」

といったことがあげられており、入学後の友人関係の形成が難しかったり、関係を継続させることが難しいのではないかと考えられる。

さらに、全国大学生協連(2021)が2021年7月に大学生を対象に調査を行った結果、大学1・2年生は3・4年生に比べて友人が少ない傾向にあることが示された。その背景には、「大学に登校したのが10回以下」、「オンライン授業ばかりで同級生の顔も知らない」と答えた1年生がいたことから、新たな関係を形成する機会があまりなかったと考えられる。したがって、一部の大学生は孤立してしまっていたり、友人とのつながりで不安を抱えているのだとわかる。

こうしたコロナ禍での友人との関係の形成の機会の不足であったり、関係を継続させる難しさがどういった問題につながっていくのだろうか。例えば、中尾(in press)は2000年の5月と同年8から9月の2時点で、大学生のアタッチメントと孤独感、精神的健康の調査を実施した。その結果、「人一般から見捨てられるのではないかと」という不安が3か月後の精神的健康を悪化させ、孤独感が3か月後の「頼ったり頼られたりする親しい関係を回避する」ことを促していた。したがって、大学生が孤立しないように、友人関係を形成する

* 本研究結果は、東海心理学会第70回大会(2021)において発表された。

** 愛知県庁

*** 三重大大学教育学部

機会を提供したり、関係性を継続させることがコロナ禍での大学生の精神的健康をケアするうえで望ましいのではないかと思われる。

先述の通り、コロナ禍では対面での交流が難しい状況にある。こうした影響が友人関係ないし、教員との関係、家族との関係、同じ大学に通うそこまで親しくないような知人との関係にも影響がみられるかもしれない。こうした対人関係の変化が、他者とのつながりにも変化が及んでいると考えられる。

そこで、他者とのつながりについて、ソーシャルサポートをとりあげる。上田 (2021a) は、ソーシャルサポートの側面には「つながり」といった構造的側面と、「サポート内容」といった機能的側面があると指摘している。ソーシャルサポート研究では、情緒的サポートや道具的サポートといった複数の因子からなるソーシャルサポートを 1 因子として統計上処理することで、機能的側面と構造的側面の性質を測定している。つまり、コロナ禍においても、ソーシャルサポート尺度を 1 因子構造として取り上げることで、構造的側面を測定し、大学生が他者をサポート資源として認知しているかについて検討できる。

また、コロナ禍以前から、ソーシャルサポートと精神的健康との関連が示されている (嶋, 1992; 福岡・橋本, 1997 など)。さらに、ソーシャルサポートはコロナ禍でも有効であるという知見も既にいくつか報告されている。例えば、Xu et al. (2020) はコロナへの不安や孤独感とソーシャルサポートに関連があることを示し、Liu et al. (2021) は家族や友人のサポートが抑うつ症状への有効性を示唆した。一方、橋本 (2021) は、ソーシャルサポートはストレスを緩和しうるかどうかが検討したところ、サポートがストレスを緩和する効果がみられないことを示した。この点に関して、コロナ禍におけるさまざまな制約や価値観の混乱によって、サポートタイプなコミュニケーションの遂行が難しくなっている可能性を示唆している。しかし、その一方で、素朴には「コロナ禍を乗り越えるためには、人々の絆や助け合いが重要」であるように思われると述べている。以上の議論から、コロナ禍でもソーシャルサポートは精神的健康に重要な要因では考えられるも、その効果についてはさらなる検証を必要とするということである。

そこで、本研究ではコロナ禍において対人関係の変化に合わせてソーシャルサポートも変化し得るのかということを検証する。そのため、複数の時点での時系列調査を行う。

方法

調査時期

調査は全部で 3 回、各時点で 2 週間回答期間を設けた。Time 1 は 2020 年 11 月であった。この時期の特色として、文科省が対面授業の実施半分以上の大学を

名で 11 月上旬に公表すると発表した時期である。Time 2 は 2021 年 1 月であった。1 月 8 日と同 14 日に一部地域で緊急事態宣言が発令された。Time 3 は 2021 年 4 月であった。この時期について、4 月 25 日に一部地域で緊急事態宣言が発令された。また、それぞれの時点ごとの 1 日あたりの全国のコロナ陽性者数は Time 1 で 1786 人、Time 2 で 5244 人、Time 3 で 4629 人であった¹。

対象者

大学生を対象に URL と QR コードを記載したメールや調査票を配布して Web 調査を実施した。対象者について、全国の大学教員に依頼し、調査協力に承諾を得た教員から、所属する大学の学生に配布した。

調査項目

接触頻度 コロナ禍でどのように他者 (親しい友人、知人、家族、教員) とコミュニケーションをとっていたかを調査するために、直近 1 週間でのどのような方法でどの程度他者と接触があったかを尋ねた。対面については、「対面でどれくらい会いましたか」、SNS については「SNS (LINE や Instagram, Twitter など) で文字でのやりとりがどれくらいありましたか」、授業以外での電話については、「通話 (ビデオ通話や Zoom, 電話など) がどれくらいありましたか」、授業については、「授業でどれくらいやりとりがありましたか」であった。いずれについても、5 件法 (1. まったくなかったから 5. よくあった) で尋ねた。なお、友人と知人についてはすべての項目を尋ね、教員と家族については対面と SNS、(授業中以外の) 電話を尋ねた。

ソーシャルサポート尺度 ソーシャルサポートについては、包括的に捉えるために嶋 (1992) を用いた。この尺度は、概念上、因子が道具的サポートと情緒的サポート、情動的サポート、コンパニオンシップ 4 因子から構成されている。そのため、分析をすすめる上で 1 因子にまとめることで、機能的側面を総合的に捉えて構造的側面をも測定することが可能であると考えられる。また、構造的側面に着目するため、尋ねる際に実行されたサポートではなく、知覚されたサポートとしてサポートを尋ねた。それぞれの対象者 (親しい友人・知人・教員・家族) について 12 項目、5 件法 (1. あてはまらないから 5. あてはまる) で回答を求めた。

孤独感 孤独感を測定するために、Igarashi (2019) を使用した。普段の生活のさまざまな場面で、どのように感じているかを 3 項目、3 件法 (1. ほとんどない、2. たまにある、3. よくある) で尋ねた。

対人関係の質的变化 Time 3 に、親しい友人や知人、家族、教員との関係について Time 1 から Time 2、Time 2 から Time 3 にかけて具体的にどのような変化があったのか自由記述で尋ねた。Time 3 に追加で調査し

1 厚生労働省が発表しているデータを基に、2 週間の平均陽性者数を算出した。

Table 1 記述統計および分散分析

		time 1		time 2		time 3		F値	p値	η^2	多重比較 (Holm法5%水準)
		Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD				
ソーシャルサポート	親しい友人(n=16)	3.885	0.792	4.034	0.668	3.984	0.633	0.503	.610	0.032	
	知人(n=19)	2.132	0.571	2.649	0.963	2.553	0.840	5.817	.006	0.244	2>1
	教員(n=20)	2.160	0.702	2.379	0.685	2.625	0.645	9.622	<.001	0.336	3>1
	家族(n=24)	3.649	0.956	3.802	1.080	3.861	1.001	2.083	.136	0.083	
対面による接触頻度	親しい友人(n=16)	2.750	1.342	2.250	1.483	3.813	1.047	13.710	<.001	0.478	3>1,2
	知人(n=19)	2.105	0.994	1.789	1.182	3.053	1.079	10.223	<.001	0.362	3>1,2
	教員(n=20)	2.200	1.105	1.600	0.940	3.500	1.192	25.363	<.001	0.572	3>1>2
	家族(n=24)	3.542	1.793	3.458	1.888	3.500	1.818	0.111	.895	0.005	
SNSによる接触頻度	親しい友人(n=16)	3.250	1.571	3.500	1.095	3.563	0.964	0.552	.598	0.034	
	知人(n=19)	1.789	1.032	2.368	1.257	2.474	1.264	3.295	.049	0.155	
	教員(n=20)	1.350	0.671	1.300	0.571	1.750	1.333	2.536	.093	0.118	
	家族(n=24)	3.167	1.404	3.250	1.391	3.250	1.482	0.064	.938	0.003	
電話による接触頻度	親しい友人(n=16)	1.625	0.719	1.313	0.479	1.438	0.629	1.508	.238	0.091	
	知人(n=19)	1.368	0.684	1.158	0.501	1.211	0.535	0.860	.432	0.046	
	教員(n=20)	1.150	0.489	1.300	0.733	1.300	0.801	1.000	.377	0.050	
	家族(n=24)	1.833	1.341	2.125	1.569	1.958	1.122	0.607	.550	0.026	
授業による接触頻度	親しい友人(n=16)	3.063	1.124	3.063	1.181	3.625	1.088	1.811	.181	0.108	
	知人(n=19)	2.158	1.259	2.474	1.307	3.053	1.177	4.883	.013	0.213	3>1
親しい友人の数(n=14)		5.429	2.311	4.214	2.833	5.786	5.010	1.411	.262	0.098	
知人の数(n=18)		33.389	28.788	29.611	29.943	36.833	48.759	0.805	.455	0.045	
孤独感(n=24)		1.847	0.688	1.889	0.679	1.875	0.636	0.079	.924	0.003	

た理由について、Time 2 の調査終了後、量的に対人関係の量的変化を追うことは可能であったが、質的な変化が不明であった。そのため、追加で調査を行った。

分析方法 分析には JASP0.14.1.0 を用いた。本研究に使用したデータについては第 1 著者の OSF に公開している。

倫理的配慮

本研究は第 2 著者の所属大学の研究倫理審査の承認を受けている（三重大学教育学部研究倫理審査委員会承認番号 2020-6）。

結果

回答者数について、第 1 回目は 102 名、第 2 回目は 52 名、第 3 回目は 31 名であった。この中で、すべての調査に回答をしたものは 25 名であった。よって、この 25 名を分析対象者とする。分析対象者の性別は、男性 3 名、女性 20 名、その他・無回答 2 名であり、学年は 1 年生が 4 人で 2 年生以上が 21 名であった。居住地域については、関東地方が 7 名、近畿地方が 7 名、東海地方が 11 名であった。

また、ソーシャルサポート尺度および孤独感について、それぞれの尺度の α 係数は .763 から .946 と概ね良好であった。

分析にあたり、調査実施前はソーシャルサポートと接触頻度による交差遅延効果モデルを予定していた。しかし、調査後サンプルサイズが小さいため、交差遅延効果モデルによる検討は行わなかった。そこで、それぞれの時点ごとの接触頻度やソーシャルサポート、孤独感の得点を比較することで調査時点ごとの特徴を明らかにする。そのため、1 要因分散分析を行った。結

果については Table 1 に示す。まず、調査時点ごとの特徴をつかむためそれぞれの接触頻度についてみていく。それぞれの対象者との対面による接触頻度について有意差検定を行ったところ、親しい友人($F(2, 30) = 13.710, p < .001, \eta^2 = 0.478$), 知人($F(2, 36) = 10.233, p < .001, \eta^2 = 0.362$), 教員($F(2, 38) = 25.363, p < .001, \eta^2 = 0.572$)とで調査時点による有意な変化が見られた。Holm 法 5% 有意水準で多重比較を行ったところ、親しい友人 (time3 > time1, time2), 知人 (time3 > time1, time2), 教員 (time3 > time1 > time2) であった。次に、SNS による接触頻度についてはいずれも有意な変化は見られなかった。電話による接触頻度についても有意な変化はみられなかった。授業による接触頻度については、知人($F(2, 36) = 4.883, p = .013, \eta^2 = 0.213$)で有意な変化が見られた。Holm 法 5% 有意水準による多重比較の結果、知人 (time3 > time1) という結果であった。

次にソーシャルサポートについて、有意な変化が見られたのは知人($F(2, 36) = 5.817, p = .006, \eta^2 = 0.244$), 教員($F(2, 38) = 9.622, p < .001, \eta^2 = 0.336$)であった。知人、教員について Holm 法 5% 有意水準による多重比較を行ったところ、知人 (time 2 > time 1), 教員 (time 3 > time 1) という結果であった。孤独感について、時点による得点の有意な変化はみられなかった。

また、対人関係の質的变化について、Time 1 から Time 2 に関するエピソードが 31 個、Time 2 から Time 3 に関するエピソードが 13 個であった。回答数が少なかつたため、本研究では回答数については取り扱わないこととした。それぞれのエピソードをまとめたものが Table 2 である。親しい友人・知人について Time 1 から Time 2, Time 2 から Time 3 にかけていずれも、「友人とオンラインでのやりとりが増えた」、「対面からオンラインでの接触に変わった」といった新しい生活様式の浸透

Table 2 対人関係の質的变化についてのエピソード

	第1時点から第2時点にかけての変化	第2時点から第3時点にかけての変化
親しい友人・知人	親しい友人とオンラインでのやりとりが増えた 親しい友人とより仲良くなった 親しい友人と疎遠になった 友人とのSNSでのやりとりが増えた 友人と対面からオンラインでの接触に変わった 連絡をとりあう仲間が固定された 友人との過ごす時間が減った 友人との連絡が減った 質的な関係に変化はなかったが、距離があいたように感じた 知人との関係は減った 親しい友人や知人とはほとんど会わなかった 課外活動がなくなった 大学の友人とほぼ会わなくなった 地元の小・中・高校の友達と過ごす時間が増えた	対面で友人に会うことができた 親しい友人とのやりとりが増えた 友人とオンラインでのやりとりが増えた 新しい後輩と会うことができなかった 友人の誘いを断るようになった 知人との交流は減った
家族	家で過ごす時間が増えた 家族との関係がよくなった 家族と頻繁に連絡をとりあった 家族との関係が悪化した	家族と外出するようになった 家族と過ごす時間が増えた 家族との関係が悪化した
大学教員	大学教員と会うことが増えた	大学教員とはZoomでのみしかあわなかった
自分の生活	自分の時間を大切にできた 1人時間が増加した	
すべての関係	変化なし	変化なし

に関する記述が見られた。さらに、親しい友人との関係について、「連絡をとりあう仲間が固定された」や「親しい友人とより仲良くなった」などもともと仲が良かった人とより仲良くなるといった記述が見られた。

その一方で、「友人や知人と会わなくなった」や「質的な関係に変化はなかったが、距離があいたように感じた」といった接触頻度が減り、孤独感につながるような記述も見られた。家族については、「外出するようになった」や「連絡を頻繁にとった」といった関係が良くなったという記述がみられた。しかし、その一方で「関係が悪化した」という記述も見られた。教員との関係については、対面や Zoom でつながるといった記述が見られた。

以上のようにコロナ禍での他者との関係に質的变化が見られる記述が報告された。しかし、中には親しい友人・知人、家族、教員との関係に「変化がない」という記述している者もいた。

考察

コロナ禍における接触頻度やソーシャルサポートの変化について分析を行ってきた。まず、本研究での調査時期についての特色について整理をしていく。Time 1 とは令和 2 年度の後期の授業が始まった時期である。この時期は、本調査期間の中で最もコロナの陽性者数が少なかった時期である。Time 2 とは、緊急事態宣言が全国に宣言されるかどうか話題に上がった時期である。コロナの陽性者数も Time 1 よりも増加しており、外出の自粛も要請をされていた。Time 3 は、一部の地域では緊急事態宣言が解除された時期である。大学はコロナ禍を 1 年間経験し、令和 3 年度前期の授業も始

まっていた頃である。以上の調査時点ごとの特徴と、接触頻度とソーシャルサポートの分散分析の結果を照らし合わせて、考察を進めていく。まず、親しい友人から得ているソーシャルサポートについて検討をする。

ソーシャルサポートについて調査時点による主効果はみられなかった。一方、ソーシャルサポート得点の平均値に着目を見ると、Time 1 が 3.885、Time 2 が 4.034、Time 3 が 3.984 であった。この得点は、コロナ禍以前である永井 (2010) のソーシャルサポート得点 3.945 とあまり変わらない値であった。

したがって、親しい友人とのソーシャルサポート得点はコロナ禍以前とそれほど変化していない可能性がある。このことについて、私たちは一度サポートを受けた親しい友人であれば、しばらく会っていなくても「きっとサポートをしてくれる」と思い、それが得点の変化がないことにつながったと予想される。この点について、例えば、丹野 (2007) は、「よく会う親しい友人」と「普段は会わない親しい友人」について、それぞれがもつ友人関係機能があることを示している。「普段は会わない親しい友人」とは、直接的な接触をしなくても、個人内でその友人がもつ心理的役割がある。今回の調査でも、コロナ禍であっても親しい友人は対面で会わなくとも「親しい友人」としての機能を持ち、たとえ対面での接触頻度が減少しても安定してサポートをしてくれると思うと考えられる。

さらに、対人関係の質的变化に関する自由記述について着目すると、親しい友人とより親しくなるなどの記述が見られた。一部の調査対象者の中には孤独を感じる者もいたが、もともと親しい人とオンライン等によるなんらかの接触手段を通じて継続的につながりを保っていたのかもしれない。したがって、大学生はコ

コロナ禍以前からの親しい友人と、対面接触をしなくても別の手段によって関係性を継続させている可能性がある。それが、「親しい友人」としての心理的役割を継続させ、コロナ禍でも親しい友人がサポート資源として活用できると感じていることにつながっていると示唆された。

また、知人についてソーシャルサポート得点が Time 1 から Time 2 にかけて有意に高くなった。一方、Time 1 から Time 2 にかけて有意に変化した接触頻度は見られなかった。このことから、知人のソーシャルサポートと接触頻度との関連についてはあまり見られなかった。この点について、対人関係の質的変化の自由記述に着目すると、関係性に「変化がない」や「知人との関係は減った」と述べていることから有意差検定の結果と整合性のある自由記述も見られなかった。素朴にも、「知人との接触頻度が増えればソーシャルサポートも増える」と考えられるが、しかし、その関係性には様々な要因が含まれていると考えられる。したがって、知人については接触頻度が増えればサポートが増えるということではないことが示唆された。

他にも、ソーシャルサポート得点に有意差がみられたものについて、教員からのソーシャルサポートもあげられる。接触頻度との関連でみると、対面による接触頻度が Time 1 から Time 3 にかけて変化しており、ソーシャルサポート得点もこの時期に有意に増加している。教員との接触頻度が Time 3 で増加していることについて、Time 3 では対面の授業が増え、大学生が大学に登校しやすくなったのではないかと考えられる。文科省 (2021b) は、令和 3 年 3 月に全国の大学に対して「面接授業の実施や学内施設の利用機会の確保をはじめ、学生の修学機会や環境の確保」を行うように通知を出した。実際、令和 3 年 3 月 19 日から 31 日時点で、「半分以上を対面授業とする予定」と考えている大学は約 97.4%であった (文科省, 2021c)。こうした状況から、新型コロナウイルス感染症の感染対策を講じる等して対面授業が増えたのではないかと思われる。結果的に、教員との接触頻度の増加につながり、実際に対面で教員と会って、話や相談をして教員からサポートを得られた経験が増えたのではないかと思われる。また、令和 3 年度前期は、コロナ禍での大学を 1 年経験し、大学事務局や教員がコロナ禍での授業や支援の仕方などの方法が固まってきたとも思われる。こうしたコロナ禍での大学の対策がソーシャルサポートにもつながったとも考えられる。

今後の課題

本研究では、コロナ禍で大学生のソーシャルサポートは変化したのか検討してきた。その結果、一部の相手からのソーシャルサポート得点については変化が見られた。しかし、本研究にはいくつかの課題が残る。

本調査で使用したソーシャルサポート尺度についてだが、本調査で使用した尺度はコロナ禍以前に作成されたものである。つまり、コロナ禍でのソーシャルサ

ポートをとらえるには十分ではない可能性がある。例えば、嶋 (1992) の尺度の中には、「一緒に遊びに出かけたりする」という項目がある。コロナ禍で特に緊急事態宣言が出ている地域では、一緒に遊びに出かけることは自粛を求められている。他にも、コロナ禍でのソーシャルサポートについて、上田 (2021b) はオンラインで友人とおしゃべりをしたり課題をしたりすることをサポートとして取り上げている。したがって、コロナ以前のサポートとコロナ禍でのサポートは内容が異なる可能性があり、コロナ禍における大学生がサポートだと認識しているものを明らかにする必要がある。

また、本調査ではコロナ禍でもソーシャルサポートが有効であるという前提で論理を進めたが、その点についても議論の余地が残る。先述の通り、橋本 (2021) はコロナ禍でソーシャルサポートがストレスを緩和しないこと、さらには直接的に関連をしないことを示している。しかし、ソーシャルサポートはコロナ禍以前からストレスとの関連が示されており (例; 福岡・橋本, 1997)、コロナ禍でもその有効性を示す研究が報告されている (例; Xu, et.al, 2020)。以上のことから、コロナ禍でもサポートが有効かどうかを再検証が求められる。そこで、コロナ禍での特有のソーシャルサポートを明らかにしたのちに、コロナ不安や孤独感、精神的健康との関連があるのか検討すべきである。

他にも、サポートとの関連指標についてもさらなる調査が必要である。本調査ではソーシャルサポートの変化を調査してきたが、一部に調査時点による変化がみられた。しかし、これらがどのようにして変化が生じたのかについては推測の域を出ない。例えば、コロナ禍でのソーシャルサポートについて個人差が考えられる。なかでも、命令的規範が高い人ほど外出・対人接触回避行動につながることを示されており (樋口・荒井・伊藤・中村・甲斐, 2021)、命令的規範が高いことで、外出自粛につながり対面での接触が減って、サポートを得にくいと感じてしまうのかもしれない。他にも、地域差の影響も考えられる。国内では、緊急事態宣言や蔓延防止等重点措置が出ている地域と出していない地域があり、それに伴い大学の対応も異なる。こうした影響がサポートの得点に変容をもたらすのかもしれない。様々な要因がソーシャルサポートに関連すると考えられるため、さらなる調査が必要である。

以上より、本調査はコロナ禍でのソーシャルサポート研究の走りとして一定の成果を出すことができた。しかし、いつまで続くかわからないコロナ禍で大学生のソーシャルサポートを得られやすい環境を整えることは喫緊の課題である。今後も、縦断的な調査研究が必要であると考えられる。さらには、コロナ終息後に改めてソーシャルサポートを問う機会にもなり得るだろう。

引用文献

- 福岡 欣治・橋本 幸 (1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, **68**, 403-409.
- 橋本 剛 (2020). コロナ禍初期における大学生の心理社会的ストレスに関する探索的検討——社会規範としての援助要請スタイルの効果も含めて—— 人文論集 (静岡大学人文社会科学部), **71**, 15-34.
- 樋口 匡貴・荒井 弘和・伊藤 拓・中村 菜々子・甲斐 裕子 (2021). 新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言期間における予防行動の関連要因——東京都在住者を対象とした検討—— 日本公衆衛生雑誌, **68**, 597-607.
- Igarashi, T. (2019). Development of the Japanese version of the three-item loneliness scale. *BMC psychology*, **7**.
- Liu, C., Huang, N., Fu, M., Zhang, H., Feng, X. L., Guo, J. (2021). Relationship Between Risk Perception, Social Support, and Mental Health Among General Chinese Population During the COVID-19 Pandemic. *Risk Manag Healthc Policy*, **14**, 1843-1853.
- 文部科学省 (2021a). 新型コロナウイルス感染症に係る影響を受けた学生等の学生生活に関する調査等の結果について https://www.mext.go.jp/content/20210526-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf (最終閲覧日 2021 年 11 月 13 日)
- 文部科学省 (2021b). 令和 3 年度の大学等における授業の実施と新型コロナウイルス感染症への対策等に係る留意事項について (周知) https://www.mext.go.jp/content/20210305-mxt_kouhou01-000004520-02.pdf (最終閲覧日 2021 年 10 月 31 日)
- 文部科学省 (2021c). 令和 3 年度前期の大学等における授業の実施方針等について https://www.mext.go.jp/content/20210702-mxt_kouhou01-000004520_2.pdf (最終閲覧日 2021 年 10 月 31 日)
- 永井 智 (2010). 大学生における援助要請意図 教育心理学研究, **58**, 46-56.
- 中尾 達馬 (in press). コロナ禍での大学生におけるアタッチメントと孤独感や精神的健康との経時的な相互関係. 心理学研究.
- 嶋 信宏 (1992). 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果 社会心理学研究, **7**, 45-53.
- 丹野 宏昭 (2007). 友人との接触頻度別にみた大学生の友人関係機能 パーソナリティ研究, **16**, 110-113.
- 上田 仁 (2021a). ソーシャルサポートは何を測定しているのか? 日本心理学会第 85 回大会.
- 上田 仁 (2021b). コロナ禍で大学生はどのようなソーシャルサポートを受けているのか 日本応用心理学会第 87 回大会.
- Xu, J., Ou, J., Luo, S., Wang, Z., Chang, E., Novak, C., Shen, J., Zheng, S., Wang, Y. (2020). Perceived Social Support Protects Lonely People Against COVID-19 Anxiety: A Three-Wave Longitudinal Study in China. *Front Psychol.* **11**.
- 全国大学生協連 (2021). コロナ禍の大学生生活アンケート速報値 <https://www.univcoop.or.jp/covid19/> (最終閲覧日 2021 年 10 月 1 日)