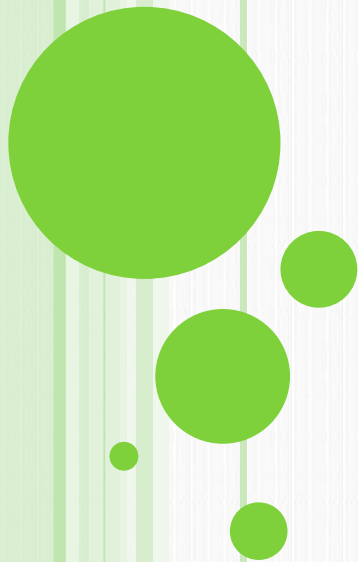


# 大学新入生のストレスと ソーシャルサポート



## 問題関心と目的

- 同じ環境でもストレスを感じやすい人と感じにくい人がいる。
- Caplan (1974) : ある個人を取り巻く様々な人々からの有形・無形の援助を指すソーシャルサポートが十分に得られるとき、人はストレスフルな状況に最もよく対処する。
- 本調査では1回生を対象に2度調査を行い、居住形態や部活動の所属の有無で友人からのソーシャルサポートの大きさやストレスを比較。



## 方法

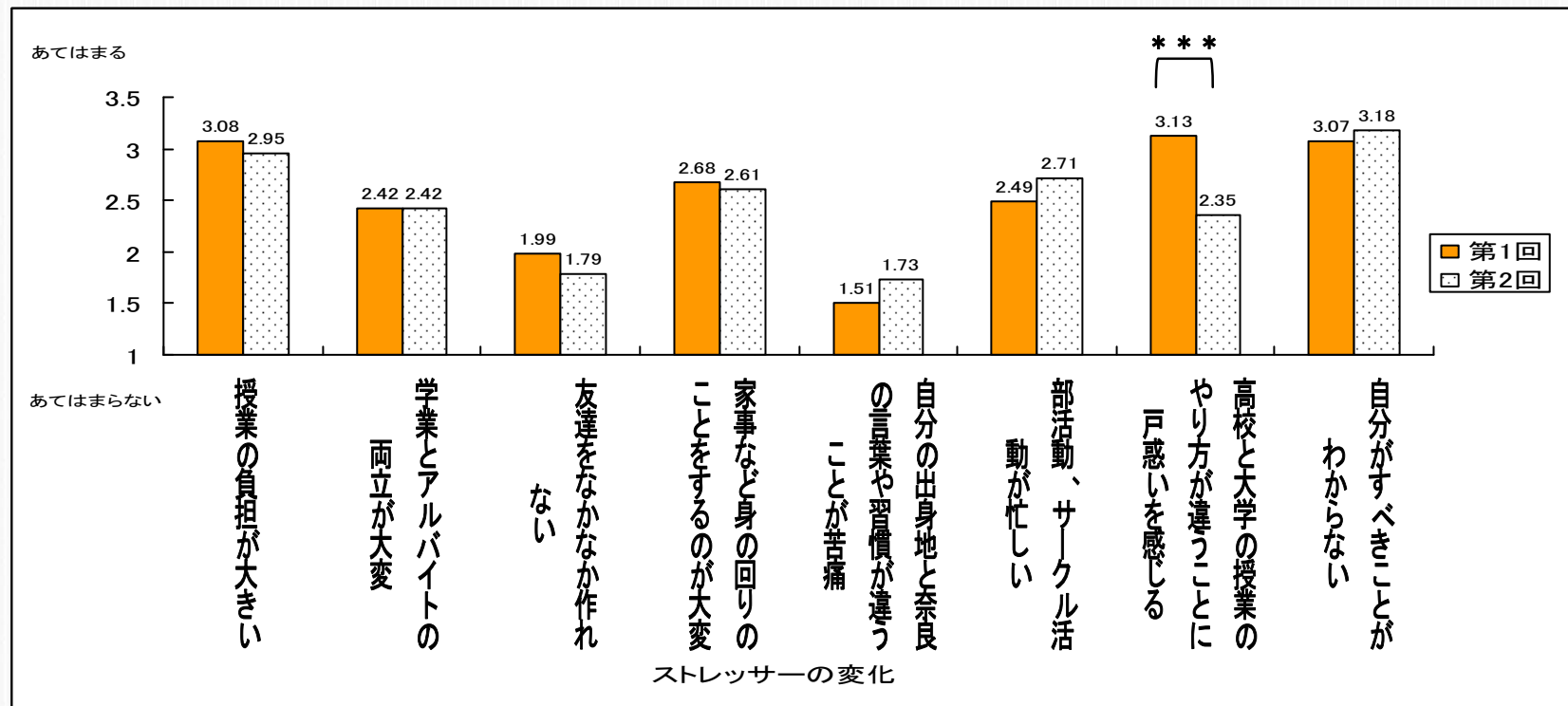
- 被調査者 奈良女子大学平成21年度入学者
- 第1回 平成21年5月29日～6月9日  
第2回 平成21年10月20日～10月23日
- 母集団が同じになるように、第1回、第2回ともに同じ1回生を対象にした英語の3クラスの受講者に配布。



# 結果

## ストレス

- 調査回数によるストレスの差を検討したところ、「高校と大学の授業のやり方が違うことに戸惑いを感じる」のみ有意な差が存在し、第2回で評価が低下していた。



\*\*\* p<.01

- ストレス評価とストレスターの相関関係を項目ごとに調べたところ第1回第2回共に「高校と大学の授業のやり方が違うことに戸惑いを感じる」「自分がすべきことがわからない」が有意な関係にあった。

授業の負担が大きい。	第1回	.012
	第2回	.178
学業とアルバイトの両立が大変。	第1回	.006
	第2回	-.28
友達をなかなか作れない。	第1回	.067
	第2回	.249
家事など身の回りのことをするのが大変。	第1回	.087
	第2回	-.28
自分の出身地と奈良の言葉や習慣が違うことが苦痛。	第1回	.043
	第2回	.137
部活動、サークル活動が忙しい。	第1回	.18
	第2回	.167
高校と大学の授業のやり方が違うことに戸惑いを感じる。	第1回	.255*
	第2回	.274*
自分がすべきことがわからない	第1回	.473**
	第2回	.498**

\* p<.05 \*\* p<.01

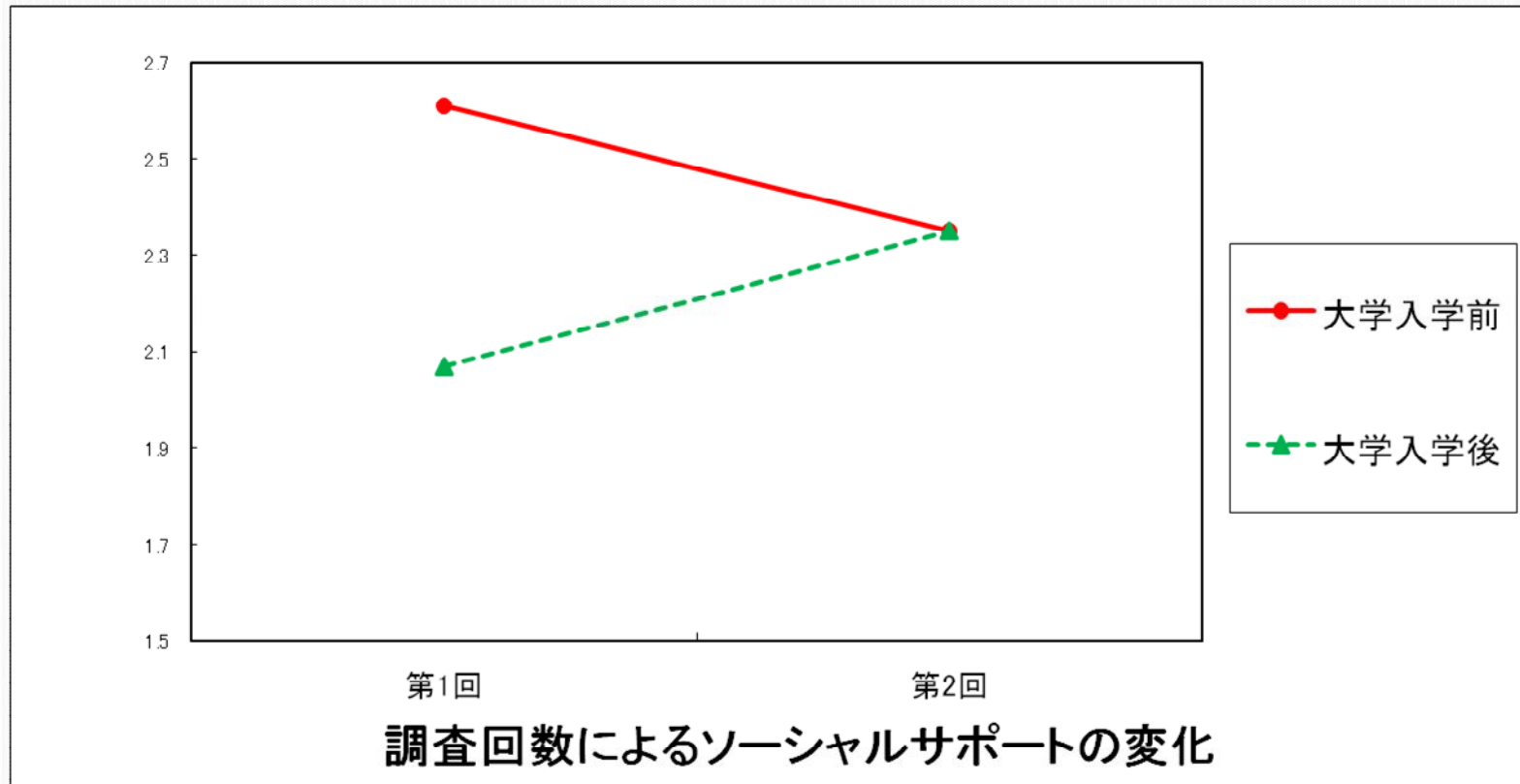
## ソーシャルサポートの変化

「入学前の友人によるソーシャルサポート」は減少

( $t(121)=2.22, p<.05$ )

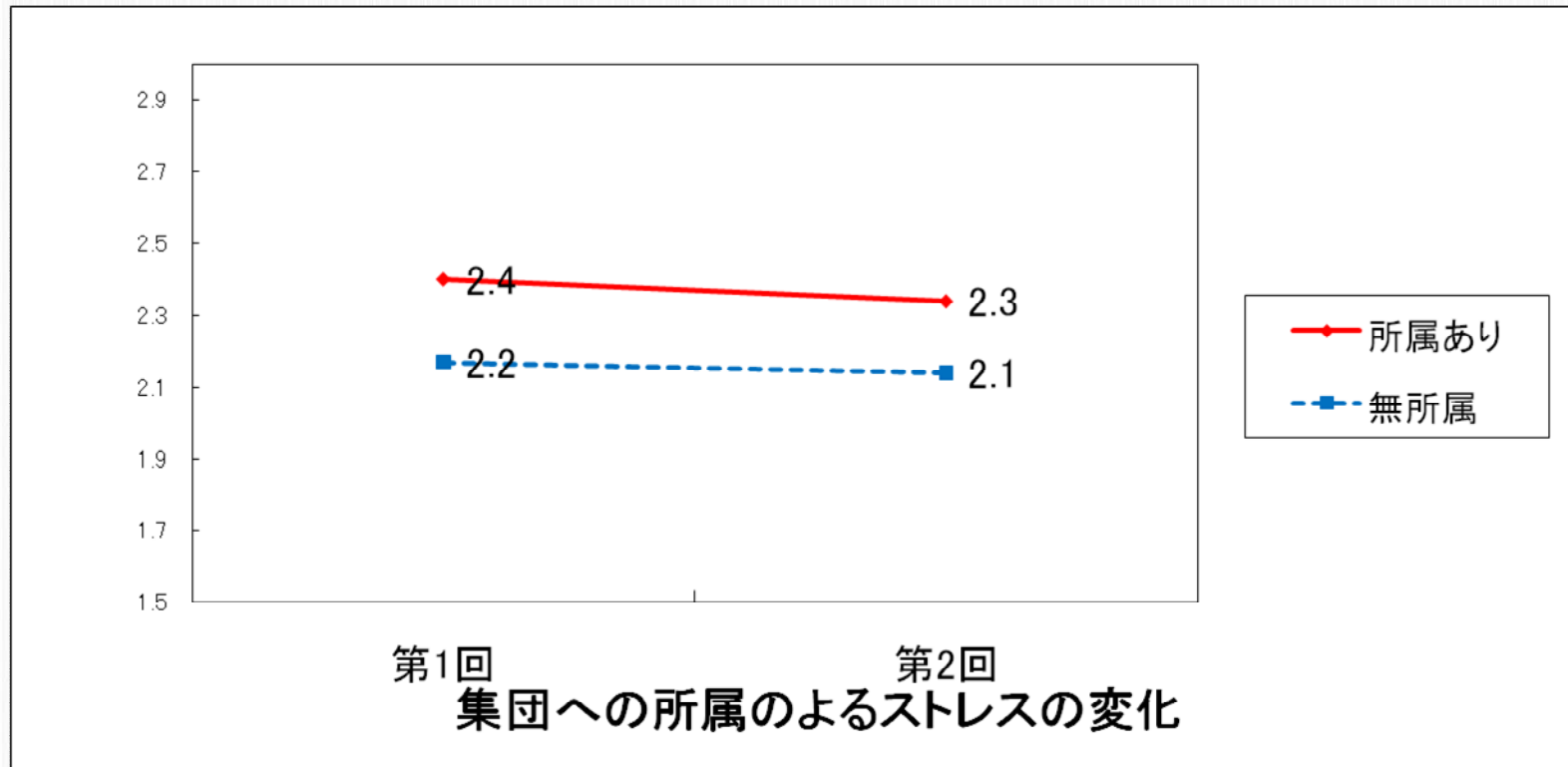
「入学後の友人によるソーシャルサポート」は増加傾向。

( $t(121) = -1.93, p<.10$ )



## ストレスの比較

- 第1回、第2回の調査で全体的なストレス評価に有意な差はなかった。
- 集団への所属の有無の比較では、部活動に所属している集団の方がストレスが大きいことが明らかになった。

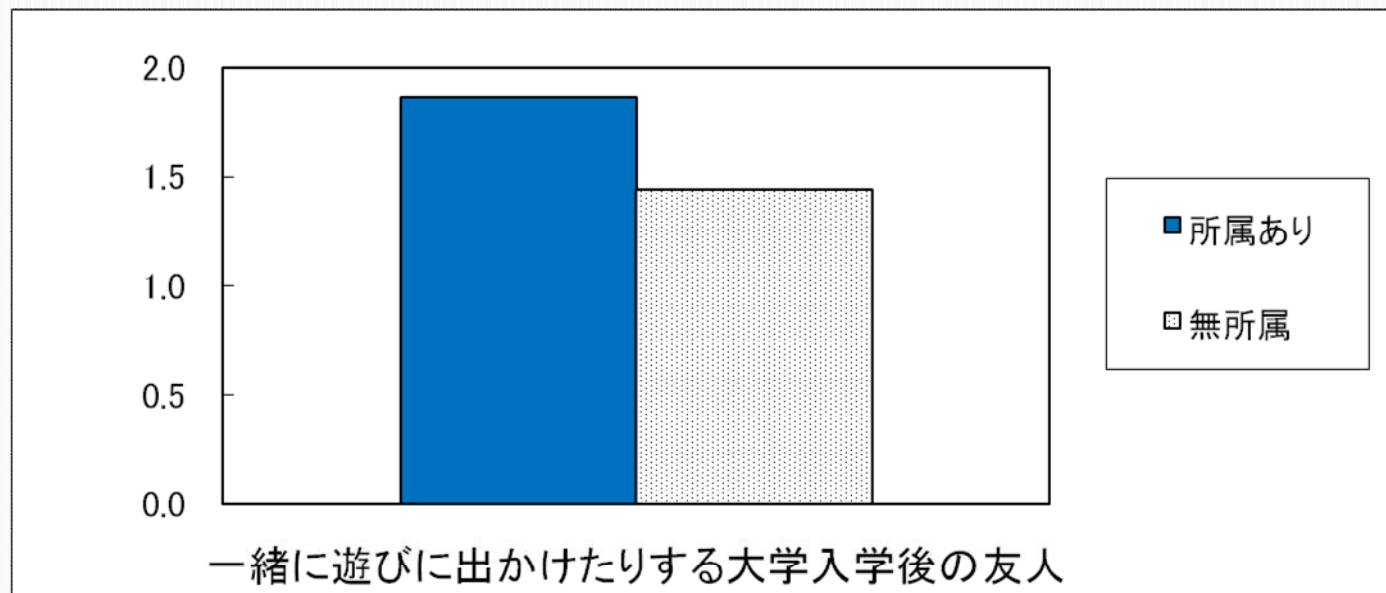


(F (1, 133) = 4.37、p < .05)

## 集団への所属の有無によるソーシャルサポートの比較

第1回の調査時には有意な差はない。

**第2回の調査時に**、部活動などに所属している集団の方が、一緒に遊びに出かけたりする大学の友人が多い傾向がある。



$p < .10$



集団に所属している方がソーシャルサポートが大きくストレスも大きい。





- ソーシャルサポートの大きさとストレスの大きさの関係を調べたが有意な相関関係はなく、友人からのソーシャルサポートはストレスの緩衝効果を果たしていなかった。




## 考察

- 大学新生にとって「自分がすべきことがわからない」「高校と大学の授業のやり方が違うことに戸惑いを感じる」の2つがストレス要因となっていることが明らかになった。



燃え尽きの一種



将来に対する不安や焦り

- 友人からのソーシャルサポートはストレスの緩和をしていない。



気遣いを最優先した友人関係

