

中学運動部所属生徒のストレス構造とソーシャルサポート提供者の検討：思春期の心理特性および対人関係

飯田, 麻紗子 / IIDA, Asako

(出版者 / Publisher)

法政大学スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

法政大学スポーツ研究センター紀要 / BULLETIN OF Sports Research Center,
HOSEI UNIVERSITY

(巻 / Volume)

40

(開始ページ / Start Page)

55

(終了ページ / End Page)

61

(発行年 / Year)

2022-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00026215>

中学運動部所属生徒のストレス構造とソーシャルサポート提供者の検討： 思春期の心理特性および対人関係

Examination of stress structure and social support providers in junior high school athletic club students : adolescent psychological characteristics and interpersonal relationships.

飯 田 麻紗子 (法政大学スポーツサイエンス・サイエンス・インスティテュート兼任講師)
Asako Iida

要 旨

本研究は中学運動部所属生徒のストレス構造とソーシャルサポート（以下「SS」）提供者の検討を目的とし、中学運動部所属生徒を対象に質問紙調査を実施した。その結果、中学運動部所属生徒のストレス源として4因子20項目が抽出された。ストレス反応における性差を検討したところ、女子生徒の方が男子生徒よりもストレス反応が高く先行研究と同等の結果が得られた。SSに関しては、男子生徒は部内同性友人と親のSS減少に伴いストレス反応が増加していた。一方、女子生徒はクラス内同性友人のSSが減少するとストレス反応が増加し、クラス外同性友人のSSが多い場合にストレス反応も増加するという結果となった。以上より、SS提供者や仲間関係における自由度が男女間で異なることが示された。

キーワード：中学生、部活動、発達、友人関係、性差

Key words : junior high school students, club activities, development, friendship, gender difference

I 緒言

「輝け、青春」というスローガンが掲げられた横断幕を目にしたことがあるだろうか。いかにも健康度の高い爽やかな学生を想起させるようなフレーズであり、「スポーツに専念する学生たちは“明朗快活”である」といったイメージを抱かせる。拙著で述べたように、学校生活と並行しスポーツの第一線で活躍する思春期の選手は数多く存在している（飯田, 2021）。2021年夏、「13歳、真夏の大冒険」というフレーズが日本中に響いた。東京2020オリンピック競技大会（以下「東京2020大会」と略す）で躍動した10代の若者たちの姿は記憶に新しい。東京2020大会には届かないまでも日々競技に取り組む努力する学生たちにとって、同年代の選手が活躍する姿は印象深いのではないかと。

一方で東京2020大会の時期（開幕前も含む）には、著者が知りうるだけで数名のトップアスリートが自身のメンタル不調を公表している。テニス日本代表の大坂なおみ選手は、東京2020大会開幕直前に自身がうつ病に悩まされていることを告白した（東京新聞, 2021）。大坂選手らの勇気ある行動がアスリートの心理支援の更なる充実へ繋がることを願いたい。ここで、スポーツ場面におけるソーシャルサポート（以下「SS」と略す）について触れておく。土屋（2004）は「スポーツ場面におけるSSとは、選手をとりまく周囲の他者（コーチ、チームメイトなど）から得られるさまざまな形の援助」と定義している。

では、運動部活動（以下「運動部」と略す）に所属する学生へのSSはいかがだろうか。日本中学校体育連盟が実施した調

査によると、令和2年度の運動部加盟生徒率は男女で59.51%（3,266,906名）（日本中学校体育連盟, 2021）であり、中学生の半数以上が運動部に所属していることになる。部活動は教育課程外の活動ではあるが、スポーツや文化活動など教科を超え、生徒の興味・関心を主題とした活動であり、多くの中学生・高校生にとって学校生活にとどまらず日常生活においても大きな部分を占めている（小川・岡田, 2017）。また運動部は学校生活をより充実し、豊かにすることが目的であるが、同時に生徒にとってストレスをもたらす主要原因の1つでもある（吉村, 1997）ことから、生徒たちは多岐にわたるストレスを抱えていると想像する。様々な分野で中学生を対象とした研究が多数あり、文化部も含めた中学生の部活動ストレスに関しては手塚ほか（2001）の研究が代表的である。しかしながら、運動部活動におけるストレスについて具体的に触れた研究は数少ないのが現状である。また、日々部活動に取り組む際にはその活動に伴うストレスへの対処が必要と言えるが、思春期に位置する中学生に対してはどのようなSSが存在するのだろうか。思春期にある中学生は、徐々に親から自立し友達と行動をともにする時間が増加と言われており（田邊・鶴田, 2017）、彼らのSS提供者を理解することが有効な支援方法に繋がると考える。しかしストレス研究同様に、運動部に所属する中学生へのSSに関する研究も過渡期と言える。

そこで本研究では運動部所属生徒用のストレス尺度の開発を試み、さらにSS提供者について分析した上で、思春期の心理特性を踏まえて彼らの対人関係を中心に考察すること

を目的とする。

II 方法

1. 調査対象者及び調査時期

関東地方にある公立中学校2校に調査協力依頼を行い、その後各校の学校長から承認を得た。対象者は運動部に所属する生徒587名であった。

2. 調査時期及び調査方法

調査は2014年6月中旬から下旬にかけて、部活動の顧問や学級担任の指示の下、無記名方式で質問紙調査を実施した。なお、本研究は2014年4月に法政大学大学院人間社会研究科臨床心理学専攻倫理審査委員会の承認を得た。

3. 調査内容

3.1 人口統計学的データ

性別、年齢、所属部、競技歴等を尋ねた。

3.2 中学運動部所属生徒用ストレス尺度

手塚ほか(2001)の中学生用部活動ストレス尺度20項目と、予備調査で得られた回答を照らし合わせ、重複している項目を除いた計32項目で構成される尺度を使用した。回答方法は手塚ほか(2001)に習い、経験頻度(「とてもよくあてはまる(3点)」から「まったくあてはまらない(0点)」)と嫌悪度(「とても気になった(3点)」から「まったく気にならなかった(0点)」)について4件法で回答を求めた。

3.3 中学生用ストレス反応尺度

三浦ほか(1998)の中学生用ストレス反応尺度を使用した。この尺度は「不機嫌・怒り」「抑うつ・不安」「無気力」「身体的反応」の4下位尺度20項目で構成されており、中学生が表出するストレス反応について測定している。回答方法は「とてもよくあてはまる(3点)」から「まったくあてはまらない(0点)」の4件法で回答を求めた。

3.4 中学運動部所属生徒用ソーシャルサポート尺度

大学生アスリートを対象とした競技者用ソーシャルサポート尺度(Athletic Social Support Scale(以下「ASSS」と略す))(土屋・中込, 1994)を使用するにあたり、野崎(2009)を参考に質問項目の表記を中学生用に改編したものを使用した。SS提供者は予備調査で得られた回答を先行研究(和田, 1993)に従い、部内同性友人、クラス内同性友人、クラス外同性友人、親を設定した。

4. 分析方法

全データの解析には統計処理ソフトSPSS(version22.0)を用いた。

4.1 中学運動部所属生徒用ストレス尺度

先行研究(手塚ほか, 2001)に準拠し主因子法プロマックス回転による因子分析を行った。また尺度ごとに信頼性係数(Cronbach's α)を算出し、信頼性を検討した。

4.2 中学生用ストレス反応尺度

主因子法バリマックス回転による確認的因子分析を行った。また性差を検討するため、 t 検定を用いて分析を行った。

4.3 ストレッサーとストレス反応の関連

ストレッサー尺度の妥当性を測るため、ストレッサー合計得点とストレス反応合計得点を使用し、Pearsonの積率相関係数による相関を検証した。

4.4 中学運動部所属生徒用ソーシャルサポート尺度

性差を検討するため、 t 検定を用いて分析を行った。

4.5 SSによるストレス反応の予測

ストレッサーと各対象者によるSSの提供者ストレス反応をどの程度予測し得るか検討するため、ストレス反応を従属変数、ストレッサー尺度各因子および4名のSS提供者を独立変数とし、重回帰分析(強制投入法)を行った。

III 結果

1. 対象者の人口統計学的データ

対象者は公立中学校運動部に所属する生徒587名のうち、記入漏れなど不備のある回答を除いた275名(有効回答率46.85%)を分析対象とした(表1)。

表1 調査対象者の属性と人数

	男子	女子	合計
1年生	46 (65.7%)	24 (34.3%)	70
2年生	68 (57.1%)	51 (42.9%)	119
3年生	41 (47.7%)	45 (52.3%)	86
合計	155	120	275

2. 中学運動部所属生徒用ストレス尺度

粗点の扱いについては、経験頻度が0、または嫌悪度が0と評定された項目については、その出来事の衝撃性は0とみなすことができる。逆にいえば、経験頻度と嫌悪度がともに1以上であれば、その出来事は生徒にとって何らかのストレッサーであると考えられる、という岡安ほか(1992)の方法に習い、ある項目の経験頻度と嫌悪度のどちらかが0となるように、両粗点を掛け合わせた数値をその項目の得点として使用した。

中学運動部所属生徒用ストレス尺度の全32項目について、主因子法プロマックス回転による因子分析を行った結果、4因子20項目(累積寄与率74.10)が中学運動部所属生徒のストレッサーとして抽出された。抽出された因子および因子に含まれる項目(因子負荷量.40以上)、各因子の寄与率、信頼性係数(Cronbach's α)、各項目の共通性を表2にまとめた。

その結果、第I因子に含まれる項目は、「6. 練習内容が厳しく、疲れがたまった。(因子負荷量.85)」あるいは「9. 先生(またはコーチ)の指導が厳しかった。(因子負荷量.75)」

表 2 ストレッサー尺度の因子分析結果 (主因子法・プロマックス回転)

No.	質問項目	因子負荷量				
		F I	F II	F III	F IV	共通性
Factor I :活動の制限 (7項目、 $\alpha=.81$)						
6	練習内容が厳しく、疲れがたまった。	.85	-.03	-.03	-.09	.51
9	先生(またはコーチ)の指導が厳しかった。	.75	-.08	-.01	.01	.51
4	学校が休みの日でも部活動があった。	.64	-.10	-.05	.03	.33
25	部活動の規則が厳しかった。	.56	.13	-.13	.19	.63
14	遊ぶ時間が減った。	.52	.05	-.03	.00	.50
16	先生に怒られた。	.50	-.05	.34	-.08	.49
23	部活動が楽しくないと感じた。	.44	.13	-.04	.13	.39
Factor II :学業との両立 (5項目、 $\alpha=.85$)						
30	家の人や先生に、成績が下がったと注意された。	-.21	.88	.02	.01	.54
19	成績が下がった。	.00	.87	-.06	.00	.29
24	授業についていけなくなった。	.03	.64	.05	-.01	.39
13	部活動と勉強の両立が難しくなった。	.22	.55	.08	-.06	.45
3	勉強する時間が減った。	.28	.49	.05	-.02	.39
Factor III :試合・練習 (6項目、 $\alpha=.77$)						
12	試合で勝つために、もっと厳しい練習をしたかった。	-.37	.03	.69	.03	.71
11	試合に負けた。	.14	-.02	.67	-.10	.35
1	試合で思い通りのプレーができなかった。	.16	.00	.65	-.06	.30
22	試合のことで頭がいっぱいになった。	.02	.17	.48	.03	.47
15	顧問の先生がいない時に、チームメイトが手を抜くことがあるので困ることがあった。	-.04	-.07	.45	.34	.44
18	練習がスムーズに行われていないと感じた。	.08	.01	.40	.29	.69
Factor IV :コミュニケーション (2項目、 $\alpha=.79$)						
26	試合で勝つためにチームメイトと話し合いしたが、話し合うことができなかった。	.07	.05	-.12	.85	.60
29	試合に負けた時にチームメイトみんなで反省点を話し合うことができなかった。	.00	-.07	.15	.72	.62
二乗和		4.71	4.16	3.62	2.33	
寄与率		23.55	20.80	18.10	11.65	74.10
因子間相関						
I		—	.58	.46	.27	
II			—	.39	.18	

や、「4. 学校が休みの日でも部活動があった。(因子負荷量 .64)」、「14. 遊ぶ時間が減った。(因子負荷量 .52)」など、手塚ほか (2001) によって定義された、日常生活における生徒自身の活動への制限や束縛、と同類のものであると考える。そのため先行研究 (手塚ほか, 2001) と同様に因子名を「活動の制限」とした (7 項目、寄与率 = 23.55%, $\alpha = .81$)。第 II 因子は、「30. 家の人や先生に、成績が下がったと注意された。

(因子負荷量 .88)」や「24. 授業についていけなくなった。(因子負荷量 .64)」などといった、生徒の学業や成績に関するストレッサーについて述べられたものであり、因子 II も手塚ほか (2001) の因子と合致していたが、因子名は「学業との両立」と命名した (5 項目、寄与率 = 20.80%, $\alpha = .85$)。第 III 因子は、「1. 試合で思い通りのプレーができなかった。(因子負荷量 .65)」や、「11. 試合に負けた。(因子負荷量 .67)」など、

試合に関する内容と、「12. 試合で勝つために、もっと厳しい練習をしたかった。(因子負荷量 .69)」、「18. 練習がスムーズに行われていないと感じた。(因子負荷量 .40)」など練習に関する内容で構成されていたため、第Ⅲ因子は「試合・練習」とした(6項目、寄与率=18.10%, $\alpha = .77$)。第4因子は、「26. 試合で勝つためにチームメイトと話したいが、話しかうことができなかった。(因子負荷量 .85)」と「29. 試合で負けた時にチームメイトみんなで反省点を話しかうことができなかった。(因子負荷量 .62)」で構成されており、これはチームメイトとのコミュニケーションに関する内容であるため、因子名は「コミュニケーション」とした(2項目、寄与率=11.65%, $\alpha = .79$)。

3. 中学生用ストレス反応尺度

男子生徒と比較し女子生徒の方が有意に高い結果となった($t(17)=3.67, p<.001$)。また三浦ほか(1998)に習い、因子数

を4因子に設定し確認的因子分析を行ったが、先行研究と異なる因子構造となった。その為、以降の分析では合計点を使用した。

4. ストレッサーとストレス反応の関連

Pearson の積率相関係数による相関を検証した結果、両変数の間には比較的強い相関があると言える($r=.636, p<.0001$)。

5. 中学運動部所属生徒用ソーシャルサポート尺度

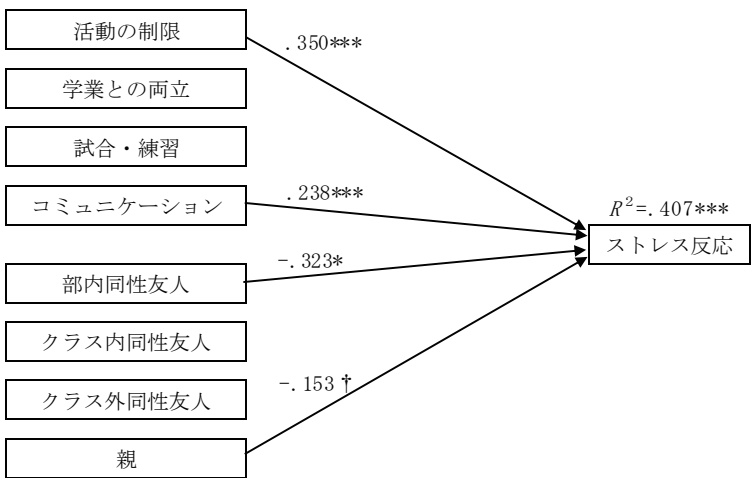
5.1 t検定

本研究ではSS提供者を重視するため、下位尺度は設定せずに分析を行った(表3)。部内同性友人($t(273)=3.22, p<.01$)、クラス外同性友人($t(273)=2.22, p<.05$)、親($t(271)=3.4, p<.001$)において、それぞれ女子生徒の方が有意に高いという結果となった。

表3 SS尺度得点の性別による得点とt検定の結果

SS対象者	男子 (n=155)		女子 (n=120)		t値
	平均	SD	平均	SD	
部内同性友人	45.70	16.28	51.79	14.53	-3.22 *** (df=273)
クラス内同性友人	43.63	15.64	45.71	14.57	-1.13 (df=273)
クラス外同性友人	41.04	16.23	45.33	15.48	-2.22 * (df=273)
親	41.08	17.01	47.67	14.39	-3.47 *** (df=271)

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$



† $p<.1$ * $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

図1 男子生徒のSS対象者における重回帰分析の結果

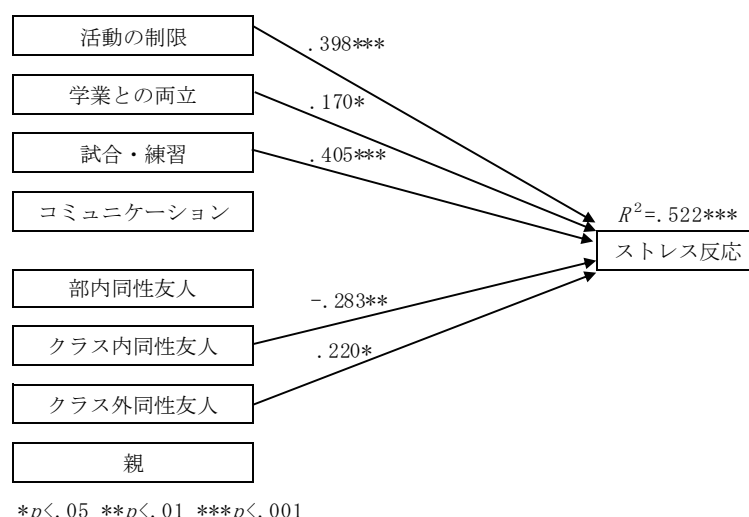


図2 女子生徒のSS対象者における重回帰分析の結果

5.2 重回帰分析

男子生徒と女子生徒それぞれの独立変数から従属変数への標準偏回帰係数は図1、図2に示す通りである。男子生徒は、部内同性友人と親のSS減少に伴いストレス反応に対して影響を持つことが明らかとなった。女子生徒はクラス内同性友人のSSが減少するとストレス反応が増加し、クラス外同性友人のSSが多い場合にストレス反応も増加していた。

IV 考察

1. ストレッサー尺度の因子構造の検討

本研究で作成された中学運動部所属生徒用ストレッサー尺度について、手塚ほか（2001）の中学生用部活動ストレッサー尺度との比較を考察する。本研究で作成された尺度は20項目4因子であり、第Ⅰ因子、第Ⅱ因子ともに先行研究と類似する結果となった。岡安ほか（1992）の研究でも同等の結果が得られていることを踏まえると、この点に関しては運動部だけでなく、すべての部活動に所属する生徒が抱える学校生活において共通する問題であると認識できるのではないかと。第Ⅲ因子と第Ⅳ因子の内容を併せて考察すると、常に試合に勝つという目標に向けて日々活動しているということが伺え、運動部特有のストレッサーであると考えられる（手塚ほか、2001）。運動部に所属する中学生のストレス構造については、競技に対するストレッサーだけではなく、学校生活との両立に関するストレスも抱えていることが示唆される。本研究は運動部所属中学生を対象としたが、部活動に起因する課題だけでなく、学校生活全般に関わる課題があると言えるだろう。

2. ストレス反応の性差

男子生徒よりも女子生徒の方が高いストレスを受けていることが示され、先行研究（廣岡ほか、2002）と同等の結果となった。中学生はPiagetの発達段階において青年期前期に位置するが、この時期は第二次反抗期と呼ばれ不満や葛藤が生じやすい時期（永島、2002）である。また手塚ほか（2001）

は「発達過程においては一般に、男子よりも女子の方が早熟であるといわれ、心身の発達あるいは環境の変化など周囲の状況に対して、男子以上に女子の方がよりストレスフルと感じる」ことについて言及しており、運動部所属生徒を対象にした本研究では手塚ほか（2001）の先行研究を支持する結果が得られたと言える。

3. SS尺度の性差

SS提供者別に性差を検証したところ、クラス内同性友人を除く3名の対象者において、男子生徒よりも女子生徒の得点の方が有意に高いという結果となった。多くのSS研究において男性よりも女性の方がSSを受けやすいという報告がある。岡安ほか（1993）は「女子は他者に依存することによって学校ストレスを軽減する傾向が高いが、男子はその傾向が低いと考える」と述べており、運動部所属生徒を対象とした本研究においても同様のことが言えるのではないかと。

4. SS提供者の性差

本研究は中学運動部所属生徒のSS提供者の検討を目的としているため、以降は重回帰分析の結果を踏まえながらSS提供者の男女差について考察する。男子生徒の方が親に頼る傾向があるものの、運動部に所属する生徒は男女ともに同性の友人関係に重点を置いていることが示された。しかし、同性友人との関係性については、例え運動部活動のストレスであっても男女間でサポート提供者が異なり、さらに男女間で友人関係における自由度が異なると言える。以下に男女別の考察を述べる。

男子生徒は部活動を通じて共通の趣味・関心をもつ友人との関係性に重点を置き、運動部活動に関するストレスは同じ競技仲間のサポートを得て乗り越えていくということが考えられる。親から提供されるSSがストレス反応に影響している点については、思春期は親（男子は特に母親）と徐々に距離を置く時期だが、男子生徒は未だ親との距離が近接している

ことが伺える。

一方、女子生徒はより複雑な対人関係にあり、例えば運動部活動の問題であってもクラス内友人がSSとして機能していると言え、これは女子生徒が学校生活においてクラスの人間関係を重視しており、クラス内の同質性や凝集性を重視するためと考える。クラス外友人のSSが増加するとストレス反応も増加するという点からは、SSは多ければ多いほどポジティブな効果が得られるのではなく、時にネガティブな影響となり得る可能性を示している。これは、サポートを受けることがサポートの提供を上回り関係が相互的でない場合に、相手に対して負債感が生じることで自尊心が傷つき、無力感が生じる可能性（丹羽，2007）のことを指す。つまりサポートが多すぎるとそれがプレッシャーとなり、本来ストレス反応を軽減するはずのSSが逆効果となり、ストレス反応を増加させてしまうということである。また、女子生徒の結果からは、強いストレスに対するSSの限定された効果（丹羽，2007）も指摘され、強いストレス状態であるとクラス内友人のSSだけではストレスを抑制することができず、クラス外友人に支援を求めていると考える。あるいは、クラス内同性友人との関係を良好に保つことができない女子生徒がクラス外の友人にサポートを求めている可能性を踏まえると、クラス内における不適応の課題もあるだろう。いずれにせよ本研究結果から、女子生徒は運動部活動の諸問題について趣味・関心が異なる場合でもクラス内の同性友人との関係性を重視することが示された。

V 本研究の課題と展望

本研究では中学運動部所属生徒のストレス構造とSS提供者の検討を行った。中学運動部所属生徒用ストレス尺度については4下位尺度が得られ、比較的高い信頼性も算出された。しかし、今後はより一層高い妥当性と信頼性が備わった尺度の作成を目指す必要性はあるが、本研究結果の有効回答率に鑑み、質問項目の表現等についても再検討が求められる。SSについては、女子生徒の方が男子生徒よりもSSを享受しているが、ストレス反応を予測するサポート提供者において思春期の友人関係では性差が表れた。思春期に位置する中学生と接する際は幅広い視点とより多くの仮説を下に、柔軟な思考で支援することが求められる。しかしながら、先述した内容は本研究結果の範囲内でしか考察ができない為、今後さらに詳細な研究が必要であろう。

謝辞

本論文執筆にあたり、日頃から暖かいご指導を頂きました法政大学大学院人間社会研究科末武康弘教授に深謝致します。またご多忙の中、法政大学文学部スポーツ心理学研究室の皆様より数々の貴重なご助言をいただきました。記して感謝の意を表します。

付記

本研究は、2014年度法政大学大学院人間社会研究科臨床心理学専攻の修士論文として提出された論文の一部である。

文献

- 廣岡秀一・森田千恵子（2002）中学生のストレスとソーシャルサポートに関する研究—ソーシャルサポートの緩衝効果を中心に、三重大学教育学部研究紀要，53：167-178.
- 細田絢・田畠誠一（2009）中学生におけるソーシャルサポートと自他への肯定感に関する研究，教育心理学研究，57：309-323.
- 飯田麻紗子（2021）中学運動部所属生徒のストレス及びソーシャルサポート提供者の予備的検討，法政大学スポーツ研究センター紀要，39：37-44.
- 越良子・関澤敬子（2009）中学生の部活動適応感における部活動内ソーシャルサポートの機能，心理学研究，80（4）：345-351.
- 公益財団法人日本中学校体育連盟（2021）令和2年度加盟校・加盟生徒数調査集計表，<https://nippon-chutairen.or.jp/data/result/.pdf>，（参照日 2021年11月27日）.
- 三浦正江・坂野雄二・上里一郎（1998）中学生が学校ストレスに対して行うコーピングパターンとストレス反応の関連，ヒューマンサイエンスリサーチ，7：177-189.
- 永松俊哉・鈴川一宏・甲斐裕子・松原功・植木貴頼・須山靖男（2009）青年期における運動・スポーツ活動とメンタルヘルスとの関係，体力研究，107：11-14.
- 永島正紀（2002）スポーツ少年のメンタルサポート—精神科医のカウンセリングノートから，講談社：東京.
- 丹羽郁夫（2007）ソーシャルサポートとセルフヘルプ，植村勝彦（編），コミュニティ心理学入門，ナカニシヤ出版：京都，pp. 119-140.
- 野崎真代（2009）中学生スポーツ選手のソーシャルサポートに対する知覚・期待，桜門体育学研究，44（1）：32-42.
- 小川潔・岡田大爾（2017）中学・高校の部活動が生徒の自己形成に及ぼす影響—自己指導能力に関する大学生の自己認識を通して—，広島国際大学教職教室教育論叢，9：11-21.
- 大畑美喜子・山本裕二（2020）中学生の運動部活動における主体性，総合保健体育科学，43（1）：43-49.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森俊夫・矢富直美（1992）中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係，心理学研究，63：310-318.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二（1993）中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果，教育心理学研究，41（3）：60-70.
- 須藤春佳（2014）友人グループを通して見る思春期・青年期の友人関係，神戸女学院大学論集，61（1）：115-126.
- 田邊綾子・鶴田来美（2017）中学生の友人関係の実態と友人関係構築に関する認識—思春期ピアカウンセリング講座実施時の調査から，日健医誌，26（4）：241-247.

- 手塚洋介・上地広昭・児玉昌久（2001）中学生の部活動に関するストレッサー尺度作成の試み. ストレス科学研究, 16 : 54-60.
- 手塚洋介・上地広昭・児玉昌久（2003）中学生のストレス反応とストレッサーとしての部活動の関係. 健康心理学研究, 16 (2) : 77-85.
- 東京新聞（2021）大坂なおみ選手の行動を「一般社会のメンタルヘルスを考えるきっかけに」. <https://www.tokyo-np.co.jp/article/109339.html>, (参照日 2021 年 12 月 4 日).
- 土屋裕睦・中込四郎（1994）大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. 筑波大学体育科学系紀要, 17 : 133-141.
- 和田実（1993）同性友人関係：その性および性役割タイプによる差異. 社会心理学研究, 8 (2) : 67-75.
- 吉村斉（1997）学校適応における部活動とその人間関係のあり方. 教育心理学研究, 45 (3) : 337-345.