

# 100kmウォークが大学生の内発的動機づけに及ぼす影響

中 島 弘 毅

## 目 次

1. はじめに
2. 研究方法
  - 2-1. 被験者
  - 2-2. 100kmウォークの概要
  - 2-3. 検査
    - 2-3-1. 有能感尺度
    - 2-3-2. 自己決定感尺度
    - 2-3-3. 他者受容感尺度
  - 2-4. 検査の手続き
3. 結果
  - 3-1. 有能感、自己決定感及び他者受容感の変化
  - 3-2. 参加タイプ間における比較
4. 考察
  - 4-1. 有能感、自己決定感及び他者受容感
  - 4-2. グループ別比較
5. まとめ

## 1. はじめに

中教審<sup>1)</sup>では、健康や体力の基盤の上に実践的な力としての「生きる力」を育てることが、今後の教育の在り方であるとしている。

現在の大学教育では、「幅広く深い教養及び総合的な判断力を培い、豊かな人間性を涵養する」<sup>2)</sup>こと、「ものを見る目や自主的、総合的に考える力を養うこと」<sup>3)</sup>が求められている。これら、「生きる力」「自主的、総合的に考える力の育成」は、「当の行動以外には明白な報酬が全くないような行動」<sup>4)</sup>である内発的動機づけと捉えることができる。

内発的動機づけについてのメカニズムは、最適不適合あるいは最適覚醒のアプローチと、有能さと自己決定のアプローチが有力である。後者のアプローチは、ホワイト、ド・シャーム、デシ、ハーター、桜井らによってなされている<sup>4)</sup>。桜井は他者受容感が有能感に強く影響を及ぼすとし<sup>5)</sup>、内発的学習意欲の発現プロセスを提示している<sup>6)</sup>。

キャンプを主とした自然体験活動と動機づけに関する研究は、達成動機の発達に及ぼす影響については飯田ら(1998)<sup>7)</sup> 関ら(1999)<sup>8)</sup> によって、プロジェクト・アドベンチャー(以下PAと呼ぶ)と内発的動機づけに関する研究は、蓬田ら(2000)<sup>9)</sup>、蓬田(2001)<sup>10)</sup>、中島ら(2002)<sup>11)</sup> によって行われている。

しかしながら、100kmウォークを対象とした内発的動機づけに関する研究は見あたらない。よって、本研究では内発的動機づけを有能感、自己決定感、他者受容感として捉え、100kmウォークという困難体験への参加体験が大学生の内発的動機づけに及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

そこで、本研究の目的を検証するために以下の仮説を設けた。

仮説1) 100kmウォークに参加した学生は、参加前に比し有能感、自己決定感、他者受容感が向上するだろう。

仮説2) 100kmウォークに参加した学生は、参加しなかった学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が向上するだろう。

仮説3) 100kmウォークを完歩した学生は、完歩できなかった学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が向上するだろう。

仮説4) スタッフは、参加学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が高いであろう。

仮説5) 参加者の男女において差が見られるのではないだろうか。

## 2. 研究方法

### 2-1. 被験者

100kmウォーク(1泊2日)に参加したM大学1年生計19名を経験群とした。対照群は、100kmウォークに参加していないM大学1年生25名である。スタッフは17名である。被験者の内訳は表1に示したとおりである。

### 2-2. 100kmウォークの概要

目的: 1. 自らの限界に直面することにより、真の自分に気づく。

2. 共に歩く仲間、及びサポーター等とのふれあいを通して、「人」の温かさ、

表1. 被験者の内訳

	参加者	スタッフ	対照群
男子	15	11	23
女子	4	6	2
合計	19	17	25

大切さについて実感する。

### 3. 自らの無限の可能性に気づく。

以上の3点を本活動の目的とし、サブタイトルとして「人間探しの旅～愛・感動・気づきへの挑戦～」とした。

1. においては、自己の無力さを知ること、普段意識されない「真」の自分への気づきが主眼とされた。2. については、本活動をグループによる活動とし、ゴールする時間を競うものではない活動とすることにより、100kmウォークを通して助け合い、ふれあう仲間、スタッフ、そして地域の人々からの声援等より他者の温かい気持ちを実感することとした。3. 自らが今まで体験したことがない困難なことに立ち向かうことへの勇気とその困難体験を乗り越えるという未知への挑戦を主眼とした。

時 期：2002年10月11日～12日（1泊2日）

コース：M大学を出発点、ゴールとし、波田、朝日村、塩尻市を回ってM大学に戻る前半50kmと、松本市、豊科、穂高、堀金を回る後半50kmのコースを設定した。

スタッフ：スタッフは100kmウォークを経験している日本体育大学社会体育研究会関係者（12名）を中心とした信州大学教育学部学生4名および大学教員2名であった。各チェックポイントにおいて、通過時間及び健康チェック、ケア（マッサージ、まめの治療等）を行なった。

班編成：班編制は5人ないし4人を1班とし、全体を4班に分けた。女性は2名ずつ組にして男女混合グループとした。各班には人間関係調整機能を果たしてくれると思われる学生をそれぞれ配置し、2名の女子留学生に対しては、おのおのに日本人の女子学生を組ませ、学生同士でサポート、交流できるようにした。班ごとに歩いてゴールすることも目標とし、少なくとも50kmは班で歩くこととした。途中棄権者を除いて、全ての班がグループで50km地点まで歩いた。50km地点以降、班より遅れた学生には、スタッフが同行して歩いた。

プログラム：本プログラムは、M大学の生涯スポーツの授業（選択）として行われた。30時間以内にグループで100kmを歩き通すことを目標とした。学生は、100kmウォーク実施前に3回の授業（事前説明、歩行速度計測）を行い、実施後に4回の授業（個人、グループによる振り返り、発表、まとめ）を行った。

### 2-3. 検査

学生の内的動機付けを測定するために、有能感尺度、自己決定感尺度、他者受容感尺度を用いた。有能感尺度と自己決定感尺度は質問に対し「はい」から「いいえ」、他者受容感尺度は「思う」から「思わない」の、それぞれ5段階評定で行った。いずれも高得点ほ

ど、有能感、自己決定感、他者受容感が高いことを意味する。

#### 2-3-1. 有能感尺度

有能感の測定は、桜井<sup>12)</sup>の有能感尺度を用いた。この尺度は、8の質問項目からなり、得点の範囲は8－40であった。得点が高いほど有能感が高いことを意味する。

なお、以下の方法で信頼性を検討した。尺度の得点分布をみるため、Pre（100kmウォーク実施直前）の段階での項目ごとの平均得点と項目－全体相関を算出した。その中で、平均値が1.5以下または、4.5以上のもの、項目－全体相関が $r=.3$ 以下の項目を不適切項目とした。以上より、「なるべく簡単にできるように仕事をしている」（ $r=-.02$ ）を削除し、以後の分析を行った。

次に下位尺度の内的一貫性をみるため、被験者の回答に対して有能感尺度の $\alpha$ 係数を算出した。その結果、 $\alpha=.78$ と信頼性が認められた。また、折半法によるスピアマン－ブラウンの公式による信頼性係数を算出した結果、 $r=.68$ と信頼性が認められた。

#### 2-3-2. 自己決定感尺度

自己決定感の測定は、桜井<sup>12)</sup>の自己決定感尺度を用いた。この尺度は、8の質問項目からなり、得点の範囲は8－40であった。得点が高いほど自己決定感が高いことを意味する。

なお、以下の方法で尺度の信頼性を検討した。尺度の得点分布をみるため、Pre（100kmウォーク実施直前）の段階での項目ごとの平均得点と項目－全体相関を算出した。その中で、平均値が1.5以下または、4.5以上のもの、項目－全体相関が $r=.3$ 以下の項目を不適切項目とした。以上より、「自分の思い通りに行動している」（ $r=.25$ ）を削除し、以後の分析を行った。

次に下位尺度の内的一貫性をみるため、被験者の回答に対して自己決定感尺度の $\alpha$ 係数を算出した。その結果、 $\alpha=.76$ と信頼性が認められた。また、折半法によるスピアマン－ブラウンの公式による信頼性係数を算出した結果、 $r=.67$ と信頼性が認められた。

#### 2-3-3. 他者受容感尺度

大学生用の他者受容感尺度がなかったために、高野ら<sup>13)</sup>の児童用の他者受容感尺度を筆者が大学生用に修正し、用いた（補足資料参照）。この尺度は、10項目の質問からなり、得点の範囲は10－50であり、得点が高いほど他者受容感が高いことを意味する。

なお、以下の方法で尺度の信頼性を検討した。尺度の得点分布をみるため、Pre（100kmウォーク実施直前）の段階での項目ごとの平均得点と項目－全体相関を算出した。その中で、平均値が1.5以下または、4.5以上のもの、項目－全体相関が $r=.3$ 以下の項目を不適切項目とした。

次に下位尺度の内的一貫性をみるため、被験者の回答に対して他者受容感尺度の $\alpha$ 係数を算出した。その結果、 $\alpha=.80$ と高い信頼性が認められた。また、折半法によるスピアマン－ブラウンの公式による信頼性係数を算出した結果、 $r=.84$ と高い信頼性が認められた。

## 2-4. 検査の手続き

有能感尺度、自己決定感尺度、他者受容感尺度をPre（100kmウォーク実施直前）、Post 1（100kmウォーク実施直後）、Post 2（100kmウォーク終了1ヶ月後）の3回実施した。

検査にあたっては、Preは前日（対照群）または、当日の朝（参加者およびスタッフ）に、Post 1は100kmウォーク実施終了直後（参加者およびスタッフ）および翌週に配票調査（対照群）にて行なった。そしてPost 2は授業時における集合調査（参加者）、また配票調査（対照群）および郵送調査（スタッフ）にて行った。

回収率は、参加者においては、Pre、Post 1がいずれも95%（18/19）であり、Post 2が84%（16/19）であった。対照群においては、Preが100%（25/25）、Post 1が64%（16/25）であり、Post 2が76%（19/25）であった。スタッフにおいては、Preが94%（16/17）、Post 1が82%（14/17）であり、Post 2が71%（12/17）であった。

統計処理は、統計ソフトSPSSを用い、分散分析を行った。

また、対照群に対して、調査期間中に100kmウォーク等の困難体験参加の有無を尋ねたところ、参加者はいなかった。なお、考察の際、実習後の振り返りを参考資料として用いた。

## 3. 結果

### 3-1. 有能感、自己決定感及び他者受容感の変化

表2に有能感、自己決定感及び他者受容感の平均得点と標準偏差を示し、図1～図3にその変化を示した。

参加者、対照群及びスタッフの有能感、自己決定感及び他者受容感の得点変化を検討するために、測定時期（Pre・Post1・post2）を要因とする一要因の分散分析を行った。

100kmウォークに関わった参加者及びスタッフは、有能感、自己決定感、他者受容感いずれにおいても同様の推移を見せたが、有意差は認められなかった。

また、完歩者群、未完歩者群の有能感、自己決定感及び他者受容感の得点変化を検討するために、測定時期（Pre・Post1・post2）を要因とする一要因の分散分析を行った。完歩者群及び未完歩者群ともに有能感、自己決定感及び他者受容感のいずれの項目においても有意差は認められなかった。

また、参加者の男女別有能感、自己決定感及び他者受容感の得点変化を検討するために、測定時期（Pre・Post1・post2）を要因とする一要因の分散分析を行った。男女ともに有能感、自己決定感及び他者受容感のいずれの項目においても有意差は認められなかった。

表2. 有能感、自己決定感、他者受容感の平均得点と標準偏差

			有能感			自己決定感			他者受容感		
			Pre	Post1	Post2	Pre	Post1	Post2	Pre	Post1	Post2
参加者	Mean	参加者	18.99	18.94	20.00	26.05	23.17	24.40	33.61	34.00	33.35
		完歩者	19.62	21.00	20.00	25.25	22.50	26.71	31.85	34.75	33.28
		非完歩者	18.40	17.50	20.00	26.70	23.77	22.37	35.00	33.40	33.42
		男性	20.20	20.07	21.16	27.66	25.23	25.90	34.06	33.78	33.16
	SD	女性	12.66	13.66	16.50	18.00	16.50	20.25	31.33	34.75	34.50
		参加者	5.47	5.42	4.70	6.39	6.90	5.46	7.50	6.04	4.16
		完歩者	7.44	5.71	6.69	7.26	2.90	2.10	8.67	3.37	3.94
		非完歩者	3.56	4.99	1.60	5.92	5.95	4.80	6.54	7.70	4.68
		男性	5.08	5.23	3.53	5.49	5.65	5.30	7.28	6.56	4.36
		女性	1.52	2.51	6.55	4.35	6.95	3.77	9.86	4.42	3.53
	N	参加者	18	17	16	18	17	15	18	17	16
		完歩者	8	7	8	8	8	7	8	8	7
		非完歩者	10	10	8	10	9	8	10	10	7
		男性	15	14	12	15	13	11	15	14	12
		女性	3	3	4	3	4	4	3	4	2
スタッフ	Mean		19.57	19.46	21.83	28.66	26.78	26.81	38.50	38.33	37.90
	SD		4.30	5.68	4.34	2.74	4.72	3.60	6.18	6.99	5.26
	N		14	13	12	15	14	11	16	12	11
対照群	Mean		18.00	20.18	19.15	25.47	27.00	26.47	34.34	35.46	33.88
	SD		4.35	4.99	4.83	4.95	3.72	4.94	6.22	6.89	5.78
	N		25	16	19	23	14	19	23	15	18

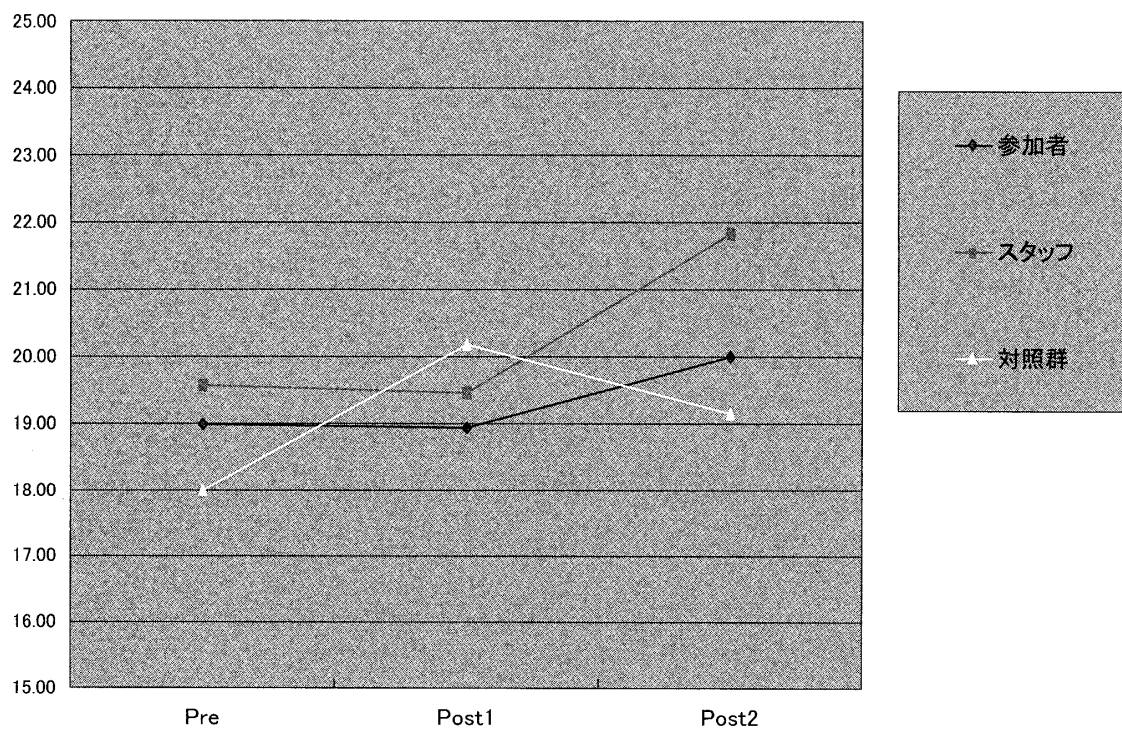


図1. 有能感得点の変化

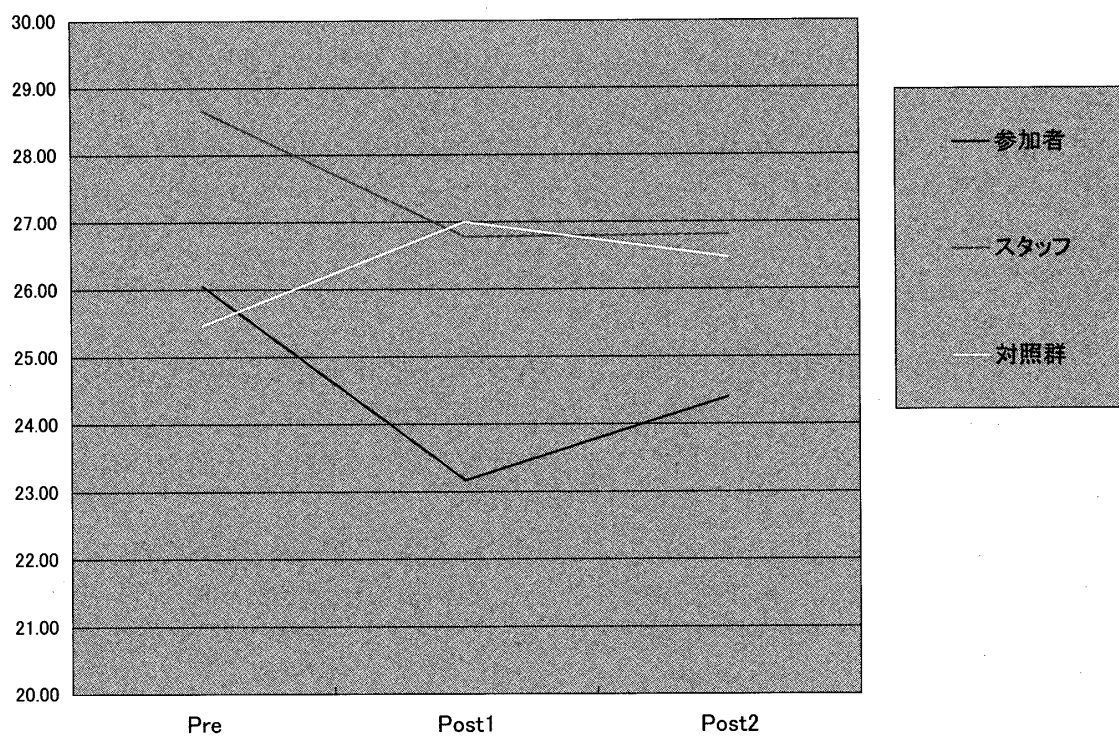


図2. 自己決定感得点の変化

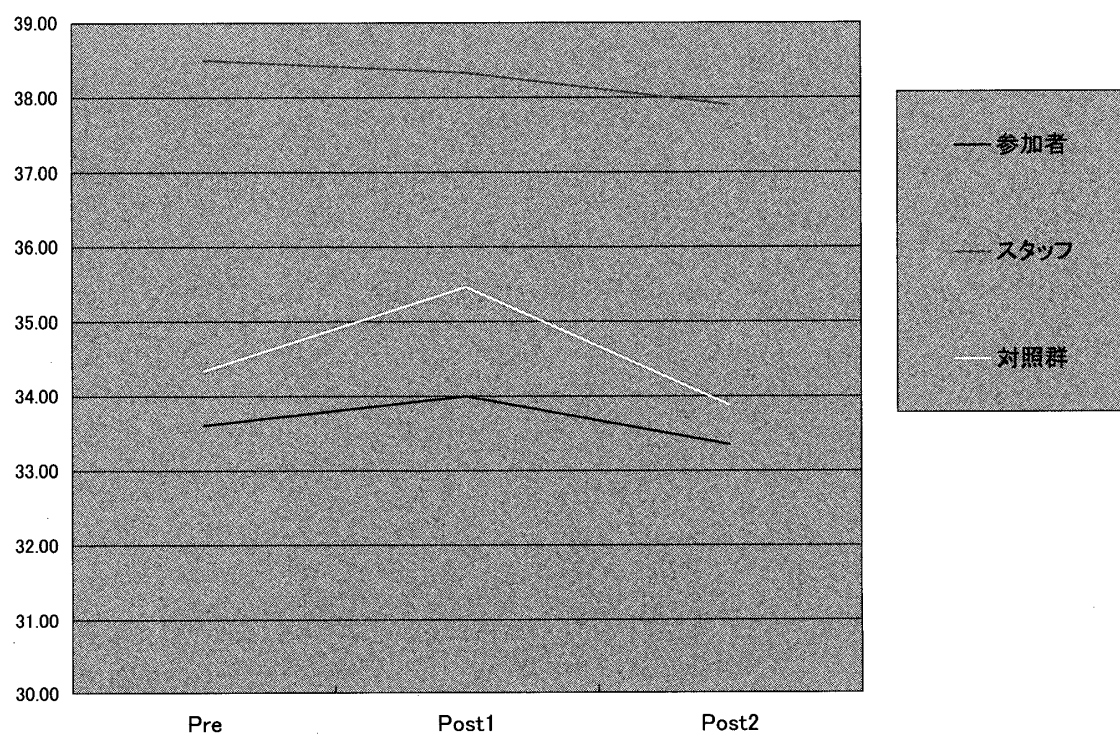


図3. 他者受容感得点の変化

### 3-2. 参加タイプ間における比較

参加タイプ別による差を検討するため有能感、自己決定感及び他者受容感の3要因を従属変数とする参加タイプ（参加者、スタッフ、対照群）と測定時期（Pre・Post1・post2）の2要因の分散分析を行なった。

その結果、自己決定感（ $F(2,137)=3.66$ ,  $p<.05$ ）及び他者受容感（ $F(2,136)=6.33$ ,  $p<.01$ ）に有意差が認められた。さらに、LSD法による多重比較を行った結果、自己決定感においては参加者とスタッフの間に有意差が認められた（ $MSe=25.99$ ,  $p<.05$ ）。他者受容感においてはスタッフと参加者、スタッフと対照群の間に有意差が認められた（ $MSe=38.82$ ,  $p<.05$ ）。

また、完歩の有無別による差を検討するため有能感、自己決定感及び他者受容感それぞれにおいて完歩の有無（完歩者群、未完歩者群）と測定時期（Pre・Post1・post2）の2要因の分散分析を行なった。完歩者群及び未完歩者群の間には有能感、自己決定感及び他者受容感のいずれの項目においても有意差は認められなかった。

また、参加者の性別による差を検討するため有能感、自己決定感及び他者受容感それぞれにおいて参加者の性別と測定時期（Pre・Post1・post2）の2要因の分散分析を行なった（図4、図5）。その結果、有能感（ $F(1,45)=13.64$ ,  $p<.01$ ）及び自己決定感（ $F(1,44)=18.14$ ,  $p<.01$ ）に有意差が認められた。

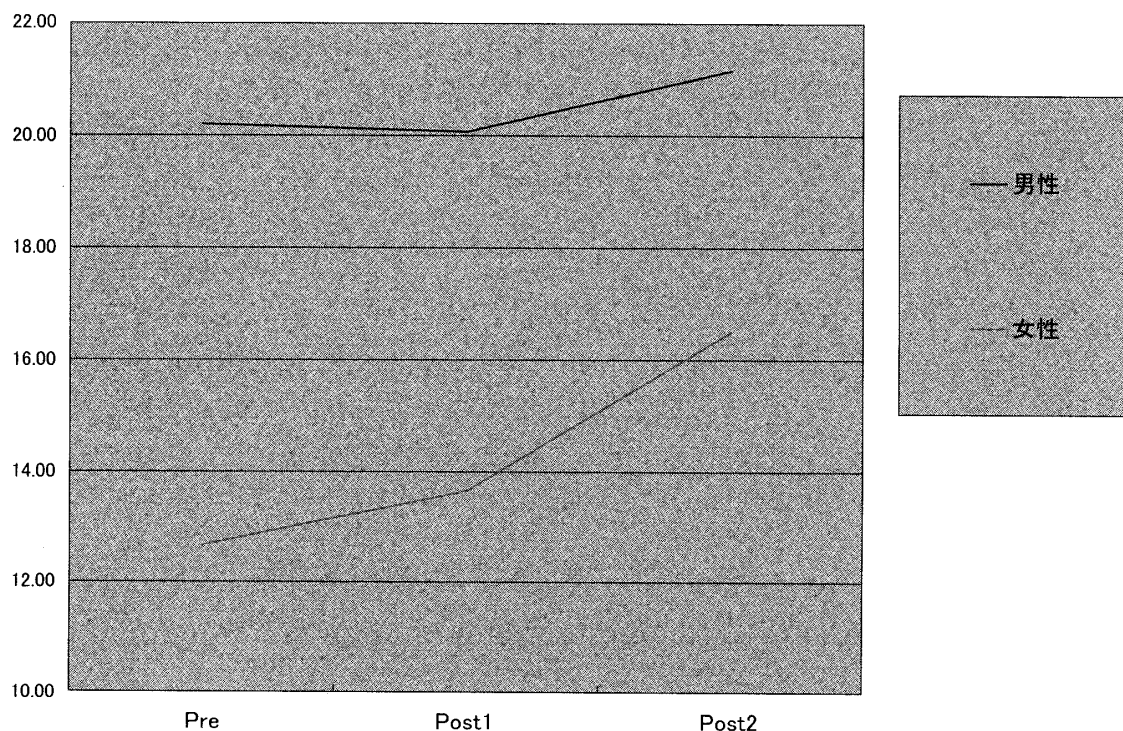


図4. 参加者における男女別有能感得点の変化

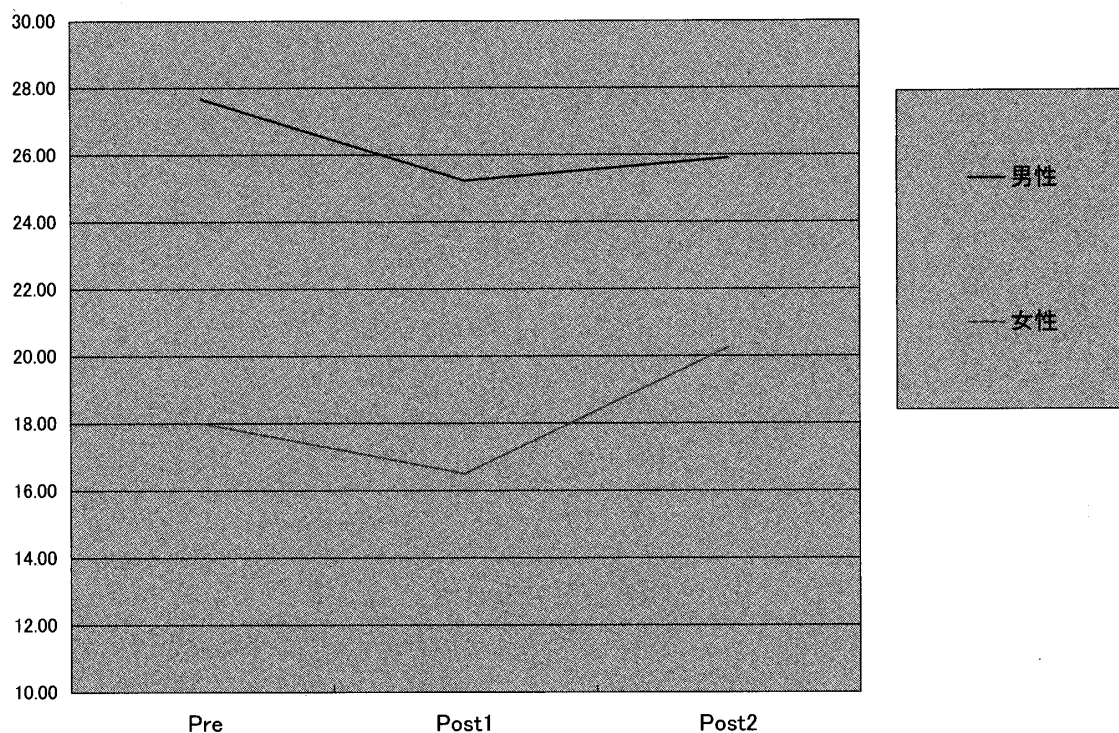


図5. 参加者における男女別自己決定感得点の変化

#### 4. 考察

##### 4-1. 有能感、自己決定感及び他者受容感

1泊2日による100kmウォーク体験からは、参加者、スタッフともに有能感、自己決定感及び他者受容感の有意な向上はみられなかった。また、完歩の有無別、男女別においてもともに有能感、自己決定感及び他者受容感の有意な向上はみられなかった。

よって、100kmウォーク体験という困難体験が有能感、自己決定感及び他者受容感に効果があるだろうという仮説1)は、今回の調査では支持されなかった。

中島ら(2001)によると、2日間のPA体験により有能感が有意に向上し、1ヶ月後においても有能感は、維持される傾向があったとしているが、100kmウォークにおいては、PAと同様の効果は、見られなかった。これは、2日間という期間は同じであるが、プログラム内容による影響、および被験者の男女の比率がある程度影響していると思われる。

桜井(1991)<sup>14)</sup>はハーターのコンピテンス動機づけの発達モデルを援用し、成功経験が内的喜びを生み、有能感を高めるとし、またPriest(1993)は、冒険教育における有能感の向上は、その活動による成功体験、周囲からの賛辞、喜びなどの内的感情によるとしている。

100kmウォークにおいては、成功体験(完歩)者が8人/19人であった。しかしながら、完歩者は、非完歩者に比し有能感が向上するだろうという仮説3)は今回の調査において支持されず、成功体験の有無による有能感の違いは見られなかった。これには、ゴー

ルした日が日曜日ということもあり、会場（大学）には参加者の友人が数人だけで、スタッフの人数の関係から到着した参加者をゴール等において迎えることが不十分であったことが一つの原因としてあげられる。参加者の事後の感想からも「出迎えが寂しかった」という同様な意見が述べられている。これらのことから考えると、周囲からの賛辞、喜びなどの共感が不十分であり、参加者の内的感情が本人達の期待以上に高まらなかったことが考えられる。

蓬田(2001)、中島ら(2002)による大学生を対象にした研究においても、自己決定感における変化は認められていない。

今回の100kmウォークは選択科目であったが、本活動が授業の一部で評価がなされ、また、本活動は班単位で行われた。班メンバーの選択の自由はなく、班のメンバー構成は当日発表された。プログラムの提示はスタッフからなされ、自らの決定によって何かを作り上げて行くという性質のものではなかったこと等により、自らが決定しているという認知、感情はあまり抱かれなかったものと思われる。

蓬田ら(2000)の児童を対象とした長期自然体験における研究では、自主性、自律性の育成を目的とした指導の効果として自己決定感が有意に向上したとしている。

教育プログラムにおいては、グループの凝集性を高めることと参画を高めることがグループ意識の変容を促し、個の変容をもたらすこと、参加者のプログラムへの参画を高めることがグループの凝集性を高めること、さらに参加者に影響を与える意志決定への積極的参加が参加者の成長と直接の関係があることが明らかになっている<sup>15)</sup>。

今回の活動は、グループ作りは事前になされなかった。よって、メンバー間のつながりは、十分ではなかったと言える。4班の中で最後までグループで歩き続けたのは、1班のみであり、残りの3班は中間地点を境にしてグループでの歩行がなされなくなっていった。

以上のことより①事前のグループ作りがなされていなかったこと、②参加者は100kmウォークのプログラム参加には携わず、参加するのみであったこと、③50km程度のグループ歩行では、グループの凝集性が高まるまでには不十分であったこと、が集団凝集性未形成の原因と考えられる。

よって、集団凝集性を高めるために、事前のグループ作りの実施（ここでいうグループづくりとはグループの成長段階の最終段階を指す）、プログラム形成過程への参画をできる限り取り入れていくことが、大切であると考えられる。

また、Lott&Lott(1965)<sup>16)</sup>は集団凝集性と他者による受容は正の関連を持つとし、Johnsonほか(1982)<sup>17)</sup>は、グループの結束の強化は、他者への思いやりや他者受容、相互依存の傾向を強めるとしている。これらより参画を高め、グループ作りを行うことによって自己決定感、他者受容感を高めることができると考えられる。

今回の研究によって、蓬田ら(2000)、蓬田(2001)、中島ら(2002)の研究とあわせて期間の長期化、自己決定的なプログラム内容または、プログラム形成過程への参画が自己決定感、他者受容感を高めるために必要であることがあらためて示唆された。

#### 4-2. グループ別比較

1泊2日による100kmウォーク体験からは、参加者群と対照群の間に有能感、自己決

定感及び他者受容感の有意な差はみられなかった。よって、100kmウォークに参加した学生は、参加しなかった学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が向上するだろうという仮説2)は、今回の調査では支持されなかった。

また、100kmウォークを完歩した学生は、完歩できなかった学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が向上するだろうという仮説3)も両者の間に有意な差は見られず、今回の調査では支持されなかった。100kmウォークを完歩するか否かと有能感、自己決定感、他者受容感との間には、十分な関係はみられなかった。

スタッフは、参加学生に比し有能感、自己決定感、他者受容感が高いであろうという仮説4)は、有能感においては両者の間に有意な差は見られず、今回の調査では支持されなかったが、自己決定感および他者受容感においては両者間に有意な差が見られ、スタッフが明らかに参加学生より高い値を示し、仮説4)がほぼ支持された。これは、スタッフが参加者に比して高い自己決定感および他者受容感を有していたことを示している。

スタッフは、主催者側の呼びかけに対し、本活動の趣旨に賛同し、自らの意志で都合をつけて集まってきてくれた人たちである。ほとんどのスタッフは前泊をし、当日を迎えると共に、当日の夜はせいぜい仮眠がとれればよい程度であり、ほとんど徹夜でサポートをしなければならないというハードな内容であった。スタッフの多くは、100kmウォーク経験者であり、また、約半数はサポートも幾度となく経験しているメンバーであった。特に100kmウォーク経験者は、その活動を通して100kmウォークの良さを感じている人たちである。

スタッフは、自己決定感、他者受容感が高いからこそ、スタッフとして本活動に協力してくれたとも考えられる。

また、参加者の性別による差を検討した結果、有能感、自己決定感に有意差が認められ、男性が女性に比して明らかに高い値を示した。これは、男性が女性に比して高い有能感、自己決定感を有していたことを示している。日常生活において、一般的に男性の方が女性に比してより活動的であり、また、自己決定する事柄も多いためではないかと推察される。

## 5. まとめ

大学生を対象とした1泊2日の100kmウォーク体験が、内発的動機づけにどのような影響を及ぼすかについて、内発的動機づけを高める要素を有能感、自己決定感、他者受容感として調査を行った。その結果、以下のことが明らかになった。

- 1) 参加者、スタッフ共に100kmウォーク体験の前後を比較して有能感、自己決定感、他者受容感について有意な変化はみられなかった。また、参加者の男女別、完歩の有無別においても同様であった。
- 2) 参加者は参加しなかった学生に比して、有能感、自己決定感、他者受容感について有意な差はみられなかった。
- 3) スタッフは参加者に比して、自己決定感、他者受容感が明らかに高かった。
- 4) 完歩者は非完歩者に比して、有能感、自己決定感、他者受容感について有意な差はみられなかった。

5) 参加者において男性は女性に比して、有能感、自己決定感が明らかに高かった。

以上より、1泊2日の100kmウォークという短期の困難体験が大学生の内発的動機づけの向上に影響を及ぼすという知見は得られなかった。

しかしながら、多くの参加者は、また今後この100kmウォークに関わりたいとしている。また、主催者が100kmウォークをどのように考え、100kmウォークを通して何を感じて欲しいかをどのように考えるかによって、当然スタッフのサポートの仕方にも違いがあらわれ、参加者に影響を及ぼすものと思われる。

特にこの様な困難体験においては、参加者のあるがままを受容し、共感することによって、内的感情を高めるような環境を整えることがとても大切であると考えられる。今回は、長年の100kmウォークの運営経験を持つスタッフを配置したが、主催者側の準備、及び参加者に対する対応に不十分な所が多々あったことは否めない。今後、内的感情を高めるような環境条件下を整備することによって、100kmウォークが参加者に及ぼす影響を改めて検証して行きたい。

注) \_\_\_\_\_

- 1) 中央教育審議会(1996) 21世紀を展望した我が国の教育の在り方について、第1次答申。「自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する能力であり、また、自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心など、豊かな人間性」がこれからの子どもに必要であるとしている。
- 2) 大学設置基準
- 3) 大学審議会(1991)大学教育の改善について、答申
- 4) 桜井茂男(1991)内発的動機づけ、宮本美沙子編新児童心理学講座第7巻情緒と動機づけの発達、金子書房、91-94
- 5) 前掲4) p.107
- 6) 桜井茂男(1997)学習意欲の心理学—自ら学ぶ子どもを育てる—、誠信書房
- 7) 飯田稔・関智子・黒澤毅(1998)自然体験活動「心のふるさと村」が参加者の達成動機・友達づき合い・自然に対する感性に及ぼす効果、国際自然大学校編 文部省委嘱事業子どもの「心の教育」全国アクションプラン「心のふるさと村」報告書、東京 93-111
- 8) 関智子・飯田稔・岡村泰斗・黒澤毅(1999)長期・短期自然体験が参加者の達成動機に及ぼす効果の比較、日本レジャーレクリエーション学会第29回大会研究発表論文集、94-97
- 9) 蓬田高正・飯田稔・井村仁・関智子・岡村泰斗(2000)長期自然体験が児童の内発的動機づけに及ぼす影響、野外教育研究第3巻第2号、13-22
- 10) 蓬田高正(2001)キャンプ実習が大学生の内発的動機づけに及ぼす影響、日本野外教育学会第4回大会研究発表抄録集、26-27
- 11) 中島弘毅・大内義昭・神谷明宏・月橋春美(2001)プロジェクト・アドベンチャーが女子大生の内発的動機づけに及ぼす影響、聖徳大学研究紀要人文学部、第12号、71-75
- 12) 桜井茂男(1993)自己決定とコンピテンスに関する大学生用尺度の試み、奈良教育大学教育研究所紀要、第29号、203-208
- 13) 高野清純・海保博之・桜井茂男・岡島京子・渡辺弥生(1992)POEM—生徒理解カード、図書文化、東京
- 14) 桜井茂男(1991)内発的動機づけ、宮本美佐子編新児童心理学講座第7巻情緒と動機づけの発達、金子書房、109-110
- 15) H・G・ディモック著、大川一雄監修(1983)グループ・ダイナミックス入門、相川書房、4-5、44-63

- 16) Lott,A.J.&Lott,B.E.(1965)Group Cohesiveness as Inerpersonal Attraction. Psychological Bulletin. 64, 259-309
- 17) Johnson, D. W., and Johnson, F. P.(1982) Joining Together, Prentice Hall, Englewood Cliffs, New Jersey, p.410.

**補足資料：他者受容感尺度の質問項目**

- (1) クラスの友達から、頼りにされている。
- (2) 先生と気軽に話をする事ができる。
- (3) クラスの人から、相手にされないことが多い。(R)
- (4) 自分がいなくなっても、悲しむ人は少ない。(R)
- (5) 先生は、わたしにやさしい。
- (6) 何か失敗しても、家の人（お父さん、お母さんなどは）は、温かく見守ってしてくれる。
- (7) 先生に信頼されている。
- (8) 何か失敗しても、先生は温かく見守ってしてくれる。
- (9) 困ったとき、話を聞いてくれる人はいない。(R)
- (10) わたしの気持ちをわかってくれる人はいない。(R)

※(R)は逆転項目を示す