

## 大学生における動機づけと基本的要求の充足 およびウェルビーイングの関連

田中希穂<sup>1\*</sup>・井内伸栄<sup>2\*\*</sup>

<sup>1</sup>関西大学人間活動理論研究センター・<sup>2</sup>大阪信愛女学院短期大学人間環境学科

---

---

内発的動機づけ理論の1つである自己決定理論を基盤とした研究では、その中心的概念である基本的要求(コンピテンスへの要求,自律性への要求,関係性への要求)と自律的動機づけの両方を取り上げ、動機づけプロセスを包括的に検討している研究はあまりない。そこで、本研究では、大学生175名(男性71名,女性104名)を対象に、学業活動に対する動機づけおよびそれ以外に打ち込んでいる活動に対する動機づけと、全般的な基本的要求の充足の程度やウェルビーイングとの関連について検討した。大学生の学業に対する自律的な動機づけおよびコンピテンス要求と関係性要求の充足は人生に対する満足感やポジティブ感情を促進する一方、学生が打ち込んでいる活動に対する自律的な動機づけや自律性要求の充足はネガティブ感情を抑制する傾向があった。3つの基本的要求の充足はウェルビーイングの異なる側面に働きかけることが示唆された。これらの結果より、大学生のウェルビーイングの促進には、学生を学業に動機づけるだけでなく、それ以外の活動にも動機づけ、その中で基本的要求が充足されることが望まれる。

キーワード：自己決定理論・動機づけ・基本的要求・ウェルビーイング

---

---

### 1. はじめに

動機づけ研究に関しては学業に対する動機づけについて検討されることが多い。特に学生生活の中で学業活動が大きな位置づけを占める大学生を対象とした研

究ではその傾向が強く、内発的動機づけ理論の1つである自己決定理論(Self-determination Theory (SDT))[1, 2, 3]においてもその傾向は同様である。そして、これらの研究の多くでは、内発的・自律的な動機づけのポジティブな効果が一貫して報告されている[4, 5, 6, 7, 8]。

SDTは、また、人間の心理的成長やウェルビーイング(well-being)の促進について実証的にアプローチしている理論でもあり、特にポジティブ心理学[9, 10]が提唱されて以来、人間の強さや適応の促進にアプローチする研究が盛んに行われている。SDTで扱っているウェルビーイングとは、第一に、主観的なウェルビーイングであり、実際の身体的健康や生活の豊かさなどは直接的に関係しない。第二に、単に否定的感情が存在しないというだけではなく、肯定的な感情を知覚している状態のことをいう。第三に、ある特定の領域に対する感情ではなく、個人の人生への統合的な評価に重きを置いている。

人間にとって最適な状態、つまり自律的動機づけや

---

Kiho Tanaka, Nobue Iuchi :  
Relation between Motivation, Basic Need Satisfaction, and Well-being in Undergraduate Students.  
Human and Environment Vol. 1 (2008)

\*〒564-8680 吹田市山手町 3-3-35,  
Tel:06-6368-0097,Fax:06-6368-0096,  
E-mail: ktanaka@chat.kansai-u.ac.jp

\*\*〒538-0053 大阪市鶴見区鶴見 6-2-28,  
Tel:06-6180-1041,Fax:06-6180-1045,  
E-mail: iuchi@osaka-shinai.ac.jp

受付：2008年12月28日(受理)  
©2008 大阪信愛女学院短期大学

ウェルビーイングを促進する諸条件を明らかにすることによって、人の発達や遂行、心理身体的健康の最も適応的な状態を導く社会的環境を立案することは重要である。SDT では、動機づけやウェルビーイングが促進・阻害される状況について焦点を当てた結果、コンピテンスへの要求 [ 11 ], 自律性への要求 [ 12 ], 関係性への要求 [ 13 ] の 3 つの生得的で基本的な心理的要求が個人内で充足されることが重要であることを指摘している。コンピテンスへの要求とは、自分は有能であると感じ、環境と効果的に相互作用したいという要求であり、自律性への要求とは、外部の圧力から開放されて、自分が主体的に選択して活動したいという要求である。関係性への要求とは、他者との密接な間柄や絆を感じたい、他者の思いやりを感じたいという要求である。

基本的要求は、満たされると健康やウェルビーイングを促進するが、満たされないと疾病やイルビーイング (ill-being) につながるという活動的な状態であり [ 14 ], Kasser と Ryan [ 15 ] や Baard ら [ 16 ] は、特定領域における基本的要求の充足はウェルビーイングを促進することを報告している。また、Kasser らの一連の研究 [ 17, 18, 19, 20 ] によって、個人によって価値づけられた目標の追求と達成がすべてウェルビーイングの促進につながるのではなく、目標そのものの内容によってウェルビーイングへの影響は異なることが示唆された。

ウェルビーイングと自律的動機づけとの関連も検討され、自律的動機づけはウェルビーイングを促進し、イルビーイングを抑制することが示されている [ 21 ]。基本的要求の充足と自律的動機づけの関係については、3 つの基本的要求が充足されるような社会的環境が自律的動機づけを促進するという仮説を多くの研究が実証してきた (例えば [ 22, 23, 24, 25 ])。しかし、3 つの基本的要求の充足が自律的動機づけの促進に影響を及ぼすのは、その活動が個人にとって最も興味や新奇性の感じられる場合に限られるとも示唆されている [ 14, 18 ]。また、Assor ら [ 26 ] は、コンピテンス要求と関係性要求が充足されたとしても、必ずしも自律的動機づけが促進されるとは限らず、自律性要求が充足されることが行動の内面化と統合さらには内発的動機づけの維持促進に重要であると報告している。このように動機づけに対する自律性要求の充足の重要性を指摘する研究は多い [ 27, 28 ]

3 つの基本的要求の重要性の違いについては他の研究でも指摘されている。Sheldon ら [ 29 ] や Reis ら [ 30 ] は関係性要求がウェルビーイングのネガティブな側面を予測しないと報告している。一方で、Frodi ら [ 24 ] は関係性要求の充足は内発的動機づけに影響することを示唆し、Deci と Ryan [ 2 ], Baumeister と Leary [ 13 ], Mikulincer と Florian [ 31 ] なども関係性要求

の重要性を指摘している。このように、結果は必ずしも一貫していない。

多くの動機づけ研究が動機づけプロセスにおける基本的要求の影響を検討しているものの、基本的要求・動機づけ・ウェルビーイングを包括的に検討しているものはあまりない。そこで本研究では、これらの概念を動機づけプロセスの中で総合的に検討する。基本的要求の充足は自己決定的な動機づけを促進すると予測され、特に自律性要求の充足が自律的動機づけを維持促進すると考えられる。また、基本的要求の充足はウェルビーイングを促進すると仮定されるが、コンピテンス要求と自律性要求はウェルビーイングのポジティブな側面とネガティブな側面の両方を予測するのに対して、関係性要求はポジティブな側面にのみ効果的であると仮定した。

一方、基本的要求の充足が自律的な動機づけの促進に影響するのは、その活動が個人にとって興味深く、新奇性の知覚される場合に限られるという SDT の仮定より、本研究では、調査対象である大学生の学業に対する動機づけを扱うだけでは不十分であると考えた。大学生において、学業活動が学生生活の中心的活動であることは確かであるが、学業以外にもさまざまな活動に関わり、価値を見出している。その活動は個人によって異なり、動機づけもさまざまであると考えられる。そこで、本研究では、大学生の学業に対する動機づけとともに、個人が最も打ち込んでいる活動に対する動機づけも取り上げる。基本的要求は、興味ある活動や個人的に重要な活動に従事し、その活動の過程の中で充足されていく [ 32 ] ことから、学生の要求充足が学業活動と関連するものなのか、それ以外の活動に関連するものなのかを検討することが可能となる。一方で、基本的要求の充足によって促進された自律的動機づけは、その活動にかかわらず、いずれもウェルビーイングを促進すると考えられる。

## 2. 研究方法

### 1) 被調査者

京都府下の私立の 4 年制大学の学生 175 名 (男性 71 名、女性 104 名) を調査の対象とした。

### 2) 測度

**基本的要求:** 基本的要求の充足度を測定するために、Sheldon と Elliot [ 33 ] の作成した 3 項目に、独自に作成した 6 項目を加えた。評定形式は 6 段階であった。この尺度では、SDT で仮定されている 3 つの基本的要求であるコンピテンス要求 (3 項目、例:「一般的に、私は自分が試みることににおいて有能で能力があると感じる」)、自律性要求 (3 項目、例:「私は、自分で選択し決定して行動を起こすことができる」)、関係性要求 (3 項目、例:「私は普段人と関わっている中で、自分

に近く密接な人がいると感じる」)を測定している。

**学業に関する動機づけ**：学業に対する動機づけを測定するために、Vallerand ら [34] が大学生用に作成した Academic Motivation Scale (AMS) を日本語に翻訳したものをを用いた。「あなたはなぜ大学に行くのですか?」という問に対する理由として考えられる 28 項目について、6 段階で評定を求めた。この尺度では、自律性の程度が異なる 5 つのタイプの動機づけを測定している。それらは、内発的動機づけ (12 項目、例：「難しい学業をやり遂げる過程に満足感を感じるから」)、同一視的調整 (4 項目、例：「大学教育は将来やりたい仕事に就くための準備になると思うから」)、取り入れ的調整 (4 項目、例：「大学を卒業することによって、自分自身の有能さを証明するため」)、外的調整 (4 項目、例：「高校程度の学力では、将来高い給料の仕事につけないから」)、無力状態 (4 項目、例：「なぜ大学に行っているのかわからない、はっきり言うてもよい」) である。

**打ち込んでいる活動への動機づけ**：学業領域に対する動機づけに限定せず、より広い意味での動機づけを測定するために、各個人が打ち込んでいる活動を 1 つあげてもらい、その活動に取り組む理由として考えられる 16 項目について、6 段階で評定を求めた。この尺度では、内発的動機づけ (4 項目、例：「その活動をするのは楽しいから」)、同一視的調整 (4 項目、例：「その活動をするのが私の将来のためになるから」)、取り入れ的調整 (4 項目、例：「その活動をしなければ罪悪感を感じるから」)、外的調整 (4 項目、例：「もし私とその活動をしなければ問題が生じるから」) の 4 つのタイプの動機づけを測定している。最も打ち込んでいる活動に対する動機づけを測定しているため、無力状態は仮定していない。

**ウェルビーイング**：人生に対する満足感、ポジティブ・ネガティブ感情の側面からウェルビーイングを測定した。人生に対する満足感の測定には、Satisfaction With Life Scale (SWLS) [35] の 5 項目を翻訳したものをを用いた (例：「ほとんどの面において私の人生は自分の理想に近い」)。ポジティブ・ネガティブ感情とは、日常生活における全般的気分であり、Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) [36] の 20 項目を翻訳したものを測定に用いた (例：ポジティブ感情「やる気に満ちた感じ」、ネガティブ感情「不安や恐怖を感じる」)。評定形式は 6 段階であった。

### 3. 結果

#### 1) 尺度構成

各尺度における下位尺度を構成するために、主因子法・プロマックス回転による探索的因子分析を尺度ごとに行った。

**基本的要求**：1 項目を分析から除外し、3 因子を抽出した。項目内容から、第 1 因子をコンピテンス要求、第 2 因子を関係性要求、第 3 因子を自律性要求とした。各因子に高い負荷を示した項目の平均値を算出し、下位尺度得点とした。 $\alpha$  係数は、コンピテンス要求 (3 項目) が 0.87、自律性要求 (2 項目) が 0.84、関係性要求 (3 項目) が 0.83 であった。

**学業に関する動機づけ**：3 項目を分析から除外し、4 因子を抽出した。各因子に高い負荷を示した項目の内容から、第 1 因子は内発的動機づけ (12 項目  $\alpha=0.90$ )、第 2 因子は低自律的外発的動機づけ (6 項目  $\alpha=0.88$ )、第 3 因子は無力状態 (4 項目、 $\alpha=0.87$ )、第 4 因子は高自律的外発的動機づけ (3 項目、 $\alpha=0.77$ ) とした。仮定されていた取り入れ的調整と外的調整は 1 つの因子にまとまった。学業に対する動機づけにおける自律性の得点を、Grolnick と Ryan [37] に従い算出した。算出方法は、

〔内発的動機づけ  $\times 2$ 〕 + 〔高自律的外発的動機づけ  $\times 1$ 〕 + 〔低自律的外発的動機づけ  $\times (-1)$ 〕 + 〔無力状態  $\times (-2)$ 〕

とした。学業に対する動機づけの自律性得点 (以下、学業的動機づけ) の得点可能範囲は -15 から 15 であり、高得点であるほど、行動に対する自律性が高く、活動の内面化と統合が進んでいることを示している。学業的動機づけの平均値は  $M=5.75$  ( $SD=4.04$ ) であった。

**打ち込んでいる活動への動機づけ**：1 項目を分析から除外し、3 因子を抽出した。各因子に高い負荷を示した項目の内容から、第 1 因子は低自律的外発的動機づけ (7 項目、 $\alpha=0.87$ )、第 2 因子は内発的動機づけ (4 項目、 $\alpha=0.92$ )、第 3 因子は高自律的外発的動機づけ (4 項目、 $\alpha=0.77$ ) とした。取り入れ的調整と外的調整は 1 つの因子にまとまった。打ち込んでいる活動に対する動機づけにおいても、学業的動機づけと同様に自律性の得点を算出した (以下、一般的活動動機づけ)。ただし、打ち込んでいる活動に対する動機づけでは無力状態を仮定していないため、その項は 0 となり、一般的活動動機づけの得点可能範囲は -3 から 17 であった。この得点の平均値は  $M=13.68$  ( $SD=3.12$ ) であった。

**ウェルビーイング**：人生に対する満足感尺度は、1 因子構造を確認した (5 項目、 $\alpha=0.80$ )。ポジティブ・ネガティブ感情尺度は、ポジティブ感情 (10 項目、 $\alpha=0.80$ ) とネガティブ感情 (10 項目、 $\alpha=0.84$ ) の 2 因子に分類された。

各尺度の平均 ( $M$ )、標準偏差 ( $SD$ )、 $\alpha$  係数、および相関係数を表 1 に示した。

#### 2) 基本的要求、動機づけ、ウェルビーイングの関連

基本的要求の充足、動機づけ、ウェルビーイングの関連を検討するために、尺度得点を単一の観測変数とした構造方程式モデリングを行った。その際、尺度の

分散 ( $s_i^2$ ) と信頼性係数 ( $\rho^i$ ) から観測変数の誤差分散 ( $\sigma_{ii}$ ) を固定し ( $\sigma_{ii}=(1-\rho^i)s_i^2$ ), 潜在変数から観測変数へのパラメーターの初期値を 1 に固定した。必要に応じて, 潜在変数の誤差変数間に共分散を仮定した。分析を行い, 5%水準で有意ではないパスを削除し, 適合度がそれ以上向上しなくなるまで分析を繰り返した。最終的なモデルの適合度は,  $\chi^2=7.80$  ( $df=10, p>0.05$ ), GFI=0.98, AGFI=0.96 であり, モデルは妥当と判断した。

最終的なモデルを図 1 に示した。動機づけとウェルビーイングの関連を見てみると, 学業的動機づけは人生に対する満足感とポジティブ感情と正の関連を示した (0.35, 0.36)。一般的動機づけはネガティブ感情と負の関連を示した (-0.19)。3つの基本的要求はい

れもウェルビーイングと直接的に関連していた。コンピテンス要求と関係性要求は, 人生に対する満足感と日常生活におけるポジティブ感情に正の影響を示した (コンピテンス要求: 0.36, 0.48, 関係性要求: 0.20, 0.31)。自律性要求は, 日常生活における感情と関連し, ポジティブ感情には正の, ネガティブ感情には負の影響を示した (0.25, -0.29)。また, 基本的要求は動機づけを介して, ウェルビーイングに間接的な影響も示した。コンピテンス要求と関係性要求は, 一般的活動動機づけを介して (0.20, 0.23), ネガティブ感情に負の影響を示した。関係性要求は学業的動機づけにも関連し (0.22), これを介して人生に対する満足感とポジティブ感情に正の影響を示した。

表 1 各尺度の平均値 (M), 標準偏差 (SD), 係数

尺度	M (SD)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
基本的要求													
1. コンピテンス要求	3.03 (1.13)	.87	-										
2. 自律性要求	3.82 (1.20)	.84	.39 ***	-									
3. 関係性要求	4.16 (1.20)	.83	.15 *	.30 ***	-								
学業的動機づけ													
4. 内発的動機づけ	3.30 (0.97)	.90	.16 *	.07	.19 *	-							
5. 高自律的動機づけ	4.45 (1.19)	.77	-.07	.04	.17 *	.42 ****	-						
6. 低自律的動機づけ	3.41 (1.24)	.88	.13	-.10	-.04	.11	.38 ***	-					
7. 無力状態	2.04 (1.18)	.87	-.05	-.16 *	-.09	-.36 ***	-.28 ***	-.01	-				
一般的活動動機づけ													
8. 内発的動機づけ	4.97 (1.24)	.92	.23 **	.22 **	.27 ***	.15	.12	-.06	-.17 *	-			
9. 高自律的動機づけ	4.43 (1.15)	.77	.16 *	.30 ***	.13	.36 ***	.16 *	.01	-.25 **	.34 ***	-		
10. 低自律的動機づけ	2.07 (1.08)	.87	.07	.09	.08	.17 *	.17 *	.27 ***	-.03	-.16 *	.29 ***	-	
ウェルビーイング													
11. 満足感	3.35 (0.92)	.80	.33 ***	.27 ***	.28 ***	.31 ***	.13	.02	-.33 ***	.21 **	.11	-.07	-
12. ポジティブ感情	3.27 (0.76)	.80	.49 ***	.48 ***	.41 ***	.42 ***	.20 **	.03	-.23 **	.31 ***	.36 ***	.17 *	.40 ***
13. ネガティブ感情	2.85 (0.87)	.84	-.16 *	-.29 ***	-.16 *	-.09	.09	.07	.26 **	-.13	-.16 *	.21 **	-.34 ***

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

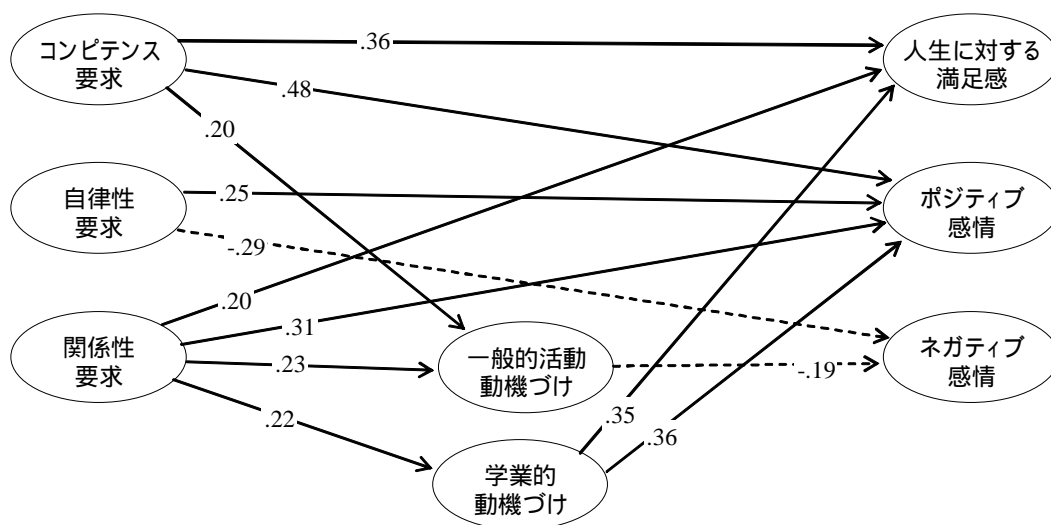


図1 基本的要求, 動機づけ, ウェルビーイングの関連 (実線は正のパスを示し, 波線は負のパスを示す)

## 4. 考察

本研究では、自己決定理論を基盤に、大学生の動機づけ過程について検討した。動機づけのタイプに関しては、学業に対する動機づけは自律性の程度が異なる4つのタイプの動機づけ、打ち込んでいる活動に対する動機づけは3つのタイプの動機づけに分類された。自己決定理論では、内発的動機づけを自律的な動機づけのプロトタイプとして位置づけ、外発的動機づけは自律性の程度に基づいて3つのタイプを仮定しているが、本研究では外発的動機づけが自律性の高低による2分類となった。自律性の高い外発的動機づけは、自分自身に焦点が向けられ、学習することの価値を個人内にある程度内面化している状態を示している。一方、自律性の低い外発的動機づけは、外的要因に焦点が向けられ、恥やプレッシャーを意識している状態である。SDTで理論上仮定されている動機づけの分類に関する妥当性は、我が国でも報告されているものの、その問題点も同時に報告されていることが多い(例えば[4, 7])。特に自律性の程度が低いタイプの動機づけを示す項目に関しては、内的なプレッシャーによって行動が開始されている状態と、外的なプレッシャーによって開始されている状態とを顕著に示す必要があることが指摘されており、この尺度に関しては、今後、項目内容をより精査していく必要がある。

基本的要求の充足、動機づけ、ウェルビーイングの関連については、動機づけに着目してみると、学業に対する自律的な動機づけはウェルビーイングのポジティブな側面を促進し、取り組んでいる活動に対する自律的動機づけはネガティブな側面を抑制する傾向がある。大学生にとって、その本業といえる学業に自律的に取り組むことはウェルビーイングを導くが、日常のネガティブ感情を抑制するなどより統合的なウェルビーイングを導くためには、学業以外に打ち込める活動を見出し、その活動に自律的に取り組む必要性が示唆される。これはRyanら[38]やNixら[39]が示唆することと一致する。

基本的要求の充足は、いずれもウェルビーイングと直接的に関連することが示されたが、3つの要求がウェルビーイングの異なった側面に影響した。コンピテンス要求の充足はウェルビーイングのポジティブ・ネガティブ両側面に影響するだろうという予測に反して、コンピテンス要求の充足はウェルビーイングのネガティブな側面とは関連しなかった。関係性要求の充足は人生に対する満足感とポジティブ感情を促進する傾向があるが、ネガティブ感情とは関連がなく、自律性要求の充足はポジティブ感情を促進し、ネガティブ感情を抑制する傾向があり、これらの傾向は先行研究[17, 18]と一致するものであった。つまり、ウェルビーイングのネガティブな側面の抑制には自律性要求の充足

が重要であるが、自律性要求の充足は日常的な感情を適応的に導く傾向があり、人生全般という長期的な満足にはコンピテンス要求や関係性要求の充足が重要であることが示唆される。コンピテンスは、継続的な活動の中で知覚できる効力感や遂行結果に関するフィードバックと深い関連があるため、コンピテンス要求は日常的な感情だけではなくより長期的なウェルビーイングと関連したと考えられる。他者との関係性もまた、長期的なスパンの中で形成されるため、より長期的なウェルビーイングと関連したと考えられる。一方、自律性要求は、行動に対して自己決定の機会が設けられるか、あるいは行動を自由に選択できるかなど、個々の活動の中で充足される傾向が強いため、日常的な感情と関連が強いと考えられる。

関係性要求のウェルビーイングに対する直接的・間接的影響を見てみると、関係性要求の充足が多面的な側面から最もウェルビーイングに影響しているように思われ、関係性要求の充足の重要性が示唆される。関係性要求の重要性については、個人主義文化と集団主義文化における違いを指摘している研究もあるが、BaumeisterとLeary[13]、MikulincerとFlorian[31]、DeciとRyan[40]でも関係性の重要性が指摘されていることから、この傾向については集団主義文化と言われている日本特有のものではないと考えられる。しかし、ウェルビーイングを長期的・日常的側面からとらえるにしろ、ポジティブ・ネガティブの側面からとらえるにしろ、3つの基本的要求がすべて充足されていなければ、真のウェルビーイングは導かれないことが示唆されることから、大学生にとってこれら3つの要求を充足するような環境を提供することが今後重要であると考えられる。

## 引用文献

- [1] Deci E. L., & Ryan R. M.: Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum Press, New York (1985)
- [2] Deci, E. L., & Ryan, R. M.: A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska symposium on motivation. Vol. 36. University of Nebraska Press, Lincoln, pp. 237-288 (1991)
- [3] Deci, E. L., & Ryan, R. M. (Eds.): Handbook of self-determination research. University of Rochester Press, Rochester, NY (2002)
- [4] Tanaka, K., & Yamauchi, H.: Influence of autonomy on perceived control beliefs and self-regulated learning in Japanese undergraduate students. North American Journal of Psychology 2, 255-272 (2000)

- [5] Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Sheldon, K. M., & Deci, E. L.: Motivating learning, performance, and persistence: The synergistic effects of intrinsic goal contents and autonomy-supportive contexts. *Journal of Personality and Social Psychology* 87, 246-260 (2004)
- [6] Grolnick, W. S., & Ryan, R. M.: Autonomy in children's learning: An experimental and individual difference investigation. *Journal of Personality and Social Psychology* 52, 890-898 (1987)
- [7] Hayamizu, T.: Between intrinsic and extrinsic motivation: Examination of reasons for academic study based on the theory of internalization. *Japanese Psychological Research* 39, 98-108 (1997)
- [8] Vallerand, R. J., & Bissonnette, R.: Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality* 60, 599-620 (1992)
- [9] Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M.: Positive psychology: An introduction. *American Psychologist* 55, 5-14 (2000)
- [10] Sheldon, K. M., & King, L.: Why positive psychology is necessary? *American Psychologist* 56, 216-217 (2001)
- [11] White, R. W.: Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review* 66, 297-333 (1959)
- [12] deCharms, R.: Personal causation: The internal affective determinants of behavior. Academic Press, New York(1968)
- [13] Baumeister, R., & Leary, M. R.: The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin* 117, 497-529 (1995)
- [14] Ryan, R. M., & Deci, E. L.: Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist* 55, 68-78 (2000)
- [15] Kasser, V. G., & Ryan, R. M.: The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing home. *Journal of Applied Social Psychology* 29, 935-954 (1999)
- [16] Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M.: Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of Applied Social Psychology* 34, 2045-2068 (2004)
- [17] Kasser, T., & Ryan, R. M.: A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology* 65, 410-422 (1993)
- [18] Kasser, T., & Ryan, R. M.: Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin* 22, 281-288 (1996)
- [19] Kasser, T., & Ryan, R. M.: Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. In P. Schmuck & K. M. Sheldon (Eds.), *Life goals and well-being*. Hogrefe and Huber, Göttinger, pp. 116-131 (2001)
- [20] Sheldon, K. M., & Kasser, T.: Pursuing personal goals: Skills enable progress but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin* 24, 1319-1331 (1998)
- [21] Niemiec, C. P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Berstein, J., Deci, E. L., & Ryan, R. M.: The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization. *Journal of Adolescence* 29, 761-775 (2006)
- [22] Deci, E. L.: *Intrinsic motivation*. Plenum, New York (1975)
- [23] Grolnick, W. S., Deci, E. L., & Ryan, R. M.: Internalization within the family. In J. E. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory*. Wiley, New York, pp. 135-161 (1997)
- [24] Frodi, A., Bridges, L., & Grolnick, W. S.: Correlates of mastery related behavior: A short-term longitudinal study of infants in their second year. *Child Development* 56, 1291-1298 (1985)
- [25] Sheldon, K. M. & Filak, V.: Manipulating autonomy, competence and relatedness support in a game-learning context: New evidence that all three needs matter. *British Journal of Social Psychology* 47, 267-283 (2008)
- [26] Assor, A., Roth, G., & Deci, I. L.: The emotional costs of parents' conditional regard; A self-determination theory analysis. *Journal of Personality* 72, 47-88 (2004)
- [27] Reeve, J., Nix, G., & Delle Fave, A.: Individual development in a bio-cultural perspective.

- American Psychologist 55, 24-33 (2000)
- [28] Ryan, R. M.: Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology* 43, 450-461 (1982)
- [29] Sheldon, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T.: What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin* 22, 1270-1279 (1996)
- [30] Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gabel, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M.: Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin* 26, 419-435 (2000)
- [31] Mikulincer, M., & Florian, V.: The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. Guilford, New York, pp. 143-165 (1998)
- [32] Deci, E. L., & Vansteenkiste, M.: Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia* 27, 23-40 (2004)
- [33] Sheldon, K. M., & Elliot, A. J.: Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology* 76, 482-497 (1999)
- [34] Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F.: On the assessment of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education: Evidence on the concurrent and construct validity of the concurrent and construct validity of the Academic Motivation Scale. *Educational and Psychological Measurement* 53, 159-172 (1993)
- [35] Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S.: The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment* 49, 71-785 (1985)
- [36] Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A.: Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology* 54, 1063-1070 (1988)
- [37] Grolnick, W. S., & Ryan, R. M.: Parent style associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology* 81, 143-154 (1989)
- [38] Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K.: Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology* 28, 335-354 (1997)
- [39] Nix, G., Ryan, R. M., Manly, J. B., & Deci, E. L.: Revitalization through self-regulation: The effects of autonomous versus controlled motivation on happiness and vitality. *Journal of Experimental Social Psychology* 35, 266-284 (1999)
- [40] Deci, E. L., & Ryan, R. M.: A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*. Vol. 38. University of Nebraska Press, Lincoln, NE, pp. 237-288 (1990)

---

論文集「人と環境」Vol. 1 (2008)  
大阪信愛環境総合研究所編集発行

---