



Recruit  
Works  
Institute

Works Discussion Paper Series

No.5

自己決定的な進路選択における  
高校での経験学習の検討

辰巳 哲子

自己決定的な進路選択における高校での経験学習の検討

辰巳哲子（リクルートワークス研究所）

2015年4月17日

要約

大学の選択行動について、自分の意志で選択・決断している人は、高校時代にどのような経験をしているのだろうか。本稿では、この問いを解明すべく、大学時代の5つの行動について、自分の意志による選択の結果かどうかを尋ね、自分の意志による選択経験が多い人は、高校時代にどのような経験学習をしているのか、その影響を確認した。その際、大学時代の5つの選択行動は、アルバイトの選択、部活・クラブ・サークルの選択、ゼミ・研究室の選択、進学先・就職先など進路の選択、職業の選択とした。

その結果、自己決定的な進路選択に対して、高校時代の経験学習因子の「自分の意見を持つ」「セルフマネジメント」「対人スキル」の有意な影響が確認された。詳細を確認すると、自己決定的進路選択をしている場合、していない場合に比して、「自分の意見を持つ」「対人スキル」は低い。その一方で、「セルフマネジメント」は高く、自己決定的な進路選択をおこなっている者はそうでない者に比して、高校での「セルフマネジメント」の経験学習は、約1.4倍おこなわれていた。性別では女性が、中学3年生の成績では、上の方であることもプラスに影響していた。

キーワード 自己決定理論、進路選択、経験学習、進学動機

本ディスカッションペーパーの内容や意見は、全て執筆者の個人的見解であり、リクルートワークス研究所の見解を示すものではありません。

## 背景

近年、大学の中退率は1割程で推移している。文部科学省が2014年に実施した、「中途退学や休学等の状況に関する調査」では、高等学校から大学への円滑な移行ができていないことをうかがわせる、「学業不振」「学校生活不適応」の合計は、約19%であり、2009年度調査より、わずかではあるが増加傾向にあることが示されている。そして、中途退学後のキャリアを確認してみると、中途退学をした後、正規雇用で働くのは7.5%に過ぎず、パート・アルバイト・派遣といった非正規雇用が70.9%、失業・無業状態になる者は15.0%である（労働政策研究・研修機構 2012）。つまり、大学中退者の85%が非正規・無業からキャリアをスタートするため、その後の職業生活の基盤を作る時期に、社会人として必要な教育訓練をうける機会を損失しているであろうことは想像に難くない。

そこで本稿では、大学の中途退学の問題について高校から大学への学校間の移行に着目し、動機づけ理論の中でも近年着目されている、自己決定理論に基づいて進路選択を捉え、自己決定型の進路選択に寄与していると考えられる、高校時代の「経験学習」を明らかにすることを試みる。

## 先行研究

これまでの研究蓄積を概観すると、学校種間の移行の研究では成績や出席日数、学校への所属感の低下や生活ストレスの増加など、ネガティブな結果が伴うという報告が多く（永作・新井, 2005）、学校移行が学校不適応のきっかけとなっていることを示している。永作ら（2005）は、中学から高校への移行時を取り上げ、学校適応感を形成する要因について、自己決定理論から明らかにし、自律的な高校進学がその後の学校適応につながることを示した。

自己決定理論では、より自己決定的に遂行された行動は適応的な結果と関連があることが示されている（Ryan & Deci, 2000）。さらに、従来、内発的動機づけと外発的動機づけといった二項対立で語られてきた動機づけ理論を連続的なものとして捉え、この連続性を担保する要素として、個人の調整スタイルを位置づけている。調整スタイルとは、行動を行う際の自分なりの理由づけであり（永作・新井, 2003）、行動の自分なりの意味づけである。行動を生起する際の自己決定性の低い方から順に、外的調整、取り入れ的調整、同一化的調整、統合的調整、内的調整の各段階に区分される（Ryan & Deci, 2000）。外的調整は、もともと他律的で、課題に対し、他者からの強制によって仕方なく取り組む場合を指す段階である。次の取り入れ的調整は、課題の価値を自分の価値として取り入れつつあるが、まだ、「しなくてはいけない」「やらないと不安である」という義務的な感覚を伴う。この取り入れ的調整の段階では、自我関与かつ結果志向的な状態で、外部の評価が必要となったり、困難な課題や、多大な努力を払うことを回避する傾向にある。次の同一化的調整の段階では、学習行動の持つ価値の重要性を認識し、自分にとって「重要だから」やる

という理由へと変わる。この段階では人は活動への価値により動機づけられた課題関与の状態にあり、プロセス志向的となる (Ryan, 2000)。この状態では、学習行動の結果に左右されず、自分の設定した基準により有能感を得るようになる。そして、最後の段階は統合的調整の段階であり、学習行動の価値と自分の価値観が同じものという認識によって学習行動が見られるようになる。つまり、自ら「やりたくて」その行動を選択している状態になる (小池, 2012)。

我が国での自己決定理論に関する研究のうち、進路選択や職業選択に関わる動機の自己決定性が適応に及ぼす影響について検証したのものとしては、前掲の永作・新井 (2003, 2005) や藤原 (2005) の研究がある。高校から大学への移行に着目すると、これまで大学進学動機と大学生活への適応の関連を検討した研究は数多くおこなわれてきている (たとえば、安達, 1998 ; 磯部・上村, 2007 ; 松島・尾崎, 2007)。これらの研究蓄積からは、積極的な動機で進学した学生は大学生活に適応しやすく、消極的な動機で進学した学生は、大学生活に適応しにくいことが明らかになっている。つまり、進学動機が大学生活に影響していることを示しているが、進学に対する自己決定性がどのような経験によって培われるのかは明らかでない。そこで本稿では、自己決定的な進路選択に影響する経験を明らかにすることを目的とする。

経験については、松尾 (2006) の「経験学習モデル」を援用する。松尾 (2006) は、Moon (2004) らの研究成果を基に、経験を外的経験 (external experience) と内的経験 (internal experience) に分け、前者を関与する事象の客観的特性とし、後者を関与する事象の理解・解釈とした。その上で、業務－経験－内省－持論化という4つのフェーズからなる「経験学習モデル」を提示した。このモデルを本研究に援用すると、高校時代に「外的経験」をするだけでなく、その後の「内省」を通じて、自分の考えを持つ (=「持論化」) が、経験学習を促している。つまり、学習には、「経験をした」という事実だけでなく、その経験が本人によってどのように意味づけられたのか、考慮する必要がある。そこで、本稿では、高校時代の経験と、経験を通じて獲得された内的経験とを分け、自己決定的進路選択に影響する「(外的) 経験」と「内的経験」を探索的に検討する。以降、本稿での「経験学習」とは関与する事象の理解・解釈を意味する「内的経験」を指す。

以上の議論をまとめると、本稿の仮説は以下のとおりである。

「高校での経験学習は、自己決定的進路選択に影響する」

つまり、以下図 1 の網掛け部分の変数間の関係を仮説し、具体的にどういった経験学習が自己決定的進路選択に影響するのかを検討する。

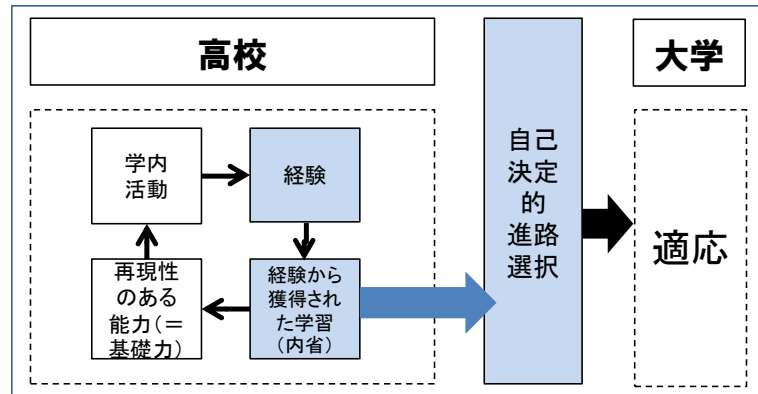


図1 高校の経験学習が自己決定性へ与える影響の仮説モデル

### 調査方法

上記の課題を検討するため、次の調査を実施した。調査方法は、全国の傾向を捉えるため、インターネット調査会社である株式会社インテージ（以下、調査会社）を通じ、2014年12月にWEB調査を実施した。本調査会社のモニターは日本のインターネット利用人口の構成にほぼ近い形で、30～40代が全体の6割を占めている。萩原（2009）は、訪問留め置き調査とインターネット調査のそれぞれから得られる回答を比較した結果、訪問留め置き調査において、より調査対象者のバイアスとなる変数が多いこと、さらに、インターネットモニター調査は、留め置き調査に比べ平均年収が高く、学歴では大卒が多いことを指摘している。そのため、本稿では、インターネットモニター調査の利点である、全国モニターからの短期間で情報収集が可能な点を活かしつつ、学歴については、割り当て法をおこなった。具体的には、調査会社が保有する日本在住の回答モニターのうち、18～65歳の男女12000名を有効回答数の目標とし、有意抽出法である割り当て法によって対象者を確保した。有効回答数は11839名で、本稿ではうち最終学歴に大学卒と回答した4890名のデータを用いる。雇用形態別に、正社員・正職員71.3%、契約社員6.2%、フリーター（社会人アルバイト）3.6%、パートタイマー9.3%、派遣1.8%、自営業7.8%であった。

### 分析結果

#### ① 高校時代の経験と経験学習

まず、高校時代の経験について「高校時代にあなた自身を一番成長させてくれた経験をお答えください」と教示し、高校時代の経験の選択肢には、ベネッセ（2014）調査で示された、高校生活時間のうち、費やしている時間が長い項目を提示した。表1の結果が得られ、部活動経験（23.8%）、友人関係（18.5%）、大学受験（10.6%）となっており、「成長させてくれた経験はない」と回答した者は16.6%であった。

表1 高校時代の成長要因となった経験

高校時代の経験	度数	%
教科の学習	424	8.7
文化祭や体育祭などの学校行事	206	4.2
部活動	1163	23.8
リーダー経験	129	2.6
アルバイト	292	6.0
恋愛経験	156	3.2
DVDやテレビの視聴	17	.3
インターネットやSNS	22	.4
友人関係	906	18.5
ボランティア活動	29	.6
インターンシップなどの就業体験	8	.2
大学受験	519	10.6
習い事	60	1.2
留学経験	64	1.3
その他	82	1.7
成長させてくれた経験はない	813	16.6
合計	4890	100.0

次にこれらの経験と、経験学習との関係を確認した。経験学習項目は、辰巳（2015）によって作成された高校時代の経験学習項目 14 項目に「将来やりたい仕事の分野やテーマの発見」を加え、15 項目とした。

表2 高校時代の経験と内的経験の関係

	協働性や チームワーク 力		活動そのも のを通して得 られた知識 や技能		精神的なタ フさ、精神力		対人コミュニ ケーション力		継続的に努 力する習慣 や態度		失敗や困難 な体験から の学習		集団で物事 を進める基本 的なスキル		自分に対する 自信		物事の本質 を捉える力		既成の概念 にとらわれ ず、自分の頭 で考える力		自ら機会を作 らないうち に身につけ る		つまずいた時 に自分なりの やり方で解決 していく方法		社会に関心 を持つこと		将来やりた い仕事の分 野やテーマ の発見		自分の意見 を持つこと	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
教科の学習	121	4.7%	313	11.5%	231	7.9%	107	4.2%	328	11.2%	252	9.4%	168	7.3%	272	10.6%	244	11.5%	249	10.6%	221	9.2%	246	9.3%	203	10.7%	206	12.1%	223	8.4%
文化祭や体育祭 などの学校行事	180	7.1%	127	4.7%	142	4.9%	150	5.9%	140	4.8%	131	4.9%	156	6.8%	128	5.0%	100	4.7%	124	5.3%	134	5.6%	129	4.9%	106	5.6%	82	4.8%	150	5.6%
部活動	982	38.5%	820	30.1%	974	33.4%	808	32.0%	978	33.4%	860	32.0%	839	36.6%	744	28.9%	531	25.0%	595	25.2%	656	27.3%	761	28.8%	414	21.9%	367	21.6%	737	27.8%
リーダー経験	106	4.2%	94	3.5%	102	3.5%	107	4.2%	99	3.4%	103	3.8%	104	4.5%	100	3.9%	87	4.1%	98	4.2%	86	3.6%	95	3.6%	79	4.2%	66	3.9%	102	3.8%
アルバイト	203	8.0%	207	7.6%	221	7.6%	235	9.3%	220	7.5%	198	7.4%	183	8.0%	191	7.4%	159	7.5%	161	6.8%	170	7.1%	198	7.5%	198	10.5%	143	8.4%	185	7.0%
恋愛経験	51	2.0%	63	2.3%	100	3.4%	107	4.2%	70	2.4%	92	3.4%	34	1.5%	94	3.7%	75	3.5%	96	4.1%	101	4.2%	106	4.0%	53	2.8%	43	2.5%	103	3.9%
DVDやテレビ の視聴	1	0.0%	9	0.3%	5	0.2%	2	0.1%	5	0.2%	7	0.3%	2	0.1%	6	0.2%	9	0.4%	11	0.5%	4	0.2%	4	0.2%	8	0.4%	8	0.5%	9	0.3%
インターネット やSNS	5	0.2%	12	0.4%	8	0.3%	8	0.3%	6	0.2%	8	0.3%	8	0.3%	7	0.3%	10	0.5%	12	0.5%	10	0.4%	9	0.3%	9	0.5%	10	0.6%	14	0.5%
友人関係	694	27.2%	549	20.2%	532	18.3%	745	29.5%	469	16.0%	487	18.1%	573	25.0%	476	18.5%	455	21.4%	501	21.2%	536	22.3%	553	21.0%	465	24.6%	410	24.1%	656	24.7%
ボランティア 活動	22	0.9%	17	0.6%	15	0.5%	20	0.8%	15	0.5%	13	0.5%	17	0.7%	16	0.6%	13	0.6%	16	0.7%	17	0.7%	15	0.6%	20	1.1%	16	0.9%	18	0.7%
就業体験	5	0.2%	6	0.2%	6	0.2%	6	0.2%	6	0.2%	6	0.2%	7	0.3%	5	0.2%	5	0.2%	6	0.3%	6	0.3%	5	0.2%	5	0.3%	7	0.4%	6	0.2%
大学受験	89	3.5%	364	13.4%	430	14.8%	99	3.9%	451	15.4%	393	14.6%	119	5.2%	385	15.0%	309	14.5%	339	14.4%	314	13.1%	375	14.2%	210	11.1%	239	14.0%	291	11.0%
習い事	29	1.1%	46	1.7%	39	1.3%	30	1.2%	45	1.5%	40	1.5%	25	1.1%	42	1.6%	36	1.7%	38	1.6%	39	1.6%	38	1.4%	30	1.6%	32	1.9%	41	1.5%
留学経験	29	1.1%	48	1.8%	53	1.8%	55	2.2%	41	1.4%	47	1.7%	24	1.0%	52	2.0%	41	1.9%	52	2.2%	52	2.2%	47	1.8%	52	2.7%	40	2.4%	57	2.1%
その他	33	1.3%	46	1.7%	56	1.9%	47	1.9%	59	2.0%	54	2.0%	32	1.4%	52	2.0%	54	2.5%	60	2.5%	53	2.2%	57	2.2%	42	2.2%	33	1.9%	63	2.4%
計	2550	100%	2721	100%	2914	100%	2526	100%	2932	100%	2691	100%	2291	100%	2570	100%	2128	100%	2358	100%	2399	100%	2638	100%	1894	100%	1702	100%	2655	100%

注：Nは、「大変そう思う」「そう思う」に回答した者の合計。網掛けは、経験学習ごとに「そう思う」が10%を超えたセルをあらわす。

表2の結果からは、全体的に、経験学習は部活動・友人関係・大学受験を通じて得られると認識している者が多いこと、「教科の学習」を通じては、継続的に努力する習慣や態度、自分に対する自信、物事の本質を捉える力、既成の概念にとらわれず自分の頭で考える力、社会に関心を持つこと、将来やりたい仕事の分野やテーマの発見といった、経験学習を獲

得していると認識している者が全体の1割を超えていることがわかる。

次に、内的経験について因子分析をおこなった。経験学習項目15項目に対する5件法の回答を得点化した後、因子分析をおこなった。因子抽出法は主因子法を用い、回転はプロマックス回転を行った。結果を表3に示す。

因子分析の結果、3因子を抽出した。回転前の固有値は、第1因子5.46、第2因子1.41、第3因子0.96であった。因子寄与率（回転後）は、同様に36.4%、9.4%、6.4%で、3因子による累積寄与率は、52.2%であった。第1因子に負荷の高い項目は、「14.将来やりたい仕事の分野やテーマの発見」「13.社会に関心を持つこと」「10.既成の概念にとらわれず、自分の頭で考える力」「15.自分の意見を持つこと」「9.物事の本質を捉える力」「11.自ら機会を作らないと得るものが少ないことへの気づき」であり、自分自身で物事を捉え考えると解釈されることから、「自分の意見を持つ」と命名された。第2因子に負荷の高い項目は、「5.継続的に努力する習慣や態度」「6.失敗や困難な体験からの学習」「3.精神的なタフさ、精神力」の3項目であり、自己管理につながる内容であると解釈されることから、「セルフマネジメント」と命名された。第3因子に負荷の高い項目は、「1.協調性やチームワーク力」「4.対人コミュニケーション力」「7.集団で物事を進める基本的なスキル」の3項目であり、人と関わって集団で取り組む内容であると解釈されることから、「対人スキル」と命名された。

表3 高校時代の成長要因となった内的経験の因子分析結果

	FAC1	FAC2	FAC3
14.将来やりたい仕事の分野やテーマの発見	0.766	-0.150	-0.001
13.社会に関心を持つこと	0.743	-0.211	0.145
10.既成の概念にとらわれず、自分の頭で考える力	0.707	0.154	-0.126
15.自分の意見を持つこと	0.680	-0.064	0.153
9.物事の本質を捉える力	0.666	0.175	-0.090
11.自ら機会を作らないと得るものが少ないことへの気づき	0.566	0.176	0.029
5.継続的に努力する習慣や態度	-0.118	0.806	-0.012
6.失敗や困難な体験からの学習	0.001	0.738	0.068
3.精神的なタフさ、精神力	-0.126	0.736	0.098
2.活動そのものを通して得られた知識や技能	0.185	0.380	0.003
1.協調性やチームワーク力	-0.110	0.042	0.895
4.対人コミュニケーション力	0.119	-0.010	0.723
7.集団で物事を進める基本的なスキル	0.098	0.080	0.693
12.つまずいた時に自分なりのやり方で解決していく方法	0.405	0.392	-0.034
8.自分に対する自信	0.345	0.378	-0.069
	FAC1	0.704	0.430
	FAC2		0.396

因子抽出法: 主因子法

回転法: Kaiser の正規化を伴うプロマックス法

a 5 回の反復で回転が収束しました。

## ② 自己決定的な進路選択に影響する経験学習

自己決定的な選択をどのくらいおこなってきたかを尋ねるために、高校と大学時代の選択経験項目（表4）に記した選択行動について「自分の意志で選択・決断したものをお選

びください」と教示し、選択を促した。

表 4 選択経験項目

選択経験の有無
【高校】アルバイトの選択
【高校】部活・クラブの選択
【高校】文理選択
【高校】大学・短大、専門学校など進路の選択
【大学・短大、専門】アルバイトの選択
【大学・短大、専門】部活・クラブ・サークルの選択
【大学・短大、専門】ゼミ・研究室の選択
【大学・短大、専門】進学先・就職先など進路の選択
【大学・短大、専門】職業の選択

分析では、従属変数として高校時代の「大学・短大、専門学校など進路の選択」を選択した場合を1、選択しなかった場合を0として用いた。そして、高校時代の経験学習、性別、年齢、メタ認知能力の代理変数として中学3年生の成績を説明変数としたロジスティック回帰分析をおこなった。結果を以下、表5に示す。

表 5 自分の意志での選択に影響する経験学習

	B	標準誤差	Wald	df	有意確率	Exp(B)
自分の意見を持つ	-0.347	0.059	34.015	1	0.000	0.707
セルフマネジメント	0.359	0.060	36.279	1	0.000	1.432
対人スキル	-0.124	0.047	6.981	1	0.008	0.883
性別:女性(ベース:男性)	0.361	0.081	19.788	1	0.000	1.435
年代			3.056	4	0.549	
30-39歳(ベース:20-29歳)	0.065	0.112	0.335	1	0.563	1.067
40-49歳(ベース:20-29歳)	0.145	0.116	1.576	1	0.209	1.156
50-59歳(ベース:20-29歳)	0.021	0.114	0.035	1	0.851	1.022
60-69歳(ベース:20-29歳)	-0.078	0.159	0.240	1	0.624	0.925
中学3年生頃の成績			97.890	4	0.000	
下の方(ベース:真ん中あたり)	-0.195	0.253	0.594	1	0.441	0.823
やや下の方(ベース:真ん中あたり)	-0.027	0.156	0.030	1	0.862	0.973
やや上の方(ベース:真ん中あたり)	0.379	0.093	16.774	1	0.000	1.461
上の方(ベース:真ん中あたり)	0.895	0.098	82.794	1	0.000	2.448

適合度, 適合度指標: Cox と Snell=0.051, "Nagelkerke"=0.074, Hosmer と Lemeshow の検定: p=0.279

表5の結果からは、自己決定的な進路選択に対して、高校時代の経験学習因子の「自分の意見を持つ」「セルフマネジメント」「対人スキル」の有意な影響が確認された。詳細を確認すると、自己決定的進路選択をしている場合、していない場合に比して、「自分の意見を持つ」「対人スキル」は低い。その一方で、「セルフマネジメント」は高く、自己決定的な進路選択をおこなっている者はそうでない者に比して、高校での「セルフマネジメント」の経験学習は、約1.4倍おこなわれていた。

そして、性別では女性が、中学3年生の成績では、上の方であることもプラスに影響していた。

## 考察

本研究の目的は、高校での経験が個人の中でどのように意味づけられているのか、関与



する事象の理解・解釈を意味する「経験学習」との関係を確認した上で、高校時代のどのような経験学習が、自己決定的な進路選択に影響を与えているのか、検討することであった。

その結果、高校での経験学習は部活動・友人関係・大学受験を通じて得られると認識している者が多いことが示された。さらに高校での「教科の学習」を通じた経験学習としては、「継続的に努力する習慣や態度」「自分に対する自信」「物事の本質を捉える力」「既成の概念にとらわれず、自分の頭で考える力」「社会に関心を持つこと」「将来やりたい仕事の分野やテーマの発見」といった多様な経験学習を獲得したと認識している者が全体の1割を超えていることが示された。

次に、自己決定的な進路選択に影響する、経験学習を探索的に検討したところ、高校時代の経験学習「自分の意見を持つ」「セルフマネジメント」「対人スキル」からの影響が確認された。「セルフマネジメント」は正の影響が確認され、「自分の意見を持つ」「対人スキル」は負の影響が確認された。

この結果から示唆されるのは、高校段階における自己決定的な進路選択の前提として、高校での経験学習が影響しているということである。「セルフマネジメント」は、「継続的に努力する習慣や態度」「失敗や困難な体験からの学習」「精神的なタフさ、精神力」で構成されることから、こうした学習を高校での経験からしている者は、自己決定的な進路をおこないやすく、困難な状況にあっても自分で乗り越え方をわかっていたり、乗り越えるための継続的な努力ができるといったことが、進路の自己決定性を増すことに寄与していると推察される。一方で、高校時代の経験から、「自分の意見を持つ」「対人スキル」を獲得した者は、自己決定的な進路選択をおこないにくい。この点について、安易な解釈はできないものの、自分の意見に執着しすぎたり、対人スキルが高いことによって、人の意見を聞き過ぎたりしていることも考えられる。現時点では明らかにされていない変数の影響が疑われるため、第三の変数を探索する必要があるだろう。

前掲のように、Ryan & Deci (2000) によって、より自己決定的に遂行された行動は適応的な結果と関連があることが示されているため、自己決定的な進路選択は、大学での適応的な結果に影響する。各大学において、初年次の中途退学対策は端緒についたばかりであるが、中退率を減らすには、本研究で示唆されたように、学校種間の移行の観点から、高校段階の経験についても考慮すべきであろう。

最後に、本研究の課題をあげておく。第1に、先行研究で示したように、自己決定性には段階があるが、本研究では調査項目数の関係から、自己決定の段階を明らかにすることはできていない。第2に、進路決定行動は、自らの志向といった内的要因ばかりでなく、経済的要因に代表されるような外的要因によっても規定される行動である。こうした条件を変数に含める場合、進学先が第一希望であったかどうかを確認し、第一希望でない場合には、進学時点の制約条件としてその理由をふまえた分析をおこなうべきであるため、今回の結果を一般化するには、一定の制約がある。今後、調査を重ねることによって、自己

決定の段階と進学時点での制約条件を変数に加えた、より精緻な分析をおこなう必要があると考える。

#### 引用文献

- 安達智子, 1998, 「大学生の就業動機測定を試み」『実験社会心理学研究』38, 172-182。
- 磯部有希・上村佳世子, 2007, 「大学への進学動機と学校適応感との関連」『文京学院大学人間学部 研究紀要』9, 51-61。
- 小池伸一, 2012, 「動機づけ理論と学生指導への応用—自己決定理論の援用」『保健医療技術学部論集』6, 65-78。
- 辰巳哲子, 2015, 「高卒就職者における高校時代の経験学習に関する探究的研究」『人間文化創成科学論叢』17, 153-161。
- 永作 稔・新井 邦二郎, 2003, 「自律的高校進学同期尺度作成の試み」『筑波大学心理学研究』26, 175-182。
- , 2005, 「自律的高校進学動機と学校適応・不適応に関する短期縦断的検討」『教育心理学研究』53-4, 516-528。
- 萩原牧子, 2009, 「インターネットモニター調査はどのように偏っているのか—従来型調査手法に代替する調査手法の模索」『Works Review』4, 8-19。
- 藤原善美, 2005, 「大学生のライフコース展望における自律性尺度の開発—自己決定理論に基づいて」『進路指導研究』23, 11-18。
- ベネッセ教育総合研究所, 2014, 『小学生・中学生・高校生の生活時間の実態と意識に関する調査』。
- 松尾睦, 2006, 『経験からの学習—プロフェッショナルへの成長プロセス』, 同文館出版。
- 松島るみ・尾崎仁美, 2007, 「大学進学動機による学習意欲・授業選択態度・重視活動の変化について—2年間の縦断的調査より」『京都ノートルダム女子大学心理学部 研究紀要』6: 1-14。
- Moon, J. A., 2004, “A Handbook of Reflective and Experiential Learning: Theory and practice” ,London:Routledge Falmer。
- Ryan, R.M.,and Deci,E.L., 2000,“Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being”, American psychologist,55,68-78。
- 労働政策研究・研修機構, 2012, 「大都市の若者の就業行動と意識の展開—第3回若者のワークスタイル調査から」。