

# 主体性を育てるための2つのフレームワーク

## 1. レッツの事業の核、は「子どもの主体性を育むこと」

レッツの教育の中核は、子どもが“自ら考え、選び、動く”力＝主体性（自走力）を育てることです。

これは単なるこだわりポイントではなく、以下のような多面的な価値につながる**事業の勝ち筋**もあります。

観点	主体性が伸びると…
学力	<ul style="list-style-type: none"><li>自主学習の習慣がつき、成績が安定・向上する。</li><li>学びそのものが“楽しい”ものになる。</li></ul>
保護者満足	<ul style="list-style-type: none"><li>親が“任せてよかった”と実感し、信頼・継続・紹介に繋がる。</li></ul>
運営負荷	<ul style="list-style-type: none"><li>自走する子が増えすることで面談・管理・注意の負担が減少。</li><li>教室運営の安定につながる。</li></ul>

つまり主体性は、「成果・顧客満足・業務効率」のすべてに貢献する、レッツの**事業の重心**です。

主体性はレッツの最も重要なブランドエクイティである「ワクワクと安心」を生む源泉でもあります。

### ワクワクと安心

子どもは“ワクワク、安心”しながら主体的に伸びる。

親も子の成長を“ワクワク、安心”しながら見守れる。

主体性は、子どもが「やってみたい」→「できた！」→「またやりたい」という成功体験を繰り返すことで育まれるものです。

その体験を日々の授業・講座・家庭のやり取りの中でどう設計し、取り組むか。

そこにこそ、私たちの仕事の本質があります。

## 2. 主体性とは何か？

主体性を考える上で参考になるのが、「**Self-Determination Theory**（自己決定理論、Deci & Ryan,1985）」です。

SDTでは「主体性（self-determination）」は、次のように定義されています。

「行動の原因が自分の内側にあるという感覚」  
他人にやらされているのではなく、  
自分で選び、納得し、価値を感じて行動している状態。

つまり、“自分で決めて動いている”という感覚が本人の中にあることが、主体性の本質だと捉えられています。そして、この内発的動機づけは、以下の3要素の充足で高まると言われています。

- **Autonomy**（自律性）：自分で選んでいる感覚
- **Competence**（有能感）：できた・うまくいったという実感
- **Relatedness**（関係性）：他者に認められ、つながっている感覚

また、SDTは、外発的な動機から内発的な動機へと、**主体性が段階的に育っていくプロセス**も示しています。それが以下のモデルです。

### ◆ STD (Self-Determination Theory) における動機の6段階モデル

強さ	分類	特徴	状態の説明
1	Amotivation (無動機) =惰性	やる意味も理由も感じていない	「なぜやるのか分からない」「やっても意味ない」
2	External Regulation (外的動機) =外的圧力	報酬・罰が理由で動く	「叱られるから」「ご褒美があるから」
3	Introjected Regulation (内面化された外的動機) =感情圧力	義務感・罪悪感・承認欲求から動く	「やらなきゃ」「できないと恥ずかしい」
4	Identified Regulation (同一化) =可能性	価値を理解し、自分なりに納得して動く	「大事だからやる」「将来何かの役に立つから」
5	Integrated Regulation (統合的動機) =目的	自分の目標・価値観と一致して動く	「自分らしくしたいから」「目指す自分のため」
6	Intrinsic Motivation (内発的動機) =楽しさ	純粋に楽しい・やってみたいから動く	「面白そう！」「もっとやりたい！」

主体性は「行動の原因が自分の内側にあるという感覚」ですので、

4：同一化（Identified Regulation）以上が“主体的”であると評価されます。

### ◆ 例：そろばんに対する動機レベルの違い

理解のために、そろばんを例に動機レベルを示します。

レベル	子の気持ち	状態
1：無動機	「面倒だからやらない」	やる気がない・教室に来ているだけ
2：外的	「合格シールもらえるからやる」	表面的なやる気
3：内面化	「やらないと怒られる」	義務感・不安ベース
4：同一化	「上の級を目指すと賢くなれる」	自分なりに納得
5：統合	「を目指す自分に近づける」	自分の価値観に根ざす
6：内発	「そろばんって楽しい！」	完全な主体性

### ◆ 動機レベルは“混ざり合う”のが自然

なお、人の行動は、1つの動機だけではなく、複数の動機が同時に関与していることがほとんどですし、外的要因から始めて、それを同一化まで持ってくる仕組みや工夫があればOKです！

たとえば：

- 最初は外的動機（お小遣いがもらえる）であっても、  
→それを通じて「できた！」 「褒められた！」という有能感が生まれ、  
→「勉強って役に立つ」「面白い」と感じるようになり、  
→内發的動機や統合的動機に近づいていく

このような流れは、動機の“内在化”的プロセスであり、STDの最も重要な考え方のひとつです。

### 3. 主体性を測るフレームワーク"SCALE"

「主体性を育む」という価値を実践するためには、その子の動機レベルにあった働きかけをする必要があります。

そのため、STDの「動機の6段階」をベースとして、子どもの動機レベルを"測る"フレームワークを覚えやすく**SCALE**としてまとめました。

各生徒がどのステージにいるかを把握、共有することで、レッスン全体で一貫したアプローチが可能となります。

#### ◆ SCALEの各ステージの定義とSDTとの関連

ステージ	子どもの状態	SDT動機レベル	SDTでの意味付け
<b>S : Start 反応段階</b>	・指示がなければ動かない ・報酬や罰でのみ動く ・学習への抵抗感が強い	① 無動機 (Amotivation) ② 外的動機 (External Regulation)	行動の理由が外部にあり、自分の意思では動けない／動く意味を感じていない
<b>C : Choice 選択段階</b>	・義務感や罪悪感で動く ・選択はできるが“自分の意思”とは思っていない	③ 内面化された外的動機 (Introjected Regulation)	外的動機が少し内面化され、「やらなきゃ」と思っているが自律性は弱い
<b>A : Awareness 気づき段階</b>	・成果や努力に手応えがある ・「やってよかった」と意味に気がつける	④ 同一化 (Identified Regulation)	行動に価値や意味を見出し、自分なりに納得して行動している
<b>L : Link 繋がり段階</b>	・学びと自分の関心や将来が結びつく ・「自分らしさ」の中に学びが入ってくる	⑤ 統合的動機 (Integrated Regulation)	自分の価値観や人生観と一致し、行動が“自分の一部”になっている
<b>E : Empower 自走段階</b>	・内発的に継続 ・挑戦・表現できる ・他者への還元や発信も行う	⑥ 内発的動機 (Intrinsic Motivation)	純粋な好奇心・楽しさ・探究心に突き動かされて行動している

すべての生徒が「A : Awareness（気づき段階）」に進み、さらにその先の「L : Link（繋がり段階）」や「E : Empower（自走段階）」に至る生徒を増やすことが、レッスンの大きな役割です。

続いて、各ステージの生徒に対してどのように働きかけようかをまとめます。

## ◆ 各ステージの対応方針

### ● S : Start (反応段階)

項目	内容
子どもの状態	指示がなければ動かない／報酬や罰がないと行動できない
ねらい	“やってみる”行動を引き出す楽しい・できたという体験で抵抗感を下げる
声かけの例	「まず一緒にやってみよう！」 「前より早くできたね！」
うまくいくと	行動をポジティブに捉えるようになり、「自分で選ぶ」感覚が芽生える → Choice段階へ進む

### ● C : Choice (選択段階)

項目	内容
子どもの状態	義務感や不安から動いている／選択肢があれば自分で決められる
ねらい	小さな「自分で選んだ」経験を積ませ、自律性を育む
声かけの例	「どっちからやってみる？」 「この目標、自分で決めたんだね！」
うまくいくと	選ぶことに意味や効果を感じられるようになり、「やってよかった」が生まれる → Awareness段階へ進む

### ● A : Awareness (気づき段階)

項目	内容
子どもの状態	結果や努力に対して「意味があった」と感じ始める
ねらい	「やってよかった」という経験を言語化し、価値を自分ごとにする
声かけの例	「工夫したところ、よく伝わったよ！」 「頑張った分、結果が出たね」
うまくいくと	勉強に意義を感じ、「自分にとって必要かも」と納得できるようになる → Link段階へ進む

### ● L : Link (つながり段階)

項目	内容
子どもの状態	学びが関心や将来、、もしくは自分らしさに繋がりはじめている
ねらい	学びが“自分の価値観や目標”と統合されていると感じられるようになる
声かけの例	「この内容、○○の興味と近いね」 「自分の言葉で説明できてた！」
うまくいくと	学びが“自己表現”や“未来の自分”とつながり、内発的な意欲が高まる → Empower段階へ進む

### ● E : Empower (自走段階)

項目	内容
子どもの状態	自分の意思で学びを継続できている／他者に教えるなどの姿勢もある
ねらい	自走を支え、他者への還元や探究・表現へと広げていく
声かけの例	「友達にも教えてあげよう」 「今の計画、修正するとしたらどこ？」
うまくいくと	「学び続ける人」として、長期的に探究と成長を楽しみ、他者に影響を与える存在に

## 4. 主体性育成を仕組み化するためのフレームワーク

繰り返しですが、レッスンでは生徒一人ひとりの“主体性”を育むことを大切にしています。

そのために、まず生徒の主体性ステージを整理する**SCALE**という視点を持ち、さらに**仕組み**として自然に行動が引き出される**デザイン**が必要だと考えました。

その答えの一つが、レッスンオリジナルのフレームワーク、**TAPs**です。

### ◆ TAPsとは

TAPsは、行動経済学に基づく「EAST Framework」や、習慣化の理論「Hook Model」などをベースに、レッスンらしい“温かさ”と“実行しやすさ”を融合させた、主体性を後押しする仕掛けと関わり方のフレームです。

TAPsには、背中や肩をトントンとタップするような、つまり「大丈夫だよ」「挑戦してごらん」「よくやった！」というような前向きな意味が込められています。

また、“**Tap yourself on the shoulder**”（「自分の肩をそっとたたいて」）という表現が英語にはあります。自分の努力や達成に対して、自分で認めるという意味です。そんな生徒になってほしいという意味も込めています。

### ◆ 参考：EAST FrameworkとHook Model

#### EAST Framework（行動経済学・英国政府行動洞察チーム）

- 提唱者：**Behavioural Insights Team (UK)**
- ポイント：行動を起こしてもらうには、以下の4つが有効
  - **Easy**：簡単にできる
  - **Attractive**：魅力的である
  - **Social**：周りがやっている、共有される
  - **Timely**：タイミングが良い

#### Hook Model（習慣形成理論）

- 提唱者：**Nir Eyal (2014)**
- ポイント：人が繰り返し使うサービスは、以下のループで設計されている
  1. **Trigger**（きっかけ）
  2. **Action**（行動）
  3. **Variable Reward**（変化のある報酬）
  4. **Investment**（次回への投資）

◆ TAPs の4 (+1) 要素

	英語	満たすべき状態	具体例（そろばん検定のセルフ申込み化）
T	Trigger 動機づけ	子どもが「やってみたい」と感じるワクワクの種がある	合格したらシールが貰える、表彰されると周知
A	Autonomy 自己選択	子どもが「自分で選んだ」と実感できる	受検するかどうか、子ども自身が月初に選ぶ
P	Praise 称賛・意味づけ	成果や挑戦に「意味があった」「賢くなった」と本人が実感できる	シール、表彰、教室掲示などで、成長を自分ごととして感じられる
S	See 見える	子どもの変化や頑張りが“言葉”や“形”で親に伝わる	合格という成果や、子からの「受検のお願い」で家庭にも伝わる
	Simple 省力化	講師・保護者・子どもすべてにとって“続けられる仕組み”になっている	生徒に意思を確認し、親へのお願いカードを渡すだけで完結

このフレームを満たす仕掛けは、主体性を育む3つの要素、Autonomy（自律性）、Competence（有能感）、Relatedness（関係性）を自然と育み、子どもにとって“やりたくなる”、保護者にとって“見てわかる”、教室やスタッフを含む全員にとって、”続けやすい”ものに自ずとなります。

TAPsは、単なる仕掛けやチェックリストではありません。大切なのは、講師一人ひとりがこのフレームを意識し、日々の関わりの中で実践することです。

子どもの小さな挑戦に気づき、それを称え、選択の場をつくり、成長を見る言葉で届ける。

「自分で動けた」「先生が見てくれていた」「できた」、それらの積み重ねを通して、子どもの自己肯定感を育て、やがて主体的な学びの姿勢へつながっていきます。