学校通信　相小　３月号
２０２３(令和５)年　２月２８日
椙山女学園大学附属小学校

「成長すること―メタ認知」

校　長　　相　川　保　敏

２月６日、トルコ南部のシリア国境付近で発生した大地震では、５万人を超える人が犠牲となりました。被災者も2600万人と推計され、現在も多くの人々が避難生活を送っています。数百万人を超える子どもたちが支援を求めています。12 年前の東日本大震災では日本も多くの国々の支援を受け、トルコからも地震直後に救助隊が派遣されたことを思い出します。被災地の人々に私たちの思いが届けられるとよいと思います。子どもたちには、ロシアのウクライナ侵攻での国家間の対立だけでなく、トルコ・シリア地震から自然災害の恐ろしさとともに国際協力・人道支援の大切さを感じ取っていってほしいと思います。

さて、３月の生活指導の目当ては「成長の仕方を考えよう」です。知・徳・体の側面から自分の何が成長し、さらに何を伸ばしていけばいいのかを考え、実行していけることが望まれます。そのためには自分自身を客観的に捉えていく力が必要となります。

自分を客観的に捉えるとは、自分の行動や心情を第三者的な視点から眺め、振り返ることです。その中でも、自らの認知活動（考える・感じる・記憶する・判断するなど）を客観的に捉えることを「メタ認知」と言います。「メタ認知」には、自らを評価しコントロールしていくことも含まれます。「メタ認知」能力が高い子は成績が良いと言われます。

例えば、算数のテストが返ってきたとき「８問〇で、２問×だった」という振り返りだけでなく、どうしたら、×を〇にできたのかをもう少し深く踏み込んで考えていきます。「この問題は授業中も間違えたけど、そのままにしていたのがいけなかった」という結論であれば、「間違えたら正しいやり方をその時に聞く」というように学習の仕方を改善していけます。家庭学習においても「今日はいつもより短い時間で宿題ができた」とき、いつもよりどんな点が違っていたのかを分析していきます。「時間帯」なのか「気持ち」なのか、あるいは「方法」なのか、自分を分析していくことで、自分に合った勉強法を見出していけるようになります。

メタ認知を働かせることで、自分の勉強の進み具合や理解の度合いを常に意識しながら学習を進めるようになり、自分に合った効率的な学習によって学力向上につながっていくと言われています。

また、「メタ認知」は学力だけでなくよりよい人間関係づくりにも生かされます。自分の言動が他者からどう捉えられているのかを考えることで、他者の心情を推し量ったり、共感しようと努めたり、自制心を高めたりしていくことが可能になり、良い人間関係を構築しやすくなります。

こうした「メタ認知」は、児童期から、早い子は幼少期から見られ始め、一般的には、児童期後期に大きく発達していくと言われています。ただし、こうした能力の伸長は、子どもたちが置かれる環境によって大きく影響されます。環境の中でも最も大きいファクターは子どもたちの身近にいる大人です。子どもは大人をまねて成長していきます。大人が自分を振り返ったり、他者の視点から見たり考えたりしている姿を早い段階から見せていくことで、こうした能力が高められていくと言われます。そして、普段の生活の中で「よくできたね。どうしてできたの。」と自分を振り返るような声掛けや「他の人はどんな気持ちかな。どうやっているかな。」と他者の視点に目を向けさせたりするような具体的な声掛けが有効とされています。

子ども自身が自らの力で成長していけるように、学校でも家庭でも、周りの大人がこうした意識をもって子どもと接していくように努めたいものです。ご協力をお願いいたします。

参考：「勉強できる子は〇〇がすごい」榎本博明　日経 BP