

メタ認知尺度作成の試み

——後悔状況における適応的行動との関連性の検討——

○室町祐輔¹・上市秀雄²

(¹筑波大学大学院システム情報工学研究科・²筑波大学システム情報系)

キーワード：メタ認知, 適応的行動, 後悔

Development of a Metacognitive Scale

Yuusuke MUROMACHI¹, Hideo UEICHI²

(¹Graduate School of Systems and Information Engineering, University of Tsukuba,

²Faculty of Engineering, Information and Systems, University of Tsukuba.)

Key Words: metacognition, adaptive behavior, regret

目 的

メタ認知とは“人の学習をもたらす、理解し、かつコントロールする能力”である (Schraw & Dennison, 1994)。室町・上市 (2014) はメタ認知能力の因子として、自分の行動を評価・分析する“モニタリング”, 直面した問題を自分のわかりやすいようにとらえなおす“コントロール”, 自分が何をどの程度知っているのかという自己理解の知識である“メタ認知的知識”の3因子を抽出し, “最も後悔した出来事”との関連性について検討した。その結果, メタ認知能力は適応的行動の促進と関連があることが明らかになった。これは, メタ認知の能力が高いということは適切な手段を効果的に使うことができ, その結果自分の行動や考えを改善することができることを意味している。ただし, この結果は“実際に経験した最も後悔した出来事”に限られているため, より一般的な後悔状況でも検証する必要がある。

よって本研究では, 様々な後悔状況において, メタ認知能力と適応的行動の関連性を検討し, メタ認知尺度の信頼性と妥当性について検証する。

方 法

質問項目 メタ認知尺度 室町・上市 (2014) を参考に, モニタリング6項目, コントロール4項目, メタ認知的知識4項目を作成した (表1参照)。

適応的行動 後悔状況は, 上市・楠見 (1998) の受験の失敗, 交通事故, 自転車の盗難, スキーにおける怪我, パチンコでの負け, 会社からのリストラの6状況を用いた。後悔が予想される状況に自分が陥ったとして, その後の自分の適応的行動について思慮深さに関する6項目 (先の状況を考えて行動

するようになる), 悪い出来事への耐性に関する3項目 (悪いことが起きても動じなくなる) を作成した。5段階評定。

調査対象者 首都圏の大学生109名 (男性84名, 女性25名)。2015年4月に質問冊子を配布回収した。

結果と考察

因子分析の結果 仮定した3因子 (モニタリング, コントロール, メタ認知的知識) が抽出された (表1)。

信頼性 メタ認知尺度の各項目について, クロンバック α 係数を求めた。その結果, すべての項目で概ね良好であった。

妥当性 各因子の下位項目の合計値と6つの各状況の適応的行動との相関を調べた。その結果, 受験を失敗した状況では, モニタリング能力の高い人ほどその後の行動が思慮深くなった。交通事故, 自転車の盗難, スキーで怪我, リストラなどの状況でもメタ認知の各因子と適応的行動の間に相関が見られた。一方, パチンコで負けた状況では, メタ認知尺度との相関が見られなかった。これは回答者の多くが二度とパチンコを打たないという適応的行動をとったためメタ認知能力の影響があらわれなかったと考えられる。

これら結果より, 本尺度にはある程度の信頼性と妥当性があると考えられる。

引用文献

- Schraw & Dennison (1994). Assessing meta-cognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, **19**, 460-475.
- 上市・楠見 (1998). 損失状況におけるリスク行動の個人差を規定する要因. *日本リスク研究会誌*, **10** (1), 65-72.
- 室町・上市 (2014). 後悔対処メタ認知が後悔・対処法・適応的行動に及ぼす影響. *日本心理学会第78回大会発表論文集*, 1E1V-1-099.

表1 メタ認知尺度の因子分析結果の一部 (最尤法, プロマックス回転)

	モニタリング ($\alpha = .789$)	コントロール ($\alpha = .656$)	メタ認知的知識 ($\alpha = .700$)
自分のとっている方法がうまくいっているか, 分析している	.878	.043	-.098
自分の行動が結果にどう影響するかを, 考えている	.735	.057	-.143
自分なりの答えを出す前に, 別の答えについても検討している	.644	-.172	-.004
今の行動がうまくいっているかどうかを評価し,			
さらに結果が出た後に再度自分の行動を評価する	.593	-.007	.054
考えられる選択肢をすべて考慮したかどうか, 自問する	.460	-.159	.258
自分は, 今, 何をすればよいのかを把握できている	.418	.085	.113
複雑に見える問題でも, 単純な問題としてとらえなおす事ができる	-.082	.965	-.095
何らかの問題を解決するときには, 「いつ, どこで, 何を,			
どのようにすればよいか」などについてよく考える	.265	.440	.220
初めて聞く情報や知識は,			
自分の分かりやすいように置き換えて, 身につくように工夫している	.060	.428	.109
考えがまとまらないときは, 今までの考えを白紙に戻して新たに考え直す	-.087	.369	.000
自分が, 何が得意で, 何が不得手かをわかっている	-.031	-.080	.745
自分の興味があることについては, より深く学んでいる	-.106	.122	.656
他人の経験をうまく参考にできる	.016	.009	.589
自分の精神状態をきちんと把握できる	.078	-.012	.433