

後悔状況のメタ認知尺度と適応的行動の関係：中学生と大学生の間の比較

○室町祐輔¹・上市秀雄²

muucurucuru@gmail.com

¹中山株式会社・²筑波大学システム情報系



メタ認知 (metacognitive)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)

・**大学生において**、メタ認知能力は後悔状況における**適応的行動の促進**と関連があり、メタ認知能力が高いと、適切な手段を効果的に使うことができると同時に、自分の行動や考えを改善できる
(室町・上市, 2014)

適応的行動とは「人がなにかを経験した後、その経験を生かし、その後の行動をより良い方向に改善すること」

研究目的

1. メタ認知能力が未発達であると思われる中学生でも、**室町・上市(2015)と同様にメタ認知能力を測定できるか**を明らかにする
2. 中学生における**メタ認知能力と適応的行動の関連性**を明らかにする

方法

- × **調査対象**: 関東地方の中学生157名 (男性77名, 女性80名)
- × **調査時期**: 2015年11月に質問紙を配布・回収

質問項目:

後悔の大きさ (5段階評定 1: あてはまらない ~ 5: あてはまる)

- ・そのことを後悔した (当時の後悔)
- ・今でもそのことを後悔している (現在の後悔)

メタ認知尺度 (5段階評定 1: あてはまらない ~ 5: あてはまる)

> 室町・上市(2015)を参考に、14項目を因子分析し、2因子を抽出 (Table 1 参照)

後悔状況

> 今までの人生の中で最も後悔した**実際の出来事**を自由記述で回答

適応的行動 (5段階評定 1: あてはまらない ~ 5: あてはまる)

> 上市・楠見(2004)を参考に、後悔後の適応的行動を測定する項目を作成 (Table 2 参照)

学習に関する後悔 (41件)

- ・もっと勉強しておけばよかった

部活や学校行事に関する後悔 (31件)

- ・もっと早くに部活に入ればよかった

友人関係に関する後悔 (38件)

- ・くだらないことでけんかしてしまった

家族関係に関する後悔 (13件)

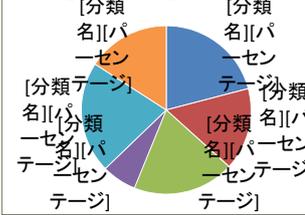
- ・親に冷たい態度をとった

その他の後悔 (42件)

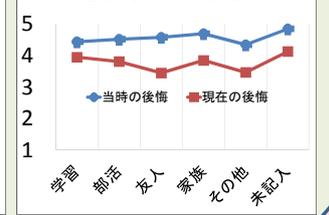
- ・財布を落としてしまった
- ・自分の行動や言動

未記入 (31件)

後悔内容の分類



後悔の大きさ



結果

Table 1 メタ認知尺度の因子分析結果 (最尤法, プロマックス回転)

	第1因子	第2因子
第1因子: モニタリング4項目 (省察: 人に学習をもたらすために必要な能力) ($\alpha=.745$)		
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	.789	-.201
何かを決めるときには、考えられることをすべて考慮したかどうかを確認している	.567	.063
何らかの問題やトラブルを解決しようとするときには、自分のとっている方法がうまくいっているか、考えている	.505	.168
問題を解決するとき、その時の状況や、自分の選択の結果についてできるだけよく考える	.745	.054
第2因子: メタ認知知識3項目 (自己理解) ($\alpha=.621$)		
自分は、今、何をすればよいのか把握している	.253	.426
どのような方法をとると、最悪の結果をさげられるかわかる	-.027	.618
自分の精神状態をきちんと把握できる	-.079	.700
因子間相関	第2因子: コントロール	.385

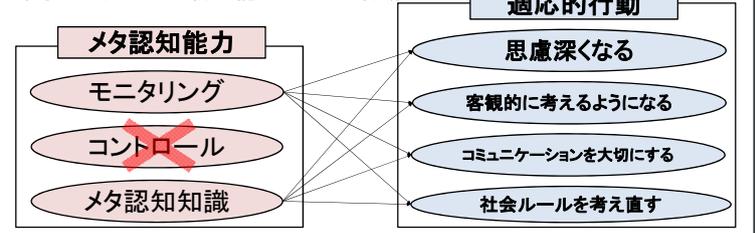
Table 2 中学生の共通メタ認知因子と適応的行動との相関

質問項目	モニタリング	メタ認知知識
内容: 思慮深くなる (3項目)		
前よりいろいろなことを考えて、自分の行動を決めるようになった	.496**	.362**
あとのことまで考えて、自分の行動を決めるようになった	.473**	.353**
何事も計画的に考えて、行動するようになった	.448**	.397**
内容: 客観的に考えるようになる (3項目)		
目標が達成できるかどうか、客観的に考えるようになった	.543**	.284**
成功した場合と失敗した場合、両方を考えて行動するようになった	.580**	.292**
自分の行動を客観的に見るようになった	.519**	.193*
内容: コミュニケーションを大切に (3項目)		
他人の失敗を許せるようになった	.283*	.350**
知り合った人とはなるべく関係がよくなるよう、努力するようになった	.407*	.142
人との関係がぎくしゃくしてしまった時は、なるべく早く、その関係を回復できるように努力するようになった	.391**	.211**
内容: 社会ルールを考え直す (3項目)		
マナーやエチケットとされていることの意味を考えるようになった	.415**	.229**
どんなことが社会のルールに反するか、考えるようになった	.599**	.207*
以前より社会のルールやマナーを気にするようになった	.528**	.183*

* $p<.05$ ** $p<.01$

まとめ

< 中学生におけるメタ認知能力と適応的行動 >



・中学生においても、メタ認知能力と適応的行動には関連性がある
・「コントロール」因子は成長により獲得される可能性が示唆された

参考文献

- 上市秀雄・楠見孝. (2004) 後悔の時間的変化と対処方法心理学研究, 74 (6), 487-494.
室町・上市. (2015) メタ認知尺度作成の試み, 日本心理学会第79回大会発表論文集, 1PM-101.
Schraw & Dennison, R.S. (1994) *Assessing metacognitive awareness, Contemporary Educational Psychology, 19, 460-475