

令和7年1月7日

研修だより 56号



「ふりかえり」で育てる非認知能力

小笠原康晃

「ふりかえり」をすることで、「非認知能力」の一つである「メタ認知能力」を育てることができます。

「メタ認知能力」とは、自分を客観視する能力です。

「自分は以前に比べてこんなことができるようになった。」

「自分のここは良くないから、改善するために～しよう。」

自分自身の言動をふりかえり、自己改善に繋げることができるのが、「メタ認知能力」です。

袋井型授業として取り組んでいることには、このような目的があると感じています。

非認知能力の特徴の一つとして、育成には長い期間がかかるということがあります。

漢字や筆算の習得とは異なり、実際に成果が出るまでには数年単位の時間が必要です。

日本では昔から日記を書くという習慣がありました。日記というのは、ふりかえりとほぼ同じです。

1日の自分の行動をふりかえり、自分の気付きや思いを文字にして残します。そうすることで、自分を客観視できます。ふりかえりもするということは、ふりかえりの習慣をつけるという事です。

「ふりかえりの習慣」は、一度身に付ければ、生涯にわたって活用することができます。

非認知能力を育てることで、自分の言動を客観視することができます。

続けていくと、それが個人から、チーム、団体、組織と範囲が広がっていきます。

毎回の授業でふりかえりをする事は、「メタ認知」という非認知能力を育てることにつながります。