



教育資料: メタ思考

メタ思考とは

「物事を一つ上の視点から客観的に捉える」時には自分を「幽体離脱して上から見て考える」「ゲームのキャラクターに見立て、操作しているように考える」ことです。
メタ思考の第一歩:「自分が見ている世界は全体の中の一部でしかないのでは?」という問いを自分の中に持つことです。

メタ思考のメリット

思考の偏り(バイアス)に気づき、それをリセットし、物事をフラットに捉えられること。例えば、与えられた課題をいきなり解こうとせずに、本来の目的からすると「他にもっと良い方法はないか」「他にも取り組むべき問題があるのではないか」といった上位目的を考え、的確な問題の設定や、創造的な解決策を導き出すことです。

🔗クイズ 普通の回答とメタ思考の回答ではどう違いますか。

1. 目の前に川があります。
川幅は約 20m、流れは遅く、深さは最大で腰のやや下ぐらい。
しかし、上流にも下流にも橋は見当たりません。あなたならどうしますか。
2. ドイツ語のテストがあります。
持ち込みはどんなものでも OK です。
あなたは何を持ち込みますか。

プログラム例 話のテーマ:「キャッシュレス時代をどう生きるか」について話し合う。

会話の進め方

- ① 一般的な考え方の場合の会話
 - a 話題の話について、メディア上の話から口火を切る
 - b 賛否両論を話し合う
 - c 各人の考えを話し合う・・・賛否の意見はさしはさまない・・・まずは聞く
 - d 相手を説得する:(議論を始める) 相手に賛同する:(互いの結論に同意する)
- ② 客観的な(メタ思考)考え方の場合の会話
 - a 話題を少し違う角度から捉えて、より広域な視点からの内容の話をする。
 - b 会話の中で協調、相手への尊敬が認められるフレーズを使って考えを説明する。
 - c 相手の立場に立った話ができるか、多様な考え方を受け入れ、説得できる材料を見出せるか。
 - d なぜそのような結論になったか互いに説明し、同意できなくても理解を示せるか。

クイズ回答例

1. 一般的思考: 泳いで渡る ・ 歩いて渡る
メタ思考: 渡らない ・ 渡る目的は何? 渡る必然性は何?
2. 一般的思考: 電子辞書 ・ 検索機能のあるスマホ
メタ思考: 学力優秀なドイツ人 ・ テストを受けない