

ワーキングメモリーとメタ認知

ぬくもりほつとれぼーと⑦

このほつとふれすを「覧になつてゐる方の中には、よりよく聞くことに努力されていります。ぬくもりほつとらいんで受け手をされている方も、もちろん、受け手でない方も、それぞれの活躍の場で、大切な誰かの話を聞くことに心を傾けておられるのでないでしょうか。

このほつとふれすを「覧になつてゐる方の中には、よりよく聞くことに努力されていります。ぬくもりほつとらいんで受け手をされている方も、もちろん、受け手でない方も、どちらも、手を挙げてから答える時に心を傾けておられるのでないでしょうか。

★ ★ ★
「認知」とは、「超認知」、「認知の認知」という意味になります。

例えば相手の話を聴いている時、自分は話の内容を正しく聴いているか、暖かい雰囲気で聴いているか、聴くことが時間的に限界になつていなか、ということを意識し、考えていくのもメタ認知の力です。聴くという認知そのものを少し上方から鳥瞰的に認知している、そういう認知の仕方がメタ認知と言えます。

★ ★ ★
ワーキングメモリーは、記憶や気持ちを一時的に（数秒間）保留する機能を持つています。

★ ★ ★
ワーキングメモリーが十分機能してないことで説明されます。このワーキングメモリーが十分機能していないことを「私はついついこういうことをしてしまうのだな」ということを、本人があとからでも理解できるようにして、実際の体験の中で同時に行えなかつたモニタリングを、遅ればせながらでも体験できることが大切です。

★ ★ ★
「答えがわかった」途端に答えてしまつたり、気に入らないことを言われた途端に相手を叩いてしまつたり、ワーキングメモリーが機能していないと、その時の自分の気持ちに支配されてしまい、他のことを考える余裕がなくなつてしまいま

★ ★ ★
大切な誰かの話を聞く時に、聴くことでいっぱいになつてしまい、聴いている自分を鳥瞰的に見るのが難しいことは、多くの方が体験されています。それがメタ認知です。この概念はこれから更に身近なものになつてくると思われます。そして、メタ認知は、育てることができるのです。

このほつとふれすを「覧になつてゐる方の中には、よりよく聞くことに努力されていります。ぬくもりほつとらいんで受け手をされている方も、どちらも、手を挙げてから答える時に心を傾けておられるのでないでしょうか。

★ ★ ★
「認知」とは、「超認知」、「認知の認知」という意味になります。

例えば相手の話を聴いている時、自分は話の内容を正しく聴いているか、暖かい雰囲気で聴いているか、聴くことが時間的に限界になつていなか、ということを意識し、考えていくのもメタ認知の力です。聴くという認知そのものを少し上方から鳥瞰的に認知している、そういう認知の仕方がメタ認知と言えます。

★ ★ ★
ワーキングメモリーは、記憶や気持ちを一時的に（数秒間）保留する機能を持つています。

★ ★ ★
ワーキングメモリーが十分機能してないことで説明されます。このワーキングメモリーが十分機能していないことを「私はついついこういうことをしてしまうのだな」ということを、本人があとからでも理解できるようにして、実際の体験の中で同時に行えなかつたモニタリングを、遅ればせながらでも体験できることが大切です。

★ ★ ★
「答えがわかった」途端に答えてしまつたり、気に入らないことを言われた途端に相手を叩いてしまつたり、ワーキングメモリーが機能していないと、その時の自分の気持ちに支配されてしまい、他のことを考える余裕がなくなつてしまいま

★ ★ ★
大切な誰かの話を聞く時に、聴くことでいっぱいになつてしまい、聴いている自分を鳥瞰的に見るのが難しいことは、多くの方が体験されています。それがメタ認知です。この概念はこれから更に身近なものになつてくると思われます。そして、メタ認知は、育てることができるのです。

いられるのは、ワーキングメモリーが機能しているお陰です。

反対に、このワーキングメモリーが十分に機能していないと、ノートをとることも、手を挙げてから答えることも難しくなり、知的にはいくのが難しくなります。学習障害の認知特性の一因が、

このワーキングメモリーが十分機能していないことを「私はついついこういうことをしてしまうのだな」ということを、本人があとからでも理解できるようにして、実際の体験の中で同時に行えなかつたモニタリングを、遅ればせながらでも体験できることが大切です。

★ ★ ★
大切な誰かの話を聞く時に、聴くことでいっぱいになつてしまい、聴いている自分を鳥瞰的に見るのが難しいことは、多くの方が体験されています。それがメタ認知です。この概念はこれから更に身近なものになつてくると思われます。そして、メタ認知は、育てることができるのです。

★ ★ ★
大切な誰かの話を聞く時に、聴くことでいっぱいになつてしまい、聴いている自分を鳥瞰的に見るのが難しいことは、多くの方が体験されています。それがメタ認知です。この概念はこれから更に身近なものになつてくると思われます。そして、メタ認知は、育てることができるのです。

メタ認知は育つ

振り返ることの大切さの話

このメタ認知の力が発揮されるために、私たちの脳内ではワーキングメモリーが働いています。昨年のぬくもり講座に参加して下さった方は、このワーキングメモリーといふ言葉をお聞きになつたと思いますが、覚えていらっしゃるでしょうか。上野一彦先生が「発達障害と呼ばれる子どもたちの理解と対応」の講義の中で、学習障害の認知特性

★ ★ ★
このメタ認知の力が発揮されるために、私たちの脳内ではワーキングメモリーが働いています。昨年のぬくもり講座に参加して下さった方は、このワーキングメモリーといふ言葉をお聞きになつたと思いますが、覚えていらっしゃるでしょうか。上野一彦先生が「発達障害と呼ばれる子どもたちの理解と対応」の講義の中で、学習障害の認知特性

★ ★ ★
このメタ認知の力が発揮されるために、私たちの脳内ではワーキングメモリーが働いています。昨年のぬくもり講座に参加して下さった方は、このワーキングメモリーといふ言葉をお聞きになつたと思いますが、覚えていらっしゃるでしょうか。上野一彦先生が「発達障害と呼ばれる子どもたちの理解と対応」の講義の中で、学習障害の認知特性