

# 드림 레터

2023  
6호  
중학교

학부모를 위한  
쉽고 간결한 진로 소식지



전국학부모지원센터  
National Center for All Parents

공식 홈페이지



학부모On누리

네이버 블로그



학부모On누리

유튜브 채널

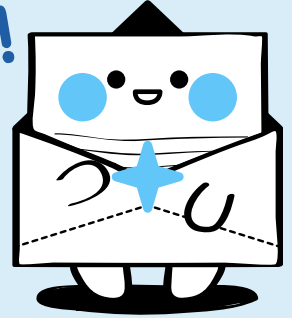
무로글-경기천년재활복지/카레24 아네오네/SUITE 사용



“ 공부하는 것에 비해 성적이 좋지 못한 우리 아이.  
**이것을 확인 해보세요!!** ”

#결과보다과정  
#메타인지  
#효율적인학습  
#메타인지능력테스트  
#메타인지학습법  
#우리아이학습고민끝!  
#드림레터

나는야  
드림레터 마스크트,  
**드림이!!**



## 우리 아이가 열심히 하는 것에 비해 성적이 안 나와서 고민이신가요?

그렇다면 무조건 공부하는 시간을 늘릴 것이 아니라 **효율적이지 못한 학습의 원인**을 파악해야 합니다. 그 비밀이 “**메타인지**”에 있을 수 있습니다.

### 여기서 잠깐!! 메타인지란?

메타인지는 무언가를 배우거나 실행할 때 내가 아는 것과 모르는 것을 정확히 파악할 수 있는 능력을 말합니다. 내가 부족한 부분을 파악해 집중할 수 있고, 잘 아는 부분을 반복적으로 학습하며 낭비되는 시간을 줄일 수 있습니다.

메타인지 능력을 갖추었다는 것은 **효율적인 학습이 가능함**을 뜻합니다.

이처럼 학습에도 중요한 영향을 미치는 메타인지 능력은 어떻게 알아볼 수 있을까요? 메타인지 능력은 정확히 점수화하기는 어렵지만, 간단한 테스트를 통해 어느 정도 수준인지 파악할 수는 있습니다.

### 메타인지 능력 테스트 해보기

뇌과학자, 정재승 교수가 알려주는 간단한 방법을 통해 자녀와 메타인지 능력 테스트를 해보세요.

출처: 유튜브- JTBC 차이나는 클라스(2021. 10. 24 방송분)



## 메타인지 능력을 기르는 방법

메타인지는 타고난 능력보다는 후천적인 훈련을 통해 더 발달된다고 합니다.  
한 두번의 노력으로 완성 시킬 수는 없으니 자녀와 함께 꾸준히 실천하기를 추천합니다.

### 우리 아이 메타인지 능력 키우는 Tip

#### 1 결과보다 과정에 주목하기



부모님들은 보이지 않는 메타인지에 조금만 마음이 앞서 결과만을 가지고 판단하려 합니다. 빠르게, 쉽게, 실수 없이 학습 하는 것이 효율적이라고 생각하지만 실제로 이런 과정은 자녀의 메타인지를 방해하는 요소들입니다.

**어려운 과정을 통해 무언가를 성취할수록, 실수를 통해 시행착오를 겪을수록** 내가 아는 것과 모르는 것이 무엇인지 더욱 선명해집니다. 시험을 끝내고 온 아이에게 점수를 묻기보다는 이번 시험이 얼마나 어려웠는지(난이도), 전혀 예상 못 했던 부분이 나왔는지, 스스로 공부하면서 예상한 결과와 얼마나 차이가 나는지를 물어보는 것도 좋은 방법입니다.

#### 2 아이 스스로 채점 후 실제 정답과 비교해 보기



문제 풀고 채점을 하기 전에 스스로 맞고 틀린 문제가 무엇인지 답지를 보지 않고 채점을 해보게 합니다. 스스로 채점을 한 후 정답지를 보고 채점을 했을 때의 결과와 비교해 보고 그 결과가 많이 다르다면 메타인지가 잘 발휘되지 않는 것입니다.

채점 결과가 달랐던 문항의 이유를 **스스로 생각해보는 훈련**을 통해 메타인지 능력을 기를 수 있습니다.

#### 3 자녀가 선생님이 되어 부모에게 설명해 보기



공부한 내용을 **설명하다 보면 실제로 모르는 것과 아는 것을 구분**할 수 있습니다. 이러한 과정을 통해 자녀가 무엇을 공부해야 할지 자연스럽게 정리하여 꼭 필요한 내용만 학습할 수 있게 됩니다.



#### 메타인지 학습법 알아보기

메타인지에 대해 더 알아보고 자녀의 메타인지 능력을 기를 수 있는 방법을 더 찾아보세요.

출처: 학부모On누리([www.parents.go.kr](http://www.parents.go.kr)) 학습마당 > 수강신청 > 학습지도



“효율적인 학습은 메타인지에서 시작됩니다!”

