

# 1 Metacognição e auto-regulação da aprendizagem

A metacognição e a auto-regulação da aprendizagem têm um papel determinante nos comportamentos inteligentes e eficientes. Conhecer e auto-regular o pensamento, a aprendizagem e a realização através de meta-estratégias parece ser decisivo no sucesso escolar dos alunos.

Actualmente, reconhece-se a metacognição como o factor mais relevante para a qualidade e eficiência da aprendizagem e da sua transferência para novas situações (Valente *et al.*, 1989). Actividades desenvolvidas em alguns programas demonstram a possibilidade do seu treino e reconhecem, mais uma vez, “(...) o contributo do pensar no aprender, no conhecer, no raciocinar e no realizar” (Almeida, 1996, p. 23). Em situações escolares, a metacognição integra duas componentes: (i) o conhecimento que os alunos já têm sobre os vários aspectos da situação da aprendizagem; e (ii) a auto-regulação das actividades cognitivas com a intenção de compreender (Brown, 1982 *ap.* Valente, 1989). Assim, reconhece-se o aluno como o principal responsável pela construção do conhecimento devendo a escola desenvolver a autonomia e a capacidade do aluno auto-regular a sua própria aprendizagem.

Neste âmbito, é possível ensinar estratégias de aprendizagem auto-regulada que, geralmente, integram programas de treino de competências de estudo e podem ser usadas em diversos contextos da aprendizagem (Almeida, 1996). De referir, que o próprio estudo da metacognição surgiu quando se tornou necessário entender os processos mentais que os estudantes realizam quando enfrentam as tarefas escolares. Os programas de estratégias de aprendizagem, com o intuito prático e positivo de solucionar os problemas do insucesso escolar e potenciar métodos de estudo, ajudam, ainda, os alunos a auto-regularem com eficiência os processos responsáveis pela aprendizagem. Este contributo da investigação metacognitiva, para além de ambicionar ensinar os processos metacognitivos, sugere a aprendizagem da auto-regulação e o conhecimento das estratégias remediadoras que os alunos devem usar para aprender a aprender (Carr, 1990; Burón Orejas, 1993).

## 1.1 Metacognição e estratégias de aprendizagem

Embora sejam referidos, desde o início do século, estudos que recobrem processos inerentes à metacognição, este conceito só surge nos Estados Unidos na década de 70, e reporta-se a trabalhos sobre a aprendizagem de estratégias, mais propriamente sobre a memorização e a função de evocação (Doly *in* Grangeat, 1999). Desde essa data, são vários os estudos empíricos e teóricos que têm contribuído para esclarecer e melhor identificar as componentes da metacognição.

Termo frequentemente usado em Educação e Psicologia, etimologicamente, a palavra metacognição significa “para além da cognição”, isto é, para além do conhecimento (Valente *et al.*, 1989; Burón Orejas, 1993). Não obstante o grande número de definições, no essencial, todas reduzem o campo de investigação ao designar, compreender e auto-regular processos mentais que intervêm na resolução de problemas e na aprendizagem. O fundador do conceito, J. H. Flavell (1978) refere que:

*La metacognición hace referencia al conocimiento de los propios procesos cognitivos, de los resultados de esos procesos y de cualquier aspecto que se relacione con ellos; es decir, el aprendizaje de las propiedades relevantes de la información y de los datos. Por ejemplo, yo estoy implicado en la metacognición (meta-memoria, meta-aprendizaje, meta-atención, metalenguaje o cualquiera de las 'metas') si advierto que me resulta más fácil aprender A que B ... La metacognición se refiere, entre otras cosas, a la continua observación de estos procesos en relación con los objetos cognitivos sobre los que se apoyan, generalmente al servicio de alguna meta concreta u objetivo [ap. Burón Orejas, 1993, p.15].*

Embora incorrendo no erro de considerar os processos mentais como o produto final dos mesmos (erro comum na literatura actual), dado que a auto-observação das nossas operações mentais leva-nos a conhecê-las (metacognição), mas não são o conhecimento em si (se assim fosse, não seria necessário estudar para aprender), Flavell destaca os aspectos essenciais da actividade mental metacognitivamente desenvolvida: (i) conhecimento dos objectivos que queremos alcançar com esforço mental; (ii) escolha das estratégias para o conseguir; (iii) auto-observação da realização para verificar se as estratégias eleitas são as mais adequadas; e (iv) avaliação dos resultados face aos objectivos (Burón Orejas, 1993).