



**ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ - Γ Σ Ε Ε**



ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΟΛΥΚΕΝΤΡΟ



Μεταγνωστικές Ικανότητες

Ενότητα 4.

**Συγγραφείς: Πόπη Κασσωτάκη-Ψαρουδάκη
Σαββατού Τσολακίδου**

ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΡΑΞΕΙΣ

**«ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥΣ ΕΤΑΙΡΟΥΣ ΓΙΑ
ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΟΡΙΖΟΝΤΙΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ – Α.Π. 7 ΚΑΙ Α.Π. 8»**



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



**ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ**
επένδυση στην κοινωνία της γνώσης
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ
2007-2013
Πρόγραμμα για την ανάπτυξη
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Περιεχόμενα

Περιεχόμενα.....	2
Σκοπός.....	3
Προσδοκώμενα Αποτελέσματα.....	3
Λέξεις – Κλειδιά.....	3
Υποενότητα 4.1: Η έννοια της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης.....	4
Υποενότητα 4.2: Το κυκλικό μοντέλο αυτορρυθμιζόμενης μάθησης.....	5
Υποενότητα 4.3: Ο ρόλος του εκπαιδευτή στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης...7	
Υποενότητα 4.4: Οι μεταγνωστικές ικανότητες των εκπαιδευόμενων στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης.....	7
Υποενότητα 4.5: Κίνητρα και APM.....	10
Σύνοψη.....	11
Πηγές για περαιτέρω μελέτη.....	11
Βιβλιογραφία.....	11
Βιογραφικό σημείωμα συγγραφέων.....	12

Ενότητα 4 : Μεταγνωστικές ικανότητες και Αυτορρυθμιζόμενη μάθηση

Σκοπός

Σκοπός της ενότητας είναι η εισαγωγή σας στην έννοια της Αυτορρυθμιζόμενης Μάθησης (APM) που προκύπτει από την αλληλεπίδραση των προσωπικών χαρακτηριστικών, της συμπεριφοράς και του κοινωνικού περιβάλλοντος. Θα παρουσιαστούν οι θεωρητικές προσεγγίσεις για την APM και θα γίνει εκτενέστερη αναφορά στο κυκλικό μοντέλο της APM, στις δεξιότητες που ενισχύουν την αυτορρύθμιση και αυτοκαθοδήγηση της μαθησιακής συμπεριφοράς και ειδικότερα στον αυτοέλεγχο, τη μεγαλύτερη ανεξαρτησία και ευθύνη στη μαθησιακή διαδικασία από τον εκπαιδευόμενο. Τέλος, θα έχετε στοιχεία που διαφοροποιούν τον εκπαιδευόμενο και τον εκπαιδευτή στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης σε σχέση με το παραδοσιακό μοντέλο διδασκαλίας.

Προσδοκώμενα Αποτελέσματα

1. Να κατανοήσετε την αναγκαιότητα της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης στο σύγχρονο κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον.
2. Να κατανοήσετε τις διαδικασίες και τεχνικές της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης.
3. Να αναπτύξετε δεξιότητες ενεργού και ευέλικτης μάθησης, κριτικής σκέψης ώστε να επιλέγετε μαθησιακές στρατηγικές που θα σας οδηγούν στην αποτελεσματική επίλυση του γνωσιακού έργου.

Λέξεις – Κλειδιά

Αυτορρύθμιση (self regulation): η ικανότητα του ατόμου να παρακολουθεί, να τροποποιεί και να ελέγχει τη συμπεριφορά, το γινώσκειν, και το θυμικό του, καθώς και το περιβάλλον του, αν χρειάζεται, για να πετύχει ένα στόχο.

Αυτοαποτελεσματικότητα: οι ατομικές κρίσεις του ατόμου για την ικανότητά του να χειριστεί και να ολοκληρώσει με επιτυχία συγκεκριμένα έργα μέσα από τις δικές του ενέργειες σε συγκεκριμένες περιστάσεις.

Αυτοέλεγχος: η διαδικασία αυτοαξιολόγησης όσον αφορά το γνωστικό επίπεδο και τις προϋπάρχουσες γνώσεις σχετικά με το έργο που αναλαμβάνει το άτομο.

Αναστοχασμός: η διαδικασία συνεχούς αυτοαξιολόγησης, η τροποποίηση παγιωμένων αντιλήψεων και πρακτικών που έχει ως αποτέλεσμα την ευελιξία, τη

συνεχή ανάλυση και κοινωνική επίγνωση που οδηγούν στη συνειδητοποίηση των μαθησιακών επιλογών.

Κίνητρα: δυνάμεις που ενθαρρύνουν ή παρωθούν το άτομο να ασχοληθεί ή να επιδιώξει την επιτυχία στόχου.

Υποενότητα 4.1: Η έννοια της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Η κοινωνικογνωστική θεωρία μάθησης υποστηρίζει ότι το άτομο δύναται να παρεμβαίνει και να ρυθμίζει τη συμπεριφορά του, η οποία διαμορφώνεται σε μεγάλο βαθμό, από εξωτερικούς παράγοντες (μίμηση συμπεριφοράς των άλλων) και από ατομικούς -προσωπικούς παράγοντες όπως η αυτοαξιολόγηση και εκτίμηση των γνωστικών δυνατοτήτων του, που οδηγούν στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του. Η μάθηση είναι αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης των προσωπικών χαρακτηριστικών, της συμπεριφοράς και του κοινωνικού περιβάλλοντος ενώ στο παραδοσιακό σχολείο η μαθησιακή διαδικασία ρυθμίζεται από το δάσκαλο.

Η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση (APM), είναι μια σύνθετη και δυναμική διεργασία που ενεργοποιείται όταν το άτομο βρίσκεται μπροστά σε νέες προκλήσεις. Σύμφωνα με το Zimmerman (1998) η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση είναι μια πολυδιάστατη διεργασία που προϋποθέτει συντονισμό και αλληλεπίδραση μεταξύ προσωπικών (γνωστικών, θυμικών και βουλητικών) συμπεριφορικών και περιβαλλοντικών στοιχείων (Κωσταρίδου-Ευκλείδη, 2011). Είναι μια διαδικασία που περιλαμβάνει τη χρήση των δεξιοτήτων για την παρακολούθηση και τον έλεγχο της συμπεριφοράς, τη γνωστική λειτουργία, τα συναισθήματα, τα κίνητρα, έτσι ώστε τα άτομα, και ιδιαίτερα τα ενήλικα, να επιτυγχάνουν τους μαθησιακούς στόχους που θέτουν και να κατανοούν τις νέες καταστάσεις στις οποίες οδηγούνται. Έμφαση δίνεται στον έλεγχο, γνωστικό και μεταγνωστικό, που αποτελεί μηχανισμό για τη διαδικασία μάθησης και επίτευξης μαθησιακών αποτελεσμάτων. Η APM είναι μια διαδικασία κατά την οποία το άτομο με αναστοχασμό και αυτοκριτική συνειδητοποιεί την κατάστασή του στο επίπεδο των αποκτηθέντων γνώσεων και δεξιοτήτων, αξιολογεί και εντοπίζει τα δυνατά και αδύνατα σημεία του και βάσει αυτών προγραμματίζει την περαιτέρω πορεία για την επίτευξη των τεθέντων στόχων του. Οι ερευνητές διακρίνουν: α) αυτούς που ορίζουν την APM ως την ικανότητα του ατόμου να χρησιμοποιεί μεταγνωστικές στρατηγικές (Reinberg, και άλλοι, 2000) και διακρίνουν τις στρατηγικές αυτορρυθμιζόμενης μάθησης σε στρατηγικές σχεδιασμού, ελέγχου και ρύθμισης, β) αυτούς που ορίζουν την APM με αναφορά στους στόχους και τα κίνητρα του ατόμου, -οι μαθητές συμμετέχουν με δραστηριότητες δικής τους επιλογής και με δικό τους ρυθμό (Lemos, 1999) και γ) αυτούς που ορίζουν την APM ως ικανότητα του ατόμου να χρησιμοποιεί όχι μόνο μεταγνωστικές αλλά και γνωστικές στρατηγικές, όπως η απομνημόνευση, η

επεξεργασία και η οργάνωση της γνώσης και σχετίζονται με το μαθησιακό στυλ των εκπαιδευομένων (Boekaerts, 1999). Εμπειρικές έρευνες έχουν καταδείξει ότι μαθητές που αξιοποιούν μεταγνωστικές στρατηγικές και APM έχουν καλύτερη απόδοση διότι έχουν επίγνωση των γνώσεων που κατέχουν και μαθαίνουν να ελέγχουν τις αποκτηθείσες γνώσεις τους.

Υποενότητα 4.2: Το κυκλικό μοντέλο αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Στη σύγχρονη εποχή της δια βίου μάθησης αλλά και των ραγδαίων εξελίξεων και αλλαγών που οφείλονται στην παγκοσμιοποίηση και στην ανάπτυξη των τεχνολογιών, το ανθρώπινο δυναμικό είναι απαραίτητο να διαθέτει δεξιότητες αυτορρύθμισης και αυτοκαθοδήγησης της συμπεριφοράς του. Οι διαδικασίες αυτορρύθμισης περιλαμβάνουν:

- α) τις διαδικασίες πρόβλεψης οι οποίες εφαρμόζονται κατά την έναρξη, οριοθέτηση και ανάλυση ενός στόχου,
- β) τις διαδικασίες απόδοσης, όπου εντάσσονται ο αυτοέλεγχος και αυτοαποτελεσματικότητα και οι οποίες ενεργοποιούνται κατά τη διάρκεια ολοκλήρωσης ενός στόχου και
- γ) οι διαδικασίες αναστοχασμού, αυτοκριτικής που εμφανίζονται κατά την ολοκλήρωση ενός στόχου.

Οι διαδικασίες APM που διασφαλίζονται στο μεταγνωστικό επίπεδο καθιστούν το άτομο αυτόνομο, ανεξάρτητο στη σκέψη και στη δράση και του δίνουν την ικανότητα προσωπικών επιλογών και στρατηγικών, χωρίς εξωτερική βοήθεια από διδάσκοντα, εκπαιδευτή ή ακόμη και το οικογενειακό περιβάλλον. Το άτομο είναι ικανό να προσδιορίσει το πρόβλημα, να το αναλύσει και να το συνθέσει. Είναι σε θέση να στοχαστεί για το τι γνωρίζει και τι αγνοεί, τι χρειάζεται ως συμπληρωματική γνώση και πληροφορία που σχετίζεται με το θέμα και με ποιες διαδικασίες μπορεί να φτάσει στην ολοκλήρωση του στόχου. Είναι ικανό να αναπτύξει σχέδιο δράσης και να προβεί σε επιμέρους δραστηριότητες που θα το κατευθύνουν στην επίλυση του θέματος που διαπραγματεύεται με τις κατάλληλες προσαρμογές και αλλαγές που κρίνει απαραίτητες κατά τη διάρκεια της διαδικασίας μάθησης με αποτελεσματική διαχείριση του χρόνου. Είναι επίσης ικανό να ελέγχει το αποτέλεσμα, να το αξιολογεί και ενδεχομένως να επανέρχεται σε προηγούμενες φάσεις της διαδικασίας αναλαμβάνοντας διορθωτικές παρεμβάσεις ή επαναπροσδιορίζοντας κάποια από τα προηγούμενα στάδια. Το άτομο, κατά την προσέγγιση του θέματος και την επιλογή προτάσεων και λύσεων κάνει ρεαλιστική εκτίμηση των ικανοτήτων του και διατηρεί σε

όλες τις φάσεις που προαναφέρθηκαν την ικανότητα συντονισμού και συσχέτισης της δράσης και των επιδιωκόμενων στόχων του.

Σύμφωνα με τους Zimmerman, Bonner και Konach, η αυτορυθμιζόμενη μάθηση ακολουθεί ένα κυκλικό μοντέλο (δες άρθρο των Παναγάκη - Τζανάκη) το οποίο, αν και στο συγκεκριμένο άρθρο αναφέρεται για άτομα μικρών ηλικιών μπορεί να έχει εφαρμογή σε κάθε ηλικία και μορφή μάθησης (εκπαίδευση ενηλίκων, εξ αποστάσεως εκπαίδευση). Το μοντέλο αυτό εκτυλίσσεται σε τέσσερις φάσεις, οι οποίες συνθέτουν ένα κύκλο, διότι σε κάθε φάση ο εκπαιδευόμενος μπορεί να τροποποιήσει τη στρατηγική του ή να επαναπροσδιορίσει τους στόχους του. Οι φάσεις αυτές είναι:

- α) Αυτοαξιολόγηση-Αυτοέλεγχος,
- β) Καθορισμός στόχων και προγραμματισμός στρατηγικής,
- γ) Εφαρμογή και έλεγχος στρατηγικής
- δ) Έλεγχος αποτελεσμάτων.

Κατά την πρώτη φάση της αυτοαξιολόγησης και αυτοελέγχου προηγούμενων γνώσεων και εμπειριών, οι εκπαιδευόμενοι καλούνται να κρατούν σημειώσεις (ημερολόγιο δραστηριοτήτων) ώστε να είναι ικανοί να παρακολουθούν την πρόοδο τους. Κατά τη δεύτερη φάση του καθορισμού στόχων και του προγραμματισμού της στρατηγικής, τα άτομα καλούνται να θέτουν στόχους, γενικούς και ειδικούς και να επιλέγουν την κατάλληλη στρατηγική που θα τους οδηγήσει στην επιτυχία. Οι στόχοι πρέπει να είναι SMART (specific=ειδικοί, measurable=μετρήσιμοι, accurate=ακριβείς, realistic=πραγματοποιήσιμοι, time bounded=χρονικά προσδιορισμένοι). Κατά την εφαρμογή της στρατηγικής, λαμβάνονται υπόψη μαθησιακές στρατηγικές, που έχουν χρησιμοποιηθεί κατά το παρελθόν αλλά και από ανατροφοδότηση που προκύπτει από την αλληλεπίδραση με εκπαιδευτές και άλλους εκπαιδευόμενους για την εξοικείωση με νέες τεχνικές μάθησης (χρήση του διαδικτύου και πολυμέσων) και μαθησιακές στρατηγικές. Κατά την τέταρτη φάση του ελέγχου των αποτελεσμάτων αξιολογείται η στρατηγική που επελέγη, εάν ήταν η πιο κατάλληλη για την επίτευξη των στόχων που τέθηκαν στην αρχή της εργασίας. Κατά τη φάση αυτή, οι αρχικοί στόχοι μπορεί να τροποποιηθούν ή ακόμη να ακολουθηθεί νέα στρατηγική, γεγονός που επιβεβαιώνει την κυκλικότητα του μοντέλου.

Υποενότητα 4.3: Ο ρόλος του εκπαιδευτή στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Οι εξελίξεις στον επιστημονικό τομέα, οι ραγδαίες αλλαγές στον τομέα της χρήσης των νέων τεχνολογιών και ταυτόχρονα η παλαιώση της γνώσης ωθούν τα άτομα σε συνεχή δια βίου εκπαίδευση, με νέες μορφές μη παραδοσιακής μάθησης, διότι τα εκπαιδευτικά συστήματα αδυνατούν να ανταποκριθούν στις δημιουργούμενες ανάγκες. Το διαδίκτυο, η χρήση πολυμέσων και άλλων εργαλείων, αξιοποιούνται από τους εκπαιδευόμενους και συμβάλλουν στην αυτομόρφωση και στην αυτοαπολεσματικότητα στο επίπεδο της μαθησιακής διαδικασίας. Ο εκπαιδευόμενος καλείται απλά να διαχειριστεί τις προσφερόμενες ευκαιρίες, να αξιοποιήσει τους πόρους, να οργανώσει και να διαχειριστεί-ρυθμίσει τη μαθησιακή του πορεία.

Στο πλαίσιο αυτό, ο ρόλος του εκπαιδευτή χάνει τη βαρύτητα και τον παραδοσιακό του ρόλο ως δασκάλου. Ο εκπαιδευτής είναι διευκολυντής (facilitator) της μαθησιακής διαδικασίας. Βοηθάει, εάν κρίνεται απαραίτητο, στη χάραξη τήρηση διαδικασιών, στο σχεδιασμό καλύτερων στρατηγικών παραγωγής πληροφοριών με την αξιοποίηση ανοικτών και ουδέτερων ερωτήσεων που οδηγούν στην ενδυνάμωση της αυτοπεποίθησης και την αξιοποίηση περισσότερων μαθησιακών στρατηγικών παραγωγής πληροφοριών και αξιολόγησης της σκέψης τους.

Ο εκπαιδευτής ως σύμβουλος, παρακινεί τον εκπαιδευόμενο στην απόκτηση μεταγνωστικών ικανοτήτων που επιτρέπουν την αυτορρυθμιζόμενη μάθηση. Ενεργοποιεί τον εκπαιδευόμενο με την τεχνική ανοικτών ερωτήσεων (τι γνώμη έχεις για...) ουδέτερων ερωτήσεων (τι νομίζεις πως θα συνέβαινε εάν...) καθοδηγεί το άτομο στη συνειδητοποίηση των διεργασιών που απαιτείται να γίνονται από το ίδιο το άτομο. Δεν δίνει έτοιμες λύσεις αλλά ενεργοποιεί τη φαντασία του και το οδηγεί να σκεφτεί καινοτόμα, έξω από τα όρια που συχνά τίθενται από το ίδιο το άτομο (Think out of the box), να αναλύει και να βρίσκει τις δικές του λύσεις.

Υποενότητα 4.4: Οι μεταγνωστικές ικανότητες των εκπαιδευόμενων στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Ο ρόλος του εκπαιδευόμενου που αξιοποιεί την αυτορρυθμιζόμενη μάθηση είναι κεντρικός και βασίζεται στην αποτελεσματική χρήση της ενεργής μνήμης και της ικανότητας επεξεργασίας και ενσωμάτωσης νέων πληροφοριών που ενδυναμώνουν τις μνημονικές και μεταγνωστικές ικανότητες. Το άτομο είναι ικανό όχι μόνο να σχεδιάσει το γνωστικό έργο, να ενεργοποιήσει τις απαραίτητες γνώσεις που έχει ήδη αποκτήσει (background) αλλά και να επιλέξει και εφαρμόσει στρατηγικές (ενέργειες, σχέδια δράσης, μεμονωμένες τεχνικές) που θα τον οδηγήσουν να ολοκληρώσει με επιτυχία το

γνωστικό έργο. Το άτομο αυτό έχει αντίληψη της διαδικαστικής γνώσης αλλά και της περιστασιακής γνώσης διότι γνωρίζει πού, πώς, πότε και γιατί πρέπει να χρησιμοποιήσει συγκεκριμένες στρατηγικές. Η μεταγνωστική παρακολούθηση της γνωστικής λειτουργίας με δεξιότητες αυτοελέγχου και αυτορρύθμισης επιτρέπουν στον εκπαιδευόμενο να ενεργήσει διορθωτικά και με ευελιξία στις περιπτώσεις λαθών και να επαναπροσδιορίσει το στόχο εφόσον κριθεί απαραίτητο σύμφωνα με τις απαιτήσεις του έργου (Flavell, 1979) και κριτήρια ορθότητας που προϋπάρχουν στο μυαλό του ατόμου και τα οποία του επιτρέπουν να παρέμβει διορθωτικά και αποτελεσματικά (Nelson & Narens, 1994).

Πίνακας [1]: [Μεταγνωστικές ικανότητες των εκπαιδευόμενων στο πλαίσιο της APM]

ΜΕΤΑΓΝΩΣΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ	ΜΕΤΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΓΝΩΣΗ	<ul style="list-style-type: none"> - Ο εκπαιδευόμενος έχει θετική εικόνα για τον εαυτό του ως γνωστικό υποκείμενο που αναλαμβάνει μια δράση - Είναι γνώστης των στρατηγικών που μπορεί να τον βοηθήσουν - Γνωρίζει το πώς, πότε και με ποιον τρόπο θα χρησιμοποιήσει την επιλεγείσα στρατηγική - Είναι ικανός να προσαρμόσει την ακολουθούμενη στρατηγική ανάλογα με τις ανάγκες
	ΣΤΟΧΟΘΕΣΙΑ ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΡΓΟΥ	<ul style="list-style-type: none"> - Εντοπίζει και θέτει τους κατάλληλους στόχους - Προετοιμάζει και συντονίζει τις δραστηριότητες που θα χρειασθεί για την επίτευξη του γνωστικού στόχου με τη χρήση κατάλληλων πληροφοριακών πηγών και την αλληλοσύνδεση και συμπληρωματικότητά τους - Επαναφέρει στη μνήμη προηγούμενες γνώσεις απαραίτητες για την επεξεργασία του θέματος και την ολοκληρωμένη προσέγγιση του

	ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΩΝ	<ul style="list-style-type: none"> - Αξιοποιεί κατάλληλες μαθησιακές στρατηγικές με αποτελεσματικό τρόπο - Διακρίνεται από ευελιξία στη χρήση των στρατηγικών και τις αναπροσαρμόζει ανάλογα με τη βαρύτητα και δυσκολία του αντικειμένου - Επαναπροσδιορίζει το στόχο εάν κριθεί απαραίτητο - Αντικαθιστά μια αναποτελεσματική στρατηγική με κάποια άλλη, κάνει χρήση εναλλακτικών σεναρίων μάθησης
	ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΡΘΩΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ	<ul style="list-style-type: none"> - Παρακολουθεί ενεργά την πορεία του έργου στο οποίο εμπλέκεται και επεξεργάζεται - Αντιλαμβάνεται τις δυσκολίες, τα λάθη και προστρέχει σε προηγούμενες γνώσεις και εμπειρίες , επαναοριοθετεί το στόχο - Χρησιμοποιεί την ή τις κατάλληλες στρατηγικές για την επίλυση του θέματος
	ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	<ul style="list-style-type: none"> - Αξιολογεί την προσωπική του αποτελεσματικότητα στην επεξεργασία του έργου - Αναστοχάζεται και κάνει την αυτοκριτική του μετά το τέλος της εμπλοκής στο γνωστικό έργο - Είναι ικανός να μετρήσει την αποτελεσματικότητά του, να αυτοαξιολογηθεί

Ο εκπαιδευόμενος στο πλαίσιο της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης καλείται να είναι ενεργός, συμμετοχός της δικής του μάθησης. Μέσω της ανάπτυξης των μεταγνωστικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων καθίσταται ικανός να αυτοαξιολογεί τον τρόπο σκέψης του και να αυτορρυθμίζει και να αυτοκατευθύνει τη μαθησιακή του πορεία.

Υποενότητα 4.5: Κίνητρα και APM

Τα κίνητρα αποτελούν σημαντική παράμετρο της μαθησιακής διαδικασίας διότι επηρεάζουν την οργάνωση των γνωστικών και μεταγνωστικών ικανοτήτων και κατά συνέπεια την επίδοση και αποτελεσματικότητα του εκπαιδευόμενου σε διάφορα θέματα και στην αυτορρυθμιζόμενη μάθηση. Τα κίνητρα προέρχονται από το ίδιο το άτομο (ένστικτο, σκοποί) ή το εξωτερικό περιβάλλον (αμοιβή, αποφυγή κινδύνου). Η συσχέτιση της APM και των Κινήτρων είναι συχνή στις ερευνητικές εργασίες διότι ο καθορισμός στόχων και η επίτευξή τους προσδιορίζεται σε μεγάλο βαθμό από τα κίνητρα.

Ο P.R. Pintrich στο “The handbook of self –regulated learning” (2000) ανέπτυξε το ερωτηματολόγιο για τα κίνητρα και τις στρατηγικές μάθησης (The Motivated strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)) και την κλίμακα της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης (self –regulated learning scale), σύμφωνα με τα οποία τα κίνητρα ορίζονται γύρω από τρεις συνιστώσες: **Αξίας** (εσωτερικά στο άτομο και από το εξωτερικό περιβάλλον), **προσδοκιών** (έλεγχος μάθησης και αυτοαποτελεσματικότητα) και **συναισθημάτων** (άγχος κατά τη διάρκεια των εξετάσεων). Ενώ οι στρατηγικές μάθησης αναφέρονται σε γνωστικές και μεταγνωστικές στρατηγικές μάθησης (επανάληψη, επεξεργασία, οργάνωση, κριτική σκέψη) και στρατηγική διαχείριση πόρων (χώρου, χρόνου, μελέτης, συνεργατική μάθηση, αναζήτηση βοήθειας, κ.α.)

Σύννοψη

Η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση αποτελεί βασική συνιστώσα για αποτελεσματική δια βίου μάθηση. Η αυτορρύθμιση επιτρέπει στον εκπαιδευόμενο να εφαρμόσει ο ίδιος όλα τα στάδια της μαθησιακής, γνωστικής και μεταγνωστικής διαδικασίας, αυτόνομα, ανεξάρτητα από εκπαιδευτές ή άλλους δικαιούχους. Το άτομο, με ικανότητες αυτορρύθμισης μπορεί να προσαρμόσει τις προσπάθειές του στις διαρκώς μεταβαλλόμενες συνθήκες που επιφέρουν η παγκοσμιοποίηση και η ανάπτυξη των νέων τεχνολογιών αξιοποιώντας κίνητρα που ενδυναμώνουν τη θέλησή του. Οι διαδικασίες αυτορρύθμισης επιτρέπουν την αυτοδιαχείριση των μαθησιακών στρατηγικών και της μαθησιακής πορείας. Το άτομο δρα αυτόνομα στα επίπεδα της στοχοθέτησης και του περιεχομένου της μάθησης, των μεθόδων και στρατηγικών, του χρονοπρογραμματισμού, της αξιολόγησης και ανασκόπησης ως προς την επίτευξη των στόχων και ο εκπαιδευτής ως διευκολυντής (facilitator) της μαθησιακής διαδικασίας. Η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση συμβάλλει στην ενδυνάμωση, αυτοεκτίμηση και ενίσχυση της θέλησης και της αυτοαποτελεσματικότητας του ατόμου και του δίνει τη δυνατότητα να υπερασπιστεί τα δικαιώματά και τα ενδιαφέροντά του δια βίου.

Πηγές για περαιτέρω μελέτη

ProSkills Manual greek

http://www.pro-skills.eu/manual/ProSkills_Manual_Greek_pdf

Μπακάτση Α., & Φακουρέλη Μ. *Αυτο-ρύθμιση*, πανεπιστημιακή εργασία Παν. Κρήτης

http://www.edc.uoc.gr/ptde/anounc/b_tomeas/gnwst_psychol/auto-rythmisi.ppt

Κίνητρα και Αυτορρυθμιζόμενη μάθηση:

Μάρκου, Α., & Φιλίππου, Γ. *Πεποιθήσεις κινήτρων και αυτορρυθμιζόμενη μάθηση κατά την επίλυση μαθηματικού προβλήματος*, Τμήμα Επιστημών της αγωγής του Πανεπιστημίου Κύπρου,

<http://www.math.uoa.gr/me/conf2/papers/markou.pdf>

Βιβλιογραφία

Bandura, A. (1998). Personal and collective efficacy in human adaptation and change. In J.G. Adair, D. Belanger, & K.L.Dion (Eds), *Advances in psychological science: vol.1. Personal, social and cultural aspects* (pp.51-71). Hove, UK: Psychology Press.

- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34, 906-911.
- Zimmerman, B., Bonner, S. & Kovach, R. (1996). Developing Self-Regulated Learners. Beyond Achievement to Self-Efficacy. American Psychological Association (μεταφ. Στα γαλλικά από την C. Pagnouille (2000). Des Apprenants Autonomes. Autoregulation des Apprentissages. Bruxelles: De Boeck.
- Κωσταρίδου-Ευκλείδη, Α. (2011). *Μεταγνωστικές διεργασίες και αυτο-ρύθμιση*. Αθήνα: Πεδίο.
- Nelson, T.O., & Narens, L. (1994). *Why Investigate metacognition?*, in http://aris.ss.uci.edu/Inarens/1994/nelson&narens_Book%20Chapter_199_4.pdf
- Παναγάκη, Ι., & Τζανάκη, Χ. *Ένα μοντέλο αυτορρυθμιζόμενης μάθησης*, http://www.syllogosperikliw.gr/ep_bima/epistimoniko_bima_7/08_panagakos.pdf

Βιογραφικό σημείωμα συγγραφέων

Η Πόπη Κασσωτάκη Ψαρουδάκη είναι διδάκτορας των Επιστημών της Αγωγής του Πανεπιστημίου Κρήτης στο πεδίο της Γλώσσας και του Γραμματισμού. Πτυχιούχος της Νομικής Σχολής Αθηνών (ΔΔΠΕ) με μεταπτυχιακό του ΑΠΚΥ στη συνεχιζόμενη Εκπαίδευση. Είναι Σχολική Σύμβουλος Προσχολικής Αγωγής και έχει ασχοληθεί συστηματικά με την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στη βάση των αρχών της εκπαίδευσης ενηλίκων. Έχει διδάξει δύο εξάμηνα στο Διδασκαλείο Νηπιαγωγών του Πανεπιστημίου Κρήτης. Έχει συγγράψει σειρά μελετών και άρθρων με αντικείμενο την επαγγελματική ανάπτυξη των εκπαιδευτικών και την ανάπτυξη της Γλώσσας και του Γραμματισμού. Επίσης, έχει λάβει υποτροφία από την Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Ευρωπαϊκών Ομοσπονδιών Γραμματισμού (FELA) για τη διεξαγωγή διετούς επιμορφωτικής έρευνας-δράσης για την επαγγελματική ανάπτυξη των εκπαιδευτικών στο Ν. Χανίων.

Η Σαββατού Τσολακίδου είναι διδάκτορας του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, του Τμήματος Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας στο αντικείμενο της σύνδεσης της εκπαίδευσης με την αγορά εργασίας και του Επαγγελματικού Προσανατολισμού. Είναι πτυχιούχος με μεταπτυχιακό στην Κοινωνιολογία από το Πανεπιστήμιο PARIS VII- JUSSIEU και πτυχιούχος της Γαλλικής Φιλολογίας με μεταπτυχιακό στη Διδακτική Γλωσσών από το Πανεπιστήμιο PARIS III-Nouvelle Sorbonne. Έχει διατελέσει προϊσταμένη στο Υπ. Παιδείας κατά την περίοδο του Β'

Κοινοτικού Πλαισίου Στήριξης για τη διαχείριση μεγάλων έργων της Πρωτοβάθμιας, Δευτεροβάθμιας και Τεχνικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης και κατά την περίοδο του Γ' ΚΠΣ, προϊσταμένη για έργα σύνδεσης της εκπαίδευσης με την αγορά εργασίας. Διετέλεσε Εθνική εμπειρογνώμων για 5 έτη στη Γενική Δ/νση Απασχόλησης και Κοινωνικών Υποθέσεων της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ως Υπεύθυνη Σπουδών και Έρευνας στο Εθνικό Κέντρο Δημόσιας Διοίκησης και Αυτοδιοίκησης (ΕΚΔΔΑ) είναι Συντονίστρια επταμελούς Κοινής Ομάδας Εργασίας με το ΥΠΑΙΘ για την επιμόρφωση στελεχών της Εκπαίδευσης και Σχολικών συμβούλων για την απόκτηση Πιστοποιητικών Διοικητικής και Καθοδηγητικής Επάρκειας.