

# AUTORREGULAÇÃO: PROCESSO METACOGNITIVO FACILITADOR DA APRENDIZAGEM

## AUTORREGULACIÓN: PROCESO METACOGNITIVO FACILITADOR DEL APRENDIZAJE

**Bernadette Beber\***

**Eduardo da Silva\*\***

**Simoni Urnau Bonfiglio\*\*\***

**Francisco Antonio Pereira Fialho\*\*\*\***

\* Pós-Doutoranda pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Professora na Faculdade Porto das Águas – FAPAG  
✉ bbeber@gmail.com.

\*\* Mestre pela Universidade Del Cone Sul – UCSA. Professor na Faculdade Avantis.  
✉ edumikael@hotmail.com

\*\*\* Mestre pela Universidade Del Cone Sul – UCSA. Professora no Centro Universitário de Brusque – UNIFEBE.  
✉ simonibon7@gmail.com

\*\*\*\* Doutor pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Professor na Universidade Federal de Santa Catarina.  
✉ fapfialho@gmail.com

### *Resumo*

O processo metacognitivo de autorregulação vem da necessidade de desvelar os mecanismos da aprendizagem, os quais muito se discutem e que precisam de urgência na compreensão, já que estes estão envolvidos no cotidiano do sujeito que aprende. A busca pelo saber dos processos metacognitivos e psicológicos que envolvem a aprendizagem nos dará uma compreensão de como obtemos a aprendizagem eficaz e de que forma podemos alcançar o processo de autorregulação, a fim de minimizar as dificuldades do aprender, pois muitas vezes estas dificuldades obstaculizam o processo de desenvolvimento e impede o avanço da aprendizagem. É fator determinante a compreensão dos mecanismos de aprendizagem, sendo estes intrínsecos ou extrínsecos para o alcance e a promoção da autoaprendizagem. Sendo assim, aprender é muito mais que um processo mecânico de aquisição de conhecimento, é um caminho permeado de prazer e trabalho, em que a superação dos obstáculos deve acontecer de forma a proporcionar crescimento intelectual e emocional.

*Palavras-chave:* Aprendizagem. Autorregulação. Conhecimento.

### *Resumen*

El proceso metacognitivo de autorregulación surge de la necesidad de desentrañar los mecanismos del aprendizaje, sobre los cuales existe mucha discusión y

una necesidad urgente de comprensión, ya que están involucrados en la actividad cotidiana del individuo que aprende. La búsqueda del conocimiento de los procesos metacognitivos y psicológicos que envuelven el aprendizaje nos dará una comprensión de cómo obtener un aprendizaje efectivo y de qué forma podemos lograr el proceso de autorregulación con el fin de minimizar las dificultades del aprender, ya que a menudo estas dificultades obstaculizan el proceso de desarrollo e impiden el avance de aprendizaje. El factor determinante es la comprensión de los mecanismos de aprendizaje, que son intrínsecos y extrínsecos para el alcance y conquista del autoaprendizaje. Por lo tanto, el aprender es mucho más que un proceso mecánico de la adquisición del conocimiento, es un camino lleno de placer y trabajo, donde la superación de los obstáculos debe suceder de una forma que proporcione el crecimiento intelectual y emocional.

*Palabras clave:* Aprendizaje. Conocimiento. Autorregulación

## **1 Aprendizagem**

A aprendizagem, como atividade humana, ocorre desde a origem de nossa espécie, mas, como atividade socialmente organizada, é mais recente. Os primeiros vestígios desta função humana aparecem em torno de 3000 a.C. O modelo de escrita nasce com a necessidade de formar escribas e, com este, as escolas e os professores, cuja função era de fazer com que os alunos memorizassem e repetissem as informações que eram repassadas. Vale lembrar que quem definia o que deveria ser aprendido era o professor, pois ele detinha o poder e o conhecimento.

A escrita, nesse tempo, não servia para libertar a memória, como se busca hoje, mas como função de reprodução: “A tarefa principal do aprendiz era imitar ou fazer a réplica do modelo que o mestre lhe proporcionava” (POZO, 2002 p.28). Algumas mudanças ocorreram em função de novas formações de comunidades de aprendizagem, nas quais a tecnologia, ligada à imprensa e à cultura do Renascimento, permitia a divulgação do conhecimento. Desse momento em diante, a escrita passa a ser uma libertadora de pensamentos, já que o acesso à cultura escrita é permitido, e esta passa a fazer parte da Memória da Humanidade.

A alfabetização crescente da população permitiu ir diferenciando entre o que se diz nos textos, o que se escreve, e o que o leitor entende, o que agrega em sua interpretação, distinção sem a qual a ciência moderna não teria sido possível. (SALOMAN *apud* POZO, 2002).

Hoje, em nossa cultura de aprendizagem, a distância entre o que deveríamos aprender daquilo que conseguimos dar conta é cada vez maior, por termos a oportunidade de transitar em uma grande diversidade de possibilidades de aprendizagem. Além disso, com o avanço da tecnologia, temos oportunidade de adquirir novos conhecimentos. Não seria ousado afirmar que jamais tivemos uma situação de desenvolvimento de aprendizagem tão rica, por estar em meio a tantas possibilidades e pessoas que desejam aprender. Portanto, em maior ou menor escala, todos somos professores e alunos, num constante movimento de aprender.

A necessidade de adquirir conhecimento sempre requer prática e esforço, e isso nos obriga a buscar a superação constante; em função disso, a forma com que aprendemos e o *ensinar a aprender* são características das comunidades de aprendizagem atual. As teorias de aprendizagem, de uma forma ou de outra, trazem em seus legados a compreensão, proporcionando uma *organização* das diversas possibilidades de modelos e filosofias que dão conta deste fenômeno, que é o processo de aquisição do conhecimento.

Para o racionalismo, o conhecimento é sempre o reflexo de alguma ideia inata constituído da racionalidade humana. Para Platão, um dos maiores representantes desse pensamento, a aprendizagem tem uma função limitada, pois, afinal, não se aprende nada novo, o que se faz é refletir, usar a razão para descobrir conhecimentos que já sabemos, por estar dentro de nós.

No empirismo, concebe-se a associação, em que Aristóteles, como representante primeiro, afirma que a origem do conhecimento vem de uma experiência sensorial, em que os sentidos proporcionam esse evento. O comportamentalismo, de certa forma, vem desta concepção, por conceber um associacionismo comportamental, em que estímulos e respostas associadas estimulam a repetição e, por consequência da observação, a aprendizagem.

Já no construtivismo, as teorias eram oriundas da reestruturação, segundo a qual a aprendizagem era construída e ressignificada, baseada no que já se aprendeu e construindo novas interações. Em função desta visão, quando duas

peças são postas a identificar a mesma realidade, elas concebem de forma diferente a mesma coisa. O que influi na aprendizagem é a natureza do processo, em que ocorre uma acomodação do que já foi aprendido e, conseqüentemente, uma nova tomada de consciência; o conhecimento neste caso se transforma.

Quando concebemos a associação e a construção, não temos mudanças das estruturas cognitivas, e sim a construção de processos construtivos de assimilação e acomodação, que são condições aplicadas ao conhecimento, tendo como base a repetição para a manutenção da estabilidade do que vai ser aprendido.

## 2 Conhecimento

O aprender e o ensinar geralmente são concebidos de forma associada; no entanto nem sempre isso ocorre assim, pois pode haver ensino sem aprendizagem, e nem sempre aprender é uma intervenção que ocorre somente nos locais onde o ensino é esperado, nas instituições.

O ensino costuma ser uma atividade socialmente organizada, que depende de diversos fatores e pessoas; já a aprendizagem é uma atividade que pode ocorrer independente do contexto escolar, como, por exemplo, andar de bicicleta ou usar um *tablet*. A aprendizagem é mais natural, e ocorre a partir de uma atividade ou comportamento; para que seja mais efetiva, depende que esta provoque uma mudança duradoura, que proporcione transposição para novas situações e que tenha como consequência uma prática realizável.

O termo aprendizagem, segundo Perraudeau (2009, p. 64),

[...] engloba, na realidade, atividades mais complexas do que aquelas relacionadas a aprender: reúne assim, neste conceito, tudo o que diz respeito ao compreender, é por isso que alguns preferem distinguir essas duas atividades e falam de aprendizagem.

Quando a aprendizagem produz uma mudança duradoura, ela proporciona uma mudança também no comportamento de quem aprende, propiciando uma significação diferente daquilo que já existia, pois reconfigura o repertório já existente e dá condições ao sujeito de utilizar conhecimentos prévios agregando valores. Proporciona condições de reestruturar conhecimentos e comportamentos presentes; desaprender para ressignificar, num movimento dialético e progressivo.

Aprendizagem significa mudança; para Pozo (2002, p. 61) “[...] nem todo tipo de mudança produz aprendizagens da mesma qualidade”. Ela é melhor quando produz resultados mais estáveis, duradouros, e isso depende de cada situação concreta da aprendizagem e das condições em que possa realizar.

A forma como vai ser transferido o conhecimento também depende de um processo, afinal não basta simplesmente repetir o que foi aprendido, temos que ter a capacidade de readequar, resolver o problema num processo de reestruturação, afinal aprender requer prática e esta prática deve ser bem organizada.

O que identifica a aprendizagem não é o tipo de prática, mas a qualidade da prática; o mais importante ao organizar uma prática é adequá-la aos objetivos desta aprendizagem, o que se aprende: o resultado; como se aprende: os processos; em que se aprende: as condições.

Toda situação de aprendizagem, seja esta explícita ou espontânea pode ser analisada a partir de três componentes básicos: o resultado da aprendizagem que é o conteúdo, o que se aprende; os processos de aprendizagem e o que produz mudança mediante os mecanismos da aprendizagem que se refere à prática. Portanto, para Pozo (2002, p. 68) “[...] a aprendizagem sempre implica resultado, processo e condição”.

Os alunos e professores podem melhorar as situações de aprendizagem fazendo com que os resultados, os processos e as condições se ajustem entre si, buscando um entrelaçamento entre as situações. Afinal, o comportamento humano é repleto de variadas riquezas; quase ilimitado, e é considerado associativo, pois requer muitas vezes uma reflexão sobre os processos e uma reestruturação dos mesmos, por se tratar de mentes individuais que possuem experiências e representações diferenciadas:

“Aprendizagem é um processo interno do organismo, e por mais que estejam motivadas pela interação social, as representações, enfim, têm sua sede na mente individual” (GHEDIN, 2012, p. 11).

Para a aprendizagem ser eficaz, dependerá de um aproveitamento ótimo das capacidades de memória de trabalho do indivíduo, e isso será conseguido se o mesmo tiver um bom funcionamento dos processos de aprendizagem, tais como atenção, motivação e consciência, tudo isso organizado com o próprio depósito de informações.

A forma como flui o sistema cognitivo vai afetar diretamente como aprendemos e, por consequência, as aprendizagens, pois estas estarão relacionadas com

a capacidade de permanência das informações. A aquisição do conhecimento será mais eficaz quando as aprendizagens forem significativas e organizadas de forma a possibilitar a acomodação permanente na memória. Quando isso ocorre, a otimização das informações possibilitam mudanças que duram um longo prazo.

Ter disponibilidade para aprender é causa primeira para a efetivação da aprendizagem eficaz, e quando esta não está presente costuma ser a fonte da deterioração do que é aprendido. Sendo assim, é de suma importância que, na educação formal, conheçam-se as condições que favorecem este processo, pois é neste espaço que o sujeito que aprende pode descobrir como autorregular-se para obter maior ganho no aprender.

A atenção, por sua vez, age como um selecionador do que vai ser aprendido, já que a nossa memória de trabalho é distribuída de forma escassa, em função de selecionar bem as informações que o aluno deve considerar. Quando aprendemos algo novo, a absorção será maior se isso for semelhante a algo já aprendido, pois poderemos resgatar com facilidade o repertório anterior: “Quando aprendemos a utilizar um mesmo conhecimento ou habilidade em diversas situações, aumentam as possibilidades de transferi-lo para novos contextos” (POZO, 2002, p. 89). Dessa forma, o conhecimento assimilado passa a ser aplicado no cotidiano; exemplo disso é a aprendizagem como atividade social, que promove nos alunos reflexão sobre os assuntos e, assim, uma tomada de consciência do aprendido.

### 3 Autorregulação

A autorregulação é um aspecto importante da aprendizagem porque dá uma diretriz da performance acadêmica deste sujeito aprendente (sujeito que aprende). Aprender e ensinar é esforçar-se para orientar os processos de aprendizagem, em que ocorrerá o domínio do que será aprendido e isso não ocorre sem um mínimo de regulação. Muitas vezes, esta regulação acontece em grupo, já que nas primeiras etapas da vida estudantil os alunos agrupados são dirigidos de forma a assegurar um ajuste dos conteúdos curriculares.

[...] o professor não age da mesma maneira com todos os alunos, não exige deles exatamente a mesma coisa, personaliza a relação e individualiza o trabalho até certo ponto. Essa diferenciação não está inteiramente investida na regulação das aprendizagens, mas é um de todos os aspectos. (PERRENOUD, 2002, p. 79)

Para saber se a regulação ocorre de forma efetiva, não basta saber sobre a intenção prática do professor; precisa-se descobrir sobre a sua retroação sobre as aprendizagens, na observação das interações em aula, na forma como avalia os processos de aprendizagem, e na reação que essas atividades eventualmente provocam nos alunos.

No decorrer do período escolar, o aprendiz pode fazer uso de maior ou menor escala de estratégias de regulação da aprendizagem. Muitas vezes a regulação dos processos de aprendizagem torna-se ineficaz porque o professor não consegue avaliar suas interações para garantir que essas operações ocorram. Sendo assim, não consegue ter claro a quantidade e a confiabilidade da informação, a rapidez e a coerência do nível como a continuidade das interações e a clareza quanto ao *feedback* que recebe.

A regulação da aprendizagem, segundo Perrenoud, (1990, p. 90) é um:

[...] conjunto das operações metacognitivas do sujeito e de suas interações com o meio que modificam seus processos de aprendizagem no sentido de um objetivo definido de domínio. Com efeito, não há regulação sem referência a um estado almejado ou a uma trajetória ótima.

Sendo assim, esta regulação deve dar conta da manutenção de um equilíbrio sobre estes processos de aprendizagem, nos quais o que se deseja é que o sujeito seja capaz de analisar e avaliar seu caminhar ao encontro da aprendizagem, mobilizando recursos e buscando superar os obstáculos de forma a chegar ao produto final com êxito, assim como ter consciência de todo processo.

Para aprender, o indivíduo não vai deixar de operar intelectualmente, mas vai agregar valor a sua aprendizagem; será estimulado ao autodesenvolvimento e à autoaprendizagem, modificando seu meio e interagindo com ele.

É de suma importância que o aprendiz se reconheça como um sujeito responsável por suas aprendizagens e que, por consequência, vá transformá-lo tanto no comportamento como na forma de aprender e na forma de interagir afetivamente com o que aprende. Perrenoud (1990, p. 97) diz que “Apostar na autorregulação, em um sentido mais estrito, consiste aqui em reforçar as capacidades do sujeito para gerir ele próprio seus progressos, suas estratégias diante das tarefas e dos obstáculos”.

Desta forma, capacidades de autorregulação acabam sendo tão diferentes entre os indivíduos quanto a capacidade de autodefesa. Essa desigualdade, portanto, faz desta tarefa de gerir a autorregulação uma atividade difícil para o aprendiz e para aquele que dirige o processo de aprendizagem. A superação do desafio pressupõe a necessidade de ultrapassar um desafio maior ainda, forte e verdadeiro, para proporcionar uma sensibilização profunda.

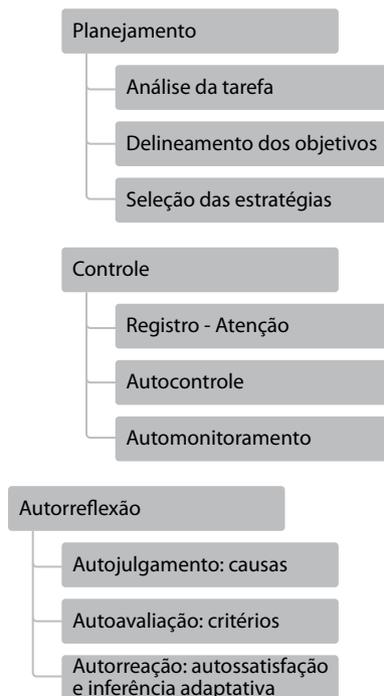
A autorregulação nada mais é do que o controle das atividades de aprendizagem e, por ser assim, passa por diversos níveis, desde o planejamento da tarefa, regulação de execução até a avaliação dos resultados. A partir do momento em que essa atividade faz parte do repertório do aluno, ele tem maiores condições de modificar as estratégias, e definir novas metas e submetas. O controle da estratégia exige que o aprendiz seja capaz de avaliar cada um dos passos do seu plano, pois – segundo Pozo (2002, p.161) “[...] a autoeficácia ou a sensação de controle de tarefas é um requisito fundamental para exercer um esforço constante na aprendizagem”.

Esta reflexão que vem da autoavaliação sobre a aprendizagem ajuda o aprendiz a exercer um controle mais eficaz sobre o modo como aprende, assim como auxilia também a compreender as lacunas que existem nesse processo, que muitas vezes são ocultas e não se mostram de maneira clara para quem está vivenciando. A aquisição do conhecimento ocorre independentemente das dificuldades, da abstração, da análise e da reflexão. Sendo assim, como o processo de interpretação direciona o aprendiz para uma melhor compreensão da realidade, proporciona desenvolvimento e crescimento intelectual.

[...] as estratégias requerem planejamento e controle de execução. O aprendiz deve compreender o que está fazendo e por que o está fazendo, o que por sua vez exigirá uma reflexão consciente, um metaconhecimento, sobre os procedimentos empregados. Além disso, implicam um uso seletivo dos próprios recursos e capacidades disponíveis. (POZO, 2002, p.235)

Independentemente do recurso, esse aprendiz precisa ter claro que, muitas vezes, precisará de meios alternativos, nem sempre simples, e que na relação com outros aprendizes (comunidade de aprendizagem) pode encontrar os caminhos, avaliando e reavaliando, enfim, regulando sua aprendizagem.

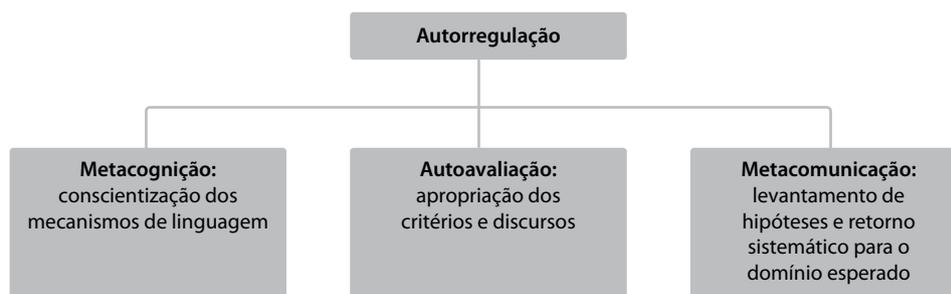
A forma pela qual aprendemos não é simples, mas pode-se chegar a ela respeitando as limitações individuais, conduzindo para o desafio, motivando para a superação dos próprios obstáculos e lançando mão de um repertório interno, muitas vezes inconsciente e até então não atingido, da crença nas potencialidades.



**Gráfico 1** – Representação gráfica da Autorregulação segundo Vigotsky (2001)

Fonte: Vigotsky (2001) – Adaptado pelos autores

Sendo assim, após analisar este processo, a promoção de estratégias de aprendizagem está muito vinculada ao aprendiz que dirige a ação do aprender. Quando o aprendiz entende as três diretrizes da regulação e as direciona, poderá chegar ao objetivo com mais sucesso e sentindo prazer na realização do mesmo. Esses processos podem viabilizar uma aprendizagem, na qual o sujeito é realmente um participante do seu processo, sendo capaz de definir metas e, através de instrumentos pessoais, alcançar seus objetivos.



**Gráfico 2** – Representação gráfica da autorregulação segundo Perrenoud (2002)

Fonte: Perrenoud (2002) – Adaptado pelos aurores

Se há regulação é porque o indivíduo faz uma comunicação consigo e confronta-se com seus limites, indo ao encontro destes para ultrapassá-lo. O que o leva a isso é a necessidade de progresso e superação. A interação faz este caminho para a regulação, já que frequentemente o sujeito é colocado no grupo para tomar decisões, justificar, argumentar, expor ideias, dar e receber informações, planejar, dividir e auxiliar em uma tarefa.

Aprender um conteúdo é perceber como ocorre a compreensão e o entendimento dos fenômenos metacognitivos de forma geral, considerando-se o conhecimento dos processos cognitivos, assim como as formas de operação de autorregulação e automonitoramento como responsáveis pelo controle e regulação de suas ações cognitivas.

A metacognição é uma conquista evolutiva, adquirida pelo ser humano, em função da habilidade de se adaptar, atendendo às exigências do ambiente de aprendizagem e suas complexidades. Sendo assim, auxilia o desencadeamento que permite desenvolvimento de novos níveis mentais.

Quando se tem disponibilidade para aprender, a metacognição e a autorregulação ocorrem mais facilmente, gerando atividades metacognitivas mais complexas e duradouras, por ativar a memória, e todos os outros mecanismos que proporcionam e efetivam o aprender. Portanto, considera-se que o fenômeno metacognitivo pode ocorrer sempre que o aprendiz respeite o pré-selecionador emocional, e a esse respeito Grendene (2007, p. 19) pontua que “[...] se for considerar que experiências metacognitivas ocorrem a todos os momentos e que estímulos diversos nos sensibilizam mais ou menos, pode-se inferir que o processo metacognitivo respeitará esta prévia emocional”. De qualquer forma, é fundamental esclarecer que metacognição não é sinônimo de eficácia, e que estar apto a aprender não faz parte

da anatomia do processo metacognitivo; é apenas parte integrante do processo que pode ou não interferir na qualidade e estado emocional do aprendiz.

O correto é afirmar que existe cognição por excelência tanto quanto a metacognição; portanto, o monitoramento da autorregulação cognitiva interage entre si, definindo a crença que o aprendiz possui sobre si mesmo, e que pode ocorrer antes, durante ou depois da tarefa. Quanto a isso, Vigotsky (apud PEREIRA, 2001) declara que os sucessos e fracassos são determinantes em relação ao direcionamento da aprendizagem do sujeito.

A tarefa de aprendizagem não é algo fácil, pois muitas vezes envolve nossa autoestima. A autoestima está relacionada ao motivo que nos leva a aprender, mesmo que essa aprendizagem seja reflexo de grande esforço de quem aprende, pois, “[...] motivar é mudar as prioridades de uma pessoa, gerando motivos onde estes não existiam” (POZO, 2002, p.139).

O motivo da aprendizagem não é o que se aprende, mas as consequências de haver aprendido, sendo esta regada de valores, como um sistema de recompensas ou sanções, que promovem um ambiente cooperativo. Quando o sujeito tem conhecimento de suas especialidades, eficácias e limitações, consegue ter clareza na escolha da estratégia mais adequada para a realização de determinada tarefa e, por consequência, domina as ações necessárias a sua prática.

Essas especialidades proporcionam uma tendência natural na busca de novidades e desafios para obter e exercitar o que lhe é interessante, passando a ser uma alternativa promissora, gerando o alcance e envolvimento do sujeito que está comprometido com a sua aprendizagem.

Quanto mais o sujeito se envolve em sua autorregulação, mais terá condições de avançar a estágios superiores, aumentando sua capacidade básica de domínio. Se o sujeito é alguém que tem autodomínio, controlará, através dele, sua ação e dela a competência e o incremento da autorregulação. É importante que o sujeito perceba em que área ou situação precisa de ajuda para autorregulação de sua aprendizagem. (FRISON, 2006, p.84.)

O sujeito em sintonia com suas habilidades e potencialidades de autorregulação e metacognição tem condições de desenvolver habilidades múltiplas, dando sentido ao seu fazer e, principalmente, adquire força intrapsíquica, propor-

cionando confiança nas próprias capacidades, atributos, por consequência, ultrapassa qualquer obstáculo.

Desta forma, a autonomia, segundo a metacognição e a autorregulação, é vinculada ao desejo pessoal de integrar e organizar os próprios comportamentos, proporcionando um autogoverno, autodirecionamento sobre suas habilidades e competências para o aprender. Quando a experiência tem um resultado positivo e/ou recompensador, o sujeito que aprende consegue interagir com a própria aprendizagem, tornando o movimento autorregulador parte integrante de todo o processo, porque vivenciou, experimentou e avaliou sua atitude no aprender.

### **Conclusão**

O ato de aprender é um caminho necessário para a aquisição do conhecimento. Esse caminho é complexo e desgastante, porque demanda, além de procedimentos metodológicos, razão e um sentido para se aprender.

A cognição é um mecanismo de difícil compreensão porque depende de fatores pessoais e da interação do sujeito com o meio. As mediações pedagógicas são muitas, e cabe ao ser aprendente a escolha das estratégias para alcançar sua aprendizagem e torná-la relevante ao seu caminho de desenvolvimento intelectual.

Compreender como ocorre a construção do conhecimento é premente para que a autorregulação sirva de alicerce para ultrapassar as múltiplas dificuldades do ato de aprender. Apropriar-se do conhecimento passa pela superação dos obstáculos, quando o crescimento intelectual e emocional é acompanhado pela recompensa em aprender.

Autorregular é ter controle dos próprios processos tendo consciência dos comportamentos que o aproximam do aprender, levando em consideração os seus mecanismos, as rotinas e os saberes. É um processo interno que passa a ser externo, sai da mente e passa a ser um comportamento que vai ao encontro do aprender, trazendo uma sensação de prazer.

Neste processo ocorre um maior aproveitamento da capacidade de memória de trabalho do indivíduo, na qual a aprendizagem passa a ser organizada, deixando de ser mero depósito de informações. Quando há controle da aprendizagem, denota-se que o aprendente fez uma comunicação consigo mesmo; confrontou suas capacidades e limitações e foi ao encontro da superação, planejando e executando tarefas aplicáveis com resultado positivo.

A autorregulação baseia-se em três atitudes que determinam o sucesso da aprendizagem: o fator cognitivo, aprendizagem e aplicabilidade. Cognitivo, que faz o indivíduo conhecer-se e refletir sobre o que é relevante, envolvendo consciência e intencionalidade. Aprendizagem, pelo desejo de aprender e aplicabilidade, quando o que se aprende está no seu repertório, sendo acessível e praticável.

Ao articular essas atitudes o indivíduo consegue planejar, executar e autorrefletir suas ações de aprender, tomando a decisão quanto à forma mais relevante para chegar ao sucesso, sentindo-se recompensado pelo esforço.

Portanto, a forma como se aprende ocorre num processo sistêmico e interconectado. Dá-se num movimento em que o planejamento somado à execução e à autorreflexão convergem a um único foco, a construção de estratégias que permite ao sujeito aprender a pensar independentemente das dificuldades que possa ter.

## *Referências*

FRISON, Lourdes Maria Bragagnolo. *Auto-regulação da aprendizagem: atuação do pedagogo em espaços não escolares*. Tese (Doutorado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica de Porto Alegre, Porto AlegreRS, 2006.

GRENEDENE, Mario Vinícius Canfile. *Metacognição: uma teoria em busca de validação*. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social). PUC-RS, Porto Alegre, 2007.

GHEDIN, Evandro. *Teorias Psicopedagógicas do ensino aprendizagem*. Boa Vista: UERR, 2012.

PERRAUDEAU, Michael. *Estratégias de aprendizagem: como acompanhar os alunos na aquisição dos saberes*. Porto Alegre: Artmed, 2009.

PERRENOUD, Philippe. *A prática reflexiva no ofício de professor: profissionalização e razão pedagógica*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

\_\_\_\_\_. *Avaliação: da excelência à regulação das aprendizagens: – entre duas lógicas*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1990.

POZO, Juan Ignacio. *Aprendizes e mestres: a nova cultura da aprendizagem*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

PEREIRA, Rosimary. Vigotsky: teoria sócio-cultural. 2001. In: SEMINÁRIO Nacional de Controle Social: a sociedade no acompanhamento da gestão pública. Disponível em: <[www.cgu.gov.br/eventos/SPCI\\_controlesocial/arquivos/relatoriocritico.pdf](http://www.cgu.gov.br/eventos/SPCI_controlesocial/arquivos/relatoriocritico.pdf)>. Acesso em: 12 fev. 2013.