



Metacogniția: gândirea despre gândire



Context

Elevilor le lipsesc adesea abilitățile metacognitive de care au nevoie pentru a avea pe deplin succes în propria lor învățare. Procesul de gândire despre gândirea lor poate fi dificil pentru toți elevii, și în special pentru cei cu tulburări de atenție, cum ar fi ADD sau ADHD.

Și totuși, cercetările au arătat că elevii care se angajează în acest tip de gândire sunt adesea mai predispuși la autoevaluare și îmbunătățiri pozitive.



Prezentare

Metacogniția este conștientizarea propriilor procese de gândire și o înțelegere a modelelor din spatele lor. Termenul provine de la cuvântul rădăcină meta, care înseamnă "dincolo". Metacogniția poate lua multe forme, cum ar fi reflectarea asupra propriilor moduri de gândire și cunoașterea momentului și a modului de utilizare a anumitor strategii pentru rezolvarea problemelor.

Abilitățile metacognitive se încadrează în 3 categorii:

1 Planificare

Faza de planificare le cere indivizilor să se întrebe ce vor să învețe, ce cunoștințe existente pot folosi pentru a-i ajuta să învețe, pe ce trebuie să se concentreze pentru a învăța și pe ce interval de timp au pentru a înțelege.

2 Monitorizare

Faza de monitorizare are loc pe tot parcursul procesului de învățare. În această fază, elevii pun întrebări legate de cât de bine păstrează informațiile, dacă să încetinească sau să accelereze ritmul și dacă trebuie să caute îndrumări suplimentare pentru a-i ajuta să învețe.

3 Evaluare

În această fază, elevii își evaluează capacitatea de a învăța. Ei se întreabă dacă ceea ce au învățat i-ar putea ajuta în alte domenii, să determine zonele slabe în care au nevoie de muncă suplimentară și să reflecteze asupra a ceea ce ar fi trebuit să facă diferit pentru a-și maximiza experiența de învățare.



Strategii

Utilizați programa:

Programa școlară este o foaie de parcurs pentru ca elevii să înțeleagă modul în care este structurat cursul. Ajutați-vă cursanții să navigheze asupra motivelor și modului în care fiecare subiect este conectat cu altele, care sunt temele cheie, ce cunoștințe anterioare sunt necesare etc.

Utilizați cunoștințele anterioare:

Ghidați-vă elevul prin cunoașterea prealabilă a materiei pe care încercați să o predați. În mod ideal, furnizați revizui sau lecții de revizuire pentru a vă asigura că baza de cunoștințe este puternică.

Vorbiți cu voce tare:

Încurajați-vă elevii să vorbească cu glas tare, cu ei înșiși, cu colegii lor, cu tutorii sau cu părinții lor. Verbalizarea gândurilor cuiva poate ajuta la înțelegerea conceptelor și ideilor. Aceasta poate ajuta, de asemenea, ca o modalitate pentru student de a testa ei înșiși, explicând procesele pas de unele lecții și mai mult.

Puneți întrebări:

Îndrumați-vă cursanții către întrebările cheie pe care trebuie să și le adreseze atunci când se gândesc la înțelegerea lor.

Organizați gândurile:

Oferiți-le elevilor resurse pentru a utiliza organizatori grafici sau hărți conceptuale pentru a-i ajuta să-și vizualizeze cunoștințele.

Testați:

Oferiți-le elevilor teste de practică și auto-testare pe care le pot face acasă pentru a se asigura că înțelegerea lor este bună.

Lăsați ceva timp:

Învățați-vă cursanții să ia pauză în procesul lor de învățare atunci când se străduiesc. Acest lucru le va permite să facă un pas înapoi și să se întrebe de ce "fac" lucrurile într-un anumit fel.

Găsiți un stil de învățare:

Ajutați-vă cursanții să găsească ce tip de elevi sunt (vizuali, auditivi, kinetici etc.), astfel încât să știe cum să abordeze cel mai bine învățarea lor.

Exemple

În timpul orelor:

- Care sunt ideile principale ale lecției de astăzi?
- A fost ceva confuz sau dificil?
- Dacă ceva nu are sens, ce întrebare ar trebui să adresez profesorului?
- Iau notițe corespunzătoare?
- Ce pot face dacă rămân blocat pe o problemă?

Înainte de un test:

- Ce va fi testat?
- Cu ce domenii am probleme sau mă simt confuz?
- Cât timp ar trebui să pun deoparte pentru a mă pregăti pentru un test viitor?
- Am materialele necesare și un loc liniștit de studiu, fără distrageri?
- Ce strategii voi folosi pentru a studia?

După un test:

- Ce întrebări am greșit și de ce le-am greșit?
- Au existat surprize în timpul testului?
- Am fost bine pregătit pentru test?
- Ce aș fi putut face diferit?
- Ce strategie am folosit pentru a rezolva această problemă care a fost de ajutor?

Resurse

Descoperiți câteva resurse suplimentare:

- <https://www.edutopia.org/article/how-metacognition-boosts-learning>
- <https://learningcenter.unc.edu/tips-and-tools/metacognitive-study-strategies/>
- <https://www.indeed.com/career-advice/resumes-cover-letters/metacognitive-skills>