

Estratégias de Aprendizagem

Como abordam os estudantes a sua aprendizagem?



Neste texto, apresentamos algumas noções sobre estratégias de aprendizagem, mais concretamente:

1. as três estratégias básicas de aprendizagem;
2. como desenvolver uma abordagem mais eficaz ao estudo;
3. algumas competências por que se pauta uma abordagem eficaz em tarefas específicas (aulas, leitura, composição escrita, exames, resolução de problemas e e-learning);
4. possíveis formas de mudares a tua abordagem (exercícios práticos).

1. Três tipos básicos de estratégias de aprendizagem

Existe uma grande variedade de estratégias de aprendizagem que podem ser utilizadas ao serviço das diferentes tarefas de aprendizagem (e.g., tirar apontamentos, sublinhar, planear um texto escrito, delinear formas de resolução de um problema). No entanto, qualquer uma destas estratégias pode ser utilizada de acordo com diferentes “estilos”. Por exemplo, é possível sublinhar um texto marcando mecanicamente quase todas as linhas ou, em alternativa, ir marcando de forma criteriosa apenas algumas palavras-chave ou frases. Estes “estilos” chamam à atenção para a existência de diferentes *tipos de estratégias* de aprendizagem:

- **Estratégia “superficial”:** o/a estudante procura corresponder minimamente às exigências do ensino, através da **memorização** e reprodução de procedimentos, factos e detalhes (“*decoro o suficiente para poder passar*”). Nas Ciências Físicas e Naturais podemos estar perante a memorização ou utilização passiva de detalhes factuais e de técnicas ou procedimentos particulares (e.g., fórmulas).
- **Estratégia “profunda”:** o/a estudante procura retirar prazer da aprendizagem e desenvolver-se através da **compreensão** dos conteúdos. Nas Ciências Físicas e Naturais pode envolver uma primeira fase semelhante à abordagem superficial (e.g., memorização de conceitos e fórmulas), mas implica, numa fase posterior, a análise de evidências e a articulação dos conceitos teóricos com a experiência prática e os conhecimentos prévios (“*tento pensar porque é importante*” e “*tento ver as razões por detrás das coisas*”).
- **Estratégia “de sucesso”:** o/a estudante procura maximizar as suas classificações através de um trabalho sistemático e **organizado** (e.g., consultando frequências de outros anos, tendo um horário de estudo, conhecendo critérios de avaliação).

Mas como se relacionam estes “estilos” com os resultados de aprendizagem que tens? Tipicamente, a estratégia “de superfície” relaciona-se com piores resultados, tanto em termos de classificações como de qualidade do produto de aprendizagem (i.e., esqueces

mais rapidamente o que estudaste). Por outro lado, a estratégia “profunda” associa-se a melhores resultados por estar implícita uma retenção mais eficaz das matérias. Porém, o que determina mais diretamente os teus resultados é a forma como te posicionas face a cada tarefa em particular. Ou seja, a maneira como estás motivado para aprender e o tipo de estratégia que utilizas para a confrontares. A esta combinação entre motivação e estratégia de aprendizagem chamamos “abordagem à aprendizagem”.

2. Como desenvolver uma abordagem eficaz à aprendizagem

Embora possas identificar-te preferencialmente com uma destas abordagens (e a esta altura já te tenhas apercebido disso), podes optar por uma abordagem diferente ou pela conjugação de aspetos das diferentes abordagens.

De facto, a conjugação entre uma abordagem “profunda” e “de sucesso” tem vindo a ser apontada como a chave para uma aprendizagem bem-sucedida. Neste sentido, é importante que os/as estudantes conheçam (e considerem aplicar) as “**competências**” envolvidas nestas abordagens:

Competências de uma abordagem eficaz:
Tentativa de retirar prazer das tarefas de aprendizagem
Procura de atualização de interesses e competências através do estudo
Consulta diversificada de fontes de informação (além das fornecidas pelo docente)
Envolvimento ativo no estudo
Procura de classificações elevadas
Esforço de compreensão do significado das matérias
Relacionamento das matérias com o conhecimento pessoal, outras matérias e mundo real
Análise crítica das perspetivas estudadas e formação de pontos de vista sobre a matéria

Procura de retenção de informação através da sua compreensão
Esforço de criatividade em relação às matérias (e.g., hipóteses, aplicações)
Organização disciplinada do trabalho pessoal (e.g., planear um horário de estudo)
Sensibilidade ao tipo de avaliação praticado pelos docentes (e.g., critérios)

No esquema seguinte podes ver algumas competências da abordagem eficaz nas mais variadas tarefas de aprendizagem com que és confrontado no teu dia-a-dia.

3. Competências por que se pauta uma abordagem eficaz em tarefas específicas

Se tenho uma abordagem eficaz, então eu...

Nas aulas
<ul style="list-style-type: none"> • Pratico uma escuta ativa ao conteúdo exposto pelo docente; • Registo seletivamente a informação exposta, de acordo com pistas (e.g., quando o docente escreve algo no quadro); • Tento compreender a matéria exposta e peça esclarecimentos; • Relaciono os assuntos expostos com os conhecimento pessoais; • Produzo juízos sobre a matéria e transmita pontos de vista pessoais

Na leitura
<ul style="list-style-type: none"> • Foco não só nas palavras do texto, mas sobretudo no significado; • Atento não só às informações expostas no texto, como aos temas; • Analiso o texto como um todo (ligações entre as ideias apresentadas); • Relaciono o conteúdo do texto com o conhecimento pessoal; • Analiso criticamente os argumentos apresentados pelo autor; • Formulo conclusões pessoais sobre a leitura efetuada.

Na escrita

- Planeio as ideias a escrever (deixando para mais tarde os detalhes);
- Elaboro e expresso um ponto de vista pessoal sobre o tema de escrita;
- Foco não só na forma, mas, na transmissão de uma mensagem;
- Tenho sensibilidade às expectativas do docente sobre o trabalho;
- Revejo o texto com atenção não só aos aspetos formais como, sobretudo, às ideias expressas, bem como à sua adequada articulação ao longo do trabalho.

Na revisão para frequências/exames

- Elaboro resumos da matéria, onde figuram tópicos principais (que apelem para informação ausente mais detalhada) e uma perspetiva pessoal da matéria;
- Desenvolvo resumos adaptados às questões esperadas;
- Revejo os resumos de modo a interiorizá-los como “imagens mentais”, que podem ser “lidas mentalmente” durante os exames.

Na resolução de problemas

- Esforço-me para compreender dos problemas, previamente à sua resolução (através de uma familiarização com os conceitos ou princípios que lhe estão subjacentes, procura das suas aplicações, etc.);
- Foco no objetivo final, ao longo do processo de resolução do problema, ao invés de num procedimento particular de resolução tido como correto.

No e-learning

- Avalio criticamente os recursos à disposição (e.g., que seleciono apenas os que me oferecem informação fidedigna);
- Identifico previamente a informação que pretendo recolher;

- Selecciono criteriosamente a informação obtida (e.g., em termos da sua relevância);
- Conjugo uma navegação “exploratória” (para encontrar informação não prevista) com uma atenção a informação mais relevante;
- Transformo a informação obtida e elabore informação nova;
- Aplico a informação obtida.

4. Mas eu não faço isto, e agora?

A aprendizagem não é um processo fácil e linear. O facto de teres já, neste momento, uma abordagem preferencial, não significa que não a possas mudar e, por vezes, basta alterar pequenos hábitos ou estratégias. Estudar não é um corrida de 100 metros, mas antes uma maratona que requer de nós empenho e aperfeiçoamento.

Nas páginas que se seguem, tens à tua disposição *duas atividades* que te vão ajudar, a **auto-modificar** a motivação e as estratégias de aprendizagem, mas também a **autorregular** os fatores que controlam a abordagem à aprendizagem.

Bibliografia de apoio:

Duarte, A. M. (2012). *Aprender melhor: aumentar o sucesso e a qualidade da aprendizagem*. Escolar Editora.

Autoria: Iolanda Boto

Revisão: Catarina Carvalho

GAPsi – Gabinete de Apoio Psicopedagógico

Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa

Novembro de 2023

Atividade 1

Plano de mudança de abordagem à aprendizagem

Utiliza, por um período de tempo, este plano, respondendo às seguintes *questões*:

- Em que tipo de tarefa(s) de aprendizagem quero reduzir a abordagem de superfície e aumentar a profunda e de sucesso? [*Começa por tarefas mais fáceis e onde a abordagem “de superfície” é mais elevada*]
- Que facilitadores pessoais e ambientais da abordagem profunda e de sucesso quero incrementar? [*Deves começar pelos mais necessários e mais fáceis*]
- Como vou registar as ocorrências dos facilitadores? [*Por diário? Ocasional? Por tabela?*]
- Como vou incentivar-me? [*Materialmente? Fazendo coisas que gosto? Elogiando-me?*]

Tarefa de Aprendizagem	Facilitadores	Ocorrência	Incentivo
Exemplo:			
Revisão para exames	- concentração	III	Excelente!
	- controlo da tensão	III	Vou sair sexta

Atividade 2

Autorregulação dos fatores de aprendizagem

Regista, por um período de tempo, as tuas respostas às seguintes *questões*:

- Que tipo de produtos e abordagens (motivações e estratégias) me exigem?
- Qual o meu objetivo?
- Que abordagens (motivações e estratégias) quero utilizar e como?
- Estou a alcançar os meus objetivos?
- Alcancei os meus objetivos?

