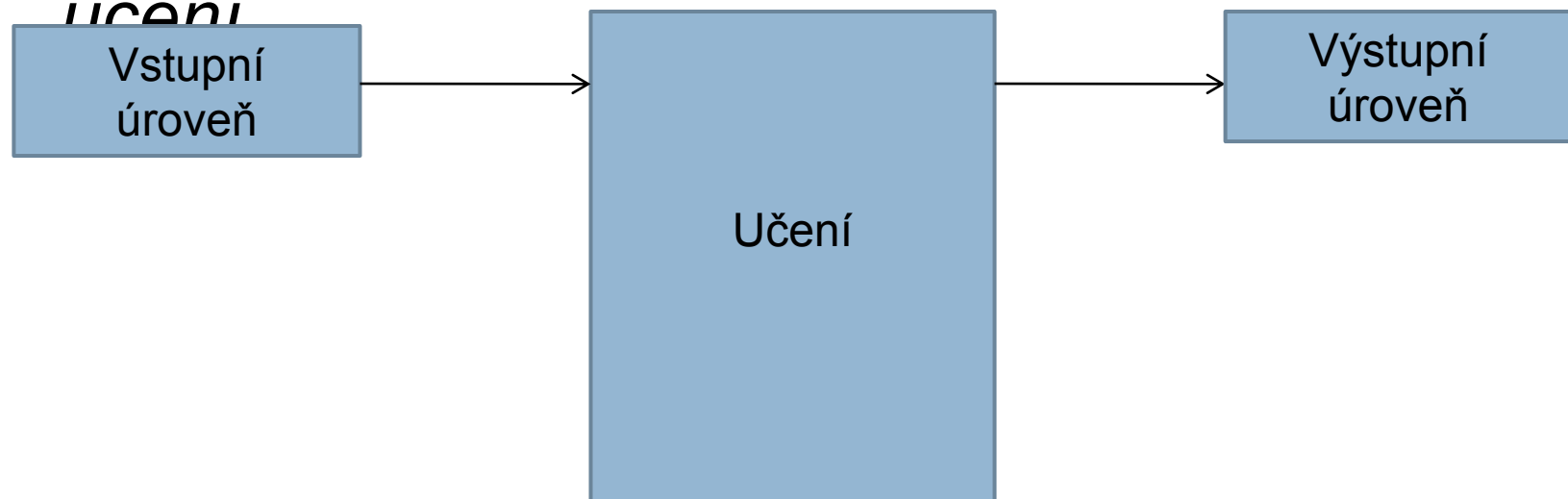


PSYCHOLOGIE VYUČOVÁNÍ A VÝCHOVY

Autoregulace učení

Proces učení a autoregulace

- Jak chápat autoregulaci učení
 - ▣ Jako **produkt učení**
 - ▣ Jako součást **procesu učení**
 - ▣ *Podmínku efektivity i uspokojivých výsledků učení*



Terminologie

- **učení se vs. řízení vlastního učení**
(Kulič, 1992)
- řízení učení:
 - *vnější*
 - *(s pomocí učitele, rodiče, lektora, trenéra...)*
 - *více rozpracováno – pedagogika, psychologie,*
 - *vnitřní*
 - *(od 60. let 20. století – kognitivistické a konstruktivistické přístupy)*
 - *autoregulace*

„Jsme odpovědní za své vlastní učení, ale je otázkou, jestli všichni mohou být odpovědní za řízení svého učení“

(Candy, 1987, Garrison, 1992)

Autoregulace

V psychologii osobnosti, soc. psychologii a vývojové psychologii

- autoregulace (*sebepojetí, sebehodnocení*)
- zdroje
 - ▣ vnější (*rodiče, učitelé, kamarádi, širší sociální okolí*)
 - ▣ vnitřní (*vč. tzv. osobnostní autoregulace*)

V pedagogická psychologie (psychologie učení)

- **autoregulace učení** – aktivita v procesu učení po stránce činnostní, motivační i metakognitivní; stanovuje si cíle, iniciuje a řídí své úsilí a používá specifických strategií s ohledem na kontext učení

(Zimmerman, 1998)

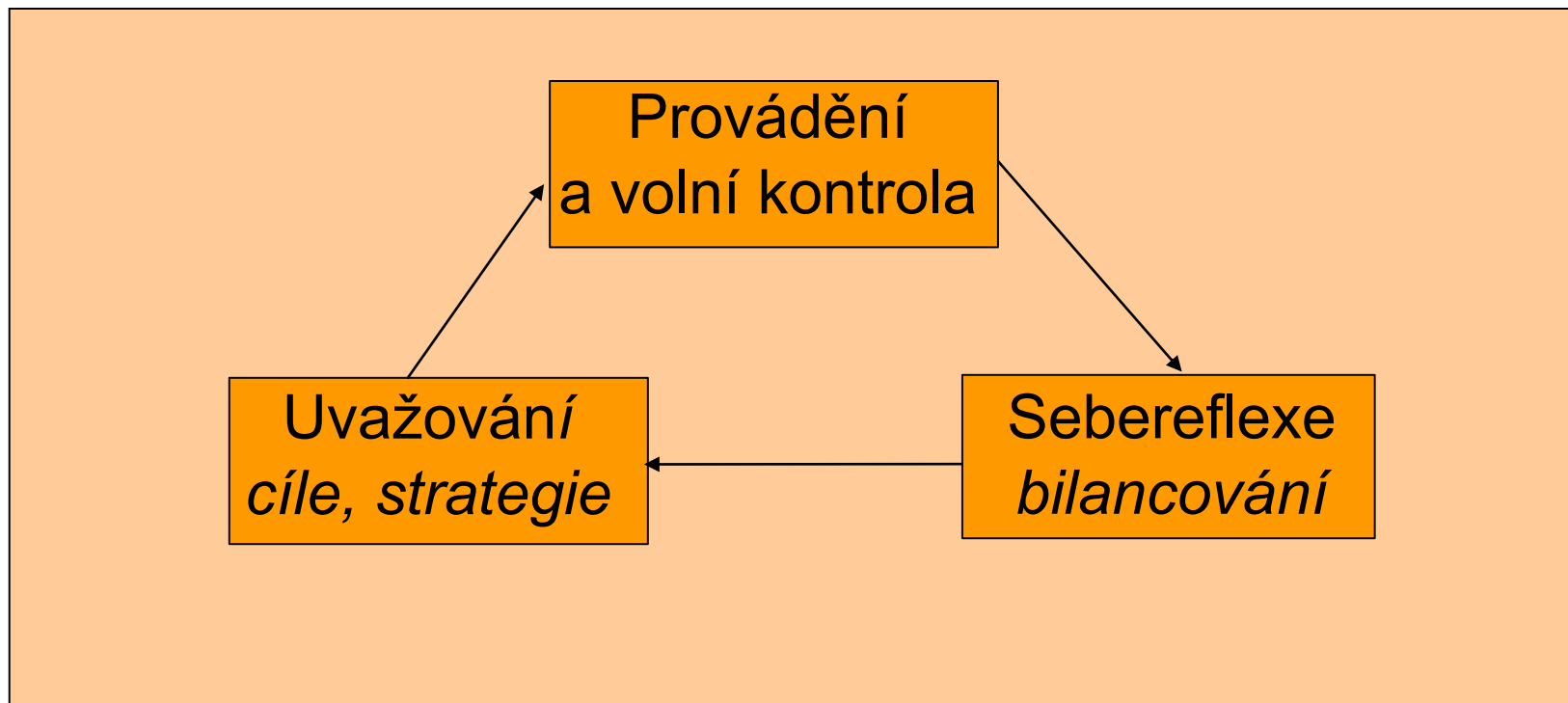
Autoregulace - předpoklady

- potencialita každého žáka
- výuka musí umožnit získat dovednost „jak se učit“
- vnější řízení má stimulovat autoregulaci
- v prepubertě rozvoj metakognitivních strategií (*Piaget*)
- postupným zdokonalování se žák stává nezávislým na vnějším řízení
- může postupně lépe zvládat své emoce při učení
- postupně aktivní přístup k prostředí pro učení
- rozvoj vázán na rozvoj „já“ (self; sebesystém)
- není ryze individuální proces; utváří se ve spolupráci s druhými (*párové, skupinové, vrstevnické učení...*)
- je to aktivní proces; nelze „předat návod“
- rozvíjí se více při souladu s vnějším řízením
- celoživotní proces (*vývojové změny a jejich integrace*)

(Mareš, 1998)

Teorie

- přehled vlivných teorií – Psychologie pro učitele, s. 508 (...)
 - ▣ př. teorie cyklických fází (Zimmerman, 1998)



Autoregulace v praxi -

uvažování

(Zimmerman, Schunk)

Začátečníci

- cíle chaotické, nespecifické
- orientace na výkon, výsledek
- nízké self-efficacy
- nezájem

Pokročilí

- cíle hierarchické, specifické i perspektivní
- orientace na proces učení
- dostatečně vysoké self-efficacy
- vnitřní motivace

Autoregulace v praxi

- *provádění a volní kontrola* (Zimmerman,

Schunk)

Začátečníci

- mají nejasný plán
- nedůvěřují si, používají sebesnižování
- kontrolují jen výsledky

Pokročilí

- mají jasný plán
- věří si
- kontrolují průběh i výsledky

Autoregulace v praxi - *sebereflexe*

(Zimmerman, Schunk)

Začátečníci

- vyhýbají se sebehodnocení
- příčiny úspěchu a neúspěchu hledají ve svých schopnostech (neovl.)
- reagují na sebe negativně
- v měnících se podmínkách zmatení

Pokročilí

- snaží se o sebehodnocení
- příčiny úspěchu a neúspěchu hledají v použité strategii (ovlivnitelné)
- reagují na sebe pozitivně
- dobrá adaptace i měnícím se prostředí

Výkon žáka (stuedenta) a jeho souvislosti

- cíle, které si žák stanovuje
- motivace žáka
- **autoregulace**
- samotný výkon (průběh „zkouškové situace“)

ovlivněny i širším kontextem učení

Vedení k autoregulaci

- není možný pouhý „návčik“; nutný rozvoj „já“
- zdroje
 - ▣ *sociální*
 - ▣ *osobnostní*
 - ▣ *situační*
- cílený návčik:
 - ▣ *vyučování strategiím, praktické provádění a. strategií, zpětná vazba o účinnosti a. strategie, monitorování sebe samého, sociální opora, sebereflexe*

Metody

Pod vedení učitele

- verbální instruování
- předvedení vzoru (*nápodoba*)
- supervize
- reciproční vyučování
- podpůrné vyučování

S vrstevníky

- vrstevnické učení
- kooperativní učení
- skupinové učení

Využití techniky

- CAL systémy

Pod vedením sebe samého

- sebemonitorovací protokoly
- žákovský deník
- domácí příprava
- samostatná praxe

Možnosti při diagnostice – *můžeme sledovat:*

- Kognitivní učební strategie
 - ▣ Jak žák uvažuje nad učivem
- Metakognitivní strategie
 - ▣ Jak žák uvažuje nad vlastním učením, jeho cíli, výsledcích
- Strategie vedoucí k poznání sebe samého
 - ▣ Seberozvoj, rozvoj zdravého sebevědomí
- Motivační strategie
 - ▣ Jak procuje s vlastní motivací v případě, že mu učení nejde, nebaví ho atd.

Záznamový arch (Lan, 1998)

Kapitola	1	2	3	4	5(...)
Klíčové prvky učiva					
<i>Celkový čas věnovaný učení z textu</i>					
<i>Z toho aktivní učební čas</i>					
<i>Celkový čas věnovaný řešení úloh</i>					
<i>Z toho aktivní učební čas</i>					
<i>Celkový čas věnovaný diskusi o učivu</i>					
<i>Z toho aktivní učební čas</i>					
<i>Celkový čas věnovaný věnovaný učivu ve škole</i>					
<i>Z toho aktivní učební čas</i>					
<i>Celkový učební čas ve všech předchozích formách činnosti</i>					
<i>Z toho aktivní učební čas</i>					
<i>Vnímaná výsledná kompetence</i> <i>(práce s daným prvkem učiva – 1 bod min.; 10 max.)</i>					
Celkový čas a aktivní učební čas					