**πώς θα μελετάω καλύτερα τα μαθήματά μου**

 Ένα θέμα τα οποίο απασχολεί πολλούς εκπαιδευτικούς και γονείς είναι με ποιο τρόπο οι μαθητές θα μπορέσουν να μαθαίνουν ευκολότερα και ταχύτερα. Με την πρόταση την οποία σήμερα καταθέτουμε δεν θα αναφερθούμε στην κατάκτηση μεγαλύτερου όγκου γνώσεων, αλλά στο πώς θα καταστούν ικανοί οι μαθητές και ο μαθήτριες σε συντομότερο χρονικό διάστημα να επιτυγχάνουν τους στόχους τους και να μαθαίνουν ευχερέστερα και με πιο μακροπρόθεσμα αποτελέσματα.

 Η λύση στο ζήτημα αυτό είναι η ***μεταγνώση***. Σύμφωνα με την Ράπτη «με τον όρο μεταγνώση αποδίδεται ο όρος *metacognition* που χρησιμοποίησε για πρώτη φορά ο Flavell το 1976, για να αναφερθεί στη γνώση που έχει το άτομο για τις διαδικασίες σκέψης τις οποίες ακολουθεί και στην ικανότητά του να προγραμματίζει, να προβλέπει, να κατευθύνει και να αξιολογεί τις σκέψεις του» (Ράπτη, 2002: 116). Κατά συνέπεια, πρόκειται για μια διαδικασία κατά την οποία ο ίδιος ο μαθητής ελέγχει το πώς μαθαίνει, εντοπίζει τις προσφορότερες μεθόδους για εκείνον και ελέγχει τους ρυθμούς μάθησής του.

 Σύμφωνα με την Κωσταρίδου-Ευκλείδη: «οι μεταγνωστικές δεξιότητες είναι η σκόπιμη εσκεμμένη, συνειδητή εφαρμογή στρατηγικών τόσο παρακολούθησης όσο και ελέγχου του γιγνώσκειν. Είναι συνειδητός μεταγνωστικός έλεγχος» (Κωσταρίδου-Ευκλείδη, 2011: 155). Εν άλλοις λόγοις, έχουμε να κάνουμε με έναν ενσυνείδητο έλεγχο ο οποίος γίνεται επί της κατανόησης του προβλήματος, της λύσης του, της παρακολούθησης της πορείας επίλυσης και τέλος της εκτίμησης εάν η λύση είναι ορθή(Ευκλείδη, 2005).

 Ιδιαίτερη σημασία έχει και η επισήμανση της Κωσταρίδου-Ευκλείδη βάσει της οποίας: **«**οι καλοί μαθητές έχουν ενημερότητα των παραγόντων που επηρεάζουν την κατανόηση και τη μάθηση και διαθέτουν, αλλά και γνωρίζουν πώς να εφαρμόζουν, μια σειρά στρατηγικών ελέγχου. Αντιθέτως, οι μη επιτυχημένοι μαθητές μπορεί να διαθέτουν μεταγνωστική γνώση, αλλά είναι λιγότερο ικανοί να οργανώσουν και να τη χρησιμοποιήσουν» (Κωσταρίδου-Ευκλείδη, 2011: 182). Κατά συνέπεια, η διαδικασία αυτή είναι δυνατόν να μας αποφέρει καλύτερη και ποιοτικότερη μάθηση. Η εφαρμογή κανόνων μεταγνώσης συνιστά την ειδοποιό διαφορά ανάμεσα στους λεγόμενους «καλούς» μαθητές και σε όσους δεν έχουν και τόσο θετικά αποτελέσματα. Προς αυτή την κατεύθυνση συναινεί και η καθηγήτρια στο πανεπιστήμιο του Βόλου, Ειρήνη Δερμιτζάκη, η οποία γράφει πως: «οι μαθητές με δυσκολίες στη μάθηση συχνά αναφέρουν *χαμηλούς ή αόριστους στόχους*, δυσκολίες στην παρακολούθηση *της πορείας λύσης*, χαμηλό έλεγχο στη διαχείριση της *διαδικασίας της μάθησης* και δυσκολίες στην *αντίληψη των λαθών* ή/και στην αντιμετώπισή τους». (Δερμιτζάκη, 2017). Ο βαθμός συνειδητότητας της διαδικασίας της μάθησης είναι, κατά συνέπεια, ο κρίσιμος παράγοντας που θα επιτρέψει σε κάποιους μαθητές να επιτύχουν στη μάθηση και σε κάποιους άλλους να μην έχουν τόσο υψηλές επιδόσεις.

 Συμπερασματικά, η μεταγνώση είναι εκείνη η διεργασία η οποία μεσολαβεί ανάμεσα στο άτομο το οποίο μαθαίνει και στη συνειδητή προσπάθειά του να ελέγξει τη διαδικασία της γνώσης του. Στόχος είναι όχι η καλλιέργεια των γνωστικών στρατηγικών[[1]](#footnote-2), αλλά των μεταγνωστικών. Με τον τελευταίο αυτό όρο αναφερόμαστε στις «στρατηγικές που χρησιμοποιούνται, για να διαβεβαιώσουν ότι ο στόχος έχει επιτευχθεί π.χ. *ρωτώντας κάποιος τον εαυτό του αν πράγματι έχει καταλάβει το νόημα του κειμένου*»(Watts, 1998 στον Μώκο, 2012).

 Για να διευκολυνθούν οι μαθητές στην προσπάθειά τους αυτή είναι δυνατόν να τους παρασχεθεί το επόμενο ερωτηματολόγιο (βασίζεται στο μοντέλο αυτορυθμιζόμενης μάθησης του Zimmerman) και να τους ζητηθεί κάθε φορά που καλούνται να «αντιμετωπίσουν» μια άσκηση ή μια έκθεση να υποβάλλουν αυτές τις ερωτήσεις πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την ολοκλήρωση του έργου τους. Με αυτόν τον τρόπο θα καταστούν ικανοί να ελέγχουν αποτελεσματικότερα την πορεία τους προς την κατάκτηση της γνώσης. Επίσης, είναι δυνατόν το μοντέλο αυτό να εφαρμοστεί σε 4 βήματα κατά τον τρόπο που ο ίδιος ο Zimmerman προτείνει:

* στο 1ο στάδιο (*παρατήρηση*) ένας μεγαλύτερος ή πιο ικανός μαθητής επιδεικνύει στους άλλους τι πρέπει να πράξουν και εκείνοι/-ες παρατηρούν την όλη διαδικασία,
* στην επόμενη φάση (*μίμηση*) οι μαθητές/-τριες μιμούνται όσα είδαν λαμβάνοντας συστηματική καθοδήγηση και ανατροφοδότηση,
* στο 3ο στάδιο (*αυτοέλεγχος*) οι μαθητές καλούνται να εφαρμόσουν όσα παρατήρησαν· στόχος είναι να ενστερνιστούν την όλη διαδικασία
* στο τελευταίο βήμα (*αυτορύθμιση*) οι μαθητές πλέον έχουν κατακτήσει τις μεταγνωστικές στρατηγικές και τις προσαρμόζουν στη δική τους προσπάθεια κατάκτησης της γνώσης (Δερμιτζάκη, 2017: 90 – 91).

**βιβλιογραφία**

 Δερμιτζάκη, Ε. (2017). *Προάγοντας τις δεξιότητες ων μαθητών να μαθαίνουν. Ανάπτυξη της αυτορυθμιζόμενης μάθησης*. Αθήνα: Gutenberg.

 Κωσταρίδου-Ευκλείδη, Α. (2011). *Μεταγνωστικές διεργασίες και αυτορύθμιση*. Αθήνα: Ελληνική Γράμματα.

 Μώκος, Ε. (2012). Διερεύνηση μεταγνωστικών λειτουργιών κατά την επίλυση μαθηματικών προβλημάτων σε μαθητές 10-11 ετών (διδακτορική διατριβή). Ρόδος, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών, τμήμα Επιστημών της Προσχολικής Αγωγής και του Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού, τομέας της Διδακτικής των Θετικών Επιστημών και των Νέων Τεχνολογιών.

 Ράπτη Μ. (2002). *Τα λάθη των μαθητών και ο ρόλος τους στη διαδικασία της μάθησης*. Αθήνα: Gutenberg

***πώς θα μελετάω καλύτερα***

***τα μαθήματά μου***

 **προετοιμάζομαι να λύσω μια άσκηση**

* **τι** έχω να μελετήσω; Ποιος είναι **ο στόχος** της μελέτης μου;
* **ποια** **πορεία** πρέπει να ακολουθήσω και πόσος **χρόνος** θα χρειαστεί;
* μήπως να μετατρέψω **το κείμενο** σε σχεδιάγραμμα ή έναν πίνακα;
* να λύσω το πρόβλημα **βασιζόμενος**/**-η** στο πώς έλυσα άλλα **παρόμοια**;
* πρέπει **να συγκεντρωθώ** στο έργο που έχω αναλάβει και θα τα καταφέρω
* ποιοι είναι για εμένα **οι καλύτεροι τρόποι** **απόκτησης** της γνώσης για εμένα;
* έχω στη διάθεσή μου **ό,τι χρειάζομαι**, για να μελετήσω (λ.χ. *ένα λεξικό*)
* από **πού** θα αντλήσω **πληροφορίες**;

**

**λύνω την άσκηση ή γράφω την έκθεση**

* **πόσο καλά** τα πάω μέχρι τώρα σε σχέση με τον στόχο μου;
* **πόσος χρόνος** πέρασε από τη στιγμή που ξεκίνησα να ασχολούμαι;
* σε **ποια σημεία** θα πρέπει **να** **προσέξω** **ιδιαίτερα**;
* πόσο **αποτελεσματικές** είναι οι μέχρι τώρα **επιλογές** μου;
* μήπως **να ξαναδιαβάσω** προσεκτικότερα αυτή την παράγραφο;
* ποιες **στρατηγικές** θα αξιοποιήσω; (λ.χ. *χάρτης εννοιών*)
* ποιες **αποδείξεις** βρίσκω, για να τεκμηριώνω τις θέσεις μου;
* **πώς** θα **συγκεντρωθώ** λίγο περισσότερο στο έργο μου;
* **πώς** θα **διατηρήσω** το **ενδιαφέρον μου** γι’ αυτό μάθημα;
* είναι **κατάλληλο** το **υλικό** / ο **χώρος** / οι **συνεργάτες** που αξιοποιώ;

****

**ελέγχω το γραπτό μου**

* πέτυχα **τον στόχο μου**; Αν ναι, σε **ποιο βαθμό**;
* με ποιον **τρόπο**, σε ποιο **μέρος** και **πότε** κατέκτησα τη γνώση;
* τι θα έκανα διαφορετικά / καλύτερα **την επόμενη φορά** που θα αντιμετώπιζα ένα παρόμοιο πρόβλημα ή εάν ξεκινούσα από την αρχή;
* το **συμπέρασμά** μου είναι **η άποψή μου** ή **ένα γεγονός**;
* πώς θα **το εξηγούσα** την απάντησή μου σε **κάποιον** άλλο;
* τηρήθηκαν **οι κανόνες** της **λογικής**;
* τι **αποδείξεις** έχω για **την απάντηση** την οποία έδωσα;
* **πώς** γνωρίζω ότι **ολοκλήρωσα την εργασία** η οποία μου ανατέθηκε;
* πόση **ικανοποίηση** / **δυσαρέσκεια** έχω αντλήσει από αυτό το έργο;
* τι θα κάνω στο μέλλον, ώστε **να ελέγχω** **περισσότερο** την προσοχή μου;
* **τι** με **βοήθησε** **περισσότερο**;
* **πώς** μπορώ να **βελτιώσω την επίδοσή μου** στο μέλλον;
* **πόση ώρα** απαιτήθηκε για την ολοκλήρωση του έργου;
* **ποια εμπόδια** συνάντησα; **πώς** τα ξεπέρασα; **Αν** όχι, γιατί συνέβη αυτό;
* μου δόθηκαν **οδηγίες**; Αν ναι, **ποιες**; Ήταν **σαφείς**;Τηρήθηκαν; **Αν όχι**, γιατί;
1. οι γνωστικές στρατηγικές χρησιμοποιούνται για να επιτύχει ο μαθητής έναν συγκεκριμένο στόχο (π.χ. συγγραφή μιας έκθεσης). [↑](#footnote-ref-2)