

# **LA AUTORREGULACIÓN Y EL APRENDIZAJE.**

**Dra. C. Margarita González González<sup>1</sup> MSc Yunieski Álvarez Mesa<sup>2</sup>**

*1. Universidad de Matanzas, “Camilo Cienfuegos” Carretera Varadero km3 ½, Matanzas, Cuba*

*2. Instituto Superior Pedagógico “Juan Marinello” Carretera Cidra km2 ½, Matanzas,*

*Cuba*

## **Resumen.**

El presente trabajo se propone abordar la autorregulación y su incidencia en el proceso de aprendizaje. Esto explica la importancia que adquiere en la práctica educativa dominar un método de estudio de la personalidad de los educandos que permita a los profesores, contribuir a la autorregulación ya que esta emerge no sólo como un componente cognitivo.

En el contexto pedagógico cubano tanto las investigaciones como la práctica educativa están encaminadas a formar una personalidad íntegra que sea un ente activo en la sociedad, lo que implica la formación de un individuo con una conducta autorregulada, donde el sujeto participa de manera activa y consciente en el proceso de aprendizaje.

La teoría pedagógica cubana expresa que autorregularse en el aprendizaje, no implica solo que el sujeto adquiera conocimientos, que domine los instrumentos y técnicas que permiten producir saberes, es necesaria la apropiación de procedimientos y estrategias cognitivas, de habilidades metacognitivas que permitan aplicar lo aprendido a situaciones nuevas en el marco de las relaciones sociales.

***Palabras claves:** . Autorregulación, Autodirección, autoevaluación, autoconocimiento, metacognición,*

---

## **Introducción.**

### **Introducción**

La educación cubana pretende preparar al hombre para la vida, se trata de ir más allá de la instrucción intelectual y abarcar las esferas afectivas y motivacionales en mayor magnitud. Este no es un proceso aislado puesto que existe una unidad dialéctica entre instrucción y educación, en la misma medida que se perfecciona el proceso de enseñanza aprendizaje se promueve un aprendizaje activo, independiente, crítico, reflexivo y autorregulado, contribuyendo al logro de los objetivos de la educación.

La actividad humana es consciente y autorregulada, de acuerdo a metas y propósitos que el hombre puede decidir con anticipación y que su personalidad expresa en una tendencia hacia la regulación del comportamiento y de la propia persona en las distintas áreas en que se desenvuelve. La dirección del docente debe propiciar la autorregulación, como un proceso necesario al hombre de estos tiempos inmerso en constantes cambios, fundamentalmente científicos y tecnológicos.

En Cuba se han producido grandes transformaciones en los distintos niveles educativos, encaminados a que los alumnos desarrollen la independencia y la autorregulación de su personalidad.

Al alumno se le considera como un ser consciente con el que hay que utilizar alternativas eficaces que permitan la independencia y autonomía, para que **aprenda a aprender** y sea capaz de construir su propio conocimiento. Para ello es imprescindible que aprenda a buscar la información, que le de sentido y significado a lo que aprende y lo pueda aplicar en la solución de problemas.

En este sentido se requiere de una didáctica abierta, flexible, con fuentes diversas, actualizadas, variadas y motivadora; utilizando una metodología interactiva y cooperativa de trabajo, donde el alumno se convierta en el verdadero centro del proceso, es un reto para su labor profesional.

### **La autorregulación y el aprendizaje.**

El proceso de formación y desarrollo de la personalidad tiene lugar mediante la interacción del sujeto con el complejo sistema de influencias educativas en sus diferentes

contextos de actuación. El individuo deviene en personalidad solo cuando obra como sujeto de las relaciones sociales, lo que implica intercambio e interacción con otras personas en consecuencia se establece una relación dialéctica.

El hombre en su nivel más alto de desarrollo de su personalidad, es portador de una actitud consciente ante la vida, la que desarrolla y manifiesta mediante su pensamiento y su activa reflexión sobre su concepción del mundo, convicciones, valoraciones, etcétera, por las que regula sus modos de actuación en sus relaciones sociales.

*“La personalidad se concibe como un nivel superior y más complejo de organización e integración de los contenidos psicológicos de la subjetividad en el que se sintetizan, generalizan y expresan las funciones reguladoras y autorreguladoras del sujeto, que le confieren un carácter activo y consciente a su actuación en diferentes contextos y sistemas de relaciones sociales. En este sentido la personalidad se configura en una especie de unidad integral dinámica, irrepetible y relativamente estable en cada sujeto.”(MINED, Tabloide 2003, Pág. 3)*

La función reguladora y autorreguladora de la personalidad expresa el carácter activo y consciente de la misma y están estrechamente relacionadas con la satisfacción de necesidades materiales y espirituales que tiene el hombre y para lo cual interactúa conscientemente con el medio y la sociedad, evidenciándose la unidad de lo social y lo biológico y de lo afectivo y lo cognitivo.

El sistema psicológico de la personalidad se caracteriza, en general, por la individualidad, la integridad y la estabilidad dinámica o relativa de sus contenidos y sus funciones reguladoras. En la práctica educativa dominar un método de estudio de la personalidad de

los educandos será esencial para descubrir la estructura de las funciones reguladoras y autorreguladoras que se manifiestan en la actividad y la comunicación escolar.

En el nivel más alto de integridad y desarrollo de la personalidad, la regulación del comportamiento se manifiesta, fundamentalmente, como autorregulación, dado por el carácter autoconciente de las operaciones psicológicas, mediante las cuales el sujeto actúa sobre las circunstancias del medio y su propio desarrollo. Este nivel, consciente volitivo, es expresión de independencia y autonomía por lo cual, es el nivel de desarrollo psicológico más deseado en el contexto educativo.

En este contexto, el concepto de autorregulación está adquiriendo una importancia cada vez mayor ya que emerge no solo como componente de la cognición del alumno, sino también como objetivo específico de atención por parte de los profesores. Se plantea que la autorregulación es "... la capacidad de la persona de dirigir su conducta," (González Fernández, 2001, Pág. 8) También se destaca que "...en términos más precisos, se refiere a los mecanismos internos que posibilitan al hombre regular por sí mismo su actividad y su conducta." (Roloff Gómez, 1982, Pág. 84) Otros autores aclaran que "la autorregulación del aprendizaje no debe ser entendida como una actitud mental, tal como la competencia verbal, sino como un proceso de autodirección, a través del cuál los alumnos transforman sus actitudes mentales en competencias."<sup>1</sup>

En todos los casos se destaca las posibilidades que tiene el sujeto de dirigir su actividad y controlar su conducta. Hay que destacar además que la autorregulación se manifiesta, cuando en la actividad, el sujeto planea, realiza, supervisa y evalúa sus acciones y

---

<sup>1</sup> Dentro de los autores que sustenta este criterio tenemos a José Cortos Núñez, Julio A. González Pienda, Pedro Rosario Mourao, Paulo Solano. En Revista INFOCOPONLINE, ISSN 1886 1385, 2007.

operaciones con el objetivo de cumplimentar una meta personal y para lo cual genera, mantiene y modifica su comportamiento.

Esto es posible por que el hombre actúa en correspondencia de sus propósitos y objetivos, concientemente trazados producto de sus motivaciones y necesidades. Este es un elemento necesario a tener en cuenta para la elaboración conceptual del proceso objeto de análisis. Por lo que en este trabajo se asume la autorregulación del aprendizaje como: “la posibilidad del aprendiz de dirigir su propio proceso de aprendizaje en relación con el logro de metas y objetivos previamente trazados.”(Alvarez Mesa y otros, Pedagogía 2007). Es importante la reflexión que el alumno hace sobre su propio aprendizaje, lo cual favorece el desarrollo de la metacognición. La autorregulación del aprendizaje implica el desarrollo de actitudes, responsabilidad individual e independencia, todo lo cual propicia un nivel de desarrollo de la personalidad.

El estudio de la autorregulación en el aprendizaje se inició en la psicología a principios de la década del sesenta con los estudios realizados por Bandura (Herrera Clavero S/F Pág 3.) y sus colaboradores. Su interés inicial se centro en el autocontrol entendido como la capacidad para ejercer su dominio sobre las propias acciones en ausencia de limitaciones externas inmediatas. Con posterioridad el autor introdujo el término autorregulación, lo que implica el establecimiento de los objetivos y metas previas, la presencia de autovaloración y la administración del autorrefuerzo, además de la ejecución de la respuesta aprendida. También resaltó el papel de la autoeficacia, definida como la autoconvicción de que se puede ejecutar la conducta requerida para producir ciertos

resultados. “No basta ser capaz de, es preciso juzgarse capaz de utilizar las capacidades y habilidades personales en circunstancia muy diversas.” (ECOESTA, 2006)

Los sujetos que se consideran como eficaces se imponen retos, intensifican sus esfuerzos cuando el rendimiento no está a la altura de la meta a alcanzar, experimentan bajos grados de estrés ante tareas difíciles y se sienten motivados por actividades nuevas y complejas.

Bandura denominó autosistema al conjunto de procesos por los que el sujeto regula su conducta a través de criterios externos o autorreguladores tales como: simbolización, previsión, autorreforzamiento y autorreflexión. (ECOESTA, 2006) Este sistema brinda mecanismos de referencia y un conjunto de subfunciones que permiten percibir, regular y evaluar la conducta, dotando a los individuos de una capacidad autorregulatoria sobre sus propios pensamientos, sentimientos y acciones.

Al igual que muchos investigadores, concuerda que autorregulación de la personalidad es el control de la conducta por el propio sujeto. Él sugiere tres pasos para el logro de la misma.

- 1- Auto observación: Cómo nos vemos a nosotros mismos, nuestro comportamiento y reflejamos nuestra manera de actuar.
- 2- Juicio: Criterios que establecemos a partir de la comparación con distintos modelos de actuación.
- 3- Auto respuesta: Acciones y operaciones que realiza el sujeto a partir de juicios y valoraciones alcanzadas.

Para Zimmeman los alumnos son autorregulados, cuando se manifiesta en el aprendizaje motivación, metacognición y una conducta activa.

Propuso un modelo teórico para el logro de la autorregulación este también cuenta de tres fases:

- 1- Fase de disposición – orientación previa: Donde primeramente se debe analizar la tarea que conlleva a establecer o ajustar los objetivos y la definición de que estrategia adoptar para el logro de los mismos. Además el desarrollo de la automotivación de la autoeficacia, ideas del alumno sobre su capacidad de respuesta.
- 2- Fase de ejecución: En ella establece el alumno el autocontrol dando seguimiento a las estrategias planificadas para resolver la tarea. A su vez debe realizar la autoobservación, registrar, monitorear el funcionamiento de los procedimientos utilizados.
- 3- Fase de autorreflexión: En esta etapa tiene que autoevaluarse, autoajuzgarse, comparando sus resultados con los esperados. También en esta etapa tiene que manifestarse la autorreacción sentimientos de satisfacción o insatisfacción en relación con los resultados y la reacción que puede manifestarse con respuestas defensivas o adaptativas.

El tránsito del alumno por estas tres fases permite que concentre su esfuerzo en planificar y monitorear el proceso de resolución de la tarea, apoyado en sus expectativas de autoeficacia. El esfuerzo por autorregular el proceso de aprendizaje impacta significativamente en la esfera afectiva y motivacional de los alumnos.

Este modelo ha sido objeto de numerosas críticas, (ECOESTA, 2006) pues propone el logro de la autorregulación del aprendizaje por los alumnos en solitario, conduciendo solo al desarrollo intelectual y no genera el crecimiento personal del sujeto que exprese un desarrollo cualitativamente superior de su personalidad. Se omiten variables contextuales que mediatizan la actividad cognoscitiva, por ejemplo la acción del profesor o de otros alumnos en situación de aprendizaje individual o colectivo cuyo resultado no depende del esfuerzo personal. Esta es una razón por la que no siempre se espera un efecto positivo en el proceso de autorregulación, en ocasiones la frustración puede conducir al abandono de la tarea propuesta.

Existen otros modelos centrados en el proceso de resolución de tareas como el de Winne que realizó estudios empíricos sobre las técnicas de estudio de estudiantes de altos rendimientos. Todos ellos se identifican en que asumen las siguientes acciones.

- a) Determinar o ajustar los objetivos de la tarea.
- b) Seleccionar y adoptar estrategias para alcanzar los objetivos.
- c) Monitorear la ejecución de la tarea chequeando el proceso.
- d) Reestructurar el contexto físico y social para hacerlo compatible con los objetivos.
- e) Uso eficiente del tiempo en la realización de la tarea.
- f) Autoevaluarse.
- g) Atribuir causalidad a los resultados.
- h) Revisar métodos utilizados y plantearse mejoras.

Aunque estos sistemas de acciones contribuyen a la autorregulación del aprendizaje, también ejerce gran influencia en su éxito las concepciones filosóficas, psicológicas y pedagógicas acerca del aprendizaje que asume el profesor.

Este es un tema de importancia para la pedagogía cubana, lo evidencia la variedad de investigaciones y cursos que abordan de una manera u otra la autorregulación en el aprendizaje. Se pueden destacar a los doctores Alberto Labarrere Sarduy,( Labarrere, 1996 Pág. 8) Doris Castellanos Simona,<sup>2</sup> Raquel Bermúdez Morris, (Bermúdez 2004, Pág. 6) Norma Cárdenas Morejón, (Álvarez Mesa y otros, Pedagogía 2007) entre otros, cuyos postulados se siguen en esta investigación.

La significación que tiene el estudio de la autorregulación en el contexto pedagógico cubano se debe primeramente a las aspiraciones de formar una personalidad íntegra que sea un ente activo en la sociedad; además porque los modelos educativos de Cuba establecen como fines primordiales la contribución a la formación de un individuo con una conducta autorregulada, donde el sujeto participa de manera activa y consciente en el proceso de aprendizaje.

Los postulados teóricos abordados por los autores cubanos expresan, que autorregularse en el aprendizaje no implica solo que el sujeto adquiera conocimientos, que domine los instrumentos y técnicas que permiten producir saberes, es necesaria la apropiación de procedimientos y estrategias cognitivas, de habilidades metacognitivas que permitan aplicar lo aprendido a situaciones nuevas en el marco de las relaciones sociales. Este

---

<sup>2</sup> Encontramos esas ideas dentro de sus obras “Hacia una concepción del aprendizaje desarrollador”; “Aprender y enseñar en la escuela.”Editorial Pueblo y Educación. La Habana 2001.

proceso supone el desarrollo de habilidades de comunicación a partir de la relación profesor - alumno, alumno – grupo y alumno – alumno.

El aprendizaje representa un proceso sujeto a una regulación psíquica. El nivel superior de aprendizaje se alcanza con la autorregulación de la actividad cognoscitiva por parte de los alumnos ganando en responsabilidad sobre sus propios procesos de aprendizajes. La autorregulación se logra cuando de una regulación externa se transita a la regulación interna, es el dominio paulatino de las habilidades y estrategias para aprender a aprender.

La autorregulación del aprendizaje se expresa a través de la actividad metacognitiva. “Con la actividad metacognitiva la regulación del sujeto no se ejerce solo sobre la actividad que se ejecuta, sino sobre sus propios procesos psíquicos, con lo cual se introduce un nivel superior de autorregulación cognoscitiva de la conducta.”(Labarrere 1996 Pág 10)

Durante la autorregulación de su aprendizaje el alumno alcanza un nivel superior de conciencia, de control de la actividad cognoscitiva y de los procesos de aprendizaje (metacognición), en ella se expresa dos procesos reflexión y regulación metacognitiva.

La reflexión metacognitiva está relacionada con la capacidad para hacer objeto de análisis y tomar conciencia de los propios procesos, desarrollando los metaconocimientos, o conocimientos acerca de los mismos. Flavell uno de los primeros estudiosos de la metacognición la definió “...como el conocimiento que uno posee acerca de sus propios procesos cognitivos y sus productos, o sobre algo relacionado con ellos.”(Labarrere 1996, Pág 61) Los investigadores J.Weiss, D. Slide y T. Bell dividieron el término en dos componentes: el primero consiste en el conocimiento acerca de la cognición y el segundo

componente es el de la regulación de la cognición. La reflexión metacognitiva incide en la eficiencia del sistema cognitivo y el aprendizaje, a través de ella el sujeto analiza sus propios conocimientos y selecciona las posibles estrategias a desarrollar para mejorar el rendimiento en función de lograr los objetivos propuestos en la actividad.

Los procesos de reflexión metacognitivos apoyan el desarrollo de los procesos de regulación. La regulación implica comprensión por el sujeto de lo que se desea lograr (objetivo y metas), cómo, cuándo y en qué condiciones lograrlo. La acción del alumno se manifiesta en la planificación, control y utilización de la retroalimentación, evaluación y corrección necesaria a las actividades que se realizan en el proceso de aprendizaje.

El desarrollo de la metacognición constituye un elemento esencial en lo que se denomina “aprender a aprender”, es sobre este proceso que se construye la estructuración básica para el desarrollo del aprendizaje autónomo y autorregulado. Contribuye en los alumnos al perfeccionamiento de los instrumentos fundamentales para el dominio del mundo y de sí mismo.

Doris Castellanos resalta la importancia de la metacognición en el desarrollo de habilidades y cualidades intrínsecas al pensamiento creador, destacando: “la flexibilidad, la originalidad, la fluidez, la elaboración, la curiosidad y la imaginación, el manejo de la novedad, de la complejidad, de la ambigüedad, la disposición a asumir riesgos, a jugar con lo posible, a anticipar, hipotetizar, etc. También se desarrollan las habilidades del pensamiento crítico – reflexivo, como: reconocer contradicciones, distinguir lo observado de lo inferido, comprender e interpretar información, valorar su exactitud y confiabilidad, identificar supuestos y asunciones, razonar inductiva y deductivamente y juzgar la

validez de las propias conclusiones, comparar, contrastar y defender ideas y argumentos, en otros. Sobre esta base, tiene también lugar el desarrollo de habilidades complejas y capacidades, como la solución de problemas y la toma de decisiones.”(Castellanos S. Doris, Pág. 68, 2002)

La función principal de la metacognición es la de efectuar el control consciente de la actividad cognoscitiva, de los procesos que en ella se genera y de los resultados que se van obteniendo. Tiene como objeto los propios procesos cognoscitivos y las actividades que le son concomitantes por lo que se relaciona la metacognición con diversos procesos así se identifican al metalenguaje, metamemoria, metaatención, metaaprendizaje, etcétera.

A través de la metacognición se establece los procesos de autocontrol de la actividad cognoscitiva, apoyados en los conocimientos acerca de la cognición. En la actividad metacognitiva por ejemplo en la solución de problemas de diferente naturaleza ocurre una representación de lo que es solucionar un problema y de las estrategias generales y personales propias de este tipo de actividad, que se puede desplegar, poner en función en la realización de la actividad.

Los componentes fundamentales que posibilitan en gran medida, la función reguladora de la actividad metacognitiva del alumno son la representación general de la actividad, los elementos que intervienen en ella y las estrategias necesarias para el logro de los objetivos y metas. Todo ello posibilita modificar acciones incorrectas, programar nuevas y analizar los resultados que va obteniendo con que se desean, estableciendo así su propio control sobre la ejecución de la actividad.

Estos criterios se corroboran con el análisis que hace Labarrere cuando plantea que: "...la función de la autorregulación de la metacognición se apoya en el conjunto de conocimientos que el sujeto ha asimilado y forma parte de su experiencia individual; estos conocimientos son puestos en funcionamiento por el sujeto mediante la realización de un conjunto de acciones específicas para la actividad y de carácter general (comunes a una variedad más o menos amplia de actividades) que facilitan el seguimiento del proceso que está teniendo lugar, determinando su correspondencia con fines, objetivos, condiciones, etc, regulándola, en suma; todo lo cuál constituye lo que puede ser denominado acto metacognitivo."(Labarrere 1996, p66)

El mecanismo principal de la metacognición es la reflexión, el acto metacognitivo tiene lugar a través de un proceso de reflexión. La actividad reflexiva se expresa cuando en la solución de un problema se somete a consideración las estrategias que se están poniendo en práctica, acerca de su adecuación a las condiciones necesarias para lograr el objetivo, a la autovaloración que realiza el alumno en la evaluación de las acciones desarrolladas, donde tiene presente logros y dificultades que presentó en la ejecución de la actividad. Podemos entender que la metacognición siempre tiene una dirección autorreflexiva, que convierte en su objeto a las formas de operar en la actividad cognoscitiva.

El desarrollo del autoconocimiento por los alumnos es una condición para la autorregulación del aprendizaje. Conocer cuáles son sus particularidades y cualidades esenciales, valorar si son positivas o negativas, determinar en que dirección tienen que transformarse y buscar las vías y medios para ello teniendo presente las condiciones en

que se desarrolla este proceso es vital para que puedan plantearse metas superiores en relación con su propia personalidad.

A partir del autoconocimiento, el alumno dispone de los instrumentos para seleccionar o plantear sus propias metas personales y significativas; asimismo, puede evaluar sus posibilidades de éxito o fracaso, generar expectativas de resultados, y comprometerse a alcanzar sus metas. En esta fase, además del autoconocimiento, es fundamental la capacidad para reflexionar y evaluar la importancia y la relevancia de los objetivos elegidos, primer paso esencial para generar compromisos de actuación duraderos y sentimientos positivos hacia el logro de las metas.

En el aprendizaje, los alumnos pueden generar sus propias metas, adoptar las propuestas por otros o desarrollarla con otros. El alumno no sólo asume las distintas metas que se le plantean, sino que puede decidir cual es la más importante para él. Para ello se requiere que se conozca a sí mismo y que tenga una proyección realistas de lo que es capaz de realizar; también ser consciente de sus preferencias, intereses y valores, para lo que se necesita un cierto nivel de autoconocimiento.

Un factor que incide en el logro de las metas por los alumnos es el grado de participación en la determinación de las mismas. Cuando se les concede un importante papel en el planteamiento de las metas, se consideran a sí mismo responsable del grado de cumplimiento de las mismas, con lo que se activan diversos mecanismos autoreflexivos; si están impuestas por los profesores o la propia familia, no siempre se aceptan o se ven en la obligación de cumplirlas.

Cuando el alumno se ha planteado metas concretas, tiene necesariamente como continuidad del proceso que planificar, diseñar y coordinar acciones, que van desde selección de las estrategias de aprendizaje hasta la elaboración de planes personales para poder alcanzar las metas de asumidas.

La utilización de estrategias de aprendizajes por el alumno es uno de los pasos más importante en la autorregulación del aprendizaje. Cuenta con dos momentos específicos, el primero es la selección o determinación de la estrategia, y el segundo, la realización de la estrategia seleccionada.

En el primer momento la reflexión del alumno debe tener como contenido principal la estructuración consciente de los pasos a seguir durante la actividad, según los conocimientos que él tenga de las estrategias como forma de interactuar en situaciones problemáticas, es decir, que ante una situación en la cual aparezcan como posible, más de una estrategia para resolver un problema, el sujeto, consciente de esto, realiza una verdadera selección, poniendo en función criterios de decisión tales como la búsqueda de una correspondencia entre la estrategia, las características y las condiciones de la tarea a realizarse.

En la selección de la estrategia por los alumnos se debe evidenciar el autoconocimiento ya que el sujeto toma cuenta de sus propias peculiaridades, de forma tal que, al seleccionar la estrategia le hace corresponder con sus actos personales, con sus fortalezas. Así, el alumno puede conocer la estrategia que es posible poner en práctica al resolver un problema, pero él selecciona aquella que piense le resulte más útil, o con la cual se siente mejor. En este caso aparece la autorregulación en el momento de selección como la de

interacción de dos factores: el conocimiento de las estrategias y el conocimiento sobre sí mismo.

En el segundo momento, ejecución de la estrategia seleccionada, los alumnos llevan a efecto las acciones previstas para lo cual conduce sus propias actuaciones, ejercen el control sobre su pensamiento así como los procesos internos y externos que pueden incidir en el cumplimiento de las metas. En la aplicación de las estrategias se desarrolla habilidades, hábitos y capacidades para la dirección del aprendizaje.

Con la realización o puesta en práctica de las estrategias el alumno pasa a otra fase donde desarrolla la autoevaluación que implica comparar los resultados obtenidos con las metas o aspiraciones a lograr en la actividad. La misma favorece a la toma de conciencia sobre la eficacia de los métodos y estrategias de aprendizaje seleccionados. La autoevaluación contribuye al autoconocimiento en los alumnos, a generar nuevas metas para perfeccionar su aprendizaje, evidenciando el carácter sistémico de la autorregulación en la personalidad.

A partir de reconocer el decisivo papel que desempeña la autorregulación en la formación de la personalidad, se han planteado en los modelos educacionales el logro del mismo, teniendo presente las distintas edades y niveles educativos para de forma gradual los alumnos aprendan a autorregularse.

## **Conclusiones.**

En el proceso de formación y desarrollo de la personalidad existe un complejo sistema de influencias educativas, dadas por la interrelación consciente del individuo con el medio y la sociedad, evidenciándose la unidad de lo social y lo biológico y de lo afectivo y lo cognitivo.

La actividad humana es consciente y autorregulada, de acuerdo a metas y propósitos que el hombre puede decidir con anticipación y que su personalidad expresa en una tendencia hacia la regulación del comportamiento y de la propia persona en las distintas áreas en que se desenvuelve.

En la dirección del proceso docente educativo, el docente debe propiciar la autorregulación, debe contribuir a que el alumno pueda dirigir su propio proceso de aprendizaje a partir de las metas y objetivos que previamente se trazó. A su vez debe influir en el desarrollo de un pensamiento reflexivo en el alumno sobre su propio aprendizaje, lo cual favorece el desarrollo de la metacognición..

La autorregulación implica que el alumno ha alcanzado un nivel superior de conciencia, de control de la actividad cognoscitiva y de los procesos de aprendizaje, que es capaz de reflexionar sobre su propio aprendizaje, lo que es esencial para que pueda aprender a aprender.

## **Bibliografía.**

ÁLVAREZ Mesa Yunieski, Margarita González González y Norma Cárdenas (2007) "Pedagogía 2007"- *"Particularidades y potencialidades del proceso de autorregulación de los alumnos de secundaria básica. Alternativas para propiciar la autorregulación del aprendizaje"*. Habana Cuba.

- ÁLVAREZ Valdivia, Ibis. (2005). *Autorregulación del aprendizaje: ¿Qué y cómo evaluar?* (soporte electrónico)
- ÁLVAREZ Valdivia, Ibis. (2005). *Evaluar para contribuir a la Autorregulación del aprendizaje*. En proceso editorial. Revista Cultura y Educación. Referencia 07027.
- ÁLVAREZ Valdivia, Ibis. (2002). *La autorregulación del comportamiento humano desde la Teoría de L.S.Vigotski*. (Soporte electrónico)
- BERMÚDEZ Morris, Raquel. (2004) *Aprendizaje formativo y crecimiento personal*. Editorial Pueblo y Educación, Cuba.
- CÁRDENAS Morejón, Norma (2003) *La comprensión de la personalidad en la psicología histórico - cultural*. Págs. 38- 48. En Psicología de la personalidad (Selección de lecturas) María Julia Moreno Castañeda. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- CÁRDENAS Morejón, Norma (2002) *Educación desarrolladora y autorregulación de la personalidad*. En: *Adolescencia y desarrollo*, Gilberto García Batista (Compilador). Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
- CASTELLANOS Simons, Doris [et. al]. (2002) *Aprender y enseñar en la escuela. Una concepción desarrolladora*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- CASTELLANOS Simons, Doris (2004) *Maestro para una didáctica del aprender a aprender*. (Un punto de vista histórico culturalista). La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- ECOESTA. *Proyecto de investigación. Evaluación del Conocimiento Estratégico a través de Tareas Auténticas*. Universidad Autónoma de Barcelona. Marzo 2006 <http://www.sinte.es>.
- FERNÁNDEZ Rius, Lourdes (2003) *La personalidad. Algunos presupuestos para su estudio*. P 7-21 En: Psicología. Selección de textos. Roxanne Castellanos Cabrera (compiladora). La Habana: Editorial Félix Varela.
- GARCÍA Montero, Ivet. (s/f). *Diálogo crítico y autorregulación del aprendizaje escolar*. Disponible en: [www. Dacso.edu. ar/-libros/cuba/garci.rtf](http://www.Dacso.edu.ar/-libros/cuba/garci.rtf).
- GONZÁLEZ Fernández, Antonio. (2001). *Iberpsicología*: Revista Electrónica de la Federación española de Asociaciones de Psicología, ISSN 1579 4113, Vol.6, N 1
- HERRERA Clavero, Francisco. s/f. *Aprendizaje Autorregulado*. Material digital .
- LABARRERE Sarduy, Alberto F. (1996). *Pensamiento Análisis y Autorregulación de la actividad cognoscitiva de los alumnos*. Editorial Pueblo y Educación, Cuba.
- LABARRERE Sarduy, Alberto. (1997). *Interacción en ZDP. ¿Qué puede ocurrir para bien y qué para mal?* Ponencia presentada a Pedagogía 97. La Habana. Cuba.
- LABARRERE Sarduy, Alberto F (2003). *El subsistema de regulación inductora de la personalidad*. P 59 – 62 En: Psicología de la personalidad. Selección de lecturas. María Julia Moreno Castañeda (compiladora) La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- LABARRERE Sarduy, Alberto F (2003). *Indicadores para caracterizar el desarrollo de la motivación por aprender*. P 114 – 124 En: Psicología del desarrollo. Selección de

- lecturas. María Julia Moreno Castañeda (compiladora) La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- MINED. (2003). Tabloide. “*Fundamentos de las Ciencias de la Educación*” Material Básico para el curso “Psicología para educadores”.
- NOCEDO León, Irma (2003) *La función orientadora del maestro como sistema. Un reto en las condiciones educativas actuales*. Material impreso. ISPEJV. Facultad Ciencias de la Educación. La Habana.
- RICO Montero, Pilar (2003) *La zona de Desarrollo Próximo (ZDP). Procedimientos y tareas de aprendizaje*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- RICO Montero, Pilar. (1996) *Reflexión y aprendizaje en el aula*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- ROLOFF Gómez G. (1982). *La autovaloración y los métodos para su estudio. En Algunas cuestiones teóricas y metodológicas sobre el estudio de la personalidad*. Folleto. Pág 84.
- SILVESTRE Oramas, Margarita Y Silverstein Toruncha, José. (2002). *Hacia una didáctica desarrolladora*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.