

**AUTORREGULAÇÃO DA APRENDIZAGEM E AUTONOMIA ESTUDANTIL:
ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DE PROGRAMAS DE MENTORIA E
MOTIVAÇÃO**

*SELF-REGULATED LEARNING AND STUDENT AUTONOMY: AN ANALYSIS OF
THE CONTRIBUTIONS OF MENTORING PROGRAMS AND MOTIVATION*

João Pedro de Carvalho Silvello¹; Ana Marli Bulegon²

RESUMO

Este artigo aborda os conceitos de autorregulação da aprendizagem e o desenvolvimento da autonomia do estudante, tendo como objetivo principal explorar de que forma diferentes estratégias podem auxiliar no desenvolvimento da autonomia do estudante em seu processo de ensino e aprendizagem. Realizou-se uma revisão narrativa de artigos publicados entre os anos de 2020 e 2024 buscando trabalhos que abordam temas da autorregulação com foco na motivação, definição de metas e motivação. Os resultados encontrados sugerem que a presença de um orientador para auxiliar no estabelecimento de metas realistas é um diferencial que auxilia no processo de construção da autonomia docente. Em conclusão, o estudo aponta para a necessidade de investir em programas que promovam a autonomia do educando para sua aprendizagem ao longo da vida.

Palavras-chave: Estratégias de regulação; Autoeficácia; Motivação.

ABSTRACT

This article addresses the concepts of self-regulation of learning and the development of student autonomy, with the main objective of exploring which different strategies can help develop student autonomy in their teaching and learning process. A narrative review of articles published between 2020 and 2024 searching for works that address topics of self-regulation with a focus on motivation, goal setting and motivation. The results found suggest that the presence of a supervisor to help establish realistic goals is a difference that helps in the process of building teaching autonomy. In conclusion, the study points to the need to invest in programs that promote the autonomy of educators for lifelong learning.

Keywords: Regulation Strategy, Self-efficacy, Motivation.

Eixo Temático: Educação, Cultura e Comunicação (ECC)

1. INTRODUÇÃO

Parte do processo de construção da autonomia, a autorregulação da aprendizagem está associada à capacidade dos estudantes em definir metas,

¹ Discente do programa de pós-graduação em Ensino de Ciências e Matemática, Universidade Franciscana, joao.silvello@ufn.edu.br.

² Docente do programa de pós-graduação no ensino de ciências e matemática, Universidade Franciscana, anabulegon@ufn.edu.br

monitorar seu progresso e ajustar suas estratégias de estudo para atingir seus objetivos (Zimmerman 2002).

A autonomia no processo de ensino aprendizagem transcende os níveis escolares, trata-se de uma habilidade que permite ao estudante navegar com mais confiança e segurança nos temas que lhe interessam, estabelecendo metas realistas, monitorando seu desempenho e adaptando suas estratégias conforme sua própria avaliação (Freire 2009).

A autorregulação é definida como uma habilidade onde o sujeito controla seus pensamentos, comportamentos e sentimentos para alcançar metas e objetivos auto estabelecidos. Ela envolve um processo de definição do que se quer, estabelecimento de objetivos e formas para se alcançar, monitoramento e avaliação constante das estratégias empregadas para o sucesso (Basso; Abrahão; 2018; Freire; 2009).

Na esfera educacional, a autorregulação é a competência própria do educando direcionar seu próprio processo de aprendizagem, incluindo quais formas de aprender, como ele vai monitorar seu progresso, como ele vai avaliar e quais os ajustes que ele deverá fazer durante esse percurso. Trata-se de um tema complexo, pois envolve aspectos da metacognição, ou seja, a consciência que o sujeito tem de seu próprio aspecto cognitivo (mental), o controlando e monitorando (Azevedo; 2005; Freire; 2009).

Embora haja vários modelos de processo de autorregulação, todos partem do modelo clássico de Zimmerman (2002) que se divide em três partes inicialmente: Planejamento/Previsão, Execução/Observação e Autoavaliação, sendo que cada uma delas prevê uma postura do educando frente a uma jornada de estudos/aprendizagem.

A primeira etapa é representada pelo planejamento e previsão, onde o educando se concentra em estabelecer sua meta e os objetivos para alcançá-la, nesta primeira etapa deve-se considerar o que já se sabe sobre o assunto a ser estudado, o domínio sobre o conteúdo, estabelecendo as estratégias de estudo, tempo necessário e as ferramentas para sua realização. As possíveis dificuldades encontradas nesta primeira etapa estão no estabelecimento de objetivos irrealistas ou uma avaliação inadequada do que já se sabe, a má gestão de tempo também pode atrapalhar o bom andamento (Freire; 2009; Da Veiga Simão; Frison, 2013; Azevedo; 2009). A segunda etapa é a execução e observação, onde o educando executa as

estratégias pensadas, observando seu rendimento, se é positivo ou negativo. As dificuldades encontradas são a incompreensão do que se está estudando, assim como a inadequação das estratégias utilizadas (Freire; 2009; Da Veiga Simão; Frison, 2013; Azevedo; 2009). Ainda há o acesso a *feedbacks* sobre seu desempenho, onde o aluno monitora as estratégias usadas (Ganda e Botuchovitch; 2018).

A terceira etapa é a de autoavaliação, onde após cumprir o percurso de aprendizagem estabelecido, o educando avalia seu desempenho e a efetividade de suas estratégias de aprendizagem, onde se necessário pode fazer ajustes no percurso de aprendizagem, o recomeçando. As dificuldades nesta etapa se encontram de ordem emocional.

O modelo de Zimmerman não é sequencial, com o educando avaliando-se constantemente e estabelecendo novos objetivos. (Freire; 2009). Há de se considerar que há fatores internos que podem influenciar o processo de autorregulação e o percurso de aprendizagem.

No contexto do ensino fundamental 2, a autorregulação torna-se um processo complexo, dada as características específicas deste contexto para escolas e professores. Nesta fase os alunos estão em um estágio onde começam a formar uma compreensão mais complexa do mundo, aprendendo a lidar com as normas sociais e internas, explorando seus próprios limites e identidade. A autorregulação exige um grau de autoconsciência e autonomia que os estudantes desta faixa etária estão começando a desenvolver, pois além de lidar com as demandas cognitivas estão enfrentando mudanças físicas, emocionais e sociais típicas da adolescência.

A construção da autorregulação é um processo que vai sendo construído a partir da autoconsciência do educando, que enfatiza habilidades como gestão de tempo, estratégias de aprendizagem, controle comportamental e emocional. Assim, com base nos modelos teóricos e nas definições apresentadas, passamos agora a explorar como essas teorias se refletem nos trabalhos analisados, evidenciando o processo de autorregulação e, conseqüentemente, a autonomia estudantil.

Este artigo tem como objetivo explorar como diferentes estratégias (mentorias, autoavaliações e outras práticas de ensino) evidenciam a contribuição para o desenvolvimento da autonomia estudantil. Através de uma revisão narrativa, este trabalho busca evidenciar algumas práticas eficazes que possam contribuir e orientar

educadores e pesquisadores a identificar práticas eficazes para a promoção da autonomia estudantil em diversos contextos educacionais.

2. METODOLOGIA

Este trabalho adotou uma abordagem de revisão narrativa para explorar as diferentes estratégias de autorregulação da aprendizagem (self-regulated learning - SRL) e sua aplicação em diversos contextos educacionais. A revisão focou em artigos publicados entre 2020 e 2024. A pesquisa foi realizada utilizando strings de busca específicas, baseando-se principalmente no modelo de autorregulação de Zimmerman (2002), focando em estudos que capturaram os principais conceitos relacionados à autorregulação da aprendizagem.

Os artigos que foram selecionados para a revisão foram publicados entre os anos de 2020 e 2024. A seleção foi baseada na relevância do tema, tendo como foco principal os estudos sobre autorregulação, especialmente nas estratégias como motivação e definição de metas. Foram excluídos artigos sem ligação direta a SRL ou que não focavam em contextos educacionais, que apresentavam limitações metodológicas ou ausência de revisão por pares.

O processo inicial identificou 66 artigos que foram filtrados por título e resumo para garantir a relevância temática e metodológica, resultando na seleção de quatro artigos para a análise aprofundada. As possíveis limitações deste trabalho encontram-se no recorte temporal, que pode ter excluído estudos relevantes publicados anteriormente ou contexto específico, além da especificidade da língua inglesa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nesta seção apresentamos os resultados obtidos. Dos 66 artigos encontrados, selecionamos quatro, por entender que atendem aos critérios de inclusão e exclusão descritos acima. No Quadro um apresentamos os dados de identificação dos artigos e no Quadro dois, as metodologias, objetivos, estratégias em relação a SRL, os principais resultados e suas considerações. A discussão acerca dos achados, destacando as convergências, divergências e as implicações para a prática educacional, estão após os quadros.

3.1 ARTIGOS ENCONTRADOS

Quadro Um - Artigos selecionados

Artigos	Referência	Autores	País	Ano
A1	Be SMART: Promoting goal setting with students using a mentoring approach	Martins, Juliana; Moreira, Tânia; Cunha, Jennifer; Carlos Nuñez, José; Rosário, Pedro;	Portugal	2024
A2	Longitudinal and reciprocal links between writing motivation and writing quality in grades 4–5: A cross-lagged panel analysis	Rasteiro, Isabel; Limpo, Teresa.	Portugal	2023
A3	Not easy to get off track: Motivational trajectories in non-formal learning contexts	Klose, Maria; Handschuh, Philipp; Steger, Diana; Artelt, Cordula.	Alemanha	2024
A4	Not easy to get off track: Motivational trajectories in non-formal learning contexts Remote learning experiences of girls, boys and non-binary students during COVID-19	Oinas, Sanna; Hotulainen, Risto; Koivuhovi, Risto; Brunila, Kristiina; Vainikainen, Mari-Pauliina.	Finlândia	2022

Fonte: dados da pesquisa

Quadro Dois- Achados da pesquisa

Artigos	Metodologia	Objetivos principais	Contexto de aplicação	Estratégias de SRL	Principais resultados	Conclusões/Resultados
A1	Estudo experimental com grupo de controle com mentoria aplicada em salas de aula.	Explorar o impacto da utilização da metodologia SMART no programa de formação	Escolas públicas de Portugal com alunos reprovados no mínimo 2 vezes e que	Utilização da metodologia SMART de autorregulação; Mentoria.	Melhoria na qualidade das mentorias; Melhora acadêmica e novas perspectivas para os estudantes.	A mentoria é um fator importante para o sucesso na definição de metas e desenvolvimento da SRL.

		de mentores.	aceitar a participação do programa de mentoria.			
A2	Estudo longitudinal com questionários e tarefa escrita.	Investigar a relação entre a autoconfiança em escrever e a qualidade da escrita.	Escolas públicas de Portugal com turmas de 4 ^o e 5 ^o anos do ensino fundamental.	Autoeficácia na escrita. Identificação da motivação.	Crenças motivacionais e autoeficácia (autoconfiança) influenciam na qualidade da escrita.	As intervenções devem ser focadas na motivação do estudante para escrever e em sua autoconfiança.
A3	Estudo de caso longitudinal	Investigar o efeito da motivação intrínseca e extrínseca para o abandono de cursos online.	Alunos de cursos abertos online.	Autogerenciamento no ensino online; estratégias de estudo.	Desafios na manutenção da motivação influenciam na continuidade e dos estudos. Oportunidade de desenvolvimento da SRL.	Deve-se oferecer suporte adequado para o desenvolvimento da SRL em ambientes não formais.
A4	Pesquisa quantitativa com questionários.	Analisar as experiências de autorregulação durante o ensino remoto.	Escolas públicas da Finlândia com alunos de Anos Finais que aceitam participar.	Autogerenciamento; Estratégias de estudo.	Diferenças significativas na capacidade de adaptação e desempenho entre grupos	Intervenções necessárias para o apoio de estudantes mais vulneráveis.

Fonte: dados da pesquisa

3.2 COMPARAÇÃO ENTRE AS ESTRATÉGIAS DE SRL

Os quatro artigos apontam diferentes estratégias de implementação da SRL, a utilização da estratégia S.M.A.R.T. (Specific, Measurable, Attainable,

Realistic/Relevant and Time-bound) para o estabelecimento de metas, utilizado no contexto de mentorias para estudantes em risco de escolas de Portugal, revelou-se uma estratégia acertada, uma vez que os estudantes atendidos pelo programa demonstraram um aumento em sua autoconfiança e desempenho acadêmico, sugerindo que o apoio e a estrutura fornecida pelas mentorias. A metodologia SMART de estabelecimento de metas oferece um “roteiro” claro para que os estudantes regulam seu processo de ensino e aprendizagem, estabelecendo metas específicas, mensuráveis, atingíveis e realistas.

Nesse contexto, o processo de definição de metas é “compartilhado” entre o estudante e seu mentor, geralmente um professor, auxilia o estudante a estabelecer essas metas, de forma a serem alcançáveis e atingíveis, que auxilia na criação de metas alcançáveis. Tal colaboração ajuda a mitigar o risco de frustração associado ao estabelecimento de metas irreais ou inalcançáveis, visto que o mentor oferece orientação para garantir que as metas estejam dentro das habilidades do educando. Conforme afirma Zimmerman (2002, p,69):

O perfil de autorregulação de novatos é muito distinto daquele de especialistas. Novatos não se envolvem em um planejamento de alta qualidade e, em vez disso, tentam autorregular seu aprendizado de maneira reativa. Ou seja, eles falham em definir metas específicas ou em automonitorar-se de forma sistemática.

Assim sendo, a orientação de um adulto mais experiente, um tutor, torna-se interessante para a definição de metas realistas, o compartilhamento com o mentor auxilia no processo sem diminuir a autonomia do estudante, uma vez que o sucesso na realização das metas ainda é de sua responsabilidade.

Em comparação ao estudo Alemão, que trabalha com estudantes autônomos em cursos online, coloca-se que mesmo com os estudantes iniciando os estudos muito motivados, essa motivação muitas vezes não se mantém no decorrer do curso, o que eleva a uma alta evasão.

3.3 O IMPACTO DA MOTIVAÇÃO NA SRL

A motivação foi um tema comum em todos os artigos analisados, sendo abordada com mais ênfase nos artigos A2 e A3, embora abordem contextos



educacionais diferentes, incluindo os anos finais do ensino fundamental e educandos de idades diversas estudando de forma autônoma online, os dois apresentam resultados semelhantes em relação ao fator da motivação dentro do processo de autorregulação e como ela afeta a autonomia do estudante.

Um conceito que influencia diretamente a motivação dos estudantes é a autoeficácia, ou seja, a crença que o próprio indivíduo tem em sua capacidade de realizar determinadas tarefas (Schunk e Zimmerman, 2007). Nos dois artigos podemos observar que o “crer” torna-se essencial para o processo de motivação, com a autoeficácia sendo geralmente relacionada à motivação intrínseca.

A motivação intrínseca é aquela impulsionada pela autoconsciência do indivíduo, onde ele sabe sobre suas competências e limitações e identifica motivos para prosseguir com seu processo de estudo. Tais razões podem incluir uma promoção no trabalho, reconhecimento social ou simplesmente a satisfação de aprender. Já os fatores extrínsecos, são aqueles que vêm de fontes externas onde o indivíduo é motivado por pressões para manter-se em seu processo de estudos, como a necessidade de cumprir “pré-requisitos” no emprego ou escola ou para alcançar determinado padrão social.

O artigo alemão indica que quando a motivação é um fator intrínseco - ou seja, aqueles que dependem do indivíduo, como o interesse situacional (onde a pessoa da relevância pessoal ao tema do curso), autonomia na aprendizagem (liberdade na escolha) e orientação para metas (desenvolvimento de competências específicas para o curso) - a retenção é maior do que quando a motivação é extrínseca, ou seja, dependente de fatores externos. Esses achados sugerem que, para manter a motivação e a retenção em ambientes de aprendizagem autônomos, é crucial promover e fortalecer fatores motivacionais intrínsecos.

"A motivação de novatos pode ser grandemente aprimorada quando, e se, eles utilizarem processos de autorregulação de alta qualidade, como o automonitoramento cuidadoso." (Zimmerman, 2002, p. 67). Ainda assim, ao observarmos o artigo português, os principais achados referem-se que a autoeficácia e a motivação são peças centrais no desenvolvimento da qualidade da escrita. Assim sendo a orientação focada no desenvolvimento de habilidades de autorregulação torna-se fundamental para promover melhorias significativas no desempenho dos alunos.

Desta forma observamos como apontado na revisão de literatura que o desenvolvimento da autorregulação a favor da autonomia do educando gera resultados no fator motivacional intrínseco, onde o educando ao avaliar suas habilidades e competências encontra motivação para continuar melhorando em relação a si mesmo.

4. CONCLUSÕES

Os estudos demonstrados nesta pesquisa revelam que a motivação tanto intrínseca quanto extrínseca são fatores fundamentais para as estratégias de autorregulação da aprendizagem no desenvolvimento da autonomia do estudante. A mentoria (auxílio) contribui para a autorregulação e a autonomia sem retirar do educando a responsabilidade pelo seu sucesso, agindo apenas como orientação. Isto pode ser visto também no estudo finlandês, onde os estudantes que apresentaram maiores dificuldades no processo de ensino e aprendizagem durante o ensino remoto, foram aqueles cuja autonomia enquanto estudantes ainda estava sendo construída.

Os resultados indicam que a integração de práticas que incentivem a autoeficácia e o autoconhecimento devem ser prioridades dentro de contextos escolares, especialmente aqueles que visam preparar os estudantes para os desafios do aprendizado ao longo da vida.

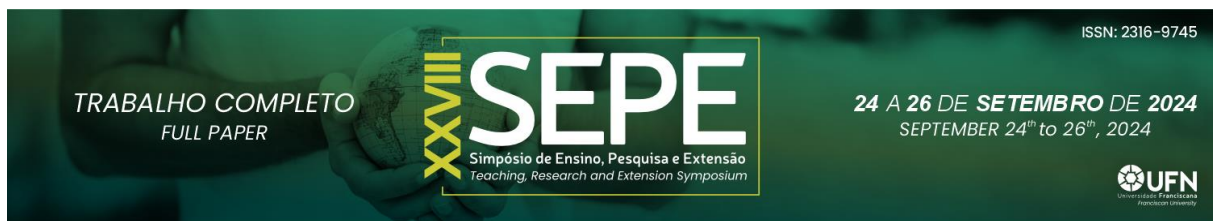
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AZEVEDO, Roger. **Theoretical, conceptual, methodological, and instructional issues in research on metacognition and self-regulated learning: A discussion.** Metacognition and Learning, Springer, Berlim, p. 87-95, 2009.

AZEVEDO, Roger et al. **Adaptive human scaffolding facilitates adolescents' self-regulated learning with hypermedia.** Instructional science, Springer, Berlim, p. 381-412, 2005.

BASSO, Fabiane Puntel; ABRAHÃO, Maria Helena Menna Barreto. **Atividades de ensino que desenvolvem a autorregulação da aprendizagem.** Educação & realidade, v. 43, p. 495-512, 2018.

DA VEIGA SIMÃO, Ana Margarida; FRISON, Lourdes Maria Bragagnolo. **Autorregulação da aprendizagem: abordagens teóricas e desafios para as práticas em contextos educativos.** Cadernos de Educação, n. 45, p. 02-20, 2013.



- FREIRE, Luiz Gustavo Lima. **Auto-regulação da aprendizagem**. Ciênc. cogn, Rio de Janeiro , v. 14, n. 2, p. 276-286, jul. 2009.
- GANDA, Danielle Ribeiro; BORUCHOVITCH, Evely. **A autorregulação da aprendizagem: principais conceitos e modelos teóricos**. Psicologia da Educação, n. 46, p. 71-80, 2018
- KLOSE, Maria et al. Not easy to get off track: **Motivational trajectories of learners completing a non-formal online course**. Computers in Human Behavior, [s. l.], v. 159, p. 108322, Munique, Alemanha, 2024.
- MARTINS, Juliana et al. Be **SMART: Promoting goal setting with students at-risk of early school leaving through a mentoring program**. Children and Youth Services Review, [s. l.], v. 157, p. 107423, Lisboa, Portugal 2024.
- OINAS, Sanna et al. **Remote learning experiences of girls, boys and non-binary students**. Computers & Education, [s. l.], v. 183, p. 104499, Helsinque, Finlândia, 2022.
- RASTEIRO, Isabel; LIMPO, Teresa. **Longitudinal and reciprocal links between writing motivation and writing quality in grades 4–5: A cross-lagged panel analysis**. Contemporary Educational Psychology, [s. l.], v. 75, p. 102222, Lisboa, Portugal, 2023.
- ZIMMERMAN, Barry J. **Becoming a self-regulated learner: An overview**. Theory into practice, v. 41, n. 2, p. 64-70, 2002.