



3.5. METACOGNICIÓN

Al hablar de funciones ejecutivas es importante que se mencione a la metacognición, la cual es una cognición de alto nivel que se emplea para **supervisar y regular procesos cognoscitivos como el razonamiento, la comprensión, la resolución de problemas, el aprendizaje, etc.** (Woolfolk, 2010).

La Metacognición implica tres clases de conocimientos que se relacionan con tres habilidades esenciales (Woolfolk, 2010) . Veamos el siguiente cuadro:



Figura 43.
Fuente: Elaboración propia, N. Yépez (2016)



No se tiene que ser metacognitivo todo el tiempo, pero sí cuando son tareas complejas (Woolfolk, 2010). Los estudiantes con buenas habilidades metacognitivas establecen metas, organizan sus actividades, eligen entre varios métodos de aprendizaje y cambian las estrategias en caso sea necesario. Un factor que influye es el desarrollo, conforme vamos creciendo y madurando las habilidades se van desarrollando y somos más capaces de ejercitar el control ejecutivo sobre las estrategias.

Ampliando conocimientos



- ✓ La metacognición es el conocimiento que tiene el ALUMNO sobre su propio sistema de aprendizaje y las decisiones que toma en relación a la manera de actuar sobre la información que ingresa a dicho sistema. (Duell, 1986).
- ✓ La metacognición es el conocimiento y regulación de nuestras propias cogniciones y de nuestros procesos mentales: percepción, atención, memorización, comprensión, etc. Quizás lo deberíamos llamar “conocimiento autorreflexivo” (Burón, 1996).
- ✓ La metacognición es el grado de conciencia o conocimiento de las personas sobre sus formas de pensar, contenidos y habilidad de organizarlos, revisarlos y modificarlos en función de los procesos y resultados del aprendizaje (Zevallos, 2000).

Por lo tanto, es un proceso de:

- 1) **Darse cuenta de sus propios procesos de aprendizajes** -atención, pensamiento, memoria, comprensión, etc.-
- 2) **Para emplear estrategias cognoscitivas** –ensayo, estudio, elaboración y organización; y
- 3) **Poder regularlos y controlarlos** – planifica, organiza, revisa, evalúa, supervisa y modifica- **en función de los resultados.**