



**MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM**

**MEMORY, SELF-REGULATION AND SELF-EFFICACY IN LEARNING PERFORMANCE**

Luís Antônio Monteiro Campos<sup>1</sup>, Luiz Fábio Domingos<sup>2</sup>, Cláudio Manoel Luiz de Santana<sup>3</sup>, Cléia Zanatta<sup>4</sup>, Elaine Machado Chagas<sup>5</sup>, Henriette Barqueta Moreira de Lucena<sup>6</sup>

**Submetido em: 06/04/2021**

**Aprovado em: 26/04/2021**

**RESUMO**

O presente artigo tem como propósito analisar as teorias da memória, autorregulação e autoeficácia, buscando relacioná-los no contexto dos estudos sobre metodologia do ensino. Trata-se de um ensaio no âmbito dos estudos de cognição social em interface com a metodologia do ensino, visando fornecer subsídios para melhor compreensão do funcionamento psíquico, em particular da relação entre memória e autorregulação de aprendizagem, objetivando favorecer o desempenho frente à aprendizagem na perspectiva da autoeficácia. Deste modo, a memória ocupar-se-á por armazenar informações, obtidas do conhecimento, evocá-las e orientar o homem por uma consciente autorregulação, processo pelo qual desenvolverá habilidades cognitivas novas. A partir do reconhecimento da variedade de suas potencialidades como decorrência, a autoeficácia, tida como crença, aperfeiçoará e emitirá juízos no que diz respeito à qualificação de cada uma das capacidades cognitivas, devidamente consideradas, apresentando, portanto, uma total integração da pessoa, principalmente de suas capacidades.

**PALAVRAS-CHAVE:** Memória. Autorregulação. Autoeficácia. Cognição. Aprendizagem.

**ABSTRACT**

*This article aims to analyze the theories of memory, self-regulation and self-efficacy, seeking to relate them in the context of studies on teaching methodology. This is an essay in the context of social cognition studies in interface with teaching methodology, aiming to provide subsidies for a better understanding of psychic functioning, in particular the relationship between memory and learning self-regulation, aiming to favor performance in relation to learning in the classroom. self-efficacy perspective. In this way, memory will occupy itself by storing information, obtained from knowledge, evoking it and guiding man through conscious self-regulation, a process by which he will develop new cognitive skills. Based on the recognition of the variety of its potentialities as a result, self-efficacy, taken as a belief, will improve and issue judgments regarding the qualification of each of the cognitive capacities, properly considered, presenting, therefore, a total integration of the person, mainly of your capabilities.*

**KEYWORDS:** Memory. Self-regulation. Self-efficacy. Cognition. Learning.

<sup>1</sup> Doutor em psicologia pela UFRJ, Coordenador do Mestrado em psicologia na Universidade Católica de Petrópolis, Professor da PUC-Rio e da UNILASALLE

<sup>2</sup> UCP- Universidade Católica de Petrópolis

<sup>3</sup> UCP- Universidade Católica de Petrópolis

<sup>4</sup> UCP- Universidade Católica de Petrópolis

<sup>5</sup> UCP- Universidade Católica de Petrópolis

<sup>6</sup> UCP- Universidade Católica de Petrópolis



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

### INTRODUÇÃO

Uma importante questão no processo de ensino-aprendizagem é o fator de rendimento dos alunos e o desafio de tornar mais atraente a transmissão dos conteúdos em sala de aula. Nesse sentido, a metodologia de ensino visa auxiliar o discente em tal processo, viabilizando meios que facilitem a apreensão e construção do conhecimento.

Nesta perspectiva, Nérice (1987), indica a que metodologia de ensino é como um “conjunto de procedimentos didáticos, representados por seus métodos e técnicas de ensino” (Nérice, 1987, p. 284), tendo em vista contribuir para o processo de ensino e aprendizagem, pois o objetivo é a eficácia do rendimento do aluno. Assim, é possível observar as estratégias necessárias para compreender individualmente o desenvolvimento desse processo.

No intuito de explorar as potencialidades daqueles que estão no caminho da aprendizagem é necessário compreender esse processo para melhores resultados. Até porque, “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção” (Freire, 1999, p. 47). Para isso, busca-se compreender como se processa o entendimento dos alunos e dessa forma, maneiras de evitar fatores que possivelmente prejudiquem a aprendizagem.

A autorregulação da aprendizagem contribuirá para a construção do conhecimento, pois o desempenho perpassa, também, por suas capacidades. Ao discorrer sobre esse assunto, compreende-se que o objetivo do trabalho é desenvolver um conjunto de ideias e propostas que corroborem a relação ensino-aprendizagem, e sejam eficazes para perceber o desempenho do indivíduo diante das suas próprias habilidades.

Nesse sentido, a metodologia de ensino precisa “garantir uma adequação ao sujeito que aprende, para que o mesmo possa, a partir dos seus esquemas ‘menos elaborados’ abstrair as relações de causalidade e desenvolver esquemas mais elaborados e científicos” (Souza, A. M. A., p. 30). Ou seja, o ser humano é a pessoa ativa e o sujeito que constrói o seu próprio conhecimento.

As teorias sobre aprendizagem surgem na medida em que percebemos que “o homem não só quis aprender como também, frequentemente, sua curiosidade o impeliu a tentar *aprender* como se aprende” (Bigge, 1977, p. 3). Nesse sentido, o presente artigo retrata uma reflexão sobre a memória e uma relação com o conceito de autorregulação, proposto por Bandura e Zimmerman, mostrando a sua presença na teoria desses autores e sua importância para a aprendizagem, percebendo, também, a contribuição da autoeficácia, que contribui no empenho desejado para alcançar o efeito almejado.

A memória faz parte da vida e auxilia, através das experiências, a compreender seu funcionamento, definindo a personalidade e ações, à medida em que influencia. A capacidade cognitiva da memória de armazenar, construindo em nós lembranças específicas, é fascinante,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

atraente e provocante. As experiências retidas na memória, vivenciadas em diversas circunstâncias da vida, podem imprimir a personalidade ou até defini-la.

Neste íterim, a memória, mesmo sendo um sistema complexo (Baddeley, Anderson e Eysenck, 2011), sempre surpreende diante do processo elaborativo de armazenamento, na recuperação das informações retidas. Isso se dá até mesmo no profundo onde a lembrança se encontra, podendo ser evocada ou não, devido ao fato de estar “esquecida”. Assim, quando o ser humano se encontra diante de um estímulo significativo, poderá surgir a memória que já estava presente. Esta lembrança está condicionada ao seu tempo de armazenamento no cérebro. Evocada em um curto prazo, pode ser utilizada para deliberar ações imediatas. As memórias a longo prazo servem para a manutenção, conservação e atualização em qualquer espaço de tempo.

Em relação à memória implícita, que não é declarativa, não chega ao nível da consciência. A memória explícita, totalmente declarativa, chega ao nível da consciência e está presente em tomadas de decisões importantes para o processo de autorregulação e de autoeficácia. É imprescindível ressaltar que aprendizagem e memória são processos que estão ligados e que influenciam no desempenho de aquisição, formação, conservação e evocação, adquirida nesse sistema balizador. Assim, mediante a aquisição de informações, de obtenção de conhecimentos, que podem modificar a memória, a capacidade do sujeito de aprender e conservar-se torna “uma forma conveniente de organizar nossos conhecimentos sobre os processos biológicos de aquisição de informações” (Gadea & Péres, 2001, p 374).

Nesse sentido, as implicações cognitivas a respeito da memória e da aprendizagem, por meio da autorregulação e da autoeficácia, são de grande importância para a aquisição dos conhecimentos ou de novas informações, incorporadas no grupo de conhecimentos, os quais o indivíduo já possui. O aprendizado ajuda na agregação de novas informações, no auxílio para corrigir, aprofundar, organizar e reorganizar os conhecimentos assimilados e existentes. Dentre os processos cognitivos, como percepção e atenção, a memória se faz presente para que exista essa construção contínua. Que fique claro que “o atual conhecimento de uma pessoa não apenas influencia a aprendizagem de novos conhecimentos e informações, mas também o modo como o material será organizado para a retenção e recuperação futura” (Pinto, 2001, p.1).

O conceito sobre autoeficácia surge com Bandura em 1977, pois um elemento importante que se juntaria a sua teoria de aprendizagem. Bandura quer mostrar que as crenças afetam as pessoas e determinam a maneira de agir ou não, diante das inspirações e desejos que elas possam apresentar. Ou seja, por meio das crenças de autoeficácia o ser humano vai decidir se quer enfrentar o problema, como enfrentá-lo e se existem dificuldades a serem superadas tendo em vista o objetivo alcançado. Deste modo, a percepção de si há de ser fundamental, pois auxiliará no domínio e na gerência sobretudo a sua volta (Pajares & Olaz, 2008).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

Em suma, relacionar e estabelecer o diálogo entre os três conceitos possibilita a compreensão de como os mesmos podem favorecer o processo de ensino-aprendizagem de estudantes com o propósito de tornar mais eficaz o desempenho escolar/acadêmico.

### MEMÓRIA

O ser humano é constituído por vivências e experiências, inseridas dentro de seu “mundo” e de seu espaço em que busca se desenvolver (Jaramillo & Restrepo, 2018). Através dos sentidos, ele tem acesso a uma rede de conhecimento que é captada pela memória. Tais conhecimentos permanecem na memória, seja a curto ou longo prazo, e podem ser visitados ou recuperados a qualquer momento. Nesse processo, aquilo que é relevante tenderá a ser atraído pela atenção e retido na memória. Ou seja, os estímulos estarão rodeando o indivíduo e este deverá ser mais atraído às realidades de interesse pessoal.

Pensar na memória, não é uma novidade ou assunto de pouco interesse. A memória é vivencial, capaz de mudar e agir significativamente naquele que recebe a informação; neste caso, informação e formação para transformação. A partir disso, o ser humano é “não somente o que tem vivido ou o que deseja viver (...), mas a forma como recorda, em torno de suas histórias” (Ocampo, Morales & Echeverri, 2020, p.148).

Mesmo a consciência operando com a atenção concentrada (foco em um domínio) ou difusa (quando não há um foco específico), ela ainda é limitada. Nesse sentido, pode-se perceber, também, que os mecanismos automáticos exigem pouquíssimo da atenção. Enquanto isso, outros fatores cognitivos auxiliam nesse movimento. Shirin e Schneider (1977) ajudaram a compreender esse processo automático, distinguindo-os daqueles controlados. Nesse último caso, há um nível de consciência mais elevado diante do processo, para a chegada do resultado.

Existem variados tipos de memória que são importantes para a compreensão do estudo sobre a memória e o armazenamento. As memórias explícitas ou declarativas armazenam e podemos, conscientemente, relatar questões ou fatos históricos que estão facilmente acessíveis em nossa mente (Lombroso, 2004). A memória implícita está ligada às questões de costume, reações ao ambiente, dirigir um carro, fazer um bolo sem olhar a receita, pentear o cabelo, dentre outras situações, por exemplo. Nesse sentido, experiências passadas auxiliam no desempenho da pessoa, sem que haja totalmente consciência do que está realizando (Izquierdo, 2011).

Quanto ao armazenamento, pode ser de curto ou de longo prazo, temporalmente. As memórias de curto prazo permanecem no cérebro pouco tempo e tendem a ser esquecidas. São utilizadas para deliberar as ações imediatas, como por exemplo: um estudante se esforça para “decorar” conhecimento para uma prova que fará dentro de instantes. As memórias de longo prazo estão ligadas à manutenção, conservação e atualização a qualquer tempo. Nesse sentido, os automatismos adquiridos pelo exercício repetido de atividades laborais pertencem a esta



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

memória. Os armazenamentos das informações na memória são importantes na medida em que facilitam as atividades cognitivas que existem em cada ser humano, como a aprendizagem e o raciocínio.

Torna-se necessário fazer, ainda, uma distinção, segundo Souza e Salgado (2015), de memória declarativa, de produção e de trabalho. A primeira é a memória consciente, que chega ao consciente evocada por instâncias do pensamento. A segunda utiliza a metacognição para elaborar relações entre elementos invocados. E a terceira é a memória de curto prazo, utilizada para a elaboração de novas aquisições ou tomadas de decisões. Essas tomadas de decisões, na memória de trabalho, são importantes quando se fala das informações pré-existentes e da ligação com o presente, inferindo nas decisões tomadas.

Enfim, é importante destacar que: estados de ânimo, privação de sono, tristeza, depressão, humor e emoções, entre outros, podem interferir na memória e no resgate daquilo que está armazenado, memorizado. Assim, a falta de atenção, decorrente de alguma alteração emocional, acarretará prejuízo no processo de memorização de aprendizagem e, até mesmo, na evocação de algum fato na memória. Assim também o estado emocional pode ajudar no processo de consolidação, no foco da atenção e na codificação da mensagem recebida.

Em suma, diante desses aspectos fundamentais, Mèlich (2015) deixou claro quando se fala sobre a memória afirmando que “la memoria no repite, interpreta e interpela. El que recuerda y olvida está interpretando su herencia, y, por lo tanto, se está interpretando a sí mismo” (Mèlich, 2015, p. 240).

### MEMÓRIA E AUTORREGULAÇÃO CONFORME MODELO TEÓRICO DE BANDURA E ZIMMERMAN

Em primeira instância, pode-se afirmar que o processo pelo qual o ser humano modifica sua atitude, desenvolvendo estratégias que possam levá-lo a uma mudança no pensamento, no comportamento e na área emocional é chamado de autorregulação (Bandura, Azzi & Tognetta, 1995). O ser humano, tendo em vista seus propósitos e metas, torna-se capaz de desenvolver habilidades cognitivas que, em conjunto com os aspectos ambientais e pessoais, determinará, diante desse processo, um papel ativo e efetivo. Esse processo cognitivo de retenção do aprendizado é realizado pela memória, onde armazenamos as experiências e as utilizamos no momento oportuno. (Tulving, 2000b, Tulving, Craik, 2000).

Este processo de autorregulação pertence a uma das cinco capacidades humanas que, chamadas de agência, exercem uma influência significativa nas escolhas e nas conjunturas que o ser humano é envolvido e que se tornam fatores influentes na produção dos comportamentos. Essas capacidades do ser humano manifestadas por Bandura (simbolização, antecipação, intencionalidade, autorregulação e autorreflexão – Bandura 2001, 2008) possibilitam-no a agir,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

decodificar, elaborar, planejar, avaliar e reavaliar aquilo que o afeta e que exigirá, como resposta eficaz, um comportamento elaborado.

Ora, neste processo, o uso da memória é fundamental. Os mecanismos dinâmicos que nela atuam irão realizar esse movimento de decodificação, elaboração, planejamento, mencionados por Bandura. Na memória, estão armazenadas as informações que foram selecionadas e retidas e, agora, recuperadas diante do processo de autorregulação. Alguns autores (Baddeley, 1998, Brown, Craik, 2000) afirmam, inclusive, que codificar, armazenar e recuperar são as operações da memória que, em curto ou longo prazo, são captadas para que, possibilitando avaliar e reavaliar as realidades em torno do ser humano, possa este responder de maneira eficaz.

Para Bandura, este processo da autorregulação do comportamento tem diversas subfunções de sistemas que foram trabalhados e elaborados durante anos. Esse movimento de autorregulação nos faz compreender que o ser humano se torna agente intencional que, diante de suas capacidades, promove o curso de sua vida sempre auto examinando-se. Ou seja, “ser agente significa fazer as coisas acontecerem de maneira intencional, por meio dos próprios atos” (Bandura 2008b, p.69).

As lembranças conscientes (memória explícita) são determinantes para a tomada de informações que levam aos atos de autorregulação. Ou seja, tudo está conjugado de forma a levar o ser humano a conhecer o processo e operá-lo com eficácia. Essa memória explícita é declarativa, chegando ao nível da consciência. Diferentemente da memória implícita, que não é declarativa, “na qual usamos informações, porém não temos conhecimento consciente de que estamos agindo dessa forma” (Sternberg, 2010, p. 156).

Bandura (1977, 1993, 1981) trabalhou durante muito tempo utilizando este conceito de autorregulação como um sistema do self e subscreve que existem estruturas cognitivas que possibilitam uma produção significativa de comportamento, que fora percebido, armazenado, avaliado e regulado internamente. Este processo bem marcado encontra-se no livro de Bandura (1996): “*Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*”.

Em rigor, o armazenamento das informações é indispensável para compreensão de como a memória funciona, levando a este processo de avaliação e regulação, manifestado por Bandura. Existem três sistemas de armazenamento na memória: armazenamento sensorial, armazenamento a curto prazo e o armazenamento a longo prazo. (Richardson-Klavehn, Bjork, 2003).

No armazenamento sensorial, estoca-se pouca informação em períodos muito breves. No armazenamento de curto prazo, os períodos são mais longos, mas a capacidade de reter a informação ainda é pouca. Nesse tipo de armazenamento, consegue-se utilizar as informações retidas para uma ação imediata: uma luta ou fuga, por exemplo. No processo de autorregulação, existe o armazenamento a longo prazo, uma vez que o ser humano possui grande capacidade de



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

agrupar as informações em períodos longos. Nesse último, encontra-se a capacidade de realizar a manutenção, a conservação e atualizações do que está estocado.

É imprescindível ressaltar que o papel da autorregulação no exercício das relações humanas deve ser visto como uma ação de influências. As características pessoais, ambientais e comportamentais estão interligadas de tal modo que levam o ser humano a influenciar o meio em que se encontra e ser influenciado por ele de maneira significativa.

Não se pode deixar de mencionar que, para Bandura (2001, 2005, 2008), o ser humano é capaz de exercer alguma influência intencional sobre reagir ao ambiente externo a sua volta, possuindo a capacidade de refletir sobre ele. Em outras palavras, ele é um indivíduo com potencialidades para pensar, construir e transformar as realidades a sua volta, conforme sua vontade e interesse. Sendo assim, os aspectos cognitivos serão ativados de maneira a inferirem, diante dos estímulos ambientais, a mudança do comportamento, determinando ações que possam julgar imprescindíveis.

Para Bandura, Azzi & Polydoro (2008), “O homem é capaz de exercer um papel ativo em sua própria história, concepção formulada sob a denominação de agência pessoal” (Azzi & Polydoro, 2008, p. 150). Com esta afirmação, fica claro que o ser humano é proativo em suas escolhas e metas de vida. Todo esse processo se realiza diante de quatro capacidades humanas que permitem não somente a interpretação das experiências, mas a regulação do comportamento e antecipação de resultados (memória), como, também, a avaliação e o controle em direção aos seus objetivos e a reflexão das experiências e processos ligados à percepção. Essas capacidades são denominadas por simbolização, pensamento antecipatório, autorregulação e autorreflexão.

Nesse íterim, na Teoria Social Cognitiva (Bandura, 2001), se pode verificar que a autorregulação é um dos componentes centrais ligados à agência humana. Ou seja, o ser humano não é somente um agente atuante em sua ação, mas se torna capaz de realizar reflexões, mediante suas funções ligadas a cognição, revendo e examinando-se sempre, provocando comportamentos assertivos. Nesta perspectiva, o ser humano, como um ser agente, exerce e é tangido pelo ambiente a sua volta, pelas outras pessoas e pelos diversos comportamentos que, diante desse processo dinâmico e integrado (autorregulação), produz respostas aos objetivos existentes.

Este processo de autorregulação está presente na pessoa ao longo de toda a sua vida, em toda a sua história. Quanto mais desenvolvidos seus processos cognitivos e mais elaborados seus comportamentos, melhor será a resposta para este processo. Quanto mais a atenção for focada, mais a pessoa estará concentrada em sua atividade mental e desenvolverá bem seus resultados. Bandura (1986) realizou trabalhos que estão ligados ao modelo da autorregulação, apresentando as subfunções do sistema de autorregulação de comportamento, que se dividem em auto-observação, processos de julgamento e auto-reação.

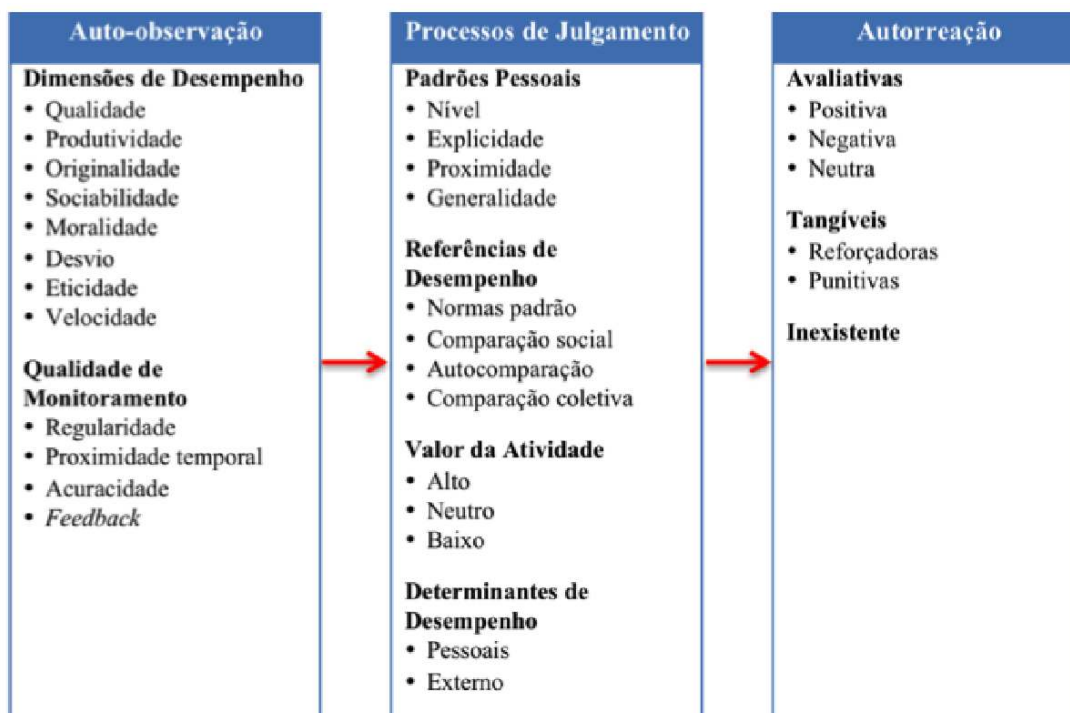


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

É importante perceber, nesse contexto, que os referidos processos se combinam e interagem entre si. Exemplo disso é perceber que o pensamento depende, em grande parte, da memória, como se pôde inferir que, na autorregulação, estão presentes os processos cognitivos, que interagem e se comunicam com outros sistemas. Segundo Sternberg (2010), fica claro que “a aprendizagem geradora de alterações no cérebro ou, em outras palavras, nos processos cognitivos, pode afetar as estruturas biológicas tanto quanto as mesmas podem afetar os processos cognitivos” (Sternberg, 2010, p. 26). Essas subfunções do sistema de autorregulação é um processo integrado e não pode ser visto mecanicamente. Tal processo, integrado e recorrente, produzirá as mudanças voltadas para a realização do ser humano. Percebe-se, assim, que diversos fatores podem influenciar no processo de ativação do sistema ou na própria desativação do mesmo.

Na figura abaixo, verifica-se que a primeira subfunção é a auto-observação e, para avaliar os critérios desse processo, são necessárias as dimensões de desempenho e a qualidade de monitoramento. A auto-observação é importante por fornecer informações para todo o processo de desempenho e de julgamento que ocorrerá. Essas informações tornar-se-ão guia, isto é, referência nesse processo e em cada situação de qualidade, produtividade, originalidade, sociabilidade, moralidade, desvio, eticidade e velocidade.



Fonte: Adaptado de Polydoro e Azzi (2008, p. 152)

As informações do comportamento, adquiridas e conservadas na memória (funções da memória), tornam-se importante fator nesse processo de auto-observação. Quanto mais clareza existir no comportamento realizado, mais evidente será aplicação das dimensões de desempenho.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

É importante dizer que a descontinuidade da informação prejudicará a performance no processo de autorregulação. Necessita-se perceber que a evidência comportamental continuada produz melhor desempenho e eficácia do processo (Bandura, 1986). Por isso, a qualidade de monitoramento é um fator importante para a eficiência da autorregulação, não esquecendo que tal processo está contíguo com a exatidão das informações (acuracidade), a temporalidade e o feedback que acontecerá.

O processo de avaliação do comportamento na dimensão de desempenho é seletivo. Os aspectos serão utilizados na medida em que serão relevantes ao processo de auto-observação. Ou seja, as categorias de qualidade, produtividade, originalidade e as demais exercerão influência na medida em que haja um controle seletivo que exerça força sobre um desses aspectos específicos mencionados.

A outra subfunção de autorregulação, segundo Polydoro & Azzi (2008), é o processo de julgamento. Nessa fase, se conjugam os padrões pessoais, as referências de desempenho, o valor da atividade e os determinantes de desempenho. Entenda-se aqui que a memória tem função específica nesse processo, tendo em vista que Silva e outros afirmam que é de suma importância entender que a memória é capaz de modificar o comportamento, porque, neste caso, previamente foi apreendido. (Silva, Oliveira & Helene, 2013).

Ora, um comportamento, uma ação, uma experiência do ser humano será julgada mediante o arcabouço cognitivo que o mesmo possui e que foi estruturado durante toda a sua vida. Os padrões sociais são constituídos desse processo de socialização que se tornam profundos e determinantes da vida, como produto resultante da experiência que nos afeta e que personaliza cada ser humano como protótipo social. Não esquecendo que “no modo de ver de Bandura, afeto e cognição são faces inseparáveis do comportamento humano” (Bandura, Azzi & Polydoro, 2008 p. 154).

Nesse processo, o valor da atividade humana e seu comportamento ajudam se a compreensão do julgamento realizado é satisfatória, não satisfatória ou se não produziu efeito por ser neutro. As respostas irão depender do grau de satisfação que o ser humano possui diante das questões, cujas ações irão atender ou não às expectativas da pessoa, a partir do interesse em grau maior, menor, ou até inexpressivo, sendo relevantes ou não no processo de julgamento.

Nesse sentido, Krüger tem razão em dizer que “a principal função das atitudes sociais é a avaliativa” (Krüger, 1986, p. 35). A partir das influências dos grupos e das experiências de interação, reforçamos ou aprendemos atitudes que serão resultantes das experiências individuais. E, como o mesmo menciona, emoções e sentimento são importantes nesse contexto, pois, através do processo de aprendizagem, há uma relação entre eles e toda a realidade (coisas, pessoas e eventos) ao redor do ser humano (Krüger 1986).

Portanto, as avaliações de julgamento são realizadas mediante parâmetros sociais, os quais regem nossos comportamentos e ações associadas e determinam os critérios fundamentais



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

ligados aos processos em análise. Nesse caso, pode-se fazer menção às tomadas de decisões conscientes, que pertencem à memória explícita. Essa memória explícita está associada ao aprendizado e aos eventos, exercendo uma força nas tomadas de decisões. (Silva, Oliveira & Helene, 2013). Sendo assim, todo o processo de avaliar e realizar os julgamentos provocará um efeito significativo e efetivo, resultando em uma capacidade diante do desempenho adquirido e influenciando o terceiro subsistema, que é a autorreação.

Neste terceiro subsistema, o comportamento humano é regulado. As autorreações nomeadas por Bandura (1986), sendo elas avaliativas, tangíveis e inexistentes, geram reações que podem ser positivas, negativas ou neutras. As reações positivas manifestam que houve uma autossatisfação, gerando comportamento aprazível e gratificante. Seus valores e crenças não foram contrariados, ocasionando, assim, atitudes de aprovação. Se existir algo que possa desaprovar sua conduta diante do comportamento a ser gerado, a desaprovação surgirá e assim, o julgamento tornar-se-á desfavorável em sua reprovação. Comportamentos que não geram reações são considerados neutros, pois não apresentaram seus significados pessoais.

As ações detentoras de sucesso são capazes de reforçar o comportamento, produzindo atitudes que abrangem um componente cognitivo, emocional e comportamental e que estão de acordo com os padrões de julgamentos, aumentando o desempenho atrativo em situações futuras. Portanto, “deve considerar as capacidades de auto-observação do indivíduo, o julgamento sobre seus próprios atos, escolhas e atribuições, assim como as suas autorreações avaliadoras que apresentam diante do comportamento” (Silva, 2004, p. 22).

Zimmermann (1989, 1998, 2000), baseando-se nos conceitos de Bandura, orienta o conceito de autorregulação para o conceito de aprendizagem. Esse autor estabelece três fases diante desse processo (quadro abaixo), onde o ser humano desenvolverá a capacidade de conjugar estratégias frente as suas habilidades mentais (percebendo, aprendendo, lembrando-se e pensando sobre as informações – cf. Sternberg, 2010, p. 1) até desenvolvê-las em capacidade de aprendizagem, cujo processo implica nos aspectos cognitivos, nos incentivos ante às motivações e nos fatores comportamentais, em face do desempenho de resultado.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Clélia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

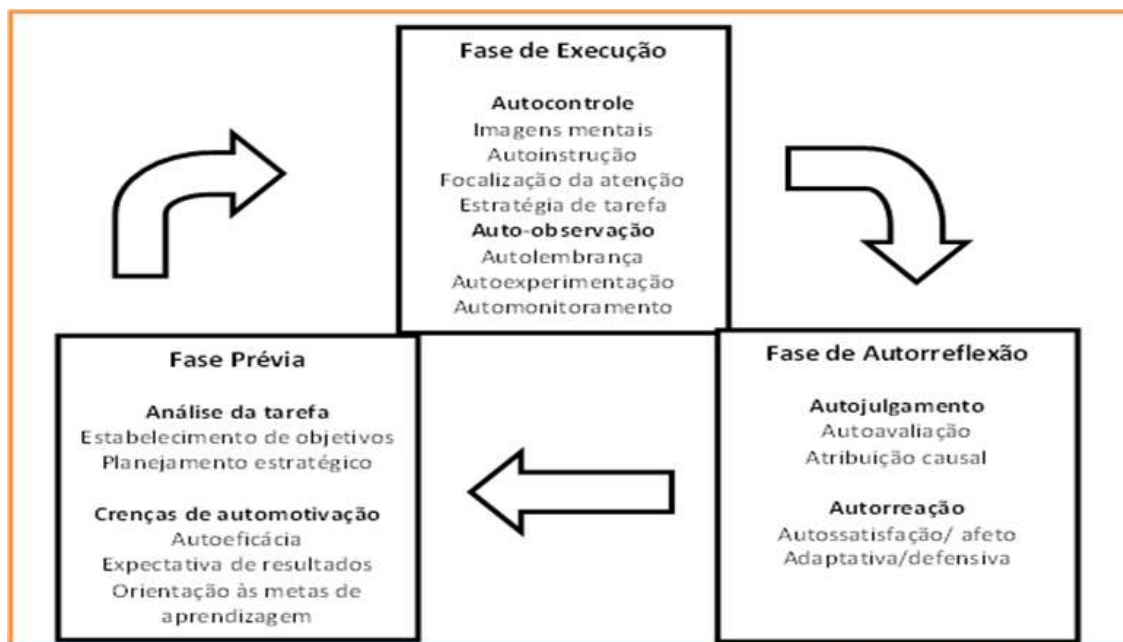


Figura: Fases e subprocessos de autorregulação da aprendizagem. Fonte: Adaptado de Zimmerman (2002, 2013)

Os três subprocessos para Zimmermann (1998) são: antecipação (chamada também de fase prévia); realização (chamada também de fase de execução) e autorreflexão. Nessa fase prévia do comportamento, acontece a análise de todas as tarefas envolvidas e dos processos de crenças do ser humano diante de sua automotivação. Deste modo, pode-se falar da memória declarativa que, nesse processo, se encontra presente. As informações chegam ao consciente para a análise pelas instâncias do pensamento. Portanto, toda a tarefa a ser realizada necessita de um estudo daquilo que existe, a fim de que sejam criados planejamentos e estratégias, visando o grau de interesse e expectativa em vista da realização.

Na realização ou na execução de tarefas, o autocontrole e a auto-observação são fundamentais. A atenção nessa fase é evidenciada para menosprezar qualquer distração diante das estratégias de aprendizagem. Não se pode ter distração (distorção da memória). A perda do foco ou a capacidade do homem de manter o foco é prejudicial ao processo (Schacter, 2001). Nesse sentido, a auto-observação ocorre justamente para que as informações de progresso não se estabeleçam diante das metas a serem alcançadas. E, na última fase, os resultados dos processos ocorridos são direcionados para a autorreflexão, onde o ser humano se auto avalia e pode reagir diante dos fatos que afetam a aprendizagem.

Em conclusão, Zimmerman (2000) afirmou que, no processo de autojulgamento, o ser humano pode agir pela autossatisfação ou pelas inferências adaptativas. Observa-se, neste aspecto, que a percepção do ser humano diante do desempenho pode envolver entusiasmo ou não. Por isso, sendo esse processo cíclico, onde se executa e se avalia num movimento contínuo, as inferências podem alterar a perspectiva da autorregulação, provocando decisões nas ações e



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

no estabelecimento do objetivo. Em suma, em confronto com esta temática abordada, percebe-se que todo ser humano, em sua capacidade mental, consegue autorregular-se (Rosário 2007, 2004b; Zimmerman; Schunk, 2004). Contudo, esta autorregulação pode acontecer de maneira diferente em alguns, devido à eficiência e à ineficiência do processo.

### AUTOEFICÁCIA

A habilidade de desempenho, nas diversas situações da vida, é encarada como autoeficácia, que é considerada uma crença. Percebe-se, com isso, que, diante da autoeficácia, o homem realiza julgamentos sobre suas capacidades e competências (Zimmerman, 2000). Para Bandura (1986), o mecanismo de crenças de autoeficácia influencia diretamente na capacidade pessoal e na execução de ações. Essas crenças se tornam importantes devido ao fato de que a pessoa perceberá sua intervenção ao fazer escolhas, o quanto de esforço necessitam diante do desempenho, como desenvolverá seu caminho e sua perseverança, a forma de enfrentar os obstáculos e possíveis fracassos, sua capacidade de resiliência, dentre outros aspectos.

Na área profissional, a questão da autoeficácia tende a ser um aspecto imprescindível. A maneira como o profissional toma suas decisões, como lida com as dificuldades e se coloca diante das consequências tomadas pode manifestar o quanto ele consegue agir e tomar decisões diante das demandas a sua volta. Ou seja: o julgamento de suas capacidades, a maneira como lida com os aspectos cognitivos e afetivos, o quanto está disposto a desempenhar diante do objetivo a sua frente podem ser aspectos para a compreensão de sua autoeficácia (Santos, Zanon & Ilha, 2019).

É importante notar que a “teoria da autoeficácia de memória pressupõe que o nível de confiança de uma pessoa em suas habilidades regula e motiva diretamente seus comportamentos” (Miná, Zortea, Rodrigues & Salles, 2017, p.22). Nesse sentido, o julgamento realizado pela pessoa será fundamental diante das tarefas assumidas, pois tende a ser eficaz e competente em seus afazeres. Pois o caminho a ser encontrado é buscar uma maior percepção de controle e também maior conhecimento de memória capaz de ajudar no processo da autoeficácia.

Segundo Bandura (1993), aqueles que possuem elevada crença de eficácia são mais disponíveis e mais persistentes. Tomando-se, por exemplo, um jovem estudante que possui uma alta eficácia em relação aos estudos acadêmicos. Para o autor, este estudante se debruçará mais aos estudos e será mais obstinado diante dos desafios acadêmicos. Ou seja, ele acreditará na sua capacidade de desempenhar resultados assertivos.

O outro constructo que auxilia na aprendizagem por meio de métodos e caminhos efetivamente produtivos é a autorregulação. Na figura anterior, adaptada por Zimmerman (2002, 2013), foram apresentadas as diversas fases e subprocessos de autorregulação da aprendizagem, e fase prévia, que indicam as crenças, como preditoras da autoeficácia, para esse



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

processo. Nesse sentido, percebe-se que os “pensamentos, sentimentos e ações autogerados são planejados e sistematicamente adaptados, conforme a necessidade para afetar a própria aprendizagem e motivação” (Joly, Serpa, Borges & Martins, 2016, p. 74). Então, Bandura (1991) está correto ao afirmar que esse processo de autorregulação ajuda o ser humano a conduzir e regular seus comportamentos, sentimentos e pensamentos, como um processo consciente diante de metas que busca conquistar.

As pessoas questionam suas crenças de autoeficácia quando se submetem a argumentos sobre as resoluções de conflitos e enfrentamento de dificuldades. Por isso, as pessoas que tendem a uma autoeficácia maior, diante de quaisquer problemas, são capazes de se entregar mais, esperando resultados satisfatórios, pois acredita ser possível resolver a situação a sua frente. Suas crenças estão, constantemente, sendo questionadas, à medida em que se perguntam se vão conseguir (ou não) enfrentar as questões, diante dos esforços preteridos (Vieira & Coimbra, 2006).

Existe uma relação entre os dois constructos: autorregulação e autoeficácia (Schunk & Ertmer, 2000). Segundo esses autores, as pessoas que possuem um grau significativo de autoeficácia possuem certa motivação que as impele a empregar os processos de autorregulação em sua vida. Dessa forma, a contribuição da crença de autoeficácia, para a utilização de habilidades ligadas à autorregulação de aprendizagem, é benéfica e eficaz, principalmente, diante de metas, objetivos, aquisição de estratégias, meios de emprego das mesmas, até o desempenho final.

Quando os resultados aparecem, as pessoas passam a ter mais confiança em seus próprios princípios e desenvolvem ainda mais sua eficácia. Ou seja, suas crenças de autoeficácia aumentam à medida em que as pessoas são mais autorreguladas, capazes de analisar bem, buscar o autocontrole e realizar auto avaliação (Zimmerman 2002,2013), permitindo experiências de sucesso. Nesse sentido, se torna fundamental a pesquisa de diversos autores (Caprara et al., 2008; Joly et al., 2014; Polydoro & Azzi, 2009; Rosário, 2001; Usher e Pajares, 2007), contribuindo na dinâmica e na reflexão desses expoentes. Assim fica claro que “os estudos disponíveis e culturais acerca do papel da aprendizagem na cognição e motivação, processo de autoeficácia e autorregulação, bem como estudos de avaliação e intervenção são de grande importância” (Joly, Serpa, Borges & Martins, 2016, p. 74).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos estudos de Bandura, (Bandura, 2001) a necessidade de perceber a autoeficácia como um constructo que influencia o comportamento e, também, nos diversos julgamentos se tornou chave para a compreensão do esforço, no estabelecimento de metas e da perseverança do sujeito. Segundo o mesmo autor, nas diversas etapas da vida, o ser humano precisa contar com recursos internos - esforços, dedicação, maturidade afetiva, resiliência,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

disposição de enfrentamento, dentre outros aspectos, - para encontrar a realização pessoal, bem como, para a aquisição de estratégias de aprendizagem.

Dado o exposto, credita-se que a autoeficácia, constructo preditivo, influencia positivamente no desempenho da pessoa e em todos os outros processos que envolvem fortemente o ser humano: na motivação, na percepção, na autorregulação, nas escolhas diante dos interesses, na busca de resultados, nas soluções diante dos problemas e diversos fatores (Bandura & Schunk, 1981; Zimmerman, 1995; Santos, Zanon & Ilha, 2019). Por outro lado, pessoas com baixa eficácia tendem a diminuir a motivação e possuirá enfrentamento baixo diante das situações.

Diversos estudos comprovam a eficiência da autoeficácia no desempenho de estudantes, pois estratégias de aprendizagem ajudam no desfecho das tarefas de estudo. Contudo, não se pode esquecer que os recursos cognitivos (memória, percepção...) e afetivos auxiliam no processo (Pinto, 1998). Pesquisas corroboram o efeito positivo das crenças de autoeficácia (Multon, Brown e Lent, 1991), registrando no período de 1977 a 1989, com 18 estudos dirigidos. Pajares e Graham (1999) direcionaram seus estudos na questão da motivação tendo em vista as indagações sobre ansiedade, autoconceito e autoeficácia, consolidando a autorregulação de aprendizagem, visando o desempenho do aluno. Percebeu-se que a autoeficácia foi o constructo que mais esteve presente em todo processo dos alunos.

Stoeger e Ziegler (2008) sugeriram estimular a aprendizagem autorregulada, com treinamentos específicos realizados por professores, em alunos (219 estudantes da 4ª série). Em tal amostra, alunos com maior desempenho, nos treinamentos e no tempo transcorrido, apresentaram elevados níveis de autoeficácia e motivação em suas tarefas, principalmente nas questões de autorregulação, motivação e desempenho. Assim, Usher detectou em 2009, que devido às crenças de autoeficácia seus estudantes de matemática tiveram um bom desempenho efetivo ao longo do ano (Usher, 2009).

Barreira e Nakamura (2006), inspirados em Bandura, manifestam o desejo que conceitos de resiliência e de autoeficácia possam ser estudados, conjuntamente, tendo em vista as mudanças culturais, globais em torno do indivíduo. O ser humano, através de sua responsabilidade coletiva, não pode se eximir de manifestar comportamentos que proporcionam uma capacidade diante de padrões ou situações que exigem uma atuação efetiva sobre elas.

No que tange ao contexto de desenvolvimento de carreira, a autoeficácia se faz presente. Lent *et al.* (1994) afirmam que três constructos fazem diferença na Teoria Social Cognitiva de Desenvolvimento de Carreira (TSCDC). Esses (autoeficácia, expectativas de resultado e metas) se tornam mediadores no que se refere ao comportamento, nas características pessoais e no próprio ambiente. Tais capacidades ou constructos ajudam na percepção em vista à capacidade do ser humano para realizar as tarefas que são sugeridas.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

Um estudo realizado por Joly, Serpa, Borges e Martins (2016), compilando artigos sobre “autorregulação de aprendizagem” e “autoeficácia acadêmica” para procedimentos e análises, constatou que o tema sobre autorregulação é bem estudado em 53% dos artigos pesquisados, enquanto que a autoeficácia está presente em 37,2% e a junção dos dois termos nos artigos se encontra em 9,3%. Nesse sentido, a importância da autoeficácia no processo de autorregulação é bastante relevante.

Em termos de desempenho, não se pode deixar de ressaltar que a memória é atingida através do contexto ou estado emocional. Em todo processo de aprendizagem, o sistema de memória precisa ser eficaz, mesmo sabendo que a memória humana é limitada. Assim, técnicas percepção, retenção, evocação e de reprodução são capazes de produzir níveis mais altos no processo de ensino-aprendizagem.

Evidencia-se a importância de perceber alguns processos e abordagens relativos ao ser humano e aprendizagem. Cabe, portanto, ressaltar que as concepções de aprendizagem contribuem para as práticas pedagógicas e as situações diversas que surgem a partir desse campo de estudo. Sendo assim, é notório para alguns que a aprendizagem ocorre em todos os momentos e situações em que o ser humano se encontra, pois ele percebe, reflete, pensa e emite um modo de comportamento.

Por outro lado, Elkjaer (2000) afirma que “uma pessoa está aprendendo somente quando é capaz de refletir sobre suas ações e reorganizar, assim como reconstruir a experiência, por meio de um processo contínuo de reflexão – pensamento – como meio de atuação” (Elkjaer, 2000 p. 113). Por isso, recomenda-se enxergar a aprendizagem como parte de um processo e não, simplesmente, como resultado.

Por fim, vale ressaltar a relevância dos constructos autorregulação e autoeficácia é fundamental para prognosticar ações, verificar a persistência, acreditar em possibilidades e habilidades, perceber e trabalhar sentimentos e ações autogeradas, afetando aprendizagem e a motivação. Vale ainda lembrar que o sucesso diante das experiências, principalmente dos estudantes, deriva da presença da autorregulação como um dos braços da autoeficácia (Zimmerman, 2013).

Em suma, o presente artigo não objetivou esgotar o assunto, mas propor reflexões e estimular novas pesquisas na área. Em um mundo de variadas mudanças, e mudanças rápidas e de grandes proporções, principalmente tecnológicas (Joly & Prates, 2011), tendo em vista o encadeamento e aparecimento de novos conhecimentos e o desafio diante da aptidão de executar ações, à frente da exigência acadêmica, surge a necessidade de reflexão para que o ser humano perceba suas capacidades, considerando suas crenças, mais do que naquilo que é capaz de fazer ou realizar.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

### REFERÊNCIAS

AMBIEL, R. A. M.; NORONHA, A. P. P. Autoeficácia para Escolha Profissional: teoria, pesquisa e avaliação. **Psicologia em Pesquisa**, UFJF, v. 6, n. 02, p. 171-178, 2012. DOI: 10.5327/Z1982-12472012000200010.

AZZI, R. G.; POLYDORO, S. A. Autorregulação: aspectos introdutórios. *In.*: BANDURA, A.; AZZI, R. G.; POLYDORO, S. A. (Org.). **Teoria Social Cognitiva – conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008. p. 149-164.

BADDELEY, A. D. **Human memory: theory and practice**. Needham Heights, MA: Allyn, Bacon, 1998.

BADDELEY, A. D.; ANDERSON, M. C.; EYSENCK, M. W. **Memória**. Porto Alegre: Artmedes, 2011.

BANDURA, A. Self-efficacy: Toward a Unifying of Behavioral Change. **Psychological Review**, v. 84, n. 2, p.191-215, 1977.

BANDURA, A. (1991). Self-regulation of motivation through anticipatory and self-reactive mechanisms. *In.*: DIENSTBIER, R. A. (Ed.). **Perspectives on motivation: Nebraska symposium on motivation**. Lincoln: University of Nebraska Press 1991. p. 69-164.

BANDURA, A. Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. **Educational Psychologist**, v. 28, p. 117-148, 1993.

BANDURA, A. Social Cognitive Theory: in agentic perspective. **Annual reviews Psychologist**, v. 51, n. 1, p. 2-18, 2001.

BANDURA, A. Selective Moral disengagement in the exercise of moral agency. **Journal of Moral Education**, v. 31, n. 2, p. 101-119, 2002.

BANDURA, A. The evolution of social cognitive theory. *In.*: SMITH, K. G.; HITT, M. A. **Great minds in management**. New York: Oxford University Press, 2005. p. 9-35.

BANDURA, A. A Teoria social cognitiva da agência. *In.*: BANDURA, A.; AZZI, R.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs). **Teoria Social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008. p. 69-96.

BANDURA, A. **Social foundations of thought and action: a social cognitive theory**. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1986.

BANDURA, A.; AZZI, R. G. **Teoria Social Cognitiva – Diferentes enfoques**. São Paulo: Mercado de Letras, 2017.

BANDURA, A.; AZZI, R. G., TOGNETTA, L. R. P. **Desengajamento Moral: teoria e pesquisa a partir da teoria social cognitiva**. Campinas: Mercado de Letras, 2015.

BANDURA, A.; SCHUNK, D. H. Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 41, p. 586-598, 1981.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

BARREIRA, D. D.; NAKAMURA, A. P. Resiliência e a autoeficácia percebida: articulação entre conceitos. **Aletheia**, v. 23, p. 75-80, 2006.

BIGGE, M. L. **Teorias da aprendizagem para professores**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária, 1977.

BROWN, S. C.; CRAIK, F. I. M. Encoding and retrieval of information. *In.*: TULVING, E.; CRAIK, F. I. M. (Eds.). **The Oxford handbook of memory**. Nova York: Oxford University Press, 2000. p. 93-108

CAPRARA, G. V.; FIDA, R.; VECCHIONE, M. et al. Logitudinal analysis of the role of perceived self-efficacy for self-regulated learning in academic continuance and achievement. **Journal of Educational Psychology**, v. 100, n. 3, p. 525-534, 2008. DOI: 10.1037/0022-0663.100.3.525

ELKJAER, B. Em busca de uma teoria de aprendizagem social. *In.*: EASTERBY-SMITH, M.; BURGOYNE, J.; ARAÚJO, L. (Orgs.). **Aprendizagem organizacional e a organização de aprendizagem**. São Paulo: Atlas, 2000. p. 100-116.

FONTES, A. P.; AZZI, R. G. Crenças de autoeficácia e resiliência: apontamentos da literatura sociocognitiva. **Estudos de Psicologia – PUC**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 105-114, 2012.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1999.

GADEA, M.; PÉREZ, L. Aprendizaje y memoria. **Revista Neurol**, v. 32, n. 4, p. 373-381, 2001.

IZQUIERDO, I. **Memória**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

JARAMILLO OCAMPO, D. A.; RESTREPO-JARAMILLO, L. El cuerpo y el tiempo: márgenes del lugar y el no lugar en las experiencias educativas. *Teoría de la Educación*. **Revista Interuniversitaria**, v. 30, n. 2, p. 32-42, 2018. DOI:10.14201/teoredu3022342

JOLY, M. C. R. A.; PRATES, E. A. R. Teaching and learning in information society: The importance of self-regulation and self-efficacy. *In.*: MENDEZ-VILLAS, A. (Ed.) **Education in technological word: communicating current and emerging research and technological efforts**. Badajoz: Formatex, 2011. p. 448-456.

JOLY, M. C. R. A.; CECÍLIO-FERNANDES, D.; DIAS, A. S. *et al.* (2014). Comparação das versões completa e reduzida da escala de competência de estudo utilizando Rasch com universitários brasileiros. **Revista de estudios e Investigación en Psicología y Educación**, v. 1, n. 1, p. 35-43, 2014.

JOLY, M. C. R. A.; SERPA, A. L. O.; BORGES, L.; MARTINS, R. M. M. Autoeficácia acadêmica e autorregulação da aprendizagem: rede de relacionamento em base online. **Avaliação Psicológica**, v. 15, n. 1, p. 73-82, 2016.

KRÜGER, H. **Introdução à Psicologia Social**. São Paulo: EPU, 1986.

LENT, R. W.; BROWN, S. D.; HACKETT, G. Towards a unifying social cognitive theory of career and academic interests, choice and performance. **Journal of Vocational Behavior**, v. 45, n. 1, p. 79-122, 1994.

LOMBROSO, P. Aprendizado e memória. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 207-210, 2004.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

MÈLICH, J. C. La experiencia de la pérdida. **Ars Brevis**, v. 21, p. 237-252, 2015. Recuperado de <http://raco.cat/index.php/ArsBrevis/article/view/311719/401799>.

MINÁ, C. S.; ZORTEA, M.; RODRIGUES, J. C.; SALLES, J. F. (2017). Conhecimento e autoeficácia de memória em adultos: relações com indicadores socioeducacionais. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 19, n. 3, p. 242-255, 2017. DOI: 10.5935/1980-6906.

MULTON, K.; BROWN, S.; LENT, R. (1991). Relation of self-efficacy beliefs academic outcomes: A meta-analytic investigation. **Journal of Counseling Psychology**, v. 38, n. 1, p.30-38, 1991.

NÉRICE, I. G. **Didática geral dinâmica**. São Paulo: Atlas, 1987.

OCAMPO, D. A. J.; MORALES, E. J. C.; ECHEVERRI, L. G. J. Experiencia, Memoria y Responsabilidad: La escuela como lugar de encuentro y donación. **Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria**, v. 32, n. 1, 147-162, 2020. DOI:10.14201/teri.21167.

PAJARES, F.; OLAZ, F. Teoria Social Cognitiva e autoeficácia: uma visão geral. *In.*: BANDURA, A.; AZZI, R.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs). **Teoria Social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008. p. 97-114.

PINTO, A. C. Aprender a aprender o quê? Conteúdos e estratégias. **Psicopedagogia, Educação e Cultura**, v. 2, p. 37-53, 1998.

PINTO, A. C. Memória, cognição e educação: implicações mútuas. *In.*: DETRY, B.; SIMAS, F. (Eds). **Educação, cognição e desenvolvimento: textos de psicologia educacional para a formação de professores**. Lisboa, PT: Inova, 2001. p. 17-54.

POLYDORO, S. A. J.; AZZI, R. G. Autorregulação da Aprendizagem na perspectiva da Teoria sociocognitiva: introduzindo modelos de investigação e intervenção. **Psicologia da Educação**, v. 29, p. 75-94, 2009.

ROSÁRIO, P. S. L. F. Diferenças processuais na aprendizagem: avaliação alternativa das estratégias de autorregulação da aprendizagem. **Psicologia, Educação e Cultura**, v. 1, p. 87-102, 2001.

ROSÁRIO, P. **Estudar o Estudar: as (des)venturas do testar**. Porto: Porto editora, 2004.

ROSÁRIO, P. S.; NÚÑEZ, J. C.; GONZALEZ-PIENDA, J. **Sarilhos do amarelo**. Porto: Porto Editora, 2007.

RICHARDSON-KLAVEHN, A. R.; BJORK, R. A. Memory long-term. *In.*: NADEL, L (Ed.). **Encyclopedia of cognitive Science**. Londres: Nature Publishing Group, 2003. p. 1096-1105.

SANTOS, A. A. A.; ZANON, C.; ILLA, V. D. Autoeficácia na formação superior: seu papel preditivo na satisfação com a experiência acadêmica. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 36, e160077, 2019. DOI: 10.1590/1982-0275201936e160077.

SILVA, A. L. A. (2004). Auto-regulação na aprendizagem: a demarcação de um campo de estudo e a intervenção. *In.*: SILVA, A. L. A. *et al.* **Aprendizagem auto-regulada pelo pelo estudante: perspectivas psicológicas e educacionais**. Porto: Porto Editora, 2004. p. 17-39.

SILVA, L. N. O.; OLIVEIRA, M. F.; HELENE, A. F. **Cognição e Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 43-49, 2013. DOI: 10.7594/revbio.11.01.07.

SCHACTER, D. L. **The seven sins of memory: How the mind forgets and remembers**. Boston: Houghton Mifflin, 2001.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

MEMÓRIA, AUTORREGULAÇÃO E AUTOEFICÁCIA NO DESEMPENHO DA APRENDIZAGEM  
Luís Antônio Monteiro Campos, Luiz Fábio Domingos, Cláudio Manoel Luiz de Santana, Cléia Zanatta,  
Elaine Machado Chagas, Henriette Barqueta Moreira de Lucena

SHIFFRIN, R. M.; SCHNEIDER, W. Controlled and automatic human information processing: II. Perceptual learning, automatic attending, and a general theory. **Psychological Review**, v. 84, p. 127-190, 1977.

SOUSA, A. B.; SALGADO, T. D. M. Memória, aprendizagem, emoção e inteligência. **Revista Liberato**, Novo Hamburgo, v. 16, n. 26, p. 101-220, 2015.

SOUZA, A. M. A.; GALVÃO, E. A., SANTOS, I.; ROSCHKE, M. A. **Processo educativo nos serviços de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 1991.

STERNBERG, R. J. **Psicologia Cognitiva**. São Paulo: Cengage Learning, 2010.

STOEGER, H. E.; ZIEGLER, A. Evaluation of a classroom based training to improve self-regulation in time management tasks during homework activities with fourth graders. **Metacognition and Learning**, v. 3, n. 3, p. 207-230, 2008.

SCHUNK, H. D.; ERTMER, P. A. **Handbook of Self-Regulation**. West Lafayette, IN: Academic Press, 2000. p. 631-649. doi:10.1016/B978-012109890-2/50048-2.

TULVING, E. Memory: Na overview. *In.*: KAZDIN, A. E. (Ed.), **Encyclopedia of psychology**. Washington, DC: American Psychological Association, 2000b. p. 161-162.

TULVING, E. CRAIK, F. I. M. (Eds.). **The Oxford hand-book of memory**. New York, NY: Oxford University Press, 2000.

USHER, E. L.; PAJARES, F. Self-efficacy for self-regulated learning: A validation study. **Educational and Psychological Measurement**, v. 68, p. 443-463, 2007.

USHER, E. L. Sources of middle school students' self-efficacy in mathematics: A qualitative investigation of student, teacher, and parent perspectives. **American Educational Research Journal**, v. 46, p. 275-314, 2009.

VIEIRA, D.; COIMBRA, J. L. *A autoeficácia na transição para o trabalho*. *In.*: AZZI, R. G.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs). **Autoeficácia em diversos contextos**. Campinas: Editora Alínea, 2006. p. 25-58.

ZIMMERMAN, B. J. A Social Cognitive view of self-regulated. **Academic Learning Journal of Educational Psychology**, v. 81, n. 3, p. 329-339, 1989. DOI: 10.1037/0022-0663.81.3.329

ZIMMERMAN, B. J. Self-efficacy and educational development. *In.*: BANDURA, A. **Self-efficacy in changing societies**. New York, NY: Cambridge University Press, 1995. p. 202-231.

ZIMMERMAN, B. J. Developing Self-fulfilling cycles of academic regulation: an analysis of exemplary instructional models. *In.*: Schunk, D.; Zimmerman, B. (eds). **Self-regulated Learning: From teaching to self-reflective practice**. New York, NY: The Guilford, 1998. p. 1-19.

ZIMMERMAN, B. J. Attaining Self-regulation: A Social Cognitive Perspective. *In.*: BOEKAERTS, M.; PINTRICH, P. R., ZEIDNER, M. (Eds). **Handbook of self-regulacion**. New York, NY: Academic press, 2000. p. 13-19; 451- 501.

ZIMMERMAN, B. J. (2013). From cognitive modeling to self-regulation: A social cognitive career path. **Educational Psychologist**, v. 48, n. 93, p. 135-147, 2013.