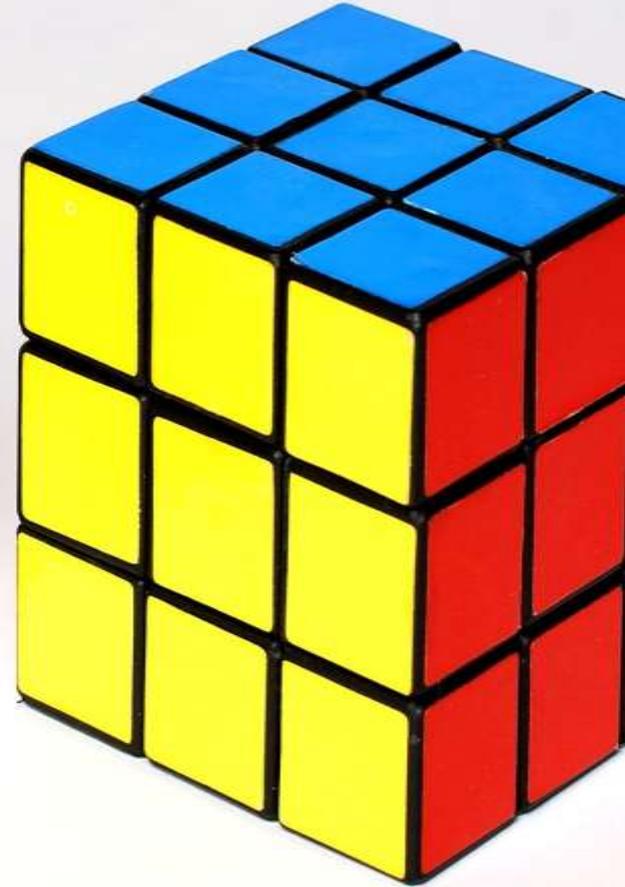
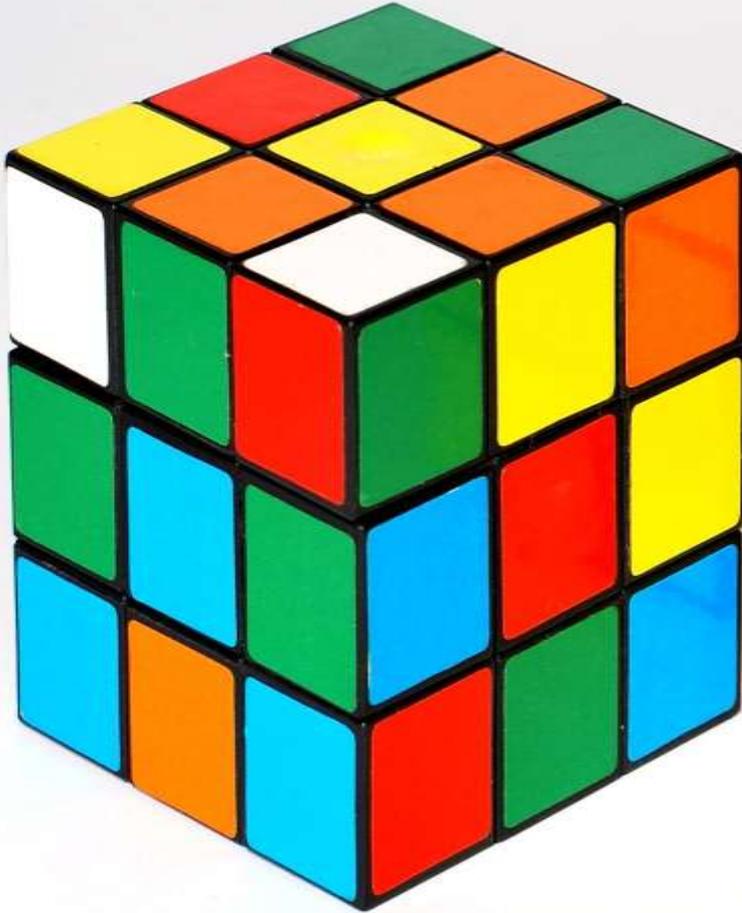


Procesos metacognitivos



Los procesos metacognitivos nos pueden ayudar a mejorar procesos como la lectura, la comprensión lectora, en general, todos aquellos procesos en donde se lleve a cabo un proceso cognitivo.

De acuerdo a la publicación de Flavell en 1976, la metacognición incluye los siguientes componentes (Flavell, 1976: 232):

- Conocimiento de los procesos cognitivos de uno mismo
- Ser capaz de controlar y regular estos procesos
- Ser capaz de desarrollarlos u orientarlos en función a una meta u objetivo concreto

Si relacionamos estos componentes, concluiremos que la metacognición es el talento y aptitud de entender en qué forma pensamos y aprendemos, para poder aplicar ese conocimiento a un fin determinado.

Ya tenemos una idea de lo que es la metacognición, está relacionada con procesos cognitivos, pero ¿qué es exactamente un proceso cognitivo?

En términos generales, la cognición, se refiere a la forma en que funciona el intelecto humano y a su capacidad de aprender. Para lograr este propósito, se activan ciertas habilidades mentales como, la percepción, atención, memoria y comprensión.

De esta forma, la metacognición, es el talento y aptitud de entender en qué forma pensamos y aprendemos, controlando las habilidades involucradas en la cognición, para poder aplicar ese conocimiento a un fin determinado.

El aprendizaje es uno de los procesos cognitivos más conocidos. Para poderlo llevar a cabo, aplicamos estrategias metacognitivas.

El aprendizaje implica la capacidad de generalizar los conocimientos específicos que se han aprendido y poderlos aplicar a otros campos del conocimiento. Las estrategias metacognitivas nos permiten diferenciar entre lo conocido y lo desconocido, por medio de ellas, controlamos los procedimientos que nos llevan a obtener y comprender la información y también nos ayudan, a tener una idea sobre la magnitud de la tarea que tenemos que realizar.



Los procesos metacognitivos influyen en la lectura y la comprensión lectora

La lectura es otro proceso metacognitivo. Es un proceso complicado y difícil, cuyo objetivo es comprender lo que se lee. Para llevar a cabo este proceso, usamos la metacompreensión, que consiste en entender que se ha entendido lo que se leyó.

La metacompreensión, involucra la conciencia de estar entendiendo lo que se va leyendo. Para llevarla a cabo, se pueden usar estrategias como: memorizar, extraer la idea principal, subrayar, releer, en fin, todas las estrategias que nos ayuden a ir leyendo y comprendiendo.

En relación con la lectura y las estrategias a aplicar, podemos mencionar la planificación sobre las acciones que se van a llevar a cabo, la supervisión del plan elaborado y la evaluación del plan.

Los buenos lectores, hacen uso de la memoria, percepción, atención y comprensión. Además, tienen buenas habilidades metacognitivas, que controlan por medio de la planificación, supervisión y evaluación. Todas las estrategias de comprensión, para que sean efectivas, deben llevarse a cabo antes, durante y después de la lectura. De esta manera elaboran y meditan sobre el significado del texto en forma continua.

Uno de los principales problemas que dan lugar a la poca o nula comprensión lectora, es la falta de control y dirección del proceso de lectura. No es suficiente con sentarse a leer, debe tenerse un plan, que vaya de acuerdo con el tipo de lectura que se va a llevar a cabo. Por ejemplo, no es el mismo plan cuando se trata de lectura recreativa, que el plan para lectura formativa.

Entre las estrategias metacognitivas que se consideran básicas para la comprensión lectora están las estrategias de guiado, las de comprobación y las de autoevaluación.

Kintsch y Van Dijk, en 1978, propusieron tres reglas básicas, conocidas como macrorreglas,

para extraer o resumir el significado global de un texto o macroestructura:

1º Omisión o supresión de la información irrelevante o secundaria.

Ejemplo:

“El martes por la tarde, cuando aún no había llegado mi madre, nos fuimos a jugar al parque que hay al lado de casa. Primero llegó Carlos, luego Sara y más tarde llegaron todos los demás. Cuando estábamos todo el grupo, hicimos equipos y empezamos a jugar un partido de futbol, pero antes de

haber marcado el primer gol, comenzó a llover con mucha fuerza y tuvimos que refugiarnos debajo del Palomar del Parque. Como no paraba de llover decidimos irnos a casa, cada uno salió corriendo hacia su casa. Todos llegamos a nuestras casas chorreando, por eso hoy no ha venido casi nadie a clase porque casi todos están resfriados.”

Se puede transformar en:

” Los niños fueron a jugar al parque, empezó a llover y todos se fueron a casa. Al día siguiente no fueron a clase porque estaban resfriados.”

2º Selección de los conceptos claves o información principal.

Ejemplo:

“Las abejas son insectos sociales porque viven en colonias o grupos. En cada colmena viven las abejas obreras, los zánganos y la abeja reina. Las abejas obreras son las que se encargan de buscar y llevar el polen a la colmena para fabricar la miel. Para ello, las abejas tienen un sistema de comunicación basado en los movimientos, por lo que una abeja que encuentra miel, vuelve a la colmena y mediante una danza les indica a las otras abejas obreras dónde está la miel y cuánta hay. Para convencerlas de que vayan les trae un poquito polen del que ha encontrado, pues si prueban el manjar todas se animan a buscarlo.”

Se transformaría en:

“Las abejas viven en grupos de abejas obreras, zánganos y la abeja reina. Las abejas obreras buscan el polen y hacen la miel. Cuando encuentran polen avisan a sus compañeras mediante movimientos.”

3º Generalización de la información o resumen, que consiste en incluir la información de varias frases en una sola.

Ejemplo:

“Cuando me invitaste a tu casa, tu madre me ofreció un gran manjar. Comimos gambas a la plancha, almejas en salsa, calamares fritos y truchas con jamón. Además, abrió una de las mejores botellas de vino que tenía en casa. No olvidaré nunca ese recibimiento porque nunca me habían tratado mejor.”

Se transformaría en:

“Cuando fui a tu casa comí marisco y pescado, bebí vino y fui tratado muy bien.”

Otras estrategias útiles

Releer: cuando nos damos cuenta que perdimos el hilo de lo leído o que no lo hemos comprendido, de inmediato debemos regresar y volver a leer el párrafo anterior. De ser necesario, se debe retroceder un poco más, volver a una página en donde sabemos que hay información relevante. Es bueno comparar información y buscar inconsistencias, por ejemplo, anteriormente leímos que el personaje nació en el año 2000, según la obra estamos en el año 2017 y resulta que tiene 20 años. Definitivamente algo anda mal. **Disminuir la velocidad:** dependiendo de la profundidad del tema, a veces es conveniente disminuir la velocidad ante un pasaje difícil.

Clarificaciones: hacer un alto para determinar el significado de una palabra determinada ayudándonos del contexto antes de buscar en el diccionario.

Otras estrategias son: localizar las ideas principales, hacer inferencias, contestar y hacerse preguntas mientras se va leyendo, resumir la información o parafrasear un texto.

Cada persona debe elegir las estrategias que va a utilizar, estas dependerán de las necesidades de cada lector y del autoconocimiento que tenga de sí mismo. Lo importante es saber qué existen esas estrategias y usarlas para conseguir el objetivo de la lectura: comprender lo que se está leyendo.

TIPOS DE COMPRENSIÓN LECTORA QUE APOYAN LA METACOGNICIÓN

LA COMPRENSIÓN LITERAL

Comprensión centrada en el texto, se refiere a entender bien lo que el texto realmente dice y recordarlo con precisión.

¿Quién?
¿Cuándo?
¿Dónde?
¿Hizo qué?
¿Con quién?
¿Con qué?
¿Cómo empieza?
¿Qué sucedió?
¿Cómo finaliza?

Textos de ficción: cuentos, novelas, mitos y leyendas se utilizan preguntas que buscan respuestas vinculadas a personajes centrales y secundarios, vinculadas a lugar y tiempo, a trama, a desenlace, etcétera.

En textos expositivos o informativos, las preguntas de comprensión de lectura literal se dirigen al contenido específico.

SE REQUIERE DESARROLLAR UNA ADECUADA LECTURA Y UNA BUENA MEMORIA DE CORTO PLAZO QUE LE PERMITE RECORDAR LO QUE SE HA LEÍDO.

LA COMPRENSIÓN INFERENCIAL

Se refiere a establecer relaciones entre partes del texto para inferir relaciones, información, conclusiones o aspectos que no están escritos en el texto.

LA COMPRENSIÓN AFECTIVA

ESTE TIPO DE COMPRENSIÓN ES MUY IMPORTANTE, PERMITE TRABAJAR DESDE LA LECTURA EL DESARROLLO PERSONAL-SOCIAL DEL ESTUDIANTE.

Es la capacidad de **ENTENDER LOS SENTIMIENTOS DE LOS PERSONAJES SUS EMOCIONES**. También involucra la capacidad de darse cuenta de las emociones que el texto despierta en nosotros mismos. En esta comprensión permite entender el emocional de los personajes.

LA COMPRENSIÓN EVALUATIVA O CRÍTICA

La tarea del lector consiste en dar un juicio sobre el texto a partir de ciertos criterios, parámetros o preguntas preestablecidas, es decir, detectar el hilo conductor del pensamiento del autor, detectar sus intenciones, analizar sus argumentos, entender la organización y estructura del texto, si el texto tiene las partes que necesita o está incompleto y si es coherente.

Referencias

<http://blog.mentelex.com/procesos-metacognitivos/>

<http://www.ladislexia.net/comprencion-lectora-y-estrategias-metacognitivas/>

<https://pixabay.com>