

מטה-קוגניציה

מטה-קוגניציה מתייחסת ליכולת הלומדים לחשוב על חשיבתם ולנווט את התהליכים הקוגניטיביים שלהם. בחקר המטה-קוגניציה מבחינים בשני מרכיבים עיקריים: ידע על הקוגניציה והכוונת התהליכים הקוגניטיביים ופיקוח עליהם (Flavell, 1976; Brown, 1987; Jacobs & Paris, 1987).

א. **ידע על הקוגניציה** מתייחס למה שהאדם יודע ומאמין לגבי יכולות, תהליכים ומשאבים קוגניטיביים בהקשר לביצוע משימה קוגניטיבית ספציפית. יש המחלקים ידע זה לשלושה סוגים: (1) **ידע הצהרתי**: הכרת עצמם כלומדים (ידע על מיומנויותיהם, על כישוריהם ויכולותיהם כלומדים) וכן הכרת אסטרטגיות פעולה מתאימות; (2) **ידע תהליכי**: ידיעה כיצד להשתמש באסטרטגיות למידה לביצוע משימה קוגניטיבית מסוימת; (3) **ידע מותנה**: ידיעה מתי יש להשתמש באסטרטגיות אלו ומדוע (Brown, 1978).

אחרים מחלקים את הידע המטה-קוגניטיבי לשלוש קטגוריות על פי השפעתן על הביצוע (Flavell & Wellman, 1977): (1) **ידע על האדם**: מתייחס לאמונות האדם על עצמו ועל אחרים כיצורים קוגניטיביים; (2) **ידע על המשימה**: ידיעה על היקף המשימות ועל הדרישות לביצוע וכן על הגורמים והתנאים שבהם משימות מסוימות קשות יותר מאחרות; (3) **ידע על האסטרטגיה**: ידע על אסטרטגיות קוגניטיביות כלליות וספציפיות ומודעות לשימושיות שלהן לצורך ביצוע משימות מסוימות.

ב. **הכוונת הקוגניציה** מתייחסת לתהליכים המפקחים על התהליכים הקוגניטיביים. הכוונה למגוון ההחלטות, הפעולות והאסטרטגיות שהלומדים עושים במהלך העבודה על המשימה. אלו כוללות: (1) **תכנון**: הצבת מטרות והקצאת משאבים לפני הלמידה (בחירת האסטרטגיות המתאימות להוצאת התכנית לפועל); (2) **ניהול וטיפול במידע**: מיומנויות ורצף אסטרטגיות שמשתמשים בהן תוך כדי הלימוד לצורך עיבוד מידע בצורה יעילה יותר (ארגון, הרחבה, מיקוד סלקטיבי); (3) **פיקוח על ההבנה** (ניווט וויסות): בדיקת יעילות התכנון והאסטרטגיות שנעשה בהן שימוש במהלך הלמידה; (4) **תיקון ליקויים**: הפעלת אסטרטגיות לתיקון שגיאות

בהבנה ובביצוע, או זניחה של אסטרטגיות ותכניות לא-יעילות; (5) הערכה: ניתוח הביצוע והערכת יעילות האסטרטגיות בעקבות אירוע הלמידה.

נמצא כי פעילויות מטת-קוגניטיביות אלו קשורות בביצוע מוצלח של משימות קוגניטיביות מסוגים שונים – כגון: משימות של הבנה והבעה. משימות של תגובה פרשנית, עיבוד והבניית ידע, פתרון בעיות וכדומה (Brwon, 1987a). עוד נמצא, כי ביצועם של לומדים בעלי מודעות מטת-קוגניטיבית טוב יותר והם מצליחים בלימודיהם יותר מאשר לומדים חסרי מודעות זו (Garner & Alexander, 1989; Pressley & Ghatala, 1990). יחד עם זאת נמצא כי מודעות מטת-קוגניטיבית אינה תלויה ביכולת אינטלקטואלית ובידע קודם (Glenberg & Epstein, 1987; Swanson, 1990). פעילויות מטת-קוגניטיביות מהסוג שנזכר לעיל מאפשרות ללומדים להדריך באופן מודע ומכוון את מחשבותיהם ואת תהליכי החשיבה שלהם, ולפיכך מייחסים למטת-קוגניציה תפקיד מרכזי בלמידה תוך הכוונה עצמית.