

## Metacognición. LABATUT

### METACOGNICION. LABATUT

#### CUESTIONARIO DE METACOGNICIÓN

Este cuestionario tiene el objetivo de identificar cuales son las metas y los procedimientos que usamos al aprender y al trabajar intelectualmente. Los caminos que el estudiante adopta en su proceso de aprendizaje sirven para planear y organizar su trabajo, incluso aunque en muchas ocasiones no actúe de forma totalmente consciente. Por este motivo, puede ser de gran utilidad para tí conocer mejor esta dimensión de tu práctica diaria. A continuación, encontrarás un ejemplo de como hacer para responder al cuestionario.

#### CUANDO ESTUDIO PARA UN EXAMEN, SE “COMO” ESTUDIO.

- Si siempre (100%) sabes como estudias, marca el número 5;
- Si muchas veces (75%), pero no siempre, sabes como estudias, marca el número 4;
- Si la mitad (50%) de las veces sabes como estudias, marca el número 3;
- Si pocas veces (25%) sabes como estudias, marca el número 2;
- Si nunca (cero %) sabes como estudias, marca el número 1.

Lo importante es que seas muy sincero en las respuestas.

Por favor, rellena todas las cuestiones, marcando el número correspondiente a tu opinión, teniendo siempre en cuenta este código:

#### Código Valor

1.....	cero %
2.....	25%
3.....	50%
4.....	75%
5.....	100%

\* 1. Sexo: (hombre o mujer)

\* 2. Edad:

\* 3. Curso

\* Fecha de cumplimentación del cuestionario:

\* Nombre del centro educativo:

\* Localidad y país:

\* DATOS SOCIOACADEMICOS

Apellidos y nombre

\* Correo electrónico:

\* Recuerde. Por favor, rellene todas las cuestiones, marcando el número correspondiente a tu opinión, teniendo siempre en cuenta este código:

Código Valor

- 1.....cero %
- 2.....25%
- 3.....50%
- 4.....75%
- 5.....100%

1      2      3      4      5

5. Cuando tengo que prestar atención, me doy cuenta de que estoy concentrado y del o que estoy haciendo para mantenerme así

    

6. Cuando tengo que prestar atención en una clase, me doy cuenta si estoy siendo eficiente o no.

	1	2	3	4	5
7. Cuando me doy cuenta de como presto atención, soy capaz de mejorar mi atención.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Cuando tengo que hablar, me doy cuenta si soy oportuno o no.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Al exponer un trabajo en clase, controlo la manera de hablar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Consigo percibir la reacción de la clase al exponer un trabajo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Cuando tengo que memorizar algo, se si es fácil o difícil recordarlo después.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Cuando tengo que recordar una materia dada en el aula, evalúo si soy o no eficiente al recordarla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Al recordar alguna cosa, percibo si este recuerdo se relaciona con otros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Cuando voy a resolver un problema, tengo conciencia de los pasos que tengo que dar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Cuando tengo que pensar en algo, controlo mi pensamiento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Cuando pienso en algo, me doy cuanto lo que hago para pensar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Cuando conozco algo, procuro saber para que sirve este conocimiento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Cuando decido pensar en alguna cosa, me preocupo en saber cuales son las causas que me llevan a pensar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Cuando estoy pensando, tengo consciencia que una cosa es el pensamiento y otra es la realidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Cuando tengo conciencia de un problema, percibo que la realidad puede ser diferente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Para distinguir entre lo que pienso y lo que veo, utilizo estrategias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. La comprensión de la diferencia entre lo que pienso sobre algo y lo que realmente es, me facilita las actividades diarias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Cuando soy consciente de alguna realidad, veo que esta realidad tiene reglas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Para descubrir la existencia de orden y reglas, utilizo estrategias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Al descubrir que existen orden y reglas en la realidad, me siento mejor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Me doy cuenta de que para ser consciente de algo, preciso adaptarme a la realidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Cuando lo que pienso se adapta a las exigencias de la realidad, se el porqué de la adaptación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Cuando mis pensamientos se adaptan a la realidad, siento que la realidad se impone a mis intenciones	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. Tengo conciencia de que todo lo que hago (pensar, recordar, prestar atención) está relacionado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Cuando organizo mis conocimientos, utilizo estrategias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. La organización de mi pensamiento, facilita mi trabajo intelectual	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. Cuando soy consciente de alguna cosa, siento que esta conciencia se modifica según la situación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. Para que mis pensamientos sean flexibles, utilizo estrategias y procedimientos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1	2	3	4	5
34. Cuando soy flexible, siento que las cosas se vuelven más seguras y eficaces	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Cuando conozco algo, soy consciente de que lo conozco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. Cuando tengo que autocontrolarme, utilizo estrategias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Al autocontrolarme, me siento más seguro/a y eficiente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. Tengo consciencia del conocimiento que poseo de las otras personas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. Cuando tengo que hacer algún trabajo académico, se escoger los procedimientos necesarios conforme a lo que pide cada trabajo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. Cuando pienso en mi mismo/a, considero las observaciones hechas por otras personas sobre mi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41. Los conocimientos previos que tengo sobre algo, me facilitan en la hora de pensar o de recordar sobre este algo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42. Cuando tomo consciencia que tengo dificultades para recordar algo, dedico a esto un esfuerzo mayor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. Cuando tengo que recordar o prestar atención en algo, sólo lo hago si con esto tengo algún beneficio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. Cuando tengo que pensar, recordar o prestar atención con eficiencia, se cuáles son los materiales importantes y cuales no	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Cuando tengo que pensar, recordar o prestar atención con eficiencia, lo hago de forma diferente en cada nueva situación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. Cuando tengo que pensar, recordar o prestar atención con eficiencia, tomo en cuenta el contexto socio-cultural en que estoy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Cuando tengo que pensar, recordar o prestar atención, lo hago de forma diferente según la actividad que tengo que realizar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. Al pensar, recordar o prestar atención, si fuese necesario, busco estrategias nuevas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49. Al pensar, recordar o prestar atención, considero importante la concentración y el esfuerzo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Cuando tengo consciencia de que tengo dudas de algo, busco ayuda para resolverlas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Una vez terminada la encuesta tiene que pulsar sobre la expresión final "Listo" a efectos de salir de la misma y permitir el almacenamiento de las respuestas.