



1290003471

FE

TCC/UNICAMP C793c

Universidade Estadual de Campinas



UNICAMP

Faculdade de Educação

Leonie Coppelmans-Eussen

**Construção da auto-eficácia no ambiente
escolar: considerações a partir da leitura
social-cognitiva.**

Campinas
2007

UNICAMP - FE - BIBLIOTECA

811.032.08002

Universidade Estadual de Campinas



UNICAMP

Faculdade de Educação

Leonie Coppelmans-Eussen

**Construção da auto-eficácia no ambiente
escolar: considerações a partir da leitura
social-cognitiva.**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentada à Faculdade de Educação da
UNICAMP, para obtenção do título de
Bacharel em Pedagogia, sob a orientação
da professora Dra. Roberta Gurgel Azzi.

Campinas
2007

UNIDADE.....	FE
Nº CHAMADA:	TEC/UNICAMP
	C793c
V:.....	1
TOMBO:.....	3471
PRGC:.....	129/08
C:.....	X
PREÇO:.....	11,00
DATA:.....	01/03/08
º CPD:.....	425719

**Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca
da Faculdade de Educação/UNICAMP**

C793c	Coppelmans-Eussen, Leonie Construção da auto-eficácia no ambiente escolar : considerações a partir da leitura social-cognitiva / Leonie Coppelmans-Eussen. -- Campinas, SP : [s.n.], 2007. Orientador : Roberta Gurgel Azzi. Trabalho de conclusão de curso (graduação) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação. 1. Cognição. 2. Auto-eficácia. 3. Crenças. 4. Contexto escolar. I. Azzi, Roberta Gurgel. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. III. Título.
	07-649-BFE

Dedico este trabalho ao meu
companheiro Wilson Dall'Oste e
aos meus filhos Stefan, Camiel e
Agnes Coppelmans.

Agradecimentos

Agradeço imensamente a minha orientadora Profa. Dra. Roberta Gurgel Azzi por ter-me conduzido neste processo de conhecer o trabalho de Albert Bandura.

Agradeço aos familiares, amigos e colegas de trabalho por terem acreditado em mim e por terem me apoiado nestes anos de dedicação aos estudos.

“Se eu acredito que consigo, com certeza vou adquirir a capacidade para consegui-lo, mesmo que não a tive no início”.

Mahatma Gandhi

Resumo

Este trabalho mostra a importância do professor no processo da construção de auto-eficácia dos seus alunos no ambiente escolar. Para tanto, faz uma introdução sobre a Teoria Social Cognitiva e apresenta sua apropriação e relevância no contexto educativo, especialmente na perspectiva da atuação docente.

SUMÁRIO

Introdução	
Do questionamento até a Teoria Social Cognitiva.....	8
Capítulo 1	
Albert Bandura	12
Capítulo 2	
A Teoria Social Cognitiva.....	17
Capítulo 3	
A Auto-Eficácia	26
Capítulo 4	
Construção da auto-eficácia no ambiente escolar.....	41
Considerações Finais	52

INTRODUÇÃO

Do questionamento até a Teoria Social Cognitiva

Quando me formei no Curso Internacional Montessori no México em 1975 comecei a trabalhar como professora de pré-escola. Desde então ficava fascinada ao observar a diferença de comportamento entre crianças. No papel de educadora, tive chance de acompanhar de perto o desenvolvimento dos meus alunos, conhecendo seus pais e sua família, por estar na mesma sociedade e cultura deles.¹ Na maior parte da minha experiência como educadora, trabalhei em países com culturas diferentes da minha, e isso sempre me fez indagar *por que as pessoas fazem o que fazem? O que há de semelhante entre os seres humanos no mundo? O que os faz ter idéias, tradições e valores diferentes? Qual o peso da cultura e educação na formação do ser humano?* Várias áreas, como a sociologia, antropologia, pedagogia e psicologia têm respostas para essas questões, eu, contudo, optei por procurar respostas na psicologia.

Uma vez que na minha infância e juventude, vivi com minha família em diferentes países vivenciei o que era considerado “errado” em uma cultura e “certo” em outra. As pessoas tinham e têm crenças diferentes sobre os mesmos assuntos. Por exemplo, na Holanda, meu país de origem, considera-se “errado” deixar as crianças pequenas dormir na hora que quiserem. Lá acredita-se que a criança precisa dormir cedo porque além de ser favorável ao seu crescimento, propicia a aprendizagem de certa ordem e disciplina. Ninguém questiona isso. No México e no Brasil, no entanto parece não haver esse rigor quanto ao horário de dormir das crianças. Observei que uma grande parte das crianças que conheci e que dormiam tarde durante sua infância e juventude, nestes países, cresceram dentro dos padrões normais de estatura do seu grupo, e tomaram-se adultos organizados e disciplinados. Isso me fez estranhar as crenças que tinha aprendido como naturais na Holanda.

Além destas constatações, e através das observações de outras diferenças culturais e diferenças entre indivíduos, continuei me questionando. *Como eram formadas as crenças, que força tinham como base do comportamento e como conduziam a mudanças?* Ingressei na faculdade de psicologia na Holanda, esperando encontrar conhecimento que esclarecesse essas perguntas.

¹ Sou holandesa, nascida na África do Sul. Morei na Venezuela, Holanda, e México antes de optar por morar no Brasil. No Brasil morei na floresta Amazônica no Para, na área rural de Goiás, e agora estou morando em Campinas, SP.

Infelizmente, não concluí o curso devido ao casamento, nascimento de três filhos, e mudança para a floresta Amazônica, no Pará, onde não tinha faculdade alguma. Eu, porém, sempre estive ligada à área de educação, dando aulas ou treinamentos e lia sobre assuntos ligados às perguntas que continuam estimulando minhas pesquisas.

Alguns anos depois na área rural de Goiás, foi marcante a minha experiência de trabalho com jovens e adultos analfabetos e semi-alfabetos. Junto com uma colega, abri uma empresa de treinamentos de Qualidade Total, que atendia aos trabalhadores e proprietários de fazendas. O nosso público era composto, em sua maior parte, por homens: trabalhadores rurais, gerentes e proprietários. Algumas mulheres, geralmente as cozinheiras e secretárias, também participaram. No início dos treinamentos, ouvimos muitos comentários como: “Não consigo estudar”, “nasci pobre, vou morrer pobre”, “é assim mesmo”. Graças a essas falas comecei a observar a influência dos pensamentos das pessoas sobre elas mesmas e as ações delas em relação à execução das tarefas.

Por exemplo, quando entrávamos nas fazendas para implantar o programa 5S, de combate ao desperdício, a maioria dos homens nos falava, no primeiro encontro, que não tinham estudo e que fazia muitos anos que não participavam de qualquer curso. Enfatizavam que não iam conseguir aprender e no início apenas observavam, praticamente sem participação. Nesses encontros usamos vivências para passar o conhecimento, que depois seriam aplicadas à prática, e deixávamos tarefas ligadas ao trabalho diário deles. Com o tempo eles começaram a ter outra visão sobre “estudar” e perceberam que conseguiam fazer o que era pedido. Esse treinamento tinha uma duração de três meses com encontros semanais. Já no terceiro, ou quarto encontro, a postura era completamente diferente daquela observada na primeira semana: as pessoas participavam muito, contavam suas experiências, e trocavam idéias, enquanto algumas pessoas anotavam aquelas idéias novas que poderiam ser implantadas. Sentimos a confiança das pessoas em suas possibilidades, aumentar gradualmente. Elas não falavam mais que não conseguiam fazer as tarefas que pedíamos. Os proprietários das fazendas, que participavam no mesmo grupo, contavam-nos que as atitudes dos funcionários começaram a mudar, mostrando mais iniciativa, discutindo maneiras de resolver os problemas que surgiam e perdendo a inibição de colocar idéias novas.

Essas mudanças, mais uma vez, mostraram uma ligação entre as crenças das pessoas e suas ações. Queria saber como isso acontecia a nível cognitivo.

Após a minha mudança para Campinas, entrei na Unicamp. Na aula de psicologia, ao estudar a Teoria Social Cognitiva de Albert Bandura, percebi que esta ia me levar ao

conhecimento que procurava. As idéias da agencia humana me chamaram atenção porque explica que as pessoas podem exercer influencia na própria vida. Fiquei mais entusiasmada quando aprendi sobre as crenças de auto-eficácia, que são as crenças das pessoas sobre sua capacidade em um domínio específico (Bandura,1997). Nessa perspectiva, uma pessoa pode ter crenças de auto-eficácia fortes para lidar com problemas, mas fracas para expor idéias novas em um grupo. Aprendi que, entre outras, as crenças de auto-eficácia funcionam como determinantes de ação. Sob a orientação da Dra. Roberta Azzi, comecei a estudar essa teoria.

Uma das coisas que me fascina na teoria de auto-eficácia é que as pessoas que acreditam na sua capacidade em determinada situação não desistem facilmente perante momentos de frustração, ao contrário daqueles que não acreditam em sua própria capacidade. Outro aspecto que me levou a pensar que estava no caminho certo de achar respostas para minhas indagações é a descrição feita por Bandura das pesquisas de Early e Gibson (apud Bandura 2006), que mostram como as crenças elevadas de eficácia têm um valor funcional, independente da cultura em que a pessoa nasce e cresce.

“Indiferente à cultura, se é americano, italiano, coreano ou chinês, quanto mais elevada é a auto-eficácia, mais elevada são as realizações.” (Bandura 2006, p.20).²

Comecei a me aprofundar nos estudos da Teoria Social Cognitiva, e não obtive só algumas respostas, mas novos questionamentos, além de constatar a importância dessa teoria para a educação. Este trabalho tem como objetivo de compartilhar o conhecimento dos conceitos básicos da Teoria Social Cognitiva e algumas implicações dessa na educação escolar.

Entre outros, um aspecto importante da teoria de Bandura para a educação, é a percepção de auto-eficácia dos professores em várias áreas de sua atuação. Um exemplo é a pesquisa feita por Gibson e Dembo (1984, apud Bandura, 1997, p.240), que mediram as crenças de auto-eficácia de professores em relação à sua ação de motivar e educar alunos “difíceis” oriundos de lares e comunidades em situações adversas.

Após estudos, concluíram que professores com crenças fortes de auto-eficácia de ensino acreditavam que poderiam ensinar alunos “difíceis” se empenhando mais e usando técnicas variadas, além de acreditarem que conseguiriam superar as condições desfavoráveis dos seus alunos com ensinamentos eficazes. Ao contrário, professores com crenças fracas de auto-eficácia instrucionais acreditavam que pouco conseguiriam fazer para alunos desmotivados, tendo também atuação limitada sobre o desenvolvimento intelectual de alunos

² “Regardless of whether the cultures are American, Italian, Korean or Chinese, the stronger the perceived self-efficacy, the higher the performance attainments.” (Bandura 2006, p.20).

vindos de lares e comunidades com situações adversas, devido às forças opositoras ao seu trabalho, gerados pelas famílias e comunidades (Bandura,1997).

Outro aspecto da Teoria Social Cognitiva de Bandura refere-se às crenças de auto-eficácia de alunos em relação à aprendizagem e suas próprias realizações. Schunk e Pajares (2002) observaram que alunos com crenças fortes de auto-eficácia, em contraste com alunos que duvidaram de suas habilidades de aprendizagem, participaram mais, se esforçaram mais, persistiram por mais tempo ao encontrarem dificuldades e conseguiram melhores resultados.

Acima mencionei somente dois aspectos da importância da Teoria Social Cognitiva para a educação escolar. Alguns novos questionamentos que este estudo me trouxe está relacionada à situação da educação escolar no Brasil. O fracasso escolar é uma das grandes preocupações para quem trabalha com educação e me pergunto como a auto-eficácia das crianças é afetada quando deixam de frequentar a escola formal antes de ter completado o ensino fundamental ou médio. De que forma o analfabetismo ou semi-analfabetismo, uma das conseqüências do fracasso escolar, afeta a auto-eficácia nesse domínio em pessoas adultos e se é transferido para outros domínios ao longo da vida dessas pessoas?

Um novo interesse surgiu durante o estudo da Teoria Social Cognitiva sobre a construção das crenças de auto-eficácia. Pajares fala de um provérbio que diz o seguinte: “Instrução dada durante a juventude é como gravar em pedra” (Pajares 2005, p.363). Ele continua dizendo que pesquisadores sabem que as crenças incorporadas no sistema de crenças enquanto criança são difíceis de mudar. Explica que uma vez que se estabeleçam, as crenças tendem a se auto-perpetuar, se mantendo, mesmo que resultados de experiências diretas, ensinamentos ou a razão mostrem resultados contrários à crença (Pajares, 2005). Gostaria de estudar mais sobre este assunto porque aumenta o desafio para professores e outros adultos no seu papel de construtores de auto-eficácia na vida das crianças.

CAPÍTULO 1

Antes das explicações dos conceitos básicos da Teoria Social Cognitiva apresentarei Albert Bandura, sua trajetória como pesquisador, e sua visão sobre educação e o papel da escola na sociedade atual.

ALBERT BANDURA



Albert Bandura é psicólogo, nascido em 4 de Dezembro de 1925, ainda ativo na sua área, no Stanford University nos Estados Unidos. Em todos estes anos dedicados a psicologia teve impacto não só no campo da psicologia como no campo da educação, saúde e na área de mudanças sociais. Este Canadense, oriundo de uma pequena cidade chamada Mundare, é filho mais novo de seis irmãos, de uma família de imigrantes. O pai era de Krakow, Polônia e a mãe de Ukraine. Graduou-se em psicologia na Universidade de British Colômbia em 1949 e completou seu doutorado em 1952 na Universidade de Iowa. Neste período é que foi influenciado pelas teorias behavioristas e de aprendizagem.³

O desenvolvimento das teorias

Após seu doutorado ele fez um pós-doutorado no Wichita Guidance Center em Wichita, Kansas. Em 1953 começou lecionar na Universidade de Stanford onde ele está até hoje. Desde o início de seu ingresso na Universidade de Stanford demonstrou satisfação em estar entre colegas distintos, estudantes inteligentes, e ter bastante liberdade para seguir a própria curiosidade.³ Neste período, já havia alguns estudos conduzidos por colegas sobre reações não-agressivas à frustração. Isso o levou a estudar e pesquisar aprendizagem social sobre agressividade, junto com Walters, o seu primeiro orientando. Começaram a estudar os

³ PAJARES, F.(2004) *Albert Bandura: Bibliographical Sketch*. Retirado 18/08/2007 de <http://des.emory.edu/mfp/bandurabio.html>

determinantes e mecanismos da aprendizagem através da observação que resultou em seu primeiro livro: *Adolescent Aggression* (1959). Alguns anos depois publicaram o segundo livro, *Aggression: A Social Learning Analysis* (1973).⁴

Com maior conhecimento em como as pessoas aprendem através da observação, Bandura estendeu a sua pesquisa a trabalhos com modelação abstrata de comportamento governado por regras e a inibição através de experiências vicárias. Isto o levou a conduzir um programa, junto com Dorrie and Sheila Ross com o boneco de plástico *João Bobo*. Essa experiência mostrou a crianças pré-escolares vídeos com adultos reagindo com agressividade ao boneco *João Bobo*, batendo e gritando frases agressivas. Quando as crianças voltaram aos seus ambientes, onde brincavam durante a experiência, encontraram um boneco igual ao *João Bobo* visto no vídeo e muitas delas reagiram da mesma forma que os adultos que haviam observado pouco antes no vídeo. O grupo de crianças que não havia assistido ao vídeo, não teve reações agressivas, na presença do boneco (Pajares, 2004).

É importante ressaltar que, através destas experiências, Bandura e seus colegas observaram e explicaram os resultados de forma não convencional para a época, e provaram que comportamentos podem ser aprendidos através de experiências vicárias observadas, sem reforços positivos diretos para estimular a aprendizagem, como era o pensamento vigente.

Bandura, junto com outros pesquisadores, continuaram o trabalho até que nos anos 80 ele desenvolveu a **Teoria Social Cognitiva** do funcionamento humano. Essa teoria tem como pontos centrais os processos cognitivos, vicários, auto-reguladores e auto-refletivos para a adaptação humana e mudança. Ele está enraizado no conceito da agencia humana, no qual cada pessoa pode auto-influenciar seu próprio comportamento. Ele não exclui a influência do ambiente, mas mostra que há uma interação entre os três aspectos; o ambiente, os eventos cognitivos e o comportamento, numa **determinação recíproca**. O ser humano, de acordo com essa teoria, não é um organismo reativo formado pelas forças do ambiente ou pelos impulsos internos ocultos (Pajares, 2004).

Bandura acredita que o valor de uma teoria está nos seus poderes explicativos e operacionais podendo promover mudanças no funcionamento humano. Para realizar mudanças ele desenvolveu dois tipos de terapia: a de autocontrole e a de domínio controlada (Bandura, 2005. p.29). A primeira tem sucesso especialmente por mudar comportamentos como fumar, comer demais e hábitos de estudar através da utilização de técnicas de auto-

⁴ PAJARES, F.(2004) *Albert Bandura: Bibliographical Sketch*. Retirado 18/08/2007 de <http://des.emory.edu/mfp/bandurabio.html>

observação e anotações relacionadas aos hábitos a serem mudados, bem como ao estabelecimento de objetivos para chegar a hábitos novos e auto-recompensa durante o processo (Pajares 2004).

A terapia de domínio controlada, é usada para pessoas com alguma disfunção psicológica como fobias. A idéia principal é que os pacientes observam o modo de agir de um modelo com a mesma fobia, passo a passo, se auto-acalmam com instruções dirigidas a si mesmo. Depois a pessoa com fobia passa pelos mesmos passos para aprender a controlar seus medos (Pajares 2004).

Durante sua trajetória de pesquisador, Bandura publicou muitos artigos e livros, sozinho ou em conjunto com outros, inspirando cientistas no mundo inteiro a realizarem novas pesquisas. Um exemplo dessa inspiração é através do relato das experiências realizadas em pessoas que perderam a fobia: além de terem perdido a fobia que as tormentava e restringia as suas vidas houve uma experiência transformacional que alterou radicalmente suas crenças de eficácia em exercer controle sobre as suas vidas. Essas pessoas estavam atuando sobre as novas crenças de eficácia e curtindo os seus sucessos (Bandura, 1997).

A partir destas experiências, foram realizadas muitas pesquisas dirigidas a aspectos chaves da percepção da auto-eficácia, incluindo a construção das crenças de eficácia, a sua estrutura e função, seus efeitos diversos, os processos através do qual produzem os efeitos, os tipos de influencias que ajudam a criar e fortalecer crenças de eficácia para que haja mudanças pessoais e sociais (Bandura, 1997; Bandura e Locke, 2003). O conceito de auto-eficácia também tem sido pesquisado em diferentes áreas incluindo, esporte, medicina e saúde, estudos da mídia e educação entre outros.

Atualmente Bandura se ocupa com quatro áreas de pesquisa: a primeira refere-se à modelação psicológica que estuda o poder da modelação sobre o pensamento, as emoções e ações do ser humano, especialmente nesta era em que os avanços tecnológicos em comunicações têm trazido uma quantidade enorme de imagens diversas para dentro das nossas vidas. A segunda área é a pesquisa sobre os mecanismos da agencia humana; a terceira engloba os estudos da percepção das pessoas quanto à sua auto-eficácia em exercer influencia sobre os eventos que afetam suas vidas. A última linha de pesquisa se ocupa com as causas das reações de stress e depressão (Pajares 2004).

Visão de Bandura sobre educação e o papel da escola

A visão de Bandura sobre educação envolve a concepção que a educação se adapta as mudanças na sociedade. Na era industrial que suplantou a época rural, o sistema educacional mudou para preparar pessoas em adquirir as habilidades necessárias para a indústria (Bandura, 1997, p.212). Hoje há um aumento de complexidade na sociedade através dos avanços na tecnologia, os sistemas sociais e a economia internacional. Como a era industrial teve demandas de competências das pessoas diferenciadas das da era rural, essa nova sociedade complexa, a era de informação, também criou demandas novas. Antigamente, os jovens com uma escolaridade limitada conseguiam trabalhos braçais ou de pouca habilidade cognitiva com facilidade e ganhavam o suficiente para o sustento de uma família. Na atualidade entretanto, as habilidades de comunicação e de saber pensar são solicitadas com mais frequência para preencher as ocupações atuais e para lidar com as demandas da vida cotidiana.

Outro aspecto que diferencia o mundo de hoje cada vez mais globalizado, é que as pessoas, mesmo as mais bem preparadas, precisam competir com outras fora de seu país porque as empresas não hesitam em mudar sua produção para locais onde encontram indivíduos qualificados que trabalhem com salários mais baixos. Bandura menciona que os países que tem mão de obra de baixa escolaridade, não estão preparados para competir internacionalmente e como resultado, a falta de emprego, ou empregos mal pagos levam a falta de sustento econômico das famílias o que causa um declínio na qualidade de vida.

Bandura, na sua análise dessa sociedade moderna, critica a constante procura de crescimento econômico através do aumento de consumo sem preocupação com os recursos e degradação ambiental mundial. Comenta que a busca pelos melhores talentos nem sempre se faz acompanhar da utilização dos recursos com sabedoria e nem melhora as condições humanas, pois as exigências pesadas do trabalho deixam pouco tempo e energia para a vida em família, recreação e cívica. (Bandura, 1997) Como aconteceu na era industrial o sistema educacional na sociedade atual precisa se adaptar e preparar os jovens para essa sociedade em qual o ritmo das mudanças sociais e tecnológicas são cada vez mais rápidas (Bandura, 1997)

“o aumento da complexidade em tecnologias, sistemas sociais e a economia internacional, acarreta demandas sobre novos tipos de competências das pessoas e conseqüentemente da educação” (Bandura, 1997, p.212).

Na visão dele, o objetivo maior da educação formal deve ser de equipar os alunos com ferramentas cognitivas, crenças de auto-eficácia fortes e interesses intrínsecos necessários para que os educandos possam se desenvolver de várias formas durante suas vidas. Uma das formas cada vez mais freqüente é o uso da internet pelos alunos, o que facilita a aquisição de informações dentro e fora da escola. Por isso as escolas devem também ensinar aos alunos como se auto-educarem ao longo de suas vidas (Bandura, 1997)

Comenta no livro *Self Efficacy, The Exercise of Control* que é necessário providenciar computadores e acesso a internet aos menos favorecidos para evitar o distanciamento entre os países desenvolvidos e em desenvolvimento, bem como aumente a diferença entre os mais e os menos desfavorecidos, dentro do país. Ele comenta que mesmo providenciando o acesso a internet ou outras formas de tecnologia, prevalece a auto-motivação e aspirações das pessoas em procurar essas oportunidades (Bandura,1997).

Para Bandura, as crenças de auto-eficácia operam para contribuir no desenvolvimento das competências cognitivas que governam o sucesso acadêmico, em três aspectos importantes: as crenças dos alunos na sua eficácia em dominar as diversas matérias; as crenças de auto-eficácia dos professores em conseguir motivar e promover aprendizagem nos seus alunos e o senso coletivo de eficácia que suas escolas conseguem para atingir progresso acadêmico significativo (Bandura, 1997. p.214).

Reconhecimento nacional e internacional



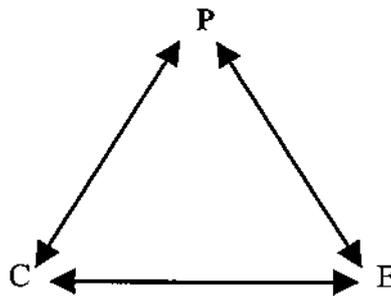
Albert Bandura é reconhecido mundialmente por suas contribuições na psicologia, educação e outras áreas. Ele recebeu inúmeras premiações dentre as quais destacarei algumas: certificado de honra de quatorze universidades incluindo várias dos Estados Unidos e Universidades de outros países como a Universidade de Salamanca (Espanha) , Universidade de Leiden (Holanda) , Universidade Livre de Berlin (Alemanha) e Universidade de Antenas (Grécia). Recebeu, em agosto de 2004, o Premio Thorndike por contribuições notáveis da Psicologia para a Educação, da Associação Americana de Psicologia.

CAPITULO 2

A TEORIA SOCIAL COGNITIVA

Bandura apresenta a Teoria Social Cognitiva como uma explicação para o desenvolvimento e funcionamento humano, no qual ocorre um processo de determinação recíproca entre o meio ambiente, os processos cognitivos do ser humano e o seu comportamento. Veja o modelo a seguir.

O Modelo do Determinismo Recíproco



C = Comportamento

P = Parte cognitiva

E = Ambiente Externo

Figura 1: (Bandura, 1997, p.6)

Bandura usa o termo determinismo não no sentido doutrinal em que ações são determinadas de antemão por uma seqüência de causas externas à pessoa. Ele usa o termo como a produção de efeitos causados por situações (Bandura, 1978, p.345). Explica que a maior parte das influências externas afetam o comportamento através da intermediação de processos cognitivos e, fatores cognitivos determinam, em parte, o que vai ser observado no ambiente externo. A capacidade do ser humano, de poder usar símbolos, permite-lhe ter pensamentos reflexivos, criar, prever ações e suas conseqüências, em pensamento. Como o ser humano consegue mudar seu ambiente mais próximo, criar incentivos para si mesmo, é capaz de se auto-influenciar. Conseqüentemente um comportamento inclui nos seus determinantes influências auto-produzidas.

“É verdade que o comportamento é influenciado pelo ambiente, mas o ambiente é em parte uma escolha da pessoa” (Bandura, 1978, p.345).⁵

Através das suas ações, as pessoas produzem condições ambientais que afetam o

⁵ “It is true that behavior is influenced by the environment, but the environment is partly of a person’s own making” (Bandura, 1978, p.345).

comportamento em reciprocidade triádica. As experiências obtidas, em parte influenciam o que o indivíduo pensa, espera e consegue fazer, e isso, por sua vez afeta comportamentos futuros (Bandura, 1986).

As pessoas geram reações diversas no seu ambiente, não somente através das suas ações, mas também através do seu aspecto físico (tais como tamanho, fisionomia, raça, sexo e beleza, a posição social e profissional. Os diferentes tratamentos sociais dados às pessoas baseados nesses fatores afetam a auto-percepção e o comportamento, que por sua vez, alteram ou confirmam os “pré”- conceitos (Bandura, 1978, p.34).

Em momentos diferentes, um dos três determinantes que atuam reciprocamente pode ter mais peso. Por exemplo, qualquer um que cai em uma água profunda começa nadar. O ambiente externo, neste caso, pesa mais do que os outros determinantes. Em outros momentos fatores cognitivos têm influência mais forte. Acontece, por exemplo, quando pessoas evitam certos ambientes e ações, por causa de crenças falsas. As pessoas com fobias são exemplos mais graves deste fenômeno (Bandura, 1978).

Numa variedade de situações, os três fatores agem com a mesma força e de forma interdependente. O exemplo usado por Bandura é o comportamento de assistir televisão. As preferências pessoais fazem a pessoa escolher o programa que vai assistir entre vários disponíveis. Na realidade a gama de opções é igual para todos, mas cada indivíduo tem experiências diferentes, de acordo com suas escolhas. A previsão que as redes televisivas fazem sobre futuras programações tem a ver com a pesquisa de opinião, que revela as preferências dos telespectadores. Neste caso, os três fatores: as preferências do espectador, o comportamento de escolha e as ofertas televisivas influenciam-se reciprocamente (Bandura, 1978, p.346).

Essa interação recíproca ocorre continuamente ao longo da vida das pessoas, permitindo-lhes promover mudanças conforme as demandas de competências necessárias em diferentes momentos da vida. Bandura explica, que as transformações que ocorrem em idades diferentes, não estão representadas em estágios fixos de desenvolvimento pelo qual todas as pessoas inevitavelmente passam. A adolescência não é necessariamente um período de adaptabilidade turbulenta, por exemplo, nem a meia idade é um período de crise, como se isso fizesse parte de uma seqüência de desenvolvimento preordenado. Há muitos caminhos pela vida, e em qualquer momento, pessoas variam substancialmente, a forma de gerenciar suas vidas nos ambientes nos quais estão inseridas (Bandura, 1997, p162).

Processos cognitivos e comportamentais

A Teoria da Agencia Humana

Na causação recíproca triádica de comportamento, os processos cognitivos são um dos determinantes de ação. Explicaremos em seguida dois determinantes de ação, os processos cognitivos e o comportamento para depois elaborar sobre o ambiente. A Teoria Social Cognitiva tem como componente essencial a **agencia do comportamento humano**, que engloba a capacidade de auto-regulação através do qual as pessoas conduzem o próprio desenvolvimento, fazem adaptações e criam mudanças nas suas vidas. Essa capacidade opera de modo que as pessoas se auto-influenciem, são auto-organizadoras, auto-reguladoras e fazem auto-reflexões. Dessa forma, não são meramente observadoras do próprio comportamento, são agentes, influenciando intencionalmente o próprio funcionamento e as circunstâncias da vida (Bandura, 1986,2001,2006, p.2).⁶

Outros dois processos cognitivos essenciais, ou propriedades, da agencia humana são a **intencionalidade** e a **antecipação**. (Bandura, 2005, 2006, p.2) As intenções das pessoas incluem objetivos, planos de ação e estratégias para a realização dos objetivos no futuro. A previsão dos resultados prováveis das suas ações serve como guia de comportamento e estímulo motivador. Assim, o futuro não pode ser decorrência do comportamento atual porque não tem existência material, é através da representação cognitiva no presente que as pessoas visualizam o futuro que as guia e motiva para ação (Bandura, 2005, p10).

O esquema abaixo mostra os conceitos principais ligados à teoria de agencia humana, que explicaremos neste capítulo. Não estão em ordem hierárquica ou colocadas de forma que mostrem como interagem. O esquema serve como auxílio às explicações.

⁶ Este conceito de agencia humana foi elaborado por Bandura na Teoria de Agenciação Humana. Cada vez que o texto se refere à Teoria Social Cognitiva está implícita essa teoria também.

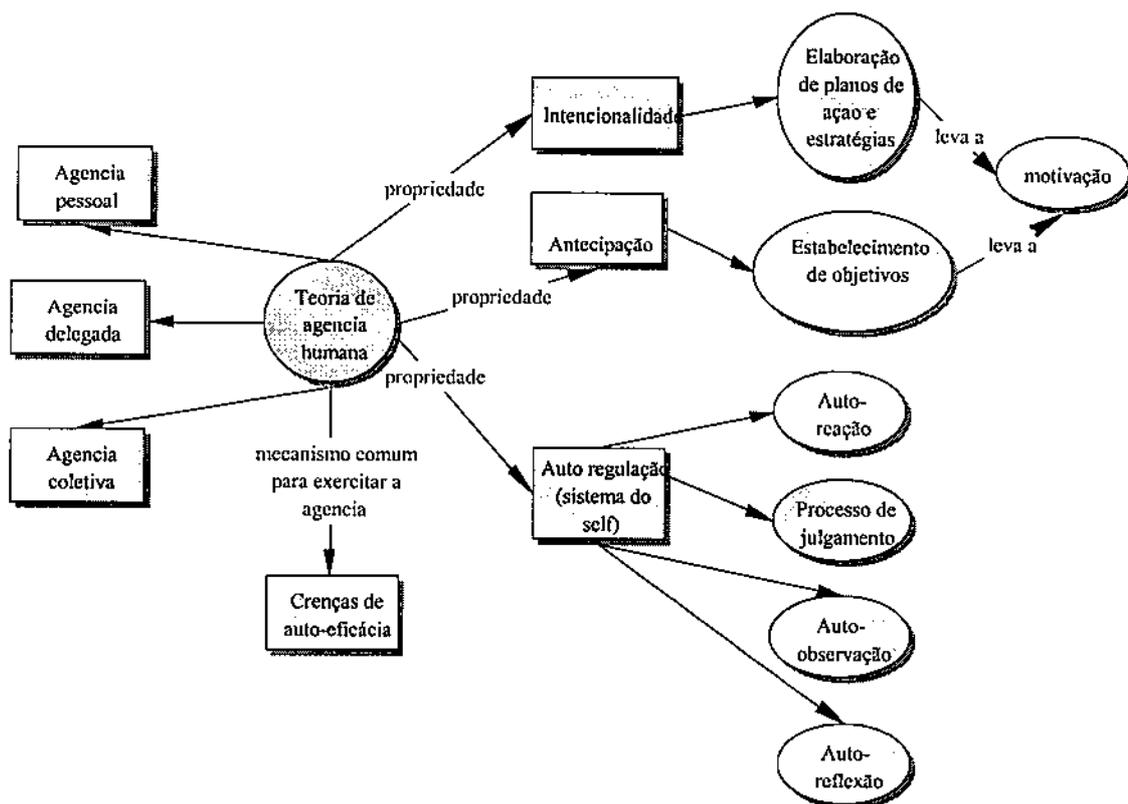


Figura 2: Mapa conceitual da Teoria da Agência Humana.

Para o ser humano se auto-influenciar, auto-organizar, regular e refletir sobre seu comportamento, a capacidade reguladora se compõe da auto-observação ou monitoramento do próprio comportamento, julga-lo em relação a algum padrão de mérito, para em seguida reagir. Seguem algumas observações relacionadas ao julgamento das próprias experiências pelo ser humano. (Bandura 1978).

O comportamento é visto como elogiável (adequado) ou insatisfatório dependendo, entre outros, das expectativas pessoais levadas em consideração na avaliação. As ações, que atingirem as expectativas, são elogiadas e as que não as atingirem são tidas como insatisfatórias (Bandura, 1978, p.349).

Visto que para muitas atividades não há medidas de adequação (por exemplo, a quantidade de tempo dedicada à caridade ou o tempo atingido numa corrida), esta é definida em relação aos resultados das atividades de outros. As comparações poderão ser baseadas em expectativas sobre os resultados de certos indivíduos ou dos grupos de referência.

Sempre há uma *referência* às experiências prévias da própria pessoa neste processo de julgamento da ação. Geralmente a pessoa avalia as primeiras atividades nas suas próprias

expectativas, para depois tomar as referências dos resultados obtidos anteriormente como base. Após ter atingido certo nível de resultado, as experiências deixam de ser desafiantes, e para atingir realizações novas há a procura de novas referências, levando à melhoria progressiva (Bandura, 1978, p.349).

Outro fator importante é o julgamento das atividades em si. Pessoas não se importam muito com atividades que tem pouco ou nenhum significado para elas. As atividades que dizem respeito ao bem-estar e auto-estima da pessoa são mais valorizadas e julgadas favoráveis (Simon apud Bandura 1978, p.349).

Também as reações sobre os resultados atingidos através de certo comportamento, variam dependendo do esforço colocado na atividade. Se a pessoa teve sucesso por causa das suas habilidades e esforço, sente-se muito orgulhoso, ao contrário da atividade realizada com ajuda de fatores externos. O mesmo acontece com os julgamentos sobre fracasso. A pessoa só se faz uma auto-crítica, quando se julga responsável por ele, o que não ocorre se o fracasso se deu por fatores externos ou devido a circunstâncias exteriores. Assim julgamentos favoráveis levam a reações de auto-recompensa enquanto julgamentos negativos estimulam as reações desfavoráveis ou punitivas. Não há reações em situações onde a pessoa não atribui significado (Bandura 1978).

“Após as pessoas adotarem um código de conduta, e terem um desempenho inadequado ou quebrarem seus padrões, elas tendem se envolver em autocrítica e pensamentos angustiantes” (Bandura 1978 p. 353)⁷.

Nem todos os comportamentos são ligados a autopremiações ou autopunições. Para atividades que envolvem tarefas cansativas e desinteressantes, mas que precisam ser feitas, a sociedade cria premiações (fatores externos) incluindo elogios e reconhecimento em público, como forma de incentivo para alcançar níveis altos de desempenho (Bandura, 1978).

Segue uma tabela resumindo os processos que compõem a auto-regulação do comportamento. Para facilitar o entendimento dessas propriedades da agencia humana, os processos foram descritos separadamente, contudo eles interagem simultaneamente ao longo da vida do ser humano, possibilitando adaptações e mudanças.

⁷ “After people adopt codes of conduct, when they perform inadequately or violate their standards they tend to engage in self-critical and other distressing trains of thought.” (Bandura 1978 p. 353)

Auto-observação	Processo de julgamento	Auto-reação
<i>Dimensões do desempenho Comportamental</i> <ul style="list-style-type: none"> - Qualidade - Velocidade - Quantidade - Originalidade - Autenticidade 	<i>Padrões pessoais</i> <ul style="list-style-type: none"> - Fontes de modelação - Fontes de reforçamento <i>Comportamentos referenciais</i> <ul style="list-style-type: none"> - Padrões normativos - Comparação social - Comparação pessoal - Comparação coletiva <i>Valorização da atividade</i> <ul style="list-style-type: none"> - Elevada - Neutra - Desvalorizada <i>Atribuição de desempenho comportamental</i> <ul style="list-style-type: none"> - Locus internamente - Locus externamente 	Reações auto-avaliativas <ul style="list-style-type: none"> - Positivas - Negativas Conseqüências tangíveis auto-aplicáveis <ul style="list-style-type: none"> - Recompensatórias - Punitivas Sem auto-reação.
<p>⇒</p> <i>Conseqüencialidade</i> <ul style="list-style-type: none"> - Desvio - Eticidade 		

Figura 3: Processos que compõem a auto-regulação do comportamento. (Bandura, Azzi, Polydoro, 2007, p. 51)

Os processos da figura três também têm sua influência sobre a criação de ações inovadoras do ser humano. Como já mencionamos anteriormente, na visão da Teoria Social Cognitiva há influência recíproca dos fatores ambientais e pessoais nesse processo; as ações do ser humano determinam em parte a natureza de suas experiências, e com a capacidade de manipular símbolos e se envolver em pensamentos reflexivos sobre ações, ele consegue gerar idéias novas e novos ambientes para si e para outros (Bandura,1978, p.351).

Outro aspecto importante na teoria da agencia humana são as crenças de auto-eficácia. (veja figura 2) A auto-eficácia é a crença das pessoas sobre a capacidade que possuem para realizar certos objetivos ou conseguir certos resultados, em determinado domínio. Por isso funcionam como determinantes para ação, quanto de esforço vai ser colocado na realização de uma tarefa e quanta perseverança para atingir os resultados esperados. (Bandura 1997, p.3)

"As crenças de eficácia dizem respeito não somente ao exercício do controle a ação, mas também sobre a auto-regulação dos processos de pensamento, motivação, afeto e estados fisiológicos (Bandura. 1977,apud.Azzi e Polydoro p.10)

A Teoria Social Cognitiva distingue três tipos de agencia humana: individual, delegada e coletiva. (veja figura 2) Até agora as explicações anteriores se concentraram na agenciação individual. Mas em algumas áreas de funcionamento as pessoas não têm controle

sobre condições sociais e práticas institucionais que afetam suas vidas cotidianas. Nessas condições, as pessoas procuram o seu bem-estar, segurança e resultados valorizados através do exercício de agencia delegada. Assim tentam alcançar os resultados via pessoas com perícia ou influência e poder de ação nas áreas de seu interesse (Bandura 2005, p.26,27).

Como as pessoas não vivem isoladamente, e muitas realizações que procuram são alcançadas somente através de um esforço coletivo, Bandura expandiu o conceito de agencia para agencia coletiva. Esta é enraizada nas crenças compartilhadas das pessoas em sua capacidade de causar mudanças nas suas vidas através de esforço coletivo. A percepção da eficácia coletiva não se refere à mente do grupo, mas reside nas mentes dos membros como crenças na capacidade do seu grupo (Bandura, 2000, 2001).

O estudo sobre a eficácia coletiva possibilitou a distinção das capacidades humanas básicas comuns a todos os seres humanos e de que forma a interação da pessoa na sua cultura modula as potencialidades em diversas formas apropriadas para os diferentes ambientes culturais. Um exemplo disso é a capacidade do ser humano, em aprender através da observação. A modelação se mostra uma capacidade universal do humano e é essencial para o seu auto-desenvolvimento e funcionamento, independente da cultura a que pertence. Mas o que é percebido pela modelação, o como as influências da modelação são estruturadas socialmente e os objetivos que servem, variam entre ambientes culturais. (Bandura e Walters, 1963 in Bandura 2006, p.19).

Outra descoberta feita por Bandura(2006) é que um senso elevado de eficácia quanto à resiliencia, tem valor funcional em culturas diferentes, por exemplo: as pessoas que deixam de agir porque duvidam de si ou percebem a futilidade do esforço que precisam empenhar para a realização de uma ação, não são valorizadas, independente da cultura na qual estão inseridas (Early, 1993; 1994; Gibson, 1995 apud Bandura 2006, p.19). O desenvolvimento e estrutura das crenças de auto-eficácia, as formas que adotam, as maneiras que são exercidas e os objetivos a que servem, variam também de acordo com cada cultura (Bandura 2006, p.19).

Bandura acredita que na construção de uma teoria é preciso identificar um pequeno número explicativo de princípios, que podem abranger uma gama larga de fenômenos. A Teoria Social Cognitiva foca em princípios que operam através de diferentes campos de funcionamento. O componente auto-regulador da teoria foi confirmado nas aplicações variadas deste conhecimento em desenvolvimento educacional, promoção de saúde, regulação, desempenho atlético, funcionamento organizacional e mudanças sociais (Bandura 1997; 2002a; 2004c; Frayne and Latham, 1987; Zimmerman, 1989, p.21).

O ambiente externo

A Teoria Social Cognitiva fala da agência pessoal sobre as circunstâncias da própria vida. Isso varia conforme a natureza e a possibilidade de modificação do ambiente. Bandura (1997) descreve o ambiente não como um monólito se impondo nos indivíduos unidirecionalmente, mas descreve que o ambiente operativo toma três formas: o imposto, o selecionado e o criado. Há o ambiente físico e socioestrutural que se impõe às pessoas, independente de elas gostarem ou não. A pessoa não tem muito controle sobre isso, mas tem espaço para interpretá-lo e reagir (Bandura 1997, p.163). Exemplos disso são: a morte de entes queridos, doenças, terremotos ou outros desastres naturais, mudanças de regimes políticos, e imposição de leis.

A constituição do ambiente selecionado parte do princípio que o ambiente geralmente é somente uma potencialidade, com recursos e impedimentos, aspectos recompensatórios e de castigo. O ambiente somente começa SER a partir da seleção do mesmo. A parte do ambiente potencial que realmente se torna o ambiente experimentado (vivido) depende das considerações das pessoas e o que aproveitam do ambiente. Alguns sabem usar o ambiente para sua vantagem e outros não (Bandura 1997 p.163).

Bandura descreve as situações fortuitas da vida que fazem parte do ambiente potencial. São situações que ocorrem em circunstâncias triviais, mas que podem ter um impacto pelo resto da vida, seja na área profissional, conjugal ou outras. Um exemplo de uma situação fortuita é se encontrar em uma reunião com pessoas desconhecidas e a pessoa sentada ao seu lado vir a ser o seu cônjuge.

Segundo a visão da Teoria Social Cognitiva, as pessoas como agente poderão ter alguma influencia sobre o caráter fortuito de suas vidas, podendo aumentar o número de oportunidades procurando ter uma vida ativa, se interessando por vários assuntos e visitando lugares diferentes (Bandura 2006, p.5).

Há ainda o ambiente criado, que não existia como potencial para ser selecionado e ativado. Dessa forma as pessoas podem criar sistemas sociais que permitem exercer maior controle sobre suas vidas. As crenças das pessoas na sua eficácia pessoal têm um papel importante em como organizam, criam e administram seu ambiente, e isto afeta o rumo traçado por elas.

A avaliação positiva das capacidades das pessoas (através de desenvolvimento do sistema auto-regulador e as crenças de auto-eficácia), é vantajosa e geralmente essencial para o funcionamento efetivo. Ao contrário, pessoas que julgam negativamente suas capacidades

podem se colocar em situações de alto risco, ou se dedicarem a atividades que poderiam ter conseqüências desastrosas, se levadas de forma inadequada. (Bandura 1997, p.163).

As crianças muito jovens ainda não têm o conhecimento das suas capacidades, das demandas e dificuldades dos diferentes cursos de ação. Elas podem se colocar em dificuldades e perigos continuamente caso não sejam orientadas por outros (Sears, Maccoby & Levin, 1957 apud Bandura, 1997, p.163). O cuidado dos adultos com as crianças e a orientação dada a elas, leva-as a passarem por este período formativo até que ganhem suficiente conhecimento do que podem, e quais situações exigem habilidades específicas. Com o desenvolvimento das habilidades cognitivas, a orientação externa vai sendo superada. Esses descobrimentos são de muito relevância para o trabalho do professor e serão analisadas mais detalhadamente no capítulo quatro.

CAPITULO 3

A AUTO-EFICÁCIA

Como mostramos no capítulo anterior a auto-eficácia está ligada ao conceito da agencia humana, central na Teoria Social Cognitiva. Usaremos a definição de Bandura do livro *"Self-Efficacy, The exercise of control"* (1997, p.3) sobre a auto-eficácia e a percepção da mesma.

"Auto-eficácia percebida refere-se às crenças de alguém em sua capacidade em organizar e executar cursos de ação requeridos para produzir certas realizações."

Bandura explica que a teoria de auto-eficácia reconhece a diversidade das capacidades humanas, por isso trata as crenças de auto-eficácia não como uma característica que engloba todas as competências, mas como um conjunto diferenciado de crenças ligadas à competências específicas. Inclusive as crenças de eficácia podem se espalhar dentro de um domínio específico. (Bandura 1977. p.37) Exemplificando o último item, na educação o professor tem crenças sobre sua capacidade de ensinar ou promover a aprendizagem, e sobre as tarefas relativas ao ensino. (Tschannen-Moran & Woolfolk Hoy, 2001 apud Azzi e Polydoro, 2006. p. 152).

As crenças de auto-eficácia funcionam como *um* fator em um sistema gerativo de competências. As habilidades das pessoas são outro fator. Assim, pessoas com habilidades semelhantes para desempenhar certas competências ou a mesma pessoa atuando em circunstâncias diversas, as exercem mal, bem ou com excelência, dependendo das crenças que tem sobre a sua capacidade na área. Collins (1982) estudou sobre o nível de resolução de problemas matemáticos em crianças com auto-eficácia elevada e baixa, em relação a três níveis de habilidades em matemática. Os resultados mostraram que as habilidades de matemática contribuíram para o desempenho, porém em cada nível as crianças que se acharam mais capazes tinham mais sucesso do que as crianças que duvidaram de si (Bandura 1997. p.37).

"Em resumo, auto-eficácia percebida não é relativa ao número de habilidades que se tem, mas com o que você julga poder fazer com o que você tem, sob uma variedade de circunstâncias. (Bandura 1997, p.37)⁸

Mais adiante, neste capítulo, descrevemos como a auto-eficácia afeta os processos do pensamento, o nível e a persistência da motivação e os estados afetivos, aspectos que

⁸ "In short perceived self-efficacy is concerned not with the number of skills you have, but with what you believe you can do with what you have under a variety of circumstances." (Bandura 1997, p.37)

contribuem para o desempenho realizado (Bandura 1997. p.39).

As crenças de auto-eficácia são construídas ao longo da vida através das observações, julgamentos e auto-reflexões de quatro fontes: a experiência direta, experiências vicárias, persuasão social e os estados físicos e emocionais (Bandura, 1997, p.79). Em seguida explicaremos cada fonte e aspectos relacionados às mesmas.

A figura abaixo mostra as quatro fontes e outros aspectos ligados à teoria da auto-eficácia. Lembremos que essa figura não mostra hierarquia nem relações entre os diferentes aspectos, mas serve como um resumo visual para facilitar a compreensão dessa teoria.

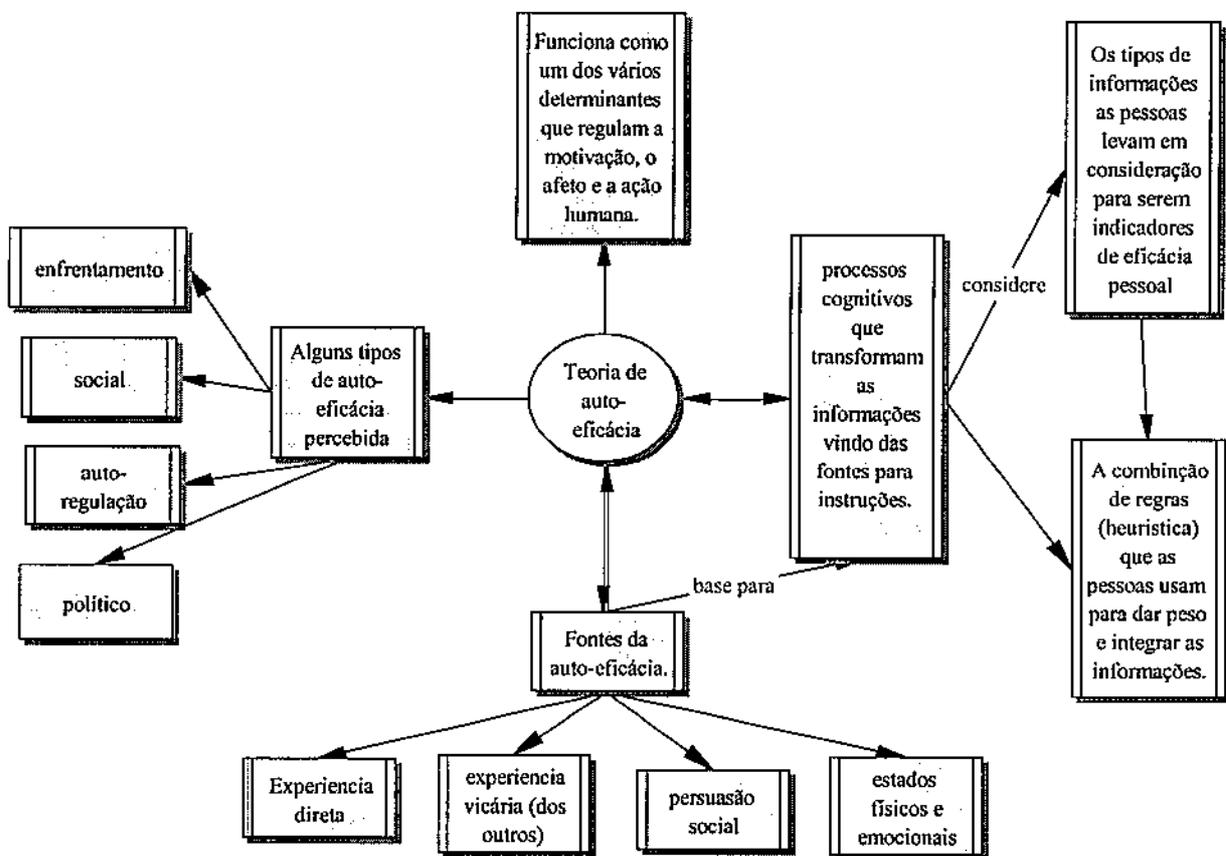


Figura 4. Mapa conceitual da Teoria de Auto-Eficácia

Experiência direta

As experiências diretas vividas pela pessoa são as que têm mais influência sobre o desenvolvimento da crença de auto-eficácia porque são as fontes que fornecem evidências autênticas sobre a capacidade de dominar ou não o que é necessário para produzir os resultados esperados. Os sucessos constroem crenças fortes de auto-eficácia. Os fracassos a diminuem, especialmente se as crenças de auto-eficácia ainda não estão estabelecidas com firmeza (Bandura, 1997, p.80).

As pessoas que somente conseguem sucessos fáceis começam a criar expectativas de obter resultados rápidos e desanimam com facilidade perante os fracassos. Para desenvolver eficácia de resiliência é necessário dominar obstáculos através de um esforço perseverante. Dificuldades providenciam oportunidades para aprender como transformar fracassos em sucessos e estimulam as pessoas a usar suas capacidades em exercer um melhor controle sobre os eventos (Bandura, 1997).

A construção de crenças de auto-eficácia através de experiências diretas envolve a aquisição de ferramentas cognitivas, comportamentais e auto-reguladoras para criar e executar modos eficazes de ação e para lidar com situações na vida em constante mudança. O conhecimento de regras e estratégias que criam esses modos eficazes de ação fornece às pessoas as ferramentas mencionadas acima (Bandura, 1997. p.80). Para que se estabeleçam como ferramentas, as estratégias precisam ser aplicadas constantemente e com persistência.

Uma forma de facilitar o desenvolvimento da base cognitiva de competências humanas é dividir as habilidades complexas em subhabilidades possíveis de serem dominadas, organizadas de forma hierárquica. Na matemática, por exemplo, primeiro é necessário apreender as quatro operações básicas para depois partir para álgebra, geometria, pré-cálculo etc. Entretanto mesmo que a pessoa aprenda a dominar habilidades e subhabilidades, mas não desenvolve a segurança em saber usá-las bem, não é levada a realizar ações eficazes. Resultados de testes têm demonstrado que as crianças que fortaleceram mais suas crenças de auto-eficácia aumentaram o seu desempenho (Bandura 1997 p.81).

Não são os sucessos que a pessoa alcança que aumentam suas crenças de auto-eficácia, mas é a *eficácia percebida* resultante do processamento cognitivo de diagnóstico das informações. As pessoas alteram a percepção sobre sua eficácia através de experiências dependendo entre outros fatores de sua percepção sobre suas capacidades, a percepção da dificuldade da tarefa, a quantidade de esforço usada, a quantidade de ajuda de fora que receberam, as circunstâncias em que estão atuando, o padrão no tempo de sucessos e fracassos

e a maneira que essas experiências são organizadas cognitivamente e reconstruídas na memória. As crenças de auto-eficácia não são simplesmente reflexões sobre experiências passadas.

Resumindo:

<i>Informações de eficácia de experiências diretas que podem afetar a construção de crenças de eficácia.</i>
Enviesamento de interpretação
Dificuldade da tarefa percebida e diagnosticada
Esforço usado
Quantidade de ajuda externa recebida
As particularidades da situação de atuação.
Estados físicos e afetivos transitórios
Padrão temporal de sucessos e fracassos.
Enviesamento seletivo no automonitoramento de desempenho.
Enviesamento seletivo na memória de realizações de sucesso.

Figura 5: (Bandura, 1998. p55)

Experiência vicária.

As pessoas também se baseiam em experiências vicárias, em processo de aprendizagem através da observação (Bandura, 1997. p86). Para muitas atividades não há como medir a adequação por experiência própria, então as pessoas precisam avaliar suas capacidades em relação às realizações dos outros. Exemplo: Um estudante que recebe 115 pontos num teste, somente saberá se foi bem ou mal comparando sua pontuação com outros. Quando a adequação precisa ser monitorada em relação à classe, a comparação social é o fator primário no autojulgamento das capacidades (Festinger.1954; Goethals & Darley,1977; Suls & Miller,1977 cit. em Bandura Livro 1997 p.87).

Os julgamentos da auto-eficácia que tomam outras pessoas como referência podem variar de acordo com as diferentes atividades. Os resultados obtidos pelo grupo ou membros do grupo escolhido, servem como normas usadas para a comparação social. No dia a dia as pessoas escolhem grupos sociais em situações semelhantes as deles, como por exemplo, colegas de classe, de trabalho ou pessoas envolvidas em atividades semelhantes. Caso a pessoa supere os resultados referenciais, a auto-eficácia percebida eleva-se. Caso não os

supere a auto-eficácia diminui.

Seguem algumas observações sobre a auto-avaliação ou eficácia percebida em relação às realizações dos outros resumidas do capítulo 3 do livro *Self-efficacy, The Exercise of Control* de Bandura(1997).

- Observando ou visualizando pessoas consideradas com capacidades iguais ou similares às do observador, realizarem tarefas com sucesso, aumenta as crenças de auto-eficácia, mas vendo-as fracassar enfraquecem as crenças.
- Quanto maior as semelhanças entre o grupo modelado e a pessoa, maior influencia essa tem sobre as realizações de sucesso e fracasso da pessoa e conseqüentemente a sua auto-eficácia. Se a pessoa considera os modelos muito diferentes dele, as suas crenças não são muito influenciadas.
- Automodelação no qual a pessoa observa suas próprias realizações sob condições preparadas permitindo melhor desempenho, é diretamente diagnosticada com a sua capacidade e fortalece as crenças de auto-eficácia.
- Grande parte da modelação ocorre todos os dias com as pessoas com quem mais se associe, por escolha ou imposição. Isso determina os tipos de competências, atitudes, e orientações motivacionais que serão observadas repetitivamente.
- A apreciação de auto-eficácia raramente se baseia no desempenho de um modelo só, ao contrario, as pessoas tem muitas oportunidades de observar realizações de vários indivíduos de status semelhante. Aprendizagem através da observação de diversos modelos, que dominam tarefas difíceis, é melhor do que a observação de um modelo fazendo a mesma tarefa. Se o observador percebe que mais pessoas são capazes de realizar aquela tarefa, cria uma base razoável para aumentar o próprio senso de auto-eficácia (Bandura, 1997, p.99).
- Também é mais eficaz a observação de modelos que precisam esforço para atingir os resultados do que observar um modelo que realiza a tarefa tranqüilamente. Mostrar que ganhos são alcançados através de esforço que reduzem o efeito de fracassos ou barreiras, demonstra que o sucesso se alcança gradativamente através da persistência.
- Outra fonte de modelação é o simbólico que permite as pessoas transcender aos limites da sua vida social imediata. A TV e mídia visual são exemplos disso. Ficar exposto a modelos simbólicos que demonstram ter habilidades e estratégias úteis

elevam as crenças de auto-eficácia dos observadores. Essa modelação junto com a repetição cognitiva aumenta a força das crenças de auto-eficácia.

Há condições em que a autoapreciação ou eficácia percebida é especialmente sensível a informações vicárias descritas abaixo:

- O grau de incerteza sobre a própria capacidade. A eficácia percebida pode ser alterada por modelação se a pessoa teve pouca experiência em que basear seus julgamentos sobre sua capacidade. Faltando este conhecimento sobre sua capacidade, a modelação serve como indicador importante.
- Pessoas com auto-eficácia elevada aumentam essas crenças se modelos os ensinam maneiras ainda melhores de fazer as coisas, como também elevam a auto-eficácia baixa nas pessoas que não conseguiram os resultados usando estratégias diferentes (Bandura 1997 p.87).
- As duas formas de influências de eficácia, as de experiências próprias e vicárias raramente operam separadamente ou de forma independente. As pessoas se autoobservam ao mesmo tempo em que observam os outros como também recebem avaliações sociais de suas ações. Essas influências afetam um ao outro. Não pode se generalizar sobre o poder da relação de um sobre o outro, a qualificação dessa relação depende do movimento das interações.

A experiência vicária é reconhecida como um dos meios mais poderosos para transmitir valores, atitudes, padrões de pensamento e comportamento. Para que ocorra uma experiência vicária quatro processos são necessários. O primeiro é o processo de atenção que determina o que vai ser observado e quais informações serão extraídas de eventos modelados. O segundo é o processo de retenção. As pessoas não conseguem ser muito influenciadas se não lembram dos eventos modelados. Este processo envolve a transformação e reestruturação de informações dos eventos para a representação na memória, na forma de regras e conceitos. A retenção é auxiliada em grande parte por transformação simbólica de informação modelada em códigos da memória e por repetição cognitiva da informação codificada (Bandura 1997 p.90).

A terceira subfunção é o processo de produção. Os conceitos são traduzidos de maneiras apropriadas de ação. Quanto mais extensa a quantidade de subhabilidades a pessoa possui, tanto mais fácil é de integrá-las baseada em informações modeladas para produzir

padrões novos de comportamento.

E o quarto constructo envolve processos motivacionais. As pessoas são mais inclinadas a mostrar um comportamento modelado se os resultados são positivos, e menos se os resultados levam a punições ou algo semelhante. (Bandura 1997 p.90). Ao longo da vida essas subfunções que governam aprendizagem através da observação melhoram com o amadurecimento e experiência (Bandura 1997 p.91).

Resumindo:

<i>Fatores que podem afetar a construção de crenças de eficácia através de experiências vicárias</i>
Semelhança atribuída ao modelo.
Comportamento semelhante do modelo.
Semelhança histórica do modelo.
Multiplicidade e diversidade da modelação.
Modelação para o domínio ou enfrentamento.
Exemplificação de estratégias de enfrentamento.
Representação das demandas da tarefa.

Figura 6: (Bandura 1998. p55)

Persuasão social

A persuasão social é o processo que pode ter como efeito reforçar ou enfraquecer as crenças das pessoas sobre as capacidades que precisam para realizar o que procuram. É mais fácil sustentar um senso de eficácia, especialmente quando a pessoa está lutando com dificuldades, se alguém que seja significativo para a pessoa, expressa fé na sua capacidade em vez de expressar dúvidas. Também tem mais eficácia se a apreciação está dentro de limites realistas, e se a pessoa que está sendo persuadida acredita que realmente tem essa capacidade. Se a persuasão tem essas características a pessoa persuadida fará de tudo para se esforçar e alcançar o objetivo (Bandura 1997 p.101).

Feedback é uma das formas usadas para a persuasão social. Para crianças o *feedback* mostrando que são capazes, aumenta a eficácia percebida (Bandura 1997 p.102). Importante lembrar é que a maneira que o retorno sobre desempenho é colocado ou estruturado afeta o julgamento de eficácia pessoal. O *feedback* que enfatiza que a pessoa tem habilidade aumenta mais as crenças de auto-eficácia do que enfatizando que melhorou sua capacidade através de

esforço (Bandura,1997).

Schunk (apud Bandura 1997) mostra que se a criança ouve repetidamente que o seu sucesso em dominar certas habilidades é devido somente ao seu esforço, indiretamente passa-se a mensagem que os seus talentos podem ser limitados por precisar continuamente de um esforço árduo. (Schunk & Rice,1986 apud Bandura 1997). Em curto prazo falar que a aprendizagem é fruto do esforço é motivador, a longo prazo falar que a pessoa tem habilidades e os adquiriu através de muito trabalho produz um senso de eficácia, porém, menor do que dizer a ela que desenvolveu a habilidade sem referir-se ao esforço. Embora a estratégia mais usada para aumentar o desempenho dos alunos é de estimular o aumento de esforço, os estudos de Schunk mostraram que ao elevar as crenças de eficácia o aluno persiste mais no esforço empenhado, conseqüentemente melhora o nível de suas competências (Bandura,1997.p.104).

Diferenças entre apreciações pessoais e sociais levantam a questão sobre a assertividade do julgamento. A maioria das pessoas não acreditam na persuasão social se o julgamento do outro difere muito do próprio julgamento sobre suas capacidades. Porém poderão ser considerados para as situações no futuro. Outro impacto das opiniões persuasivas nas crenças de eficácia é a confiança que a pessoa tem na pessoa que as emite. A confiança é mediada através da credibilidade percebida e nível de conhecimento dos persuasores (Bandura 1997 p.104).

A forma de persuasão não consiste em simplesmente dizer que a pessoa é capaz, ou que tem mais capacidade do que pensa. Durante os anos de formação os modelos significativos na vida das pessoas são de grande importância para a formação de crenças de seu potencial e o poder de ter controle sobre o rumo da própria vida. Influência maior é exercida por modelos que superam situações adversas. O exemplo dado por Mandel (1993 apud Bandura,1997 p.106) relata o seguinte: uma mãe de nove filhas com um salário de \$2.00 a hora que cantava para as meninas antes de dormir: “Não podemos ter nenhum centavo para o aluguel, mas nós vamos vencer”. Ela conseguiu montar cinco restaurantes durante a vida dela, e conta que essa atitude resiliente veio da mãe dela que falava que trabalhando duro se consegue tudo, não precisando esperar que alguém te dê as coisas.

Para elevar a auto-eficácia no outro é necessário mais do que elogio, além de fazer a pessoa acreditar na sua capacidade é preciso desenvolver atividades que levem ao sucesso e evitem colocar as pessoas em situações nas quais experimentem fracassos com frequência. (Bandura, 1997, p.106)

“Construtores habilidosos de eficácia, no entanto, fazem mais do que simplesmente elogiar ou fazer discursos inspiracionais. Além disso, para cultivar crenças de capacidade nas pessoas, elaboram atividades de forma que levam ao sucesso e evitem colocar as pessoas prematuramente em situações onde provavelmente experimentarão fracassos repetidamente. Para conseguir isso de modo eficiente, os mentores de persuasão devem ser bons diagnosticadores dos pontos fortes e fracos nos outros e ter conhecimento como desenvolver atividades que torna potencial em realidade”. (Bandura 1997, p.106).⁹

Resumindo:

<i>Fatores que podem afetar a construção de crenças de eficácia através de persuasão social.</i>
Credibilidade do persuasor.
Perícia do persuasor.
Consenso
Nível de disparidade de avaliação entre o persuasor e a pessoa persuadida.
Familiaridade com as demandas da tarefa.

Figura 7: (Bandura 1998. p55)

Estados físicos e emocionais

Ao julgarem as suas capacidades, as pessoas dependem em parte das informações somáticas transmitidas pelos estados fisiológicos e emocionais. Tratamentos que eliminem reações emocionais a ameaças subjetivas através de experiências que levam a pessoa a dominar a situação fazem aumentar as crenças na eficácia de saber lidar com situações ameaçadoras e, conseqüentemente levam a melhoria no desempenho (Bandura, 1988c) (p.106).

Na visão da Teoria Social Cognitiva, o conhecimento sobre o estado do corpo e das emoções é adquirido, em grande parte, através da nomeação da sociedade junto aos eventos experimentados. Por exemplo: Quando uma criança experimenta uma sensação de raiva o adulto fala para ela que está sentindo raiva, nomeando assim sua emoção. Com a repetição dessas nomeações em situações semelhantes a criança aprende a interpretar e diferenciar suas

⁹ “ Skilled efficacy builders, therefore, do more than simply convey positive appraisals or inspirational homilies. In addition to cultivating people’s beliefs in their capabilities, they structure activities for them in ways that bring success and avoid placing them prematurely in situations where they are likely to experience repeated failure. To do this effectively, persuasory mentors must be good diagnosticians of strengths and weaknesses and knowledgeable about how to tailor activities to turn potentiality into actuality.” (Bandura 1997, p.106)

experiências afetivas. Para a criança vincular as emoções à auto-eficácia, é necessário relacionar os estados afetivos sentidos com os resultados obtidos numa determinada situação. A observação de sua própria atuação em diferentes condições emocionais, eventualmente poderá levar a criança a criar a crença de como a emoção que surge pode afetar a eficácia pessoal em determinada situação. Não é a intensidade da emoção nem as reações físicas que são importantes, mas como são percebidas e interpretadas (Bandura, 1997, p. 107).

O estado emocional afeta também o julgamento dos eventos, a maneira que a emoção vinculada aos eventos, é interpretada, organizada cognitivamente e guardada na memória. (Bower, 1981. cit. em Bandura 1997 p.111). As pessoas conseguem aprender com mais rapidez se as coisas que estão aprendendo estão congruentes com o estado emocional em que se encontram e lembram melhor se estiverem no mesmo estado emocional de quando apreenderam.

A memória envolve uma rede de associações de conceitos e eventos codificados. A teoria de rede de Bower (Bandura, 1997) explica como a ativação emocional afeta os processos de pensar e como as emoções se associam na memória a diferentes eventos e através disso criam-se vínculos múltiplos com a rede de associações. Ativar uma emoção específica nesta rede, pode facilitar a lembrança de eventos vinculados a este estado emocional (Bandura 1997 p.111). Por exemplo: A pessoa que está de baixo astral lembrará somente eventos infelizes. A pessoa em depressão, em vez de simplesmente ativar memórias infelizes, tem um agravante, pois acarreta uma visão global de si de ineficácia, e de não valia.

Os estados emocionais também afetam como é julgado um evento no momento da ação, sem influências da memória. Um estado emocional positivo leva a julgamentos positivos e julgamentos negativos em estados emocionais negativos. Em outros momentos o julgamento é influenciado tanto pelo estado emocional do momento como das memórias vinculadas a ele.

O efeito do impacto do enviesamento da eficácia do estado é evidente quando o estado emocional não está congruente com as realizações. As pessoas que fracassam num estado de felicidade superestimam suas capacidades e as que têm sucesso num estado triste subestimam a sua capacidade (Bandura 1997 p.113).

Resumindo:

<i>Fatores que podem afetar a construção de crenças de eficácia através dos estados físicos e emocionais</i>
Nível de atenção dado ao estado somático.
Enviesamento de interpretação em relação ao estado somático.
Fonte percebida do surgimento da emoção.
Nível de surgimento do estado somático
Particularidades da situação que causa o estado somático.

Figura 8: (Bandura, 1998, p55).

As quatro fontes mencionadas acima dão informações simultaneamente para a auto-eficácia ser julgada. Essas informações na realidade são dados brutos e somente tornam-se instrutivos através dos processos cognitivos e pensamentos reflexivos. O peso dado a diferentes informações de eficácia pode variar conforme os domínios de funcionamento (Bandura, 1997, p114). Há uma diferença entre as informações transmitidas pelos eventos e as informações selecionadas e integradas pela pessoa (agente) no julgamento de auto-eficácia (Bandura 1998 p.54). Este processo envolve duas partes:

A primeira é o tipo de informação a que as pessoas dão atenção e que são utilizadas como indicadores da eficácia pessoal. Esses fatores fornecem a base de informações usadas para o processo de julgamento da auto-eficácia. A segunda parte inclui as regras e heurística usadas para a integração das informações vindas das diversas fontes de indicadores. (Bandura 1998, p. 55)

Acima falamos de como as quatro fontes são utilizadas para construir as crenças de auto-eficácia. A seguir descrevemos como as crenças de auto-eficácia regulam as operações humanas. Isso ocorre através de quatro processos (Bandura, 1998, p57-61)

1. Processos cognitivos; 2. motivacionais; 3. emocionais; e 4. seletivos. Em todos os processos descrevemos a diferença entre as pessoas com elevada auto-eficácia ao contrário as que têm a auto-eficácia baixa. Resumi em um quadro simplificado abaixo os efeitos dos processos mencionado anteriormente no comportamento.

Os processos cognitivos afetam os padrões de pensamento que podem fortalecer ou debilitar os comportamentos, da seguinte forma:

<i>Pessoas com elevada auto-eficácia percebida.</i>
Estabelecem objetivos desafiantes. (/Bandura 1991 em Bandura 1998, p.58)
São firmes no comprometimento de alcançar os objetivos
Essas metas desafiantes aumentam a motivação e realizações comportamentais (Locke e Lathan, 1990, cit em Bandura 1998.p.58)
Visualizam estratégias positivas.
Têm mais fontes cognitivas e flexibilidade para achar estratégias.
Conseguem administrar o seu ambiente com mais eficácia e produtividade (Wood &Bandura, 1089 em Bandura 1998, p.58)

<i>Pessoas com baixa auto-eficácia percebida.</i>
Estabelecem objetivos menos desafiantes
Desistem com mais facilidade ao encontrar dificuldades.
Sentem menos motivação.
Visualizam cenários de fracasso.

Figura 9. (Bandura 1998, p.58,59)

Os processos motivacionais na sua maioria são gerados cognitivamente. Há três formas conhecidas de motivadores cognitivos: a) Atribuições causais. Weiner (1985, apud Bandura,1997) mostra que o julgamento retrospectivo das pessoas sobre as causas do seu desempenho pode ter um efeito motivacional. Se acreditarem que os sucessos alcançados são resultado da própria habilidade (capacidade) e os fracassos falta de esforço, se empenharão com persistência em tarefas futuras difíceis (teoria de atribuição). b)Expectativas de resultados. A pessoa que tem expectativas elevadas de alcançar resultados específicos muito valorizados por ela , aumenta a motivação para agir (da teoria de expectativa-valor, Bandura, 1997. p.125]). E por último c) objetivos reconhecidos. A teoria dos objetivos explica que a capacidade que as pessoas tem de prever resultados no futuro, e com mecanismos auto-reguladores podem transformar a previsão em objetivos que guiam e motivam a ação (Bandura,1997 p.128). Os efeitos desses três processos motivacionais são parcialmente governados por crenças de eficácia pessoal. As pessoas não procuram atividades se elas têm dúvidas sobre a sua capacidade de alcançar o sucesso. (Bandura 1998, p59)

<i>Pessoas com elevada auto-eficácia percebida.</i>
Em caso de não atingirem os objetivos estabelecidos, atribuem os fracassos a esforço insuficiente, estratégias inadequadas, ou circunstancias desfavoráveis.

<i>Pessoas com baixa auto-eficácia percebida.</i>
Não consideram alternativas de ação mesmo se o benefício pode ser ótimo.
Em caso de não atingirem os objetivos estabelecidos atribuem os fracassos a pouca habilidade.

Figura 10. (Bandura 1998, p.59)

Nos **processos emocionais** as crenças de eficácia de enfrentamento afetam quanto *stress* e depressão que as pessoas sentem em situações difíceis ou ameaçadoras. Bandura aponta quatro maneiras para regular os estados emocionais:

1. **Processamento cognitivo de ameaças.** As crenças de eficácia da pessoa determinam como ameaças são percebidas e processadas cognitivamente. Se a pessoa acredita que tem algum controle sobre as ameaças e não imagina calamidades, não se sente amedrontada, mas se pensar que ameaças não são gerenciáveis ou controláveis enxergam o ambiente cheio de perigos.

2. **Ações transformacionais.** Nesta maneira as crenças de auto-eficácia do ser humano regulam o *stress* e a ansiedade sentida. Quanto mais elevada essas crenças, mais a pessoas se sente corajosa em assumir e transformar situações causadoras desses sentimentos. (Bandura, 1997,p.141)

3. **Controle dos pensamentos.** O ser humano tem a capacidade de controlar os próprios pensamentos que é importante para o seu bem-estar. Cada pessoa vive com um ambiente psíquico que ele mesmo cria e algumas acreditam que conseguem regular o que pensam, influenciar o que sentem e como se comportam. Outras não sentem que tem essa possibilidade causando sentimentos intensificados de sofrimento.

4. **Regulação dos estados afetivos.** Além das três maneiras mencionadas acima para a regulação dos estados emocionais, o ser humano procura o auto-relaxamento, dialogo interno apaziguador, atividades recreativas e apoio social como meios de aliviar a ansiedade e abrandar a ira. (Meichenbaum e Turk 1976; Novak 1979 apud Bandura,1997.p.151). A pessoa que acredita conseguir aliviar estados emocionais desagradáveis se sente mais disposta.

<i>Pessoas com elevada auto-eficácia percebida.</i>
Sentem menos stress
Adotam estratégias para transformar uma situação ameaçadora em uma situação de segurança.
Acreditam que conseguem controlar os seus pensamentos.
Procuram o auto-relaxamento, dialogo interno que aquieta, e apoio social para lidar com as situações adversas.

<i>Pessoas com baixa auto-eficácia percebida.</i>
Sentem-se mais <i>stress</i> e ansiedade porque acham que não têm controle sobre a situação.
Pensam nas suas deficiências ao lidar com situações ameaçadoras
Enxergam o ambiente cheio de perigos.
Aumentam mentalmente os possíveis riscos
Preocupam-se com acontecimentos que raramente acontecerão..
Sentem-se desamparados em relação ao controle de seus pensamentos.(Pode levar a depressão)
Entram em depressão quando adotam padrões altíssimos de autovalor que julgam não ser possíveis de alcançar.
A depressão enfraquece as crenças de eficácia e a pessoa entra num espiral para baixo.
A baixa eficácia social para desenvolver relações sociais que trazem satisfação na vida pode levar a depressão (Não procuram apoio social em situações ameaçadoras).

Figura 11. (Bandura 1998, p.60,61)

Os processos seletivos. O ser humano é em parte produto de seu ambiente como também escolhe os ambientes que leva-o à possibilidade de ter uma influência no que será. Essas escolhas são determinadas pelas crenças que a pessoa tem sobre suas capacidades. O auto-desenvolvimento através de processos seletivos de ambientes que cultivam certas potencialidades e estilos de vida da pessoa, dão forma a seu destino (Bandura,1997. p160)

<i>Pessoas com elevada auto-eficácia percebida.</i>
Consideram mais possibilidades na escolha de uma carreira.
Têm mais interesses nessas possibilidades de carreira.
Preparam-se melhor através da educação para enfrentar carreiras mais difíceis.
São mais determinadas em perseguir os objetivos.
Consideram tarefas difíceis como desafiadoras em vez de ameaçadoras
Mantém o foco na tarefa para achar comportamento eficaz.
Atribui fracassos a falta de esforço.
Aumentam o esforço enfrentando dificuldades.
Mostram pouca vulnerabilidade a <i>stress</i> e depressão.
Recuperam rapidamente o senso de eficácia após um fracasso ou barreira.
O sucesso geralmente vem após tentativas que não deram certo, mantendo um esforço.

<i>Pessoas com baixa auto-eficácia percebida.</i>
Procuram evitar tarefas difíceis que enxergam como ameaças pessoais.
Têm aspirações baixas e comprometimento fraco para /com os objetivos estabelecidos.
Mantêm o foco em si em vez de se preocupar em maneiras de obter sucesso.
Concentram nas deficiências pessoais, obstáculos e resultados adversos.
Desistem com facilidade.
São lentos em recuperar o senso de eficácia após um fracasso ou barreira.
Atribui fracassos a capacidade deficiente.
Suscetíveis a <i>stress</i> e depressão.

Figura 12. (Bandura 1998, p.60,61)

Como vimos acima, as crenças de eficácia são um produto de processamento cognitivo de diversas fontes de informações oriundo de experiências diretas, vicárias, persuasão social e estado fisiológico. Uma vez que as crenças de auto-eficácia são construídas, elas contribuem para a qualidade de funcionamento humano de diversas maneiras, envolvendo processos cognitivos, motivacionais, afetivos e seletivos que levam às realizações das ações. (Bandura, 1997, p. 115).

CAPÍTULO 4

CONSTRUÇÃO DA AUTO-EFICÁCIA NO AMBIENTE ESCOLAR

Neste capítulo comentaremos algumas implicações da Teoria Social Cognitiva na educação, compreendendo que esta área abrange a educação dada pela família, as instituições religiosas, esportivas, educação não formal e informal, e a modelação que ocorre através da mídia incluindo o cinema, a televisão, internet, publicações e a música. Vamos nos restringir à educação formal, com ênfase no professor e no aluno. Analisaremos a importância dos professores como construtores de auto-eficácia e modelos, como também as influências das suas próprias crenças de auto-eficácia de ensino na aprendizagem dos alunos.

Estamos falando da educação no século XXI, em um mundo globalizado, que com os avanços tecnológicos na área da informática concorrem para a aceleração da quantidade de informações, divulgadas através da mídia, na qual a Internet tem um papel importante. Como prevê Bandura (1997, p.213) a Internet deverá funcionar como um dos meios mais importantes de instrução para a aprendizagem contínua especialmente nos níveis superiores de educação. É visto que a criança consegue aprender muito com ajuda da tecnologia educacional, no entanto ela ainda precisa dos professores para sua instrução, construção de crenças de eficácia, o cultivo de suas aspirações, e para achar sentido e rumo na sua trajetória.

Por isso a escola tem uma responsabilidade maior em equipar os alunos com ferramentas cognitivas, crenças de auto-eficácia fortes e interesses intrínsecos necessários para que os educandos possam se desenvolver de várias formas durante suas vidas. Essas habilidades fazem com que os indivíduos consigam adquirir conhecimento novo e cultivar competências de seu próprio interesse para fins vocacionais ou melhoria de qualidade de vida (Bandura 1997, p.214). Bandura descreve três maneiras importantes em que as crenças de auto-eficácia operam para contribuir no desenvolvimento das competências cognitivas que governam o sucesso acadêmico: as crenças dos alunos na sua eficácia de dominar as diversas matérias; as crenças de auto-eficácia dos professores em conseguir motivar e promover aprendizagem nos seus alunos e o senso coletivo das comunidades escolares na eficácia de suas escolas em conseguir atingir progresso acadêmico significativo. (Bandura, 1997, p.214).

Os alunos que ingressam nas escolas do ensino fundamental geralmente entram em um ambiente imposto, eles estão lá por escolha dos pais. Os colegas e os professores fazem parte deste ambiente, iniciando uma relação recíproca triádica entre o ambiente, os processos cognitivos da criança e seu comportamento.

Os jovens alunos ingressando neste ambiente precisam do adulto para que reações do ambiente em que estão inseridos não o afetem de forma que o levem a desenvolver crenças de auto-eficácia baixa. Cada criança precisaria “construtores habilidosos de eficácia...” (Bandura 1997, p.106) que o leve a acreditar em si e desenvolver suas competências. A pesquisa de Sears, Maccoby, & Levin, (1957 apud Bandura, 1997, p.163) mostra que as crianças muito jovens ainda não tem o conhecimento das suas capacidades e das demandas e dificuldades dos diferentes cursos de ação. Ainda precisam da orientação dos adultos neste período formativo para não entrar em situações de risco, até que ganhem suficiente conhecimento do que podem e quais situações exigem certas habilidades, superando a orientação externa. O papel do professor neste aspecto é muito importante.

Como vimos na explicação da teoria de auto-eficácia no capítulo três deste trabalho, as crenças de auto-eficácia são construídas ao longo da vida através das observações, julgamentos, e auto-reflexões de quatro fontes de experiências: a experiência direta, experiências vicárias, a persuasão social e os estados físicos e emocionais (Bandura, 1997, p.79). Analisaremos o papel do professor em cada tipo de fonte para a construção de crenças de auto-eficácia.

Também vimos anteriormente que as experiências vividas pela pessoa são as mais influentes na aquisição de auto-eficácia porque são as fontes que fornecem evidências diretas sobre a capacidade de dominar ou não o que precisa para produzir os resultados esperados. Os professores preparam tarefas, exercícios e atividades para levar os seus alunos a dominar competências. A influência sobre as crenças de auto-eficácia de experiências, organizadas para o domínio de competências, comparadas com outros meios de influência como: a modelação, simulações cognitivas de comportamentos de sucesso e instrução verbal, mostraram que as experiências organizadas para o domínio de competências produziram crenças de eficácia mais elevadas e generalizadas do que os outros meios usados (Bandura et al., 1977; Biran & Wilson, 1981; Feltz, Landers, & Reader, 1979; Gist, 1989; Gist, Schoerer & Rosen, 1989 em Bandura, 1997, p. 80)

Mais um aspecto importante para professores é considerar que as pessoas que somente conseguem sucessos fáceis começam a criar expectativas de obter resultados rápidos e se desanimam com facilidade perante os fracassos. Para obter um senso resiliente de eficácia é necessário dominar obstáculos através de um esforço perseverante. Dificuldades se constituem em oportunidades para aprender como transformar fracassos em sucessos,

estimulando as pessoas para usar suas capacidades de exercer um controle melhor sobre os eventos (Bandura, 1997. p.80).

Como já mencionamos no capítulo anterior, a construção de crenças de auto-eficácia envolve a aquisição de ferramentas cognitivas, comportamentais e auto-reguladoras (Bandura 1997. p.80) Ensinando aos jovens, regras e estratégias que criam modos eficazes de ação, fará com que elas desenvolvam as ferramentas mencionadas acima. É necessária a aplicação constante e persistente dessas estratégias para que se estabeleçam como tal. Lembramos aqui que Bandura mostra que uma maneira de facilitar o desenvolvimento da base cognitiva de competências humanas é dividir as habilidades complexas em subhabilidades possíveis de serem dominadas, organizadas hierarquicamente (Bandura,1997, p.80).

Analisando o quadro na figura 9, no capítulo 3, que mostra como os processos cognitivos afetam os padrões de pensamento, observamos que pessoas com auto-eficácia percebida elevada estabelecem metas mais desafiantes, que levam a um aumento na motivação e realizações comportamentais (Locke e Lathan, 1990, apud Bandura,1998.p.58). Também notamos que pessoas com a auto-eficácia elevada têm mais fontes cognitivas e flexibilidade para achar estratégias.

Relacionada às crenças de auto-eficácia de matemática Pajares e Schunk, no artigo *The Development of Academic Self-efficacy*, encontraram que há uma diferença entre meninos e meninas sobre a sua capacidade em relação a matemática. Os meninos tendem a ter crenças mais elevadas de auto-eficácia que as meninas mesmo mostrando desempenho semelhante. Segundo eles, isso pode ser uma das razões para que um número menor de mulheres deixem de escolher carreiras que envolvam conhecimentos de matemática, não por que falta conhecimento, mas porque subestimam suas capacidades na disciplina. Mesmo que essas crenças também sofram influencia do ambiente em que as crianças vivem, a escola tem sua parte nessa construção (Pajares e Schunk, 2002, p.11).

A nível nacional percebemos que no Brasil há uma consciência da necessidade de ensinar habilidades e fazer os alunos acreditarem em sua capacidade conforme o que prevê os Parâmetros Curriculares Nacionais (1997) nos objetivos gerais de matemática:

“levar os aluno a sentir-se seguro das próprias capacidades de construir conhecimentos matemáticos, desenvolvendo a auto-estima e a perseverança na solução de problemas (Souza.2006. p.119)

Além das experiências próprias como fonte da construção de crenças de auto-eficácia, a pessoa aprende através das experiências vicárias. Desde a experiência com o boneco *João Bobo* nos anos 70, o conceito de aprendizagem por modelação foi incorporado na educação no sentido mais amplo da palavra, como um dos meios mais poderosos para transmitir valores,

atitudes, padrões de pensamento e comportamento. (Bandura 1986). Nós o analisaremos em relação à construção de auto-eficácia.

Pajares (2005, p. 346) aponta que os jovens, através da observação dos sucessos e fracassos dos colegas percebidos como semelhantes na suas capacidades, contribui na percepção das próprias capacidades. Mesmo que essas informações sejam mais fracas que as da experiência direta, elas influenciam, especialmente se o jovem tem dúvidas sobre a própria capacidade. Também influenciam quando o jovem ainda não tem muita experiência para formar um julgamento de sua competência em uma área específica.

Referindo-se ao capítulos 3 vimos que em outras situações, o fracasso de um colega, percebido como tendo as habilidades semelhantes ao do observador, diminui as crenças de auto-eficácia porque o observador raciocina: se o outro não o consegue, também não vai conseguir. Mas, se o modelo é considerado possuidor de habilidades inferiores ao observador, o fracasso do colega em que se baseou a modelação, não o afeta muito.

Bandura afirma que pessoas com auto-eficácia elevada aumentam essas crenças se modelos os ensinam maneiras ainda melhores de fazer as coisas, como também elevam a auto-eficácia baixa nas pessoas que não conseguiram os resultados, usando estratégias diferentes (Bandura 1997 p.87).

É inevitável que alunos se comparem com seus colegas, o que nem sempre tem um efeito benéfico. A professora pode minimizar as comparações e aumentar os padrões internos dos alunos, padrões estes que serviriam como base para se auto-avaliarem.

“ O desafio é de assegurar que esses padrões internos são rigorosos mas não debilitadores, realistas sem ser limitadores, fluem sem alterações, consistentes sem ser estáticos.” (Pajares 2005,p. 347)¹⁰

Se os docentes criam uma estrutura na sala de aula que leva em consideração os indivíduos e suas diferenças, e criam atividades de acordo com as habilidades acadêmicas de cada aluno, as comparações entre os alunos podem diminuir. Se cada aluno estabelece objetivos a médio e longo prazo subdividindo-os em objetivos menores, acompanhando os resultados com mais frequência e tendo um *feedback* sobre as estratégias usadas com sucesso e os resultados obtidos, o aluno aprende a usar padrões internos em vez de se comparar aos colegas e aumenta a sua auto-eficácia (Bandura, 1997. p. 217. Pajarés, 2005, p.357).

Ambientes que estimulam a competição, aplicam avaliações padronizadas, usam as notas de forma competitiva, usam uma metodologia preestabelecida e fixa e motivam os alunos a comparar o seu trabalho com o dos colegas, podem levar à destruição das crenças de

auto-eficácia ainda em construção, conseqüentemente, ainda fracas. Pajares alerta que os professores precisam ficar atentos às práticas de ensino que podem transformar a auto-eficácia em auto-dúvida (Pajares, 2005, p.348).

Outro aspecto, conforme Pajares, para um professor estar atendo é a maneira que reage perante o próprio erro porque também é modelado pelo jovem. Quando erra, o reconhece e o aceita na frente dos jovens, falando que errou e que vai melhorar, transmite a idéia de que erros são inevitáveis e que podem ser superados, mesmo cometidos por pessoas em posição de autoridade. Ao contrário, os adultos que não admitem o erro, que reagem a eles de forma a mostrarem sua incapacidade de errar (dizem, por exemplo, que estavam somente verificando se os alunos estavam prestando atenção) podem criar a idéia que errar é inaceitável (Pajares, 2005).

A terceira fonte para a construção de auto-eficácia envolve a persuasão social que inclui as mensagens verbais. Quando os adultos falam as crianças escutam. Citando Maria Montessori:

“Por causa da vontade das crianças de apreender, e o amor ardente que sentem, um adulto deveria pesar todas suas palavras antes que os diga”(apud Pajares 2005, p. 349).

Na situação escolar, essa terceira fonte envolve mensagens que podem levar ao aumento de desempenho, a aquisição de habilidades e a elevação de auto-eficácia, como podem ser prejudiciais ao desempenho. Persuasores de sucesso cultivam no jovem um senso de capacidade, especialmente assegurando que o objetivo em mente é possível alcançar. As persuasões positivas dão animo e motivam, as persuasões negativas enfraquecem a auto-eficácia especialmente em jovens que já duvidam das suas capacidades (Pajares, 2005, p.349).

Dentro das mensagens verbais constam os elogios. Saber elogiar é importante. O elogio deve ser verdadeiro e na medida em que é devido. Pajares observa que uma pessoa hábil, que é elogiada quando realiza um trabalho com competência, mas com pouco esforço, percebe a mensagem dada que se esforçando pouco é elogiável. Neste caso o valor do elogio para a pessoa é percebido como indevido. A observação feita por Pajares é que a auto-eficácia não é afetada se o elogio é percebido como não devido, e os adultos que o fazem perdem sua credibilidade rapidamente (Pajares, 2005).

Mais um ponto importante em relação ao elogio é quando um indivíduo recebe-o na frente de um grupo. Isso pode ter um efeito positivo na pessoa elogiada, mas negativa nas

¹⁰ “ The challenge is to ensure that these internal standards are rigorous without debilitating, realistic without being self-limiting, fluid without being wishy-washy, consistent without being static.”(Pajares, 2005, p.347)

outras pessoas que não o recebem. Um elogio dado à pessoa em particular, mesmo tomando mais tempo, tem um efeito mais forte. Professores que fazem isso estimulam a comunicação e ajudam a criar memórias que não se esquecem facilmente especialmente quando o professor é visto como pessoa de confiança (Pajares 2005). Relembrando que Bandura descreve que o nível da confiança do persuasor influencia no impacto da construção da auto-eficácia (Bandura, 1997. p.104).

Além dos elogios, há a importância do *feedback* (retorno) dado sobre trabalhos dos alunos. Bandura mostra nas suas pesquisas que o *feedback* dado sobre as realizações do aluno tendem a aumentar a construção de auto-eficácia, e se é focado no incorreto ou não alcançado, diminui a auto-eficácia porque destaca as deficiências da pessoa. Infelizmente em muitos casos nas escolas, um trabalho bem feito é visto como algo esperado e o trabalho com erros é criticado (Bandura 1997 p. 103).

Uma pesquisa feita por Schunk e Rice (1991 apud Bandura, 1997. p. 218) revela que crianças que participaram em um programa para melhorar sua leitura aprendendo estratégias diferentes para ler, estabelecendo objetivos e tendo *feedback* sobre o uso correto das estratégias, aumentaram suas crenças de auto-eficácia e tiveram um desempenho melhor do que os alunos que aprenderam as estratégias, mas não receberam *feedback*.

As pessoas com auto-eficácia elevada aumentam seu desempenho (vide figura 9, capítulo 3) e continuam tentando, mesmo enfrentando dificuldades, alcançando assim resultados melhores e, ao contrário, as pessoas com auto-eficácia baixa desistem com facilidade ao encontrar dificuldades. Isso é verdadeiro para crianças e jovens nas escolas. Quanto mais elevada as crenças de auto-eficácia, mais determinadas são para alcançar os resultados esperados e quanto mais baixa a auto-eficácia mais rapidamente desistem. A preparação de atividades que levam ao sucesso , os modelos presentes no ambiente, bem como os elogios e *feedback*, têm um papel importante neste processo de construção da auto-eficácia.

Por último, temos os estados físicos e emocionais como fonte de auto-eficácia. O aluno dentro e fora da sala de aula, na escola, experimenta várias emoções e estados físicos. É comum que ele se envolva em conflitos com seus colegas, ou com a professora, experimenta raiva, insegurança, tristeza, sente ansiedade, ou falta de confiança na hora de enfrentar uma prova ou projeto, como também experimenta emoções positivas. O papel de educador é fazer com que os jovens saibam como “ler” seus sentimentos e emoções e apresentar estratégias para que consiga lidar com as situações e aumentar as crenças de auto-eficácia de resolução

de problemas. Convém lembrar que na visão da Teoria Social Cognitiva o conhecimento sobre o estado do corpo e das emoções é adquirido, em grande parte, através da nomeação da sociedade junto aos eventos experimentados (Bandura, 1997). Semelhante a outras fontes de auto-eficácia, não é a intensidade do indicador físico ou estado emocional que é importante, mas a interpretação do indivíduo nesses estados. O professor e outras pessoas dentro da escola têm papel importante ao ajudar o aluno em suas interpretações.

As pessoas que enfrentam uma situação com medo e apreensão provavelmente carecem de confiança nas habilidades necessárias para a atividade. Esses sentimentos negativos podem aumentar o nível de *stress* e agitação que pode levar a um resultado negativo já temido, e o que é pior, ansiedade e medo podem paralisar a ação da pessoa. Quando os jovens experimentam ansiedade, é um bom momento para orientá-los a expressar seus sentimentos com outras pessoas (professor, coordenador, pai, mãe, etc). Isso os ajudará a identificar os sentimentos e as estratégias que usaram, para lidar com os mesmos (Pajares, 2005,p.351).

Muitos jovens se envolvem em comportamentos baseados em estratégias auto-prejudiciais para evitar os sentimentos negativos. Uma estratégia muito usada é se esforçar pouco ou não se esforçar. Pajares (2005) mostra que quando a pessoa não obtém os resultados esperados porque não tentou, isso afeta menos suas crenças de auto-eficácia do que quando se esforça muito e não alcança o resultado. Neste último caso, ainda poderia usar o argumento que se quisesse se esforçar conseguiria o resultado. Este tipo de auto-enganação leva a competências cada vez mais baixas, oportunidades perdidas, e um ciclo vicioso de fracassos contínuos. Outras estratégias usadas consistem em falar sobre si de forma depreciativa, estabelecer objetivos tão altos que são impossíveis de atingir assim o fracasso pode ser visto como “fracasso com honras”, e estabelecer objetivos muito fáceis (Pajares, 2005).

Outro aspecto a ser considerado pelos professores é que são as baixas crenças de auto-eficácia percebidas pelos alunos para lidar com situações citadas acima, e não a falta de conhecimento ou habilidade, que podem ser a causa de comportamentos acadêmicos inadequados, problemas de disciplina e a diminuição de interesse na escola e obtenção de resultados. É fundamental que os professores entendam que os estados emocionais e físicos nos dão informações sobre as crenças de auto-eficácia dos alunos (Pajares, 2005. p.351).

Nem sempre é fácil descobrir as crenças de auto-eficácia nos outros. Pessoas bem capazes, muitas vezes, escondem suas inseguranças e não as admitem com facilidade. Nas escolas as avaliações de auto-eficácia dos alunos podem ajudar professores, coordenadores e

administradores a obter informações importantes sobre a motivação acadêmica do aluno. As avaliações podem ser desenvolvidas usando o guia para a construção de escala de auto-eficácia escrita por Bandura.¹¹

Os professores também podem ajudar a desenvolver hábitos nos alunos de práticas auto-reguladoras. Essas são diretamente ligadas ao sucesso acadêmico e as crenças positivas que acompanham esses sucessos levando à crenças de auto-eficácia elevadas e também à realizações em diversas áreas (Pajares,2006.p.356) A importância do desenvolvimento das práticas auto-reguladoras pode ocorrer de forma interdisciplinar. Zimmerman e seus colegas listaram algumas maneiras de ocorrência destas práticas dentro da escola:

- Terminando tarefas de casa em data preestabelecida
- Estudar quando tem outras coisas mais interessantes a fazer.
- Saber concentrar nas matérias da escola
- Fazer anotações úteis na sala de aula
- Saber usar a biblioteca para achar informações para as tarefas.
- Planejar o trabalho da escola com eficácia
- Organizar eficazmente o trabalho
- Saber lembrar informações apresentadas na sala e nos livros.
- Arrumar um lugar para estudar em casa sem distrações.
- Se auto-motivar para fazer os trabalhos da escola
- Participar em discussões em sala de aula (Pajares 2005. p. 356).

Professores podem auxiliar na construção da auto-eficácia promovendo a aquisição dessas práticas.

Outro aspecto relevante a ser levando em conta pelos professores é que a crença de auto-eficácia elevada ou baixa em um domínio pode se generalizar para novas atividades semelhantes. Pajares exemplifica que um aluno, se considerando bom em basquete, pode achar que consegue dominar o vôlei e um aluno que é confiante na sua capacidade de escrever narrativas sentirá que também é capaz de escrever poesia quando começa a estudar essa matéria (Pajares 2005. p. 359).

Na vida escolar um aluno passa por várias situações de transição, quando passa da quarta série para quinta e quando passa para o ensino médio. Cada situação pode abalar ou fortalecer suas crenças de auto-eficácia construídas até esse momento. Durante o período de adaptação os adolescentes sentem uma perda de controle, sentem menos autoconfiança, são

¹¹ <http://www.dcs.emory.edu/mfp/SEGuideRev2005-AE5.doc> acessado em 21 de agosto de 2005

mais sensíveis à avaliação social e diminuem a auto-motivação (Eccles & Midgley, 1989 apud Bandura, 2006.p.12). Nem todos os jovens sentem os mesmos efeitos e com a mesma intensidade, e em outras situações escolares semelhantes estes podem trazer benefícios ou não para a auto-eficácia percebida. Alunos que se sentem eficazes elevam suas crenças e os alunos com crenças de auto-eficácia baixa aumentam as dúvidas sobre sua capacidade.

Analisando novamente os quadros no capítulo três, que apresentam o pensamento e comportamento das pessoas com crenças de auto-eficácia elevada ou baixa em relação aos processos cognitivos, motivacionais, emocionais e seletivos, percebemos a importância dos professores na construção dessas crenças pois essas têm relação direta com o desempenho, as escolhas, a determinação, o estabelecimento de objetivos, a obtenção de resultados e a motivação do aluno.

A maneira como o professor cria o ambiente que leva a aquisição de competências cognitivas e a construção de auto-eficácia nos seus alunos, depende em grande parte dos talentos e crenças de auto-eficácia na área instrucional do próprio professor. Bandura menciona a pesquisa de Gibson e Dembo (1984 em Bandura, 1997, p.241) em que foram medidas as crenças de eficácia de professores em relação a conseguir motivar e educar crianças difíceis, vindo de situações adversas dentro da família e a comunidade. Como vimos anteriormente os resultados mostraram que os professores com elevadas crenças de eficácia acreditaram na possibilidade de educar estudantes difíceis, se empenhando mais e usando técnicas adequadas, além de acreditarem que conseguiriam apoio da família para superar as influencias negativas das comunidades, através de ensino eficaz. Ao contrário, os professores com auto-eficácia baixa acreditaram que pouco poderiam fazer no caso de alunos desmotivados, e que a influencia do professor era limitada perante as influencias da família e da comunidade.

A pesquisa ainda revela que o trabalho dos dois tipos de professores era diferente: no primeiro grupo, os professores usaram mais tempo de aula em atividades acadêmicas, orientando os alunos a enfrentar problemas para obter sucesso e elogiaram os resultados. Os professores do outro grupo gastaram mais tempo de aula em atividades não acadêmicas, abandonaram os alunos que não alcançaram resultados rápidos e criticaram os fracassos dos seus alunos. A pesquisa mostrou claramente que de acordo com as crenças dos professores, eles se envolviam em atividades que promoviam ou não as habilidades cognitivas nos seus alunos (Bandura 1997. p. 241).

Bandura também descreve a pesquisa de Melby (1995 apud Bandura 1997) constatando que professores com crenças baixas de eficácia estão mergulhados em problemas de sala de aula por não confiarem nas suas capacidades de administrar a classe. Se sentem estressados, com raiva do mau comportamento dos alunos, são pessimistas sobre a possibilidade de melhoria dos alunos, assumem uma visão do trabalho como sendo guardiões dos alunos, usam a forma punitiva de manter disciplina, focalizam mais no conteúdo do que no desenvolvimento dos alunos. Muitos arrependem-se de ter escolhido a profissão de professor.

Kipnis (1974 apud Bandura 1997) fez uma pesquisa de longa duração, constatando que a influencia de ações punitivas do professor para que os alunos alcancem resultados fomenta a desvalorização do outro e o nível de seus habilidades. Isso gera um efeito negativo no interesse e motivação acadêmica do aluno, agravando a situação em sala de aula administrada por um professor com baixas crenças de eficácia instrucional. Em contraste, os professores com crenças elevadas usam formas persuasivas em vez de autoritárias para conseguir resultados com seus alunos. Focam mais no desenvolvimento intrínseco dos alunos em relação ao interesse e auto-direcionamento acadêmico (Bandura 1997. p. 241).

Em nível nacional Bzuneck (1996) tem pesquisado a eficácia ¹² dos professores e se questionado como essas crenças são construídas e mantidas nos professores. A construção e manutenção, conforme a Teoria Social Cognitiva, ocorrem durante a vida de acordo com as interações com o ambiente, por isso não são permanentes e estáticas. A cada situação que o ser humano enfrenta, ele constrói, muda ou fortalece suas crenças de auto-eficácia. As mesmas quatro fontes de auto-eficácia descritas anteriormente atuam na vida dos professores. Bzuneck encontrou que fatores como o comportamento e as realizações dos alunos, as séries escolares, o tempo de exercício do magistério e a idade do professor têm sua influência na construção e manutenção das crenças de eficácia (Bzuneck,1996).

Em sala de aula cria-se um círculo vicioso entre os alunos e os professores, no qual o bom comportamento dos alunos junto com resultados positivos eleva as crenças de capacidade do professor que se sente motivado a se empenhar mais em melhorar o ensino, que por sua vez aumenta o desempenho dos alunos, cujas crenças de auto-eficácia são elevadas e assim em diante. O mesmo é verdadeiro para as turmas que não são responsivas, o professor começa duvidar de sua capacidade e sente-se desmotivado para melhorar o ensino,

¹² Falamos aqui somente das crenças de auto-eficácia relativas ao ensinar dos professores, porem Azzi e Polydoro (2006, p.152) encontraram após pesquisar sobre as crenças de eficácia dos docentes que este não é um conceito unitário, podendo ser vistos em duas direções. As crenças de professores sobre sua competência de ensinar e sobre as tarefas relacionadas ao ensino. Por isso quando se refere às crenças de professores não se refere a auto-eficácia, mas a eficácia.

que por consequência leva as crenças de auto-eficácia dos alunos para baixo (Bzuneck, 2000, p.6). Pajares também comenta esse assunto:

“Professores autoconfiantes ajudam a criar alunos autoconfiantes e infelizmente, professores inseguros ajudam a criar alunos inseguros”.(Pajares 2005. p.361) ¹³

No quadro a seguir são descritos comportamentos de professores com elevada ou baixa auto-eficácia.

<i>Elevada auto-eficácia docente</i>	<i>Baixa auto-eficácia docente</i>
Exibe grande nível de planejamento e organização, escolhendo estratégias mais adequadas aos alunos.	Apresenta tendência a manter uma atitude de tutela com uma visão pessimista da motivação dos alunos.
É aberto a novas idéias e mais aberto a experimentar métodos novos que atendam às necessidades do estudante.	Enfatiza o controle rígido do comportamento na sala de aula, com pressões extensas e sanções negativas para que os alunos estudem.
Atua de forma mais humanística na abordagem de controle do aluno.	
Apresenta maior tendência em assumir riscos e em experimentar e, nesse sentido, mais propenso a melhorar.	
Cria clima positivo para a aprendizagem.	
Atua persistentemente com aluno que apresente dificuldade.	
Promove melhor desempenho dos alunos em diversas disciplinas.	
Busca o aperfeiçoamento da crença de auto-eficácia do aluno, determinando a motivação.	
Exibe entusiasmo, compromisso e realização diante da docência.	

Figura 13. (Azzi, Polydoro ,2006. p. 154)

Entre outros adultos que fazem parte da vida dos jovens, os professores exercem um papel importante ao longo dos anos que eles freqüentam a escola. Os docentes tem grande responsabilidade de prepara-los com auto-confiança e habilidades que os tornem capazes de seguir e alcançar seus objetivos e ambições (Pajares,2006).

¹³ “Self-confident teachers help create self-confident students and, regretfully, unconfident teachers help create unconfident students.” (Pajares 2005. p.361)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No capítulo quatro analisamos algumas implicações da Teoria Social Cognitiva na educação escolar, e consideramos que o papel dos professores na construção de crenças de auto-eficácia nos alunos é de grande importância. Os alunos que se formam com crenças de auto-eficácia elevada, o sistema auto-regulador desenvolvido e muitas estratégias para lidar com situações diversas têm mais possibilidade de administrar suas vidas com mais eficácia e produtividade. (Bandura 1998). Todavia a percepção do professor da sua própria capacidade diante da sua tarefa complexa são de grande influencia neste processo. Quanto mais elevada suas crenças de eficácia, melhor o desempenho e motivação profissional, que por sua vez levam a melhores resultados com seus alunos. Bzuneck(2000) relata sobre essa relação entre as crenças de eficácia dos professores e a performance dos alunos:

“Entretanto, cabe reiterar aquilo que Bandura (1986; 1993) sustenta, apoiado em dados de pesquisa: o clima de uma sala de aula e as metas de realização nela estabelecidas, com as conseqüências de motivação e de performance dos alunos, são determinados em boa parte pelas crenças de auto-eficácia de quem está presidindo à classe. A consideração dessa variável pessoal deve, portanto, e como ponto de partida, fazer parte das providências e iniciativas de todos aqueles que se preocupam com a qualidade dos produtos educacionais e com o próprio bem-estar dos professores”(Bzuneck 2000. p. 11).

Entre os mecanismos da agencia humana nenhum é tão central quanto as crenças de auto-eficácia. Se as pessoas não acreditam que conseguem produzir resultados em suas ações, elas têm pouco incentivo para agir ou continuar em momentos difíceis. Qualquer outro fator que serve como guia e motivador, é baseado nas crenças que o ser humano tem de efetivar mudanças através de suas ações (Bandura 2006, p. 12).

Pessoas que construíram crenças de auto-eficácia elevadas reagem de forma diferente do que as pessoas com crenças baixas, estabelecem objetivos mais desafiantes, exibem motivação maior para alcançar os objetivos, são mais determinadas para seguir em frente quando enfrentam dificuldades, sofrem menos *stress* e se recuperam com mais facilidade após algum fracasso. As crenças de auto-eficácia afetam a qualidade de vida e determinam as escolhas que as pessoas fazem em momentos decisivos da vida. O fator que influencia o comportamento de escolha pode afetar o rumo da vida porque há influencias sociais operando nos ambientes seletivos que continuam promovendo certas competências, valores e estilos de vida (Bandura, 2006).

Consideramos fundamental o estudo da Teoria Social Cognitiva de Bandura, na formação dos profissionais da educação, uma vez que constatamos através deste estudo a importância do papel do professor na construção das crenças de auto-eficácia dos seus alunos.

Para isso o professor desenvolve várias práticas, por exemplo, elabora tarefas e exercícios, cria um ambiente de aprendizagem minimizando a comparação entre os alunos, estimula o desenvolvimento de padrões internos de referência nos alunos, elogia, incentiva os alunos a estabelecer objetivos e metas, da *feedback* e incentivos positivos de acordo com as realizações, ensina e analisa estratégias para lidar com diversas situações.

Conseqüentemente na formação dos professores é importante mostrar as quatro fontes das crenças de auto-eficácia e quais práticas pedagógicas correspondem a cada uma. É fundamental que aprendam a se aprofundar nessas práticas de docente para criar um ambiente de aprendizagem favorável à construção de crenças de auto-eficácia elevadas.

Na minha experiência atual como professora de alunos da sexta série da língua inglesa o estudo da Teoria Social Cognitiva me levou a fazer algumas mudanças nas minhas práticas na sala de aula. Estou passando várias estratégias para compreensão de leitura em vez de simplesmente ler e fazer atividades para que os alunos compreendam e analisem os textos. Outra prática que adotei é quando os alunos entram em conflito com colegas, sentamos e conversamos sobre o que sentem e o que eles podem fazer para lidar com a situação, os resultados são surpreendentes, as crianças mostram ter uma visão muito clara da situação e dispostas a tentar várias formas de resolver os problemas.

Para estimular a formação de padrões internos nos alunos e diminuir as comparações entre colegas (Bandura, 1997, Pajares 2005) adotei o uso de *portfólio*, uma pasta que cada criança guarda no arquivo na sala. Nela guarda os trabalhos e anota os objetivos específicos para sua aprendizagem. A cada mês a criança se auto-avalia escrevendo se alcançou o objetivo, o que falta para alcançá-lo e analisa estratégias que está usando. Se já o alcançou seu objetivo estabelece um novo de maneira clara e mensurável, por exemplo, *vou anotar cinco palavras novas no meu caderno todos os dias para melhorar o meu vocabulário. Este mês quero aprender e lembrar 20 palavras novas*. Desta forma cada criança pode estar concentrada em uma área de aprendizagem onde precisa mais atenção, diferente das outras crianças mesmo participando da mesma aula. Essa prática me mostrou que as crianças sabem muito bem quais são seus pontos fortes e pontos fracos e me ajuda a dar um *feedback* mais adequado. Observei que a motivação das crianças aumentam com essa prática, elas gostam de ter um desafio e consideram alcançar o objetivo como tal.

Depois de aprender que uma fonte para a construção da auto-eficácia é a persuasão social que inclui os elogios dados para dar-lhes em momentos que para o aluno tenha significado, para que sintam que é devido. Essa prática nem sempre é fácil.

No meu dia a dia como professora gostaria de trabalhar nas minhas próprias crenças de eficácia para elevá-las sabendo agora como são importantes para o meu desempenho e motivação e que isso tem uma relação com o desempenho dos meus alunos. Sinto que preciso de um trabalho orientado. Por isso considero que no curso de formação de professores esse aspecto deve ser trabalhado. Por exemplo, a escala de medição das crenças de eficácia de ensino pode ser usada para avaliar as crenças de eficácia em relação à ensinar de cada um. O resultado dessa avaliação permite o planejamento de situações educacionais que promovam a percepção de sucesso e elevem essas crenças (Azzi, Polydoro e Bzuneck, 2006 p.153).

Azzi, Polydoro e Bzuneck escrevem sobre a importância dos professores saberem da importância da auto-eficácia:

“Pinotti (2003) destaca entre suas conclusões a necessidade de formar professores conhecedores da importância da auto-eficácia. Nessa direção, autores como Pajares & Woodfolk têm sido explícitos em suas considerações sobre a necessidade e pertinência de conhecimento do constructo, suas fontes e efeitos, entre aqueles cujas ações envolvem os processos educativos de outros, como pais, professores, coordenadores” (Azzi, Polydoro e Bzuneck, 2006. p157).

Como professora sinto essa importância, este estudo me levou a fazer algumas mudanças nas práticas na sala de aula com os quais senti uma diferença nos alunos e na minha própria motivação como profissional. Considero que o estudo da Teoria Social Cognitiva pelos professores em formação pode levar a melhorar a qualidade do ensino e este trabalho é uma pequena contribuição para refletir sobre este assunto.

REFERÊNCIAS

- AZZI, R.; POLYDORO, S. A. J. Auto-eficácia: introdução ao conceito. In: AZZI, R.G.; POLYDORO, S A J (Org.) **Teoria Social Cognitiva: auto-eficácia em foco**. Editora Alínea, 2006.
- _____. Auto-eficácia proposta por Albert Bandura. In: AZZI,R.; POLYDORO, S.A J. (Org.) **Auto-Eficácia em diferentes contextos**. Campinas, Editora Alínea, 2006.
- _____. Auto-regulação: aspectos introdutórios. In AZZI, R.G.; POLYDORO, S. A.J. **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Editora Alínea, 2006
- AZZI,R.; POLYDORO S.; BZUNECK,J. Considerações Sobre a Auto-eficácia docente. In: **Auto-Eficácia em diferentes contextos**. Campinas, Editora Alínea, 2006
- BANDURA, A. **Self-Efficacy: The exercise of Control**. New York: Freeman,1997
- _____. Self efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. **Psychological Review**. Março, v 84, p. 191-215, 1997.
- _____. The Self System in Reciprocal Determinism. **American Psychologist**. v.33. n.4, p.344-358, 1978.
- _____. Fearful Expectations and Avoidant Actions as Coeffects of Perceived Self-Efficacy. **American Psychologist**. December, p.1389-1391, 1986.
- _____. **Social Foundations of Thought and Action**. Prentice Hall, Inc., Englewood Cliffs, New Jersey, 1986.
- _____. Human agency in social cognitive theory. **American Psychologist**. v. 44, n.9, p.1175-1184, 1989.
- _____. Personal and collective efficacy in human adaptation and change. In: ADAIR, J.G.; BELANGER, D.; DION, K.L. (Ed.) **Advances in psychological science: v.1 Personal, social and cultural aspects**. p.50-71. Hove, UK: Psychology Press, 1998.
- _____. Social cognitive theory: An agentic perspective. **Annual Review of Psychology**. 52, p.1-26. Palo Alto: Annual Reviews, Inc., 2001.
- _____. On the Psychosocial Impact and Mechanisms of Spiritual Modeling. **The International Journal for the Psychology of religion**. 13. 3, p.167-173, 2003.
- _____. The Evolution of Social Cognitive Theory. In: SMITH, K.G.; HITT, M A. (Ed). **Great Minds in Management**. p.9-35. Oxford: Oxford University Press, 2005.
- _____. Adolescent development from an agentic perspective. **Self-efficacy beliefs of adolescent** p.1-43. Information Age Publishing, 2005.
- _____. Guide for Constructing Self-efficacy scales. Disponível em <http://www.des.emory.edu/mfp/SEGuideRev2005-AE5.doc>. Acesso em 21 de agosto de 2005.
- _____. Towards a Psychology of Human Agency. **Perspectives on Psychological Science**. N.1, p.164-180, 2006.
- _____. Going global with social cognitive theory: from prospect to paydirt. In: DONALDSON, D.E., BERGER, & PEZDEK, K, (Eds.). **The rise of applied psychology: New frontiers and rewarding careers** p. 53-70. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2006.
- _____. Adolescent development from an agentic perspective. Em PAJARES,F. & URDAN, T.(Ed.). **Self-efficacy beliefs of adolescents**, cap.1, p.1-43. Greenwich, CT: Information Age Publishing, 2006
- BANDURA, A.; AZZI, R.G; POLYDORO, S A J. (Org.). **Teoria Social Cognitiva, conceitos básicos**. Porto Alegre : Artmed Editora S.A, (2007).

BANDURA, A.; BLANCHARD, E.B., RITTER, B. "Relative efficacy of desensitization and modeling approaches for inducing behavioral, affective, and attitudinal changes". **Journal of Personality and social psychology**, v. 13, n. 3, p.173-199, 1969.

BOEREE, G. C. **Personality Theories**. Disponível em www.ship.edu/~cgboeree/bandura.html. Acesso em 18 de agosto de 2007.

BZUNECK, J. A. As crenças de auto-eficácia dos professores. In: FERMINO, F.; SISTO; OLIVEIRA, G.C.O; FINI, L.D.T. (Org.). **Leituras de psicologia para formação de professores**. Petrópolis (Brasil), Editora Vozes, 115-134. (2006)

DAVIDSON FILMS. **Bandura's Social Cognitive Theory : An introduction**. Disponível em www.davidsonfilms.com. Acesso em 18 de agosto de 2007.

MARCONI, M.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia Científica**. 3ª ed. São Paulo: Atlas, 1991.

MAYA, T. **Pesquisa social: questões, métodos e processos**. Porto Alegre: Artmed, cap.5, 2004.

NOVAK, J.D. **Learning, Creating, and Using Knowledge: Concept maps as facilitative Tools in Schools and Corporations**. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.,1998.

PAJARES, F. **Albert Bandura: Bibliographical Sketch**, 2004. Disponível em <http://des.emory.edu/mfp/bandurabio.html>. Acesso 18 de agosto de 2007.

_____ Self-Efficacy during childhood and adolescence. In: PAJARES, F.; URDAN,T.(Ed.). **Self-efficacy beliefs of Adolescents**. p.339-367, 2005.

SCHUNK,H.D.; PAJARES, F. The Development of academic Self-efficacy. In: A. Wigfield J.; Eccles (Ed.). **Development of achievement motivation**. San Diego: Academic Press, p. 3-27, 2002.

SOUZA, F.N.I.L. Crenças de auto-eficácia Matemática. Em AZZI, R.G; POLYDORO, S A J (Org.). **Auto-eficácia em diferentes contextos**. Campinas, SP: Editora Alínea, 2006.

ZIMMERMAN, B. J.; BANDURA, A.; MARTINES-PONS, M. Self- Motivation for Academic Attainment: The Role of Self-Efficacy Beliefs and Personal Goal Setting. **American Educational Research Journal**. Fall v. 29, n. 3, p. 663-676, 1992.

