

Περιεχόμενα

Πρόλογος	13
Κεφάλαιο 1: Μεταγινώσκειν	19
Μορφές του μεταγινώσκειν	29
Φύση του μεταγινώσκειν	37
Μέθοδοι μελέτης και μέτρησης του μεταγινώσκειν	45
Μέτρηση των μεταγνωστικών διεργασιών	54
Μεταγινώσκειν και εγκέφαλος	61
Γινώσκειν χωρίς ενημερότητα	64
Νευροψυχολογικές μαρτυρίες για την παρακολούθηση	66
Νευροψυχολογικές μαρτυρίες για τον έλεγχο	75
Αυτο-ενημερότητα και εγκεφαλική λειτουργία	85
Κεφάλαιο 2: Μηχανισμός των μεταγνωστικών διεργασιών	93
Μηχανισμός των μεταγνωστικών εμπειριών	93
Μεταγνωστικά αισθήματα	93
Μεταγνωστικές κρίσεις και εκτιμήσεις	100
Η τρέχουσα, ειδική ως προς το έργο γνώση	112
Αιτιολογήσεις και επεξηγήσεις	114
Μηχανισμός της μεταγνωστικής γνώσης	122
Η θεωρία του νου	123
Θεωρίες ως προς τη μνήμη	132
Θεωρίες για άλλες γνωστικές διεργασίες	137
Θεωρία για τη γνώση – Επιστημική σκέψη	139
Θεωρίες για τη μάθηση και τη νοημοσύνη	145
Θεωρίες για την προσωπική σταθερότητα και αλλαγή	146
Μεταγνωστική θεωρία του εαυτού	147
Μεταγνωστική γνώση, αναπαράσταση, και έλεγχος	152

Μηχανισμός των μεταγνωστικών δεξιοτήτων	153
Τι είναι ο έλεγχος	154
Τα χαρακτηριστικά του συνειδητού και μη συνειδητού ελέγχου	157
Γνωστικός έλεγχος	160
Μεταγνωστικός έλεγχος	167
Μεταγνωστικές δεξιότητες	170
Προϋποθέσεις της εφαρμογής μεταγνωστικών δεξιοτήτων	177
Απόκτηση μεταγνωστικών δεξιοτήτων	189
Συνέπειες της εφαρμογής των μεταγνωστικών δεξιοτήτων	196
Κεφάλαιο 3: Μεταγνωστικές εμπειρίες	201
Το αίσθημα ότι γνωρίζω	202
Το αίσθημα “στην άκρη της γλώσσας”	202
Ραγδαίο αίσθημα ότι γνωρίζω	207
Η κρίση ότι γνωρίζω	208
Η κρίση για τη μάθηση	209
Προβλεπτική κρίση για τη μάθηση	210
Παράγοντες που επηρεάζουν το αίσθημα ότι γνωρίζω	211
Η πλάνη ότι γνωρίζω	216
Θεωρητικές ερμηνείες του αισθήματος ότι γνωρίζω	217
Αίσθημα του οικείου	220
Παράγοντες που επηρεάζουν την αναγνώριση	222
Παράγοντες που επηρεάζουν το αίσθημα του οικείου	226
Σχέσεις του αισθήματος του οικείου με άλλες μεταγνωστικές εμπειρίες	228
Αίσθημα δυσκολίας	229
Σχέσεις του αισθήματος δυσκολίας με άλλες μεταγνωστικές εμπειρίες	231
Παράγοντες που επηρεάζουν το αίσθημα δυσκολίας	234
Αίσθημα βεβαιότητας	240
Σχέσεις του αισθήματος βεβαιότητας με άλλες μεταγνωστικές εμπειρίες	242
Παράγοντες που επηρεάζουν το αίσθημα βεβαιότητας	246
Μηχανισμός του αισθήματος βεβαιότητας	251
Αίσθημα ικανοποίησης	253
Αίσθημα ότι δεν καταλαβαίνω	255
Σύνοψη	257

Κεφάλαιο 4: Αυτο-ρύθμιση	261
Ορισμός αυτο-ρύθμισης	262
Προσαρμοζόμενα συστήματα	263
Αρνητική επανατροφοδότηση	264
Θετική επανατροφοδότηση	265
Θυμικές συνέπειες της απόκλισης από το στόχο	267
Ρυθμός μείωσης της απόκλισης και θυμικό	270
Αυτο-ρύθμιση και αυτο-ενημερότητα	276
Η διεργασία της αυτο-ρύθμισης	278
Στοχοθεσία και κίνητρα	278
Αυτο-ρύθμιση και βούληση	285
Εαυτός και βούληση	286
Αυτο-ρύθμιση και αυτο-έλεγχος	287
Αυθόρμητος έλεγχος	290
Αυτο-ρύθμιση και ετερο-ρύθμιση	291
Αυτο-ρύθμιση και θυμικό	294
Αυτο-ρύθμιση στα παιδιά	299
Τύποι γονεϊκότητας και αυτο-ρύθμιση στα παιδιά	301
Γονεϊκότητα, αυτονομία, ασφάλεια	303
Γονείς, παιδιά, και σχολική αποτυχία	305
Δάσκαλοι και αυτο-ρύθμιση	309
Κοινωνικοπολιτισμικές επιδράσεις	314
Διά βίου ανάπτυξη και αυτο-ρύθμιση	315
Αυτο-ρυθμιζόμενη μάθηση	321
Συστατικά της αυτο-ρυθμιζόμενης μάθησης	322
Φάσεις της αυτο-ρυθμιζόμενης μάθησης	323
Ο ρόλος των μεταγνωστικών διεργασιών στην αυτο-ρύθμιση	333
Ανάπτυξη της ακαδημαϊκής αυτο-ρύθμισης	338
Διδασκαλία και αυτο-ρύθμιση της μάθησης	341
Αυτο-ρυθμιζόμενη διδασκαλία	344
Στρατηγικές διδασκαλίας για την αυτο-ρύθμιση των μαθητών	347
Σύνοψη	350
Βιβλιογραφία	353
Κατάλογος ονομάτων	395
Κατάλογος θεμάτων	405