



## **AUTO-EFICÁCIA ACADÉMICA**

**Elisabete Pinheiro Alves Mendes Fonseca**  
Escola Superior de Enfermagem de Coimbra

### RESUMO

O presente artigo tem como objectivo abordar o conceito de auto-eficácia e realça a sua importância no âmbito académico como preditor da realização académica.

Este constructo é considerado um elemento nuclear da Teoria Social Cognitiva de Bandura, na qual o ser humano é visto como um indivíduo auto-regulado e comprometido com o seu próprio desenvolvimento.

As crenças de auto-eficácia contribuem para o sucesso académico e são um incremento da motivação que influi positivamente naquilo que o estudante pensa, sente e faz, aumentando o seu compromisso com o processo educativo.

No plano académico salienta-se que um bom desempenho não é exclusivamente garantido pelos conhecimentos e habilidades dos estudantes.

A educação formal deve equipar os estudantes com ferramentas intelectuais de forma a adquirirem um sentido de eficácia que lhes permita aplicar o que sabem. Experiências anteriores, em particular o êxito ou o fracasso são a principal fonte de auto-eficácia. Constituem por isso forças críticas para o rendimento académico.

Palavras-chave: Auto-eficácia, académica, motivação, auto-regulação, desempenho

### ABSTRACT

This article aims to approach the concept of self-efficacy, pointing out its importance within the academic context as a predictor of academic success.

This construct is considered a core aspect of Bandura's Social Cognitive Theory in which the human being is seen as a self-regulated individual committed to its own development.

Self-efficacy beliefs contribute to academic success as a source of increased motivation which positively influences the student's thoughts, feelings and actions, increasing its commitment to the educational process.



## AUTO-EFICÁCIA ACADÉMICA

In the academic field, it is pointed out that the knowledge and skills of the students do not guarantee by themselves a good performance.

Formal education should provide students with intellectual tools in order for them to develop a sense of efficacy which allows them to apply what they know. Previous experiences, especially success or failure, are the main source of self-efficacy. They represent, therefore, critical forces behind academic achievement.

Keywords: Self-efficacy, academic, motivation, self-regulation, performance

## INTRODUÇÃO

Todo o percurso académico de um indivíduo tem como principal finalidade facultar-lhe a aquisição de meios intelectuais, crenças de auto-eficácia e capacidade auto-reguladora, para que saiba conduzir os seus processos de educação ao longo da vida, e preparar-se para actuar profissionalmente de forma autónoma (Bandura, 1991)

A auto-eficácia é definida como a confiança que o indivíduo tem na sua capacidade em executar uma tarefa específica, e depende de factores internos e situacionais, como por exemplo experiências anteriores, a natureza da tarefa ou o grau de realização dos pares.

Silva e Paixão (2007) referem que as crenças de auto-eficácia influenciam as linhas de acção que as pessoas decidem perseguir e têm a convicção de que afectam a resiliência na adversidade bem como o nível de realização alcançado.

As capacidades e habilidades pessoais, mesmo que estejam presentes, nem sempre são bem utilizadas, o que pode estar relacionado com uma percepção negativa de auto-eficácia.

As características, a medida e a repercussão do constructo auto-eficácia no comportamento humano tem suscitado elevado interesse para os investigadores em todos os domínios, mas particularmente na investigação educacional, tendo especial incidência na motivação académica.

## DESENVOLVIMENTO

O constructo auto-eficácia tem sido largamente aplicado em diversas áreas do conhecimento. É a partir da Teoria Social Cognitiva de Bandura (1986) que nasce o conceito. Este autor define como Auto-Eficácia "a crença do indivíduo sobre as suas capacidades de exercer controle sobre acontecimentos que afectam a sua vida", "e a crença nas suas capacidades para mobilizar motivação, recursos cognitivos e implementar acções que lhe permitam exercer controle sobre tarefas exigidas".

No plano académico, auto-eficácia e desempenho académico influenciam-se mutuamente e podem determinar a escolha de actividades, o estabelecimento de objectivos ou mesmo a persistência face a algumas contrariedades. (Pajares, 1997; Zimmerman, 2000; Bzuneck, 2000; Sá, 2006)

Bandura (1986) e também Pajares (1997) definem quatro processos através dos quais a auto-eficácia exerce influência sobre o comportamento do indivíduo: cognição, motivação, afecto e selecção de actividades e ambientes.

As crenças de auto-eficácia surgem a partir da informação obtida em quatro fontes:

- *Experiências de êxito* - Constituem a contribuição mais importante para a auto-eficácia por se basearem em experiências de domínio real. Os fracassos fazem diminuir a crença de auto-eficácia, principalmente quando não são atribuídos a um esforço insuficiente ou a circunstâncias externas. Por outro lado, o êxito repetido nalgumas tarefas proporciona um aumento da avaliação positiva de auto-eficácia. (Schunk, 1991).



## CONTEXTOS EDUCATIVOS ESCOLARES: FAMILIA, EDUCACIÓN Y DESARROLLO

- *Experiência vicária* – A observação de modelos que conseguem bons resultados na execução de certas actividades sugere a um estudante que ele próprio possui capacidades suficientes para desenvolver com êxito desafios semelhantes. Esta fonte de auto-eficácia assume ainda maior relevância nas situações em que o indivíduo tem pouco conhecimento sobre as suas capacidades bem como pouca experiência na tarefa a realizar. A experiência vicária envolve também comparações sociais que o indivíduo realiza entre as suas capacidades e as dos outros, comparações estas que se podem transformar em influências poderosas no desenvolvimento da auto-percepção de eficácia. (Pajares, 1997). Contudo, Bzuneck (2000) chama a atenção para que a simples observação do êxito dos outros nem sempre se revela suficiente para alimentar as crenças de auto-eficácia.

- *Persuasão Verbal* – É por si só uma estratégia. No plano académico, a persuasão verbal dos estudantes pode contribuir para que se sintam estimulados a enfrentar situações que pareçam ultrapassar as suas habilidades. A persuasão verbal pode assim contribuir para desempenhos com sucesso principalmente quando o reforço é oferecido dentro de limites reais, e, de acordo com Pajares (1997), de forma ainda mais significativa em pessoas que já possuem um nível elevado de auto-eficácia e necessitam apenas de um pouco mais de confiança para realizar algo com sucesso.

- *Estado fisiológico* – Respostas emocionais com repercussões físicas tais como ansiedade, dor, medo, fadiga tendem a influir negativamente na percepção de auto-eficácia. Quando percebidos pelo indivíduo sinalizam vulnerabilidade produzindo um julgamento de baixa capacidade numa determinada situação. A minimização do desgaste emocional melhora a percepção de auto-eficácia e o desempenho

Mas para um bom desempenho não são as crenças de auto-eficácia que permitem superar as lacunas nos conhecimentos e nas habilidades ou na ausência de capacidade efectiva. Os estudantes não conseguirão executar tarefas que estejam acima das suas capacidades só por acreditarem que são capazes de as executar.

Por outro lado, também não são o único factor motivacional, nem tão pouco um factor que actue de modo isolado, devendo ser consideradas condição necessária, mas não suficiente para a motivação, não obstante a qualidade e a intensidade do envolvimento nas aprendizagens depender da motivação. (Bzuneck, 2000; Schunk, 1991).

Bzuneck (2000) chega mesmo a afirmar que um aluno motiva-se se for capaz de se envolver nas actividades de aprendizagem dependendo do facto de, acreditar ou não, que com os seus conhecimentos, talentos e habilidades, poderá adquirir mais conhecimento, dominar um conteúdo, melhorar as suas competências, entre outros. A transformação de uma capacidade em competência implica acreditar que se é suficientemente eficaz para desenvolver esse processo. Assim, esse aluno seleccionará actividades e estratégias de acção que, segundo prevê, poderão ser executadas por ele e abandonará outros objectivos ou cursos de acção que não lhe representem incentivo, porque sabe que não os poderá implementar.

No plano académico, auto-eficácia e desempenho académico influenciam-se mutuamente e podem determinar a escolha de actividades, o estabelecimento de objectivos ou mesmo a persistência face a algumas contrariedades. (Pajares, 1997; Zimmerman, 2000; Bzuneck, 2000; Sá, 2006)

Sabe-se que o aluno constitui uma das partes mais complexas, e ao mesmo tempo mais frágeis, do ambiente de aprendizagem, o que pode ser explicado através dos poucos conhecimentos que se têm sobre os processos de aprendizagem do aluno, e da subjectividade de factores emocionais envolvidos no processo ensino-aprendizagem.

Estudos desenvolvidos por Pajares (1997) permitem afirmar que o senso de auto-eficácia em contexto académico pode ser de grande utilidade para o planeamento de intervenções. Destaca ainda a importância de se poder oferecer ao estudante ferramentas que lhe permitam desenvolver crenças positivas relativas às suas próprias capacidades de realização, bem como manter as crenças motivacionais, mesmo quando a realização é baixa. Resultados semelhantes foram encontrados nos estudos desenvolvidos por Souza e Souza (2004), que evidenciam que a percepção de eficácia influencia a escolha de actividades e dos ambientes.



## AUTO-EFICÁCIA ACADÉMICA

Relativamente ao estudante do ensino superior, e não obstante o aluno ter ingressado num outro nível de escolaridade, este continua a ser um período de desenvolvimento psicossocial. De facto, a entrada no ensino superior é um momento marcante que confere ao estudante um novo rumo no seu projecto de vida. Durante a sua experiência académica vai usando, em maior ou menor escala, estratégias para regular a sua aprendizagem. Efectivamente a auto-regulação é um aspecto importante da aprendizagem e do desempenho académico, e para isso é fundamental que o indivíduo tenha uma percepção clara de si mesmo, e que saiba reconhecer os recursos para lidar com a adversidade. Uma das causas de fraco desempenho está ligada com a incapacidade do estudante activar estratégias de aprendizagem bem sucedidas.

Mas não deixa de ser necessário estimular o aluno a auto-controlar a sua aprendizagem.

Em Portugal o estudo da auto-eficácia académica em estudantes do ensino superior tem-se revelado, desde há muito tempo, de crucial significado. Pesquisas efectuadas por Teixeira (2008) revelam que, a medida do constructo evidenciou grandes potencialidades em aconselhamento vocacional, no aprofundamento do significado pessoal das experiências na formação dos interesses, das escolhas e dos projectos e na articulação dos componentes da aprendizagem.

Ribeiro (2004) apurou que a percepção acerca da capacidade própria influencia os processos de pensamento e as reacções emocionais antes e perante as situações, enquanto que Pina e Neves (2007) referem que a auto-eficácia é uma variável influente na realização.

## BIBLIOGRAFIA

Bandura, Albert. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational behaviour and human decision processes*, Psychological Review, v 50, p.248-287.

Bandura, Albert. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.

Bandura, Albert. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. in *Self-efficacy beliefs of adolescents*. Chapter14. [books.google.com](http://books.google.com)

Bzuneck, J. A. (2000). *A Motivação do Aluno: Contribuições da Psicologia Contemporânea*. Petrópolis: Editora Vozes.

Cordeira, J. P., Palenzuela, David L. (1998). Expectativas de auto-eficácia percebida: versão portuguesa de uma escala específica para situações académicas. *Separata da Revista Portuguesa de Educação*, 11(1), p.103-112.

Lent, R., Hackett, G., & Brown, S. D. (2004). Una perspectiva social cognitiva de la transición entre la escuela y el trabajo. *Evaluar*, 4, 1-22.

Neves, Sílvia Pina, & Faria, Luísa. (2007). Auto-eficácia académica e atribuições causais em Português e Matemática. *Análise Psicológica*, 25(4), p. 635-652.

Pajares, F. (1997) Self-Efficacy Beliefs in Academic Settings. *Review of Educational Research*, v.66, n. 4, p. 543-78.

Palenzuela, David L. et al. (1997). Una versión española de una batería de escalas de expectativas generalizadas de control (BEEGC). *Revista Portuguesa de Educação, Centro de Estudos em Educação e Psicologia*, 10(1), p. 75-96.

Pintrich, Paul R., & Schunk, Dale H. (s.d.). *Motivation in education: theory, research and applications*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Ramos, Ludovina Almeida, Paixão, Maria Paula & Silva, José Tomás. (2007). O impacto da auto-eficácia no desenvolvimento da identidade vocacional. *PSYCHOLOGICA*, 44, p. 25-44.

Ribeiro, J. L. P. (2007). *Avaliação em Psicologia da Saúde*. Coimbra: Quarteto.

Rutter, Michael et. al (1995). *Child and adolescent psychiatry: modern approaches*. Oxford: Blackwell Science.



CONTEXTOS EDUCATIVOS ESCOLARES: FAMILIA, EDUCACIÓN Y DESARROLLO

Schunk, D.H. (1991). Self-Efficacy and Academic Motivation. *Educational Psychologist*, v. 26, n. 3 & 4, p. 207-31.

Silva, José Tomás & Paixão, Maria Paula. (2007). Estudos sobre o papel da auto-eficácia em contextos educativos. *PSYCHOLOGICA*, 44, p. 7-10.

Souza, Israel, & Souza, Marcos Aguiar. (2004). Validação escala de Auto-eficácia Geral Percebida. *Revista Universidade Rural, Seropédica*, 26, (1-2), p. 12-17.

Teixeira, Maria Odília. (2008). A escala multidimensional de Auto-eficácia Percebida: Um estudo exploratório numa amostra de estudantes do ensino superior. *RIDEP*, 25(1), p. 141-157.

Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), p. 82-91.

*Fecha de recepción: 28 febrero 2009*

*Fecha de admisión: 19 marzo 2009*

