**Inventario de consciencia metacognitiva**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Verdadero** | **Falso** |
| 1. Me pregunto periódicamente si estoy logrando mis objetivos. | X |  |
| 2. Ante un problema, considero varias alternativas antes de contestar. | X |  |
| 3. Procuro utilizar estrategias que han sido efectivas en el pasado. | X |  |
| 4. Al estudiar, adapto mi ritmo para tener suficiente tiempo. | X |  |
| 5. Entiendo cuáles son mis fortalezas y debilidades intelectuales. | X |  |
| 6. Antes de comenzar una tarea, pienso sobre lo que realmente necesito aprender. | X |  |
| 7. Sé qué tan bien me ha ido cuando he finalizado una prueba. | X |  |
| 8. Fijo objetivos específicos antes de comenzar una tarea. | X |  |
| 9. Me detengo cuando encuentro información importante. | X |  |
| 10. Sé qué tipo de información es más importante aprender. | X |  |
| 11. Me pregunto a mí mismo si he considerado todas las opciones al resolver un problema. | X |  |
| 12. Soy bueno organizando información | X |  |
| 13. Enfoco mi atención en forma consciente en la información importante. | X |  |
| 14. Tengo un propósito específico para cada estrategia que utilizo. | X |  |
| 15. Aprendo mejor cuando conozco algo sobre el tema. | X |  |
| 16. Sé lo que el profesor espera que yo aprenda. | X |  |
| 17. Soy bueno recordando información. | X |  |
| 18. Utilizo estrategias de aprendizaje diferentes dependiendo de la situación. | X |  |
| 19. Me pregunto a mí mismo si había una forma más fácil de hacer las cosas, una vez que termino una tarea. | X |  |
| 20. Tengo control sobre cuán bien aprendo. | X |  |
| 21. Periódicamente reviso, como forma de ayudarme a entender las relaciones importantes. | X |  |
| 22. Me hago a mí mismo preguntas sobre el material antes de comenzar. | X |  |
| 23. Pienso en varias formas de resolver un problema y elijo la mejor. | X |  |
| 24. Resumo lo que he aprendido, luego de terminar. | X |  |
| 25. Pido ayuda a otros cuando no entiendo algo. | X |  |
| 26. Puedo motivarme a mí mismo a aprender cuando lo necesito. | X |  |
| 27. Soy consciente de las estrategias que uso cuando estudio. | X |  |
| 28. Analizo la utilidad de las estrategias cuando estudio. | X |  |
| 29. Utilizo mis fortalezas intelectuales para compensar mis debilidades. | X |  |
| 30. Me enfoco en el sentido y significancia de la nueva información. | X |  |
| 31. Creo mis propios ejemplos para hacer que la información tenga más sentido para mí | X |  |
| 32. Puedo juzgar bien cuánto he comprendido algo. | X |  |
| 33. Habitualmente utilizo estrategias de aprendizaje útiles en forma automática. | X |  |
| 34. Regularmente hago pausas para verificar mi comprensión. | X |  |
| 35. Sé cuándo cada estrategia que usaré será más efectiva. | X |  |
| 36. Me pregunto a mí mismo qué tan bien he alcanzado mis metas, una vez que termino. | X |  |
| 37. Dibujo figuras o diagramas para ayudarme a entender mientras aprendo. | X |  |
| 38. Me pregunto a mí mismo si he considerado todas las opciones luego de resolver un problema. | X |  |
| 39. Trato de redactar la nueva información en mis propias palabras. | X |  |
| 40. Cambio de estrategia cuando no consigo entender. | X |  |
| 41. Utilizo la estructura organizacional del texto para ayudarme a aprender. | X |  |
| 42. Leo las instrucciones cuidadosamente antes de comenzar una tarea. | X |  |
| 43. Me pregunto a mí mismo si lo que estoy leyendo está relacionado con lo que ya sé. | X |  |
| 44. Reevalúo mis suposiciones o hipótesis cuando me confundo. | X |  |
| 45. Organize mi tiempo para lograr mejor mis metas. | X |  |
| 46. Aprendo más cuando estoy interesado en el tema. | X |  |
| 47. Trato de dividir el estudio en pasas o etapas más pequeñas. | X |  |
| 48. Me enfoco en el sentido general más que en lo específico. | X |  |
| 49. Cuando estoy aprendiendo algo nuevo, me hago a mí mismo preguntas sobre cuán bien lo estoy haciendo | X |  |
| 50. Una vez que he finalizado una tarea, me pregunto si he aprendido todo lo que podría. | X |  |
| 51. Me detengo y vuelvo a revisar la nueva información cuando no es clara. | X |  |
| 52. Me detengo y vuelvo a leer cuando me confundo. | X |  |

Schraw, G. & Dennison, R.S. (1994). Assessing metacognitive awareness. Contemporary Educational Psychology, 19, 460-475.