



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ÁSHYLA VIDAL SARAIVA

**TEORIA SOCIAL COGNITIVA E APRENDIZAGEM POR OBSERVAÇÃO: UMA
PERSPECTIVA DE ALBERT BANDURA**

Juazeiro do Norte
2021

ÁSHYLA VIDAL SARAIVA

**TEORIA SOCIAL COGNITIVA E APRENDIZAGEM POR OBSERVAÇÃO: UMA
PERSPECTIVA DE ALBERT BANDURA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Marcos Teles do Nascimento

ÁSHYLA VIDAL SARAIVA

**TEORIA SOCIAL COGNITIVA E APRENDIZAGEM POR OBSERVAÇÃO: UMA
PERSPECTIVA DE ALBERT BANDURA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Marcos Teles do Nascimento

Aprovado em: 06/07/2021

BANCA EXAMINADORA

Prof. Esp. Marcos Teles do Nascimento
Orientador

Prof. Me. Cícero Reginaldo Nascimento Santos
Avaliador

Prof. Me. Joel Lima Junior
Avaliador

TEORIA SOCIAL COGNITIVA E APRENDIZAGEM POR OBSERVAÇÃO: UMA PERSPECTIVA DE ALBERT BANDURA

Áshyla Vidal Saraiva¹
Marcos Teles do Nascimento²

RESUMO

O presente artigo aborda sobre a Teoria Social Cognitiva e a aprendizagem por observação, destacando processos importantes como imitação, modelação, aprendizagem vicariante, retenção e reprodução dos modelos aprendidos. Tendo como objetivo enunciar conceitos principais da teoria, são destacadas definições basais que se sustentam os processos de aprendizagem como a teoria da agência humana e autorregulação. Associando aos processos e conceitos citados, a explanação da crença em eficácia elucida e consolida a aplicabilidade em contexto da teoria social cognitiva, possibilitando variadas correntes de pesquisa e estudo sobre a mesma. O trabalho se caracteriza como uma pesquisa psicológica teórica de cunho explicativa através de pesquisa bibliográfica, se utilizando de dados qualitativos. O estudo sobre a Teoria Social Cognitiva ainda está se inserindo no Brasil aos poucos, mas já se apresenta de suma importância para a compreensão total do processo de aprendizagem e as implicações cognitivas e comportamentais. Por ser uma teoria embasada em uma relação triádica entre sujeito, comportamento e ambiente, abre possibilidades de compreensão entre aspectos físicos, psicossociais e subjetivos. Conclui-se que há uma variedade de perspectivas de aplicação na realidade, o que fortalece o valor científico da teoria. No âmbito da psicologia a aplicabilidade em concepções individuais, institucionais, políticas e sociais assegura oportunidades de expansão do conteúdo.

Palavras-chave: Teoria Social Cognitiva. Aprendizagem por observação. Autorregulação. Crença em eficácia. Psicologia.

ABSTRACT

This article addresses the Social Cognitive Theory and observational learning, highlighting important processes such as imitation, modeling, vicarious learning, retention and reproduction of learned models. Aiming to enunciate the main concepts of the theory, basic definitions that support the learning processes, such as the theory of human agency and self-regulation, are highlighted. By associating the aforementioned processes and concepts, the explanation of the belief in efficacy elucidates and consolidates its applicability in the context of social cognitive theory, enabling various currents of research and study on it. The work is characterized as a theoretical research of explanatory nature through bibliographical research, using qualitative data. The study on the Social Cognitive Theory is still gradually entering Brazil, but it is already of paramount importance for the full understanding of the process. learning and the cognitive and behavioral implications. As it is a theory based on a triadic relationship between subject, behavior and environment, it opens possibilities for understanding physical, psychosocial and subjective aspects. It is

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: ashylasaraiva@hotmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: marcosteles@leaosampaio.edu.br

concluded that there are a variety of application perspectives in reality, which strengthens the scientific value of the theory. Within the scope of psychology, the applicability in individual, institutional, political and social conceptions ensures opportunities for content expansion.

Keywords: Cognitive Social Theory. Learning by observation. Self-regulation. Belief in effectiveness.

1 INTRODUÇÃO

No final do século XIX o indivíduo passou a ser observado como um ser social, inserido em um contexto interpessoal, dando espaço à perspectiva da aprendizagem social desenvolvida pelo psicólogo canadense Albert Bandura. A teoria social cognitiva propõe a observação como forma de aprendizagem através da modelagem ou aprendizagem vicariante, proporcionada por fatores internos e externos, demarcados como pessoais, comportamentais e ambientais (LOURENÇO; PAIVA, 2016).

Este modelo de aprendizagem por observação se estabelece através de uma série de princípios e processos de percepção do meio, imitação, modelagem, aprendizagem vicariante para assim se reter e reproduzir os modelos aprendidos. Esses conceitos serão difundidos e explanados ao longo do trabalho de forma propiciar a compreensão da aquisição de novos comportamentos.

A imitação e a observação do outro são processos muito presentes na vida do ser humano, inclusive em outras espécies, o que é fundamental para o estabelecimento de novos mecanismos e aprendizados. A fala pode ser considerada um ótimo exemplo do que seria um recurso de imitação. Cerca de 10% do discurso de crianças entre 2 e 3 anos são oriundas das falas reproduzidas no meio que se vive. Esse dado também se apresenta bastante importante ao contextualizar o ambiente em que o sujeito está inserido nos meios de produção subjetivo e cognitivo (LANDIM, 2010).

A teoria cognitiva-social trabalha com a perspectiva de teoria agêntica que vem sendo tecida desde 1980, mas que se organiza como teoria em 2008. A teoria da agência humana ou agêntica facilita a compreensão do comportamento humano em viés ativo, em que o indivíduo pode interferir e influenciar o funcionamento das relações individuais e sociais (AZZI, 2017). É a partir desta perspectiva que se contextualiza o conceito de eficácia ou crença em eficácia.

A partir desta visão de mundo, a proposta explicativa do comportamento humano, em que o sujeito se relaciona com o meio através de aspectos pessoais, ambientais e comportamentais, abre um leque de possibilidades de reflexões acerca da compreensão da complexidade da aprendizagem por observação e seus impactos nas mais diversas esferas da vida humana (AZZI, 2017).

O presente artigo consiste em destacar os enunciados fundamentais da teoria social cognitiva de Albert Bandura aplicada aos processos de aprendizagem e aos contextos sociais. Além de apresentar a Teoria Social Cognitiva, serão descritos os conceitos fundamentais da aprendizagem por observação assim como discutir a teoria aplicada a contextos das relações sociais na perspectiva de crença em eficácia.

No percurso da obra, serão elucidados conceitos elementares para a compreensão dos temas de aprendizagem por observação como os tópicos de autorregulação; imitação, modelagem e aprendizagem vicariante; e, por fim, formas de retenção e reprodução dos modelos aprendidos. No tópico da teoria sócio-cognitiva em contexto, serão especificadas as crenças em eficácia individual e coletiva a partir da teoria agêntica.

A escolha do tema surgiu da experiência com manejo de comportamentos de crianças e a presença contínua em sala de aula. Além disso, pode ser analisado que tal evento não acontece somente com crianças, mas durante todas as fases do desenvolvimento através da observação do estabelecimento de novos comportamentos provenientes da atenção e internalização da forma de se comportar de um terceiro.

No tocante à relevância social, acredita-se que a explanação da temática pode contribuir socialmente para compreensão do fenômeno em um viés aplicável à realidade, aproximando a ciência da generalização em contexto natural. Sendo assim, permite que o estudo seja aplicável na assimilação dos próprios comportamentos adquiridos através de influências externas em processamentos de simbolização interna.

Na perspectiva acadêmica, reafirmar e discutir as contingências que produzem novos comportamentos através da observação assim como a difusão de uma teoria tão importante e eminente em contexto brasileiro, permite que haja a reflexão de como as interações sociais influenciam na individualidade e a forma de se portar em seu contexto. Além disso, resgatar conceitos tão importantes de Albert Bandura propicia na atualidade novas perspectivas de visão de mundo e de manejo técnico-científico.

2 METODOLOGIA

Quanto ao objetivo de estudo, o presente trabalho caracteriza-se como uma pesquisa teórica de cunho explicativa (GIL, 2002). No tocante ao tipo de pesquisa ou abordagem, se configura como qualitativa definida pelo aspecto em que “o ambiente natural é fonte direta para coleta de dados, interpretação de fenômenos e atribuição de significados” (PRODANOV, 2013, p. 128)”. Portanto, os dados não podem ser quantificáveis e sim analisados através da explicação e descrição, investigando a partir de significados básicos.

Em relação ao método ou procedimento, é elencada como uma pesquisa bibliográfica, uma vez que se utiliza de materiais já publicados para o desenvolvimento do estudo. Gil define que a pesquisa bibliográfica “é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. [...] há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas” (2002, p. 44).

As plataformas de busca foram os respectivos sites: Scientific Library Online (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, pesquisa com os descritores “aprendizagem *and* observação”, “aprendizagem *and* imitação”, “Albert Bandura”, “teoria cognitiva social”, “teoria sócio-cognitiva”, “crença em eficácia”, “autoeficácia”, “eficácia *and* Albert Bandura”. Os critérios de seleção de artigos foram publicações que falassem sobre aprendizagem por observação ou imitação e crença em eficácia, conceituados a partir da teoria social cognitiva de Albert Bandura.

Foram analisadas obras publicadas a partir de 1981 originalmente para que as obras clássicas pudessem ser analisadas. Sendo assim, visto que há coerência entre os materiais publicados assim com a análise do autor da teoria da aprendizagem por observação, podem-se elencar como dados fidedignos.

Além disso, foram utilizados três livros: *Teoria Social Cognitiva, diversos enfoques*, por Albert Bandura e Roberta Gurgel Azzi (organizadores), 2017; *Crença em eficácia em contexto educativo*; e, por fim, *Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos*. Estes livros são literaturas clássicas para o tema no Brasil, uma vez que comportam várias obras traduzidas de Albert Bandura.

3 TEORIA SOCIAL COGNITIVA

Na década de 60, Bandura inaugura o conceito de aprendizagem observacional, vicariante ou por imitação, dando início ao que na década de 80 se introduz como Teoria social cognitiva abordando aspectos como aprendizagem e desenvolvimento (AGUIAR, 1998). Bandura estabelece uma tríade recíproca entre indivíduo, comportamento e ambiente, o que sistematiza as consequências entre reforços externos, vicariantes ou processos motivacionais (ALMEIDA et al., 2013). Ou seja, o meio influencia as ações, assim como características internas e externas do próprio comportamento.

Bandura (2017) evidencia que nesta relação triádica aspectos intrapessoais influenciam no comportamento, assim como as ações afetam e influenciam a forma de pensar. Os comportamentos emitidos modificam o ambiente, influenciando em aspectos sociais e internalizações individuais. Consequentemente, há uma retroalimentação entre os segmentos particulares em que se baseia o determinismo triádico em que a teoria se sustenta.

A teoria social cognitiva coloca como determinantes pessoais aspectos como parcelas biológicas, conceitos, valores, perspectivas, estados emocionais, processos de pensamento e estados afetivos. O fator comportamental envolve ações, comportamentos e suas consequências. O aspecto ambiental envolve três esferas: os ambientes impostos, selecionados e criados. O ambiente imposto é o contexto físico e socioestrutural em que as pessoas estão inseridas desejando ou não estarem ali, exercendo pouco controle; o ambiente selecionado se relaciona com aquele em que se é escolhido; o ambiente criado é aquele que, com base no potencial existente naquele âmbito, as pessoas podem se aproveitar das recompensas ou de aspectos aversivos, criando uma esfera para si (BANDURA, 2017).

A teoria social cognitiva tem como base teórica a perspectiva de um ser humano como social, influenciado e influenciando em seu contexto. Sendo assim, a gênese e a mudança de comportamento podem ser explicadas através da capacidade de o indivíduo ser agente do próprio caminho, se utilizando de mecanismos de autorregulação para decidir sobre suas práticas e objetivos (TORISO; FERREIRA, 2009). Portanto, o ser humano se torna ativo em seus processos ao invés de sofrer influências do meio de forma passiva.

Segundo Almeida et al. (2013), Bandura enfatiza a importância do contexto social e as variáveis internas cognitivas que estabelecem o comportamento humano, levando em consideração que o ser humano aprende de forma flexível, com

participação ativa neste processo. Sendo assim, esta modalidade de aprendizagem propicia refletir e avaliar sobre os comportamentos e suas consequências, podendo motivar e reforçar antecipadamente as ações.

Para Bandura, o que realmente levaria a compreensão total dos comportamentos seria a tríade de controle de estímulos, controle dos processos simbólicos internos e o controle pelas consequências. A relação com estímulos se daria a partir da mediação entre experiências vividas e eventos similares, sendo a partir desta ideia a colocação de um valor reforçador ou motivacional. Bandura chama de modelação abstrata processos que foram abstraídos, permitindo criar novos parâmetros de princípios para eventos futuros com base na colocação de estímulos anteriores (AGUIAR, 1998).

À vista disso, por mais que o ambiente potencial (descrito pela teoria sócio-cognitiva como o ambiente que se apresenta para todos) seja o mesmo, a forma como cada indivíduo se comporta é baseada com o intuito de tornar o ambiente real para si (TORISO; FERREIRA, 2009). Teixeira (2008) pontua a importância da agência humana na potencialização do aprendizado e frente aos comportamentos adaptativos, uma vez que há uma responsabilidade pessoal em se comportar e mudar.

Na perspectiva sociocognitiva, a natureza humana é marcada por uma gama de potencialidades e possibilidades que são formadas por experiências vivenciadas dentro das limitações biológicas que aquele sujeito experiencia em seu contexto cultural (BANDURA, 2017). Desta forma, a natureza humana se conecta com formas biológicas e culturais que potencializam comportamentos variantes, não limitando em formas deterministas.

O conceito de natureza humana influencia no conceito de self, em que, segundo Bandura (2017, p. 137) “a personalidade engloba todo o físico e psicossocial com identidade pessoal e capacidades agênticas que operam em concerto por meio de uma variedade de sistemas biológicos de propósitos especiais”. Posto isso, o comportamento humano é contextualizado e se manifesta a partir de circunstâncias e aspectos da própria vida, refletindo sobre quem se comporta e agindo no ambiente.

A continuidade da formação da personalidade tem uma grande influência da continuidade agêntica. A partir das metas pessoais, perspectiva de futuro e planos de ação, o self vai se moldando, se modulando através de construções pessoais, da continuidade agêntica se tornando ativo nos processos comportamentais e das influências sociais (BANDURA, 2017).

O conceito de agência humana chega em forma de teoria organizada em 2008 em um texto de Bandura chamado “Toward an agentic theory of the self” (Em direção a uma teoria do Self), mas que vem sendo construído e se solidificando desde a década de 1980. A teoria agêntica do comportamento é uma das bases da teoria social cognitiva, em que é um princípio de autodesenvolvimento e adaptação pessoal, onde o ser humano tem que interferir no curso de sua vida pessoal (BANDURA, 2017).

A agência humana, que é a ação consciente com base em um propósito, consiste em quatro aspectos: a intencionalidade, que é a capacidade humana de agir continuamente; a antecipação, que equivale a representação futura que regula o comportamento; a autorregulação que é a base da motivação; e, por fim, a autorreflexão em que se traduz na avaliação dos próprios comportamentos e sentimentos (POLYDORO; GUERREIRO-CASANOVA, 2010).

Bandura ressalta que a partir da ação agêntica os indivíduos conseguem lidar melhor com as pressões da seleção natural, criando mecanismos que compensam algumas limitações, criando e recriando comportamentos e ambientes que, se alcançados os resultados esperados, são transmitidos por modelação social (BANDURA, 2017).

Segundo Bandura,

[...] ser agente é influenciar intencionalmente o funcionamento e as circunstâncias da vida. A teoria social cognitiva distingue três modos de agência: a agência pessoal direta; a agência delegada a qual se depende dos outros para agir em seu favor para alcançar os resultados desejados; e a agência coletiva exercida por meio da ação do grupo (2017, p. 45).

Sendo assim, na agência pessoal direta as pessoas podem controlar e gerir sua experiência individual e o contexto que o cerca; enquanto isso, na agência delegada, as pessoas precisam compensar algumas esferas que não se tem controle (como condições sociais e institucionais) por meio de relações sociais interdependentes, de forma a unir recursos individuais e externos para se obter os objetivos que desejam (BANDURA, 2017).

Apesar das três agências funcionarem interligadas, a forma e os padrões de manifestações podem variar de acordo com a cultura, em quesitos como identidade, valores, crenças e capacidades agênticas. Os sistemas sociais e culturais funcionam como um filtro de experiências e significados (BANDURA, 2017).

3.1. APRENDIZAGEM POR OBSERVAÇÃO

Albert Bandura, a partir dos anos 60, formulou a ideia de uma aprendizagem por imitação ou observacional, baseada no modelo operante, dando nome de Teoria Social Cognitiva. Esta ideia se expõe no conceito de que as pessoas podem aprender observando o comportamento de outras pessoas e quais as consequências implicadas nesse processo, sejam elas reforçadoras ou punitivas. Desde a década de 80 essa área de pesquisa vem ganhando cada vez mais espaço ao tentar se aprofundar mais nas nuances que a aprendizagem por observação proporciona (AGUIAR, 1998).

Dessa forma, a aprendizagem por observação se estabelece como uma experiência indireta em que a consequência é viabilizada através do reforço de um terceiro. Isso ressalta que os reforços diretos não são imprescindíveis, uma vez que através da observação é visto o que o comportamento produz, não expondo os indivíduos a punições ou situações aversivas. Portanto, o modelo de aprendizagem social se estabelece na interação entre o sujeito, estímulos externos e internos e o próprio comportamento (ALMEIDA et al., 2013; MELO-DIAS; SILVA, 2019).

A partir da aprendizagem por observação os conhecimentos e as habilidades são expandidos através da gama de informações e modelos apresentados por terceiros. Atualmente isso se expande cada vez mais e se torna muito mais visível com o advento da globalização e do fluxo mais intenso das informações. Modelos que eram observados e replicados dentro de um contexto próximo, agora tomam dimensões maiores, ultrapassando os limites do que seria corriqueiro (BANDURA, 2017).

Ao observar um modelo, a pessoa estrutura uma ideia de comportamento que pode ser emitida imediatamente ou posteriormente (imitação atrasada), permitindo que a aprendizagem por observação se multiplique por mais pessoas, em espaços e tempos diferentes, generalizando comportamentos em diversos contextos (AGUIAR, 1998).

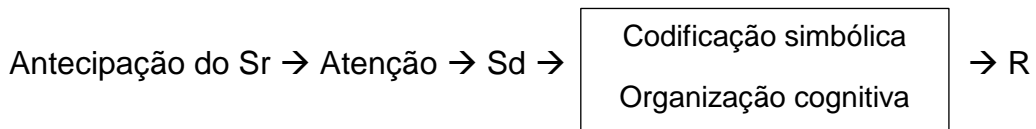
Bandura (2017) afirma que aprendizagem observacional proporciona o aprender através da observação do modelo e da consequência que se sucede, e, baseado nisso, construir e modelar as próprias ações individuais. Posto isso, este mecanismo pode capacitar a aquisição de conhecimento, valores, emoções e competências a partir das inúmeras informações que são recebidas.

Os estudos de Bandura, Polydoro e Guerreiro-Casanova (2010) pontuam que em um ambiente de aprendizagem o sujeito tem que ser ativo na construção do seu

próprio processo, fortalecendo suas autocrências e suas capacidades autorreguladoras. No modelo de aprendizagem observacional, as situações e os estímulos externos novos se relacionam com experiências vividas similares, movimentando processos motivacionais e cognitivos que analisam o valor reforçador de cada comportamento (AGUIAR, 1998).

Bandura ainda inclui nos processos de aquisição de aprendizagem, mediadores cognitivos que auxiliam na obtenção de comportamentos complexos como sociais, verbais, motores, morais e cognitivos. A teoria sociocognitiva vai contra a corrente do behaviorismo radical por a mesma focar em fatores externos (como a utilização de reforço como mantimento de resposta) assim como também vai contra as correntes puramente cognitivas, em que essas focaram mais em fatores internos (AGUIAR, 1998).

Aguiar (1998), pioneiro nos estudos de Albert Bandura e da Aprendizagem por observação, cria um paradigma de aquisição de comportamento que explicita em termos o processo da aprendizagem observacional:



Fonte: Aguiar (1998)

Consequente, o protótipo da aprendizagem por observação se apresenta em sete termos: a antecipação do Sr (estímulo reforçador); atenção ao estímulo modelo reforçador; discriminação seletiva de atributos relevantes adquiridas anteriormente; codificação simbólica a partir do processamento e codificação das informações, instaladas na memória de forma verbal ou visual; organização cognitiva, capacidade de traduzir, classificar, categorizar, agrupar e organizar as informações obtidas no processo anterior; o ensaio, que são as realizações internas das respostas adquiridas e por fim, a resposta em ação (AGUIAR, 1998).

Para que o processo de aquisição seja efetivo, alguns mecanismos são essenciais e imprescindíveis como a autorregulação, os processos de imitação, modelagem e aprendizagem vicariante, e, enfim, os processos de retenção e reprodução dos modelos aprendidos.

3.2. AUTORREGULAÇÃO

A teoria social cognitiva diverge da perspectiva de condicionamento clássico da corrente behaviorista, apresentando a capacidade autorreguladora como influenciadora nos processos cognitivos, motivadores, afetivos e comportamentais através da capacidade agêntica (BANDURA, 2008).

Tal como referido, Monteiro, Almeida e Vasconcelos (2012) definem a autorregulação como os processos auto direcionados que media as capacidades com a externalização das mesmas, em que são implicados aspectos cognitivos, motivacionais e comportamentais. A autorregulação é subdividida em auto observação, auto julgamento e auto reação em que essa tríade pode ser analisada separadamente, mas não independente dos fatores contextuais, do comportamento e dos aspectos pessoais (LOURENÇO; PAIVA, 2016).

As subdivisões são conceituadas como:

A auto-observação permite ao indivíduo identificar seu próprio comportamento, o que deve ocorrer na amplitude das várias dimensões do desempenho: qualidade, quantidade, originalidade, sociabilidade, moralidade e desvio. E permite, também, perceber as condições pelas quais ele ocorre e os seus efeitos [...]Tais informações, ações e escolhas são, na subfunção processo de julgamento, avaliadas considerando o próprio comportamento, as circunstâncias em que ocorre, o valor atribuído à atividade, os padrões pessoais de referência e as normas sociais. Após o monitoramento e reflexão, a subfunção autorreação representa a mudança autodirigida no curso da ação com base em consequências auto administradas. Esta terceira subfunção retroalimenta o processo, iniciando um novo fluxo de auto-observação, processo de julgamento e autorreação (POLYDORO; AZZI, 2009, p. 76).

A autorregulação permite, através de processos cognitivos, avaliar capacidades e traçar objetivos para melhor desempenho em alguma tarefa, o que influencia no nível de engajamento na atividade. Esses mecanismos regulatórios afetam a aprendizagem do sujeito, assim como seu desempenho. No processo regulatório, a ação é regulada por pensamentos antecipatórios, escolhendo cursos de ação e estabelecendo crenças sobre o ambiente em que se está exposto, influenciando na tomada de decisões. Estes pensamentos antecipatórios geram motivação e ativação de alguns comportamentos, transformando o pensamento em uma ação (AZZI; VIEIRA, 2014).

Nesta perspectiva, a autorregulação conta com dois sistemas de controle: o sistema proativo de produção de discrepâncias e outro reativo, reduzindo discrepâncias. O sistema proativo estabelece padrões de desempenho e metas, mobilizando recursos pressupondo o que seria necessário para que se alcance o

padrão. O sistema reativo aparece no ajuste do esforço para alcançar os objetivos e as metas colocadas (BANDURA, 2008).

Polydoro e Azzi (2009, p. 75) ainda consolidam a ideia pontuando que a autorregulação é “um processo consciente e voluntário de governo, pelo qual se possibilita a gerência dos próprios comportamentos, pensamentos e sentimentos, ciclicamente voltados e adaptados para obtenção de metas pessoais e guiados por padrões gerais de conduta”. Em função disso, um sujeito autorregulado, através dos aspectos cognitivos, motivacionais e comportamentais consegue estabelecer meios e estratégias de aprender e se desenvolver.

Polydoro e Azzi (2009) referem-se a autorregulação como um processo que se associa a auto eficácia, uma vez que, a partir da crença, será decidido qual o padrão de autorregulação, quais escolhas, motivações, esforços e estratégias para atingir determinado objetivo. É um sistema de retroalimentação, em que a autorregulação impacta no fortalecimento ou fragilização das crenças em si.

3.3. IMITAÇÃO, MODELAGEM E APRENDIZAGEM VICARIANTE

Para Bandura, a imitação é a base da retenção e aquisição de modelos, mesmo que não reproduzida de imediato ou reforçado quando aplicado, desenvolvendo novos padrões de reforçamento. Sendo assim, a teoria ressalta que um comportamento novo pode ser aprendido observando o outro se comportando. É importante salientar que puramente a imitação não garante a aprendizagem, tendo em vista que o comportamento imitativo é um dos mecanismos na aquisição de novos repertórios de conhecimento (MIRANDA, 2013; SILVA, 2019).

Para o behaviorismo imitar é inato ao ser humano, baseado na reprodução de um modelo através do paradigma modelo/resposta/consequência, adquirindo a aprendizagem através de uma série de processos de modelagens ao que seria a resposta ou comportamento esperado, sendo nesse contexto que o aprendizado ocorre (FERNANDES, 2010; BORGES-ANDRADE, 1981).

Piaget considera a imitação como um mecanismo necessário para a adaptação, oriundo de processamentos mentais, sendo assim não somente uma cópia do modelo observado. Vygotsky corrobora com a colocação de Piaget, afirmando ainda que a imitação parte de uma reconstrução individual daquilo que se é observado, impulsionando o desenvolvimento (AGUIAR, 1998). Desta forma, a criança cria algo

novo a partir dessa atenção a forma de se comportar de outrem, sendo uma oportunidade natural de agir conforme as suas capacidades.

Há diferenças entre a aprendizagem por observação e a imitação generalizada. A imitação ocorre quando há um modelo de resposta a ser imitado sem necessariamente um histórico desta resposta. Bandura demonstra através de seus estudos que a imitação não é controlada pelo fornecimento de um reforçador, e sim por crenças sociais e expectativas de resultados (BANDURA, 2008).

Já a aprendizagem por observação é definida como uma resposta com base na observação de um comportamento e sua consequência. Sendo assim um comportamento não necessariamente precisa ser reforçado e nem a resposta precisa ser manifestada imediatamente após o modelo. A imitação é importante no processo como uma condição e um mecanismo necessário para que a aprendizagem aconteça, considerando o repertório de experiências que aquele indivíduo tem (MACDONALD; AHEARN, 2015; BORGES-ANDRADE, 1981).

Bandura (2008) assinala o quanto seria complexo e demorado se costumes e práticas culturais fossem moldadas por cada indivíduo por meio de tentativa e erro, tendo consequências reforçadoras ou punitivas. A modelação social funcionaria de forma que as pessoas pudessem ter exemplos funcionais a partir da vida de outras pessoas.

Um dos processos imprescindíveis é a modelação, ressaltando que a aprendizagem não ocorre puramente por imitação e sim por representações e elaborações simbólicas de cada indivíduo, sendo selecionada de acordo com as consequências geradas no observador e do modelo observado (ALMEIDA et al., 2013).

Uma concepção errônea da modelação estava na ideia de ser interpretada como imitação, ou a produção de uma resposta com base no modelo. Bandura conclui que a modelação não se limita a reprodução de um modelo, e sim da abstração de informações transmitidas por comportamentos. Ao se observar o princípio e a estrutura do comportamento observado, pode-se elaborar e executar novos comportamentos, adaptando e modelando ao que o contexto determina (BANDURA, 2008).

Para que a aprendizagem por observação seja efetiva, o observador precisa se atentar a situação e o modelo, assim como a outros estímulos. Desta forma, o modelo que se observa já deve estar presente, de forma que possa modelar e replicar o

comportamento para que alcance a consequência desejada (MACDONALD; AHEARN, 2015).

Na perspectiva da sociocognitiva, para que se possa exercer controle sobre o comportamento é necessário cumprir cinco competências básicas, que são:

a simbólica; a vicariante; a de antecipação; a autorregulatória; e a autorreflexiva. [...]. Assim, a competência de simbolização permite ao indivíduo o mecanismo através do qual se consolidam os processos cognitivos que medeiam o impacto das influências externas no seu comportamento. [...] Por sua vez, a competência vicariante relaciona-se com a capacidade do ser humano para aprender através da observação dos outros, além das suas experiências diretas. Relativamente à competência de antecipação, Bandura (1989) diz-nos que o comportamento humano é movido por intenções e guiado pelas experiências prévias do indivíduo, fatores que o capacitam para se motivar e orientar suas ações antecipadamente. [...] Bandura (1989) refere que a competência autorregulatória, como mecanismo de controlo interno, medeia as influências exteriores e facultam um apoio para as ações intencionais, possibilitando aos indivíduos o controlo dos seus sentimentos, pensamentos, motivações e ações. [...] Finalmente, a competência de autorreflexão facultam ao indivíduo, de uma maneira geral, a aptidão para examinar as suas experiências, meditar acerca dos seus processos de raciocínio, modificandoos quando necessário (LOURENÇO E PAIVA, 2016, p. 37-38).

Sendo assim, ressalta-se que a aprendizagem por observação possibilita ao indivíduo formas de elaborar comportamentos sem necessariamente ter realizado, podendo evitar a vivência de efeitos negativos.

Esta modelação social funciona através dos processos cognitivos de atenção, retenção, tradução ativa e processos motivacionais. Bandura pontua que a aprendizagem observacional é uma capacidade humana avançada, independente de cultura. Já a modelação é uma capacidade humana universalizada, em que o meio cultura influencia na construção. Sendo assim, dois observadores podem eliciar comportamentos diferentes com base na seleção e associação de aspectos de diferentes modelos (BANDURA, 2008).

No processo de modelação, as representações cognitivas guiam ajustes corretivos no desenvolvimento do comportamento. Estes ajustes são chamados de feedbacks instrutivos, em que, através de ações controladas, se detectam e corrigem as ações realizadas. Desta forma, o funcionamento interligado dos aspectos cognitivos com o monitoramento comportamental e o feedback instrutivo sustentam o melhor desenvolvimento de habilidades e competências (BANDURA, 2008).

Outro ponto importante no tocante da aprendizagem por observação é o conceito de experiência vicariante, entendida como meio de aprendizado com o outro, não sendo necessária a realização do comportamento para ser aprendido, e sim

através da atenção a reação do outro frente a situações adversas e a consequência que isso gera. A concepção da aprendizagem vicariante consiste em nivelar as ações ao modelo observado, utilizando de abstração dos modelos observados (MELO-DIAS E SILVA, 2019, p. 103; BORGES-ANDRADE, 1981).

3.4. EFICÁCIA, CRENÇA EM AUTOEFICÁCIA E EFICÁCIA COLETIVA

O tema de crença em eficácia pessoal e coletiva vem sendo estudado por Albert Bandura desde de 1997. Bandura define a autoeficácia como a crença que o sujeito tem acerca de suas capacidades, podendo organizar planos de ação, organizando os comportamentos para alcançar determinado objetivo. Está diretamente ligada ao funcionamento das capacidades humanas, uma vez que serve como base para motivação e realizações pessoais (AZZI et al., 2014).

Bandura dá entrada no campo da auto eficácia após explorar a capacidade de criar resiliência em diversas situações. Para Bandura, Azzi e Polydoro (2008, p. 31) “o processo de aumentar a resiliência baseia-se no seguinte raciocínio: a capacidade de uma experiência adversa de restabelecer as disfunções depende amplamente do padrão de experiências em que se insere, em vez de depender unicamente de suas propriedades”. Sendo assim, a resiliência estaria pautada nos efeitos do repertório de experiências impactando em eventos adversos negativos ou positivos.

Fazer funcionar a agência humana para alcançar seus objetivos tem relação diretamente com a crença na autoeficácia do indivíduo. Fontes, Neri e Yassuda complementam ao pontuar que

as crenças de agência pessoal e eficácia incluem o exercício de controle através de recursos próprios, tais como o conhecimento, a habilidade e o esforço. Já a auto eficácia coletiva inclui as crenças nos esforços do grupo para agir e para persistir frente às adversidades (2010, p. 623).

Isto implica dizer que crenças mais fortificadas levam a uma maior motivação para a realização de uma tarefa, mas que não necessariamente garante o sucesso ou tem conexão com a capacidade real do sujeito. A autoeficácia, como um dos conceitos básicos da teoria de Bandura, é definida pelas percepções que o sujeito tem acerca de suas capacidades de organizar e agir para cumprir determinados objetivos que são movidos através da motivação (TORISO; FERREIRA, 2009).

A teoria da autoeficácia pode ser aplicada em diversos campos, sejam eles educação, saúde, clínica, esporte, organizacional, social e político. A teoria não pode

ser comparada a autoestima, mas sim o conjunto de crenças que determinam o desempenho pessoal (BANDURA; AZZI; POLYDORO, 2008). A autoeficácia, diferente da autoestima, afeta diretamente todos os comportamentos e a crença de eficácia determina os objetivos, o caminho percorrido e a perspectiva de medidas de dificuldades e esforços. Sendo assim, é ela que regula os comportamentos através das crenças, assim como os mecanismos de autorregulação. O conceito de crença, na teoria social cognitiva, antecede e funda o conceito de agência humana, explanado anteriormente (BANDURA, 2017).

Bandura (2017) coloca a autoeficácia como um fator que determina o curso dos outros comportamentos, pois, quanto mais fortalecida é essa crença, maiores são os desafios estabelecidos. Desta forma, a crença em eficácia delinea e estabelece os esforços que vão produzir aquele resultado. Além disso, permite ver e determinar a perspectiva de como são vistos os imprevistos e as barreiras.

Esse sistema de crenças regulam o comportamento e motivam na tomada de decisão, ou seja, todos os fatores motivadores são baseados na crença de produzir mudanças por meio das próprias ações. Sendo assim, as crenças são essenciais para a mudança de comportamento e suas percepções sobre sucesso ou fracasso, funcionando como agente motivador (RAMOS, 2016; BANDURA, 2017).

Os estudos sobre a teoria da autoeficácia foram produzidos em estudos para tratamentos de fobias de cobras, em que foi percebido nos pacientes forte crença em autoeficácia, o que os tornou mais ativos no processo, envolvendo mais controle sobre suas decisões. A partir disso, Bandura desenvolveu maiores estudos para entendimento do fenômeno (OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

A teoria da autoeficácia ressalta como as crenças pessoais influenciam na motivação e na ação, na forma como as pessoas traçam objetivos e como dosam o esforço para se alcançar um objetivo. A crença em autoeficácia tem caráter preditivo e explicativo, uma vez que não se baseia somente na tomada de decisão, mas também na ação (OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

A formação da eficácia é oriunda de quatro fontes: das experiências diretas, das experiências vicárias, da persuasão social e por fim, dos estados fisiológicos e afetivos. As experiências diretas se relacionam com as experiências diretamente vividas, não se limitando apenas ao desempenho colocado naquela atividade, e sim do conhecimento das capacidades para executá-la. Sendo assim, esse senso em eficácia se fortalece através do esforço perseverante, do fortalecimento das

capacidades. Ainda deve-se observar e considerar o histórico de vida anterior da pessoa, o esforço necessário, o senso de dificuldade, o apoio recebido e em que contexto ocorre a demanda. Todos esses aspectos são de suma importância também para entender o processo de construção e fortalecimento da autoeficácia. Ainda se encaixam as avaliações de experiências de êxito, focando no desempenho colocado na atividade (AZZI et al., 2014; TORISO; FERREIRA, 2009).

A fonte das experiências vicárias são as experiências obtidas através de comportamentos sociais de terceiros. Ou seja, ao observar um modelo, o sujeito, a partir de um conjunto de identificações com o comportamento observado, gera uma percepção de que pode se comportar da mesma forma. Em alguns casos os modelos funcionam como referência e parâmetro de comparação para o próprio comportamento (AZZI et al., 2014; TORISO; FERREIRA, 2009; OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

A persuasão social é colocada como fonte que busca persuadir o outro para que aumente o esforço ou supere algum desafio. Dessa forma, esta fonte seria de autoeficácia que se estabelece através do enaltecimento de forma verbal sobre as capacidades de quem se comporta fortalecendo as crenças de autoafirmação e auto incentivo através de feedback extrínsecos. A persuasão social funciona como um motivador para que as pessoas acreditem na própria autoeficácia, sendo emitido por um agente que é conhecido daquele que se comporta e pratica aquilo que fala (AZZI et al., 2014; TORISO; FERREIRA, 2009; OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

E, por fim, os estados fisiológicos e afetivos como estresse, ansiedade, dor, sentimentos, estados de humor e tensão, podem influenciar na autoeficácia. Essas respostas orgânicas que podem ser controladas, ou não, impactam diretamente na perspectiva de manter ou não o esforço para determinada atividade. Sintomas e manifestações positivas tendem a aumentar a eficácia, enquanto negativos diminuem (AZZI et al., 2014; TORISO; FERREIRA, 2009; OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

O julgamento da autoeficácia é realizado através da natureza da tarefa e o conhecimento e habilidades necessárias para executar. Sendo assim, o sujeito pode escolher ou selecionar tarefas em que se sinta mais competente e confortável. Isso explica o motivo da motivação para algumas tarefas, assim como organização e planejamento de cursos de ação para determinadas ações (AZZI et al., 2014).

Para se mensurar o nível de autoeficácia, faz-se necessário verificar o julgamento das pessoas em relação às suas capacidades (POLYDORO; CASANOVA,

2010). As crenças de autoeficácia pessimistas, levam ao menor desempenho do sujeito, além de evitar novos desafios e desenvolvimento de novas habilidades e possibilidades. As crenças positivas propiciam maior sucesso em ações que o indivíduo tenha competências mínimas para exercer. Pode-se perceber que não é sobre habilidade e conhecimentos que se colocam em questão, mas a crença que o sujeito tem da efetividade de um comportamento e as possibilidades de lidar com situações adversas no caminho (OLIVEIRA; SILVA; BANDAGI, 2018).

Esta percepção pode ser afetada negativamente pela falta de padrões ou avaliação da própria eficácia, dificuldade para avaliar o desempenho e ações pormenorizadas, não ponderar requisitos e alvos claros e falhas no autoconhecimento. Os padrões de avaliação são formados através dos julgamentos da própria ação, assim como modelações de comparação com outros padrões. O que vai definir são as relações que o próprio indivíduo tem com seu agente pessoal ou externo (COSTA, 2003).

Deve-se ter um olhar atento às crenças, em que pesquisas afirmam que a crença em eficácia se interliga ao desempenho e esforço em diversas dimensões diferentes e que se estabelecem desde de muito cedo, ainda nas primeiras aprendizagens. A autoeficácia é construída a partir da experiência de vida individual de cada sujeito, ocorrendo por meio da relação dos aspectos pessoais, comportamentais e sociais. (TEIXEIRA, 2008; POLYDORO; CASANOVA, 2010).

Neste quesito, a auto observação faz-se necessária para desempenhar o papel de informar sobre o desempenho real e servir como base para avaliar se muda o comportamento ou ajusta níveis de motivação e engajamento (COSTA, 2003). “A escolha do comportamento, os resultados esperados, o esforço e a persistência na conduta, os padrões de reações emocionais e de pensamento, o comportamento antecipatório, as restrições ao próprio desempenho são aspectos afetados pela percepção de auto-eficácia” (COSTA, 2003, p. 42).

A autoeficácia influencia na motivação, no afeto e na ação, movimentando aspectos cognitivos e afetivos. A regulação e a construção de um comportamento percorrem mecanismos de ação e cognição que transformam e produzem comportamentos. Por isso existe a capacidade de lidar e se adaptar às novas situações, ajustando as reações (COSTA, 2003).

Pessoas, em momentos diferentes, podem ter diferenciados desempenhos. Isso se dá na crença sobre sua própria competência para aquele contexto ou aquela

atividade específica. Sendo assim, evita-se contextos que demandem além das habilidades do sujeito e há uma inclinação para contextos que possam produzir resultados almejados. Esses resultados são visualizados através de pensamentos antecipatórios que esquematizam consequências, resultados, direcionando e orientando as motivações (COSTA, 2003).

A crença em eficácia não somente é vista na perspectiva individual ou coletiva. Nas diferentes culturas a eficácia pessoal é valorizada tanto como impulsionadora de sucessos individuais quanto no sentido geral. Sendo assim, esses aspectos não são interdependentes, mas sim funcionam como vital para o desempenho em várias áreas. Resquícios de dualismos que colocam a coletividade contra a individualidade refletem na crença em eficácia. Um senso de eficácia colocada como propósito ações coletivas, terão resultados coletivos a partir de mobilizações individuais. Um forte senso de self e de crença pode facilmente estimular maiores mudanças sociais (BANDURA, 2017).

Azzy et al. (2014) pontua que a eficácia coletiva se refere ao julgamento que membros de um grupo tem para conduzir recursos e estratégias para alcançar determinados objetivos ou superar falhas. Para tanto, o julgamento sobre a eficácia coletiva engloba a reflexão das capacidades de si e dos outros membros do grupo. A coesão do grupo é designada através da variação dos julgamentos dos membros do grupo: se há pouco variação, mais coeso o grupo é. Porém se há uma variação muito intensa, a crença em eficácia desse grupo será menos coesa.

Aplicando ao conceito de agência coletiva, a eficácia coletiva se dá em uma crença compartilhada pelas pessoas, com o objetivo de um resultado em comum. Sendo assim, a crença em eficácia coletiva motiva os indivíduos, além de aumentar o compromisso, fortalece a resiliência e aumenta os resultados nos desempenhos. A crença em eficácia coletiva, se relaciona em como os membros julgam a capacidade desse determinado grupo. Essa crença compartilhada executa capacidades conjuntas para chegar a um objetivo, e podem ser aplicadas em diversos contextos e ambientes institucionais (BANDURA, 2017; RAMOS, 2016).

As experiências são filtradas por identidades culturais, valores, estrutura de crenças e capacidades agênticas. Sendo assim, apesar de haver aspectos comuns nessas capacidades e mecanismos, a forma de se apresentar pode ser diferente em cada cultura. Isso se expande para outros contextos como social, educacional,

políticos e individual, uma vez que a teoria social cognitiva se abrange para todas as esferas tendo a agência humana como mediadora (BANDURA, 2017).

Pode-se usar como exemplo o âmbito político. Bandura pontua que uma crença em eficácia social fortalecida pode moldar o futuro da sociedade que se vive. O melhor engajamento político se dá pela confiança do povo no governo que se acredita juntamente com a crença que a voz coletiva pode ocasionar em transformações. As mudanças sociais dependem unicamente da atuação coletiva e da eficácia coletiva percebida. De modo conjunto, as mudanças são representadas por duas ou mais pessoas em diversos contextos, mostrando, com base na eficácia coletiva, maior motivação e maior resiliência em superar dificuldades e se expor a situações mais desafiadoras (BANDURA, 2017).

No contexto educacional a eficácia pode regular o próprio processo de aprendizagem e o domínio acadêmico, desempenhando forte papel do autodesenvolvimento intelectual, enquanto a eficácia social funciona para desenvolver relações interpessoais. Culturas em que a crença em eficácia é baixa no âmbito escolar faz com que os alunos tenham menos autonomia no processo de aprendizagem. O objetivo da escola deve ser o oposto, sendo que se deve fortalecer as capacidades autorregulatórias e de eficácia, assim como ferramentas para que tenha autonomia para se educar ao longo da vida (BANDURA, 2017).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O fim do século XIX foi marcado por várias transformações no campo político, científico e social. Em meio a tantas correntes de pensamento e abordagens psicológicas, Albert Bandura inaugura seus estudos sobre aprendizagem por observação, o que seria mais tarde conceituado como Teoria Social Cognitiva. Este campo de estudo abriu um leque de possibilidades acerca da aprendizagem, elencando pontos importantes sobre cognição e comportamento.

A teoria social cognitiva enxerga o sujeito como agente ativo na construção do próprio comportamento, em que este se relaciona com o seu meio através de óticas pessoais, ambientais e comportamentais. Esta relação triádica entre sujeito, comportamento e ambiente permite que a teoria não se encaixe em pressupostos de correntes como o cognitivismo (que ressalta a importância cognitiva interna), nem comportamentais (que ressalta a importância comportamental externa).

O conceito de agência humana é um dos conceitos base da teoria, em que afirma que o ser humano é agente do próprio caminho, englobando o self que se interliga entre aspectos físicos, psicossociais, subjetivos e biológicos. É esta possibilidade que propicia uma vasta gama de possibilidades para o sujeito de se modificar e se engajar em comportamentos que modulam sua construção pessoal.

A aprendizagem por observação, como uma teoria pensada desde os anos 60, formula a ideia de que as pessoas podem aprender observando comportamentos de terceiros e suas consequências, a vista de avaliar a inserção deste comportamento no repertório ou não. Isso quer dizer que o reforço não é direto e pode ser viabilizado de forma indireta através dos resultados obtidos por aquele comportamento observado.

Com a globalização se tornou ainda mais viável e visível a quantidade de modelos universais compartilhados e aplicados. A cultura é o filtro pelo qual essas informações são pensadas e internalizadas, o que ressalta a importância do contexto para modelações de ações individuais.

Para que o processo de aprendizagem por observação seja efetivo, processos como atenção ao estímulo em que observa o modelo, discriminação e codificação de informações, organização cognitiva e ensaio são imprescindíveis para que seja efetivo. Além disso, mecanismos como autorregulação, imitação e modelagem, aprendizagem vicariante e retenção dos modelos são fundamentais.

Muito se estuda sobre a modelação e a imitação, principalmente nas correntes behavioristas e comportamentais. Mas a aprendizagem por observação vai além que somente imitar um movimento ou comportamento de outro. Está na internalização e simbolização daquele comportamento, dando um valor reforçador a partir da perspectiva individual. Isso permite emitir um comportamento e modelá-lo com base em um recurso de autorregulação.

É a partir da autorregulação que se avalia e são traçados objetivos com base nos comportamentos observados e aprendidos. É essa regulação que permite que o indivíduo pense, organize, estruture e curse caminhos de ação. A partir dos feedbacks tanto extrínsecos como intrínsecos que se mobilizam esforços ou estabeleçam estratégias de fortalecimento de motivações.

A autorregulação também influencia na eficácia. A eficácia ou crenças em eficácia são as percepções que o sujeito tem acerca de suas capacidades de traçar objetivos e metas e cumpri-las. No Brasil ainda são poucos os estudos de eficácia

aplicada a diversos contextos sociais, mas que já emergem aos poucos. A crença em eficácia pode ser vista pela ótica individual e social, o que permite aplicar em ambientes diferentes, com perspectivas abrangentes.

Visto isso, a teoria social cognitiva se apresenta como uma teoria sólida que adentra os espaços sociais brasileiros aos poucos. Suas nuances provocam e possibilitam uma variabilidade de pesquisas acerca da aplicabilidade da teoria, fortalecendo ainda mais a psicologia como ciência aplicada a realidade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, J. S. Aprendizagem observacional. **Revista de educação PUC**. Campinas, v.3, n.5, p. 64-68. Novembro de 1998. Disponível em: <<http://periodicos.puc-campinas.edu.br/seer/index.php/reeducacao/article/view/438>>. Acesso em: 11 de jun. 2020.

ALMEIDA, A. P. et al. COMPARAÇÃO ENTRE AS TEORIAS DA APRENDIZAGEM DE SKINNER E BANDURA. **Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde** | Maceió | v. 1 | n.3 | p. 81-90 | nov. 2013. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/index.php/fitbiossaude/article/viewFile/905/608>>. Acesso em: 08 de jun. 2020.

AZZI, R. G. et al. **Crenças de eficácia em contexto educativo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014. 104 pgs.

AZZI, R. G. Considerações sobre agência humana na obra de Bandura e inserção do assunto em periódicos brasileiros de psicologia. In: BANDURA, A.; AZZI, R. G. (Org). **Teoria Social Cognitiva: diversos enfoques**. Campinas, São Paulo: Mercado das letras, 2017. p. 11-44.

AZZI, R. G. et al. Crença de eficácia pessoal e coletiva. In: AZZI, Roberta G.; VIEIRA, Diana A. (Org). **Crença de eficácia em contexto educativo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014. p. 15-40.

BANDURA, A.; AZZI, R. G.; POLYDORO, S. **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: ArtMed, 2008. 176 pgs.

BANDURA, A. A evolução da teoria social cognitiva. In BANDURA, A.; AZZI, R. G.; POLYDORO, S. **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: ArtMed, 2008. p. 15-41.

BANDURA, A. Teoria social cognitiva no contexto natural. In: BANDURA, A.; AZZI, R. G. (Org). **Teoria Social Cognitiva: diversos enfoques**. Campinas, São Paulo: Mercado das letras, 2017. p. 45-82.

BANDURA, A. A crescente primazia da agência humana na adaptação e mudança na era eletrônica. In: BANDURA, A.; AZZI, R. G. (Org). **Teoria Social Cognitiva:**

diversos enfoques. Campinas, São Paulo: Mercado das letras, 2017. p. 83-128.

BANDURA, A. Reconstrução do “livre arbítrio” a partir da perspectiva agêntica da teoria social cognitiva. In: BANDURA, A.; AZZI, R. G. (Org). **Teoria Social Cognitiva: diversos enfoques.** Campinas, São Paulo: Mercado das letras, 2017. p. 128-200.

BORGES-ANDRADE, J. E. Aprendizagem por observação: perspectivas teóricas e contribuições para o planejamento instrucional - uma revisão. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 1, n. 2, p. 2-68, Julho 1981. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931981000200001&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 14 de abr. 2021.

COSTA, A. E. B. C.; Autoeficácia e Burnout. **Revista Eletrônica InterAção Psy – Ano 1, nº 1- Ago 2003 – p. 34-68.** Disponível em: <<https://gepeb.files.wordpress.com/2011/12/auto-eficacia-burnout.pdf>>. Acesso em: 15 de fev. 2021.

FERNANDES, V. L. P. **A imitação no processo de ensino e aprendizagem de arte.** Uberlândia, v. 6, n. 1, p. 46-61, jan/jun, 2010. Disponível em <<http://200.19.146.79/index.php/ouvirouver/article/view/8221>>. Acesso em: 03 de abril de 2020.

FONTES, A. P.; NERI, A. L.; YASSUDA, M. S. Enfrentamento de estresse no trabalho: relações entre idade, experiência, autoeficácia e agência. **Psicologia Ciência e Profissão**, 2010, 30 (3), 620-633. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/srfXCxsyRXt6KdXJSYtbm4p/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 11 de mar. 2021.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 4ª edição. 2002.

LANDIM, A. da C. F. **Imitação como um elemento essencial para o processo de ensino aprendizagem nas crianças em idade pré-escolar.** Praia, 2010. Disponível em: <<http://www.portaldoconhecimento.gov.cv/handle/10961/2044>>. Acesso em: 05 de abr. 2020.

LOURENÇO, A. A.; PAIVA, M. O. A. Autorregulação da aprendizagem: uma perspectiva holística. **Ciências & Cognição**, 2016; Vol 21(1). Centro de Investigação em Psicologia e Educação do Agrupamento de Escolas Alexandre Herculano, Porto, Portugal. Disponível em: <<http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/1037>>. Acesso em: 11 de jun. 2020.

MACDONALD, J.; AHEARN, W. H. Teaching observational learning to children with autism. Traduzido em: google tradutor. **Journal of applied behavior analysis**, 2015, 48, 800–816 NUMBER 4 (WINTER). Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/jaba.257>>. Acesso em: 01 de fev. 2021.

MELO-DIAS, C.; SILVA, C. F. da. Teoria da aprendizagem social de Bandura na formação de habilidades de conversação. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n.1,

p. 101-113, 2019. Disponível em:
<<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v20n1/v20n1a08.pdf>>. Acesso em: 06 de abr. 2020.

MIRANDA, S. L. **Modelação e comportamento supersticioso: efeitos do comportamento do confederado sobre o responder em esquemas múltiplos.** Dissertação, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

MONTEIRO, S. C.; ALMEIDA, L. da S.; VASCONCELOS, R. M. de C. F. Abordagens à aprendizagem, autorregulação e motivação: convergência no desempenho acadêmico excelente. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 153-162, dez. 2012. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902012000200003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 de fev. 2021.

OLIVEIRA, T. F.; SILVA, N.; BARDAGI, M. P. **Aspectos históricos e epistemológicos sobre crenças de autoeficácia:** uma revisão de literatura. *Barbarói*, Santa Cruz do Sul, n. 51, p., jan/jun, 2018. Disponível em:
<<http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v51i1.6391>>. Acesso em: 02 de abr. 2021.

POLYDORO, S. A. J.; AZZI, R. G. Autorregulação da aprendizagem na perspectiva da teoria sociocognitiva: introduzindo modelos de investigação e intervenção. **Psicologia e Educação**, São Paulo, n. 29, p. 75-94, dez. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752009000200005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 25 de mar. 2021.

POLYDORO, S. A. J.; GUERREIRO-CASANOVA, D. C. Escala de auto-eficácia na formação superior: construção e estudo de validação. **Avaliação Psicológica**, Porto Alegre, v. 9, n. 2, p. 267-278, ago. 2010. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712010000200011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 de mar. 2021.

PRODANOV, C. C. **Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico** / Cleber Cristiano Prodanov, Ernani Cesar de Freitas. – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013. Disponível em: <<http://www.feevale.br/Comum/midias/8807f05a-14d0-4d5b-b1ad-1538f3aef538/E-book%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>>. Acesso em: 10 de abr. 2020.

RAMOS, M. F. H.; Caracterização das Pesquisas sobre Eficácia Coletiva Docente na Perspectiva da Teoria Social Cognitiva. **Psicologia: Teoria e Pesquisa** Jan-Mar 2016, Vol. 32 n. 1, pp. 91-99. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0102-37722016012227091099>>. Acesso em: 01 de mar. 2021.

SILVA, A. V. **A importância da aprendizagem por observação para o melhor desempenho físico dos futuros oficiais combatentes do exército brasileiro.** Resende, 2019. Disponível em:
<<https://bdex.eb.mil.br/jspui/bitstream/123456789/5606/1/6322.pdf>>. Acesso em: 06 de abr. 2020.

TEIXEIRA, M. O. A abordagem sócio-cognitiva no aconselhamento vocacional: uma reflexão sobre a evolução dos conceitos e da prática da orientação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 9-16, dez. 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902008000200003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 de abr. 2021.

TORISU, E. M.; FERREIRA, A. C. A teoria social cognitiva e o ensino-aprendizagem da matemática: considerações sobre as crenças de autoeficácia matemática. **Ciência e Cognição**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 168-177, nov. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212009000300014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 25 de jan. 2021.