

12.3: La motivación como autoeficacia

Además de estar influenciados por sus metas, intereses y atribuciones, los motivos de los estudiantes se ven afectados por creencias específicas sobre las capacidades personales del estudiante. En la **teoría de la autoeficacia** las creencias se convierten en una explicación primaria y explícita de motivación (Bandura, 1977, 1986, 1997). La **autoeficacia** es la creencia de que eres capaz de llevar a cabo una tarea específica o de alcanzar una meta específica. Como se mencionó anteriormente, el nivel óptimo parece estar en o ligeramente por encima de la capacidad verdadera (Bandura, 1997). Como indicamos a continuación, las grandes discrepancias entre la autoeficacia y la capacidad pueden crear problemas motivacionales para el individuo.¹³

Motivación

La motivación se refiere a un deseo, necesidad o impulso que contribuye y explica los cambios de comportamiento. En general, los motivadores proporcionan algún tipo de incentivo para completar una tarea. Una definición de motivador lo explica como una fuerza “que actúa sobre o dentro de una persona para iniciar un comportamiento”. Además de los motivos biológicos, las motivaciones pueden ser intrínsecas (derivadas de factores internos) o extrínsecas (derivadas de factores externos).

Motivación extrínseca vs. intrínseca

Los comportamientos intrínsecamente motivados se realizan por el sentido de satisfacción personal que aportan. Según Deci (1971), estos comportamientos se definen como aquellos por los que la recompensa es la satisfacción de realizar la actividad misma. Por lo tanto, la motivación intrínseca representa el compromiso en una actividad por su propio bien. Por ejemplo, si reconfortar a un amigo hace que un niño se sienta bien, está intrínsecamente motivado para responder a la angustia de su amigo.

Los comportamientos motivados **extrínsecamente**, por otro lado, se realizan con el fin de recibir algo de otros o evitar ciertos resultados negativos. El motivador extrínseco está fuera del individuo y actúa sobre él. Las recompensas, como una pegatina o un caramelo, son buenos ejemplos de motivadores extrínsecos. Los incentivos sociales y emocionales como el elogio y la atención también son motivadores extrínsecos ya que son otorgados al individuo por otra persona.



Figura12.3.1: Una piruleta puede ser un motivador extrínseco. (Imagen de strausadolf en Pixabay)

La impotencia aprendida y la autoeficacia

Si el sentido de autoeficacia de una persona es muy bajo, puede desarrollar una impotencia aprendida, una percepción de completa falta de control en el dominio de una tarea. La actitud es similar a la depresión, un sentimiento generalizado de apatía y la creencia de que el esfuerzo no hace diferencia y no conduce al éxito. La impotencia aprendida fue originalmente estudiada desde la perspectiva conductista del condicionamiento clásico y operante por el psicólogo Martin Seligman (1995). En las personas, la impotencia aprendida conduce a formas características de lidiar con los problemas. Tienden a atribuirse la fuente de un problema a sí mismos, a generalizar el problema a muchos aspectos de la vida, y a ver el problema como duradero o permanente. Los individuos más optimistas, por el contrario, tienen más probabilidades de atribuir un problema a fuentes externas, de verlo como específico de una situación o actividad particular, y de verlo como temporal o de tiempo limitado. Considera, por ejemplo, dos alumnos que reprueban cada uno una prueba. El que tiene mucha impotencia aprendida es más probable que explique el fracaso diciendo algo como: “Soy estúpido; nunca me desempeño bien en ninguna tarea escolar, y nunca me va a rendir bien en ella”. El otro estudiante, más optimista, es más probable que diga algo como: “El maestro hizo la prueba demasiado dura esta vez, así que la prueba no prueba nada sobre cómo voy a hacer la próxima vez o en otras materias”.



Figura12.3.2: Si esta chica piensa que estudiar no le va a ayudar a que le vaya bien en la prueba, su baja autoeficacia puede convertirse en una impotencia aprendida. (Imagen de [amenclinicsphotos ac](#) está licenciada bajo [CC BY-SA 2.0](#))

Lo que es digno de mención de estas diferencias en la percepción es cuánto más optimista de estas perspectivas se asemeja a la alta autoeficacia y la cantidad de impotencia aprendida parece contradecir o diferir de ella. Como ya se señaló, la alta autoeficacia es una fuerte creencia en la capacidad de uno para llevar a cabo una tarea específica con éxito. Por definición, por lo tanto, la autoeficacia centra la atención en una actividad temporal o limitada en el tiempo (la tarea), aunque la causa de la realización exitosa (uno mismo) sea “interna” 16.

Colaboradores y Atribuciones

13. [Desarrollo Infantil — Unidad 5: Teorías \(Parte II\)](#) por [Lumen Learning](#) referencias Psicología Educativa por Kelvin Seifert y Rosemary Sutton, licenciados bajo [CC BY 4.0](#)

16. [Desarrollo Infantil — Unidad 5: Teorías \(Parte II\)](#) por [Lumen Learning](#) referencias Psicología Educativa por Kelvin Seifert y Rosemary Sutton, licenciados bajo [CC BY 4.0](#)

This page titled [12.3: La motivación como autoeficacia](#) is shared under a [CC BY](#) license and was authored, remixed, and/or curated by [Paris, Ricardo, Raymond, & Johnson](#) (College of the Canyons) .