

12.3: Motivación como auto-eficacia

Además de ser influenciados por sus objetivos, intereses y atribuciones, los motivos de los estudiantes se ven afectados por creencias específicas en las capacidades personales del estudiante. En **la teoría de la autoeficacia** las creencias se convierten en una razón básica, y explícita para la motivación (Bandura, 1977, 1986, 1997). **La autoeficacia** es la creencia de que son capaces de llevar a cabo una tarea específica o de alcanzar un objetivo específico. Como se mencionó anteriormente, el nivel óptimo parece ser ya sea en o ligeramente por encima de la verdadera capacidad (Bandura, 1997). Como indicamos a continuación, las grandes discrepancias entre la auto-eficacia y la capacidad pueden crear problemas de motivación 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 un motivador sería como una fuerza “actuar sobre o dentro de una persona para iniciar el comportamiento.” Además de los motivos biológicos, las motivaciones pueden ser intrínsecas (que surgen de factores internos) o extrínsecas (que surgen de factores externos).

Motivación intrínseca vs extrínseca

Los comportamientos **Intrínsecamente** motivados se realizan debido a la sensación de satisfacción personal que dan. Según Deci (1971), estos comportamientos se definen como aquellos para los que la recompensa es la satisfacción de realizar la propia actividad. Por lo tanto, la motivación intrínseca representa compromiso en una actividad por sí misma. Por ejemplo, si reconfortar a un amigo le hace sentir bien, él está intrínsecamente motivados a responder a la angustia de su amigo.

Los comportamientos **Extrínsecamente** motivados, al contrario, se llevan a cabo con el fin de recibir algo de los demás o evitar ciertos resultados negativos. La motivación extrínseca se encuentra fuera de, y actúa sobre el individuo. Recompensas, tales como una pegatina, o un caramelo-son buenos ejemplos de motivadores extrínsecos. Incentivos emocionales como la alabanza y la atención social también son motivadores extrínsecos, ya que se otorgan a la persona por otra persona.



Figura 12.5: La paleta puede ser un motivador extrínseco (Imagen por [strausadolf](#) en [Pixabay](#))

La indefensión aprendida y la auto-eficacia

Si el sentido de propia eficacia de una persona es muy bajo, él o ella puede desarrollar **indefensión aprendida**, Una percepción de completa *carencia* 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 ninguna diferencia y no conduce al éxito. La indefensión aprendida se estudió inicialmente desde la perspectiva conductista del condicionamiento clásico y operante por el psicólogo Martin Seligman (1995). En las personas, la indefensión aprendida conduce a formas características de afrontar los problemas. Tienden a atribuirse a sí mismos la fuente de un problema, a generalizar el problema hacia varios aspectos de la vida, y ver el problema como duradero o permanente. Los individuos más optimistas, en cambio, son más propensos a atribuir el problema a fuentes externas, a verlos como específicos de una situación o actividad en particular, y verlos como temporales o de duración limitada. Consideremos, por ejemplo, dos estudiantes que fallaron sus exámenes. El que tiene la indefensión aprendida es más probable que explique el fracaso diciendo algo como: “soy tonto; Nunca me desempeño bien en ningún trabajo escolar, y nunca lo hare bien.” El otro estudiante, más optimista es más probable que diga algo como: “El maestro hizo la prueba demasiado dura esta vez, por lo que la prueba no demuestra nada de cómo lo haré la próxima vez o en otras materias.”

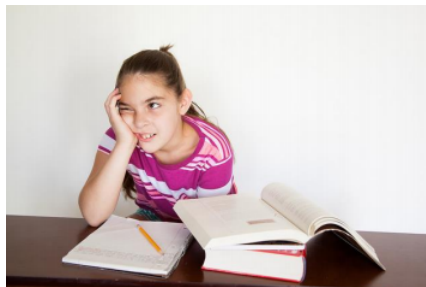


Figure 12.6: Si esta niña piensa que el estudio no le ayuda en el examen, su baja auto-eficacia puede convertirse en la indefensión aprendida. (Imagen por [amenclinicsphotos ac](#) se distribuye bajo licencia de [CC BY-SA 2.0](#))

Lo más notable acerca de estas diferencias de percepción de estos dos puntos de vista es como el más optimista se asemeja altamente a la auto-eficacia y lo mucho que la indefensión aprendida parece contradecir o difiere de él optimista. Como ya se ha señalado, un grado alto de auto-eficacia es la fuerte creencia en la propia capacidad para llevar a cabo una tarea con éxito. Por lo tanto, la auto-eficacia concentra su atención en actividades temporales o de corta duración (la tarea), aun cuando la causa de la finalización exitosa es (uno mismo) “interna”.¹⁶

Contribuyentes y atribuciones

13. [Child Development – Unit 5: Theories \(Part II\)](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Educational Psychology](#) por Kelvin Seifert y Rosemary Sutton, bajo licencia de [CC BY 4.0](#)

16. [Child Development – Unit 5: Theories \(Part II\)](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Educational Psychology](#) por Kelvin Seifert y Rosemary Sutton, bajo licencia de [CC BY 4.0](#)

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