



**Nombre de alumnos: María Esther
Gómez alegría**

**Nombre del profesor: Kenneth
alejandro reyes Escalante**

Nombre del trabajo: ensayo

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: comportamiento social

Grado: único

Grupo: psicología

La facilitación social es la tendencia que tienen las personas a ejecutar mejor *tareas simples* (o tareas calificadas o las que han convertido en autónomas) cuando son observadas por otros que cuando se encuentran solas (*efecto de la audiencia*), o cuando compiten con otros (*efecto del coactor*). Sin embargo, *tareas complejas* (o tareas no calificadas) a menudo son ejecutadas a un nivel inferior en estas situaciones. Este efecto ha sido demostrado en una variedad de especies. En los humanos, es más perceptible en los que se ocupan más por las opiniones de otros, y cuando el individuo es visto por alguien que no conoce, o que no puede ver bien. La primera investigación publicada sobre la facilitación social fue realizada por el psicólogo Norman Triplett en 1898. Triplett notó que entre corredores de bicicleta, la presencia de otros ciclistas tendía a mejorar el rendimiento en la carrera. La investigación sobre la facilitación social se desarrolló lentamente durante las décadas siguientes ya que parecía que la presencia de otros aumentaba la ejecución en algunas situaciones, y la disminuía en otras.

En 1965 Robert Zajonc dio un nuevo aire a la investigación de la facilitación social cuando explicó la naturaleza dual del fenómeno. Según Zajonc, la presencia de otros sirve como una fuente de estimulación. La estimulación aumenta la probabilidad de que un organismo haga reacciones habituales o bien aprendidas. Esto mejora la ejecución de tareas simples y menoscaba la ejecución de tareas complejas o difíciles. Zajonc demostró este efecto en varias especies distintas, incluyendo ratas del laboratorio y cucarachas.

Más recientemente, en 1986, Baron propuso un punto de vista alternativo de la facilitación social, basado en la atención y la distracción. Baron sugirió que la ejecución de una tarea depende del número de señales o distracciones presentes en la situación. Hoy en día, la mayoría de psicólogos sociales creen que la facilitación social en humanos es influenciada por la estimulación (como sugirió Zajonc) y los procesos cognitivos (como la distracción y también la aprehensión de evaluación).

La primera investigación publicada sobre la facilitación social fue realizada por el psicólogo Norman Triplett en 1898. Triplett notó que entre corredores de bicicleta, la presencia de otros ciclistas tendía a mejorar el rendimiento en la carrera. La investigación sobre la facilitación social se desarrolló lentamente durante las décadas siguientes ya que parecía que la presencia de otros aumentaba la ejecución en algunas situaciones, y la disminuía en otras.

En 1965 Robert Zajonc dio un nuevo aire a la investigación de la facilitación social cuando explicó la naturaleza dual del fenómeno. Según Zajonc, la presencia de otros sirve como una fuente de estimulación. La estimulación aumenta la probabilidad de que un organismo haga reacciones habituales o bien aprendidas. Esto mejora la ejecución de tareas simples y menoscaba la ejecución de tareas complejas o difíciles. Zajonc demostró este efecto en varias especies distintas, incluyendo ratas del laboratorio y cucarachas.

Más recientemente, en 1986, Baron propuso un punto de vista alternativo de la facilitación social, basado en la atención y la distracción. Baron sugirió que la

ejecución de una tarea depende del número de señales o distracciones presentes en la situación. Hoy en día, la mayoría de psicólogos sociales creen que la facilitación social en humanos es influenciada por la estimulación (como sugirió Zajonc) y los procesos cognitivos (como la distracción y también la aprehensión de evaluación).

La primera investigación publicada sobre la facilitación social fue realizada por el psicólogo Norman Triplett en 1898. Triplett notó que entre corredores de bicicleta, la presencia de otros ciclistas tendía a mejorar el rendimiento en la carrera. La investigación sobre la facilitación social se desarrolló lentamente durante las décadas siguientes ya que parecía que la presencia de otros aumentaba la ejecución en algunas situaciones, y la disminuía en otras.

En 1965 Robert Zajonc dio un nuevo aire a la investigación de la facilitación social cuando explicó la naturaleza dual del fenómeno. Según Zajonc, la presencia de otros sirve como una fuente de estimulación. La estimulación aumenta la probabilidad de que un organismo haga reacciones habituales o bien aprendidas. Esto mejora la ejecución de tareas simples y menoscaba la ejecución de tareas complejas o difíciles. Zajonc demostró este efecto en varias especies distintas, incluyendo ratas del laboratorio y cucarachas.

Más recientemente, en 1986, Baron propuso un punto de vista alternativo de la facilitación social, basado en la atención y la distracción. Baron sugirió que la ejecución de una tarea depende del número de señales o distracciones presentes en la situación. Hoy en día, la mayoría de psicólogos sociales creen que la facilitación social en humanos es influenciada por la estimulación (como sugirió Zajonc) y los procesos cognitivos (como la distracción y también la aprehensión de evaluación).

Cómo surgió la Teoría de la Facilitación Social

En 1898 el psicólogo Norman Triplett describió un hallazgo que sería muy estudiado posteriormente. Triplett comparó las puntuaciones de los ciclistas de la Liga de Ciclismo Americana y se sorprendió al notar que estas mejoraban cuando los deportistas se acompañaban entre ellos y competían unos con otros: la mera presencia de los compañeros hacía que su rapidez aumentara 5 segundos más que cuando se hallaban en soledad. Para comprobar si esto sucedía con otras tareas, Triplett observó como unos niños enrollaban el hilo de un carrete, comprobando como al estar acompañados, los chicos realizaban la tarea más rápido. Esto fue achacado a un efecto psicológico que obtuvo su denominación varias décadas más tarde.

Fue concretamente *Gordon Allport*, veinte años después, quien lo hizo. Allport fue un *psicólogo* muy reconocido por ser uno de los pioneros en el estudio de la personalidad, dando mucha importancia al contexto y al presente para conseguir comprenderla. En una de sus investigaciones, Allport estudió la efectividad en la realización de tareas de un grupo de participantes. Estos debían escribir el mayor número de palabras posibles que estuvieran relacionadas con un concepto. Cuando los participantes se encontraban acompañados, consiguieron producir muchas más palabras que cuando se encontraban en soledad. Allport denominó

este efecto “facilitación social”, un efecto que fue corroborado en muchas ocasiones desde entonces.

La teoría de la facilitación social es la idea que explica por qué, cuando estamos rodeados de otras personas nos comportamos de forma diferente al realizar ciertas tareas. Esta teoría muestra como la ejecución de una tarea puede ser mejorada con la mera presencia de otras personas. Así pues, la presencia de otras personas da lugar a dos tipos de efecto: el efecto de la co-acción y el efecto de la audiencia.

El efecto de la co-acción implica que cuando participamos en la ejecución de una tarea con otras personas que también se encuentran realizándola, nuestros resultados mejoran debido al mayor empeño que llevamos a cabo.

Sorprendentemente, el psicólogo S.C. Chen comprobó que este efecto no solo ocurría entre seres humanos. Tras estudiar el trabajo que las hormigas obreras hacían excavando en la arena, Chen constató que aquellas que trabajaban en cooperación con otras compañeras, mejoraban su trabajo tres veces más que aquellas que lo hacían solas. Esto también se ha observado en el rendimiento de otras especies animales.

Efecto de la audiencia

Por otra parte, el efecto de la audiencia implica que cuando somos observados por otras personas pasivamente mientras ejecutamos una tarea de la cual estamos muy seguros o que sabemos dominar, nuestra ejecución mejora debido a la *motivación* que sentimos.

Algunos científicos corroboraron estos datos, como Travis, que en 1925 afirmó que las personas con alto entrenamiento mejoraban en tareas psicomotrices cuando eran observados por el público.

Sin embargo, ¿Qué ocurre cuando la tarea que estamos realizando no es algo que dominamos o de lo que nos sintamos muy seguros?

La facilitación vs la inhibición social

Sorprendentemente, a la vez que se encontró el efecto de la facilitación social, se halló un efecto totalmente contrario: el efecto de la inhibición social. En 1933 Pessin estudió a varios sujetos que debían aprender una tarea difícil delante de un público. Los participantes debían memorizar una lista de nuevas palabras que carecían de sentido y resultó que cuando eran observados por un público, su rendimiento empeoraba necesitando un mayor número de ensayos que cuando estaban solos.

Más tarde, en 1956, Robert Zajonc estudió en profundidad este efecto negativo que puede suponer ser observados por los demás y que contradice totalmente a la teoría de la facilitación social. Este psicólogo observó como las personas hacían tareas simples y otras más complejas en presencia de otros y sus resultados fueron claros: cuando las tareas a realizar resultan simples, ya sea por su poca complejidad o porque tenemos una gran experiencia realizándolas, la presencia de otras personas hace que rindamos más y mejor que si estuviéramos solos.

En cambio, cuando las tareas son muy complejas o no estamos acostumbrados a ellas, tener a un público observándonos supone un hándicap para su realización.

Así pues, este efecto inhibido fue incorporado a la teoría de la facilitación social por el propio Zajonc en 1965 en una nueva hipótesis generalizada en la que se tenía en cuenta la base de los dos efectos: la excitación del individuo ante la presencia de otros, tanto para bien como para mal. En definitiva, no es el ser observado por otros lo que nos afecta per sé, sino nuestra autopercepción sobre nuestras capacidades y lo que nos decimos a nosotros mismos sobre cómo pueden juzgarnos los demás. Es por ello que cuando vemos a alguien haciendo una gran performance en un escenario, o por el contrario, haciendo algo no tan notable, quizás no estamos observando sus habilidades en sí, si no la seguridad que tiene en sí mismo/a sobre sus propias habilidades.