

# UNIDAD IV TEORIAS COGNITIVAS Y DEL APRENDIZAJE

## SKINNER: EL ANALISIS DE LA CONDUCTA

Skinner se centró en la conducta observable, evitando constructos hipotéticos como el yo, los rasgos y los impulsos.

**Determinismo y ambientalismo:** Skinner creía que la conducta humana está determinada por leyes y se puede estudiar científicamente, enfatizando la importancia del entorno en la formación de la conducta.

**Ley del efecto de Thorndike:** Skinner se basó en la ley del efecto de Thorndike, que sostiene que las conductas seguidas de consecuencias agradables tienden a repetirse, mientras que las seguidas de consecuencias desagradables tienden a disminuir.

**Predicción y control de la conducta:** Skinner y Watson coincidían en que el objetivo de la psicología es predecir y controlar la conducta mediante el estudio de los hábitos y las conexiones estímulo-respuesta.

## EL CONDUCTISMO CIENTIFICO

Skinner insistió en que la conducta humana debe estudiarse científicamente, sin hacer referencia a necesidades, instintos o motivos internos.

**Determinismo y leyes de la conducta:** Skinner creía que la conducta humana está determinada por variables identificables y sigue principios inequívocos que potencialmente se pueden conocer.

**Condicionamiento operante:** Skinner utilizó el condicionamiento operante para descubrir las condiciones que determinan la conducta y permitir su predicción, control y descripción.

**Importancia de la observación empírica:** La ciencia se basa en la observación empírica, rechazando la autoridad y buscando relaciones lícitas y principios generales.

## EL CONDICIONAMIENTO

Tipo de aprendizaje en el que la conducta se incrementa o reduce mediante reforzamiento o castigo.

**Reforzadores:** Estímulos que incrementan la probabilidad de una conducta, pueden ser positivos (añaden una recompensa) o negativos (eliminan algo desagradable).

**Castigo:** Estímulo que disminuye la probabilidad de una conducta, puede ser positivo (presenta algo desagradable) o negativo (quita algo agradable).

**Determinismo ambiental:** Skinner creía que el medio determina la conducta y que cambiando el medio se puede promover la conducta deseada.

## CRITICA A LA TEORIA DE SKINNER

Skinner reconoció los factores genéticos y ofreció una definición de personalidad como un "repertorio de conducta transmitido por un conjunto ordenado de contingencias".

**Crítica de Eysenck:** Hans J. Eysenck criticó a Skinner por ignorar conceptos como las diferencias entre individuos, la inteligencia y los factores genéticos.

**Aplicaciones prácticas:** La teoría de Skinner se ha aplicado en diversos campos, como:

- Superar fobias
- Mejorar el cumplimiento de prescripciones médicas
- Superar adicciones
- Mejorar hábitos alimenticios
- Aumentar la asertividad
- Formación y enseñanza
- Psicoterapia

## ALBERT BANDURA: TEORIA DEL APRENDIZAJE SOCIAL

La teoría del aprendizaje social destaca la plasticidad humana, es decir, la flexibilidad para aprender diversas conductas en distintas situaciones.

**Aprendizaje vicario:** Bandura enfatiza la importancia del aprendizaje vicario, es decir, el aprendizaje a través de la observación de otras personas. El refuerzo también puede ser vicario, es decir, las personas pueden conocer el efecto de un refuerzo por observación de otra persona que recibe un premio.

**Autoeficacia:** La autoeficacia es un componente importante del modelo, y se refiere a la seguridad de que se pueden realizar tareas que producirán las conductas deseadas en una situación concreta.

**Control de la conducta:** Las personas controlan su conducta mediante factores externos (entornos físico y social) e internos (observación, evaluación y reacción).

## APRENDIZAJE

El aprendizaje vicario ocurre cuando se adquiere una nueva forma de conducta mediante la observación del comportamiento de otra persona.

**Modelamiento:** Bandura prefiere el término "modelamiento" en lugar de "imitación", ya que implica un proceso más amplio de aprendizaje por observación.

**El proceso de aprendizaje vicario implica cinco etapas:**

- Atención
- Codificación
- Retención
- Reproducción motora
- Motivación

**Aprendizaje emocional:** Las experiencias vicarias pueden producir los mismos efectos que las experiencias directas, permitiendo aprender temores, enojos, afectos y otras emociones positivas y negativas.

## DETERMINISMO RECÍPROCO TRIÁDICO

El determinismo recíproco triádico es un sistema que supone que los actos humanos proceden de una interacción entre tres variables: el entorno, la conducta y la persona (cognición).

**Interacción triádica:**

Los tres factores recíprocos (entorno, conducta y persona) interactúan entre sí, y la potencia relativa de cada factor varía en función del individuo y la situación.

**Influencia de la cognición:**

La cognición (persona) suele ser el factor más importante en la determinación de la conducta, ya que las personas poseen capacidades cognitivas como la memoria, la previsión y la planificación.

**Influencia de la cognición:**

La cognición (persona) suele ser el factor más importante en la determinación de la conducta, ya que las personas poseen capacidades cognitivas como la memoria, la previsión y la planificación.

**Influencia de la persona en el entorno:**

La persona puede influir directamente en el entorno a través de sus características físicas y sociales, como la edad, el aspecto, la raza, el sexo y el atractivo físico.

## AUTOCONTROL

El autocontrol se refiere a la capacidad de las personas para controlar su propia conducta y evaluarla en función de objetivos cercanos y lejanos.

**Estrategias de autocontrol:**

- Enfoque reactivo
- Enfoque proactivo

**Procesos que influyen en el autocontrol:**

- Manipulación de factores externos
- Control interno y externo

**Autoeficacia y autocontrol:** Las personas con altos niveles de autoeficacia tienen una mayor capacidad para controlar su propia conducta.

## GEORGE KELLY: LA PSICOLOGÍA DE LOS CONSTRUCTOS PERSONALES

La teoría de los constructos personales de Kelly es una metateoría que se enfoca en cómo las personas interpretan y anticipan los hechos.

**Características de la teoría:**

- **Cognitiva:** se enfoca en la interpretación y anticipación de los hechos.
- **Fenomenológica:** se enfoca en la experiencia subjetiva de las personas.
- **Existencial:** enfatiza la libertad y responsabilidad de las personas para construir su propio mundo.

**Importancia de la interpretación:** Kelly destaca la importancia de la interpretación y la construcción de significados en la vida de las personas, y cómo esto influye en su comportamiento y toma de decisiones.

## PERSPECTIVA FILOSÓFICA DE KELLY

Kelly sostiene que la conducta humana se basa en ambas: la realidad y la percepción de la realidad que tienen las personas.

**Alternativismo constructivo:** Kelly introduce el concepto de alternativismo constructivo, que supone que las personas pueden revisar o sustituir sus constructos y que los hechos se pueden analizar desde distintas perspectivas.

**Responsabilidad personal:** Kelly enfatiza que las personas tienen la responsabilidad de construir sus propios mundos y que no son víctimas de sus circunstancias pasadas ni presentes.

## CONSTRUCTOS PERSONALES

1. Los constructos personales son formas de construir el mundo y dar sentido a la realidad, permitiendo a las personas trazar un rumbo para su conducta.

**Características: Los constructos personales son:**

- **Subjetivos:** Cada persona crea su propio concepto del mundo.
- **Dinámicos:** Los constructos personales pueden cambiar continuamente.
- **Flexibles:** Algunas personas son más flexibles que otras en cuanto a cambiar su manera de ver las cosas.

**Importancia de la comparación y el contraste:** Los constructos personales se forman a través de la comparación y el contraste de parecidos y diferencias entre cosas o personas.



# Mi Universidad

## Actividad 2

*Nombre del alumno: Montserrath Martínez de León*

*Tema: Teorías cognitivas y del aprendizaje*

*Parcial: Primer parcial*

*Materia: Teorías de la personalidad*

*Nombre del profesor: Lic. María del Carmen Briones Martínez*

*Licenciatura: Lic. psicología*

*Cuatrimestre: Tercer cuatrimestre*

*Lugar y Fecha: Santa Teresa Llano Grande viernes 13 de junio de 2025*