

EL ENTRENAMIENTO REATRIBUCIONAL COMO INTERVENCIÓN PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO

Montserrat M. Docampo Chiaromonte

RESUMEN

Se presenta una revisión sobre la función que desempeñan las atribuciones causales en el rendimiento académico. En primer lugar, se hace referencia a un ejemplo que muestra como la conducta y las emociones pueden cambiar al atribuir el mismo resultado a diferentes causas.- A continuación se describen las dimensiones principales en que pueden ser ordenadas las atribuciones causales.- De forma detallada se indican cuales son las consecuencias de los distintos tipos de explicaciones causales sobre la motivación, el estado emocional y la autoestima.- Por último, se hace mención de los estilos atribucionales que son adaptativos y desadaptativos para el rendimiento académico y la posibilidad de modificar estos últimos a través del feedback que proporciona el entrenamiento reatribucional.

PALABRAS CLAVE: Atribución Causal, Estilo Atribucional, Entrenamiento Reatribucional, Rendimiento Académico

ABSTRACT

It's showed a revision about the function that causal attributions play on the academic achievement.- In first place, it's made reference to an example that shows how behaviour and emotions can be changed by attributing the same result to different causes.- Then it's described the principal dimensions that can be ordered the causal attributions .- It's showed , carefully, which are the consequences of the different kinds of causal explanation on the motivation , emotional state and self-esteem.- Finally, it's made a description of both, adaptative and disadaptative attributional styles for the academic achievement and the possibility of changing this last one through the feedback that brings retribution training.

KEY WORDS: Causal Attribution, Attributional Style, Retribution Training, Academic Achievement.

1.- INTRODUCCION

En los seres humanos existe una tendencia a buscar las causas de los sucesos que ocurren a su alrededor, especialmente de aquellos que le resultan extraños o inesperados.- El proceso que conduce a la creencia de que determinada causa es la responsable de los resultados recibe, en Psicología Social, el nombre de “proceso atributivo”.- Este fenómeno ha llevado a la realización de un gran número de experimentos y a la propuesta de diversas explicaciones teóricas.-

Las teorías de la atribución comparten el supuesto de que las personas interpretan las consecuencias en términos de sus causas y que esas interpretaciones afectan a sus emociones y conductas futuras.- Supóngase, por ejemplo, que alguien acaba de examinarse de estadística y descubre que ha suspendido. Los sentimientos de esa persona van a depender de su percepción de la causa del suspenso. Si considera que le resulta imposible comprender cualquier cosa relacionada con los números, probablemente se sentirá muy decepcionada y desanimada, sin embargo se sentirá mejor si sostiene que ha suspendido por que el profesor es muy rígido poniendo notas.- Estas dos explicaciones también afectarán al comportamiento que seguirá esta persona la próxima vez que tenga que examinarse.- En el primer caso, posiblemente sienta miedo, dado que su ineptitud para la estadística no habrá desaparecido; en el segundo caso, se sentirá más confiado, especialmente si el profesor que imparte el curso y que le va a corregir el examen, no es el mismo (Hewstone y Antaki,1990).

2.- LA DIMENSIONALIZACION DE LAS ATRIBUCIONES CAUSALES

La Teoría Atribucional de Weiner, desarrollada en la década de los años setenta y ochenta, resalta el importante papel que desempeñan las atribuciones causales en la motivación.-Según Weiner, cualquier causa puede encontrarse en algún punto de las tres dimensiones siguientes:

- 1.- *Internalidad-Externalidad*: la causa de un resultado puede referirse a características propias de la persona, como por ejemplo su habilidad y su esfuerzo, o puede referirse a factores ajenos a ella, como es la suerte, la interferencia de otros o la dificultad de la tarea.
- 2.- *Estabilidad- Inestabilidad*: esta dimensión especifica hasta que punto la causa es efímera o duradera.- El estado de ánimo, el esfuerzo y la suerte se suelen considerar ejemplos de atribuciones inestables, mientras que la habilidad y la dificultad de la tarea son consideradas causas estables.
- 3.- *Controlabilidad-Incontrolabilidad*: se refiere al grado de control percibido por el sujeto sobre la causa de los resultados.- Causas como el esfuerzo y la atención se consideran controlables mientras que la suerte y la habilidad se consideran incontrolables.

Estas tres dimensiones se combinan para formar ocho posibles permutaciones de causas.- Por ejemplo, la baja capacidad es una atribución interna, estable e incontrolable, no estudiar lo suficiente es una atribución interna, inestable y controlable, la mala suerte corresponde a una atribución externa, inestable e incontrolable etc.- Según Weiner, la dimensión de internalidad-externalidad influye en la autoestima: por ejemplo, atribuir el éxito al propio esfuerzo aumenta el orgullo personal.- Por otro lado, la dimensión de estabilidad-inestabilidad influye en las expectativas relativas al cambio: por ejemplo, atribuir el fracaso a una falta de capacidad fomenta la expectativa de que las cosas no van a cambiar en el futuro.

Una hipótesis que se deriva del modelo de Weiner(1980) y que tiene importantes implicaciones educativas, es aquella que defiende que los estudiantes estarán más motivados para el aprendizaje

si atribuyen sus éxitos y fracasos escolares a factores controlables como el esfuerzo más que a factores sobre los que tienen poco o ningún control como es la suerte o la acción de otras personas. Puesto que se ha comprobado que la obtención de un éxito no es suficiente para motivar a un alumno, el Modelo Atribucional sugiere que el niño ha de percibir que ese éxito se debe a su esfuerzo.-

Estudios como el de Ramírez, Maldonado y Martos (1992) encontraron que inducir a un estudiante a creer que el fracaso en una tarea es una prueba de su bajo nivel de habilidades, minaba su rendimiento posterior.- Navas, Sampascual y Castejón (1992) observaron que la atribuciones de los alumnos a la capacidad y al esfuerzo, así como una tendencia a realizar atribuciones internas, estables y controlables, se relacionaba con un buen rendimiento académico al final del curso. Sin embargo, las atribuciones de capacidad y suerte junto con una tendencia a realizar atribuciones externas, inestables e incontrolables, estaba relacionado con un bajo rendimiento final.-

3.- INFLUENCIA DE LAS ATRIBUCIONES SOBRE LA CONDUCTA Y EL ESTADO EMOCIONAL

Las atribuciones que los estudiantes realizan acerca de su rendimiento académico también pueden afectar a sus emociones y conducta posterior:

- Ante situaciones de éxito, como aprobar un examen, si se atribuye a factores internos como la inteligencia o el esfuerzo, producirá autosatisfacción y orgullo en el estudiante, además aumentará su motivación para esforzarse y prepararse para el siguiente examen.
- Atribuir las causas de una situación de fracaso, como por ejemplo suspender un examen, a factores internos, producirá en el individuo sentimientos de culpabilidad y vergüenza.- Pero si las causas del fracaso se atribuyen a factores externos, como la mala suerte o la dificultad de la tarea, surgirán sentimientos de irritación y enfado.
- La expectativa que mantiene el estudiante de que los resultados de éxito o de fracaso ocurrirán de nuevo, depende de la atribución a causas estables como por ejemplo las habilidades.- Así mismo, las causas estables que se vinculan a situaciones de fracaso, como la de suspender un examen, disminuyen la motivación..-

Por el contrario, La persona que realiza atribuciones inestables, como por ejemplo la suerte, para su éxito o fracaso, es posible que no espere obtener los mismos resultados en el futuro.

- Si el éxito se atribuye a factores controlables, como el esfuerzo, se generarán en el estudiante sentimientos de orgullo, aumento de la motivación y expectativas futuras de éxito.- Pero si se percibe que los resultados están causados por factores incontrolables, los sentimientos y expectativas serán diferentes.

Varios estudios han demostrado la importante influencia que ejercen las atribuciones causales sobre las emociones y el rendimiento (Fincham, Hokoda y Sanders, 1989; Montero, 1990; Ramírez, Maldonado y Martos, 1992; Navas, Sampascual y Castejón, 1992)

Montero (1990) realizó un estudio para determinar si la percepción de la falta de control sobre los resultados es la base del bajo rendimiento escolar persistente y el papel que juegan las atribuciones causales en dicho proceso. En su investigación pudo observar que la exposición a tareas de difícil solución provoca una percepción subjetiva de incontrolabilidad.- Cuando la incontrolabilidad percibida se atribuía a factores internos y estables como por ejemplo, la baja habilidad, se observaba un deterioro en el rendimiento en una tarea posterior.- También se observaron mayores

sentimientos de frustración, disminución de la confianza en uno mismo y deseos de abandonar la prueba.-

Skaalvik(1994) sostiene que atribuir los resultados negativos a un esfuerzo insuficiente o a factores externos, como el azar, puede resultar para el individuo más autoprotector que atribuir tales resultados a una falta de habilidades.-.- Alumnos de 6° curso que atribuyen su bajo rendimiento a una falta de capacidad presentan una baja autoestima, sin embargo, se encuentra una relación positiva con la alta autoestima entre aquellos que atribuyen su bajo rendimiento a una falta de esfuerzo o a causas externas.-

4.- ESTILOS ATRIBUCIONALES ADAPTATIVOS Y DESADAPTATIVOS

Si cada persona tiende a asignar las causas de los resultados en determinadas direcciones, es necesario afirmar que no todos los patrones atributivos son igualmente adaptativos y positivos.

El estilo atribucional depresivo resulta del modelo reformulado de la indefensión aprendida planteado por Abramson, Seligman y Teasdale (1978).-Este modelo plantea que en la atribución de juicios de causalidad solemos utilizar tres dimensiones:

- 1.- *Internalidad-Externalidad*: se refiere a si el sujeto sitúa la causa de los resultados en sí mismo (interno) o en factores externos (externo)
- 2.- *Estabilidad-Instabilidad*: determina si la causa que produjo los resultados es persistente o transitoria en el tiempo.
- 3.- *Globalidad-Especificidad*: hace referencia a si la causa afecta a un gran número de situaciones (global) o si únicamente afecta a una situación concreta (especificidad)

El estilo atribucional depresivo consiste en atribuir los éxitos a factores externos, específicos e inestables (por ejemplo, la suerte) y en atribuir los fracasos a factores internos, globales y estables (por ejemplo, la capacidad).- Si las personas con este tipo de estilo depresivo experimentan un suceso negativo, entonces creerán que está causado por ellos, que la causa es duradera y que afectará de forma negativa, además, a otras situaciones.- Este tipo de estilo atribucional es desadaptativo por que causa en el individuo déficits como la disminución de la autoestima, de la motivación y un estado emocional depresivo poco intenso pero prolongado en el tiempo.-

Un número importante de trabajos ha puesto de manifiesto la existencia de una asociación entre este patrón atribucional y la sintomatología depresiva (Beck y Young,1985; Fincham,Diener y Hokoda,1987; Barnett y Gottlib,1988; Försterling,1990)

Seligman (1990) distingue dos tipos de estilos explicativos:

- 1.- *Estilo explicativo optimista*: se caracteriza por la tendencia de la persona a atribuir el fracaso a factores externos, inestables y específicos (ejm. mala suerte) y el éxito a factores internos, estables y globales (ejm. la habilidad)
- 2.- *Estilo explicativo pesimista*: es equivalente al estilo atribucional depresivo propuesto por Abramson, Seligman y Teasdale (1978).

Los estudiantes que atribuyen su éxito al trabajo y al estudio diario (causas internas, estables y controlables) y que atribuyen su fracaso a un esfuerzo insuficiente (causas internas, inestables y controlables) tienen un patrón atribucional más adaptativo, orientado hacia el logro y con más posibilidades de perseverar tras el fracaso que aquellos que se refieren al fracaso apelando a las dificultades de la asignatura o a su baja capacidad (Pallarés,1989)

Las atribuciones desadaptativas que entorpecen el rendimiento son susceptibles de ser modificadas mediante entrenamiento retribucional (Dweck,1973; Fowler y Peterson,1981; Medway y Venino,1982; Försterling, 1985).- El entrenamiento retribucional consiste en enseñar a los sujetos a atribuir el fracaso a una falta de esfuerzo y el éxito al trabajo y la dedicación (Boer y cols.,1989).- Por ejemplo, Dweck (1973) consiguió mejorar el bajo rendimiento que presentaban en aritmética unos niños de 10 a 13 años de edad entrenándolos a atribuir sus fracasos a un esfuerzo insuficiente.- El entrenamiento consistía en presentarles durante 25 días problemas aritméticos que podían solucionar con éxito y problemas aritméticos de difícil solución.- Cuando fallaban se les indicaba que para realizar todos los ejercicios correctamente debían de haberse esforzado más.- Después del entrenamiento se puso a prueba la respuesta de este grupo en comparación con otro grupo de niños, también con bajo rendimiento en aritmética, pero que no habían recibido dicho tratamiento.- Los dos grupos tenían que resolver nuevos problemas y se encontró que el grupo de niños que no habían recibido el tratamiento retribucional seguían desanimándose tras el fracaso mientras que los niños del grupo de entrenamiento no mostraron ningún empeoramiento tras el fracaso, experimentaron menos ansiedad ante la prueba e incluso mejoraron.- En definitiva, el entrenamiento retribucional les devolvió la percepción de control y sustituyó la creencia de que “no hay nada que se pueda hacer para modificar los resultados”

5.- CONCLUSIONES

Las explicaciones que ofrecemos para las causas de los resultados pueden afectar a nuestro estado de ánimo, nuestra autoestima y nuestra conducta.- Aunque ante una misma situación puedan darse distintas explicaciones causales, no todas resultan igualmente beneficiosas y adaptativas.- como hemos visto, algunas atribuciones favorecen la motivación y el orgullo personal mientras que otras entorpecen nuestro rendimiento y facilitan la presencia y el mantenimiento de un estado de ánimo depresivo.-

Los estudiantes, también son propensos a realizar atribuciones causales acerca de su rendimiento y a estar influidos por ellas.- La investigación empírica ha encontrado relaciones entre la tendencia a mantener un estilo atribucional determinado con el alto y bajo rendimiento académico.

Las explicaciones desadaptativas que puede mantener un estudiante acerca de su actuación escolar pueden ser modificadas gracias al feedback que les ofrecen sus profesores, padres y también compañeros de clase.- El entrenamiento retribucional se dirige, por lo tanto, a proporcionar al alumno explicaciones adecuadas para su rendimiento que favorezcan su motivación, su persistencia y su autoestima.-

6.- BIBLIOGRAFIA

- Abramson, L.Y.; Seligman, M.E.P.; Teasdale, J.D. (1978).- “Learned helplessness in humans: Critique and reformulation”. *Journal of Abnormal Psychology*.- 87, 49-74
- Barnett, P.; Gottlib, I. (1988).- “Psychosocial functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants and consequences”.- *Psychological Bulletin*.- 104; 97-126
- Beck, A.T.; Young, J.E. (1985) *Depression*.- En D. Barlow (ed) *Clinical handbook of psychological disorders*.- New York: The Guilford Press.
- Boer, D.D.; Meertens, R.; Kok, G.; Knippenberg, V. (1989) “Measurements effects in retribution research”.- *European Journal of Social Psychology*.- 19, 6 ; 553-559

- Dweck, C.S.; Repucci, N.D. (1973) "Learned helplessness and reinforcement responsibility in children".- *Journal of personality and Social Psychology*.- 25; 109-116
- Fincham, F.D.; Diener, C.I.; Hokoda, A. (1987).- "Attributional style and learned helplessness: Relationship to the use of causal schemata and depressive symptoms in children."- *British Journal of Social Psychology*.- 26; 1-7
- Fincham, F.D.; Hokoda, A.; Sanders, R. (1989) "Learned helplessness, test anxiety and academic achievement: A longitudinal analysis. *Child Development*. 60, 1; 138-145
- Försterling, F. (1985) "Attributional Retraining: A review".- *Psychological Bulletin*.- 98, 3; 495-512
- Försterling, F. (1990) *Attributional Therapies*. En S. Graham y V.S. Folkes (eds.) *Attributional Theory*. Hillsdale, L. Erlbaum
- Fowler, J.W.; Peterson, P.L. (1981) "Increasing reading persistence and altering attributional style of learned helpless children". *Journal of Experimental Psychology*.- 73,2; 251-260
- Hewstone, M.; Antaki, C. (1990) *Teoría de la atribución y explicaciones sociales*.- En Hewstone, M.; Stroebe, W.; Codol, J.P.; Stephenson, G.M. (Eds).- *Introducción a la Psicología Social*. Ariel Psicología: Barcelona
- Manassero, M.A.; Vázquez, A. (1995) "La atribución causal y la predicción del logro escolar: patrones causales, dimensionales y emocionales".- *Estudios de Psicología*.- 54; 3-22
- Medway, F.J.; Venino, G.R. (1982) "The effects of effort feedback and performance patterns on children's attributions and task persistence".- *Contemporary Educational Psychology*.- 7; 26-34
- Montero, J.R. (1990) "Fracaso escolar: Un estudio experimental en el marco de la teoría de la Indefensión Aprendida."- *Revista de Psicología General y Aplicada*.- 43,2; 257-270
- Navas, L.; Sampascual, G.; Castejón, J.L. (1992) "Atribuciones y expectativas de alumnos y profesores: Influencias en el rendimiento escolar".- *Revista de Psicología General y Aplicada*.- 45,1; 55-62
- Pallarés, E. (1989) *El fracaso escolar*. Mensajero: Bilbao
- Pérez, A.M. (1991) *Procesos de Atribución*.- En Bermúdez, J. (Ed) *Psicología de la Personalidad*. Tomo 2. UNED: Madrid
- Ramírez, E.; Maldonado, A.; Martos, R. (1992) "Attributions modulate immunization against learned helplessness in humans". *Journal of Personality and Social Psychology*. 62,1; 139-146
- Sampascual, G.; Navas, L.; Castejón, J.L. (1994) "Procesos atribucionales en la educación secundaria obligatoria: Un análisis para la reflexión".- *Revista de Psicología General y Aplicada*.- 47,4; 449-459
- Seligman, M.E.P. (1990) "Learned optimism: How to change your mind and your life". London: Pocket Books
- Skaalvik, E. M. (1994) "Attribution of perceived achievement in school in general and in maths and verbal areas: Relations with academic self-concept and self-esteem".- *British journal of Educational Psychology*. 64; 133-143
- Weiner, B. (1980) *Human Motivation*. NY: Holt, Rinehart y Winston
- Weiner, B. (1986) *An Attributional Theory of motivation and emotion*. Springer-Verlag: New York
- Xenikou, A.; Furnham, A.; McCarrey, M. (1997) "Attributional Style for negative events: A proposition for a more reliable and valid measure of attributional style".- *British Journal of Psychology*.- 88; 53-69