

ESTILOS EXPLICATIVOS

(Seligman)

Determinan la forma como se enfrentan las dificultades

- **Optimista** → **Se cree que hay soluciones, por lo que se buscan.**
- **Pesimista** → **Escasa búsqueda de soluciones.**



Dimensiones del estilo explicativo

- **Permanencia. Eventos o características permanentes o temporales**
- **Generalización. Eventos o características generalizados o específicos**



Teoría fija (Dweck)

Enfatiza en las calificaciones, pero los estudios han demostrado que no las favorece precisamente porque puede causar desmotivación.



Teoría del crecimiento

La inteligencia es una cualidad maleable, que se puede cultivar por medio del aprendizaje y del esfuerzo.

Se utilizan las estrategias de aprendizaje que resultan más efectivas.



“Quiz”

1. Si analizo los errores obtengo un mayor aprendizaje.

2. La mejora en el rendimiento se debe al esfuerzo que he hecho.

3. El que se tiene que esforzar es porque le falta capacidad.



■ 4. Tengo que valorar si las estrategias que estoy utilizando son efectivas. _____

■ 5. Nunca me voy a superar en Estudios Sociales.

■ 6. Mejor no busco ayuda si estoy teniendo problemas con el estudio.




7. Mi aprendizaje es tan importante como las calificaciones que obtengo.

8. Entre más práctica haga, mejor voy a dominar esta materia.

9. Aquí lo que queda es sentarme a la par de ... para copiarle.



 10. XX no debe ser muy inteligente, tiene que estudiar mucho.

