



# Albert Bandura:

## impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje



Fuente: Wikimedia.  
Autor: bandura@stanford.edu

En este artículo resumimos las principales contribuciones del psicólogo canadiense Albert Bandura, el más reconocido de todos los psicólogos vivos. Destacamos, dentro de su teoría cognitivo social del aprendizaje, dos fenómenos por sus múltiples implicaciones educativas: el aprendizaje vicario o por modelos y la autoeficacia.



Rocío Rodríguez-Rey



Universidad Pontificia Comillas  
[rocio.r.rey@comillas.edu](mailto:rocio.r.rey@comillas.edu)



María Cantero-García



Universidad Europea de Madrid  
[maria.canterogar@gmail.com](mailto:maria.canterogar@gmail.com)

Albert Bandura goza del mérito de ser el psicólogo vivo más citado, y es especialmente reconocido por su formulación de la Teoría cognitivo social del aprendizaje. Esta teoría trata de describir los factores ambientales, personales y comportamentales que influyen en los procesos humanos de aprendizaje, dando protagonismo a los procesos cognitivos y afirmando que el pensamiento es un instrumento esencial para la comprensión del mundo. La relevancia de su teoría desde el punto de vista educativo es enorme.

Nació en 1925 en Mundare, una pequeña aldea de Alberta del Norte, Canadá, en una familia humilde y muy unida, de origen ucraniano y polaco. Estudió en una pequeña escuela de escasos recursos. Este hecho, lejos de limitarle, supuso para él una ventaja, pues adquirió autonomía en su propio proceso de aprendizaje y aprendió que la capacidad de autorregularse era mucho más importante que los propios contenidos del curso, que considera perecederos. Se graduó en 1949 en la Universidad de British Columbia (Vancouver). Durante su etapa universitaria descubrió las asignaturas relacionadas con la psicología de forma casi casual, despertándole estas un enorme



interés. Posteriormente, inició su doctorado en psicología en la Universidad de Iowa, en un programa “teóricamente intenso” —en sus propias palabras— en el que convivían y se debatían el paradigma conductista y el cognitivo. Tras recibir su doctorado en 1952, trabajó un año en el Wichita Guidance Center (Kansas). En 1953 empezó a trabajar como profesor en la Universidad de Stanford (California), donde ha desarrollado toda su carrera. Actualmente, a sus 94 años, continúa en activo como profesor emérito. En 1973 fue presidente de la APA. Durante su larga carrera sus esfuerzos se han centrado en gran medida en que los conocimientos psicológicos impactasen en políticas públicas y asuntos sociales, beneficiando a la población general (Bandura, 2006).

Las numerosas obras que ha elaborado a lo largo de sus más de 60 años de carrera han contribuido a la denominada “revolución cognitiva”. Entre ellas, destacan *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad* (Bandura y Walters, 1963), *Principios de modificación de conducta* (1969), *Agresión: un análisis del aprendizaje social* (1973), *Pensamiento y acción: fundamentos sociales* (1986) y *Autoeficacia. El ejercicio del control* (1997). Ha recibido múltiples reconocimientos, destacando los premios por su contribución científica otorgados por la APA en 1980 y 2004 y la Medalla Nacional de Ciencias en 2016.

### **Contribuciones a la educación. El aprendizaje vicario, aprendizaje por observación o modelado**

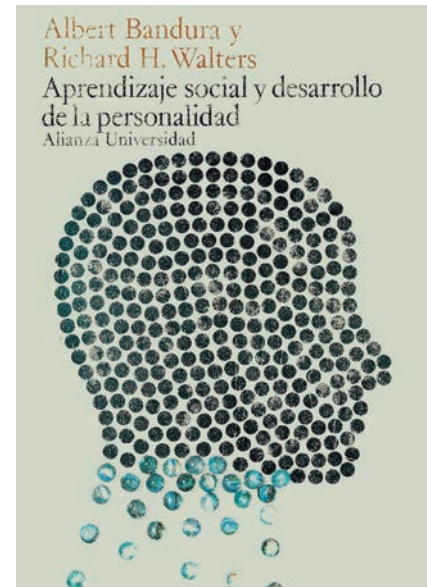
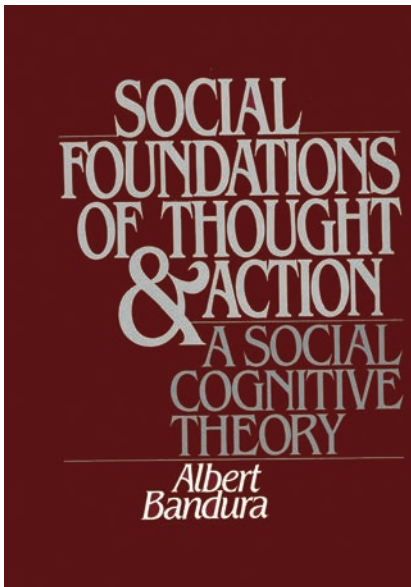
Las probabilidades de supervivencia serían francamente pequeñas si sólo pudiéramos aprender de las consecuencias del ensayo y error. No se enseña a los niños a nadar, a los jóvenes a conducir y a los estudiantes de medicina a operar haciéndoles descubrir la conducta necesaria a partir de las consecuencias de sus éxitos y fracasos.

ALBERT BANDURA

Desde sus inicios, Bandura dio mucha importancia al aprendizaje por observación, afirmando que aprendemos mediante modelos sociales. De sus estudios sobre la agresividad concluyó que los modelos parentales agresivos influían en el comportamiento agresivo de los hijos. Estos indicadores llevaron a la elaboración de su conocida Teoría del aprendizaje social, posteriormente rebautizada como Teoría cognitivo social del aprendizaje. La premisa fundamental de esta teoría es que el aprendizaje es un proceso cognitivo que no puede desvincularse del contexto. Tal y como hizo Vygotski, Bandura centró sus estudios en la relación del aprendiz con su entorno social, y señala que en todo proceso de aprendizaje están presentes dos elementos: el factor cognitivo y el factor social. Así pues, esta teoría otorga un papel destacado a los “otros”, a la influencia de la conducta de otras personas en el aprendizaje, en la personalidad y en la propia conducta.

En 1961, Bandura y sus colaboradores llevaron a cabo los ya célebres experimentos del muñeco Bobo, diseñados para clarificar los procesos que gobiernan los procesos de aprendizaje vicario. Presentaron a un grupo de niños y niñas una película en la que aparecían varios adultos agrediendo verbal y físicamente a un muñeco. A continuación, se llevaba de forma individual tanto a los niños y niñas que habían visto la película, como a otros que no la habían visto a una habitación en la que se encontraba el muñeco. Quiénes habían visto la película se comportaban de forma similar a como lo habían hecho los adultos, es decir, siendo violentos con el muñeco.

Con este hallazgo, Bandura, señaló que los niños adquieren y modifican comportamientos y actitudes mediante la observación de los adultos. Además, encontró que el comportamiento humano no está necesariamente motivado por sus consecuentes (refuerzos o castigos), como defendía la perspectiva conductista. Las conductas que los niños y niñas observan en su contexto social más cercano (familia,



escuela, medios de comunicación, etc.) son imitadas pese a no siempre tener recompensa.

El proceso conocido como aprendizaje vicario o "modelado" fue estructurado por Bandura en cuatro fases: atención, retención, reproducción motriz y motivación (Rivière, 1992). En primer lugar, afirma que es imposible aprender por observación si no se presta atención. La atención depende de la complejidad de la tarea, del ajuste a las capacidades cognitivas del observador (es decir, que entiendan el comportamiento observado) y del grado en que el modelo resulte atractivo. Desde el punto de vista educativo, aquellos modelos que suelen resultar más atractivos a los niños y niñas son la familia, los profesores, los iguales y los personajes de ficción. Continuando con la retención, para que se produzca es importante que las pautas de respuesta hayan sido almacenadas previamente en la memoria a largo plazo. La forma en la que los docentes nos comuniquemos con nuestro alumnado y la metodología empleada en nuestras clases van a contribuir enormemente a la retención. En tercer lugar, Bandura, señala que para que se produzca la reproducción motriz, el individuo debe tener las aptitudes mínimas necesarias para poder imitar. Por último, la motivación favorece todas las fases anteriores contribuyendo en gran medida a la repetición de la conducta observada. En este sentido, los incentivos para imitar comportamientos de otros pueden ser directos (recibir alguna recompensa por ello), vicarios (ver cómo otra persona hace algo y resulta recompensada, lo que lleva a anticipar una recompensa) y autoproducidos (internos, sin necesidad de recibir recompensa externa, como cuando un niño evalúa su propia conducta como adecuada).

En distintos estudios, Bandura encontró que los modelos reales tienen mayor efecto que los grabados en vídeo en el aprendizaje de conductas agresivas,

**El docente se reconoce como muy influyente, pues muestra constantemente modelos de comportamiento, estrategias y actitudes a sus estudiantes. El que tenga mayor o menor impacto dependerá del grado en que sus comportamientos estén ajustados a las competencias de sus alumnos, de su valencia afectiva y del grado en que resulte atractivo a sus estudiantes**

que los niños que veían conductas agresivas desarrollaban no solo las conductas agresivas observadas, sino también otras nuevas, y que este la desinhibición en la conducta violenta que producía observar "modelos" violentos también se producía en adultos y no solo en niños. Además, no solo aprendemos comportamientos, sino también en qué contextos debemos o no realizarlos (Rivière, 1992).

Bandura no solo demostró la importancia del aprendizaje vicario, sino que también desafió la idea errónea de que el observador siempre reproduciría el comportamiento del modelo de manera exacta. Por el contrario, afirmó que, una vez adquiridos los principios del comportamiento observado, el observador podía generar versiones nuevas. Otra de las ideas erróneas que desafió fue la que oponía aprendizaje vicario a creatividad. Desde el punto de vista de Bandura, "la innovación puede surgir del modelado", pues los comportamientos de los observadores combinan los de varios modelos, difiriendo de lo original-



mente observado. Afirmó, además, que el modelado también afectaba al aprendizaje de habilidades cognitivas, y no solo conductas externamente observables, a través de modelos verbales, lo que ocurre cuando una persona hace una tarea y dice en voz alta cómo lo está resolviendo, tal y como haría un profesor al resolver un problema de matemáticas mientras explica a su alumnado cómo lo está haciendo.

De manera coherente con su aspiración de generar conocimientos que pudieran mejorar las políticas públicas, a partir de los años 70 el aprendizaje por modelado se derivó en recomendaciones proporcionadas a los medios de comunicación. Si los niños tendían a imitar lo que observaban, era preciso limitar su exposición a modelos violentos o a la realización de conductas no saludables, como fumar. Esto le valió numerosas críticas provenientes principalmente de la industria televisiva, pero, a su vez, tuvo un impacto tan notable que dura hasta nuestros días. La escuela, por su parte, debe ser capaz de proporcionar modelos adecuados que puedan compensar el posible impacto negativo de los medios de comunicación. El docente se reconoce como muy influyente, pues muestra constantemente modelos de comportamiento, estrategias y actitudes a sus estudiantes. El que tenga mayor o menor impacto dependerá del grado en que sus comportamientos estén ajustados a las competencias de sus alumnos, de su valencia afectiva y del grado en que resulte atractivo a sus estudiantes. Los iguales, por su parte, son también una fuente de modelos esencial que debe tenerse en cuenta y utilizarse adecuadamente. La educación que reciban los niños y niñas influirá no solo en sus comportamientos o en los problemas que puedan resolver, sino también en su capacidad de regular su propio aprendizaje, de autoevaluarse y de proporcionarse autorrefuerzos adecuados. Esto les permitirá adquirir mayor autonomía en su proceso de aprendizaje y es uno de los principales objetivos de la educación (Rivière, 1992).

### Teoría de la autoeficacia

Confíar en ti mismo no garantiza el éxito, pero no hacerlo garantiza el fracaso.

ALBERT BANDURA

Otra de las áreas de estudio incluidas en la teoría cognitivo social, fueron los mecanismos de autorregulación por los cuáles las personas controlamos nuestra motivación, pensamientos y emociones. Trabajando con pacientes con fobias (p. ej., a las serpientes), Bandura encontró que, cuando se creaban



condiciones en las que los pacientes se enfrentaban a lo que temían con éxito, estos superaban su fobia, pero no solo eso. Además, referían transformaciones más profundas, destacando un cambio en su creencia en su propia eficacia para afrontar las distintas situaciones y retos de sus vidas. Esto llevó a Bandura a dirigir su atención al estudio de las creencias de autoeficacia, que se definen como "las creencias en la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones requeridas para manejar las situaciones futuras" (Bandura, 1997, p. 2). Es decir, la confianza que tenemos en nuestra propia capacidad para realizar determinadas acciones. Este concepto y las investigaciones derivadas del mismo han tenido también abundantes implicaciones educativas.

Las personas reflexionamos sobre las habilidades concretas que poseemos, y estas creencias sobre nuestras capacidades influyen mucho en nuestro comportamiento, a veces incluso más que nuestras actuaciones previas. Esto no significa que solo creer que podemos hacer algo nos capacite para hacerlo, pues las propias competencias y habilidades han de ser también tenidas en cuenta. En el ámbito escolar la autoeficacia se refiere a la capacidad que cada alumno percibe que tiene para realizar las diferentes actividades propias de la escuela. Es necesario señalar que la autoeficacia no se desarrolla de manera general, sino que es específica para cada tarea (Canto, 1998). Un estudiante, por ejemplo, puede tener un bajo nivel de autoeficacia para el dibujo, pero un alto nivel de autoeficacia para la práctica de actividades deportivas.

La autoeficacia influye en las actividades que nuestros alumnos eligen realizar, en cuánto les cuesta realizarlas y en cuánto persistirán. En consecuencia, si un estudiante considera que no va a ser capaz de realizar con éxito alguna actividad (como, por ejemplo, hacer una pregunta en voz alta en clase) no la realizará a no ser que se sienta obligado a ello. Por el contrario, un alumno con un nivel elevado de



Si, al enfrentarse a una tarea el niño escucha “inténtalo, tú puedes hacerlo” o “confío en que lo vas a conseguir” en vez de “no creo que vayas a poder hacerlo solo” o “yo ya no sé qué hacer contigo” estaremos favoreciendo su autoeficacia

autoeficacia tendrá mayores oportunidades de aprendizaje, pues se enfrentará a más tareas y persistirá más en las mismas y con menor esfuerzo.

De acuerdo con Bandura, la autoeficacia proviene de cuatro fuentes, que describiremos a continuación en orden decreciente de influencia. La primera está constituida por las experiencias anteriores de éxito o fracaso. Por ejemplo, un alumno con un largo historial de suspensos puede pensar “¿para qué lo voy a intentarlo, si haga lo que haga suspendo?”. De ello se deriva la importancia de que los docentes diseñemos tareas que, desde edades tempranas, los estudiantes tengan la oportunidad de resolver con éxito. La segunda fuente son las experiencias vicarias. Si un niño ve lo que otros son capaces de hacer, podrá hacerse una idea de sus propias capacidades. Cuánto más similar sea el modelo al niño, mayor exposición a distintos modelos exista y más similares sean los problemas que el niño y el modelo enfrentan, más se verá favorecida la autoeficacia. La tercera es la persuasión verbal, es decir, lo que le decimos a un niño o niña. Si, al enfrentarse a una tarea el niño escucha “inténtalo, tú puedes hacerlo” o “confío en que lo vas a conseguir” en vez de “no creo que vayas a poder hacerlo solo” o “yo ya no sé qué hacer contigo” estaremos favoreciendo su autoeficacia. Por ello, es esencial transmitir a nuestros estudiantes mensajes realis-

tas que alienten su confianza en sus capacidades. La cuarta y última fuente de la que procede la autoeficacia son los estados fisiológicos que las personas experimentan al realizar distintas tareas. Si un estudiante, por ejemplo, experimenta mucha ansiedad al realizar exámenes tipo test, puede terminar pensando “los exámenes tipo test se me dan fatal”. Es importante, por lo tanto, un adecuado entrenamiento en habilidades de autorregulación emocional, que permita a nuestro alumnado manejar adecuadamente su activación fisiológica •



## PARA SABER MÁS

- BANDURA, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- BANDURA, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall. (Traducido al español en 1987 con el título *Pensamiento y acción: fundamentos sociales*. Editorial Martínez Roca).
- BANDURA, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: Freeman.
- BANDURA, A. (2006). Autobiography. In M. G. Lindezey & W. M. Numan (eds.), *A history of psychology in autobiography* (Vol. IX). Washington, D. C.: American Psychological Association. (Traducido al español por Eugenio Garrido, Universidad de Salamanca).
- BANDURA, A., & WALTERS, R. H. (1963). *Social Learning and Personality Development*. (Traducido al español en 1974 con el título *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Editorial Alianza Universidad).
- CANTO, J. E. (1998). Autoeficacia y educación. *Educación y Ciencia*, 2(4), 45-53.
- RIVIÈRE, A. (1992). La teoría social del aprendizaje. Implicaciones educativas. En C. Coll, J. Palacios, y A. Marchesi (eds.), *Desarrollo psicológico y Educación* (II). Alianza. Madrid.



## HEMOS HABLADO DE

**Albert Bandura; teoría cognitivossocial del aprendizaje; teoría del aprendizaje social; aprendizaje vicario; aprendizaje por modelos; modelado; autoeficacia.**

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en mayo de 2020, revisado y aceptado en octubre de 2020.