

Hasta ahora se han mostrado ejemplos de como se forma la disonancia cognitiva por el conflicto generado por dos ideas (opiniones, etc.) contradictorias que estan presentes. Y de como se resuelve este conflicto por medio de la distribución de importancia/valor a los diferentes aspectos negativos y positivos de los hechos y las opciones elegidas y la no elegida, tendiendo a favorecer la elegida, con el fin de disminuir la disonancia como se plantea.

En la última parte del ejercicio, Sujeto H conoce a otra pareja con la cual comienza una relación, mientras que Sujeto M queda herida por dentro y decide ir a grupos de autoayuda conservadores, para que le hagan sentir mejor. Podríase decir que Sujeto H ve que es mejor estar con esa mujer que con su ex-esposa ya que resaltará su figura, su juventud – Por ejemplo–, y los aspectos positivos dejando bien marcados que "su esposa no lo quería lo suficiente" (aumentando el valor de los aspectos negativos en la opción no elegida que aquí podrían ser el de volver con su antigua esposa). De este modo, el reduce la disonancia cognitiva.

Sujeto M, por otra parte, verá que su opción de ir a su grupo de autoayuda conservadora es la correcta ya que ahí encontrará con quien hablar, podrá conocer nuevas amigas, podrá conocer nueva pareja, etc. Claramente, dando mas importnacia a los aspectos positivos y restándosela a los de aspectos negativos. Cosa que siempre se ha dado en cada paso de los hechos, favorecer lo positivo de la opción elegida y disminuir la importancia de lo negativo.

Sujeto M verá también que no hay punto en quedarse en su casa lamentándose porque así no logrará nada, además le hace mal el encierro, etc. Aquí, se busca restar importancia a los aspectos positivos y aumentar la de los negativos. También se a dado esto en todas las etapas del ejemplo: En la opción no escogida, se le resta importancia a los aspectos positivos y se le aumenta importancia a los aspectos negativos.

Con esto lo que se busca es en el fondo lo mismo que ya a sido planteado durante todo el ejercicio: Eliminar o por lo menos, reducir en gran parte la disonancia cognitiva.

Introducción:

Experiencia o Caso de la Pareja.

El caso:

Una pareja se casa y mantiene su relación por un periodo de cinco años, sin problemas. Al cabo de esos cinco años, la pareja se separa abruptamente. La mujer (que a continuación llamaremos Sujeto M) quedará resentida y herida con el resultado de la separación pues creía en los valores del matrimonio y deberá unirse a grupos de autoayuda conservadores, mientras que su antigua pareja (Sujeto H) se sentirá bien ya que a logrado conseguir una nueva pareja.

Se aplicarán cuatro distintas teorías de comportamiento social para resolver el porque de los resultados de los actos de la pareja

Según:

Teoría de la Atribución de Frtiz Heider.

Explicando brevemente la Teoría expuesta, esta dice que hay una tendencia a atribuir la conducta, ya sea esta nuestra o de los demás a una de dos causas posibles. Estas causas serían factores disposicionales (o internos de la persona) o, factores situacionales (externos a la persona aunque relacionados a ella para el hecho en sí). Para crear una idea de factores internos, se nombran de entre ellos a la personalidad, al gusto, a los esfuerzos

personales y el trabajo de cada uno, y como factores externos algunos ejemplos serían la suerte, acción de terceras personas involucradas, ambiente, etc.

Respecto al ejemplo:

Analizando el caso anterior y basándonos en la teoría creada por Heider, se pueden concluir que las distintas conductas y resultados de estas no son mas que resultados, a su vez, de un simple proceso mental inconsciente respecto de una persona hacia sí misma o hacia la otra. Esto quedará mejor explicado a continuación con la descripción e interpretación Heideriana de cada hecho y su porqué.

Podemos referirnos primeramente a la buena relación de pareja que hubo entre ambos sujetos – llamémosles Sujeto M (mujer) y Sujeto H (hombre)– cada uno tendrá una manera diferente de atribuir el éxito de aquella relación desde su propio punto de vista, así como el Sujeto H dirá, basándose en los factores disposicionales, que el éxito de la relación durante ese periodo de tiempo fue por el gran afecto que le demostró a Sujeto M, porque él hacía fácil la convivencia, etc. y no porque Sujeto M o algún hecho del ambiente o acción de terceros (factores situacionales) interactuaron conjunto con él. Visto esto mismo desde el punto de vista de Sujeto M, la distribución de importancia personal que se le atribuye a los distintos factores, es esencialmente la misma con la diferencia de que en este caso, será Sujeto M quien ponga por sobre los demás hechos, sus propios –llamados– "logros" que otros factores. Sujeto M dirá el éxito logrado durante esos cinco años se debió, si es que no completamente, en el mayor porcentaje a su creencia en el valor del matrimonio, su tolerancia, etc., dejando de lado cualquier aporte importante con el que Sujeto H pueda haber contribuido a la relación. Esto no solo incluye a Sujeto H por ser su pareja y "el factor" mas directo y cercano a los actos y sus repercusiones sino que también se aislarán hechos de terceros y ambientales. El caso es lo mismo visto desde los puntos de vista de ambos sujetos y lo único que cambia es que cada uno atribuye el logro a sí mismo y aunque esto es igual en los dos, cada uno apunta a un lado diferente, dentro del mismo esquema. Claramente hay una preferencia por atribuir el éxito del hecho a los factores disposicionales y subestimar los situacionales. Esto es, juzgándonos a nosotros mismos, pero si se juzga al otro dentro del éxito de la relación se vería diferente: Ahí dominarían los factores situacionales que dirían que, si es Sujeto H quien juzga a Sujeto M en el porque del éxito logrado en la relación, diría que fue debido a que fue criada para comportarse bien con su pareja, que el ambiente hacía imposible que hubieran situaciones problemáticas, etc. Y no lo atribuirá a la capacidad comprensiva y amorosa de Sujeto M. En el caso de que fuese Sujeto M quien juzgase a Sujeto H, diría frente a la misma pregunta, que los factores que lograron esa situación no provenían de Sujeto H directamente y en su capacidad de buen esposo sino que, sino que de factores "no de él" pero situacionales, como se dijo en el ejemplo anterior, en cuyo caso era Sujeto H quien juzgaba.

Siguiendo en orden cronológico, sería correcto analizar a continuación la separación repentina que ocurre después de los cinco años de casados que llevaba la pareja. Los hechos se repiten aquí pero en orden inverso, debido a que no es un resultado positivo al cual se llegó sino uno negativo. Ejemplificando esto, si se le pregunta a Sujeto H que porque fracasó el matrimonio, él dirá (basándose en factores situacionales) que hubo mala suerte, que ella era no lo comprendía, etc. Y si debe juzgarla a ella, dirá que en definitiva, ella era mala esposa, o sea, factores disposicionales. En el caso de preguntarle a Sujeto M por esto, será lo mismo pero cada uno aplicándolo desde su punto de vista, el cual queda mejor ilustrado con la tabla a continuación:

Sobrestimar Subestimar

Éxito Factor Disposicional Factor Situacional

Juzgamos a nosotros

Fracaso Factor Situacional Factor Disposicional

Éxito Factor Situacional Factor Disposicional

Juzgando a los demás

Fracaso Factor Disposicional Factor Situacional

Llegando casi al final, nos derivamos al hecho de que Sujeto H no quedó resentido debido a su nueva pareja, en cambio Sujeto M quedó mal y deprimida, por lo tanto debió unirse a ciertos grupos conservadores de ayuda. Si Sujeto H analiza su posición actual, dirá que no tuvo problemas para sentirse mejor debido a que, por ejemplo, él no es fuerte. Y respecto a su logro en conseguir una nueva pareja, fue porque él supo conquistarla, él fue interesante, etc. Claramente hay una orientación al pensamiento disposicional, debido a que este es un éxito para él, en cambio si juzga a su ex-pareja, sujeto H, dirá que los factores respecto a su problema de depresión por los hechos acontecidos, son dispocisionales, es decir, que ella no supo llevar bien la relación y no que él pudo no haber tenido un buen trato con ella en el periodo de separación. De esto mismo, Sujeto M tendrá su propia visión. Dirá que Sujeto H no respetó los valores del matrimonio (factores dispocisionales, por ser fracaso de él, en este caso) y que ella tuvo mala suerte con él (al ser visto así como su fracaso). También es posible que su imagen respecto al logro de conseguir una nueva pareja de su esposo, no fue mas que suerte, o bien, que ella se sintió atraída por él y fue ella quien lo conquistó, etc – Factores Situacionales –.

Hay una diferencia clara que ya se a notado, si juzgamos a nosotros o a los demás, independiente de la interacción de cada uno en el hecho, si juzgamos a los demás en un éxito, se sobre estiman factores situacionales, si somos nosotros en el mismo hecho, factores dispocisionales. Si se trata de un fracaso, será a la inversa, nosotros: factores situacionales, los demás: factores dispocisionales.

El hecho de ir a un grupo de ayuda conservadora, dependerá de si lo ven como un logro positivo o un logro negativo, aun así, sea cual sea la manera de verlo, se seguirá con el mismo esquema, con la diferencia de que se aplicará a otros casos, con los mismos resultados, ya expuestos en la tabla e ilustrados con los ejemplos anteriores del caso de Sujeto M y Sujeto H. También se notó en los ejemplos, el error de atribución fundamental, que se veía en la sobre y subestimación de los factores, así dependiera la situación.

Según:

Modificación de la Teoría de la Disonancia o Análisis Atributivo de Bem.

En esta teoría, también conocida como la Teoría de la Autopercepción, Bem (que es su creador) no esta de acuerdo con Festinger y dice que las personas forman actitudes de maneras mucho más sencillas contemplando su comportamiento y luego atribuyen ese a como se sienten, dejando de lado los procesos internos y la disonancia cognitiva, además del proceso de eliminarla.

Aplicando esta teoría al caso de la pareja (Sujeto H y Sujeto M), podemos decir que ellos se casaron y los primeros cinco años, que fueron buenos y en los que se mantuvieron juntos, precisamente estuvieron juntos debido a que fueron buenos y agradables, ellos se sentían bien con su pareja y había una buena respuesta por parte de su pareja hacia cada uno por lo tanto, mantienen ese comportamiento (el de seguir juntos).

Luego de estos cinco años, no se sienten bien (procesos internos) y atribuyen su sentir en procesos externos que era el hecho de estar casados.

Con las primeras dos partes del experimento, se ve que basan su humor en los procesos internos – que en este caso serían el de sentirse bien durante los primeros cinco años y luego sentirse mal, pasados esos– y también en las pautas externas (que serían su relación con la otra persona, que a su vez, gradualmente fue empeorando). Entonces podremos decir que dependiendo de cómo se sientan los sujetos, reaccionaran a las distintas situaciones aplicando el resultado de su humor basándose en los factores externos, viéndolos a ellos como resultantes además de relacionarlos.

Al finalizar la separación de la pareja, Sujeto H logra conseguir una nueva pareja y no se siente resentido con relación al fracaso de su matrimonio porque esta con una nueva persona ahora. Ahí se ve claramente que se siente bien con la nueva mujer que tiene, entonces, su decisión de haber terminado el matrimonio podrá ser vista por el no solo como la correcta sino que además, no la verá como algo que fue malo o problemático debido a que consiguió su nueva pareja y eso lo hace sentir bien, por lo tanto su comportamiento proviene de aquel sentir.

Después de la separación, Sujeto M quedó resentida y frecuenta a grupos de autoayuda conservadores. Sujeto M creía en los valores del matrimonio por lo tanto el hecho de haber terminado no la hace sentir bien y ella hace una relación mental con la separación en si y se siente mal, no fue la opción adecuada.

El frecuentar los grupos de autoayuda le hace sentir bien, entonces sigue yendo.

La Teoría de la Autopersepción de Bem es muy simple en cuestiones de atribución. Plantea sencillos procesos y respuestas a esos procesos aun más simples. En resumen, se podría decir que toda la teoría de Bem dice esto: Las personas forman actitudes de forma simple, ven sus comportamientos y los atribuyen a como se sienten.