UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Estudiante: KARINA BALÓN	**Asignatura: TEORÍAS DEL APRENDIZAJE**
Curso: INICIAL 2/1	

Tema: DISONANCIA COGNITIVA

En psicología, la disonancia cognitiva se conoce como la tensión o incomodidad que percibimos cuando mantenemos dos ideas contradictorias o incompatibles, o cuando nuestras creencias no están en armonía con lo que hacemos este fenómeno se da frecuentemente en el comportamiento. La disonancia cognitiva puede ser a pesar de todo una oportunidad de crecimiento personal.

Resolver esa incomodidad, esas contradicciones son un medio a la hora de invertir en salud mental. se basa en que el individuo se esfuerza por establecer un estado de consonancia o coherencia con él mismo. Si los conocimientos que una persona tiene de sí misma y de su ambiente no son coherentes entre sí, se presenta un estado de disonancia cognitiva, el cual es una de las principales causas de incoherencia en el comportamiento.

La Teoría de la Disonancia Cognitiva de Festinger sugiere que tenemos un impulso interno que nos incita a mantener todas nuestras actitudes y creencias en armonía y evitar la falta de armonía la disonancia cognitiva se produce cuando entramos en conflicto con nosotros mismos por haber elegido una de las opciones que teníamos que no iban en concordancia con lo que realmente deseábamos o con lo que era mejor para nosotros.

Hay que tomar en cuenta que no puede existir una disonancia cognitiva cuando la persona está obligada a realizar una acción que no quiere y no tiene otra alternativa más que hacerlo.

Hay que resaltar que la disonancia cognitiva solo se produce cuando los sujetos tienen libertad de elección al realizar la conducta. (Ovejero Bernal, 1993)

Palabras claves: incomodidad, cognitiva

Bibliografía:

Ovejero Bernal, A. (1993). disonancia cognitiva. *Psicothema*, 185-199. Obtenido de https://www.redalyc.org/pdf/727/72705116.pdf

Autor: Ovejero Bernal, Anastasio