

Prof. M. Angeles de la Caba Collado  
Orientación Educativa y Social. Campus Virtual. OCW. Universidad del País Vasco. UPV/EHU

M. Angeles de la Caba Collado

Departamento de MIDE (Sección de Orientación)

Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación

Universidad del País Vasco UPV-EHU

Correo electrónico: [marian.delacaba@ehu.es](mailto:marian.delacaba@ehu.es)

## **PRACTICA 5**

### **EL PAPEL DE LAS ALABANZAS Y EL ESFUERZO**

A. Chessa escribió un artículo titulado “La trampa del elogio” (mujerhoy.com 17 de Diciembre de 2011) en el que recoge algunos estudios psicológicos sobre los efectos del elogio y el esfuerzo, que se exponen a continuación.

*“La doctora Carol Dweck y su equipo de la Universidad de Columbia, desarrollaron durante la última década un trabajo de campo sobre los efectos del elogio en estudiantes de Nueva York. La prueba fundamental consistía en lo siguiente: a los niños de quinto curso se les invitaba a resolver rompecabezas específicamente diseñados para su edad, de forma que todos lo hicieran bien. Se les dividió al azar en dos grupos: a unos se les elogia a por su inteligencia (tú eres muy bueno en esto) mientras que a otros se les destacaba el esfuerzo (debes haber trabajado muy duro). En una segunda vuelta se dio a elegir a los mismos escolares entre dos pruebas, una de ellas sensiblemente más difícil que la otra. Los que habían sido alabados por su trabajo, asumieron en un 90% el reto (Ed. Sirio), denominan “el poder inverso del elogio”. En lugar de decir ¡pero que listo es! O ¡Eres el mejor!, ¿qué tal si probamos con fórmulas más específicas?. Del tipo: “Sigue así”, “Cuando trabajas lo consigues” o “Me gusta que sigas intentándolo”. No se trata de reemplazar elogio por crítica, sino de hacerle ver que el cerebro es un músculo: ejercitarlo nos hace más inteligentes. Para quien crea que este comportamiento puede mermar la autoestima del niño y abordarlo al fracaso, habría que recordarle los estudios de Roy Baumeister, quien, tras revisar más de 15000 casos particulares, concluyó que poseer una alta autoestima no mejora las calificaciones ni los logros profesionales. Todo lo contrario: estas personas suelen tener una percepción inflada de sus habilidades...¿y qué ocurre cuando empiezan a encarar la adolescencia y primera juventud...La realidad es que deviene, a la postre, en un joven extremadamente competitivo y obsesionado con derrotar a los demás. Si para lograr el triunfo necesita recurrir a las trampas, no lo dudará, ya que en su horizonte de expectativas no figura ni por asomo el fracaso. En ningún caso afrontará este último aplicando más esfuerzo en la siguiente tarea, sino que se negará a aceptarlo. Llegados a este punto, conviene tener en cuenta las investigaciones sobre la persistencia que llevó a cabo el doctor Cloninger, de la Universidad de Washington. Más que un acto consciente de la voluntad, mantenerse firme en una acción, según el estudio de esta especialista, es una respuesta inconsciente, que está gobernada por un circuito cerebral. Para demostrarlo, Cloninger entrenó a ratas y ratones, que aprendieron a perseverar en los laberintos, pero a los que se les negaba el premio al llegar al final. Las conclusiones fueron muy significativas: el cerebro aprende que es posible resolver los episodios frustrantes. La persona que crece recibiendo premios con frecuencia no será tenaz en la consecución de un objetivo, abandonará cuando el premio desaparezca”*

## Tarea

La tarea consiste en reflexionar sobre el papel del elogio y el esfuerzo, para extraer consecuencias educativas y elaborar pautas de orientación.

### Guía de trabajo

1.- Para reflexionar sobre las cuestiones que plantea el artículo, empezar por extraer las ideas principales que se exponen en torno a completar la siguiente tabla. En primer lugar, se trata de exponer los argumentos que se exponen en el artículo, tanto sobre el elogio como sobre el esfuerzo. En segundo lugar, la tarea consiste en exponer las pruebas extraídas de los estudios psicológicos que se han llevado a cabo en las últimas décadas.

ELOGIAR	ESFUERZO
Argumentos	Argumentos
Pruebas	Pruebas

2.- Plantea tu opinión personal, exponiendo con qué estás de acuerdo y con qué no, porque te parece cuestionable o problemático.

3.- Redacta unas pautas educativas sencillas para que las educadoras y los educadores potencien autoconfianza y tolerancia a la frustración ante las dificultades en conseguir las metas.

