

GORESPENA ETA ESTIMULAZIOA

GORESPENEN ETA AHALEGINAREN EGITEKOA ESTIMULAZIO PLANTEAMENDUAREN BARRUAN

A.Chessak artikulu bat idatzi zuen, "La trampa del elogio" izenburuko (mujerhoy.com, 2011ko abenduaren 17a), zeinean azterketa psikologiko batzuk jasotzen baititu gorespenen eta ahaleginaren ondorioez. Azal ditzagun.

Columbia Unibertsitateko Carol Dweck doktoreak eta bere taldeak landa-lan bat egin dute azken hamar urteotan, gorespentak New Yorkeko ikasleengan dituen ondorioez. Proba nagusia honako hau zen: bosgarren ikasmailako haurrei buruhausgarriak egiteko eskatzen zitzaient, beren adinerako bereziki diseinaturikoak, denek ondo egin zitzaient lortzeko.

Taldeka banatu zituzten ikasleak, zoriz: ikasle batzuk beren adimenagatik goretsi zituzten (oso ona zara honetan), eta besteak, berriz, egindako ahaleginagatik (oso gogor egin duzu lan). Bigarren itzuli batean, bi proba aukeratzeko eskatu zitzaient ikasle haiei; bat bestea baino dezentez zailagoa zen. Ahaleginagatik goretsitakoen % 90ek onartu egin zuten desafioa ((Ed. Sirio), "gorespeneren ahal kontrakoa" deitzen diote horri. "Zein azkarra zaren!" edo "zeu zara onena!" esan ordez, zergatik ez probatu beste esaldi zehatzago batzuk? Honelakoak: "Segi horrela", "lan egiten duzunean, lortzen duzu", edo "gustatzen zait nola saiatzeko zaren etsi gabe".

Kontua ez da gorespeneren ordez kritika egitea, baizik eta ikusaraztea garuna muskulu bat dela: hura lantzeak adimentsuago egiten gaitu. Norbaitek uste badu jokoera horrek kalte egin diezaiokeela haurraren autoestimuari eta porrotera bidera dezakeela, Roy Baumeister-en ikerketak gogoratu behar zaizkio: hark, 15.000 kasu partikular aztertu ondoren, ondorioztatu zuen autoestimua altua izateak ez dituela hobetzen kalifikazioak eta lorpen profesionalak.

Aitzitik: pertsona horiek direna baino trebeagoak direla uste izaten dute... Eta zer gertatzen da nerabezaroan eta lehen gaztaroan sartzen hasten direnean?... Gertatzen da azken batean gazte guztiz lehiakor bihurtzen direla, besteei irabaztearekin obsesionatuak. Irabaztea lortzeko tranpak egin behar badituzte, ez dute zalantzarik izango; haiek aukeran ikusten dituzten itxaropenen artean ez da ageri inola ere porrota. Inoiz ez diote porrotari aurre egingo hurrengo zereginean ahalegin handiagoa eginez; horren ordez, ez dute onartuko.

Puntu horretara iritsirik, komeni da aintzat hartzea Washingtongo Unibertsitateko Cloninger doktoreak jarraitasunari buruz egindako ikerketak. Ekintza batean irmo irautea, nahimenaren egitate kontziente bat baino gehiago, erantzun inkontzientea da espezialista horren azterketen arabera; garuneko zirkuitu batek gobernatzen du. Hori frogatzeko, Cloninger-ek arratoiak eta saguak trebatu zituen, eta labirintoetan behin eta berriz saiatzeko ikasi zuten, baina saria ukatzen zitzaient azkenera iristen zirenean. Ondorioak oso esanguratsuak izan ziren: garunak ikasten du gaindi daitezkeela gertaera frustragarriak.

Sariak maiz jasoz hazten den pertsona ez da gai izango helburu bat lortzeko, eta, saririk ez bada, etsi egingo du .

1.- Artikuluan ageri diren auziez gogoeta egin, eta ondoko taula hau bete:

| Goraipamenak | Ahalegina |
|--------------|-----------|
| Frogak | Frogak |

2.- Artikuluan ageri diren argudioak eta probak deskribatu ondoren azaldu zein diren hezkuntza-jokaera eta estrategia egokienak garapen soziopertsonala onari laguntzeko (errendimendua, autokonfiantza, harreman positiboak, helburuak lortzeko tolerantzia, frustrazioaren aurreko tolerantzia...)