



**στην**

«Τέλεια!», «Δεν έχω δει πιο

όμορφο», «Μπράβο σου»... Εκφράσεις που ακούμε συχνά, σε παιδικές χαρές, σχολικές αίθουσες, γενικά όπου υπάρχουν παιδιά. Τα λέμε για να ανεβάσουμε την αυτοεκτίμησή τους και καλά κάνουμε, έτσι δεν είναι; Ίσως και όχι... Νέα έρευνα υποστηρίζει ότι όταν οι ενήλικες το παρακάνουν επιβραβεύοντας το καθετί που κάνουν τα παιδιά, αντί να τα βοηθήσουν να νιώσουν καλύτερα για τον εαυτό τους, τελικά βλάπτουν την αυτοπεποίθησή τους, κυρίως όταν πρόκειται για παιδιά με χαμηλή αυτοπεποίθηση. Ο λόγος είναι ότι με τον τρόπο αυτό περνούν το μήνυμα ότι πρέπει να συνεχίσουν να ανταποκρίνονται στα υψηλά στάνταρντ που έχουμε θέσει κι ότι καλό θα ήταν να μην επιχειρήσουν να δοκιμάσουν κάτι καινούριο γιατί

υπάρχει ο κίνδυνος να αποτύχουν.

Για τις ανάγκες της έρευνας, τα αποτελέσματα της οποίας δημοσιεύτηκαν στην Επιθεώρηση Psychological Science, περισσότεροι από 700 γονείς και εκπαιδευτικοί ρωτήθηκαν πώς θα αντιδρούσαν στην υποθετική περίπτωση που ένα παιδί με χαμηλή αυτοπεποίθηση τους έδειχνε μια ζωγραφιά ή έλυνε μία άσκηση. Οι απαντήσεις του 25% των ερωτηθέντων εντάσσονται στην κατηγορία που οι ερευνητές θεωρούν ως «υπερβολική επιβράβευση», όπως για παράδειγμα «τέλεια», «απίστευτα» κ.λπ.

Σε ένα άλλο πείραμα, 240 παιδιά ηλικίας 8 έως 12 ετών συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο προκειμένου να υπολογιστεί η αυτοεκτίμησή τους. Στη συνέχεια, τους ζητήθηκε να φτιάξουν ένα αντίγραφο ενός διάσημου πίνακα, το οποίο όπως τους είπαν θα αξιολογούσε ένας επαγγελματίας ζωγράφος. Ο «ζωγράφος» αυτός έγραψε ένα σημείωμα σε κάθε παιδί, είτε εκθειάζοντας τη ζωγραφιά του («έφτιαξες μια υπέροχη ζωγραφιά») είτε απλά επιβραβεύοντας («η ζωγραφιά σου είναι πολύ όμορφη») ή χωρίς να το επιβραβεύει καθόλου. Στη συνέχεια τα ίδια παιδιά κλήθηκαν να φτιάξουν άλλη μία ζωγραφιά αλλά αυτή τη φορά τους έδωσαν το δικαίωμα να επιλέξουν: Η μία επιλογή, όπως τους είπαν, ήταν εύκολη αλλά δεν θα μάθαιναν και πολλά φτιάχνοντάς τη, ενώ η άλλη ήταν δύσκολη και σίγουρα θα έκαναν λάθη αλλά θα είχαν πολλά να μάθουν. Τα παιδιά με χαμηλή αυτοπεποίθηση που είχαν στο πρώτο στάδιο δεχτεί υπερβολική επιβράβευση διάλεξαν την εύκολη εικόνα.

Αντίθετα, τα παιδιά με υψηλή αυτοεκτίμηση διάλεξαν τη δύσκολη, ανεξάρτητα από το πόσα «μπράβο» είχαν ακούσει πριν, φανερώνοντας ότι η επιβράβευση έχει διαφορετικό αποτέλεσμα ανάλογα με το τι πιστεύει το ίδιο το παιδί για τον εαυτό του.

*Από: Ελένη Καραγιάννη*

**Πηγή:** [imommy.gr](http://imommy.gr)