

Τα άτομα που μεγάλωσαν υπό αντίξοες συνθήκες



Οι

συνθήκες ανατροφής ενός ατόμου παίζουν τεράστιο ρόλο στην μετέπειτα πορεία του και καθορίζουν κατά πολύ τον χαρακτήρα και τις δεξιότητες που θα αναπτύξει. Στα πλαίσια αυτής της διαπίστωσης, έχει εδραιωθεί η πεποίθηση πως η οικονομική, και η γενικότερη οικογενειακή κατάσταση στην οποία καλείται να ζήσει και να μεγαλώσει ένας άνθρωπος, θα είναι τελικά αυτό που θα καθορίσει τη μελλοντική ποιότητα ζωής του. Εν μέρει, υπάρχει μια λογική βάση σε αυτό το επιχείρημα. Παρόλα αυτά, μια πρόσφατη έρευνα που δημοσιεύτηκε στο [Journal of Personality and Social Psychology](#), αναδεικνύει κάποιες νέες ενδιαφέρουσες οπτικές.

Κάποιοι ερευνητές παρατήρησαν ότι οι άνθρωποι που έχουν μεγαλώσει υπό αντίξοες συνθήκες, προτιμούν να προσπαθήσουν να κερδίσουν μια μικρή ανταμοιβή που είναι άμεσα διαθέσιμη, αντί να περιμένουν περισσότερο για μια

καλύτερη ευκαιρία. Πράγματι υπάρχει μια λογική εξήγηση για αυτή τη συμπεριφορά. Όταν κάποιος μεγαλώνει σε ένα κοινωνικό περιβάλλον όπου τίποτα δεν είναι δεδομένο, είναι αναμενόμενο να προσπαθεί να αρπάξει την κάθε ευκαιρία, καθώς δεν είναι σίγουρο ότι στο μέλλον θα υπάρξουν παρόμοιες ευκαιρίες.

Μια άλλη ερευνητική ομάδα από το Carlson School of Management στο Πανεπιστήμιο της Minnesota, προσπάθησε να διερευνήσει αυτό το φαινόμενο και σε άλλες συνθήκες που δεν σχετίζονται με τη λήψη αποφάσεων. Συγκεκριμένα εστίασαν στη μελέτη των γνωστικών κι εκτελεστικών δεξιοτήτων.

Οι εκτελεστικές λειτουργίες, μας επιτρέπουν να επεξεργαζόμαστε και να ελέγχουμε τη συμπεριφορά και τα συναισθήματά μας. Χαρακτηριστικά παραδείγματα αποτελούν λειτουργίες όπως η επίλυση προβλημάτων, η διαχείριση της προσοχής και της συγκέντρωσης και η κριτική ικανότητα. Σε αυτή τη μελέτη οι ερευνητές ασχολήθηκαν κυρίως με την αυτοσυγκράτηση και με την κατανομή της προσοχής.

Η αυτοσυγκράτηση αναφέρεται στην ικανότητα ενός ατόμου να αντιστέκεται στις παρορμήσεις και τις επιθυμίες του στην προσπάθειά του να πετύχει ένα στόχο. Στο συγκεκριμένο πείραμα, η αυτοσυγκράτηση αξιολογήθηκε μέσω της επίδοσης σε ένα γνωστικό έργο, σε συνδυασμό με την ικανότητα των συμμετεχόντων να αντιστέκονται σε εξωτερικούς αντιπερισπασμούς.

Στο δεύτερο μέρος του πειράματος αξιολογήθηκε η ευελιξία στην ικανότητα μετατόπισης της προσοχής, δηλαδή η ικανότητα των συμμετεχόντων να εναλλάσσουν την προσοχή τους μεταξύ δύο γνωστικών έργων διαφορετικού τύπου, κατηγοριοποιώντας μια ομάδα αντικειμένων άλλοτε με βάση το χρώμα κι άλλοτε με βάση το σχήμα, ανάλογα με τις οδηγίες που τους δίνονταν.

Τα αποτελέσματα της έρευνας απέδειξαν ότι οι ενήλικες που είχαν βιώσει δύσκολα παιδικά χρόνια, είχαν σημαντικά καλύτερες επιδόσεις από τους υπόλοιπους, όσον αφορά στην ευελιξία της σκέψης.

Επιπλέον, για να αντιμετωπιστούν κάποια μεθοδολογικά προβλήματα, οι ερευνητές επανέλαβαν το πείραμα σε ένα μεγαλύτερο δείγμα συμμετεχόντων (181 φοιτητές). Τα αποτελέσματα επιβεβαιώθηκαν για μια ακόμη φορά. Οι φοιτητές που είχαν δηλώσει ότι έζησαν απρόβλεπτες καταστάσεις ως παιδιά (π.χ. πολλές αλλαγές κατοικίας, αλλαγές κοινωνικού περιβάλλοντος και μεταβολές στην επαγγελματική κατάσταση των γονέων) είχαν χαμηλότερες επιδόσεις στο έργο που μετρούσε την ικανότητας της αυτοσυγκράτησης αλλά τα πήγαν πολύ καλά στη δοκιμασία που

προϋπέθετε μετατόπιση κι εστίαση της προσοχής. Και κυρίως αυτό το αποτέλεσμα ήταν ιδιαίτερα εμφανές όταν το πείραμα γινόταν υπό συνθήκες αβεβαιότητας.

Η διαδικασία της αυτοσυγκράτησης επιτρέπει στους ανθρώπους να πραγματοποιούν τους στόχους τους και να επιμένουν στις προσπάθειες τους, χαρακτηριστικά που συνεισφέρουν στην προσωπική κι επαγγελματική τους επιτυχία. Όμως, και η ευελιξία της σκέψης είναι μια ιδιαίτερα χρήσιμη γνωστική λειτουργία που σχετίζεται με τη φαντασία και τη δημιουργικότητα. Χάρη σε αυτήν, οι άνθρωποι που μεγάλωσαν σε ένα κοινωνικό περιβάλλον με περιορισμένες ευκαιρίες, ακόμα κι αν αντιμετώπισαν πολλές δυσκολίες, δεν υπήρξαν παθητικά θύματα των καταστάσεων, αλλά έμαθαν να προσαρμόζονται και να αντιμετωπίζουν με μεγαλύτερη ευελιξία τις προκλήσεις της ζωής.

Πηγή: enallaktikidrasi.com