



Jolanta Obidzińska,
mgr psychologii

Pigmalion, król Cypru, zakochał się w wyrzeźbionym przez siebie posągu kobiety. Tak bardzo pragnął, aby rzeźba ożyła, że w rezultacie stało się zadość jego oczekiwaniom. Rzeźba o imieniu Galatea przemieniła się w kobietę, którą Pigmalion wkrótce poślubił. To oczywiście tylko piękny mit, który w rzeczywistości przejawia się w postaci samospełniającego się proroctwa. Ma ono swoje dobre i złe strony.

Samospełniające się proroctwo, zwane też efektem Pigmaliona (dla oczekiwań pozytywnych) lub Golema (dla oczekiwań negatywnych), polega na tym, że nasze nastawienie, co do przebiegu zdarzeń wpływa istotnie na ich bieg. Dzieje się tak poprzez system subtelnych sygnałów wysyłanych do otoczenia. Na przykład, spodziewamy się, że ktoś grzecznie i miło nas potraktuje. Nieświadomie robimy odpowiednia minę, mówimy określonym tonem głosu i często (choć nie zawsze) dostajemy to, czego oczekiwaliśmy – uśmiech po stronie rozmówcy. Albo jesteśmy przekonani, że przełożony nie ceni naszych kompetencji. Myślimy o tym, zastanawiamy się co złego szef „na pewno” o nas myśli. I wreszcie, kiedy z nim rozmawiamy tracimy pewność siebie, mówimy cicho, niezdecydowanym głosem, wzrok wbijamy w podłogę. Szef to widzi, słyszy i rzeczywiście zaczyna zastanawiać się, czy aby na pewno mamy odpowiednie kompetencje. Wątpliwości pokazuje w gestach, słowach, tonie głosu, postawie ciała.

Odczytujemy te sygnały i koło się zamyka. Otrzymujemy potwierdzenie tego, co sobie założyliśmy. Inny przykład: idziemy do urzędu z przekonaniem, że nie uzyskamy tam informacji. Z dużym prawdopodobieństwem możemy oczekiwać, że tak się stanie. Zupełnie nieświadomie postawą ciała, znie-

chęcieniem w głosie, nieprecyzyjnymi pytaniami sprawimy, że urzędnik nie będzie miał podstaw, by udzielić rzetelnych informacji. Chyba, że świadom różnych zachowań klientów oraz pułapek związanych z oczekiwaniami, dotrze do sedna sprawy, mimo naszego nastawienia.

Eksperyment laboratoryjny

Jednym z badaczy, który zajmował się samospełniającym się proroctwem był Robert Rosenthal, psycholog zgłębiający procesy uczenia się. W latach 60. ubiegłego wieku przeprowadził on szereg eksperymentów, najpierw w laboratorium, później w naturalnym środowisku, które pokazały, że możemy wpływać na

Zagram rolę, jaką mi napiszesz,

czyli o tym jak oczekiwania stają się rzeczywistością

wyniki uczenia się zwierząt i ludzi, niezależnie od ich predyspozycji. Dowiódł on, że oczekiwania nauczycieli mogą mieć duży wpływ na poziom inteligencji i wyniki osiągnięte przez uczniów, zwłaszcza w młodszych klasach szkoły podstawowej, niezależnie od początkowych umiejętności dzieci.

W jednym z pierwszych eksperymentów Rosenthal pozornie badał szczury – w rzeczywistości badanymi zostali jego studenci. Poprosił ich, aby nauczyli szczury poruszania się w labiryncie. Poinformował, że zwierzęta były odpowiednio hodowane – jedną grupę stanowiły osobniki inteligentne, drugą – uznane za tępe. Szczury z grupy zdolnych istotnie szybciej nauczyły się wymaganej umiejętności. Rzecz jednak w tym, że nie były specjalnie hodowane, a do grup przydzielono je losowo. Różnica tkwiła w informacji jaką uzyskali studenci. Powodem odmiennych wyników nie były więc cechy zwierząt, ale tendencyjne oczekiwania ich opiekunów.

Praktyka szkolna

Rosenthal postanowił wyjść z eksperymentem poza laboratorium. Wraz ze swoim współpracownikiem Jacobsonem udał się do jednej ze szkół podstawowych. Przypuszczał, że oczekiwania nauczycieli w stosunku do uczniów mogą mieć wpływ na osiągnięte wyniki. Powszechną bowiem praktyką w Stanach Zjednoczonych było przeprowadzanie testów inteligencji na początku edukacji, których rezultaty przedstawiane były nauczycielom.

Wszystkim dzieciom w szkole rzeczywiście zbadano iloraz inteligencji. Nauczyciele dostali jednak informację, że zastosowano test, który prognozował przyszłe sukcesy. Otrzymali oni listę uczniów ze swoich klas, którzy (rzekomo) uzyskali bardzo wysokie wyniki. Na zakończenie roku szkolnego ponownie zmierzono dzieciom poziom inteligencji. Średnio, dzieci wobec których nauczyciele mieli wyższe oczekiwania związane z rozwojem intelektualnym, uzyskały istotnie większy wzrost ilorazu inteligencji, niż te, którym (rzekomo) nie wrócono wielu sukcesów. W rzeczywistości nazwiska na liście były dobrane losowo. Początkowe predyspozycje dzieci w każdej z grup nie miały takiego znaczenia, jak postawa nauczycieli. Efekt oczekiwań zaznaczył się szczególnie wyraźnie w młodszych klasach.

Warto dodać, że pierwsze lata szkoły podstawowej to czas, w którym w dziecku kształtuje się poczucie kompetencji. Dziecko nabiera przekonania, że warto pracować i że sukces jest możliwy lub wzrasta w nim poczucie niższości.

W jednym z dalszych badań psychologowie próbowali dociec, w jaki sposób nauczyciele przekazują dzieciom swoje wyobrażenia o ich większych zdolnościach. Ponownie nauczycielom powiedziano, że niektóre dzieci są bardziej błyskotliwe, chociaż w rzeczywistości były wytypowane losowo. Zarejestrowane nagrania pozwoliły dostrzec pewne subtelności w zachowaniu. Nauczyciele częściej uśmiechali się do uczniów „błyskotliwych”, nawiązywali z nimi kontakt wzrokowy, przychylniej reagowali na uwagi. Jak się później okazało ci właśnie uczniowie, od których więcej oczekiwano, bardziej lubili szkołę, częściej otrzymywali konstruktywne uwagi, gdy popełniali błędy i więcej pracowali od innych uczniów, aby osiągnąć lepsze wyniki. Oczekiwanie stało się rzeczywistością.

Badania Rosenthala, aczkolwiek kontrowersyjne pod względem etycznym, mają olbrzymie znacze-

nie dla rozumienia procesów edukacyjnych i działań wychowawczych. Myliłby się jednak ten, kto uznałby że rzecz dotyczy tylko nauczycieli. Nikt z nas nie jest wolny od tego mechanizmu.

Praktyka codzienna

Jako rodzice również prezentujemy określone postawy wobec dzieci, faworyzujemy jedne, mniej uwagi zwracamy na inne. Wspieramy je w rozwoju, albo w pośpiechu zamykamy w ciasnych schematach: zdolnych, ale leniwych, bardzo odpowiedzialnych lub ignorantów, wybitnie inteligentnych lub ograniczonych. Zamiast udzielania informacji opartych na faktach, przyklejamy etykiety, które zaczynają funkcjonować jak samospełniające się proroctwo. Tym gorzej, gdy nasze oczekiwania są negatywne. Jeżeli dziecko często słyszy, że jest leniwe i ograniczone, to po pewnym czasie nawet nie próbuje podjąć wysiłku i co więcej, zaczyna tak o sobie myśleć i robi wszystko, aby to przekonanie potwierdzić – traci motywację do jakiegokolwiek działania i rzeczywiście pracuje mniej. Przerysowując w drugą stronę – rodzinny geniusz może w rezultacie mieć problem z udźwignięciem roli i nadziei w nim pokładanych.

Samospełniającego się proroctwa doświadczamy też w wielu innych sytuacjach w domu, w pracy, w sklepie, w autobusie, w różnych instytucjach. Często wpisujemy innych w określone role lub sami gramy takie, jakich oczekują od nas inni: pojętnych lub nierozgarniętych, grzecznych lub niegrzecznych, zręcznych lub niezdarnych, pracowitych lub leniwych, atrakcyjnych lub nie, chorych i słabowitych lub bardzo silnych i zdrowych, kompetentnych lub nie – niezależnie od tego jaki poziom umiejętności w istocie prezentujemy.

Praktyka wolnej woli

Chociaż nie wszystko podlega naszej woli, warto być świadomym swojego wpływu na bieg zdarzeń. Z jednej strony, poprzez system przekonań i wynikające z nich zachowanie sami przyczyniamy się do tego co nas spotyka, z drugiej – podlegamy wpływom innych osób, które też mają pewne przekonania i oczekiwania wobec nas, a swoim zachowaniem powodują, że gramy role jakie nam przydzielą. Odrobina woli i wiedzy, trochę refleksji i ciekawości pozwoli przełamywać schematy, lepiej rozumieć zachowanie swoje i innych osób oraz częściej osiągać zamierzone cele.

Jolanta Obidzińska, psycholog