



novembre 2018

butlletí del departament d'orientació

## **Experimentos educativos: La forma de elogiar impulsa o mata el esfuerzo y la motivación**

[www.gestionandohijos.com](http://www.gestionandohijos.com)

“Si los padres quieren ofrecer un regalo a sus hijos, lo mejor que pueden hacer es enseñarles a amar los desafíos, sentir curiosidad por los errores, disfrutar del esfuerzo y seguir aprendiendo. De esta manera, nuestros hijos no tendrán que ser esclavos de las alabanzas. Tendrán un camino que dure toda la vida para construir y reparar su propia confianza. Alabar la inteligencia de los niños perjudica la motivación”. Quien así habla es Carol Dweck, profesora de Psicología de la Universidad de Standford que llevó a cabo un experimento que nos ofrece claves muy importantes para motivar a nuestros hijos a esforzarse y dar lo mejor de ellos.

### **Dos formas de elogiar y dos reacciones ante el esfuerzo**

Carol y su equipo llevaron a cabo un interesante experimento con 400 estudiantes. Cada uno de ellos fue invitado a montar un puzzle. Al terminar, la mitad del grupo fue felicitado con expresiones que alababan su inteligencia, como “¡Vaya, debes de ser muy inteligente!”. La otra mitad del grupo recibió felicitaciones por el esfuerzo: “¡Has trabajado duro!”.

Dweck quería comprobar si esta forma diferente de felicitar podría tener influencia en la actitud y mentalidad de los estudiantes. Y el resultado fue sorprendente, porque todos los estudiantes fueron invitados a resolver una prueba. Se les dio a elegir entre una prueba fácil y otra más complicada. Dos tercios de los chicos que habían sido elogiados por su inteligencia eligieron el test sencillo. Parece lógico, no quisieron arriesgarse a perder su etiqueta de inteligentes. Por contra, el 90% de los niños elogiados por su esfuerzo eligió el test más complicado.

Por último, todos los estudiantes realizaron una prueba tan complicada como la primera que habían hecho. Sorprendentemente, el grupo elogiado por su inteligencia empeoró su puntuación en esta prueba un 20% con respecto a la anterior. Y el grupo elogiado por el esfuerzo aumentó su puntuación en un 30%.

### ***Un cambio radical de perspectiva sobre el esfuerzo y la inteligencia***

Como señala Matthew Syed en BBC, “este estudio revela un punto de vista radicalmente nuevo sobre cómo implicamos a nuestros hijos - deberíamos alabar el esfuerzo, nunca el talento, que tendríamos que enseñar a nuestros hijos a ver los retos como oportunidades de aprendizaje en lugar de verlos como amenazas y que deberíamos enfatizar cómo las habilidades pueden transformarse”.

Si quieres aplicar este cambio radical en tu día a día, te damos algunas claves:

1. Evitar obsesionarse por el resultado y **poner el foco en la actitud, el interés y el esfuerzo** de nuestros hijos al realizar alguna tarea o afrontar algún reto.
2. **Resistirse a poner etiquetas** que, aunque nos parezcan muy positivas, puedan limitar el interés de nuestros hijos por afrontar nuevos retos. Ya hemos leído que los estudiantes alabados por su inteligencia no querían perder su estatus y por tanto evitaban afrontar retos más complicados.
3. Transmitir el **gusto por esforzarse** y hacer las cosas con ganas e interés y ser ejemplo en este sentido.
4. En esta nueva perspectiva, el **error no es un fracaso** sino una oportunidad para poner a prueba nuestro esfuerzo y ejercitar nuestras habilidades e inteligencia.