

Colpa o vergogna

	Vergogna	Colpa
Un insuccesso	Sono sbagliato	Ho sbagliato
Mi sento	Malissimo	Male
Vorrei	Scompare	Riparare
La fiducia in me	Si abbassa	Si mantiene
I miei comportamenti	Dicono chi sono	Un modo di esprimermi
In futuro	Eviterò	Cercherò di fare meglio
I giudizi degli altri	Una misura	Un aiuto a migliorare
Teoria dell'intelligenza	Entitaria: sono così	Incrementale: posso migliorare
Attribuzione	Abilità	Impegno

La vergogna può portare all'impotenza appresa

Si tratta della percezione di 'non poter fare nulla per cambiare' associata all'idea di non essere capace, non essere bravo/a

Talvolta è associata a una continua ricerca di conferme da parte dell'adulto ('sono stato bravo ?' 'che voto mi dai ?' o a rabbia verso genitori o insegnanti accusati di non aiutare ('ce l'hanno con me !' 'fanno preferenze')

La caratteristica comune è comunque la percezione di **MANCANZA DI CONTROLLO** = io non posso fare niente per sottrarmi al fallimento o per migliorare → sbaglierò sempre, quindi è meglio non applicarsi e rinunciare

Perché certi bambini sono convinti di 'non essere portati' e sviluppano impotenza appresa ?

Exp Mueller e Dweck (1998)

- 1) Un centinaio di bambini è invitato a compilare individualmente un comune test di intelligenza: le matrici progressive di Raven (4 minuti)
- 2) La sperimentatrice valuta subito i protocolli e dice a tutti “Hai fatto molto bene. Hai risposto correttamente a 8 problemi su 10. E' un punteggio davvero alto”. Inoltre aggiunge
GRUPPO ABILITA' “Sei proprio bravo/a nel fare questi problemi”
GRUPPO IMPEGNO “Si vede che hai lavorato molto per risolvere questi problemi ! “
GRUPPO CONTROLLO nient'altro
- 3) La sperimentatrice invita a compilare altre matrici PIU' DIFFICILI per un tempo di 4 minuti. Alla fine dice “E' andata peggio di prima ! Hai risolto correttamente meno della metà dei problemi”.
- 4) Infine i bambini compilano ulteriori matrici della stessa difficoltà di quelle inizialmente proposte

Essere creduti bravi porta a vulnerabilità dopo l'insuccesso e a peggiorare la prestazione

