**Undersøgelse: Skumfidus-undersøgelsen om selvkontrol**

I flere undersøgelser testede psykologen Walter Mischel i 1960'erne og begyndelsen af 1970'erne over 500 amerikanske børns evne til selvkontrol ved hjælp af "skumfiduser" (1). Børnene blev rekrutteret fra børnehaveklasser i tilknytning til Stanford University i Califonien, og børnene var omkring fire år gamle. I forsøgene lagde Mischel en skumfidus foran barnet og fortalte, at det godt måtte spise den, men var det i stand til at vente til forsøgslederen kom tilbage – han skulle lige ordne et par ting, sagde han – måtte de få én mere, fordi de havde ventet. Herefter forlod forsøgslederen rummet i omkring femten minutter.

Børnene blev nu filmet, mens de sad alene foran skumfidusen, og man tog tid på, hvor lang tid de kunne vente. Resultatet af testen delte børnene op i tre nogenlunde lige store grupper. I den første gruppe spiste børnene skumfidusen med det samme, i den næste prøvede de at vente, men måtte give op, og i den sidste gruppe ventede børnene tålmodigt til forsøgslederen kom igen og fik den ekstra skumfidus som belønning.

Det mest interessante ved eksperimentet var imidlertid ikke resultatet, men den længdesnitsundersøgelse, der fulgte. Mischel fik senere kontakt med omkring en tredjedel af børnene, og kunne nu vise, at deres evne til at vente på den anden skumfidus var i stand til at forudsige, hvor godt de klarede sig i skolen og på det personlige plan. I 16 års alderen udviste de børn, der var gået i flæsket på skumfidusen med det samme et lavt selvværd og havde vanskeligt ved at omgås andre, mens de børn, der var i stand til at vente på skumfidus nummer to, generelt var mere socialt kompetente, mere selvsikre og fagligt mere dygtige. Undersøgelsen kunne med andre vise, at børns evne til selvkontrol og behovsudskydelse i 4 års alderen korrelerede positivt med deres muligheder for senere i livet at få succes både på det faglige og det personlige plan.

Siden forsøget blev udført har mange psykologer spurgt sig selv, hvor denne evne til selvkontrol eller behovsudskydelse stammer fra. Er der nogle børn, der genetisk er udstyret med et temperament eller med egenskaber, som gør dem særlig gode til behovsudskydelse, eller er denne evne i høj grad betinget af opvækstforhold og indlæring?

Forskere fra Rochester University (2) har varieret eksperimentet, og deres resultater peger på, at indlæring formodentlig er mere afgørende end genetik. I deres eksperiment indgik 28 børn i alderen fra 3 – 5 år. De blev ved lodtrækning (randomiseret fordeling) inddelt i to grupper, der blev udsat for enten forudsigelige eller uforudsigelige situationer. Forskernes forsøg forløb nu i tre trin. I de to første trin oplevede børnene i den ene gruppe, at de måtte vente forgæves på nogle bedre legeredskaber (hhv farveblyanter og klistermærker), end dem de havde foran sig, mens børnene i den anden gruppe oplevede, at de ved at vente fik nogle bedre legeredskaber, end dem de havde foran sig. I det tredje trin fulgte så selve skumfidustesten, hvor børnene fik at vide, at de fik to skumfiduser, hvis de ventede indtil forsøgslederen havde hentet dem. Her viste det sig, at det i overvejende grad var de børn, der havde ventet forgæves på legeredskaberne i de to første trin af forsøget, der var mest tilbøjelige til ikke at vente på, at de kunne få to skumfiduser.

Forskernes konklusion på forsøget var, at børns overvejelser over, om de skal vente på en større belønning end den mindre belønning, de har foran sig, afhænger af hvor pålidelig eller forudsigelig den situation er, som de står i. Om børn og mennesker i det hele taget udviser selvkontrol afhænger med andre ord i høj grad af, hvor store fordele de rationelt vurderer, de kan få ud af det i en given situation.

Men man kan også overveje, om ikke resultaterne fra undersøgelsen peger på, at børn, der vokser op i uforudsigelige miljøer, hvor det er svært at stole på aftaler, og hvor den største sikkerhed for at få en skumfidus ligger i, om man allerede har den i munden, vil være mindre tilbøjelige til at udvise selvkontrol, fordi det ganske ikke altid kan betale, mens børn, der omvendt vokser op i forudsigelige miljøer og har gjort erfaringer med, at det at vente kan betale sig, vil være mere tilbøjelige til at anvende selvkontrol.

1.

Carey Goldberg: *Marshmallow temptations, brain scans could yield vital lessons in self-control*, Boston.com, Science 10/22, 2008.

Mischel, Walter m. fl:'Willpower' over the life span: decomposing self-regulation, Social, Cognitive and Affective neuroscience, April 2011.

2.

Celeste Kidd, Holly Palmeri and Richard N. Aslina, *Rational snacking: Young children's decision-making on the marshmallow task is moderated by beliefs about environmental reliability,*Cognition. Jan; 126(1): 109–114, 2013.