

Experimento do marshmallow

O Experimento do marshmallow se refere a uma série de estudos de recompensa retardada realizados no final dos anos de 1960 e início dos anos de 1970 liderados por Walter Mischel, professor da Universidade de Stanford. Nos estudos era oferecido a crianças a escolha entre uma pequena recompensa (algumas vezes um marshmallow, mas também um cookie ou um pretzel, etc.) entregue imediatamente ou duas pequenas recompensas se ela esperasse até o retorno do pesquisador (depois de uma ausência de aproximadamente 15 minutos). Em estudos de seguimento, os pesquisadores descobriram que as crianças que foram capazes de esperar por mais tempo pela possível recompensa apresentaram tendência de ter melhor êxito na vida, desempenho escolar, índice de massa corporal e outros parâmetros de medição. Contudo, recente trabalho levanta a questão se o autocontrole, em oposição ao raciocínio estratégico, determina o comportamento das crianças. O propósito do estudo original era entender como o mecanismo de controle da gratificação negada e a habilidade de esperar para obter algo que se quer se manifesta nas crianças. As crianças (entre quatro e seis anos de idade) foram deixadas em uma sala, isoladas de distrações, onde a tentação a ser escolhida (cookie, marshmallow ou pretzel) era exposta em uma mesa, com uma cadeira próxima. As crianças podiam comer o marshmallow, diziam os pesquisadores, mas se elas esperassem por quinze minutos sem cair na tentação, elas seriam recompensadas com um segundo marshmallow. Mischel observou que algumas queriam "cobrir seus olhos com suas mãos ou virar-se para que não vissem a guloseima, outras começavam a chutar a mesa, puxar suas tranças, afagar o marshmallow como se ele fosse um pequeno bicho de pelúcia", enquanto outras queriam simplesmente comer o marshmallow tão logo os pesquisadores saíam. Das mais de 600 crianças que fizeram parte do experimento, a minoria comeu o marshmallow imediatamente. Das que resistiram por algum tempo em busca da recompensa retardada, um terço postergou a recompensa por tempo suficiente para conseguir o segundo marshmallow. A idade foi o maior determinante para a não obtenção da gratificação. Em estudos posteriores, Mischel encontrou inesperadas correlações entre os resultados do teste de marshmallow e o sucesso das crianças alguns anos mais tarde. O primeiro estudo de seguimento, em 1988, mostrou que "as crianças da pré-escola que por mais tempo toleraram o retardamento da recompensa, em um paradigma auto imposto, foram descritas mais de 10 anos depois por seus pais como adolescentes significativamente mais competentes". Um segundo estudo de seguimento, em 1990, mostrou que a habilidade de retardar recompensas também estava correlacionada com um melhor desempenho nos exames educacionais padronizados dos EUA. Uma publicação de 2006, na qual Mischel contribuiu, reporta experimento similar, desta vez relacionando a habilidade de retardar uma recompensa com a intenção de ganhar um biscoito (aos 4 anos de idade) e o tempo de reação na realização de uma tarefa.

Referência: https://pt.wikipedia.org/wiki/Experimento_do_marshmallow

Think about it!