

Prośba wpływa lepiej na efektywność pracy niż polecenie

Autor tekstu: **Ed Yong**

Tłumaczenie: **Krzysztof Achinger**

Lubimy, gdy nasze życie jest w pełni przez nas kontrolowane, a niektórzy z nas posiadają w sobie automatyczny odruch sprzeciwu, gdy ktoś nam mówi, co mamy robić. O wiele chętniej wykonamy zadanie, jeżeli będziemy mieli wybór niż, kiedy zostanie nam ono narzucone. Wygląda na to, że ta skłonność jest tak silna, że ujawnia się nawet wtedy, gdy ludzie, którzy wydają nam rozkazy to... my sami.

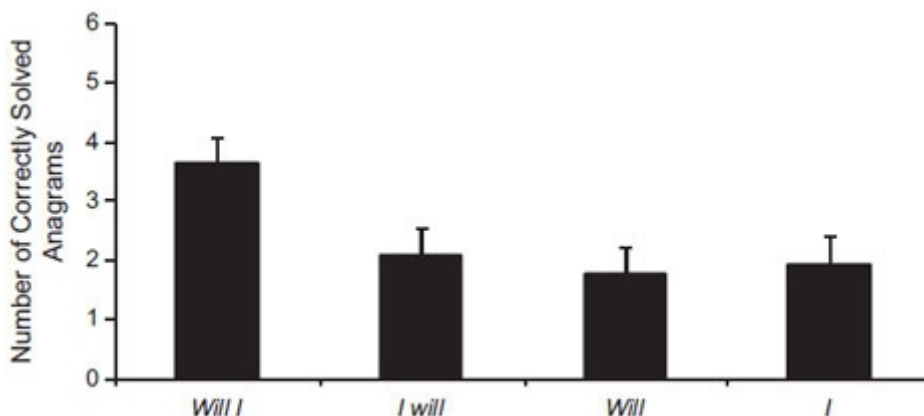


W serii eksperymentów [Ibrahim Senay](#) (<http://s.psych.uiuc.edu/people/showprofile.php?id=880>) z Uniwersytetu w Illinois wykazał, że ludzie są efektywniejsi wykonując proste zadania, jeżeli pytają siebie czy zechcieliby to zrobić, niż kiedy po prostu mówią sobie, że mają coś zrobić. Nawet zwykła forma pytająca — „Czy zrobiłbym” w porównaniu do „Zrobię” — może znacznie poprawić motywację i efektywność.

Zarówno terapeuci i menadżerowie uczeni są, by zamiast narzucania jakiegoś rozwiązania wyrażać prośby w formie otwartych pytań, które pobudzają ludzi do samodzielnego myślenia o danym problemie. Praca Senaya sugeruje, że to podejście jest skuteczne również kiedy sami szukamy rady lub kierujemy swoją pracą. Gdy rozważamy własne czyny i wybory, będziemy bardziej zwracali uwagę na naszą motywację do wykonania danego zadania i poczujemy większą kontrolę nad tym, co robimy. Efekt jest niewielki, ale znaczący.

Na początek Senay poprosił 53 studentów psychologii, by rozwiązali anagram zmieniając kolejność liter w dziesięciu słowach i tworząc nowe wyrazy. Przed rozpoczęciem testu mieli spędzić minutę na określenie czy zechcą wykonać to zadanie lub, że po prostu je wykonają. Pierwsza grupa wykonała zadanie ze znacznie wyższym wynikiem niż druga.

W swoim drugim eksperymencie Senay powtórzył ten sam efekt bez wyraźnych instrukcji. Pod pretekstem prowadzenia badań nad pismem poprosił 50 studentów o pisanie słów „Zrobię” względnie „Czy zrobię”, „Ja” lub „Robić”. Po 20 powtórkach przekazał studentom do rozwiązania kilka anagramów. Studenci, którzy pisali „Czy zrobię” rozwiązali dwa razy więcej anagramów niż pozostali. Żaden z nich nie odkrył prawdziwego celu eksperymentu.



Wreszcie Senay poprosił 56 studentów, by jeszcze raz napisali 20 razy albo „Zrobię” albo „Czy zrobię”. Następnie mieli ocenić swoje intencje związane z rozpoczęciem ćwiczeń lub ich kontynuowaniem. Mieli również za zadanie ocenić 12 powodów, dla których mieliby ćwiczyć w zależności od ich znaczenia dla nich, poczynając od wewnętrznych motywacji, takich jak odpowiedzialność za własne zdrowie, do zewnętrznych motywacji, takich jak poczucie winy lub wstydu z powodu bezczynności. Podobnie jak poprzednio, prosta zamiana słów wywarła znaczący efekt. Ochotnicy, którzy pisali „Czy będę”, z większym prawdopodobieństwem chcieli ćwiczyć, a dodatkowy impuls był wzmacniany raczej przez auto-motywację niż przez silniejszy wpływ zewnętrznych czynników.

Nie jest to jedyne badanie, które pokazuje, że subtelna gramatyczna różnica może odwrócić nasze intencje i zachowanie. Zaledwie rok temu William Hart i Dolores Albarracín (która również pracowała z Senay) wykazali, że ludzie są [bardziej skłonni do powtarzania swoich czynności](#) ([Racjonalista.pl](http://</p></div><div data-bbox=)

www.psych.uiuc.edu/~dalbarra/pubs/What%20I%20was%20doing%20versus%20what%20I%20did.pdf), gdy opisywali je w czasie przeszłym niedokonanym („Rozwiązywałem anagramy”) niż w czasie przeszłym dokonanym („Rozwiązałem anagramy”). Druga konstrukcja gramatyczna sugerowała, że coś zostało zakończone, podczas gdy poprzednia oddawała atmosferę trwania.

Ten obszar wymaga dodatkowych badań. W następnej kolejności Senay chce sprawdzić, czy inne czasowniki, jak „mogę”, „muszę” lub „powinienem zrobić” mogą wpływać na nasze zachowanie w podobny sposób. Jest on również zainteresowany tym, czy mowa bezpośrednia lub zależna mają znaczenie - odpowiedzi na to pytanie powinny zainteresować wszystkich naukowców i piszących o nauce ludzi, w szczególności w świetle świetnego tekstu w Nature o tym, czy [ciągłe używanie mowy zależnej](http://www.nature.com/naturejobs/2010/100311/full/nj7286-312a.html) (http://www.nature.com/naturejobs/2010/100311/full/nj7286-312a.html) może źle wpływać na naukowców.

Obecnie praca Senaya jest nie tylko świadectwem subtelnej siły gramatyki, ale także przedstawia wartość dla introspekcji i prostego aktu zadawania sobie samemu pytań.

Źródła: [Psychological Science](http://dx.doi.org/10.1177/0956797610364751) (http://dx.doi.org/10.1177/0956797610364751) (If this link isn't working, [read why here](http://scienceblogs.com/notrocketscience/2010/02/why_dont_the_links_in_your_posts_work.php) (http://scienceblogs.com/notrocketscience/2010/02/why_dont_the_links_in_your_posts_work.php).)

Not Exactly Rocket Science, 19 marca 2009

Ed Yong

Mieszka w Londynie i pracuje w Cancer Research UK. Jego blog „Not Exactly Rocket Science” jest próbą zainteresowania nauką szerszej rzeszy czytelników poprzez unikanie żargonu i przystępną prezentację.

[Strona www autora](#)

[Pokaż inne teksty autora](#)



(Publikacja: 29-03-2010)

[Oryginał.](http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,7226) (http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,7226)

Contents Copyright © 2000-2010 Mariusz Agnosiewicz

Programming Copyright © 2001-2010 Michał Przech

Autorem portalu Racjonalista.pl jest Michał Przech, zwany niżej Autorem.
Właścicielami portalu są Mariusz Agnosiewicz oraz Autor.

Żadna część niniejszych opracowań nie może być wykorzystywana w celach komercyjnych, bez uprzedniej pisemnej zgody Właściciela, który zastrzega sobie niniejszym wszelkie prawa, przewidziane w przepisach szczególnych, oraz zgodnie z prawem cywilnym i handlowym, w szczególności z tytułu praw autorskich, wynalazczych, znaków towarowych do tego portalu i jakiegokolwiek jego części.

Wszystkie strony tego portalu, wliczając w to strukturę katalogów, skrypty oraz inne programy komputerowe, zostały wytworzone i są administrowane przez Autora. Stanowią one wyłączną własność Właściciela. Właściciel zastrzega sobie prawo do okresowych modyfikacji zawartości tego portalu oraz opisu niniejszych Praw Autorskich bez uprzedniego powiadomienia. Jeżeli nie akceptujesz tej polityki możesz nie odwiedzać tego portalu i nie korzystać z jego zasobów.

Informacje zawarte na tym portalu przeznaczone są do użytku prywatnego osób odwiedzających te strony. Można je pobierać, drukować i przeglądać jedynie w celach informacyjnych, bez czerpania z tego tytułu korzyści finansowych lub pobierania wynagrodzenia w dowolnej formie. Modyfikacja zawartości stron oraz skryptów jest zabroniona. Niniejszym udziela się zgody na swobodne kopiowanie dokumentów portalu Racjonalista.pl tak w formie elektronicznej, jak i drukowanej, w celach innych

niż handlowe, z zachowaniem tej informacji.

Plik PDF, który czytasz, może być rozpowszechniany jedynie w formie oryginalnej, w jakiej występuje na portalu. **Plik ten nie może być traktowany jako oficjalna lub oryginalna wersja tekstu, jaki zawiera.**

Treść tego zapisu stosuje się do wersji zarówno polsko jak i angielskojęzycznych portalu pod domenami Racjonalista.pl, TheRationalist.eu.org oraz Neutrum.eu.org.

Wszelkie pytania prosimy kierować do redakcja@racjonalista.pl