

# Selvdisiplin gir gode karakterer

■ Dobbelt så viktig som elevens intelligens

En elev som vil ha gode karakterer, må først og fremst ha selvdisiplin, viser amerikansk forskning.

SYLVI LEANDER

Det blir nesten som i fabelen om haren og skilpadden som skulle løpe om kapp: Den kjepphøye haren var sikker på seier og la seg til å sove da skilpadden startet. Da haren våknet, var rivalen nesten i mål. Haren satte på sprang, men klarte ikke å ta igjen skilpadden, som krysset målstreken først.

Det gamle, støvete ordet selvdisiplin burde kanskje gjeninnføres? Selvfølgelig er det et gode å ha intelligens, eller raske ben, som haren i Æsops fabel. Men evnen til å jobbe målrettet og for sake fristelse er vel så viktig.

**Populært.** Det er forskerne Angela L. Kworth og Martin E.P. Seligman som har publisert studien om selvdisiplin. Sistnevnte trakk fullt hus da han i fjor holdt foredrag for norske psykologer i Oslo.

Også skoleelever, foreldre og lærere burde lytte til psykologer som nå fremhever gamle dyder.

I mange år har intelligensmåling vært alfa og omega for å vurdere skolebarns prestasjonsevne. De to forskernes studier vekker fortjent undring og inspirasjon til å tenke nytt. Deres studier er delt i to og går over flere år. De omfatter cirka 300 skolebarn i 14-15-årsalderen.

I den første studien ble elevenes selvdisiplin kartlagt gjennom spørsmål til elever, foreldre og lærere. Elevene selv ble testet gjennom spørsmål som ga ulike valgmuligheter. Det var tenkte situasjoner der elevene kunne velge mellom en mindre belønning her og nå, eller vente på en større belønning senere.

Ett år etter ble resultatene sammenlignet med elevenes skoleprestasjoner. Hvordan gikk det til eksamen? Hvordan skåret de på skoletester – og ikke minst – kom de inn på videregående utdanning?



**Forbløffende.** Resultatene var forbløffende store i favør av elever med velutviklet selvdisiplin, så store at forskerne gikk løs på en ny studie. Denne gang ble forsøksgruppene både intelligenslestet (en allment akseptert test til bruk i amerikansk skolesystem) og testet for selvdisiplin.

Resultat: Betydningen av selvdisiplin var dobbelt så stor som betydningen av elevenes intelligens for eksamensresultatet.

Man fant dessuten at elever med høy selvdisiplin brukte mer tid på skolearbeidet og så mindre fjernsyn enn andre elever. Gevinsten var altså langt bedre karakterer og større mulighet for opp-tak ved ettertraktede studiesteder.

Årsaken til at elever med høyere intelligens ofte oppnår dårligere resultater enn de kunne ut fra sitt intelligensnivå, skyldes trolig mangelen på selvdisiplin, konkluderer forskerne.

Neste spørsmål blir da hvorfor noen er utstyrt med mer selvdisiplin enn andre. Er det medfødt? Innlært? Det blir ny forskerføde.

sylvi.leander@aftenposten.no

COMO