

Malapit na makaligtaan at paulit-ulit na pagkabigo: Pag-unawa sa dinamika ng pagganyak

Ang Near miss ay isang espesyal na uri ng kabiguan kung saan ang isa ay nasa likod lamang ng kaunti sa layunin. Napatunayan sa parehong biyolohikal at sikolohikal na pag-aaral na ang karanasan ng neat miss ay maaaring mapabuti ang pagganap ng mga tao sa pamamagitan ng pagpapahusay sa kanilang motibasyon. Gayunpaman, pagkatapos makaranas ng paulit-ulit na malapit na makaligtaan, ang mga taong naudyukan sa simula ay unti-unting napagtanto at kinukumpirma ang kanilang kapansanan sa pagtatapos ng mga nakatalagang gawain. Bilang resulta, ang mga paulit-ulit na karanasan ng mga pagkabigo ay maaaring bigyang-kahulugan bilang isang kakulangan ng kakayahan sa paglutas ng problema at hinihikayat silang subukang muli.

Malapit na miss

Ang near miss ay isang uri ng kabiguan na malapit sa tagumpay. Nagkaroon ng malawak na literatura na nag-aaral ng neurobiological response at psychological na mekanismo ng near miss, na sumusuporta sa ideya na ang near miss ay nagpapabuti sa motibasyon ng mga tao (Reid, 1986; Clark et al, 2009; Berger & Pope, 2011; Dymond et al, 2014; Wang , Jones at Wang, 2019). Ang klasikong sikolohikal na pananaliksik ay naghahambing ng mga malapit na makaligtaan ng parehong mga laro ng kasanayan (hal., pagbaril) at mga laro ng dalisay na pagkakataon (hal., pagsusugal), na parehong magpapataas ng motibasyon ng mga tao. Madaling unawain na sa mga laro ng kasanayan, ang near miss ay magbibigay sa mga kalahok ng mga kapaki-pakinabang na feedback at magsasaad na ang tagumpay ay maaaring abot-kaya, kaya mahikayat ang mga manlalaro na magpatuloy sa pagsubok. Sa kabaligtaran, walang impormasyon para sa mga kalahok upang mapataas ang pagkakataong manalo sa pagsusugal dahil ang posibilidad na manalo ay pantay at independiyente mula sa mga pagsubok hanggang sa mga pagsubok. Gayunpaman, madalas na kumikilos ang mga sugarol na parang mababago nila ang posibilidad na manalo (hal., sa pamamagitan ng pagpili sa kapanganakan ng pamilya bilang numero ng lottery). Samakatuwid, sila ay mauudyukan sa pamamagitan ng tungkol sa malapit na makaligtaan bilang isang nakapagpapatibay na tanda (Reid, 1986). Bukod pa rito, ang mga pagkiling sa pagpapatungkol ng mga tao - ang kanilang pagkahilig na labis na tantiyahin ang mga salik sa disposisyon upang ipaliwanag ang mga panalo at maliitin ang mga salik sa sitwasyon - ay maaaring makaimpluwensya sa kanilang pagganyak (Toneatto, 1999). Sa pamamagitan ng pagsasaalang-alang sa mga salik sa sitwasyon bilang mga pangunahing dahilan para sa isang malapit na makaligtaan, inaasahan ng mga tao na ang kanilang susunod na pagsubok ay hindi maiimpluwensyahan nang negatibo ng mga panlabas na salik na ito at hinihikayat na ipagpatuloy ang pagsubok nang may pag-asa.

Ang isang mabungang linya ng pananaliksik ay nagpakita ng mga sikolohikal na mekanismo na kasangkot sa malapit na makaligtaan na tugon sa pamamagitan ng pag-uunawa na ang mga pag-unawa sa pagsusugal na may kaugnayan sa katangian ay nakakaimpluwensya sa pag-uugali at

pansariling tugon (Billieux et al, 2012). Sa partikular, ang mga kaalaman sa pagsusugal na nakatuon sa kasanayan (ibig sabihin, ang pagganap ay natutukoy ng mga panloob na salik tulad ng muling pagtatasa ng mga pagkalugi at kakayahan) ay hinuhulaan ang isang mas mataas na pagnanais at pagganyak na maglaro pagkatapos ng isang near miss kaysa sa mga kaalaman sa pagsusugal na nakatuon sa ritwal (ibig sabihin, ang pagganap ay tinutukoy ng panlabas na mga kadahilanan tulad ng suwerte at mga pamahiin). Sa mga kaalamang nakatuon sa kasanayan, naniniwala ang mga tao na ang mga kasanayan upang mapataas ang posibilidad na manalo ay maaaring makuha, na naghihiikayat sa kanila na magpatuloy sa kasalukuyang gawain. Halimbawa, ang mga taong naniniwala sa kaunting pagkatalo ay magbibigay sa kanila ng karanasan sa pag-aaral at makakatulong sa kanila na manalo sa ibang pagkakataon ay mas malamang na patuloy na subukan pagkatapos ng isang malapit na miss (Billieux et al, 2012). Dahil ang pagsusugal ay madalas na maling itinuturing bilang isang larong nakabatay sa kasanayan ng mga kalahok (Reid, 1986), ang pagsusugal na malapit sa mga miss ay magdudulot din ng ilusyon ng kontrol, sa gayon ay madaragdagan ang pagganyak ng mga tao.

Bukod dito, ang mga kamakailang eksperimento sa utak (Clark et al, 2009; Dymond et al, 2014) ay naghahambing ng mga neural na tugon ng mga tao sa malapit-miss at malayong mga resulta ng mga klasikong gawain ng slot machine. Sa biyolohikal, tinutukoy nila na ang isang malapit na miss ay nagpapahusay ng pagganyak sa pamamagitan ng pagre-recruit ng mga rehiyon ng utak na nauugnay sa panalo tulad ng ventral striatum.

Maraming ebidensiya ang nagpakita na ang isang malapit na miss ay magbibigay ng positibong epekto sa motibasyon ng mga tao, na empirically suportado sa iba't ibang larangan. Sa kumpetisyon, ang pagganap ng mga kalaban ay itinuturing na isang benchmark, at sinusuri ng mga tao ang kanilang pagganap kaugnay sa kanilang mga kalaban. Ang mga nahuhuli nang bahagya ay magsusumikap, samakatuwid ay madaragdagan ang kanilang posibilidad na manalo sa susunod na kumpetisyon, kaysa sa mga nauuna ayon sa loss aversion theory (Kahneman & Tversky 1979; Berger & Pope, 2011). Bukod dito, ang isang malapit na miss ay hindi lamang nagpapataas ng pagnanais ng mga tao para sa patuloy na paglalaro sa parehong gawain, ngunit pinahuhusay din ang pagganyak sa hindi nauugnay at kanais-nais na mga gawain, na humahantong sa isang pangkalahatang mas positibong estado ng pagganyak (Wadhwa & Kim, 2015). Tulad ng para sa isang mahabang panahon na karera, ang mga taong nagtitiis ng maagang pag-urong sa karera ay mukhang may mas mahusay na pagganap kaysa sa mga nagtitiyaga (Wang, Jones & Wang, 2019).

Paulit-ulit na pagkabigo

Ang mga paulit-ulit na pagkabigo (Yin et al, 2019) ay tumutukoy sa paulit-ulit na pagtatangka ng mga tao sa isang layunin na nabigo, na nagbibigay ng mga negatibong epekto sa mga indibidwal kapwa sa sikolohikal at biyolohikal. Sa partikular, ang mga paulit-ulit na pagkabigo ay maaaring magpapataas ng pagkabalisa, depresyon, at galit ng mga tao, kung saan mas mahina ang mga

perfectionist (Stoeber et al, 2014). Bukod pa rito, maraming mga biological na pag-aaral sa paulit-ulit na pagkatalo sa lipunan ng mga lalaking NMRI na daga ay nagsiwalat ng mga pagbabago sa circadian ritmo ng temperatura at aktibidad ng lokomotor na dulot ng maraming karanasan sa pagkatalo (ibig sabihin, isang pangmatagalang pagbaba sa amplitude ng circadian ritmo ng rate ng puso at pangunahing temperatura ng katawan) (Keeney, Hogg & Marsden, 2001; Tornatzky & Miczek, 1993).

Sa karagdagan, ang egotism na paliwanag ng helplessness (Frankel & Snyder, 1978) argues na paulit-ulit na pagkabigo ay ang kritikal na determinant ng helplessness sintomas. Kapag paulit-ulit na nabigo, binibigyang-kahulugan ng mga tao ang mga pagkabigo bilang kakulangan ng kakayahan sa paglutas ng problema. Sa ilalim ng sitwasyong ito kung saan ang pagpapahalaga sa sarili ng mga tao ay nanganganib, sila ay may posibilidad na gumawa ng isang diskarte sa hindi gaanong pagsisikap, kaya nakakapinsala sa kanilang pagganap. Kahit na mayroong ilang mga debate kung ang paulit-ulit na mga pagkabigo ay isang pinagmumulan ng natutunan na kawalan ng kakayahan, walang alinlangan na ang paulit-ulit na mga pagkabigo ay nagdudulot ng isang kakila-kilabot na negatibong impluwensya sa mga motibasyon ng mga indibidwal (Kofta & Sedek, 1989).

Bilang isang espesyal na kaso ng paulit-ulit na pagkabigo, ang paulit-ulit na malapit na pagkamit ay paulit-ulit na nabigong pagtatangka na lahat ay malapit sa tagumpay. Sa mga cognition na nakatuon sa kasanayan, naniniwala ang mga tao na ang mga kasanayan ay maaaring makuha upang mapabuti ang kanilang pagganap at mapataas ang posibilidad na manalo (Billieux et al, 2012). Gayunpaman, ang maramihang mga near-miss na karanasan ay nagmumungkahi ng walang pagpapabuti sa panahon ng proseso. Natigil sa parehong hindi magandang kalagayan, ang mga tao ay nagsisimulang mag-alinlangan sa kanilang kakayahan at mawalan ng tiwala. Sa madaling salita, unti-unting iniuugnay ng mga tao ang kanilang mga pagkabigo sa mga panloob na salik at naniniwala na hindi nila mababago ang mga resulta. Samakatuwid, upang maprotektahan ang kanilang pagpapahalaga sa sarili at imahe sa sarili, ang mga tao ay nawawalan ng sigla at ayaw na muling subukan ang mga gawaing itinuturing na isang hindi nababagong kabiguan (Frankel & Snyder, 1978).

Sanggunian:

Reid, R. L. (1986). Ang sikolohiya ng near miss. *Journal ng pag-uugali sa pagsusugal*, 2(1), 32-39.

Clark, L., Lawrence, A. J., Astley-Jones, F., & Gray, N. (2009). Ang mga near-miss sa pagsusugal ay nagpapalakas ng motibasyon na sumugal at mag-recruit ng circuitry ng utak na nauugnay sa panalo. *Neuron*, 61(3), 481-490.

Berger, J., & Pope, D. (2011). Maaari bang humantong sa pagkapanalo ang pagkatalo? *Agham ng Pamamahala*, 57(5), 817-827.

Dymond, S., Lawrence, N. S., Dunkley, B. T., Yuen, K. S., Hinton, E. C., Dixon, M. R., ... & Singh, K. D. (2014). Muntik nang manalo: Ang sapilitan na MEG theta power sa insula at orbitofrontal cortex ay tumataas sa panahon ng malapit nang pagsusugal at nauugnay sa signal ng BOLD at tindi ng pagsusugal. *Neuroimage*, 91, 210-219.

Wang, Y., Jones, B. F., at Wang, D. (2019). Pag-urong sa maagang karera at epekto sa karera sa hinaharap. *Mga komunikasyon sa kalikasan*, 10(1), 1-10.

Toneatto, T. (1999). Cognitive psychopathology ng problema sa pagsusugal. *Paggamit at maling paggamit ng sangkap*, 34(11), 1593-1604.

Billieux, J., Van der Linden, M., Khazaal, Y., Zullino, D., & Clark, L. (2012). Hinuhulaan ng mga katangian ng pagsusugal ang mga malalapit na karanasan at pagtitiyaga sa pagsusugal sa laboratoryo ng slot machine. *British Journal of Psychology*, 103(3), 412-427.

Kahneman, D., & Tversky, A. (1979). Prospect theory: Isang pagsusuri ng desisyon sa ilalim ng panganib. *Econometrica*, 47(2), 363-391.

Wadhwa, M., at Kim, J. C. (2015). Maaari bang pasiglahin ng malapit na manalo ang motibasyon? Ang epekto ng halos panalo sa pagganyak para sa hindi nauugnay na mga gantimpala. *Sikolohikal na agham*, 26(6), 701-708.

Yin, Y., Wang, Y., Evans, J. A., & Wang, D. (2019). Pagbibilang ng dynamics ng kabiguan sa kabuuan ng agham, mga startup at seguridad. *Kalikasan*, 575(7781), 190-194.

Stoeber, J., Schneider, N., Hussain, R., & Matthews, K. (2014). Perfectionism at negatibong epekto pagkatapos ng paulit-ulit na pagkabigo. *Journal ng mga Indibidwal na Pagkakaiba*, 35, 87-94.

Keeney, A. J., Hogg, S., & Marsden, C. A. (2001). Mga pagbabago sa pangunahing temperatura ng katawan, aktibidad ng lokomotor, at corticosterone kasunod ng talamak at paulit-ulit na pagkatalo sa lipunan ng mga lalaking NMRI na daga. *Physiology at pag-uugali*, 74(1-2), 177-184.

Tornatzky, W., & Miczek, K. A. (1993). Pangmatagalang kapansanan ng mga autonomic circadian rhythms pagkatapos ng maikling pasulput-sulpot na social stress. *Physiology at pag-uugali*, 53(5), 983-993.

Frankel, A., & Snyder, M. L. (1978). Mahina ang pagganap kasunod ng hindi malulutas na mga problema: Natutunan ang kawalan ng kakayahan o egotismo? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(12), 1415.

Kofta, M., & Sadek, G. (1989). Paulit-ulit na kabiguan: Isang pinagmulan ng kawalan ng kakayahan o isang kadahilanan na hindi nauugnay sa paglitaw nito?. *Journal of Experimental Psychology: General*, 118(1), 3.

Mga Kaugnay na Pagbasa:

Myers, K. R., Tham, W. Y., Yin, Y., Cohodes, N., Thursby, J. G., Thursby, M. C., ... & Wang, D. (2020). Hindi pantay na epekto ng pandemya ng COVID-19 sa mga siyentipiko. *Kalikasan ng pag-uugali ng tao*, 4(9), 880-883.