

Érdemes önuralomra tanítani a gyerekeket

2011. január 25.,

Szerző: MTI

http://hvg.hu/egeszseg/20110125_onuralom_intelligencia

Az intelligenciaszinttől és a társadalmi háttértől függetlenül nagyobb valószínűséggel ütik fel fejüket egészségügyi és anyagi gondok azoknál a felnőtteknél, akik kisgyerekként túl hevesek voltak, és nem volt önuralmuk - vélekednek brit, amerikai és új-zélandi tudósok.

A gyerekkori önuralom előrevetítheti a felnőttkori kilátásokat. A szakemberek szerint a kisgyerekként tanúsított kevesebb önuralom és a bűnözési hajlam között is összefüggés van, nagyobb az esélye annak, hogy a magukat visszafogni nem tudók felnőttként, harmincas éveik elejére már elkövettek valamilyen bűncselekményt.

Az önuralomhiánnyal küszködő gyerekeknél a későbbiekben fokozottak az egészségügyi kockázatok, beleértve a magas vérnyomás, a túlsúly, a légzési nehézségek és a szexuális úton terjedő betegségek veszélyét is. Nagyobb valószínűséggel alakul ki náluk valamilyen függőség, legyen szó akár dohányzásról, alkohol- vagy kábítószer-függőségről. Felnőttként nagyobb az esélye annak, hogy egyedülálló szülő lesz belőlük, pénzügyi gondokkal küszködnek, és annak is, hogy szembe kerülnek a törvénnyel - olvasható az amerikai tudományos akadémia folyóiratában (PNAS) közzétett tanulmányban.

"Az önuralom elsajátítása, a kitörések kezelése a legfontosabb követelmények közé tartozik, amelyeket a társadalom a gyerekekkel szemben támaszt - fogalmazott közleményében Terrie Moffitt, a brit King's College, illetve az amerikai Duke Egyetem társadalmi viselkedést és fejlődést kutató professzora, a kutatás vezetője. - Vizsgálataink első alkalommal bizonyították, hogy a gyerekként tanúsított akaraterő valóban befolyásolja a felnőttkor egészségi és anyagi kilátásait."

A kutatás során a nemzetközi tudóscsoport két nagyszabású felmérés eredményeit elemezte. A korábban végzett vizsgálatok során a gyerekek egészségi teszteken és interjúkon estek át, hogy a szakemberek fel tudják mérni azokat a genetikai és környezeti faktorokat, amelyek életüket formálták. Az első kutatást ezer, 1972 áprilisa és 1973 márciusa között született új-zélandi bevonásával végezték. A másodikban ötszáz brit ikerpárra vonatkozott felmérés eredményeit elemezték ugyanazoknak a szempontoknak az alapján.

A Moffitt vezette kutatást értékelve a Floridai Állami Egyetem független szakértője megjegyezte: jó hír, hogy az önuralomra való képesség változhat, különösen, ha az egészségügyi és társadalmi szolgálatok időben közbelépnek. Olcsóbb a lehető leghamarabb észlelni az önuralom hiányát, és megelőzni, közbelépni, semmint börtönökkel, drogprogramokkal és személyes anyagi bukásokkal foglalkozni - mondta Alexis Piquero.