

Spis treści

Mirostław Kofta

Wprowadzenie. Czy złudzenia pomagają, czy też przeszkadzają nam radzić sobie z wyzwaniami?	11
O czym mówią poszczególne rozdziały tej książki?	20
Konkluzje	24
Literatura cytowana	26

Maria Lewicka

Czy jesteśmy racjonalni?	28
Racjonalny, czyli jaki?	29
Czy jesteśmy racjonalni?	41
Człowiek jako intuicyjny statystyk	42
Człowiek jako intuicyjny badacz przyczyn zdarzeń	49
Człowiek jako weryfikator hipotez	51
Człowiek – aktor czy obserwator zdarzeń?	57
Literatura cytowana	62

Bogdan Wojciszke

Dane i pseudodane w procesie spostrzegania ludzi	65
Dane i pseudodane	65
Źródła pseudodanych	66
Schematy poznawcze	66
Ukryte teorie osobowości	74
Rola danych i pseudodanych w procesie formułowania sądu	78
Teoretyczne modele kształtowania się sądu	78
Trafność modeli	80
Kiedy pseudodane stają się danymi?	83
Tendencyjne potwierdzanie przekonań	84
Samospełniające się proroctwa	86
Uwagi końcowe	89
Literatura cytowana	89

Czy jesteśmy egoistami?	91
O naturze egoizmu	92
Paradoks egocentryzmu: prawdy ukryte przed samym sobą	94
Ego zagrożone i słabe jako źródło egocentryzmu	95
Egocentryzm „ja totalitarnego”	98
Czy jesteśmy altruistami?	103
Motywy endocentryczne	104
Motywy egzocentryczne	107
Co chroni przed egoizmem?	109
Literatura cytowana	115

Ja, my, oni? Interes własny a procesy poznawcze i zachowanie ludzi w sytuacji konfliktu	117
Konflikt interesów	118
Interes własny	120
Interes wielu interesów?	122
Efekty orientacji społecznych	125
Czy wiemy, co wiedzieć chcemy?	125
Postrzegana różnorodność świata społecznego	128
Sytuacyjna zmienność percepcji intencji innych ludzi	133
Odrobina spekulacji	134
Orientacje a postawy wobec spraw publicznych	136
Sytuacyjna zmienność orientacji	138
Co jest przedmiotem wymiany społecznej, czyli czym się dzielimy	139
Buźki, numerki, zadowolenie	141
Im więcej nas, tym gorzej?	142
Zakończenie	144
Literatura cytowana	144

Autoprezentacja – niewinny spektakl dla innych i siebie	146
Co to jest autoprezentacja i czemu służy	147
Skąd wiadomo, że dane zachowanie jest autoprezentacją?	147
Motywy dla których podejmujemy autoprezentację	148
Wyznaczniki siły motywacji do podejmowania zachowań autoprezentacyjnych	150
Przydatność odpowiedniego wizerunku własnej osoby do osiągania pożą- danych celów społecznych	150
Subiektywna wartość celów społecznych	151
Rozbieżność między aktualną impresją a impresją pożądaną	152
Strategie autoprezentacji – najpopularniejsze wizerunki autoprezentacyjne ...	154
Taksonomia Jonesa i Pittman	154
Taksonomia zachowań autoprezentacyjnych Schutz	156
Co decyduje o stylu autoprezentacji podejmowanej przez jednostkę	158
Samowiedza	158

Wyobrażenie tożsamości pożądanej i niepożądanej	159
Wymagania roli społecznej	159
Spostrzegane oczekiwania widowni	160
Aktualne i rzeczywiste oraz przyszłe i potencjalne konsekwencje publicznego wizerunku	161
Autoprezentacje negatywne	164
Formy autoprezentacji – różne sposoby kreowania publicznych wizerunków ..	166
Autoprezentacja pośrednia: „pławienie się w cudzej chwale”	166
Autoprezentacja „wprost” i „niewprost”	168
Powszechność autoprezentacji	170
Prawdziwe „ja” a autoprezentacja	171
Literatura cytowana	172

Helena Grzegółowska-Klarkowska

Samoobrona przez samooszukiwanie się	176
Dlaczego ludzie oszukują samych siebie?	177
Koncepcje psychoanalityczne	177
Inne koncepcje psychicznej samoobrony przez samooszukiwanie się: obrona poprzez ucieczkę od własnego prawdziwego „ja”	180
Rola i narzędzia samoobrony. Wybrane przejawy samooszukiwania się	182
Wybrane badania nad mechanizmami obronnymi	189
Nie wiedzą czy nie chcą powiedzieć?	190
Czy wyparcie istnieje?	191
Co uruchamia mechanizmy obronne?	192
Skuteczność samooszukiwania się jako środka samoobrony psychicznej	194
Literatura cytowana	197

Miroslaw Kofta

Poczucie kontroli, złudzenia na temat siebie, a adaptacja psychologiczna

Czy człowiek ma potrzebę sprawstwa?	201
Badania nad wolnością wyboru	201
Badania nad percepcją wpływu na bieg wydarzeń	202
Czynniki wpływające na percepcję kontroli	204
Czy ocena własnego sprawstwa jest realistyczna?	205
Iluzja kontroli	205
Egotyzm atrybucyjny	207
Racjonalizacja zdarzeń negatywnych	207
Myślenie życzeniowe przy planowaniu działań	208
Skąd bierze się „chciejstwo”	209
Czy podmiotowa kontrola służy adaptacji?	209
Badanie Schultza: podmiotowa kontrola a przystosowanie psychiczne u osób starszych	210
Podmiotowa kontrola a adaptacja: mechanizmy psychologiczne	211
Orientacja na działanie a poczucie kontroli	212
Samoodradzanie się poczucia kontroli	216

Osobowościowe wyznaczniki poczucia kontroli i samoodradzania się	219
Styl eksplanacyjny	219
Naiwne teorie inteligencji	219
Siła woli	220
Wnioski	221
Literatura cytowana	222

Grzegorz Sędek

Jak ludzie radzą sobie z sytuacjami, na które nie ma rady? ..	226
Niekontrolowalność w postaci nagłych, nieoczekiwanych i traumatycznych zdarzeń	227
Model Klingera	227
Model Shontza	228
Model Taylor	229
Negatywne konsekwencje długotrwałych intensywnych prób wpływania na obiektywnie niemodyfikowalne sytuacje	233
Klasyczne doświadczenia laboratoryjne nad reakcjami zwierząt na niekontrolowalne wzmocnienia	234
Koncepcja Weissa	236
Pierwotny model wyuczonej bezradności Seligmana	237
Krytyczna analiza modelu egotystycznego	238
Informacyjny model bezradności	241
Wnioski, konkluzje... i trochę spekulacji	242
Literatura cytowana	246

Dariusz Doliński

Pozytywna rola negatywnych złudzeń	249
Optimalny margines iluzji, czyli co za dużo to nie zdrowo	250
Negatywne iluzje	255
Kiedy negatywne iluzje pozwalają (dobrze) żyć?	262
Literatura cytowana	263

Janusz Czapiński

Szczęście – złudzenie czy konieczność? Cebulowa teoria szczęścia w świetle nowych danych empirycznych	266
Pojęcie szczęścia we współczesnej psychologii empirycznej	268
Źródła poczucia szczęścia	268
Warunki życia a szczęście	270
Osobowość i temperament	278
Czynniki fizyczne i biologiczne	280
Podsumowanie	280
Po co ludziom poczucie szczęścia?	281
Powszechność poczucia szczęścia	284
Efekt negatywności	286
Efekt feniksa	287

Strategie i mechanizmy radzenia sobie ze stresem	289
Asymetria mózgowych ośrodków afektu pozytywnego i negatywnego	291
Mechanizmy pamięci	292
Endogenny mechanizm znieczulający	293
Naturalne procesy adaptacji	294
Porównania społeczne	295
Zmiana tożsamości	296
Atrybucja przyczynowa czyli niewdzięczne społeczeństwo	298
Pułapki w radzeniu sobie z nieszczęściem	299
Szczęśliwy „atraktor”	300
Jak pogodzić lewitację z uziemieniem?	303
Wnioski	303
Literatura cytowana	304

Indeks nazwisk	307
-----------------------------	-----

Indeks rzeczowy	312
------------------------------	-----

Autorzy książki	316
------------------------------	-----

Abstract	319
-----------------------	-----