

Rozdział 1. Czym i jak zajmuje się psychologia społeczna

17

1.1. Czym zajmuje się psychologia społeczna?	19
1.2. Podstawowe podejścia teoretyczne	19
1.2.1. Perspektywa poznawcza	19
1.2.2. Perspektywa motywacyjna	21
1.2.3. Perspektywa teorii uczenia się	22
1.2.4. Perspektywa społeczno-kulturowa	23
1.2.5. Perspektywa ewolucjonistyczna	24
1.3. Eksperyment i logika badań	26
1.3.1. Eksperyment	26
1.3.2. Logika programu badawczego	28
1.4. Pozostałe metody badawcze	33
1.4.1. Obserwacja	33

Problem 1: Co o człowieku można wyczytać z Internetu?

35

1.4.2. Badania korelacyjne	36
1.4.3. Modele komputerowe	39
1.4.4. Neuroobrazowanie	40
1.5. Wartość i dopełnianie się różnych metod badawczych	41

Jak to się robi 1: Czy warto zwracać uwagę hejtującym w sieci?**Przykład eksperymentu terenowego w Internecie**

43

1.6. Podsumowanie	43
Kluczowe pojęcia	44
Literatura uzupełniająca	44

Rozdział 2. Motywy społeczne

45

2.1. Przynależność społeczna	47
2.1.1. Siła motywu przynależności	47
2.1.2. Wsparcie społeczne	48
2.1.3. Wykluczenie społeczne	50
2.2. Sprawczość i kontrola	53
2.2.1. Siła motywu	53
2.2.2. Dobroczynne efekty kontroli	55
2.2.3. Deprywacja kontroli	56

Jak to się robi 2: Bezradność intelektualna w szkole

59

2.3. Reakcje na deprywację kontroli	60
2.4. Poznanie i zrozumienie	61
2.4.1. Potrzeba poznania	61
2.4.2. Potrzeba sensu	62
2.5. Status i samoocena	64

Problem 2: Jak pieniądze zmieniają ludzi?

65

2.6. Relacje między motywami społecznymi	65
2.6.1. Który motyw jest najważniejszy?	65
2.6.2. Zastępowalność motywów	66

Teoria 2: Potrzeba domknięcia poznawczego

67

2.7. Podsumowanie	70
Kluczowe pojęcia	70
Literatura uzupełniająca	71

Rozdział 3. Poznanie społeczne	72
3.1. Wiedza o świecie społecznym	73
3.1.1. Struktury wiedzy: schematy, skrypty i teorie	73
3.1.2. Kiedy struktury są używane?	74
3.1.3. Procesy automatyczne i kontrolowane	77
<i>Jak to się robi 3: Prymowanie</i>	79
3.2. Spostrzeganie świata społecznego	80
3.2.1. Selektywność	80
3.2.2. Interpretacja znaczenia	81
3.2.3. Pamięć	81
3.2.4. Regulacja zachowania	83
3.3. Wpływ kontekstu na sądy	84
3.3.1. Wyrazistość	84
3.3.2. Kontrast i asymilacja	85
3.3.3. Wpływ stanów emocjonalnych	86
3.3.4. Różnice w przetwarzaniu informacji pozytywnej i negatywnej	88
3.3.5. Ucieleśnienie	89
<i>Problem 3: Co jest piękne?</i>	90
<i>Teoria 3: System impulsywny i refleksyjny</i>	91
3.4. Podsumowanie	91
Kluczowe pojęcia	92
Literatura uzupełniająca	92
Rozdział 4. Przekonania społeczne	93
4.1. Przekonania a rzeczywistość	93
4.2. Poglądy na naturę ludzką	94
4.2.1. Zaufanie społeczne	95
4.2.2. Cynizm	98
4.2.3. Przekonania o stałości cech ludzkich	100
<i>Problem 4: Czy makiawelizm jest skuteczny?</i>	102
4.3. Przekonania o świecie społecznym	103
4.3.1. Autorytaryzm	103
4.3.2. Orientacja na dominację społeczną	105
4.3.3. Wiara w sprawiedliwość świata	106
4.3.4. Legitymizacja porządku społecznego	107
<i>Jak to się robi 4: Dlaczego Polacy narzekają?</i>	110
4.4. Poglądy polityczne	111
4.4.1. Liberalizm–konserwatyzm	112
4.4.2. Wymiar tożsamościowy i ekonomiczny	114
4.4.3. Nacjonalizm i patriotyzm	116
<i>Teoria 4: Teoria opanowywania trwogi</i>	117
4.5. Podsumowanie	118
Kluczowe pojęcia	119
Literatura uzupełniająca	119
Rozdział 5. Spostrzeganie osób	120
5.1. Hierarchia znaczeń zachowania	120
5.1.1. Pionowe znaczenia zachowań	121
5.1.2. Poziome znaczenia zachowań	123
5.1.3. Sprawczość i wspólnotowość	123
5.2. Procesy automatyczne	126
5.2.1. Wnioski z twarzy	127
5.2.2. Wnioski z zachowania ekspresyjnego	128

5.2.3. Wnioski z zachowania celowego	128
Problem 5: Co wypisane jest na twarzy?	129
5.3. Procesy kontrolowane	130
5.3.1. Klasyczne modele atrybucji	130
5.3.2. Deformacje procesu atrybucji	133
5.4. Ocenianie ludzi	136
Jak to się robi 5: Oceny trafności spostrzegania osób	136
5.4.1. Oceny automatyczne	137
5.4.2. Oddolna integracja danych	139
5.4.3. Tendencyjne sprawdzanie hipotez	141
Teoria 5: Automatyczne połączenie spostrzegania z działaniem	144
5.5. Podsumowanie	144
Kluczowe pojęcia	145
Literatura uzupełniająca	145
Rozdział 6. Spostrzeganie siebie	146
6.1. Treści zawarte w ja	146
6.1.1. Autoschematy	147
6.1.2. Ja realne, idealne i powinnościowe	148
6.1.3. Spostrzeganie siebie a innych	149
Jak to się robi 6: Różnice w rozumieniu cech własnych i cudzych	150
6.2. Geneza: skąd się bierze ja?	151
6.2.1. Wnioski z własnego zachowania	151
6.2.2. Porównania społeczne	151
6.2.3. Kultura: ja niezależne i współzależne	152
6.3. Funkcje: po co mamy ja?	154
6.3.1. Negocjowanie tożsamości	154
6.3.2. Symulacja psychiki innych	155
6.3.3. Samokontrola	156
6.3.4. Regulacja zachowania celowego	158
Problem 6: Kiedy myślenie o sobie pomaga, a kiedy szkodzi?	160
6.4. Taktyki autoprezentacji	161
6.4.1. Taktyki obronne	162
6.4.2. Taktyki asertywne	165
6.5. Skutki autoprezentacji	167
Teoria 6: Trzy poziomy ja	168
6.6. Podsumowanie	169
Kluczowe pojęcia	170
Literatura uzupełniająca	170
Rozdział 7. Samoocena	171
7.1. Samoocena jako cecha	172
7.1.1. Wyznaczniki samooceny	173
7.1.2. Korelaty i konsekwencje samooceny	174
7.1.3. Ciemne strony wysokiej samooceny	175
7.2. Mechanizmy podbudowywania samooceny	176
7.2.1. Pochlebne sądy o sobie	176
Problem 7: Dążenie do pozytywności czy do zgodności?	179
7.2.2. Porównania i relacje społeczne	180
7.2.3. Dysonans poznawczy	182
7.2.4. Autoafirmacja	182
7.3. Samoocena jako motyw	183
7.3.1. Włączanie i wyłączanie motywu	183

7.3.2. Regulacja samooceny	185
7.4. Funkcje samooceny	186
7.4.1. Ochrona przed lękiem	187
<i>Jak to się robi 7: Interakcje społeczne a samoocena</i>	188
7.4.2. Zapobieganie wykluczeniu społecznemu	189
7.4.3. Wspomaganie realizacji celów	189
<i>Teoria 7: Teoria dysonansu poznawczego</i>	192
7.5. Podsumowanie	193
Kluczowe pojęcia	194
Literatura uzupełniająca	194
Rozdział 8. Postawy	195
8.1. Struktura i pomiar postaw	195
8.1.1. Jeden czy trzy składniki?	196
8.1.2. Postawy deklaratywne i utajone	196
<i>Jak to się robi 8: Mierzenie postaw utajonych za pomocą IAT</i>	198
8.2. Geneza postaw	199
8.2.1. Przekonania	199
8.2.2. Emocje	200
8.2.3. Zachowania	202
8.3. Konsekwencje postaw	203
8.3.1. Przetwarzanie informacji	203
8.3.2. Zachowanie	204
8.4. Teorie zmian postaw	208
8.4.1. Procesualny model perswazji	208
8.4.2. Teorie dwutorowości perswazji	209
<i>Problem 8: Czy reklamy oddziałują na podświadomość?</i>	211
8.5. Wyznaczniki zmiany postaw	212
8.5.1. Nadawca	212
8.5.2. Treść przekazu	213
8.5.3. Organizacja przekazu	215
8.5.4. Środek przekazu	216
8.5.5. Odbiorca	217
<i>Teoria 8: Teoria autopercepcji</i>	218
8.6. Podsumowanie	219
Kluczowe pojęcia	219
Literatura uzupełniająca	220
Rozdział 9. Moralność	221
9.1. Podstawy moralności	221
9.1.1. Sprawiedliwość	224
9.1.2. Troska i krzywda	226
9.1.3. Wspólnota	227
9.1.4. Autorytet i władza	228
9.1.5. Czystość	229
<i>Jak to się robi 9: Czy moralność ma się coraz gorzej?</i>	230
9.2. Oceny moralne	230
9.2.1. Model racjonalistyczny	231
9.2.2. Model intuicjonistyczny	233
9.3. Wyznaczniki postępowania moralnego	235
9.3.1. Zyski i koszty	236
9.3.2. Normy społeczne	237

9.3.3. Postępowanie innych	238
9.3.4. Status ofiary	239
Problem 9: Dlaczego dobrzy ludzie czynią zło?	240
9.4. Wartości	241
9.4.1. Struktura wartości	241
9.4.2. Wpływ wartości na sądy i zachowanie	242
Teoria 9: Teoria sprawiedliwości proporcjonalnej	244
9.5. Podsumowanie	244
Kluczowe pojęcia	245
Literatura uzupełniająca	245
Rozdział 10. Szczęście	246
10.1. Reguły wartościowania zdarzeń	247
10.1.1. Reguła kontekstu	247
10.1.2. Reguła adaptacji	249
10.1.3. Zło jest silniejsze od dobra	251
10.1.4. Reguła dystansu	252
10.1.5. Reguła asymetrii czasowej	253
Jak to się robi 10: Szczęście Polaków	253
10.2. Wyznaczniki szczęścia	254
10.2.1. Osobowość	254
10.2.2. Warunki zewnętrzne	255
10.2.3. Własne działania	258
10.3. Maksymalizacja szczęścia	259
10.3.1. Relacje z ludźmi	259
10.3.2. Zaradność i realizacja celów	260
Problem 10: Czy używanie Internetu szkodzi?	261
10.3.3. Optymizm i zamartwianie się	261
10.3.4. Ciało i duchowość	263
10.4. Konsekwencje szczęścia	264
10.4.1. Relacje społeczne	264
10.4.2. Stan zdrowia	265
10.4.3. Sukcesy życiowe	266
10.5. Natura szczęścia	267
10.5.1. Odgórna czy oddolna natura satysfakcji?	267
10.5.2. Cebulowa teoria szczęścia	268
10.5.3. Afekt pozytywny i negatywny	268
Teoria 10: Teoria perspektywy	269
10.5.4. Afektywne i poznawcze składniki dobrostanu	270
10.6. Podsumowanie	270
Kluczowe pojęcia	271
Literatura uzupełniająca	271
Rozdział 11. Wpływ społeczny	272
11.1. Przejawy wpływu społecznego	272
11.1.1. Naśladownictwo	272
11.1.2. Konformizm	273
11.1.3. Posłuszeństwo autorytetom	275
Jak to się robi 11: Zaraźliwość samobójstw	278
11.2. Mechanizmy wywierania wpływu	278
11.2.1. Zaangażowanie	278
11.2.2. Słuszność	280
11.2.3. Lubienie	281

11.2.4. Wzajemność	282
11.2.5. Niedostępność	284
Problem 11: Dlaczego tak różne psychoterapie są skuteczne?	286
11.3. Techniki manipulacji społecznych	287
11.3.1. „Stopa w drzwiach”	287
11.3.2. „Drzwiami w twarz”	288
11.3.3. „Niska piłka”	289
11.3.4. „A to nie wszystko”	290
11.3.5. Huśtawka emocjonalna	290
11.3.6. Uwikłanie w dialog	291
11.3.7. Kłamstwo i projekcja	291
11.4. Obrona przed wpływem innych	292
11.4.1. Asertywność	293
11.4.2. Przerwanie automatyzmów	293
Teoria 11: Teoria wpływu społecznego	294
11.5. Podsumowanie	295
Kluczowe pojęcia	296
Literatura uzupełniająca	296
Rozdział 12. Atrakcyjność	297
12.1. Atrakcyjność fizyczna	297
12.1.1. Czy kryteria urody są uniwersalne?	297
12.1.2. Od czego zależy piękno twarzy	299
12.1.3. Od czego zależy piękno ciała	300
Problem 12: Czy oglądanie modelek szkodzi?	302
12.1.4. Czasowe zmiany atrakcyjności	303
12.1.5. Czy piękne jest dobre?	304
12.2. Teorie atrakcyjności	306
12.2.1. Teoria kar i nagród	306
12.2.2. Teorie zgodności	307
12.2.3. Bezwiedny egotyzm	307
12.3. Wyznaczniki atrakcyjności	309
12.3.1. Częstość kontaktów	309
12.3.2. Zalety	310
12.3.3. Podobieństwo	312
12.3.4. Mimikra i koordynacja	314
Jak to się robi 12: Koordynacja i lubienie	315
12.3.5. Działania na rzecz interesu	315
12.4. Następstwa atrakcyjności	318
12.4.1. Reakcje emocjonalne	318
12.4.2. Sądy i oceny	318
12.4.3. Zachowania	319
Teoria 12: Teoria równowagi	319
12.5. Podsumowanie	320
Kluczowe pojęcia	321
Literatura uzupełniająca	321
Rozdział 13. Miłość	322
13.1. Strategie doboru partnera heteroseksualnego	322
13.1.1. Czego mężczyźni chcą od kobiet	323
13.1.2. Czego kobiety chcą od mężczyzn	327
13.2. Przywiązanie	329

13.2.1. Style przywiązania	330
13.2.2. Wymiary przywiązania	331
Jak to się robi 13: Eksperymentalne badanie miłości	332
13.3. Składniki miłości	333
13.3.1. Intymność	334
13.3.2. Namietność	335
13.3.3. Zobowiązanie	336
13.4. Dynamika bliskiego związku	338
13.4.1. Zakochanie	339
13.4.2. Romantyczne początki	340
13.4.3. Miłość kompletna	341
13.4.4. Miłość przyjacielska	343
13.4.5. Związek pusty	343
Problem 13: Jak ludzie reagują na niezadowolenie	344
13.4.6. Rozpad	345
Teoria 13: Teoria transferu pobudzenia	345
13.5. Podsumowanie	346
Kluczowe pojęcia	346
Literatura uzupełniająca	346
Rozdział 14. Prospołeczność	347
14.1. Skąd bierze się dobro: teorie prospołeczności	347
14.1.1. Decyzyjny model interwencji kryzysowej	347
14.1.2. Teorie pobudzenia	350
14.1.3. Teorie norm	353
14.1.4. Prospołeczność jako adaptacja	354
Jak to się robi 14: Czy oddasz zgubiony portfel? Różnice między narodami	358
14.2. Wyznaczniki pomagania	359
14.2.1. Obecność i postępowanie innych	360
14.2.2. Biorca pomocy	361
14.2.3. Dawca pomocy	362
14.2.4. Relacje między biorcą i dawcą	364
Problem 14: Czy człowiek jest z natury egoistą?	366
14.3. Następstwa pomagania	368
14.3.1. Biorca pomocy	368
14.3.2. Dawca pomocy	369
Teoria 14: Podstawowe typy relacji społecznych	370
14.4. Podsumowanie	371
Kluczowe pojęcia	372
Literatura uzupełniająca	372
Rozdział 15. Agresja	373
15.1. Skąd bierze się zło: teorie agresji	374
15.1.1. Agresja jako adaptacja	374
15.1.2. Agresja jako skutek frustracji	376
15.1.3. Agresja jako skutek uczenia się	378
15.1.4. Ogólny model agresji	380
15.2. Indywidualne wyznaczniki agresji	381
15.2.1. Agresywność jako cecha	381
15.2.2. Cechy osobowości	381
15.2.3. Płeć	382
15.3. Sytuacyjne wyznaczniki agresji	383

15.3.1. Prowokacja	383
15.3.2. Pobudzenie emocjonalne	384
15.3.3. Przemoc w mass mediach	386
Problem 15: Czy gry wideo nasilają agresję?	387
15.3.4. Normy i oczekiwania społeczne	388
15.3.5. Alkohol	389
15.4. Kontrola agresji	391
15.4.1. <i>Katharsis</i> , czyli oczyszczenie	391
15.4.2. Kary	393
Jak to się robi 15: Zwalczanie przemocy w szkole	394
Teoria 15: Teoria społecznego uczenia się	395
15.4.3. Złożone interwencje psychologiczne	396
15.5. Podsumowanie	396
Kluczowe pojęcia	397
Literatura uzupełniająca	397
Rozdział 16. Konflikt społeczny	398
16.1. Struktura konfliktu	398
16.1.1. Interesy własne i cudze	398
16.1.2. Rodzaje zachowania w konflikcie	399
16.1.3. Gry o sumie zerowej	400
16.1.4. Gry o sumie niezerowej	401
16.1.5. Orientacje społeczne	404
Jak to się robi 16: Pomiar orientacji społecznych	405
16.2. Procesy eskalacji konfliktu	406
16.2.1. Procesy poznawcze	406
16.2.2. Emocje i motywy	408
16.2.3. Nieciągłość grupowa	410
16.3. Bariery	411
16.3.1. Bariery komunikacyjne	411
16.3.2. Bariery kulturowe	412
Problem 16: Co jest lepsze – współpraca czy rywalizacja?	413
16.4. Negocjacje	414
16.4.1. Przetarg pozycyjny	414
16.4.2. Negocjacje integracyjne	418
16.4.3. Mediacje w konflikcie	420
Teoria 16: Ewolucyjne mechanizmy kooperacji	422
16.5. Podsumowanie	423
Kluczowe pojęcia	423
Literatura uzupełniająca	424
Rozdział 17. Władza	425
17.1. Wyłanianie się hierarchii władzy	426
17.1.1. Podstawy władzy	427
17.1.2. Jak wyłania się hierarchia władzy	428
17.1.3. Kto zdobywa władzę?	429
17.2. Jak władza zmienia ludzi	431
Jak to się robi 17: Wpływ władzy na nastrój i samoocenę	433
17.2.1. Afektywne konsekwencje władzy	434
17.2.2. Poznawcze konsekwencje władzy	434
17.2.3. Behawioralne konsekwencje władzy	436
17.2.4. Społeczne konsekwencje władzy	437
17.2.5. Od czego zależy siła efektów władzy?	438

17.3. Natura władzy	440
17.3.1. Komplementarność pozycji władzy	440
17.3.2. Samowzmacnianie władzy	441
17.3.3. Społeczne funkcje władzy	441
17.3.4. Władza społeczna i osobista	442
<i>Problem 17: Czy władza deprawuje?</i>	443
17.4. Status i klasa społeczna	443
<i>Teoria 17: Teoria reaktancji</i>	446
17.5. Podsumowanie	447
Kluczowe pojęcia	447
Literatura uzupełniająca	447
Rozdział 18. Grupa społeczna	448
18.1. Struktura grupy	448
18.1.1. Tożsamość grupowa	449
18.1.2. Normy grupowe	452
18.1.3. Hierarchia statusu	453
<i>Problem 18: Po czym rozpoznajemy status?</i>	455
18.1.4. Spójność grupy	456
18.2. Dynamika grupowa	457
18.2.1. Społeczne podzielenie rzeczywistości	457
<i>Jak to się robi 18: Powiedzieć znaczy uwierzyć</i>	458
18.2.2. Komunikacja	459
18.2.3. Wpływy większości i mniejszości	460
18.3. Zadaniowe funkcjonowanie grupy	462
18.3.1. Facylitacja i hamowanie społeczne	463
18.3.2. Próżniactwo społeczne	466
18.3.3. Decyzje grupowe	469
<i>Teoria 18: Teoria autokategoryzacji</i>	471
18.4. Podsumowanie	472
Kluczowe pojęcia	473
Literatura uzupełniająca	473
Rozdział 19. Stosunki międzygrupowe	474
19.1. Hierarchia i antagonizm	475
19.1.1. Hierarchie międzygrupowe	475
19.1.2. Antagonizmy międzygrupowe	478
19.2. Treść stereotypów i uprzedzeń	480
19.2.1. Cztery rodzaje stereotypów grupowych	480
19.2.2. Wyznaczniki treści stereotypów	481
19.2.3. Konsekwencje treści stereotypów	483
<i>Problem 19: Nacjonalizm jako kolektywny narcyzm</i>	484
19.3. Źródła stereotypów i uprzedzeń	485
19.3.1. Podzielanie społeczne	485
19.3.2. Stosunki międzygrupowe	487
19.3.3. Kategoryzacje społeczne	487
19.4. Konsekwencje stereotypów i uprzedzeń	488
19.4.1. Oceny	488
19.4.2. Emocje	491
19.4.3. Zachowania międzygrupowe	492
19.4.4. Zagrożenie stereotypem	493
19.4.5. Dehumanizacja	494

<i>Jak to się robi 19: Dynamika antysemityzmu w Polsce</i>	495
19.5. Modyfikacja i kontrola uprzedzeń	496
19.5.1. Kontakt międzygrupowy	497
19.5.2. Zmiany kategoryzacji	498
19.5.3. Tłumienie stereotypów	498
<i>Teoria 19: Teoria tożsamości społecznej</i>	499
19.6. Podsumowanie	501
Kluczowe pojęcia	501
Literatura uzupełniająca	502
Rozdział 20. Kobiety i mężczyźni	503
<i>Jak to się robi 20: Orientacja kobiet i mężczyzn</i>	504
20.1. Stereotypy płci	506
20.1.1. Stereotyp kobiecości	506
20.1.2. Stereotyp męskości	507
20.1.3. Asymetria stereotypów płci	508
20.1.4. Konsekwencje stereotypów płci	509
<i>Problem 20: Skąd się bierze szklany sufit?</i>	510
20.2. Przyczyny różnic płci	510
20.2.1. Wyjaśnienia kulturowe	511
20.2.2. Wyjaśnienia ewolucjonistyczne	513
20.2.3. Wyjaśnienia strukturalno-społeczne	514
20.3. Faktyczne różnice płci	515
20.3.1. Różnice duże: motoryka, agresja, seks	517
20.3.2. Różnice umiarkowane: komunikacja i zachowania społeczne	521
20.3.3. Różnice małe: osobowość	523
20.3.4. Kiedy różnic płci nie ma	525
20.3.5. Różnice płci – konkluzja	526
20.4. Konflikt płci	527
20.4.1. Konflikt o seks	527
20.4.2. Konflikt o uczucia	527
20.4.3. Konflikt o władzę	527
20.5. Podsumowanie	529
Kluczowe pojęcia	529
Literatura uzupełniająca	529
Słownik	530
Bibliografia	550
Indeks rzeczowy	612
Indeks nazwisk	618