ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΚΕΨΗ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΠΙΡΡΟΗ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, PhD
Συστημικός Ψυχολόγος
konstanc@ot.duth.gr

Βασικές αρχές των κοινωνικών ομάδων

Κοινωνική Ψυχολογία: Η επιστήμη που μελετά το πως σκεφτόμαστε και πως συμπεριφερόμαστε σε κοινωνικές καταστάσεις, δηλ. εξαιτίας της πραγματικής ή φανταστικής παρουσία των άλλων.

Κουλτούρα: Συνεχές πρότυπο ζωής, που χαρακτηρίζει μία κοινωνία ανά πάσα στιγμή της ιστορίας. Το σύνολο των εξελισσόμενων αξιών, προσδοκιών και προτύπων συμπεριφοράς. Υπάρχει ήδη στην κοινωνία που γεννιόμαστε και περνάει από τη μία γενιά στην επόμενη.

Κοινωνικές ομάδες

 Ο καθένας από εμάς ανήκει σε διάφορες κοινωνικές ομάδες, βάσει των χαρακτηριστικών του και των κατηγοριών με τις οποίες ταυτίζετε.

Σε ορισμένες ομάδες μπορεί να **ανήκουμε σταθερά σε βάθος χρόνου** (πχ το βιολογικό φύλο) Vs Άλλες **επιδέχονται αλλαγές** (πχ η ομάδα που υποστηρίζω).

Είμαστε **μέλη ορισμένων ομάδων αυτόματα** (πχ ιθαγένεια) Vs το ανήκειν σε άλλες ομάδες **επιλέγεται ελεύθερα** (πχ μέλη σε ένα club).

Ενδοομάδες & Εξωομάδες

Ενδοομάδα: ομάδα στην οποία **νιώθουμε** ότι ανήκουμε.

Εξωομάδα: ομάδα στην οποία δεν ανήκουμε.

Οι ενδοομάδες μας καθορίζονται από ένα συνδυασμό εμφανών κοινωνικών διαστάσεων: ιθαγένεια, εθνικότητα, ηλικία, εκπαίδευση, θρησκεία, εισόδημα, πολιτικές αξίες, φύλο, σεξουαλικός προσανατολισμός κτλ.

ID Το να ανήκουμε σε μία ενδοομάδα βοηθάει να ορίσουμε το ποιοι είμαστε κοινωνικά.

Ενδοομάδες & Εξωομάδες

- Είναι πιο πιθανό να αποδώσουμε θετικά χαρακτηριστικά στην ενδοομάδα μας και αρνητικές ιδιότητες σε εξωομάδες.

👊 Τείνουμε να **μεγαλοποιούμε τις διαφορές μεταξύ των μελών** της ενδοομάδας και της εξωομάδας.

- Αυτό το **«εμείς και αυτοί»** μπορεί ορισμένες φορές να προετοιμάσει το έδαφος για **φυλετικές και εθνοτικές προκαταλήψεις** και για **συγκρούσεις** μεταξύ των ομάδων γενικότερα.

Χαρακτηριστικά των ομάδων

Δομή ομάδας: το δίκτυο ρόλων, επικοινωνιακών οδών και εξουσίας σε μια ομάδα.

Οι **οργανωμένες ομάδες** (πχ στρατός, αθλητική ακαδημία) έχουν **υψηλό βαθμό δομής** Vs Οι **ανεπίσημες φιλικές ομάδες** μπορεί να είναι **πολύ δομημένες ή μπορεί και όχι.**

Κανόνες: ευρέως αποδεκτό (αλλά συχνά άρρητο) πρότυπο για την πρέπουσα συμπεριφορά εντός ομάδας.

Πως θα σας φαινόταν αν κάποιος σηκωνόταν τώρα και άρχιζε να κάνει τούμπες μέσα στη τάξη; Θα το κάνατε κι εσείς χωρίς να νοιώθετε άβολα;

Χαρακτηριστικά των ομάδων

Συνεκτικότητα ομάδας: Ο βαθμός έλξης ανάμεσα στα μέλη της ομάδας ή η αφοσίωσή τους στο να παραμείνουν στην ομάδα.

Τα μέλη των ομάδων με συνοχή συχνά παραμένουν ενωμένα (στεκονται μαζί, δίνουν περισσότερη προσοχή το ένα μέλος στο άλλο, παρέχουν αμοιβαία στοργή).

❗Είναι η βάση για μεγάλο μέρος της εξουσίας που ασκούν πάνω μας οι ομάδες❗

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Κοινωνικοί ρόλοι

Συμπεριφορές που αναμένουμε να έχει κάποιος σε συγκεκριμένες κοινωνικές θέσεις (πχ γιαγιά, φοιτητής, σύζυγος).

Κάποιοι ρόλοι είναι **δοτοί**, δηλ. ανατίθενται σε κάποιον ή δε βρίσκονται υπό ατομικό έλεγχο Vs Κάποιοι είναι **επίκτητοι**, κατακτώνται εκούσια μέσω ειδικής προσπάθειας, πχ σύζυγος, εργοθεραπευτής, τραυματίας, εγκληματίας.

Σύγκρουση ρόλων: οι ρόλοι βελτιστοποιούν την καθημερινή αλληλεπίδραση, κάνοντας μας να περιμένουμε τι θα κάνουν οι άλλοι. Ταυτόχρονα όμως υπάρχουν περιπτώσεις όπου **δύο ή περισσότεροι ρόλοι έχουν αντικρουόμενες απαιτήσεις.**

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Κοινωνική θέση & Κοινωνική εξουσία

Κοινωνική θέση: Ο βαθμός θαυμασμού και σεβασμού που παραχωρείται σε ένα μέλος μιας ομάδας.

Κοινωνική εξουσία: Ο βαθμός στον οποίο ένα μέλος της ομάδας μπορεί να ελέγχει, να μεταβάλει ή να επηρεάζει τη συμπεριφορά άλλων μελών της ομάδας.

Κάποιος μπορεί να κατέχει και τα δύο ταυτόχρονα ή ένα από τα δύο ή κανένα από τα δύο.

Οι άντρες προτιμούν την κοινωνική εξουσία έναντι της κοινωνικής θέσης ενώ οι γυναίκες το ανάποδο.

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Κοινωνική νόηση

Η διαδικασία του να σκεφτόμαστε τον εαυτό μας και τους άλλους σε ένα κοινωνικό πλαίσιο.

2 χαρακτηριστικά παραδείγματα Κοινωνικής νόησης:

1. Κοινωνική σύγκριση
2. Διαδικασία απόδοσης αιτιακών σχέσεων

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Κοινωνική νόηση

Κοινωνική σύγκριση: το να αξιολογούμε τον εαυτό μας μέσω της σύγκρισης με άλλους.

🚨 Όταν δεν υπάρχουν αντικειμενικά πρότυπα, το μόνο διαθέσιμο κριτήριο είναι η σύγκριση (πράξεων, συναισθημάτων, απόψεων, ικανοτήτων).

👉Η τάση μας να ανήκουμε σε μια ομάδα ικανοποιεί την ανάγκη μας για κοινωνική σύγκριση.

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Κοινωνική νόηση

3 κριτήρια για να κάνουμε Κοινωνική σύγκριση:

1. Παροχή πληροφοριών. *«Πόσο καλός εργοθεραπευτής είμαι;»*
2. Η ικανοποίηση της ανάγκης για αυτοπροστασία ή αυτοενίσχυση- το να αισθάνομαι καλύτερα.

   ⁉️ Σύγκριση προς τα κάτω ↓: όταν νιώθω απειλή
3. Αυτοβελτίωση

   ⁉️ Σύγκριση προς τα πάνω ↑: συγκρίνω τον εαυτό μου με κάποιον που έχει **λίγο** καλύτερη θέση σε κάποιο τομέα

Χαρακτηριστικά των ατόμων εντός των ομάδων: Απόδοσης αιτιακών σχέσεων

Πράξη απόδοσης αιτίας σε μια συμπεριφορά.

Εσωτερικές ή εξωτερικές αποδόσεις αιτιακών σχέσεων: για να αποφασίσουμε αν είναι καταλληλότερη η εσωτερική ή η εξωτερική απόδοση, συνήθως λαμβάνουμε υπόψη τη συμπεριφορά του δρώντα, το αντικείμενο ή το στόχο στον οποίο απευθύνεται η ενέργεια του ατόμου και την περίσταση στην οποία λαμβάνει χώρα η ενέργεια.

Μεροληψία δρώντα-παρατηρητή: Η τάση απόδοσης της συμπεριφοράς των άλλων σε εσωτερικά αιτία ενώ της δικής μας σε εξωτερικά.

Στάσεις

Θετική ή αρνητική αντίληψη για ανθρώπους, αντικείμενα ή ζητήματα.

Συνοψίζουν την αξιολόγησή μας για αυτά τα πράγματα και, κατά συνέπεια, μπορούν να προβλέψουν ή να καθορίσουν τις μελλοντικές ενέργειες.

Έχουν 3 διαστάσεις (σύμφωνα με τους Κοινωνικούς Ψυχολόγους):

1. Νοήσεις (ή πεποιθήσεις): τι πιστεύουμε για ένα συγκεκριμένο αντικείμενο ή ζήτημα
2. Συναισθήματα (ή το θυμικό): τα συναισθήματά μας προς το αντικείμενο αυτό
3. Συμπεριφορές: οι πράξεις μας προς αυτό

Διαμόρφωση Στάσεων

Αποκτώνται με τουλάχιστον 4 τρόπους:

1. Προέρχονται από την άμεση επαφή (προσωπική εμπειρία) με το αντικείμενο της στάσης.
2. Μπορούν να διαμορφωθούν μέσω της τυχαίας εξαρτημένης μάθησης (μάθηση η οποία προέρχεται από τύχη ή σύμπτωση).
3. Αποκτώνται μέσω της αλληλεπίδρασεις με τους άλλους- μάθηση μέσω της συζήτησης με τους άλλους οι οποίοι έχουν μια συγκεκριμένη στάση.
4. Επηρεάζονται από τα ΜΜΕ και το social media.

Μέτρηση Στάσεων

Με πολλούς τρόπους...

✅ **Συνέντευξη ανοικτού τύπου:** ζητείται από τα άτομα να εκφραστούν ελεύθερα για ένα συγκεκριμένο θέμα (*Τι πιστεύετε για...*)

✅ **Κλίμακα κοινωνικής αποστάσεις:** αξιολογεί το βαθμό προθυμίας κάποιου να δεχτεί μέλη μιας ομάδας σε διάφορα επίπεδα κοινωνικής εγγύτητας (*Θα δεχόμουν τους μετανάστες*)

✅ **Κλίμακες στάσεων:** αποτελούνται από δηλώσεις που εκφράζουν διάφορες πιθανές απόψεις πάνω σε ένα θέμα με τις οποίες τα άτομα εκφράζουν συμφωνία ή ασυμφωνία (*Η οικονομία της χώρας είναι σταθερή*)

Αλλαγή Στάσης

Παρότι οι στάσεις είναι αρκετά σταθερές, μπορούν να αλλάξουν!

Παράγοντες που μπορούν να συμβάλουν στην αλλαγή:

- **Η παρουσία μιας ομάδας αναφοράς**- οποιαδήποτε ομάδα που χρησιμοποιεί κάποιος ως πρότυπο για την κοινωνική σύγκριση.
- **Γνωστική ασυμφωνία:** μια ψυχολογική κατάσταση δυσφορίας όταν οι στάσεις μας αντιβαίνουν η μία την άλλη ή όταν οι γνωστικές και συμπεριφορικές πτυχές μίας στάσης είναι ασυνεπείς.

Κοινωνική Επιρροή

Οι αλλαγές στη συμπεριφορά και τις πράξεις κάποιου που προκαλούνται από τις πράξεις των άλλων.

5 διαφορετικοί τύποι κοινωνικής επιρροής:

1. **Απλή παρουσία**: Η τάση να αλλάζουμε τη συμπεριφορά μας απλώς και μόνο επειδή βρίσκονται άλλα άτομα τριγύρω.
2. **Συμμόρφωση**: ταίριασμα της συμπεριφοράς και της εμφάνισής μας με τους θεωρούμενους κοινωνικούς κανόνες.
   i. Επειδή οι άλλοι μπορούν να λειτουργήσουν ως πηγή πληροφοριών. Όταν τα πράγματα δυσχεραίνουν «ακολουθούμε το πλήθος».
   ii. Η ανάγκη αποδοχής από τις ενδοομάδες μας, με τίμημα την συμμόρφωση στους κανόνες της ομάδας.

Κοινωνική Επιρροή

3. **Ενδοτικότητα**[1] **και πειθώ**[2]: [1]Το να υποκύπτει κάποιος στα αιτήματα ενός άλλου ο όποιος έχει ελάχιστη ή και καθόλου εξουσία. [2]Οποιαδήποτε σκόπιμη απόπειρα να αλλάξουμε τις πεποιθήσεις ή την συμπεριφορά μας μέσω της πληροφόρησης και των επιχειρημάτων.
4. **Υπακοή**: Συμμόρφωση με ένα αίτημα από ένα πρόσωπο κύρους.
5. **Εξαναγκασμός**: το να μας αναγκάζουν να αλλάξουμε τις πεποιθήσεις και τις συμπεριφορές μας παρά την θέλησή μας.
   i. Πλύση εγκεφάλου: τεχνητή η καταναγκαστική αλλαγή στάσης που έχει να κάνει με «αιχμάλωτο» ακροατήριο.
   ii. Λατρείες: μεγάλη αφοσίωση και τυφλή υποταγή σε κάποιον.

Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας!!!