

Joseph P. Forgas, William D. Crano, Klaus Fiedler
(επιμέλεια)

ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Η συνεισφορά στην αντιμετώπιση προβλημάτων
του πραγματικού κόσμου



Επιστημονική επιμέλεια

Γεράσιμος Προδρομίτης & Στάμος Παπαστάμου

 πεδίο

Ο **Joseph P. Forgas** είναι Διακεκριμένος Καθηγητής (Scientia Professor) στο Πανεπιστήμιο της Νέας Νότιας Ουαλίας. Ως ένδειξη αναγνώρισης του έργου του, έχει τιμηθεί με τη διάκριση του Τάγματος της Αυστραλίας (Order of Australia) και με το Βραβείο Διακεκριμένης Επιστημονικής Συνεισφοράς (Distinguished Scientific Contribution Award). Είναι εκλεγμένο μέλος της Αυστραλιανής και της Ουγγρικής Ακαδημίας Επιστημών.

Ο **William D. Crano** είναι Καθηγητής Ψυχολογίας (έδρα Oskamp) στο Πανεπιστήμιο Claremont Graduate. Έχει διατελέσει επιστημονικός συνεργάτης του Γραφείου Ναυτικής Έρευνας των ΗΠΑ, επιστημονικός υπεύθυνος του NATO και μελετητής του ιδρύματος Fulbright.

Ο **Klaus Fiedler** είναι Καθηγητής Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο της Χαϊδελβέργης και μέλος της Γερμανικής Ακαδημίας Επιστημών, της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας και της Εταιρείας Προσωπικότητας και Κοινωνικής Ψυχολογίας.

«Το βιβλίο αυτό είναι μια καταπληκτική σύμπραξη διάφορων μελετητών που επιδιώκουν να γεφυρώσουν το εργαστήριο με τον κόσμο της πραγματικής κοινωνικής ζωής. Θίγει ένα ευρύ φάσμα προσωπικών και κοινωνικών προβλημάτων, θέτοντας σε λειτουργία τις μεθόδους και τα δεδομένα της ψυχολογίας – κάποιες φορές με απρόσμενη έκβαση. Αν ενδιαφέρεστε για τον σημερινό κόσμο και για το πώς μπορεί η κοινωνική ψυχολογία να τον συνδράμει, τότε αυτό είναι το βιβλίο που πρέπει να διαβάσετε».

Roy F. Baumeister, Καθηγητής Ψυχολογίας,
Πανεπιστήμιο του Κουίνσλαντ

«Οι ιδέες της κοινωνικής ψυχολογίας για τις μεγάλες προκλήσεις με τις οποίες βρίσκονται αντιμέτωπα τα άτομα και η κοινωνία εκτίθενται με αξιοθαύμαστο τρόπο σε αυτόν τον τόμο. Είτε πρόκειται για την επιθετικότητα των παιδιών, για τον εθισμό στο κάπνισμα, για τις διατροφικές διαταραχές ή για την κατάθλιψη, οι συντελεστές αυτής της πολύτιμης προσπάθειας προσφέρουν νέους και συναρπαστικούς τρόπους κατανόησης προβλημάτων που μας επηρεάζουν όλους και όλες. Αυτό το βιβλίο συνιστάται ιδιαίτερα για φοιτητές, ερευνητές και επαγγελματίες που εργάζονται στον εφαρμοσμένο τομέα, καθώς και για οποιονδήποτε άλλον ενδιαφέρεται για το τι μπορεί να συνεισφέρει η κοινωνική ψυχολογία στη βελτίωση της ανθρώπινης κατάστασης».

Arie W. Kruglanski, Διακεκριμένος Καθηγητής Πανεπιστημίου,
Πανεπιστήμιο του Μέριλαντ

**ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ
ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

**Η συνεισφορά στην αντιμετώπιση προβλημάτων
του πραγματικού κόσμου**

ΠΕΔΙΟ

Επιστημονικές Εκδόσεις
Σειρά: Κοινωνική Ψυχολογία
Διεύθυνση: Στάμος Παπαστάμου

Τίτλος πρωτοτύπου: *Applications of Social Psychology: How Social Psychology Can Contribute to the Solution of Real-World Problems*

© 2020 selection and editorial matter, Joseph P. Forgas,
William D. Crano and Klaus Fiedler; individual chapters, the contributors

All rights reserved

Authorised translation from the English language edition published by Routledge,
a member of the Taylor & Francis Group LLC

© Απρίλιος 2022 Εκδόσεις Πεδίο
για την ελληνική γλώσσα σε όλο τον κόσμο

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αποθήκευση σε κάποιο σύστημα διάσωσης
και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου με οποιονδήποτε τρόπο ή μορφή,
τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή,
χωρίς γραπτή άδεια του εκδότη βάσει του Ν. 2121/93.

Εκδόσεις Πεδίο
Συνταγματάρχου Δαβάκη 10 & Μυλοποτάμου, 11526, Αθήνα
Τηλ.: 210 3390204 • Fax: 210 3390209
e-mail: info@pediobooks.gr
www.pediobooks.gr/

Κεντρική διάθεση - Βιβλιοπωλείο
Λυκαβηττού 1 & Ακαδημίας, 106 72, Αθήνα
Τηλ.: 210 3229620, 213 0887306

Διόρθωση: Αναστασία Σακελλαρίου
Ηλεκτρονική επεξεργασία-Εξώφυλλο: Παναγιώτα Δημοπούλου
Εικόνα εξωφύλλου: © shutterstock, Everett Collection. *The Harvesters*,
by Pieter Bruegel the Elder, 1565, Netherlandish, Northern Renaissance oil painting

ISBN 978-960-635-378-9

Joseph P. Forgas, William D. Crano
Klaus Fiedler (επιμ.)

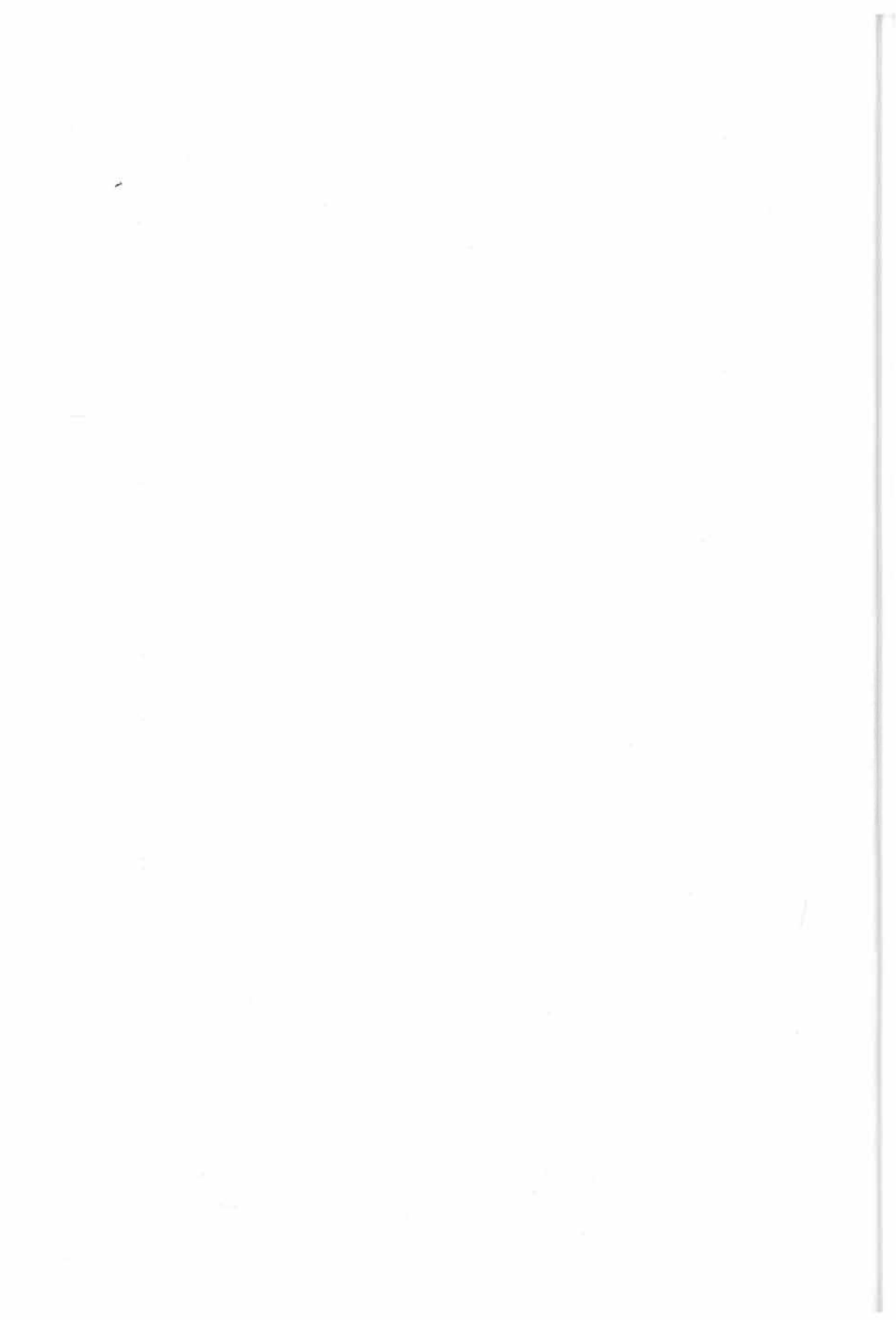
ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Η συνεισφορά στην αντιμετώπιση προβλημάτων
του πραγματικού κόσμου

Μετάφραση: Κατερίνα Γούλα

Επιστημονική επιμέλεια:
Γεράσιμος Προδρομίτης & Στάμος Παπαστάμου

Πεδίο
Αθήνα 2022



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Συντελεστές του τόμου	11
Πρόλογος των επιμελητών στην ελληνική έκδοση	13
Πρόλογος	17
1. Εφαρμογές κοινωνικής ψυχολογίας: Ιστορία, ζητήματα και προοπτικές	21
<i>JOSEPH P. FORGAS, KLAUS FIEDLER ΚΑΙ WILLIAM D. CRANO</i>	

Α΄ ΜΕΡΟΣ

Βασικά ζητήματα και μέθοδοι

2. Θεμελιώνοντας την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία στη μεταγραφική έρευνα	49
<i>KLAUS FIEDLER</i>	
3. Η υπόθεση της εξελικτικής αναντιστοιχίας: Επιπτώσεις για την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία	71
<i>MARK VAN VUGT, LIANNE P. DE VRIES ΚΑΙ NORMAN P. LI</i>	
4. «Κακά» πράγματα υπό αναθεώρηση	95
<i>GREGORY M. WALTON ΚΑΙ SHANNON T. BRADY</i>	
5. Μια προσανατολισμένη στη διαδικασία προσέγγιση για την άσκηση επιρροής στις στάσεις και στην αλλαγή της συμπεριφοράς: Επανεξέταση κλασικών ευρημάτων σχετικών με την πειθώ και με δημοφιλείς παρεμβάσεις	125
<i>RICHARD E. PETTY ΚΑΙ PABLO BRIÑOL</i>	

Β' ΜΕΡΟΣ**Πρώθηση της ατομικής υγείας και ευημερίας**

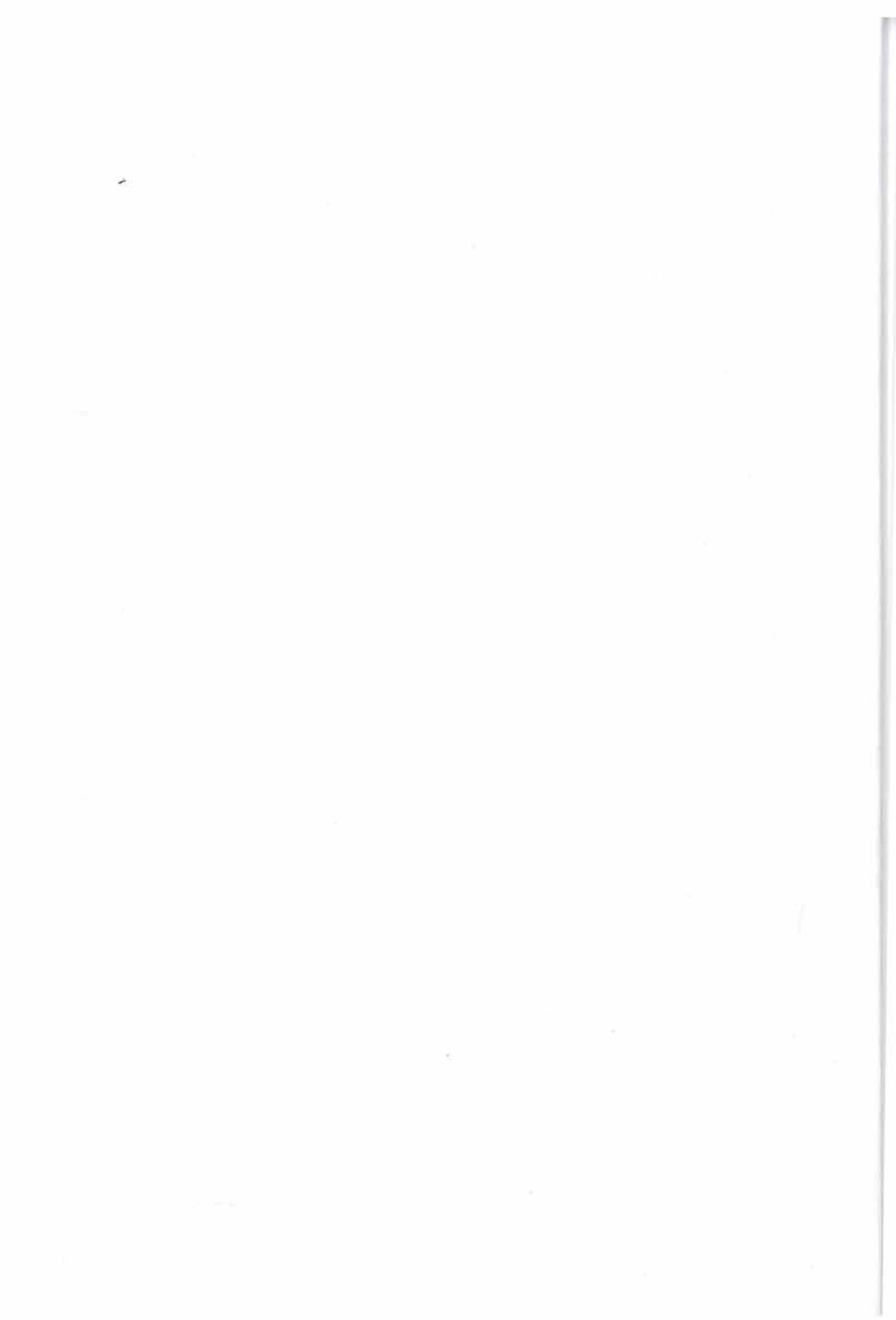
6. **Call of duty: Οι πόλεμοι του καπνού: Αντιπαραβολή των επιδράσεων εγκωμιαστικών και αποτρεπτικών μηνυμάτων σχετικά με τον καπνό σε ψυχαγωγικά ηλεκτρονικά παιχνίδια** 155
HART BLANTON, CHRISTOPHER N. BURROWS ΚΑΙ TIMOTHY REGAN
7. **Η ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς στην παιδική και στην εφηβική ηλικία: Η σκοπιά της κοινωνικής αλληλεπίδρασης** 179
BARBARA KRAHÉ
8. **Θεμελιώνοντας την επιθυμία: Ο ρόλος των προσομοιώσεων κατανάλωσης και ανταμοιβής στη συμπεριφορά κατανάλωσης φαγητού και ποτού** 203
ESTHER K. PAPIES
9. **Συγχρονιστείτε με τον ψυχοθεραπευτή σας: Θεμελιώνοντας την ψυχοθεραπεία στον διαπροσωπικό συγχρονισμό** 227
SANDER L. KOOLE, DANA ATZIL-SLONIM, EMILY BUTLER, SUZANNE DIKKER, WOLFGANG TSCHACHER ΚΑΙ TOM WILDERJANS

Γ' ΜΕΡΟΣ**Βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και της επικοινωνίας**

10. **Εφαρμογές της θεωρίας του δεσμού και της σχετικής έρευνας: Η άνθηση της επιστήμης των σχέσεων** 259
MARIO MIKULINCER ΚΑΙ PHILLIP R. SHAVER
11. **Η συμβολή της κοινωνικής ψυχολογίας στην άμβλυνση της κατάθλιψης στην εφηβική ηλικία** 285
WILLIAM D. CRANO ΚΑΙ ANDREA L. RUYBAL
12. **Όταν η δικαιοσύνη δεν είναι τυφλή: Οι επιδράσεις των προσδοκιών στις κοινωνικές αλληλεπίδρασεις και κρίσεις σε νομικά πλαίσια** 315
MARGARET BULL KOVERA
13. **Πώς επηρεάζουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης τη συναισθηματική ζωή των ανθρώπων;** 341
ETHAN KROSS ΚΑΙ SUSANNAH CHANDHOK

Δ' ΜΕΡΟΣ**Δημόσιες υποθέσεις και πολιτική συμπεριφορά**

14. Κατανοώντας τον λαϊκισμό: Συλλογικός ναρκισσισμός και η κατάρρευση της δημοκρατίας στην Ουγγαρία 361
JOSEPH P. FORGAS ΚΑΙ DOROTTYA LANTOS
15. Η συλλογική νοσταλγία και η επιθυμία να «κάνουμε ξανά σπουδαία» την ομάδα μας 391
MICHAEL J. A. WOHL ΚΑΙ ANNA STEFANIAK
16. Οι βαθμολογίες στη Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (IAT) εξηγούν τη φυλετική ανισότητα; 417
LEE JUSSIM, AKEELA CAREEM, NATHAN HONEYCUTT ΚΑΙ SEAN T. STEVENS
17. Σπάζοντας τον κώδικα της κουλτούρας: Ένα μοντέλο τριών επιπέδων για την καλλιέργεια της ένταξης στις οργανώσεις 445
TONI SCHMADER, HILARY B. BERGSIEKER ΚΑΙ WILLIAM M. HALL
- Ευρετήριο 473



ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ ΤΟΥ ΤΟΜΟΥ

Dana Atzil-Slonim, Bar-Ilan University

Hilary B. Bergsieker, University of Waterloo

Hart Blanton, Texas A&M University

Shannon T. Brady, Wake Forest University

Pablo Briñol, Universidad Autonoma de Madrid

Christopher N. Burrows, Texas A&M University

Emily Butler, University of Arizona

Akeela Careem, Rutgers University

Susannah Chandhok, University of Michigan

William D. Crano, Claremont Graduate University

Lianne P. de Vries, Vrije Universiteit Amsterdam

Suzanne Dikker, New York University

Klaus Fiedler, University of Heidelberg

Joseph P. Forgas, University of New South Wales

William M. Hall, Brock University

Nathan Honeycutt, Rutgers University

Lee Jussim, Rutgers University

Sander L. Koole, Vrije Universiteit Amsterdam

Margaret Bull Kovera, John Jay College of Criminal Justice, City University of
New York

Barbara Krahé, University of Potsdam

Ethan Kross, University of Michigan

Dorottya Lantos, Goldsmiths, University of London

Norman P. Li, Singapore Management University
Mario Mikulincer, Interdisciplinary Center, Herzliya
Esther K. Papies, University of Glasgow
Richard E. Petty, Ohio State University
Timothy Regan, Texas A&M University
Andrea L. Ruybal, Claremont Graduate University
Toni Schmader, University of British Columbia
Phillip R. Shaver, University of California, Davis
Anna Stefaniak, Carleton University
Sean T. Stevens, New York University
Wolfgang Tschacher, University of Bern
Mark van Vugt, Vrije Universiteit Amsterdam
Gregory M. Walton, Stanford University
Tom Wilderjans, Leiden University
Michael J. A. Wohl, Carleton University

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΤΩΝ ΕΠΙΜΕΛΗΤΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

«Δεν υπάρχει τίποτα τόσο πρακτικό όσο μια καλή θεωρία» είναι η διάσημη φράση του Kurt Lewin, η οποία αναπαράγεται συχνότατα από εκπροσώπους της ψυχολογικής επιστήμης, ιδίως όταν αυτοί θεωρούν εαυτόν υποχρεωμένο να τεκμηριώσουν, έστω διακηρυκτικά, την εγκυρότητα των όποιων παρεμβάσεών τους στη δημόσια σφαίρα και να πείσουν για την ευρύτερη αποτελεσματικότητα της δραστηριότητάς τους, η οποία, πέρα από ανώτερη πνευματική λειτουργία αυτή καθαυτήν, συνιστά και «χρήσιμη» κοινωνική συνεισφορά. Πράγματι, ολοένα και περισσότερο η επιστήμη της ψυχολογίας καλείται, αν όχι εγκυλείται, να αποδείξει ότι «βοηθάει το άτομο και συνεισφέρει για το καλό της κοινωνίας». Ότι δεν αποτελεί μια αφηρημένη διανοητική άσκηση πολυτελείας, αλλά έγκυρη, αποτελεσματική και ρεαλιστική παρέμβαση με χειροπιαστά αποτελέσματα στην πραγματική ζωή.

Με άλλα λόγια, το ενοχλητικό κενό μεταξύ θεωρίας και πράξης και η συνακόλουθη –ψευδεπίγραφη στην ουσία της– διάκριση μεταξύ «βασικής» και «εφαρμοσμένης» επιστήμης καθιστούν αναπόδραστα την «εφαρμοσιμότητα» καίριο διακύβευμα και κρίσιμο στοίχημα, ως θεμελιώδες κριτήριο για την εγκυρότητα της ψυχολογικής επιστήμης. Ταυτόχρονα, στο εσωτερικό της ίδιας της ψυχολογίας, το ιδεώδες του εφαρμόσιμου αποτελεί επίδικο αντικείμενο και –όχι πάντα συγκαλυμμένο– σημείο διαμάχης μεταξύ «εφαρμοσμένων» και «βασικών» ή «θεωρητικών» κλάδων. Ως τέτοιο, το κριτήριο «εφαρμοσιμότητας» συνιστά δείκτη δημοφιλίας και εχέγγυο επαγγελματικής αποκατάστασης. Δεν θα ήταν υπερβολή να σκεφτεί κανείς πως ο κλαδικός ανταγωνισμός γύρω από το εφαρμόσιμο αποτελεί ένα σύμπτωμα των μεικτών τάσεων, τις οποίες επιβάλλουν αφενός ο πολλαπλασιασμός των επιθετικών προσδιορισμών, που ολοένα και περισσότερο επιδέχεται ο όρος «ψυχολογία», και αφετέρου το εύλογο αίτημα για διακλαδικότητα, πλουραλισμό και συνδυαστική αξιοποίηση πολλαπλής προέ-

λευσης προσεγγίσεων. Έτσι, η ρευστοποίηση των ορίων μεταξύ των κλάδων της ψυχολογικής επιστήμης, ο πολλαπλασιασμός υβριδικών εξειδικεύσεων σε μικρο-αντικείμενα και μικρο-φαινόμενα καταλήγει να αναδεικνύει, ως μοναδικό και μονοδιάστατο κριτήριο εγκυρότητας, την επίτευξη άμεσα παρατηρήσιμων και ποσοτικοποιήσιμων αποτελεσμάτων στην ανθρώπινη σκέψη και συμπεριφορά.

Δεν πρέπει να ξεχνά κανείς βέβαια πως ολόκληρη η ιστορία συγκρότησης και εξέλιξης της ψυχολογίας ως επιστήμης αλλά και του συνόλου των κοινωνικών επιστημών διατρέχεται από ποικίλες και συγκρουόμενες γραμμές ως προς τις προτεραιότητες και τους επιδιωκόμενους στόχους. Σχηματικά, η διεγκυστίδα ανάμεσα στο πρόταγμα της απελευθέρωσης και στη συγκρότηση τεχνοδομής ελέγχου συνιστά την οργανωτική αρχή στάθμισης προσεγγίσεων και βλεμμάτων και ταυτόχρονα εξήγησης της ιστορικής επικράτησης κυρίαρχων τάσεων ως προς την εννοιολόγηση και την εφαρμογή. Έτσι, μπορεί κανείς να κατανοήσει πώς και γιατί η «λειτουργική προσαρμογή» του ατόμου, η παραγωγικότητα και η αυτοπραγμάτωση εξυψώθηκαν σε αδιαπραγμάτευτα ιδεώδη, στην υπηρεσία των οποίων η ψυχολογική επιστήμη αυτονοήτως προσφέρει τις υπηρεσίες της, μελετώντας μηχανισμούς και προσφέροντας λύσεις. Και, ως εκ τούτου, μπορεί να ταυτοποιήσει την ιδεολογική υπή διαφορετικών προσεγγίσεων ως προς θεμελιώδεις διαστάσεις της κοινωνικής ζωής, όπως η εξάρτηση και η σύγκρουση.

Η προσεκτική και ψύχραιμη μελέτη της ιστορίας της ψυχολογικής επιστήμης, της θεωρίας, των ερευνητικών προτεραιοτήτων και των έμπρακτων αξιοποιήσεων των πορισμάτων της αποδεικνύει τον κοινωνικοϊστορικό προσδιορισμό της και την αμφίδρομη σχέση της με την ιδεολογία: τόσο αναφορικά με την προτίμηση και την επιβολή συγκεκριμένων θεματικών όσο και με την επιλογή θεωρητικών προσεγγίσεων και την προτεραιοποίηση φαινομένων ως «προβληματικών» ή «ευαίσθητων». Η ευθυγράμμιση με την κυρίαρχη ιδεολογία, η αντίδραση σε αυτή, η αναπαραγωγή ή η κριτική διερώτηση επί του πνεύματος των καιρών, είτε το θέλουμε είτε όχι, αποτελούν ουσιαστικές προκείμενες στάθμισης των αμφίδρομων σχέσεων μεταξύ της επιστήμης μας και της κοινωνίας. Αποτιμώντας κανείς μέσω μιας τέτοιας προβληματικής το πόσο «εφαρμόσιμη» υπήρξε ως τώρα η κοινωνική ψυχολογία και πόσο μπορεί να επιδείξει την εφαρμοστική δυνατότητα και αρετή στο μέλλον, αυτό που μπορεί να πει είναι πως αυτή γεννήθηκε και εξελίχθηκε ως εφαρμοσμένη και εφαρμόσιμη και μάλιστα όχι με τη στενή έννοια της παροχής απλών πρακτικών «λύσεων» ή «συμβουλών», αλλά ως τρόπος σκέψης και βλέμμα στη νοηματοδότηση του πραγματικού, ως κριτική προσέγγιση των μηχανισμών της κατασκευής του αυτονόητου, αλλά και εκείνων της αμφισβήτησής του.

Ο παρών τόμος, τον οποίο συστήνουμε στο ελληνόγλωσσο αναγνωστικό κοινό, αποτελεί έμπρακτη απόδειξη των δυνατοτήτων της κοινωνικής ψυχολογίας να συνεισφέρει στην κατανόηση και επίλυση προβλημάτων του πραγματικού

κόσμου. Εμπεριέχοντας αντιπροσωπευτικά δείγματα των πλέον σύγχρονων σχετικών τάσεων, σκιαγραφεί το κυρίαρχο ρεύμα επικέντρωσης του κοινωνιοψυχολογικού ενδιαφέροντος σε ζητήματα, φαινόμενα και πεδία που συνιστούν ευρύτερα «προβλήματα» ή «ευαίσθητα θέματα» της σύγχρονης ζωής. Η συγκεκριμένη έκδοση διορθώνει, πιστεύουμε, μια «αδικία» ενάντια στη δημόσια εικόνα της κοινωνικής ψυχολογίας, απαντώντας στον ενίοτε ρητό ενίοτε υπονοούμενο ψόγο εναντίον της πως υπολείπεται σε ρεαλισμό και εφαρμοστική επάρκεια έναντι άλλων κλάδων και προσεγγίσεων. Ως εκ τούτου, ο παρών τόμος υπενθυμίζει όχι μόνο τι οφείλει το σύνολο της ψυχολογικής επιστήμης στο κοινωνιοψυχολογικό βλέμμα, αλλά, υπενθυμίζοντας τον Lewin και το απόφθεγμα του, εφιστά την προσοχή στο γεγονός πως χωρίς στέρεη θεωρία ό,τι αποκαλούμε «εφαρμογή» εύκολα μπορεί να εκπέσει σε περιγραφική ταυτολογία και αναπαραγωγή κοινοτοπίας.

Ο προσεκτικός αναγνώστης θα σταθμίσει, θέλουμε να πιστεύουμε, την ευστοχία των προσεγγίσεων, τη χρησιμότητα και την αποτελεσματικότητά τους. Θα κάνει όμως και κάτι άλλο: θα διακρίνει πίσω από τις γραμμές τις ανθρωπολογικές παραδοχές, τις κοινωνιακές προβληματικές, τις ιδεολογικές ευαισθησίες και προτεραιότητες των συγγραφέων. Θα τοποθετηθεί κριτικά και ίσως θα κρίνει αυστηρά κάποιες από αυτές. Υπο αυτό το πρίσμα, το συγκεκριμένο βιβλίο αποτελεί ένα ενδιαφέρον σημείο αναφοράς και ένα προκλητικό ερέθισμα στοχασμού γύρω από mainstream τάσεις, όπως ο εξελικτισμός, ή συγκεκριμένες προσεγγίσεις επί ευαίσθητων θεμάτων, όπως οι διακρίσεις, οι ανισότητες και οι ικανότητες. Είναι εμφανές, ακόμα και διατρέχοντας τον πίνακα περιεχομένων, πως δίνεται έμφαση σε θέματα όπως η ατομική ευημερία και οι διαπροσωπικές σχέσεις, προσεγγίζονται ζητήματα του ευαίσθητου χώρου της εφηβείας, ανατέμνεται το «ιερό άβατο» της ψυχοθεραπευτικής σχέσης, ψηλαφούνται πλευρές και δυσλειτουργίες της διαδικτυακής ζωής, επιχειρείται η κατανόηση ζητημάτων σχετικών με τη συλλογική ταυτότητα, την πολιτική σκέψη και τον ρατσισμό και θίγονται ζητήματα σχετικά με τη δομή και τη λειτουργία των οργανισμών.

Όλα αυτά τα θέματα αναφοράς αποτελούν, το καθένα με τον τρόπο του, μια καλή αφετηρία για να ξανασκεφτούμε γόνιμα την προβληματική της διασύνδεσης των επιπέδων ανάλυσης της κοινωνιοψυχολογικής πραγματικότητας, την οποία μας κληροδότησε εδώ και δεκαετίες ο Willem Doise και η οποία προβάλλει σήμερα όχι ως επίκαιρη απλώς, αλλά ως ουσιαστική διέξοδος από τον αναγωγισμό αφενός και τη μυωπική υπερ-κατάτμηση του πραγματικού αφετέρου. Πράγματι, η ατομική δυσφορία, οι δυσχέρειες στην επίτευξη του δι-ατομικού συντονισμού, η δύσχρηστη και δύσθυμη (αν)αντιστοιχία μεταξύ πραγματικής και εικονικής πραγματικότητας, τα παραπροϊόντα και συμπτώματα δυσλειτουργίας της μαζικής δημοκρατίας και των θεσμών της, που προκρίνονται ως προβλήματα προς επίλυση από τους συγγραφείς-ερευνητές του παρόντος τόμου, συνιστώντας πεδία δοκιμασίας της εγκυρότητας της ψυχολογικής γνώσης, προκαλούν

και εγκυμονούν τον επιστήμονα-ψυχολόγο να σκεφτεί τι σημαίνει πραγματικά και ποιες οι συνέπειες του «παράγω γνώση», «προκρίνω», «προτείνω», «εφαρμόζω». Ως εκ τούτου, είναι ευχής έργον η μελέτη του παρόντος τόμου να συνεισφέρει στην εμπάθυνση, στην αμφισβήτηση και στην αντιπρόταση. Πρωτίστως, όμως, να συνεισφέρει σε κάτι βαθύτερο και ουσιαστικότερο: στον κριτικό αναστοχασμό γύρω από την ιστορικότητα και την υπόσταση των εννοιών και των αναλυτικών κατηγοριών, μέσω των οποίων το σήμερα θέτει (και το αύριο θα θέτει) την περίφημη σχέση «άτομο-κοινωνία». Αν μη τι άλλο, ως προς αυτό η κοινωνική ψυχολογία έχει αποδείξει ιστορικά πως δυνάμει διαθέτει την πλέον ολοκληρωμένη απάντηση.

Γεράσιμος Προδρομίτης – Στάμος Παπαστάμου
Αθήνα, Απρίλιος 2022

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Μολονότι οι προσπάθειες για τη βελτίωση της ποιότητας της ανθρώπινης ζωής χρονολογούνται εξίσου παλιά όσο η ίδια η ανθρωπότητα, οι επιστημονικές μέθοδοι δεν έχουν τεθεί σε εφαρμογή στην υπηρεσία αυτών των προσπαθειών παρά μόνο τα τελευταία εκατό περίπου χρόνια. Αναμφισβήτητα, τα επιτεύγματα για τα οποία καυχείται περισσότερο η κοινωνική ψυχολογία έχουν να κάνουν με την ικανότητά της να παράγει θεωρίες και μεθόδους που μπορούν να συμβάλουν άμεσα στη βελτίωση της ανθρώπινης κατάστασης. Τα κεφάλαια που συγκεντρώνονται σε αυτό το βιβλίο εξετάζουν μερικές από τις πιο πρόσφατες εξελίξεις στην εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας σε φλέγοντα σύγχρονα προβλήματα. Αντιπροσωπεύουν μια ποικιλία θεωρητικών και μεθοδολογικών προσανατολισμών και ασχολούνται με ζητήματα εφαρμοσμένης ψυχολογίας, όπως η μείωση των ποσοστών αυτοκτονίας των εφήβων, η αντιμετώπιση των διατροφικών διαταραχών, η κατανόηση του πολιτικού λαϊκισμού, η διερεύνηση της κοινωνικής ψυχολογίας των κλινικών συναντήσεων, η μείωση της επιθετικής συμπεριφοράς, η διερεύνηση των ψυχολογικών συνεπειών της χρήσης ηλεκτρονικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης και ούτω καθεξής.

Το βιβλίο φιλοδοξεί να προσφέρει μια ενημερωμένη επισκόπηση ορισμένων από τις πιο πρόσφατες εξελίξεις στην εφαρμογή κοινωνιοψυχολογικών λύσεων σε προβλήματα του πραγματικού κόσμου και παρέχει μια πλούσια σε πληροφορίες και ακαδημαϊκή αλλά ευανάγνωστη συνοπτική παρουσίαση των πρόσφατων εξελίξεων στο πεδίο. Κατά την άποψή μας, λίγα θέματα είναι τόσο ζωτικής σημασίας όσο το ερώτημα του πώς μπορεί να βελτιωθεί η ανθρώπινη κοινωνική ζωή στο απαιτητικό περιβάλλον των σύνθετων μεταβιομηχανικών κοινωνιών μας, χρησιμοποιώντας τις πιο εξελιγμένες εμπειρικές μεθόδους του κλάδου μας.

Το βιβλίο χωρίζεται σε τέσσερα μέρη. Το Α' Μέρος ασχολείται με γενικά εννοιολογικά και μεθοδολογικά ζητήματα στην εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας σε προβλήματα του πραγματικού κόσμου. Το Β' Μέρος περιλαμβάνει κεφάλαια

λαιο που εξετάζουν τη συμβολή της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας στην ατομική ευημερία και προσαρμογή. Το Γ' Μέρος στρέφεται σε εφαρμοσμένες συνεισφορές για την προώθηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων και επικοινωνίας. Τέλος, το Δ' Μέρος εξετάζει την έρευνα που εστιάζει στις δημόσιες υποθέσεις και στην πολιτική συμπεριφορά.

Φυσικά, κανένα βιβλίο δεν θα μπορούσε από μόνο του να εξαντλεί καθετί το ενδιαφέρον και συναρπαστικό στην τρέχουσα έρευνα σχετικά με την εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας στην πραγματική ζωή. Επιλέγοντας τους συντελεστές αυτού του τόμου και προσκαλώντας τους να συμμετάσχουν σε αυτόν, στόχος μας ήταν να επιτύχουμε μια ευρεία και ποικίλη κάλυψη, που να είναι ωστόσο αντιπροσωπευτική, των σημαντικότερων νέων εξελίξεων στις εφαρμογές της κοινωνιοψυχολογικής έρευνας σε καθημερινά προβλήματα. Τα κεφάλαια που περιλαμβάνονται εδώ αντιπροσωπεύουν κάποια από τα πιο αξιόλογα πρόσφατα παραδείγματα διαηγούς θεωρητικής παραγωγής και εμπειριστατωμένης έρευνας σε αυτόν τον εξαιρετικά σημαντικό τομέα από κορυφαίους διεθνείς ερευνητές.

Η ΠΡΟΕΛΥΣΗ ΑΥΤΟΥ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ: Η ΣΕΙΡΑ ΤΟΥ ΣΥΜΠΟΣΙΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥ ΣΙΔΝΕΪ

Αυτό το βιβλίο αποτελεί τον 21ο τόμο της σειράς του Συμποσίου Κοινωνικής Ψυχολογίας του Σίδνεϊ (Sydney Symposium of Social Psychology Series), η οποία υποστηρίζεται όλα αυτά τα χρόνια από το Αυστραλιανό Συμβούλιο Έρευνας και το Πανεπιστήμιο της Νέας Νότιας Ουαλίας, στο Σίδνεϊ. Είναι ίσως απαραίτητο να πούμε λίγα λόγια σχετικά με την προέλευση αυτού του τόμου ειδικά, αλλά και για τη σειρά του Συμποσίου Κοινωνικής Ψυχολογίας του Σίδνεϊ γενικότερα. Πρώτον, πρέπει να τονίσουμε ότι δεν πρόκειται απλώς για έναν επιμελημένο τόμο με τη συνήθη έννοια. Ο στόχος του Συμποσίου του Σίδνεϊ είναι να παρέχει νέα, ολοκληρωμένη κατανόηση σε σημαντικούς τομείς της κοινωνικής ψυχολογίας, προσκαλώντας κορυφαίους ερευνητές από έναν συγκεκριμένο τομέα σε ένα τριήμερο συμπόσιο. Οι περισσότερες από τις συναντήσεις μας έχουν πραγματοποιηθεί στο Σίδνεϊ, αλλά τα τελευταία χρόνια το συμπόσιο έχει φιλοξενηθεί σε αρκετά σημεία του πλανήτη. Το συγκεκριμένο συμπόσιο πραγματοποιήθηκε με την οικονομική υποστήριξη διάφορων πηγών, συμπεριλαμβανομένων του Πανεπιστημίου της Νέας Νότιας Ουαλίας και του Αυστραλιανού Συμβουλίου Έρευνας, επιτρέποντας την προσεκτική επιλογή και χρηματοδότηση μιας μικρής ομάδας κορυφαίων ερευνητών ως συντελεστών του.

Τα προσχέδια των άρθρων όλων των συντελεστών προετοιμάζονται και επικοινωνούνται πολύ πριν από το συμπόσιο και αναρτώνται σε ειδικό ιστότοπο. Έτσι, οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να επανεξετάσουν και να αναθεω-

ρήσουν τα άρθρα τους υπό το πρίσμα των προσχεδίων των ανακοινώσεων όλων των υπόλοιπων συμμετεχόντων ακόμη και προτού προσέλθουν στο συμπόσιο. Ένα ζωτικό μέρος της προετοιμασίας αυτού του βιβλίου υπήρξε η εντατική τριήμερη διά ζώσης συνάντηση όλων των προσκεκλημένων συντελεστών. Τα Συμπόσια του Σίδνεϊ χαρακτηρίζονται από μια ανοιχτή, ελεύθερη, κριτική και συχνά διασκεδαστική ανταλλαγή απόψεων μεταξύ όλων των συμμετεχόντων, με στόχο να διερευνηθούν σημεία σύγκλισης και απόκλισης μεταξύ των άρθρων. Περαιτέρω αναθεώρηση κάθε κεφαλαίου προετοιμάζεται αμέσως μετά το συμπόσιο, ενσωματώνοντας πολλά από τα σημεία συναίνεσης που προέκυψαν στις συζητήσεις μας. Χάρη σε αυτές τις έντονες συνεργατικές διαδικασίες, το βιβλίο δεν αποτελείται απλώς από ένα σύνολο κεφαλαίων που ετοίμασαν χωριστά ο καθένας από τους ερευνητές. Αντίθετα, αυτός ο τόμος του Συμποσίου του Σίδνεϊ αντιπροσωπεύει τη συνεργατική προσπάθεια μιας ηγετικής ομάδας διεθνών ερευνητών αποφασισμένων να παραγάγουν μια ενημερωμένη επισκόπηση της έρευνας με θέμα τις εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας σε ζητήματα της πραγματικής ζωής.

Ελπίζουμε πως τα δημοσιευμένα άρθρα θα επιτύχουν να μεταφέρουν κάτι από την αίσθηση ευχαρίστησης και ενθουσιασμού που συμμεριστήκαμε όλοι κατά τη διάρκεια του συμποσίου. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη σειρά των Συμποσίων του Σίδνεϊ και για λεπτομέρειες σχετικά με παλαιότερα και μελλοντικά σχέδιά μας (καθώς και φωτογραφίες που θα σας συστήσουν τους συντελεστές μας σε περισσότερο ή λιγότερο κολακευτικές πόζες, αλλά και άλλες βασικές πληροφορίες) σας προσκαλούμε να επισκεφθείτε τον ιστότοπό μας στη διεύθυνση www.sydneysymposium.unsw.edu.au. Κάποια βιβλία της σειράς έχουν δημοσιευτεί τα τελευταία χρόνια από τις εκδόσεις Psychology Press, στη Νέα Υόρκη, με τη σφραγίδα των Taylor & Francis Publishers. Μπορείτε να δείτε και να παραγγείλετε όλους τους προηγούμενους τόμους της σειράς των Συμποσίων του Σίδνεϊ στον ιστότοπό τους, στη διεύθυνση www.crcpress.com/Sydney-Symposium-of-Social-Psychology/book-series/TFSE00262.

Δεδομένου του εύρους των θεμάτων που εξετάζει, το παρόν βιβλίο θα αποδειχθεί χρήσιμο τόσο ως βασικό έργο αναφοράς όσο και ως ενημερωτικό εγχειρίδιο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε προχωρημένα μαθήματα που ασχολούνται με εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας. Το βασικό κοινό στο οποίο απευθύνεται αυτό το βιβλίο περιλαμβάνει ερευνητές, φοιτητές και επαγγελματίες σε όλους τους τομείς των κοινωνικών και συμπεριφορικών επιστημών, καθώς και επαγγελματίες εφαρμοσμένων επιστημών σε τομείς όπως η συμβουλευτική, η κλινική, η οργανωτική, η επικοινωνιακή και η πολιτική ψυχολογία ή η κοινωνική εργασία, μεταξύ άλλων. Το βιβλίο είναι γραμμένο σε ευανάγνωστο, παρότι ακαδημαϊκό βέβαια, ύφος και οι φοιτητές σε προπτυχιακό και μεταπτυχιακό επίπεδο θα διαπιστώσουν σε αυτό μια ενδιαφέρουσα επισκόπηση του πεδίου και, ως εκ

τούτου, ένα χρήσιμο εγχειρίδιο σε μαθήματα που ασχολούνται με την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία. Το βιβλίο παρουσιάζει επίσης ιδιαίτερο ενδιαφέρον για άτομα που εργάζονται σε εφαρμοσμένους τομείς, όπου η αντιμετώπιση και η κατανόηση των διαδικασιών που εμπλέκονται στην κατανόηση και τη διαχείριση της ατομικής ευημερίας, των σχέσεων, της διαπροσωπικής συμπεριφοράς και της πολιτικής συμπεριφοράς είναι μείζονος σημασίας.

Θα θέλαμε να εκφράσουμε τις ευχαριστίες μας στους ανθρώπους και στις οργανώσεις που συνέβαλαν στην πραγματοποίηση της σειράς του Συμποσίου Κοινωνικής Ψυχολογίας του Σίδνεϊ, και συγκεκριμένα του ανά χείρας τόμου. Η παραγωγή ενός σύνθετου βιβλίου όπως αυτό, το οποίο φέρει τις υπογραφές πολλών σημαντικών συγγραφέων, αποτελεί χρονοβόρο και ενίοτε απαιτητικό έργο. Είχαμε τη μεγάλη τύχη να συνεργαστούμε με μια εξαιρετική και συνεργατική ομάδα συντελεστών. Οι πρώτες ευχαριστίες μας οφείλονται σε αυτούς. Χάρη στη βοήθεια και στον επαγγελματισμό τους, καταφέραμε να ολοκληρώσουμε αυτό το έργο σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα και μάλιστα νωρίτερα από το αρχικό χρονοδιάγραμμα. Οι φιλίες του παρελθόντος δεν δοκιμάστηκαν και διατηρούμε όλοι μεταξύ μας άριστες σχέσεις· πράγματι, θέλουμε να πιστεύουμε ότι η συνεργασία για τις ανάγκες αυτού του βιβλίου υπήρξε μια θετική εμπειρία για όλους μας, ότι δημιουργήθηκαν νέες φιλίες και ότι όλοι οι συντελεστές μας αποκόμισαν ευχάριστες αναμνήσεις από τον χρόνο που περάσαμε μαζί.

Είμαστε ιδιαίτερα ευγνώμονες στη Suellen Crano, η οποία βοήθησε με περισσότερους τρόπους από όσους θα μπορούσαμε να απαριθμήσουμε εδώ. Θέλουμε επίσης να αναγνωρίσουμε την οικονομική υποστήριξη του Αυστραλιανού Συμβουλίου Έρευνας και του Πανεπιστημίου της Νέας Νότιας Ουαλίας, υποστήριξη που ήταν φυσικά απαραίτητη για να μπορέσει αυτό το εγχείρημα να υλοποιηθεί. Πάνω απ' όλα, είμαστε ευγνώμονες για την αγάπη και τη στήριξη των οικογενειών μας, που μας ανέχτηκαν κατά τη διάρκεια των πολλών μηνών εργασίας που χρειάστηκαν για να καταλήξουμε σε αυτό το αποτέλεσμα.

Joseph Forgas, Klaus Fiedler και William Crano
Σίδνεϊ, Οκτώβριος 2019

1

ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Ιστορία, ζητήματα και προοπτικές

Joseph P. Forgas, Klaus Fiedler και William D. Crano

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Θα μπορούσαμε να προλογίσουμε αυτόν τον τόμο προτάσσοντας έναν θεμελιικό ισχυρισμό: ουσιαστικά, όλη η κοινωνική ψυχολογία είναι εφαρμοσμένη. Από τα πρώτα βήματα της επιστήμης μας, οι ερευνητές πάντοτε έδειχναν ενδιαφέρον για τη διερεύνηση τρόπων με τους οποίους η εργασία τους θα μπορούσε να βοηθήσει τον κόσμο να γίνει ένας καλύτερος τόπος. Και, με τη σειρά του, κάθε ερευνητικό πρόγραμμα στην κοινωνική ψυχολογία που βασίζεται στη θεωρία έχει σημαντικές εφαρμογές στην πραγματική ζωή. Ένας τέτοιος ισχυρισμός δεν πρέπει να προκαλεί έκπληξη. Σχεδόν καμία άλλη επιστήμη δεν βρίσκεται τόσο κοντά στην καθημερινή ζωή και εμπειρία όσο η κοινωνική ψυχολογία. Τα καθοριστικά βήματα που έγιναν κάποια στιγμή προς τα τέλη του 19ου αιώνα, ώστε να εφαρμοστούν επιτέλους επιστημονικές μέθοδοι στη μελέτη των πιο περίπλοκων, πιο συναρπαστικών και λιγότερο κατανοητών πτυχών της ανθρώπινης ζωής, της κοινωνικότητας, προανήγγειλαν μια νέα εποχή στην κατανόηση του εαυτού μας και του κόσμου στον οποίο ζούμε. Ανεξάρτητα από το πού ακριβώς τοποθετεί κάποιος το σημείο αφετηρίας της κοινωνικής ψυχολογίας, η επιστήμη αυτή αναγνωρίστηκε, και εκτιμήθηκε περισσότερο για την αξία της, όταν στράφηκε προς την έρευνα γύρω από τις πρακτικές συνέπειες των τεκμηριωμένων θεωριών της.

Η φιλοδοξία της κοινωνικής ψυχολογίας να αποδειχθεί χρήσιμη και να αποκτήσει εφαρμοσμένη δράση μπορεί ήδη να διακριθεί στα κλασικά πειράματα του Triplett (1898), στα οποία η πειραματική κοινωνική ψυχολογία τοποθετεί συχνά την καταγωγή της (Allport, 1924). Ο Triplett ανακάλυψε μια αυθόρμητη και δυσεξήγητη βελτίωση στην κινητική απόδοση όταν ένα έργο εκτελούνταν μπροστά σε άλλους. Αυτή η ανακάλυψη οδήγησε σε μια υπόσχεση που ενέπιπτε

στο εφαρμοσμένο πεδίο και αφορούσε ένα όφελος στην παραγωγικότητα σε απλά κινητικά έργα, το οποίο μπορούσε να αποκτηθεί με ευκολία. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η περίοδος εκείνη βίωνε τη ραγδαία βελτιούμενη βιομηχανική παραγωγή, επομένως η ορθολογική επιθυμία για αύξηση της απόδοσης βρισκόταν στην πρώτη γραμμή του ενδιαφέροντος στο πεδίο των εφαρμοσμένων επιστημών. Παρόλο που η εξήγηση του Triplett για τις κοινωνικά επαγόμενες βελτιώσεις στην κινητική απόδοση δεν μπορεί ακριβώς να γίνει αντιληπτή ως μια θεωρία σύμφωνα με τα σημερινά ισχύοντα κριτήρια, το εκρηκτικό ενδιαφέρον για τα ευρήματά του αναμφίβολα τροφοδοτήθηκε από μια επιτακτική ανάγκη για εφαρμοσμένες προοπτικές.

Ο στόχος αυτού του τόμου είναι να προσφέρει μια επισκόπηση των πιο πρόσφατων επιτευγμάτων των εφαρμογών της κοινωνικής ψυχολογίας στον πραγματικό κόσμο. Οι προσκεκλημένοι συγγραφείς μας είναι όλοι διεθνώς αναγνωρισμένοι μελετητές που έχουν να επιδείξουν πρωτοποριακό έργο. Φυσικά, κανένας τόμος δεν μπορεί να ελπίζει ότι θα μπορέσει από μόνος του να καταπιαστεί με καθένα από τα πολυάριθμα πειστικά προβλήματα που απασχολούν σήμερα τον κόσμο στον οποίο ανήκουμε. Ωστόσο, πιστεύουμε ότι ο αναγνώστης θα βρει τα ζητήματα που τίγονται εδώ ενδιαφέροντα, καθώς αυτά καλύπτουν ένα εύρος προβλημάτων, από την αυτοκτονία στην εφηβική ηλικία, τις επιπτώσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, τις κλινικές αλληλεπιδράσεις, την επιθετικότητα, τις διατροφικές διαταραχές και την άνοδο του πολιτικού λαϊκισμού και του φιλελευθερισμού στον σημερινό κόσμο. Ελπίζουμε ότι το συνολικό μήνυμα που θα αποκομίσει κάποιος διαβάζοντας αυτόν τον τόμο θα είναι η ελπίδα ότι οι κοινωνικοί ψυχολόγοι είναι σε θέση να κάνουν πολλά πράγματα για να βελτιώσουν μερικά από τα πιο ακανθώδη ζητήματα με τα οποία βρίσκεται αντιμέτωπη η σύγχρονη κοινωνία.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΕΝΑΝΤΙ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Μια παρεξήγηση με πολύ βαθιές ρίζες στην κοινωνική ψυχολογία είναι η συχνά υποστηριζόμενη σύγκρουση μεταξύ θεωρητικής και πρακτικής έρευνας. Το απόφθεγμα του Kurt Lewin (1943) σύμφωνα με το οποίο «Δεν υπάρχει τίποτε τόσο πρακτικό όσο μια καλή θεωρία» (σ. 118) έχει χρησιμοποιηθεί συχνά για να υπογραμμίσει τη χρησιμότητα των εφαρμογών έξω από το εργαστήριο, ένα έργο που πολλοί ερευνητές εξακολουθούν να το θεωρούν τον απώτερο στόχο της επιστήμης μας. Ο Fiedler (σε αυτόν τον τόμο) σχολιάζει εύγλωττα το ζήτημα αυτό στη συζήτησή του γύρω από τη μεταγραφική επιστήμη και απορρίπτει χωρίς περιστροφές τους ισχυρισμούς περί προτεραιότητας της «βασικής επιστήμης» έναντι της μεταγραφικής επιστήμης.

Μπορούμε να εξετάσουμε μια σειρά από επιχειρήματα που υποστηρίζουν τη δήλωση του Lewin. Πρώτα απ' όλα, ο ισχυρισμός αυτός αληθεύει από ιστορική σκοπιά. Οι σημαντικότερες πρακτικές συνεισφορές στην ψυχολογική επιστήμη ήταν φυσικά ενσωματωμένες στον σκληρό πυρήνα της θεωρητικής παραγωγής. Το πρωτοποριακό έργο του Alfred Binet για τις δοκιμασίες νοημοσύνης –ίσως η πιο δραστική έμπρακτη συνεισφορά που υπήρξε ποτέ– ήταν το αποτέλεσμα βαθιάς θεωρητικής σκέψης (Wolf, 1969), η οποία ξεδιπλώθηκε σε συνάρτηση με άλλα φλέγοντα ζητήματα, όπως η νοημοσύνη των κωφών (Binet & Simon, 1909). Για τον Hugo Münsterberg (1915), η βάση της σύγχρονης δικαστικής ψυχολογίας στο διάσημο βιβλίο του *On the Witness Stand: Essays on Psychology and Crime* ήταν βαθιά ριζωμένη στη θεωρητική εξήγηση όσον αφορά τις παγίδες στις οποίες κινδυνεύουν να πέσουν οι μάρτυρες όταν καταθέτουν υπό πίεση και υπό την επίδραση των κοινωνικών ταμπού. Αυτό το ρηξικέλευθο έργο εξακολουθεί να υποκινεί εξαιρετικά καινοτόμες ερευνητικές προσπάθειες σήμερα, όπως δείχνει το κεφάλαιο της Kovera (σε αυτόν τον τόμο).

Ένα άλλο κλασικό παράδειγμα για το πώς η ορμώμενη από τη θεωρία πειραματική έρευνα μπορεί να μας πει κάτι ουσιαστικό για την ανθρώπινη κατάσταση είναι το πρωτοποριακό έργο του Sherif (1936) για τον αυθόρμητο σχηματισμό και τη διατήρηση των κοινωνικών νορμών. Παρά την τεχνητή φύση του ίδιου του πειράματος, το οποίο απαιτεί από τους συμμετέχοντες να κρίνουν την ψευδαισθητική κίνηση στατικών πηγών φωτός, ο Sherif επέφερε μια βαθιά τομή στην κατανόηση της θεμελιώδους εξελικτικής τάσης των ανθρώπων να δημιουργούν αυθόρμητα και να διατηρούν συναινετικές νόρμες. Πιο πρόσφατα, το πρακτικό ερώτημα του πώς θα μπορούσαμε να βελτιώσουμε την ανεκτικότητα σε μια πλουραλιστική κοινωνία δεν θα ήταν δυνατό χωρίς μια καλή θεωρητική κατανόηση της ανθρώπινης κοινωνικής νόησης και των διαδικασιών κοινωνικής ταυτότητας (Tajfel, 1969· βλ. επίσης Schmader, σε αυτόν τον τόμο).

Φυσικά, η σχέση μεταξύ θεωρίας και πρακτικής δεν μπορεί να είναι μονόδρομος. Η παραγωγή θεωρίας όχι μόνο προηγείται των πρακτικών χρήσεων, αλλά επίσης βελτιώνεται από την ανατροφοδότηση που της παρέχουν οι πρακτικές εφαρμογές της. Είναι καλό να θυμόμαστε ότι πολλές από τις θεωρίες μας προέρχονται από πρακτικά προβλήματα που απαιτούσαν λύση και κατέληξαν να αποτελέσουν το έναυσμα για έρευνα. Η θεωρητική ανάλυση είναι πάντοτε ουσιώδης για την οργάνωση του όγκου των δεδομένων που συλλέγονται σε προσπάθειες να καλυφθούν ζωτικής σημασίας πρακτικές ανάγκες. Τα προβλήματα στο εφαρμοσμένο πεδίο ασκούν εξελικτική πίεση επιλογής στην παραγωγή θεωρίας, απαιτώντας ποσοτικές μετρήσεις, ακριβείς προβλέψεις και μεγιστοποίηση των αναλογιών κόστους-οφέλους (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο). Αυτή η διαδικασία περιγράφεται από τον Campbell (1974) ως «εξελικτική επιστημολογία». Στηριζόμενος στη φιλοσοφία της επιστήμης του Karl Popper, ο Campbell

πρότεινε ότι η επιστήμη προοδεύει προτείνοντας νέες θεωρητικές υποθέσεις ακολουθούμενες από μια καθοριστική φάση επιλεκτικού αποκλεισμού, μια διαδικασία που λαμβάνει χώρα επίσης στο εφαρμοσμένο κοινωνιακό επίπεδο στις «πειραματιζόμενες κοινωνίες» (Campbell, 1974).

Οι εφαρμογές έχουν οδηγήσει στην ανάπτυξη νέων θεωριών, από τις οποίες έχουμε αποκομίσει γνώσεις τουλάχιστον εξίσου πολύτιμες με τις ανακαλύψεις που έχουν γίνει μέσα στα αποστειρωμένα και περιχαρακωμένα εργαστήριά μας. Πράγματι, η εφαρμογή μπορεί να είναι τόσο η καταγωγή όσο και η αληθινή κατάληξη στη διαδικασία αξιολόγησης του επιστημονικού έργου (βλ. επίσης Koole et al.: Kross & Chandhok· Walton & Brady· και Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο). Πρακτικοί στόχοι, όπως η καλύτερη αξιολόγηση της προσωπικότητας, η πρόληψη του ανθρώπινου πόνου, η επίλυση της σύγκρουσης, η βελτίωση των σχέσεων ή τα καλύτερα μαθησιακά αποτελέσματα στα ακαδημαϊκά περιβάλλοντα, έχουν οδηγήσει σε ένα πρωτοποριακό θεωρητικό έργο (βλ. τα κεφάλαια των Crano & Ruybal· Krahe· Mikulincer & Shaver· και Papies, σε αυτόν τον τόμο).

Επιπλέον, η τελική πρόοδος στους εφαρμοσμένους τομείς συχνά εξαρτάται από τις μεθοδολογικές εξελίξεις που αναπτύσσονται στη βασική επιστήμη, συνήθως σε απομακρυσμένους τομείς. Για παράδειγμα, το φαινόμενο Purkinje (βασισμένο στη διαφορική ευαισθησία των ραβδίων και των κωνίων του αμφιβληστροειδούς στο φως διαφορετικού μήκους κύματος) είναι ζωτικής σημασίας για την εργονομική βελτιστοποίηση των συνθηκών εργασίας για τους ελεγκτές εναέριας κυκλοφορίας (Mook, 1983). Το θεώρημα του Bayes είναι ουσιώδες για την αποτελεσματική αξιολόγηση κινδύνου και για τη διαγνωστική και προγνωστική επίλυση προβλημάτων. Η ανάλυση ανίχνευσης σήματος έχει εφαρμοστεί δημιουργικά σε ποικίλους εφαρμοσμένους τομείς. Η σύνοψη των χρήσιμων εφαρμογών της ανάλυσης ανίχνευσης σήματος σε διάφορους τομείς από τους Swets, Dawes και Monahan (2000) είναι μία από τις πιο συναρπαστικές εργασίες όλων των εποχών στο εφαρμοσμένο πεδίο.

Τέλος, και ίσως αυτό να είναι και το πιο σημαντικό, πρέπει να συμμεριστούμε τη δήλωση του Kurt Lewin όταν αναλογιζόμαστε την πιθανότητα –και την κοινωνική υποχρέωση– της εφαρμοσμένης (ή μεταγραφικής) κοινωνικής έρευνας να συμβάλει στο μέλλον. Οι προκλήσεις είναι εμφανείς. Ως αποτέλεσμα μιας άνευ προηγουμένου επιστημονικής προόδου, η ανθρωπότητα βρίσκεται τώρα σε έναν κόσμο στον οποίο δεν είναι πλήρως προσαρμοσμένη – μια κατάσταση την οποία θα μπορούσαμε να χαρακτηρίσουμε ως «εξελικτική αναντιστοιχία» (van Vugt, σε αυτόν τον τόμο). Δεν υπάρχει κανένας άλλος επιστημονικός κλάδος που να έχει να επιδείξει παρόμοια συνάφεια προς τα τρέχοντα και τα μελλοντικά κοινωνικά προβλήματα όσο η κοινωνική ψυχολογία. Πώς μπορούμε να αντιμετωπίσουμε τις παραπονημένες ειδήσεις, τις θεωρίες συνωμοσίας και τις ανεξέλεγκτες επιρροές στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στα ηλεκτρονικά μέσα επικοινωνίας (βλ., για

παράδειγμα, Forgas & Baumeister, 2019); Πώς μπορεί να επιβιώσει η δημοκρατία, αν η ατομική σκέψη και οι προσωπικές απόψεις δεν είναι πλέον ορθολογικές, αλλά συγχέονται μέσα σε μια επιδημία φαινομένων συναισθηματισμού και συμμόρφωσης (βλ. τα κεφάλαια των Forgas & Lantos και Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο); Πώς θα είναι οι μελλοντικοί χώροι εργασίας, δεδομένης της ταχείας ανάπτυξης της μηχανικής μάθησης και της εξάπλωσης των χωροκατακτητικών τεχνολογιών της τεχνητής νοημοσύνης; Πώς μπορούμε να διαχειριστούμε τον ρατσισμό, τη μισαλλοδοξία και τον εθνοκεντρισμό σε μια ολοένα και πιο πλουραλιστική κοινωνία (βλ. τα κεφάλαια των Jussim et al.: Schmader, σε αυτόν τον τόμο); Πώς μπορεί να συμβάλει η ψυχολογία στην αντιμετώπιση υπαρξιακών προβλημάτων, όπως η κατάθλιψη, ο εθισμός, η παχυσαρκία και η επιθετικότητα (βλ. επίσης τα κεφάλαια των Koole et al.: Kross & Chandhok· Krahe· Papies· Walton & Brady· και Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο);

Δεν μπορούμε να ελπίζουμε πως θα καταφέρουμε να τα βγάλουμε πέρα με οποιαδήποτε από αυτές τις προκλήσεις χωρίς να έχουμε στη διάθεσή μας καλές επιστημονικές θεωρίες που θα μας επιτρέπουν να προβλέπουμε και να αξιολογούμε τον σχετικό αντίκτυπο διαφορετικών παρεμβάσεων. Είναι προφανές ότι δεν μπορούμε να περιμένουμε από μη ελεγμένες παρεμβάσεις να επιλύσουν κοινωνικά, οικονομικά και οικολογικά προβλήματα· μόνο η επιστημονική σκέψη που καθοδηγείται από τη θεωρία μπορεί να επιτύχει κάτι τέτοιο. Αυτός είναι πράγματι ο απώτερος σκοπός μιας καλής θεωρίας – να μπορέσει να υπερβεί το τρέχον *status quo*, καθιστώντας εφικτή την προσομοίωση και τον στοχασμό γύρω από μελλοντικά αποτελέσματα, εξαρτώμενα από διαφορετικούς αιτιακούς παράγοντες και συνθήκες που επιτρέπουν την πραγμάτωσή τους.

Με την ολοένα μεγαλύτερη σημασία που αποκτούν οι τεχνικές συλλογής δεδομένων στην πραγματική ζωή και τα ισχυρά εργαλεία ανάλυσης δεδομένων, έχουμε σήμερα τη δυνατότητα να ανιχνεύουμε και να παρακολουθούμε με ακρίβεια τις αποφάσεις των καταναλωτών, την εκπαιδευτική επίτευξη, τις πολιτικές και κοινωνικές προτιμήσεις, τις φυσιολογικές καταστάσεις του οργανισμού, τις κινήσεις της οδικής κυκλοφορίας και πολλά άλλα φαινόμενα. Αυτές οι τεχνικές υπόσχονται ταχεία ανατροφοδότηση και αξιολόγηση των επιστημονικών θεωριών στον πραγματικό κόσμο. Για παράδειγμα, οι προκατασκευασμένες θεωρητικές ιδέες σχετικά με τον ρόλο των άρρητων συνειρμών στις προκαταλήψεις και στις διακρίσεις στην πραγματική ζωή πρέπει τώρα να αναθεωρηθούν υπό το φως πρακτικών παρατηρήσεων σχετικά με την περιορισμένη αποτελεσματικότητα τέτοιων προβλέψεων (βλ. Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο). Προκειμένου να μεγιστοποιήσει την αποτελεσματικότητα, η βασική επιστήμη μπορεί να προτυποποιήσει παραδείγματα μάθησης σύμφωνα με την αρχιτεκτονική έργων του πραγματικού κόσμου, να επεκτείνει τη βασική έρευνα για την επιθετικότητα ώστε να την προσαρμόσει στις φυσικές οριακές συνθήκες και να σχεδιάσει πει-

ράματα που λαμβάνουν υπόψη τις φυσικές διαδικασίες δειγματοληψίας και τις πολυαιτιακές δομές του πραγματικού κόσμου (βλ. επίσης Fiedler· Krahe· Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο). Οι πραγματικά καλές θεωρίες είναι σχεδόν βέβαιο πως θα εφαρμοστούν στην πράξη, ενώ οι πρακτικές παρατηρήσεις –είτε είναι προβλεπόμενες είτε μη αναμενόμενες– αποτελούν μια ζωτικής σημασίας πρόκληση για τη βελτίωση της βασικής συμπεριφορικής έρευνας.

ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Οι ρίζες της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας συχνά ανιχνεύονται στον Hugo Münsterberg, ο οποίος ήρθε από το Βερολίνο στο Χάρβαρντ έπειτα από πρόσκληση του William James. Εκτός από το αμείωτο ενδιαφέρον του για την ιατροδικαστική ψυχολογία, έτρεφε επίσης ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τα κίνητρα (στοχοθετική ψυχολογία) και για την εφαρμογή της ψυχολογίας στα κοινωνικά προβλήματα. Κατά τη διάρκεια της παραμονής του στο Χάρβαρντ, ο Münsterberg έγραψε αρκετά βιβλία που εφαρμόζουν την ψυχολογία στην εργασία, στην εκπαίδευση και στις επιχειρήσεις. Σε μεγάλο βαθμό χάρη στο έργο του Münsterberg, η ίδρυση της Διεθνούς Ένωσης Εφαρμοσμένης Ψυχολογίας (International Association of Applied Psychology, IAAP) το 1920 σηματοδότησε τη δημιουργία της πρώτης διεθνούς ακαδημαϊκής εταιρείας στην ψυχολογία.

Κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου, η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία γνώρισε μεγάλη επιτυχία και έγινε ένα σεβαστό και περιζήτητο επάγγελμα. Οι υπηρεσίες των ειδικών στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία επιστρατεύτηκαν για να συνδράμουν την πολεμική προσπάθεια των ΗΠΑ. Το Γραφείο Στρατηγικών Υπηρεσιών είχε προσλάβει πολλούς ψυχολόγους για να προσφέρουν τις γνώσεις τους σε τομείς όπως η προπαγάνδα, η ηγεσία, η τόνωση του ηθικού των στρατευμάτων, η πειθώ και η διαφήμιση. Μετά τον πόλεμο, οι επαγγελματίες της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας γίνονταν όλο και πιο περιζήτητοι πέρα από τα όρια της ακαδημαϊκής κοινότητας, σε εκπαιδευτικούς οργανισμούς, στον χώρο του μάρκετινγκ και της διαφήμισης, καθώς και σε μια σειρά από άλλα πεδία. Η αυξανόμενη επιτυχία και η έλξη που ασκούσε η κοινωνική ψυχολογία ως πανεπιστημιακό μάθημα οφείλονται σε μεγάλο βαθμό στην ευρεία εφαρμοσιμότητα της επιστήμης μας σε πολλά πεδία εκτός του ακαδημαϊκού χώρου.

Ωστόσο, καθ' όλη τη διάρκεια της ιστορίας της κοινωνικής ψυχολογίας, το σχετικό ενδιαφέρον για τα εφαρμοσμένα ζητήματα δυνάμωνα και εξασθενούσε ανάλογα με τον επείγοντα χαρακτήρα που του προσέδιδαν η κοινωνία και οι ιστορικές συγκυρίες. Κατά μία έννοια, το πεδίο μας μόλις τώρα εξέρχεται από μια φάση παραμέλησης-της-εφαρμογής που ευνοούσε την πιο καθαρή ή βασι-

κή έρευνα. Μια παρόμοια εξέλιξη συνέβη και μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, ο οποίος είχε αρχικά επιβάλει εστίαση στις εφαρμογές σε βάρος της θεωρίας. Στη συνέχεια, η αναγκαιότητα μιας ψυχολογίας που θα υπηρετούσε τα εθνικά συμφέροντα απαίτησε από τους ερευνητές να υιοθετήσουν μια συχνά ανυποχώρητη εστίαση στη χρήση της θεοπισμένης γνώσης για την επίλυση άμεσων και πιεστικών προβλημάτων, και όχι τόσο στην ανανέωση της βάσης των γνώσεων γύρω από την ανθρώπινη συμπεριφορά. Σε αντίδραση απέναντι σε αυτή την επιβεβλημένη εστίαση στην εφαρμοσμένη πτυχή της ψυχολογίας, ακολούθησε μετά τον πόλεμο μια «εξάντληση εφαρμογών», τουλάχιστον στην ακαδημαϊκή κοινότητα, και η έμφαση μετατοπίστηκε στην «καθαρή» επιστήμη. Για παράδειγμα, το έργο του Carl Hovland μετά τον πόλεμο καλλιέργησε έναν έντονο προσανατολισμό στη θεωρία, ειδικά και βάσει σχεδιασμού, αφότου ο Hovland αφιερώθηκε σχεδόν αποκλειστικά στην εφαρμογή των βασικών αρχών της μνήμης και της μάθησης στην προώθηση των στόχων πειθούς κατά τη διάρκεια του πολέμου (Sears, 1961).

Ωστόσο, θα υποπίπταμε σε μια εσφαλμένη ανάγνωση της ιστορίας αν εκλαμβάναμε αυτές τις μεταγενέστερες προσπάθειες ως απόπειρες αποφυγής των εφαρμογών. Ο Hovland και άλλοι αναγνώρισαν χωρίς περιστροφές την ανάγκη για μια κοινωνική ψυχολογία βασισμένη σε μεγαλύτερο βαθμό στη θεωρία, δίνοντας έμφαση στην επικοινωνία και την πειθώ, αλλά οι ερευνητικές δραστηριότητες του Hovland μόνο πρακτικά επουσιώδεις δεν θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν. Πράγματι, έθεσε τα θεμέλια για πολλά από αυτά που αποτελούν τη σημερινή κοινωνική ψυχολογία των στάσεων, της πειθούς και της επικοινωνίας, ενώ μεγάλο μέρος αυτού του έργου τελειοποιήθηκε μέσω της αλληλεπίδρασης της δικής του προηγούμενης εφαρμοσμένης εστίασης και της προέκτασής της πίσω στο εργαστήριο (βλ. επίσης Blanton et al.: και Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο).

Ένα άλλο διαφωτιστικό ιστορικό παράδειγμα είναι η ιδέα του Campbell σχετικά με την πειραματιζόμενη κοινωνία (Campbell, 1969, 1974), μια έκκληση να θέσουμε τις θεωρίες και τα μεθοδολογικά εργαλεία μας στην υπηρεσία της κοινωνίας. Ο Campbell οραματιζόταν μια πεφωτισμένη και ορθολογική κοινωνία στην οποία ανταγωνιστικά κοινωνικά προγράμματα θα δοκιμάζονταν και θα αξιολογούνταν – πέτυχαν τους δεδηλωμένους στόχους τους, παρήγαγαν καλύτερα αποτελέσματα, απέφυγαν απροσδόκητες επιβλαβείς συνέπειες; Το κάλεσμά του για μια πειραματιζόμενη κοινωνία άνοιξε τον δρόμο για την ολοένα εντεινόμενη έμφαση στην *έρευνα αξιολόγησης*, μια προσέγγιση που έχει αναχθεί αυτή καθαυτήν σε ένα ζωτικής σημασίας πεδίο επιστημονικής προσπάθειας και σήμερα θεωρείται ένας καθοριστικός παράγοντας στην εφαρμοσμένη ή μεταγραφική έρευνα.

Ωστόσο, όπως είναι αναμενόμενο να δείξει μια ιστορική επισκόπηση οποιουδήποτε επιστημονικού εγχειρήματος, η εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας

στα προβλήματα της πραγματικής ζωής δεν υπήρξε βέβαια απαλλαγμένη από προκαταλήψεις, ψευδείς υποθέσεις και εννοιολογικές αποτυχίες. Θα εξετάσουμε ορισμένα από αυτά τα ζητήματα στην επόμενη ενότητα με την ελπίδα ότι μπορούμε να μάθουμε να αντιμετωπίζουμε καλύτερα το μέλλον μαθαίνοντας από το παρελθόν.

ΕΣΦΑΛΜΕΝΕΣ ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ

Όπως κάθε πεδίο που γίνεται τόπος έκφρασης της ανθρώπινης προσπάθειας, έτσι και η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία πάσχει από μια σειρά από εσφαλμένες εκκινήσεις, εσφαλμένες υποθέσεις και ιδεολογικές μεροληψίες που έχουν παρεμποδίσει την πρόοδο της μέσα στον χρόνο. Αυτή η ενότητα παρουσιάζει έναν σύντομο σχολιασμό κάποιων από αυτά τα ζητήματα που έχουν σταχυολογηθεί από την ιστορία του πεδίου μας.

Ιδεολογικές παραδοχές

Οι ερευνητές δεν εξαιρούνται από τις συνήθεις ιδεολογικές μεροληψίες και παραδοχές της κανονιστικής κοινωνίας στην οποία ζουν. Όπως επισήμανε ο Kuhn (1996), η επιστημονική πρακτική υπόκειται πάντοτε σε κανονιστικές στρεβλώσεις και, οποιαδήποτε δεδομένη στιγμή, οι επαγγελματίες της «παραδειγματικής» επιστήμης συνήθως δεν έχουν καν επίγνωση των ιδεολογικών παραδοχών τους. Αυτό μπορεί να γίνει ιδιαίτερα αισθητό όταν οι επιστήμονες καταπιάνονται με εφαρμοσμένα ζητήματα τα οποία θίγουν ευθέως τις κυρίαρχες αξίες και ιδεολογίες των κοινωνιών στις οποίες ζουν.

Ίσως το πιο ενδιαφέρον παράδειγμα της εμφάνισης μιας τέτοιας ιδεολογικής μεροληψίας είναι οι διακυμάνσεις της μοίρας που επιφυλάχθηκε στις δοκιμασίες νοημοσύνης, στις οποίες ήδη αναφερθήκαμε παραπάνω, στο πλαίσιο των δυτικών κοινωνιών. Η ανακάλυψη των δοκιμασιών νοημοσύνης και η εμπειρική κατασκευή αξιόπιστων και έγκυρων δοκιμασιών νοημοσύνης αποτελούν πιθανότατα ένα από τα μεγαλύτερα επιτεύγματα της εφαρμοσμένης ψυχολογίας. Οι βαθμολογίες στον δείκτη νοημοσύνης (IQ) παραμένουν αναμφισβήτητα οι πιο αξιόπιστοι προγνωστικοί παράγοντες της ακαδημαϊκής και επαγγελματικής επίτευξης, με τη σχολαστικότητα (ένα χαρακτηριστικό προσωπικότητας) να καταλαμβάνει με μεγάλη διαφορά τη δεύτερη θέση. Η ευρεία υιοθέτηση των δοκιμασιών νοημοσύνης στα εκπαιδευτικά ιδρύματα πολλών δυτικών χωρών έχει υπάρξει σημαντική πηγή για την προώθηση της κοινωνικής κινητικότητας, καθώς ταλαντούχα άτομα από μειονεκτούσες κοινωνικοοικονομικές ομάδες αναγνωρίστηκαν και απέκτησαν πρόσβαση σε εκπαιδευτικές ευκαιρίες (Herrnstein & Murray, 1994).

Παρά την απaráμιλλη χρησιμότητα και την κοινωνικά επιθυμητή εφαρμογή των δοκιμασιών νοημοσύνης, η έννοια έχει βρεθεί στο στόχαστρο μιας ιδεολογικής επίθεσης τις τελευταίες δεκαετίες. Οποιαδήποτε ορθολογική συζήτηση για την κατασκευή της νοημοσύνης ως σταθερού και κληρονομημένου χαρακτηριστικού έχει πλέον καταστεί αμφιλεγόμενη. Πώς δημιουργήθηκε αυτή η παράξενη κατάσταση; Δύο ιδεολογικές ενστάσεις έγιναν οι κινητήριες δυνάμεις για να δυσφημιστεί η έννοια της νοημοσύνης και κατ' επέκταση οι δοκιμασίες μέτρησής της.

Πρώτον, η εμφάνιση σαφών και συνεπών εμπειρικών στοιχείων που έδειχναν ότι υπάρχουν φυλετικές διαφορές στον δείκτη νοημοσύνης στις ΗΠΑ υποδαύλισε μια σφοδρή πολιτική αντίδραση. Διάφορες αριστερές κυρίως πολιτικές ομάδες προσπάθησαν να διαψεύσουν τα στοιχεία, αρχικά αμφισβητώντας ανεπιτυχώς την αξιοπιστία και την εγκυρότητά τους, ενώ, όταν η προσπάθεια αυτή ναυάγησε, χαρακτήρισαν την ίδια την έννοια της νοημοσύνης και τις δοκιμασίες που αποσκοπούσαν στη μέτρησή της μεροληπτικές ή ρατσιστικές. Στο τοξικό κλίμα που δημιουργήθηκε, κάθε αντικειμενική συζήτηση για την κατασκευή και τη χρησιμότητά της είχε καταστεί αδύνατη. Στον βαθμό στον οποίο οι δοκιμασίες νοημοσύνης σταδιακά εγκαταλείπονται, εξαφανίζεται παράλληλα ένα πολύ σημαντικό εργαλείο για την προώθηση της αξιοκρατικής κοινωνικής κινητικότητας για τα μέλη των μη προνομιούχων ομάδων· πρόκειται οπωσδήποτε για ένα παράδοξο αποτέλεσμα. Η δεύτερη ιδεολογική επίθεση στην έννοια της νοημοσύνης και των δοκιμασιών της προήλθε από τις ευρέως διαδεδομένες αντινατιβιστικές πεποιθήσεις μεταξύ πολλών επαγγελματιών των κοινωνικών επιστημών, οι οποίοι υποστήριζαν ότι οι άνθρωποι έχουν λίγα ή και καθόλου βιολογικά καθορισμένα χαρακτηριστικά που αξίζουν την προσοχή μας. Θα αναφερθούμε με περισσότερες λεπτομέρειες σε αυτή την υπόθεση στη συνέχεια.

Παραδοχές για την ανθρώπινη φύση: Η καταστασιακή μεροληψία

Εκτός από την καλά τεκμηριωμένη ιδεολογική μεροληψία, οι ερευνητές που υπακούουν στο επιστημονικό παράδειγμα της εποχής τους επηρεάζονται επίσης από τις κοινές άρρητες παραδοχές τους σχετικά με την ανθρώπινη φύση. Όταν αυτές οι παραδοχές είναι ανακριβείς, όπως έχει συμβεί συχνά στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία, οι συνέπειες μπορεί να είναι σοβαρές. Στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία επικρατεί συνήθως μια αισιόδοξη νοοτροπία· παρατηρείται η πίστη στη σχεδόν απεριόριστη δυνατότητα τελειοποίησης της ανθρώπινης κατάστασης και μια τάση προς την υπόθεση ότι τα ανθρώπινα όντα είναι εγγενώς ευέλικτα και επομένως βελτιώσιμα. Αυτές οι υποθέσεις τείνουν να ελαχιστοποιούν ή ακόμα και να αγνοούν τις βιολογικές και εξελικτικές πτυχές της ανθρώπινης φύσης και τα εγγενή όρια της ανθρώπινης προσαρμοστικότητας (Pinker, 1997· βλ. επίσης van Vugt, σε αυτόν τον τόμο).

Ο ενθουσιασμός για την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία βασίζεται επομένως συχνά στην ισχυρή υπόθεση ότι η ανθρώπινη κοινωνική συμπεριφορά καθορίζεται ως επί το πλείστον από την κατάσταση μέσα στην οποία εκδηλώνεται. Η έμφαση στην αιτιακή συνάφεια μεταξύ συμπεριφοράς και κατάστασης απαντά συχνά στα εγχειρίδια της κοινωνικής ψυχολογίας, ενώ είναι επίσης ανιχνεύσιμη σε πολλαπλές εννοιακές πηγές. Η πρώτη σαφής διατύπωση αυτής της υπόθεσης που δίνει προτεραιότητα στην κατάσταση προήλθε από ριζοσπαστικούς θεωρητικούς της μάθησης, όπως ο Watson (1929), οι οποίοι πίστευαν ακράδαντα ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά είναι στο σύνολό της επίκτητη και επομένως τροποποιήσιμη. Αυτή η υπόθεση συνέχισε να είναι δημοφιλής μεταξύ των θεωρητικών της μάθησης. Ο Skinner (1951) συγκαταλέγεται επίσης μεταξύ εκείνων που ισχυρίζονταν ότι ο πειραματικός χειρισμός των ενδεχομενικών εξωτερικών ανταμοιβών θα εξασφαλίσει μια χωρίς περιορισμούς μέθοδο για την αλλαγή της ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Η θεωρία της κατάστασης και η παραμέληση των εσωτερικών παραγόντων στην παραγωγή των συμπεριφορών απέκτησαν ακόμη μεγαλύτερη ορμή τη δεκαετία του 1960, με τη δυσκολία να δημιουργηθούν αξιόπιστοι δεσμοί μεταξύ των ατομικών χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και των πραγματικών παρατηρήσιμων συμπεριφορών (Mischel, 1968). Αυτό το ερευνητικό παράδειγμα οδήγησε σε μια ανανεωμένη έμφαση στη δύναμη της κατάστασης να καθορίζει πραγματικά τι κάνουν οι άνθρωποι (Forgas, 1979· Mischel, 1968). Το μήνυμα της καταστασιακής θεωρίας ενισχύθηκε περαιτέρω από την εμφάνιση της έρευνας γύρω από τις αιτιακές αποδόσεις τη δεκαετία του 1970, τονίζοντας ως μείζον έλλειμμα την εξαιρετικά συχνή και «αντικαταστασιακή» τάση των ανθρώπων να συνάγουν εσφαλμένα την αιτιακή συνάφεια σαν αυτή να έγκειται μέσα στο ίδιο το δρων άτομο (θεμελιώδες σφάλμα απόδοσης· Kelley, 1967), δίνοντας έτσι μεγαλύτερη ακόμη ώθηση στη μελέτη των εξωτερικών ενδεχομενικοτήτων σε σχέση με τη ρύθμιση της συμπεριφοράς.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι μια τέτοια καταστασιακή μεροληψία χαρακτηρίζει όχι μόνο την κοινωνική ψυχολογία, αλλά και τις περισσότερες κοινωνικές επιστήμες. Ίσως το πιο ενδιαφέρον παράδειγμα είναι η σφοδρή διαμάχη που ξέσπασε γύρω από το ανθρωπολογικό έργο της Margaret Mead στη Σαμόα. Η Mead ήταν οπαδός του απόλυτου πολιτισμικού ντετερμινισμού που αρνείται ολοκληρωτικά τον ρόλο της βιολογίας και της εξέλιξης στην ανθρώπινη συμπεριφορά. Στόχος της ήταν να δείξει ότι ακόμη και κοινωνικές συμπεριφορές με τόσο βαθιές βιολογικές ρίζες, όπως η επιλογή συντρόφου και η σεξουαλικότητα, είναι πολιτισμικά μεταβαλλόμενες και, ως εκ τούτου, χειραγωγήσιμες. Το πολυδιαβασμένο βιβλίο της *Coming of Age in Samoa* (Mead, 1966) περιγράφει την ανέμελη, απενοχοποιημένη και μη ανεχόμενη περιορισμούς φύση των σεξουαλικών ηθών και της ενηλικίωσης των Σαμοανών, τόσο διαφορετικών από τα καθω-

σπρέπει και συνδεδεμένα με τρομακτικό άγχος δυτικά έθιμα εκείνης της εποχής. Το βιβλίο της έγινε ένα από τα πιο δημοφιλή μπεστ σέλερ όλων των εποχών και προάγγελος της σεξουαλικής επανάστασης της δεκαετίας του 1960.

Δυστυχώς, αποδείχθηκε πως η Mead είχε κάνει λάθος και στις υποθέσεις και στα συμπεράσματά της. Ένας ανθρωπολόγος στο Εθνικό Πανεπιστήμιο της Αυστραλίας, ο Derek Freeman, αρχικά υποστηρικτής του έργου της Margaret Mead, επέστρεψε στη Σαμόα για να συνεχίσει την έρευνά της, αλλά, προς έκπληξή του, διαπίστωσε ότι σχεδόν τίποτε από όλα όσα περιέγραψε η Mead σχετικά με αυτόν τον ειδυλλιακό πολιτισμό του Νότιου Ειρηνικού δεν ήταν αλήθεια (Freeman, 1999). Οι Σαμοανοί ήταν βίαιοι και τόσο εύθικτοι όσον αφορά τα ζητήματα του προγαμιαίου σεξ, της παρθενίας και των σεξουαλικών ηθών όσο και οι άνθρωποι στις περισσότερες άλλες κοινωνίες. Η Mead οδηγήθηκε σε αυτή την εσφαλμένη αντίληψη των πραγμάτων προσεγγίζοντας το έργο της με μια ισχυρή, προκατασκευασμένη καταστασιακή μεροληψία. Επιπλέον, αφιέρωσε ελάχιστο χρόνο στην έρευνα πεδίου, δεν έμαθε καλά τη γλώσσα των Σαμοανών και βασίστηκε σχεδόν αποκλειστικά στις από δεύτερο χέρι προφορικές αναφορές δύο νεαρών κοριτσιών (οι οποίες αργότερα εντοπίστηκαν και αναγνωρίστηκαν από τον Freeman). Οι πληροφοριοδότες της Mead έρχονταν σε τόσο δύσκολη θέση από τις αδιάκριτες ερωτήσεις της σχετικά με τη σεξουαλικότητα, ώστε εξαπατούσαν την ερευνήτρια και της έδιναν «χιουμοριστικές» ψευδείς απαντήσεις, που περιέγραφαν το αντίθετο από τα πραγματικά πολιτισμικά έθιμά τους.

Ένα ενδιαφέρον χαρακτηριστικό της σφοδρής αυτής αντιπαράθεσης είναι το πόσο βαθιά όχι μόνο η Mead αλλά ολόκληρο το κατεστημένο των κοινωνικών επιστημών ήταν πιστά αφοσιωμένο στην κυρίαρχη ιδεολογία των εξηγήσεων με γνώμονα την κατάσταση και του πολιτισμικού σχετικισμού. Σύσσωμη η κοινότητα της κοινωνικής ανθρωπολογίας στάθηκε στο πλευρό της παρά τα στοιχεία που τη διέψευδαν. Όταν το έργο του Derek Freeman, που αμφισβητούσε τα συμπεράσματα της Mead, δεν μπορούσε να μείνει άλλο στην αφάνεια, οι επαγγελματικές ενώσεις αισθάνθηκαν υποχρεωμένες να λάβουν θέση – και *ψήφισαν για να επιβεβαιώσουν ότι η Mead είχε δίκιο και ο Freeman άδικο*. Υπάρχουν λίγα ακόμη κεφάλαια στην ιστορία των κοινωνικών επιστημών που δεν την τιμούν καθόλου. Αυτό το επεισόδιο δείχνει ακριβώς πόσο βαθιά ριζωμένη στη σκέψη μας είναι η πεποίθηση ότι οι άνθρωποι είναι κατά κάποιον τρόπο διαφορετικοί από τα άλλα είδη, ότι έχουν πολύ λίγα, αν όχι καθόλου, αξιοπρόσεκτα κληρονομημένα χαρακτηριστικά και, επομένως, ότι η κοινωνική συμπεριφορά μπορεί σχετικά εύκολα να μεταβληθεί μέσω του κοινωνικού ακτιβισμού και της κοινωνικής μηχανικής που ακολουθούν έναν συνετό σχεδιασμό.

Η ισχυρή δέσμευση απέναντι στην υπόθεση της πρωτοκαθεδρίας της κατάστασης σήμαινε επίσης ότι οι κοινωνικοί επιστήμονες είχαν παραδοσιακά

υπάρξει βαθιά εχθρικοί απέναντι στις εξελικτικές εξηγήσεις της κοινωνικής συμπεριφοράς (Forgas, Haselton, & von Hippel, 2007· von Hippel, 2018). Οι περισσότεροι ερευνητές δεν θέλουν ούτε να ακούνε για την ιδέα ότι τα ανθρώπινα όντα διαμορφώνονται από την εξελικτική κληρονομιά τους και ότι γεννιούνται φέροντας ορισμένες ήδη εγκαταστημένες και άκαμπτες νοητικές δομές (δομοστοιχείωση του εγκεφάλου) και τρόπους σκέψης και συμπεριφοράς. Ωστόσο, αυτό ακριβώς το συμπέρασμα υποστηρίζεται από πολλές εμπειρικές ερευνητικές παραδόσεις στο πεδίο μας (Forgas et al., 2007· Pinker, 1997· von Hippel, 2018). Η αδυναμία αναγνώρισης των εξελικτικά καθορισμένων γνωστικών «νοητικών δομών» (van Vugt, σε αυτόν τον τόμο) έχει εξαιρετικά σοβαρές συνέπειες.

Μια μεροληψία προς την κατεύθυνση του πολιτισμικού ντετερμινισμού μπορεί να γίνει επίσης αισθητή στην πλούσια έρευνα με αντικείμενο τα στερεότυπα, όπου καλοπροαίρετοι ερευνητές υποθέτουν κατά κανόνα ότι η κατηγοριοποίηση των ανθρώπων μπορεί να ελεγχθεί ή ακόμη και να εξαλειφθεί με τις σωστές στρατηγικές (Judd & Park, 1993· Krueger, 1996). Το έργο της Jussim (σε αυτόν τον τόμο) εξηγεί γιατί η υπόθεση αυτή μπορεί να είναι βαθύτατα εσφαλμένη. Αψηφώντας τα ερευνητικά ευρήματα, οι περισσότεροι κοινωνικοί ψυχολόγοι έχουν εδώ και πολύ καιρό διατυπώσει την υπόθεση ότι τα στερεότυπα είναι εξ ορισμού ψευδή, παρόλο που ο δημιουργός του όρου Walter Lippmann (1922) υποστήριξε ότι τα στερεότυπα, παρότι οπωσδήποτε απλουστευτικά, δεν είναι απαραίτητο να είναι ψευδή.

Σε αντίθεση με την παγιωμένη άποψη, τα στερεότυπα έχουν αξιοσημείωτη χρησιμότητα όσον αφορά την περιγραφή των προσλαμβανόμενων χαρακτηριστικών διάφορων ομάδων και, ως εκ τούτου, εκπληρώνουν γνωστικές και κοινωνικές λειτουργίες (Krueger, 1996). Η τάση της κατηγοριοποίησης και της απλούστευσης είναι μια από τις πιο θεμελιώδεις γνωστικές συνήθειες της ανθρωπότητας (Kahneman, 2011· Tajfel, 1969). Η πρόταση ότι η αυθόρμητη κατηγοριοποίηση και στερεοτυποποίηση μπορούν να ανασταλούν ή να ελεγχθούν προκειμένου να επιτευχθούν κοινωνικά επιθυμητοί στόχοι φαντάζει βασισμένη σε μια παρανόηση όταν εξετάζεται από την οπτική γωνία της εξελικτικής ψυχολογίας (von Hippel, 2018). Η ιδεολογική καταδίκη της στερεοτυποποίησης είναι μάλλον απίθανο να αποφέρει ευεργετικά αποτελέσματα. Αντίθετα, στην προσπάθειά τους να βελτιώσουν την ανθρώπινη κατάσταση, οι εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας θα μπορούσαν να είναι πιο αποτελεσματικές αν αναγνώριζαν τις θεμελιώδεις εξελικτικές παραμέτρους της ανθρώπινης νόησης (Kahneman, 2011· Pinker, 1997) και προσάρμοζαν τις συστάσεις τους ώστε να συνάδουν περισσότερο με αυτούς τους περιορισμούς.

Εστίαση στα άτομα έναντι εστίασης στις ομάδες

Όπως θα επιβεβαιώσει κάθε εγχειρίδιο κοινωνικής ψυχολογίας, η κοινωνική ψυχολογία είναι η επιστήμη που μελετάει το άτομο σε κοινωνικές καταστάσεις. Κατά συνέπεια, η μονάδα ανάλυσης της επιστήμης μας είναι πάντα το άτομο. Ωστόσο, αυτή η θεμελιώδης εστίαση συχνά διακυβεύεται στην εφαρμοσμένη έρευνα, καθώς οι ερευνητές επηρεάζονται όλο και περισσότερο από την αύξουσα σύγχρονη ιδεολογική έμφαση στην κοινωνική ομάδα και στην ταυτότητα που μπορούν να αντλήσουν τα άτομα από τις ομάδες στις οποίες ανήκουν. Από πού πηγάζει αυτό το ενδιαφέρον για την ομαδική ταυτότητα; Το ενδιαφέρον για την ομαδική ταυτότητα ως βασική μονάδα ανάλυσης που υπερισχύει του ατόμου οφείλεται σε μεγάλο βαθμό στη μαρξιστική κολεκτιβιστική κοινωνική θεωρία, σύμφωνα με την οποία η υπαγωγή του ατόμου στις διάφορες κοινωνικές τάξεις (οι οποίες ορίζονται ανάλογα με τη σχέση τους με τα μέσα παραγωγής) θεωρείται ο βασικός αντικειμενικός καθοριστικός παράγοντας για τον προσδιορισμό της κοινωνικής φύσης των προσώπων.

Η μεροληψία προς την κατεύθυνση της εστίασης στην ομαδική ταυτότητα μπορεί επίσης να ανιχνευθεί σε μια αμφισβητήσιμη ερμηνεία του κλασικού έργου του Henri Tajfel γύρω από την κοινωνική ταυτότητα και το πειραματικό υπόδειγμα των ελάχιστων ομάδων (π.χ. Tajfel, 1969· Tajfel & Forgas, 1981). Το κλασικό έργο του Tajfel ανέδειξε μια από τις πιο σημαντικές εξελικτικές σταθερές που χαρακτηρίζουν την ανθρώπινη φύση: την ακραία τάση μας να εκδηλώνουμε προτίμηση υπέρ της ενδοομάδας μας έναντι οποιασδήποτε εξωομάδας, μια μεροληψία που είχε προφανή πλεονεκτήματα επιβίωσης στο προγονικό περιβάλλον μας. Τα πειράματα του Tajfel έδειξαν ότι ακόμη και μια απλή και χωρίς κανένα νόημα γνωστική ετικέτα είναι αρκετή για να παραγάγει ισχυρές τάσεις διομαδικών διακρίσεων. Πολλές μελέτες σε αυτό το πεδίο οδηγούν στο εξής συμπέρασμα: ο *Homo Sapiens* έχει μια ισχυρή και καθολική ροπή προς την ενδοομαδική ευνοιοκρατία, ακόμη και σε καταστάσεις κατά τα άλλα αδιάφορες και χωρίς νόημα. Το αθροιστικό μήνυμα των πρόσφατων διερευνήσεων σχετικά με την επεξεργασία της πληροφορίας από τον ανθρώπινο νου επιβεβαιώνει επίσης ότι με θεμελιώδεις τρόπους η ανθρώπινη σκέψη δεν έχει διαμορφωθεί από την εξέλιξη έτσι ώστε να μεγιστοποιεί την ακρίβεια και την αντικειμενικότητα, αλλά περισσότερο ότι είμαστε φορείς ισχυρών νοητικών συνηθειών σχεδιασμένων με τέτοιο τρόπο ώστε να ελαχιστοποιούν σφάλματα που θα μπορούσαν να αποδειχτούν υψηλότερου κόστους (Kahneman, 2011· Pinker, 1997· von Hippel, 2018· βλ. επίσης van Vugt, σε αυτόν τον τόμο).

Το πραγματικό μήνυμα του έργου του Tajfel από την οπτική γωνία της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας μπορεί να γίνει κατανοητό ως κατά κύριο λόγο προειδοποιητικό: Προσοχή στην πυροδότηση των ταυτίσεων με

την ομάδα. Έδειξε ότι η τάση της ταξινόμησης και της διάκρισης σε βάρους των εξωομάδων είναι ένα επικίνδυνο οικουμενικό ανθρώπινο χαρακτηριστικό, ωστόσο το έργο του έχει διαστρεβλωθεί και έχει χρησιμοποιηθεί για να τονίσει ακόμη περισσότερο τη σημασία των ομάδων υπαγωγής και διαμόρφωσης ταυτότητας στη σύγχρονη ζωή. Η ιδεολογία της πολιτικής της ταυτότητας συνοψίζεται στην ιδέα ότι οι άνθρωποι μπορούν να εκληφθούν ως πρότυπα των κατηγορικών ομάδων στις οποίες ανήκουν και, συνεπώς, η κοινωνική πρόοδος και η κοινωνική δικαιοσύνη επιτυγχάνονται καλύτερα μέσω της παρακίνησης των «καταπιεσμένων» ομάδων να επιβεβαιώσουν τη θέση τους ενάντια σε άλλες ομάδες. Αυτή η ιδεολογία της διομαδικής σύγκρουσης ενσαρκώνει έναν θεμελιωδώς μαρξιστικό τρόπο θέασης της κοινωνικής προόδου, αντικατοπτρίζοντας ευθέως τη βαθιά εσφαλμένη ιδέα του Marx για την αναπόφευκτη πάλη των τάξεων ως μοναδικό μοχλό της ιστορικής προόδου. Οι καταστροφικές συνέπειες αυτού του τρόπου σκέψης –τις οποίες παραδόξως υπερασπίστηκαν πολλοί δυτικοί διανοούμενοι, τις οποίες θα έπρεπε να είναι σε θέση να κρίνουν ορθότερα– μόλις τώρα αρχίζουν να αναγνωρίζονται. Η ισχυρή αντίδραση ενάντια στην πολιτική που βασίζεται στην ταυτότητα και ενάντια στην πολιτική ορθότητα δεν αποκλείεται να αποτελέσει έναυσμα για την άνοδο της λαϊκίστικης δεξιάς πολιτικής σε ολόκληρο τον κόσμο (Albright, 2018· βλ. επίσης Forgas & Lantos· και Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο). Δυστυχώς, η εστίαση στις ομάδες που είναι οργανωμένες με κριτήριο την ταυτότητα ως βασική μονάδα ανάλυσης κέρδισε επίσης έδαφος στη βιβλιογραφία τόσο της εφαρμοσμένης όσο και της πειραματικής κοινωνικής ψυχολογίας. Μια πιο προσεκτική ανάγνωση των επιπτώσεων του έργου του Tajfel θα μπορούσε να μας έχει προστατεύσει από την επικίνδυνη ανάμειξη μας με την πολιτική της ταυτότητας (βλ. επίσης Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο).

Η νομιναλιστική πλάνη

Ένα άλλο πρόβλημα που τίθεται πολύ συχνά προς συζήτηση, αλλά σπάνια αντιμετωπίζεται κατά τη μελέτη κοινωνιοψυχολογικών μεταβλητών στην πραγματική ζωή, είναι αυτό που οι επιστημολόγοι αποκαλούν νομιναλιστική ή ονοματοκρατική πλάνη: η πεποίθηση ότι, απλώς επειδή μπορούμε να κατονομάσουμε μια κατασκευή και με αυτόν τον τρόπο να της προσδώσουμε μια συμβολική πραγματικότητα, η κατασκευή αυτή υπάρχει στην πραγματική ζωή και μπορεί επίσης να μελετηθεί εμπειρικά, να μετρηθεί και να αποτελέσει αντικείμενο χειρισμού. Ίσως το πιο αξιοσημείωτο παράδειγμα της νομιναλιστικής πλάνης στην ψυχολογία σχετίζεται με την πυκνή συστάδα των ποικίλων ψυχαναλυτικών θεωριών και προβλέψεων. Η δημιουργία ενός νέου λεξιλογίου και η απόδοση μιας συμβολικής ονομασίας σε διαδικασίες και δομές όπως αυτό, εγώ, υπερεγώ, μετουσίωση ή

προβολή δεν σημαίνουν ότι αυτές οι κατασκευές μπορούν πραγματικά να τεκμηριωθούν με επαρκή βαθμό αξιοπιστίας ή εγκυρότητας στον πραγματικό κόσμο. Όπως έδειξε πειστικά ο Karl Popper, η ψυχανάλυση και ο μαρξισμός δεν είναι επιστημονικές θεωρίες, κυρίως επειδή οι έννοιες και οι προβλέψεις τους δεν είναι διαψεύσιμες, δεδομένου ότι δηλώνονται με έναν εμπειρικά εγγενώς μη διαψεύσιμο τρόπο, υποπίπτοντας στη νομιναλιστική πλάνη.

Η κοινωνική ψυχολογία υφίσταται μια σειρά από παρόμοια προβλήματα. Για παράδειγμα, ο πρώτος ενθουσιασμός που ξέσπασε γύρω από τη μελέτη της ακρίβειας της αντίληψης των ατόμων ως μιας σημαντικής εφαρμοσμένης μεταβλητής ακολούθησε παρόμοια τύχη (Funder, 1995· Kenny, 1994). Η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα ανθρώπινα όντα καταφέρνουν να ερμηνεύουν και να κατανοούν τους άλλους ανθρώπους και τον κόσμο γύρω τους παραμένει ένας βασικός πόλος ενδιαφέροντος για τους κοινωνικούς ψυχολόγους μέχρι σήμερα, παρόλο που ο φαινομενικά απλός στόχος της βελτίωσης της «ακρίβειας» της αντίληψης εξακολουθεί να τους διαφεύγει. Τα πρώτα πειράματα του Razran (1940) εξέφρασαν την ανησυχητική πιθανότητα η κοινωνική αντίληψη να είναι βαθιά ελαττωματική και οι άνθρωποι συχνά να παρανοούν και να παρερμηνεύουν τα όσα τους επικοινωνούν οι άλλοι. Ο Razran (1940) διαπίστωσε ότι το ίδιο μήνυμα μπορεί να ερμηνευτεί πολύ διαφορετικά, ανάλογα με το αν το ακροατήριο τυχαίνει να βρίσκεται σε καλή διάθεση (έπειτα από ένα δωρεάν γεύμα!) ή σε κακή διάθεση (λόγω έκθεσης σε βλαβερές οσμές). Αυτή η γραμμή έρευνας ενέπνευσε τελικά μια πλούσια και ακμάζουσα σήμερα παράδοση πειραματικών εργασιών γύρω από τις διαστρεβλωτικές επιπτώσεις των συναισθηματικών καταστάσεων στις κοινωνικές κρίσεις και στην κοινωνική συμπεριφορά (βλ. Forgas & Eich, 2012, για μια επισκόπηση).

Η ακρίβεια της αντίληψης σύνθετων προσωπικών χαρακτηριστικών αποδείχθηκε επίσης προβληματική. Ένα μείζον μεθοδολογικό πρόβλημα σε αυτό το πεδίο ήταν το ζήτημα των κριτηρίων μέτρησης. Ποιο είναι το κατάλληλο μέτρο σύγκρισης για τον προσδιορισμό της ακρίβειας των κρίσεων για το κατά πόσο ένα άτομο είναι φιλικό, τίμιο, συμπαθές ή θερμό; Δεδομένου ότι αυτά τα χαρακτηριστικά δεν είναι άμεσα παρατηρήσιμα, θα πρέπει να συναχθούν. Τα γνωστικά χαρακτηριστικά τέτοιων συμπερασματικών διαδικασιών δεν διερευνήθηκαν σωστά παρά μόνο πολύ αργότερα. Ίσως το τελευταίο καρφί στο φέρετρο της έρευνας για την ακρίβεια της αντίληψης του ατόμου ήταν το άρθρο του Cronbach (1955) που αποδείκνυε ότι η ακρίβεια αυτή δεν είναι στην πραγματικότητα μία μοναδική δεξιότητα ή μία μοναδική μετρήσιμη ψυχολογική διαδικασία, αλλά ένας σύνθετος συνδυασμός πολλαπλών διαδικασιών και ικανοτήτων που λειτουργούν συχνά η μία εναντίον της άλλης. Η διαφορική ακρίβεια, η ικανότητα της αντίληψης του τρόπου με τον οποίο ένα πρόσωπο διαφέρει από τους καθιερωμένους τύπους και κατηγορίες, είναι μια πολύ διαφορετική δεξιότητα από την ακρίβεια

των στερεοτύπων, την ικανότητα της ορθής ταξινόμησης ενός προσώπου στον συγκεκριμένο τύπο ή κατηγορία στα οποία ανήκει.

Το άρθρο του Cronbach (1955) απέδειξε με τρόπο που δεν άφηνε περιθώρια αμφισβήτησης τη νομιναλιστική πλάνη στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία: τη δελεαστική πεποίθηση ότι η ικανότητά μας να κατονομάζουμε ένα ψυχολογικό φαινόμενο υποδηλώνει ότι ένα τέτοιο φαινόμενο υπάρχει στην πραγματικότητα ως μία μοναδική και έγκυρη μετρήσιμη κατασκευή. Ακριβώς όπως ο Freud επινόησε ένα πλούσιο νέο λεξιλόγιο για διάφορες ψυχανalyτικές διαδικασίες που δεν μπορούσαν να αποδειχθούν εμπειρικά, το ίδιο πάνω κάτω συνέβη και στην περίπτωση της αναζήτησης της ακρίβειας της αντίληψης. Είναι δηλωτικό πως όταν η διαισθητικά ελκυστική έννοια της ακρίβειας της αντίληψης του ατόμου αποδομήθηκε από τον Cronbach (1955), το ενδιαφέρον για τη μελέτη της έπαψε σχεδόν αυτοστιγματί.

Φυσικά, η νομιναλιστική πλάνη παραμένει ακόμη και σήμερα ένα ανεπίλυτο πρόβλημα για την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία. Δυνητικά υποσχόμενες κατασκευές, όπως η στερεοτυπική απειλή, η άρρητη προκατάληψη, η συμπεριφορική προπαρασκευή της απόκρισης ή η μικρο-επιθετικότητα, ενδέχεται κάλλιστα να μοιράζονται ένα παρόμοιο πεπρωμένο. Η ουσία είναι ότι οι λέξεις που προσφέρουν μια διαισθητικά ελκυστική συμβολική, σημασιολογική λειτουργία στην περιγραφή υψηλού επιπέδου συμπερασμάτων και παρατηρήσεων είναι πιθανό να μην αντιστοιχούν απαραίτητα σε πραγματικές ψυχολογικές κατασκευές με επαρκή αξιοπιστία και εγκυρότητα.

Εσωτερική και εξωτερική εγκυρότητα και η ανάγκη για αντιπροσωπευτικό πειραματικό σχεδιασμό

Ένα άλλο ζήτημα που ανακύπτει ενόψει της εφαρμογής της κοινωνικής ψυχολογίας σε προβλήματα της πραγματικής ζωής έχει να κάνει με τις διαφορικές απαιτήσεις της μεγιστοποίησης της εσωτερικής και της εξωτερικής εγκυρότητας. Οι απαιτήσεις για μελέτη μιας μεταβλητής μέσα στη βελτιστοποιημένη ατμόσφαιρα του ελεγχόμενου εργαστηρίου είναι πολύ διαφορετικές από το πολύ πιο περίπλοκο περιβάλλον του πραγματικού κόσμου. Όπως έχει επισημάνει ο Fiedler (2011) και άλλοι, η καλή πειραματική εργαστηριακή εργασία στην κοινωνική ψυχολογία βασίζεται στη δημιουργική σκηνοθεσία μιας κατάστασης που είναι πιο πρόσφορη από κάθε άλλη για την παραγωγή του προσδοκώμενου αιτιακού δεσμού ανάμεσα σε μια ανεξάρτητη και σε μια εξαρτημένη μεταβλητή.

Στην προσπάθειά του να ελέγξει υποθέσεις στο εργαστήριο, η δεξιότητα του πειραματιστή επικεντρώνεται στο να θέσει υπό έλεγχο ή να εξαλείψει οποιαδήποτε συγχυτική μεταβλητή που θα μπορούσε να επηρεάσει τα αποτελέσματα. Αναζητώντας τον καλύτερο πειραματικό σχεδιασμό, ο ερευνητής επιδιώκει να

μεγιστοποιήσει την εσωτερική εγκυρότητα, δίνοντας λίγη προσοχή στην εξωτερική εγκυρότητα. Το αποτέλεσμα είναι η προσεκτικά σκηνοθετημένη εργαστηριακή κατάσταση να έχει μικρή μόνο ομοιότητα με το φυσικό πλαίσιο στο οποίο λαμβάνουν χώρα συνήθως τα υπό μελέτη φαινόμενα (με άλλα λόγια, να έχει χαμηλή εξωτερική εγκυρότητα).

Το πρόβλημα είναι πιο δύσκολο να ανιχνευτεί αν λάβουμε υπόψη μας ότι οι κοινωνικοί ψυχολόγοι δεν έχουν ακόμη συμμαριστεί την αναγκαιότητα του «αντιπροσωπευτικού σχεδιασμού» που εισηγήθηκε ο Brunswik – σχεδιασμοί που βασίζονται σε μια έγκυρη ταξινόμηση του πληθυσμού συναφών κοινωνικών καταστάσεων τις οποίες επιθυμούμε να διερευνήσουμε. Ακόμη και καλά σχεδιασμένα εργαστηριακά πειράματα συχνά παρουσιάζουν ελάχιστη ομοιότητα με τη φυσική οικολογία του φαινομένου που εξετάζεται. Επίσης, είναι πολύ λίγα ακόμη αυτά που γνωρίζουμε ή κατανοούμε σχετικά με το πώς η εργαστηριακή κατάσταση, που είναι προϊόν πειραματικού χειρισμού, διαφέρει ή αποκλίνει από το φυσικό ισοδύναμό της. Αυτό το θέμα έχει συζητηθεί επανειλημμένα αλλά ανεπιτυχώς στη βιβλιογραφία της κοινωνικής ψυχολογίας (Brunswik, 1955). Τα επιχειρήματα υπέρ της ανάπτυξης «αντιπροσωπευτικών σχεδιασμών», δηλαδή σχεδιασμών που αντιπροσωπεύουν πραγματικές κοινωνικές καταστάσεις με αξιόπιστους τρόπους, σπάνια μόνο έχουν υιοθετηθεί στην πράξη, ενώ εξακολουθούμε να μη δίνουμε μεγάλη προσοχή στην κατασκευή αξιόπιστων εμπειρικών ταξινομήσεων των διάφορων τομέων κοινωνικών καταστάσεων (Forgas, 1979).

Μια συνέπεια της δεδομένης κατάστασης είναι ότι η εξωτερική εγκυρότητα και η εφαρμοσιμότητα ακόμη και των πιο εντυπωσιακών και συναρπαστικών ανακαλύψεών μας παραμένουν στη σκιά ενός νέφους αβεβαιότητας. Ένα εύστοχο παράδειγμα είναι η τύχη της κλασικής έρευνας του Milgram για την υπακοή (Milgram, 1963). Επειδή το πείραμα πραγματοποιήθηκε σε ένα τεχνητό εργαστηριακό περιβάλλον, όπου οι παραπλανημένοι συμμετέχοντες διατηρούσαν κάποιες αμφιβολίες σχετικά με το τι ακριβώς συνέβαινε, οι επικριτές των πειραμάτων του Milgram ισχυρίστηκαν ότι τα ευρήματα δεν ήταν δυνατό να εφαρμοστούν σε συνθήκες υπακοής αντλημένες από την πραγματική ζωή. Μολονότι στη συγκεκριμένη κριτική έχει σχεδόν σίγουρα δοθεί περισσότερη σημασία από όση πραγματικά αξίζει, αληθεύει κατά πάσα πιθανότητα ότι οι μελέτες του Milgram εφαρμόζονται κυρίως σε μια συγκεκριμένη κατηγορία καταστάσεων υπακοής (όπου μη ενημερωμένοι συμμετέχοντες υπακούουν σε μια μορφή αυθεντίας), αλλά ενδέχεται να μην μπορούν να γενικευτούν σε όλα τα φαινόμενα υπακοής.

Ένα άλλο παρόμοιο παράδειγμα είναι η συνεχιζόμενη διαμάχη γύρω από την ερμηνεία της διάσημης μελέτης της φυλακής του Zimbardo στο Στάνφορντ. Τα ερωτήματα σχετικά με την εσωτερική και την εξωτερική εγκυρότητα και τη δυνατότητα εφαρμογής αυτής της μελέτης σε καταστάσεις της πραγματικής ζωής

δεν έχουν ακόμη απαντηθεί, και πάλι διότι παραμένει ασαφές σε ποιον βαθμό η κατάσταση που βιώνουν οι συμμετέχοντες του Zimbardo είναι αντιπροσωπευτική του συνόλου παρόμοιων καταστάσεων στην πραγματική ζωή, όπου μια τέτοια συμπεριφορά εκδηλώνεται στ' αλήθεια.

Συνοπτικά, επομένως, φαίνεται ότι οι εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας συχνά υπόκεινται σε μια αντιστάθμιση ανάμεσα στην προσπάθεια μεγιστοποίησης του πειραματικού ελέγχου σε εργαστηριακά περιβάλλοντα και στην πολυπλοκότητα των πολλαπλών ανεξέλεγκτων επιδράσεων που χαρακτηρίζουν τα πραγματικά περιβάλλοντα όπου εμφανίζονται τα υπό μελέτη φαινόμενα. Εντούτοις, καταρχήν, η εσωτερική και η εξωτερική εγκυρότητα θα μπορούσαν να μεγιστοποιηθούν ταυτόχρονα με πειραματικούς σχεδιασμούς βασισμένους στην αντιπροσωπευτική δειγματοληψία των καταστάσεων (πρόσωπα, περιβάλλοντα, ερεθίσματα κ.λπ.) στις οποίες αναμένεται να γενικευτούν οι προβλέψεις (Brewer & Crano, 2014· Brunswik, 1955). Επομένως, οι προβλέψεις αιτιακής συνάφειας θα μπορούσαν να αναπτυχθούν και να ελεγχθούν σε περιβάλλοντα που θα είναι την ίδια στιγμή αντιπροσωπευτικά και γενικεύσιμα, αντί για την τρέχουσα εξάρτηση από κατά κύριο λόγο *ad hoc* πειραματικούς χειρισμούς (Crano, υπό έκδοση).

Στην επόμενη ενότητα θα προβούμε σε μια σύντομη περίληψη και επισκόπηση των περιεχομένων αυτού του βιβλίου.

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΤΟΜΟΥ

Εκτός από αυτό το εισαγωγικό κεφάλαιο, το βιβλίο μας είναι οργανωμένο σε τέσσερα συμπληρωματικά μέρη, καθένα από τα οποία αποτελείται από τέσσερα κεφάλαια. Το Α' Μέρος ασχολείται με ορισμένα από τα βασικά ζητήματα και τις κύριες μεθόδους της εφαρμογής της κοινωνικής ψυχολογίας. Το Β' Μέρος διερευνά το ερώτημα του πώς οι εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας μπορούν να προωθήσουν την ατομική υγεία και ευημερία. Το Γ' Μέρος στρέφεται προς την εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας για τη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και της επικοινωνίας. Τέλος, το Δ' Μέρος διερευνά πώς η κοινωνική ψυχολογία μπορεί να βελτιώσει την κατανόησή μας για τις δημόσιες υποθέσεις και την πολιτική συμπεριφορά.

Το επόμενο κεφάλαιο, το Κεφάλαιο 2 του Fiedler, υποστηρίζει ότι η μεταγραφική έρευνα που διεξάγεται στο εργαστήριο υπό πειραματικά ελεγχόμενες συνθήκες μπορεί συχνά να οδηγήσει σε πιο χρήσιμες εφαρμογές σε πρακτικό επίπεδο και σε πιο υπεύθυνες παρεμβάσεις απ' ό,τι η λιγότερο ελεγχόμενη έρευνα που διεξάγεται κάτω από ρεαλιστικές συνθήκες. Το κεφάλαιο περιγράφει διάφορα παραδείγματα αυτής της διαδικασίας, τα οποία προέρχονται από προσεγγίσεις

της θεωρίας δειγματοληψίας. Το κεφάλαιο καταλήγει στο συμπέρασμα ότι, σε συμφωνία με την άποψη του Kurt Lewin (1943, σ. 118) ότι «δεν υπάρχει τίποτε τόσο πρακτικό όσο μια καλή θεωρία», η εργαστηριακή έρευνα συχνά οδηγεί σε καλύτερα κατανοητές παρεμβάσεις απ' ό,τι η εφαρμοσμένη έρευνα που διεξάγεται σε περιβάλλοντα της πραγματικής ζωής.

Οι Van Vugt, de Vries και Li (Κεφάλαιο 3) ορίζουν το περίγραμμα ενός εξελικτικού πλαισίου στο οποίο η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία θα είναι σε θέση να εξετάσει την ανθρώπινη κοινωνική νόηση, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά ως προϊόντα ψυχολογικών μηχανισμών που εξελίχθηκαν για την επίλυση επαναλαμβανόμενων προκλήσεων στην επιβίωση και στην αναπαραγωγή. Το κεφάλαιο εισάγει την έννοια της εξελικτικής αναντιστοιχίας (evolutionary mismatch), η οποία περιγράφει τις περιπτώσεις στις οποίες οι προηγούμενες προσαρμοστικοί ψυχολογικοί μηχανισμοί ενδέχεται να μην παράγουν πλέον τα ίδια ευεργετικά αποτελέσματα σε διαφορετικά περιβάλλοντα και σε διαφορετικές ιστορικές στιγμές. Το κεφάλαιο μελετά στοιχεία αναντιστοιχιών που επηρεάζουν την ανθρώπινη ευημερία σε εφαρμοσμένους τομείς, όπως η εύρεση συντρόφου και η γονικότητα, η σωματική και η ψυχική υγεία, η κοινωνική λήψη αποφάσεων, καθώς και η εργασία και οι οργανώσεις.

Στο Κεφάλαιο 4, οι Walton και Brady αναλύουν τη φύση των ψυχολογικά «σοφών» παρεμβάσεων στη νοοτροπία, οι οποίες εξετάζουν πώς ο τρόπος με τον οποίο αναπαρίστανται συγκεκριμένα γεγονότα ή εμπειρίες μπορεί να ευνοήσει την ανθρώπινη ευημερία. Αντλώντας παραδείγματα από την εκπαίδευση, την υγεία, τη γονικότητα και τις διομαδικές σχέσεις, το κεφάλαιο υποστηρίζει ότι το βασικό βήμα είναι ο εντοπισμός και η ερμηνεία των δυσάρεστων γεγονότων και εμπειριών. Το κεφάλαιο περιγράφει μια βήμα προς βήμα μεθοδολογία υποστηριζόμενη από πειράματα εργαστηρίου και πεδίου, η οποία έχει σχεδιαστεί για να διερευνά τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι βιώνουν συνήθως ένα αρνητικό συμβάν και πώς μπορούν να μετριάσουν τις επιπτώσεις του.

Στο Κεφάλαιο 5, οι Petty και Briñol παρέχουν μια σύντομη επισκόπηση του μοντέλου πιθανότητας επεξεργασίας (ELM) της πειθούς ως ενός βασικού εννοιακού πλαισίου για την εφαρμογή κοινωνιοψυχολογικών παρεμβάσεων, με στόχο την άσκηση επιρροής σε πεποιθήσεις και στάσεις. Το κεφάλαιο περιγράφει πέντε θεμελιώδεις διαδικασίες για την επιρροή των στάσεων και αναλύει αρκετούς τομείς εφαρμογής του μοντέλου, όπως η ψυχική και η σωματική υγεία, η καταναλωτική συμπεριφορά και η πολιτική εμπλοκή. Οι έρευνες που περιλαμβάνονται στην επισκόπηση δείχνουν ότι οι κρίσεις που βασίζονται σε ανώτερες διαδικασίες της σκέψης προβλέπουν τις συμπεριφορικές προθέσεις και τη συμπεριφορά καλύτερα απ' ό,τι οι κρίσεις που βασίζονται σε πιο περιορισμένη σκέψη.

Το Β' Μέρος περιλαμβάνει κεφάλαια που ασχολούνται με ζητήματα προώθησης της ατομικής ευημερίας και προσαρμογής.

Οι Blanton, Burrows και Regan (Κεφάλαιο 6) αναλύουν τη σχετιζόμενη με την υγεία επικοινωνία και διερευνούν την ικανότητα των ζυηρών εικόνων στα βιντεοπαιχνίδια να μεταφέρουν τους έφηβους παίκτες σε μια συναρπαστική, φανταστική πραγματικότητα που ασκεί ευεργετική επίδραση στην έκβαση των γνωστικών διαδικασιών τους σχετικά με την υγεία (μια διαδικασία την οποία αποκαλούν «εικονική μεταφορά»). Τα πειράματά τους έδειξαν ότι η παρουσία μιας άβαταρ «μηχανής ατμίματος» κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού μείωσε την προσλαμβανόμενη επικινδυνότητα του καπνίσματος ηλεκτρονικών τσιγάρων. Επιπλέον, η τοποθέτηση μηνυμάτων υγείας στο παρασκήνιο των πρωτοπρόσωπων βιντεοπαιχνιδιών μείωσε την προθυμία των παικτών να εμπλακούν σε καταστάσεις δυνητικά επικίνδυνες για την υγεία τους. Το κεφάλαιο προτείνει ότι οι υπεύθυνοι επικοινωνίας σε θέματα υγείας θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν τις ίδιες διαδικασίες, όπως στοιχεία μεταφοράς και φαντασίας σε βιντεοπαιχνίδια, για την προώθηση της δημόσιας υγείας.

Η Krahe (Κεφάλαιο 7) στρέφεται στο ζήτημα της επιθετικότητας και παρουσιάζει ένα εκτεταμένο ερευνητικό πρόγραμμα που εξετάζει την εξέλιξη της τάσης για υιοθέτηση επιθετικών συμπεριφορών, χρησιμοποιώντας διαχρονικούς και πολυεπίπεδους σχεδιασμούς. Η επισκόπηση διερευνά τον ρόλο των διαπροσωπικών και περιβαλλοντικών παραγόντων κινδύνου από τη μέση παιδική ηλικία έως την πρώιμη ενήλικη ζωή στην παραγωγή επιθετικών συμπεριφορών. Επίσης αναλύει τον τρόπο με τον οποίο οι ατομικές προδιαθέσεις και οι παράγοντες που σχετίζονται με την κατάσταση αλληλεπιδρούν για να προβλέψουν τις τροχιές που θα χαράξει η επιθετική συμπεριφορά. Σχολιάζονται ακόμη οι επιπτώσεις των ευρημάτων στις αποτελεσματικές παρεμβάσεις.

Το Κεφάλαιο 8 της Papies εξετάζει τον ρόλο της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας στην κατανόηση των δυσλειτουργικών συμπεριφορών κατανάλωσης τροφής και ποτού. Παρουσιάζει μια τεκμηριωμένη θεωρία νόησης για την επιθυμία και τις υποκινούμενες συμπεριφορές όρεξης, υποδηλώνοντας ότι η επιθυμία προκύπτει όταν εσωτερικά ή εξωτερικά ενδεικτικά στοιχεία πυροδοτούν την προσομοίωση μιας προηγούμενης ορεκτικής εμπειρίας. Εξετάζει εμπειρικά στοιχεία που υποστηρίζουν αυτή την εξήγηση, χρησιμοποιώντας συμπεριφορικές, φυσιολογικές και νευροαπεικονιστικές μεθόδους. Συζητούνται οι συνέπειες αυτής της έρευνας για το μάρκετινγκ και την ετικετοποίηση των τροφίμων, καθώς και ο σχεδιασμός αποτελεσματικών παρεμβάσεων.

Οι Koole, Atzil-Slonim, Butler, Dikker, Tschacher και Wilderjans (Κεφάλαιο 9) προσφέρουν μια εφαρμοσμένη κοινωνιοψυχολογική ανάλυση της θεραπευτικής σχέσης, υποδηλώνοντας ότι ο διαπροσωπικός συγχρονισμός παίζει σημαντικό ρόλο στα κλινικά περιβάλλοντα. Το κεφάλαιο προσφέρει ένα μοντέλο που συνδέει την κλινική έρευνα γύρω από την ψυχοθεραπεία και την κοινωνιοψυχολογική έρευνα γύρω από τον διαπροσωπικό συγχρονισμό. Το κεφάλαιο εξετάζει

την εμπειρική έρευνα που υποστηρίζει το μοντέλο και προτείνει ότι ο διαπροσωπικός συγχρονισμός αποτελεί μια πολλά υποσχόμενη έννοια ως βασικός μηχανισμός της κοινωνικής ψυχολογίας που συμβάλλει στα κλινικά αποτελέσματα.

Το Γ' Μέρος καταπιάνεται με τη συμβολή της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας στις αποτελεσματικές διαπροσωπικές σχέσεις και στην επιτυχή επικοινωνία.

Οι Mikulincer και Shaver (Κεφάλαιο 10) εξετάζουν τη θεωρία του δεσμού, ένα από τα πιο χρήσιμα σύγχρονα εννοιολογικά πλαίσια για την κατανόηση της ρύθμισης των συναισθημάτων, της διαπροσωπικής συμπεριφοράς και της κοινωνικής λειτουργικότητας. Η διαθεσιμότητα της φροντίδας, μια υποστηρικτική σχέση που ξεκινάει από τη βρεφική ηλικία, είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη αίσθησης ασφάλειας και σιγουριάς. Το κεφάλαιο παρουσιάζει ένα θεωρητικό μοντέλο του συμπεριφορικού συστήματος του δεσμού και περιγράφει τις ενδοψυχικές και διαπροσωπικές εκδηλώσεις της ασφάλειας του δεσμού. Εξετάζονται τα εμπειρικά ευρήματα που υποστηρίζουν τη θεωρία και λαμβάνονται υπόψη οι συνεισφορές της θεωρίας του δεσμού στα πεδία της εκπαίδευσης, της υγείας, της πρόνοιας, του μάντζμεντ, της οικονομίας και της πολιτικής.

Στο Κεφάλαιο 11, οι Crano και Ruybal διερευνούν τον ρόλο της γονικής επιρροής στην πρόληψη της αυτοκτονίας και της κατάθλιψης στους εφήβους, μιας από τις κύριες αιτίες θνησιμότητας στην εφηβική ηλικία. Προβαίνουν σε μια επισκόπηση της επιδημιολογικής βιβλιογραφίας που συνδέει τη γονική επίβλεψη και θέρμη με τη χρήση ναρκωτικών και την κατάθλιψη στην εφηβεία και προτείνουν ότι η γονική επιρροή μπορεί μερικές φορές να διαδραματίσει έναν ακούσιο διευκολυντικό ρόλο στη χρήση ναρκωτικών μεταξύ των εφήβων, ενώ η χρήση ναρκωτικών, με τη σειρά της, φαίνεται να συνδέεται με οξυμμένα συμπτώματα κατάθλιψης μεταξύ των νέων.

Η Kovera (Κεφάλαιο 12) εξετάζει τον ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις στη μεροληπτική έκβαση των νομικών υποθέσεων. Το κεφάλαιο τεκμηριώνει πώς οι προσδοκίες των δικηγόρων όσον αφορά τις δυνητικές στάσεις των ενόρκων επηρεάζουν τις ερωτήσεις που θέτουν, τις εκτιμήσεις τους για τις στάσεις τους και, κατά συνέπεια, τις ετυμηγορίες που εκδίδουν οι ένορκοι. Σε ένα άλλο ερευνητικό ρεύμα, οι προσδοκίες όσων διαχειρίζονται τις παρατάξεις υπόπτων για αναγνώριση από αυτόπτες μάρτυρες παρήγαγαν παρακινητικές συμπεριφορές που αύξησαν τις εσφαλμένες ταυτοποιήσεις. Το κεφάλαιο καταλήγει στο συμπέρασμα ότι οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις στα νομικά περιβάλλοντα μπορούν να αποτελέσουν πηγή μεροληψίας στις δικαστικές αποφάσεις.

Οι Kross και Chandhok (Κεφάλαιο 13) αναλύουν τι έχουμε μάθει για το πώς τα ηλεκτρονικά μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Facebook, επηρεάζουν τη συναισθηματική ζωή των ανθρώπων. Το κεφάλαιο προσφέρει μια σύντομη επι-

σκόπηση της έρευνας σχετικά με τους δεσμούς ανάμεσα στη χρήση ηλεκτρονικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης και στη συναισθηματική ευημερία, και περιγράφει ένα ερευνητικό πρόγραμμα που διερευνά πώς η «ενεργή» και η «παθητική» χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης επηρεάζουν το πώς αισθάνονται οι άνθρωποι τόσο στο εργαστήριο όσο και στην καθημερινή ζωή. Εξετάζεται η ενδεχόμενη χρήση των ηλεκτρονικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης για την προώθηση της ευημερίας.

Το Δ' Μέρος του βιβλίου περιλαμβάνει κεφάλαια εστιασμένα στον ευεργετικό ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν οι εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας στις δημόσιες υποθέσεις και στην πολιτική συμπεριφορά.

Οι Forgas και Lantos (Κεφάλαιο 14) διερευνούν την εφαρμογή της ψυχολογίας στον πολιτικό τομέα και επικεντρώνονται στον ρόλο του συλλογικού ναρκισσισμού στην εξήγηση της πρόσφατης ανόδου των αντιφιλελεύθερων λαϊκίστικων κινήματων. Το κεφάλαιο υιοθετεί μια ενοποιητική προσέγγιση πολλαπλών μεθόδων προκειμένου να τεκμηριώσει την ανάδυση του συλλογικού ναρκισσισμού ως βασικού γνωρίσματος της ανόδου του αντιφιλελευθερισμού σε ορισμένες χώρες. Οι διαδικασίες αυτές παρουσιάζονται παίρνοντας ως παράδειγμα την πρόσφατη ιστορία της Ουγγαρίας, της κύριας εκπροσώπου του αντιφιλελευθερισμού στην Ευρώπη. Το κεφάλαιο ανατρέχει σε ιστορικά στοιχεία, δεδομένα από εθνικής εμβέλειας έρευνες και στην ανάλυση γλωσσικών αφηγήσεων, καθώς και εμπειρικών μελετών που συνδέουν τον συλλογικό ναρκισσισμό με τη λαϊκίστικη πολιτική.

Στο Κεφάλαιο 15, οι Wohl και Stefaniak διερευνούν τον ρόλο ενός άλλου ομαδικού συναισθήματος: της συλλογικής νοσταλγίας στην πολιτική συμπεριφορά. Η συλλογική νοσταλγία βιώνεται συχνά όταν δημιουργείται η εντύπωση πως η ενδοομάδα χάνει τη σύνδεση με το πολύτιμο παρελθόν της και οδηγεί σε μια επιθυμία για αποκατάσταση της αίσθησης της συλλογικής συνέχειας. Αντλώντας την έμπνευσή του από τη βιβλιογραφία σχετικά με τις κοινωνικές αναπαραστάσεις της ιστορίας, το κεφάλαιο υποστηρίζει ότι το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας διαθέτει μια προβλεπτική χρησιμότητα στην κατανόηση των πολιτικών αντιδράσεων. Η νοσταλγία για μια ανοιχτή κοινωνία αποφέρει εποικοδομητικές διομαδικές αποκρίσεις (π.χ. υποστήριξη προς τη μετανάστευση) και η νοσταλγία για μια ομοιογενή κοινωνία αποφέρει καταστροφικές διομαδικές αποκρίσεις (π.χ. συναισθήματα κατά της μετανάστευσης). Οι συγγραφείς αναλύουν πώς η συλλογική νοσταλγία μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους λαϊκιστές ηγέτες ως πολιτικό εργαλείο.

Στο Κεφάλαιο 16, οι Jussim, Careem, Honeycutt και Stevens αξιολογούν κριτικά τη δυνατότητα των βαθμολογιών στη Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (Implicit Association Test, IAT) να εξηγήσουν τη φυλετική ανισότητα στον πραγματικό κόσμο. Η επισκόπησή τους δείχνει ότι η δοκιμασία IAT δεν συνιστά κα-

θαρό μέτρο ούτε των άρρητων μεροληψιών ούτε των συνειρμών. Μια σειρά από ευρετικά μοντέλα δείχνουν ότι οι βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT μπορούν να εξηγήσουν μόνο ένα μικρό μέρος της φυλετικής ανισότητας. Δεδομένων των σοβαρών αδυναμιών της δοκιμασίας, το κεφάλαιο καταλήγει στο συμπέρασμα ότι απαιτείται πιο εκτεταμένη έρευνα για την πλήρη κατανόηση του τι ακριβώς μετράει και εξηγεί η δοκιμασία IAT προκειμένου να συντρέξουν οι λόγοι για ευρεία εφαρμογή της.

Η Schmader (Κεφάλαιο 17) υποστηρίζει ότι η κοινωνική ψυχολογία κατέχει μια μοναδική θέση ώστε να κατανοεί τα βασικά συστατικά στοιχεία της κουλτούρας του χώρου εργασίας και να σχεδιάζει και να δοκιμάζει παρεμβάσεις που θα μπορούσαν να προωθήσουν μια πιο συμπεριληπτική κουλτούρα σε επίπεδο οργανώσεων. Το κεφάλαιο εξετάζει τρία αλληλοσυσχετιζόμενα επίπεδα κουλτούρας του χώρου εργασίας: το θεσμικό, το ατομικό και το διαπροσωπικό. Η Schmader προβαίνει σε μια επισκόπηση των ερευνών που εξετάζουν λιγότερο αισθητές ενδείξεις του αποκλεισμού που βιώνουν οι γυναίκες σε καθένα από αυτά τα επίπεδα. Το κεφάλαιο διερευνά επίσης στοιχεία που δείχνουν ότι οι παρεμβάσεις μπορούν να είναι στοχευμένες με επιτυχία σε ένα ή περισσότερα επίπεδα, ώστε να καλλιεργήσουν μια πιο συμπεριληπτική κουλτούρα για τις γυναίκες και άλλες υποτιμημένες ομάδες.

Συνοπτικά, ο στόχος μας με αυτό το βιβλίο είναι να διερευνήσουμε εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας που μπορούν να συμβάλουν στην καλύτερη κατανόηση των προβλημάτων της πραγματικής ζωής σε ατομικό, διαπροσωπικό και κοινωνικό επίπεδο ανάλυσης. Σε αυτό το εισαγωγικό κεφάλαιο, ειδικότερα, προσπαθήσαμε να εξετάσουμε μερικά από τα πιο σημαντικά ιστορικά, πολιτισμικά, εξελικτικά και ψυχολογικά ζητήματα που συνέχονται με τον τρόπο με τον οποίο η κοινωνική ψυχολογία εφαρμόζεται στην πραγματική ζωή. Οι συμβολές σε αυτόν τον τόμο επιλέχθηκαν με κριτήριο την προσφορά μιας ευρείας και αντιπροσωπευτικής επισκόπησης των πρόσφατων ερευνητικών εξελίξεων σε αυτόν τον σημαντικό τομέα. Ως επιμελητές, είμαστε βαθιά ευγνώμονες προς όλους τους συγγραφείς που αποδέχτηκαν την πρόσκλησή μας να παρακολουθήσουν το 21ο Συμπόσιο Κοινωνικής Ψυχολογίας του Σίδνεϊ και να μοιραστούν τις πολύτιμες ιδέες τους με τους αναγνώστες μας. Ελπίζουμε ειλικρινά ότι οι ιδέες που περιέχονται σε αυτά τα κεφάλαια θα συμβάλουν όχι μόνο στην επιστήμη της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας, αλλά και σε μια καλύτερη κατανόηση των πολύπτυχων ρόλων που μπορούμε ως ψυχολόγοι να διαδραματίσουμε για τη βελτίωση των ανθρώπινων υποθέσεων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

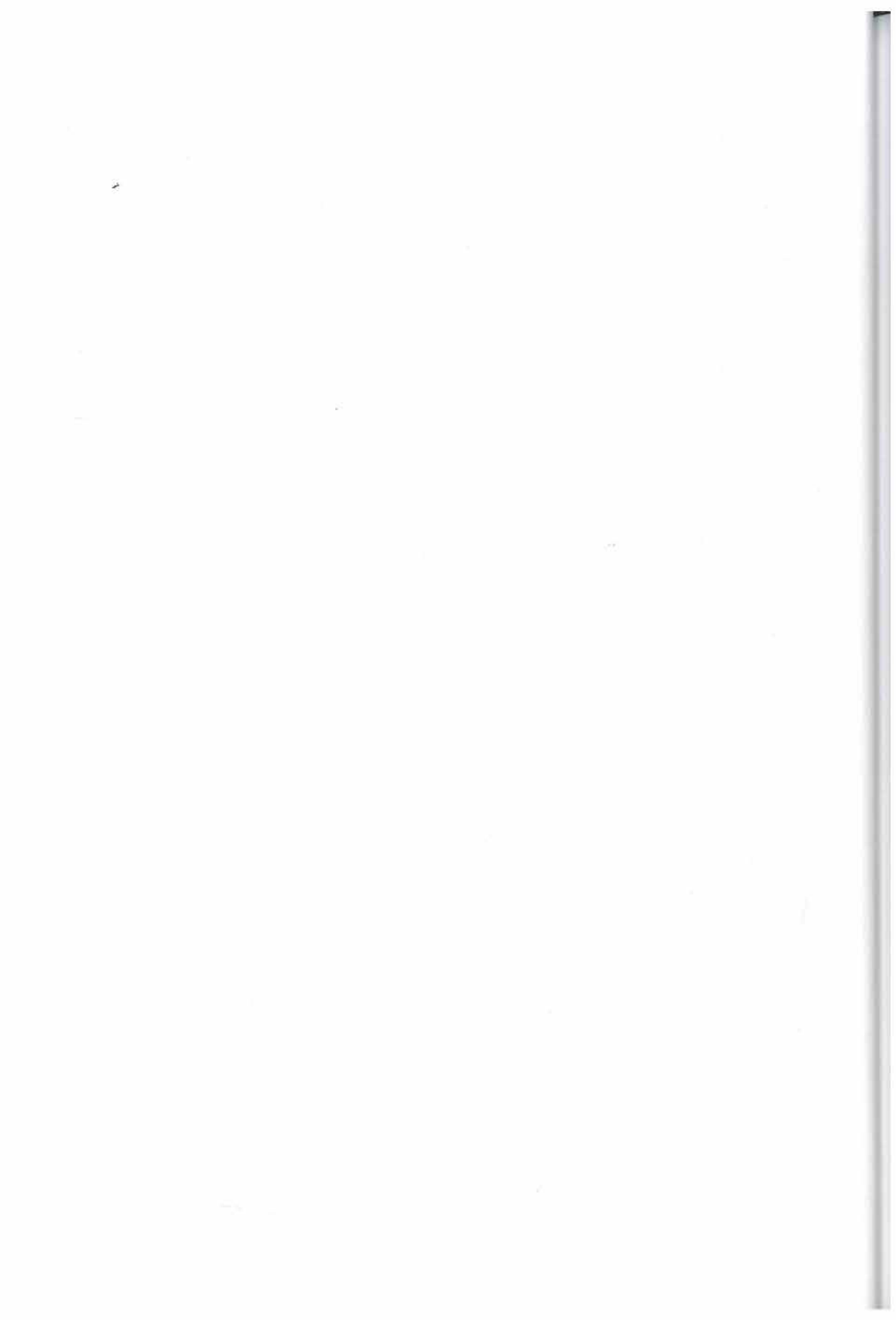
- Albright, M. (2018). *Fascism: A warning*. New York, NY: Harper Collins Press.
- Allport, F. H. (1924). *Social psychology*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Binet, A., & Simon, T. (1909). An investigation concerning the value of the oral method. *American Annals of the Deaf*, 142(3), 35-45. doi:10.1353/aad.2012.0573, PMID 9222149
- Brewer, M. B., & Crano, W. D. (2014). Research design and issues of validity. In H. T. Reis & C. M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (2nd ed., pp. 11-26). New York, NY: Cambridge University Press.
- Brunswik, E. (1955). Representative design and probabilistic theory in a functional psychology. *Psychological Review*, 62(3), 193-217.
- Campbell, D. T. (1969). Reforms as experiments. *American Psychologist*, 24, 409-429.
- Campbell, D. T. (1974). Evolutionary epistemology. In P. A. Schilpp (Ed.), *The philosophy of Karl R. Popper* (pp. 412-463). LaSalle, IL: Open Court.
- Crano, W. D. (in press). Reflections on a proposal designed to enhance the internal and internal validity of research in psychology. *Psychological Inquiry*.
- Cronbach, L. J. (1955). Processes affecting scores on "understanding of others" and "assumed similarity." *Psychological Bulletin*, 52, 177-193.
- Fiedler, K. (2011). Voodoo correlations are everywhere—not only in neuroscience. *Perspectives on Psychological Science*, 6(2), 163-171.
- Forgas, J. P. (1979). *Social episodes: The study of interaction routines*. London and New York: Academic Press.
- Forgas, J. P. & Baumeister, R. F. (Eds.). (2019). *The social psychology of gullibility: Fake news, conspiracy theories and irrational beliefs*. New York: Psychology Press.
- Forgas, J. P. & Eich, E. (2012). Affective influences on cognition. In A. F. Healy & R. W. Proctor (Vol. Eds.), *Experimental psychology* (2nd ed.). Vol. 4 in I. B. Weiner, *Handbook of psychology*, pp. 61-82.
- Forgas, J. P., Haselton, M., & von Hippel, W. (Eds.). (2007). *Evolution and the social mind: Evolutionary psychology and social cognition*. New York: Psychology Press.
- Freeman, D. (1999). *The fateful hoaxing of Margaret Mead*. New York: Basic Books.
- Funder, D. C. (1995). On the accuracy of personality judgment: A realistic approach. *Psychological Review*, 102, 652-670.
- Herrnstein, R., & Murray, C. (1994). *The Bell curve: Intelligence and class structure in American society*. New York: Free Press.
- Judd, C. M., & Park, B. (1993). Definition and assessment of accuracy in social stereotypes. *Psychological Review*, 100, 109-128.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. New York: Macmillan.
- Kelley, H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. In D. Levine (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 192-238). Lincoln, Nebraska: University of Nebraska Press.
- Kenny, D. A. (1994). *Interpersonal perception: A social relations analysis*. New York: Guilford.
- Krueger, J. (1996). Probabilistic national stereotypes. *European Journal of Social Psychology*, 26, 961-980.
- Kuhn, T. S. (1996). *The structure of scientific revolutions*. (3rd ed.). Chicago, IL: University of Chicago Press.

- Lewin, K. (1943). Psychology and the process of group living. *Journal of Social Psychology*, 17, 113-131.
- Lippmann, W. (1922). *Public opinion*. New York: Macmillan.
- Mead, M. (1966). *Coming of age in Samoa*. London: Penguin.
- Milgram, S. (1963). Behavioral study of obedience. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67, 371-378.
- Mischel, W. (1968). *Personality and assessment*. New York: Wiley.
- Mook, D. G. (1983). In defense of external invalidity. *American Psychologist*, 38(4), 379-387.
- Münsterberg, H. (1915). *On the witness stand: Essays in psychology and crime*. New York, NY: Doubleday, Page & Company. doi.org/10.1037/10854-000
- Pinker, S. (1997). *How the mind works*. New York: Norton.
- Razran, G. H. (1940). Conditioned response changes in rating and appraising sociopolitical slogans. *Psychological Bulletin*, 37, 481-493.
- Sears, R. R. (1961). Carl Iver Hovland: 1912-1961. *The American Journal of Psychology*, 74(4), 637-639.
- Sherif, M. (1936). *The psychology of social norms*. Oxford: Harper.
- Skinner, B. F. (1951). *Science and human behavior*. New York: The Free Press.
- Swets, J. A., Dawes, R. M., & Monahan, J. (2000). Psychological science can improve diagnostic decisions. *Psychological Science in the Public Interest*, 1(1), 1-26. doi.org/10.1111/1529-1006.001
- Tajfel, H. (1969). Cognitive aspects of prejudice. *Journal of Social Issues*, 25, 79-97.
- Tajfel, S. & Forgas, J. P. (1981). Social categorisation: Cognitions, values and groups. In J. P. Forgas (Ed.), *Social cognition* (pp. 113-140). London & New York: Academic Press.
- Triplet, N. (1898). The dynamogenic factors in pacemaking and competition. *The American Journal of Psychology*, 9(4), 507-533.
- Von Hippel, W. (2018). *The social leap*. New York, NY: Harper Collins.
- Watson, J. B. (1929). *Behaviorism*. New York, NY: Norton.
- Wolf, T. H. (1969). The emergence of Binet's conception and measurement of intelligence: A case history of the creative process. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 5(2), 113-134.



■ Α΄ ΜΕΡΟΣ ■

Βασικά ζητήματα και μέθοδοι



ΘΕΜΕΛΙΩΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗ ΜΕΤΑΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Klaus Fiedler

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΑΠΟ ΤΗΝ «ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ» ΣΤΗ «ΜΕΤΑΓΡΑΦΙΚΗ» ΕΡΕΥΝΑ

Η σοφή ρήση του Kurt Lewin ότι δεν υπάρχει τίποτε τόσο πρακτικό όσο μια καλή θεωρία παρατίθεται συχνά και φαίνεται πως την υιοθετούν και την ασπάζονται σχεδόν όλοι όσοι την επικαλούνται. Τι σημαίνει όμως αυτή η δήλωση; Αυτό που ήθελε να πει ο Lewin ήταν πως όταν η βασική έρευνα εμπνέεται από μια καλή θεωρία μπορεί να εφαρμοστεί ευθύς αμέσως στον πραγματικό κόσμο ή ότι οι καλές θεωρίες μάς επιτρέπουν να εξισώσουμε τη θεωρητική και πρακτική έρευνα; Για παράδειγμα, μπορεί το εύρημα ότι η κατανεμημένη μάθηση είναι ανώτερη από τη μαζική μάθηση (Kornell & Bjork, 2008), το οποίο απορρέει από μια έγκριτη, αδιαμφισβήτητη θεωρητική αρχή, να εξομοιωθεί με πρακτικές βελτιώσεις σε ακαδημαϊκά περιβάλλοντα και σε καθημερινές πρακτικές μάθησης; Ή μήπως το διαρκώς εμπλουτιζόμενο σώμα των πρόσφατων στοιχείων σχετικά με τη «σοφία του πλήθους» (Surowiecki, 2004), η οποία είναι λογικά θεμελιωμένη στον νόμο των μεγάλων αριθμών του Bernoulli (1713), υποδηλώνει ότι, ουσιαστικά, όλες οι ομάδες είναι πιο λογικές από όλα τα άτομα και ότι η ακρίβεια όλων των ομαδικών αποφάσεων αυξάνεται με το μέγεθος της ομάδας (Sorkin, Hays, & West, 2001) ή ότι η εγκυρότητα της δοκιμασίας αυξάνεται πάντα με τον αριθμό των ερωτημάτων της δοκιμασίας;

Η απάντηση σε όλα αυτά τα ερωτήματα είναι ξεκάθαρα: Όχι. Μια καλή θεωρία δεν μπορεί να εξομοιωθεί έτσι απλά με μια επιτυχημένη πρακτική παρέμβαση. Υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος από τη διαμόρφωση μιας καλής θεωρίας έως την επίτευξη πρακτικής επιτυχίας σε εφαρμοσμένα περιβάλλοντα. Είναι βέβαιο πως ο Lewin δεν ήθελε να υποβαθμίσει τον βαθμό προσπάθειας και δύναμης της

βούλησης που απαιτείται για μπορέσει μια απολύτως πειστική ιδέα να μεταφραστεί σε πρακτικά οφέλη. Θα ήταν επομένως ορθότερο να αναφερόμαστε στη μεταγραφική επιστήμη παρά στην εφαρμοσμένη επιστήμη. Για να παραθέσουμε από τη Wikipedia (https://en.wikipedia.org/wiki/Translational_research): «η μεταγραφική έρευνα εφαρμόζει ευρήματα από τη βασική επιστήμη για να βελτιώσει την ανθρώπινη υγεία και ευημερία». Διάφορα εντυπωσιακά παραδείγματα μαρτυρούν το τεράστιο δυναμικό της μεταγραφικής επιστήμης (Bjork, 1994· Swets, Dawes, & Monahan, 2000· Wells et al., 2000). Εξαιρετικά παραδείγματα μπορούν επίσης να βρεθούν στα κεφάλαια αυτού του τόμου, όπως της Kovera, σχετικά με την ταυτοποίηση των αυτοπτών μαρτύρων, της Paries, σχετικά με τη διατροφική συμπεριφορά, και της Krahe, σχετικά με το κοινωνικό πλαίσιο της επιθετικότητας.

Πρέπει, ωστόσο, να παραδεχτούμε ότι υπάρχουν αμέτρητα παραδείγματα καλών θεωριών που δεν μεταφράστηκαν ποτέ σε βελτιωμένες πρακτικές. Το πλεονέκτημα της κατανεμημένης μάθησης δεν υλοποιήθηκε ποτέ στα πανεπιστημιακά προγράμματα σπουδών. Η σοφία του πλήθους δεν εμποδίζει τις δημοκρατικές ομαδικές αποφάσεις από το να είναι συχνά μεροληπτικές και ανορθολογικές. Ή, για να ανασύρουμε άλλο ένα παράδειγμα από τη μνήμη μας, περισσότερο από εκατό χρόνια μετά το διορατικό έργο του Galton (1907) σχετικά με τις επιδράσεις της παλινδρόμησης, η «παγίδα της παλινδρόμησης» εξακολουθεί να ξεγελάει απλούς ανθρώπους και ειδικούς σε όλους τους τομείς της εφαρμοσμένης επιστήμης (Campbell & Kenny, 1999· Fiedler & Krueger, 2012· Fiedler & Unkelbach, 2014). Η αδυναμία να αναγνωρίσουμε ότι σε έναν κόσμο ανοιχτό σε πλήθος παρεμβολών ο σχεδιασμός ενός δεύτερου μέτρου ως συνάρτηση ενός αρχικού μέτρου πρέπει πάντα να παράγει μια γραμμή παλινδρόμησης με κλίση μικρότερη από ένα¹ βρίσκεται στο επίκεντρο αμέτρητων παρεξηγήσεων και ανορθολογικών αποφάσεων και ενεργειών. Όπως θα δείξουμε παρακάτω, η αδυναμία να ακολουθήσουμε βασικές αρχές της μεταγραφικής έρευνας μπορεί να έχει σοβαρό κόστος και να οδηγήσει σε ανεύθυνες αποφάσεις σε πρακτικό επίπεδο.

Έτσι, μια πιο μετριοπαθής ερμηνεία του αποφθέγματος του Kurt Lewin μπορεί να ακουστεί πιο ρεαλιστική και ενθαρρυντική: Οι επιτυχημένες πρακτικές παρεμβάσεις αντιπροσωπεύουν έναν φιλόδοξο στόχο που σπάνια επιτυγχάνεται· ωστόσο, η εκπλήρωση αυτού του στόχου διευκολύνεται σε μεγάλο βαθμό όταν η μεταγραφική έρευνα βασίζεται σε μια σαφώς διατυπωμένη θεωρία. Ας προσπαθήσουμε να αποσαφηνίσουμε αυτή την έννοια με μερικά ξεκάθαρα παρα-

1. Για παράδειγμα, τα αποτελέσματα της μελέτης επιβεβαιωτικής επανάληψης πρέπει πάντοτε να είναι λιγότερο έντονα από τα αρχικά αποτελέσματα, για καθαρά λογικές εξηγήσεις (Fiedler & Prager, 2018).

δείγματα επιτυχημένης μεταγραφικής επιστήμης. Η θεμελιώδης έρευνα για την αναγνώριση προσώπων σε περιβάλλοντα πολλαπλών επιλογών έχει οδηγήσει σε διακριτές διαδικαστικές αλλαγές και βελτιώσεις στις διαδικασίες ταυτοποίησης από αυτόπτες μάρτυρες (Wells et al., 2000· Wixted & Wells, 2017). Για παράδειγμα, ο πειραματισμός που βασίζεται στη θεωρία έχει δείξει ότι οι διαδοχικές παρατάξεις ατόμων για την ταυτοποίηση υπόπτων έχουν λιγότερες πιθανότητες από τις ταυτόχρονες παρατάξεις να παραγάγουν ψευδώς θετικά αποτελέσματα, δηλαδή ψευδείς ταυτοποιήσεις και καταδίκες αθώων ατόμων. Κατά συνέπεια, σε πολλά μέρη έχουν εφαρμοστεί διαδοχικές διαδικασίες. Γενικότερα, η μεταγραφική έρευνα έχει συμβάλει σημαντικά στην προσπάθεια να καταστούν οι παρατάξεις ατόμων προς ταυτοποίηση υπόπτων ανόθευτες διαγνωστικές διαδικασίες (Wixted & Wells, 2017): μόνο ένας ύποπτος ανά παράταξη· ο ύποπτος να μην είναι ποτέ πιο ευκρινής από τα υπόλοιπα άτομα· προειδοποίηση ότι η παράταξη ενδέχεται να μην περιλαμβάνει τον δράστη· διπλή τυφλή δοκιμασία· διαδικτυακή δήλωση εμπιστοσύνης τη στιγμή της δοκιμασίας. Σημειώστε ότι όλα αυτά τα γνωρίσματα μιας ανόθευτης διαδικασίας ταυτοποίησης έχουν εισαχθεί από τη μεθοδολογία βασικής έρευνας, ακολουθώντας το ιδανικό πρότυπο των «παρατάξεων ατόμων προς ταυτοποίηση υπόπτων ως πειραμάτων» (Kovera, σε αυτόν τον τόμο· Wells & Luus, 1990).

Άλλα χαρακτηριστικά παραδείγματα αδιαμφισβήτητης πρακτικής επιτυχίας της θεωρητικά θεμελιωμένης ψυχολογικής επιστήμης είναι, λόγου χάρη, η μνημειώδης απόδειξη των Johnson και Goldstein (2003) ότι η προθυμία μας να γίνουμε δωρητές οργάνων εξαρτάται σε εκπληκτικό βαθμό από το προεπιλεγμένο νομικό πλαίσιο. Σε χώρες όπως η Αυστρία και η Γαλλία, στις οποίες τα άτομα είναι εξαρχής εγγεγραμμένα σε ένα μητρώο δωρητών οργάνων, εκτός κι αν με δική τους πρωτοβουλία ζητήσουν να διαγραφούν, σχεδόν όλοι οι πολίτες διατηρούν το προεπιλεγμένο καθεστώς τους και είναι, ως εκ τούτου, πρόθυμοι να δωρίσουν τα όργανά τους μετά τον θάνατό τους. Αντίθετα, η προθυμία των ανθρώπων να εγγραφούν σε μια λίστα δωρητών οργάνων είναι εμφανώς χαμηλή σε χώρες όπως η Γερμανία ή η Ολλανδία, όπου το προεπιλεγμένο νομικό πλαίσιο δεν είναι αυτό που προβλέπει τη δωρεά οργάνων (βλ. Walton, σε αυτόν τον τόμο, για τις σοφές παρεμβάσεις).

Ένα άλλο εύστοχο παράδειγμα θα μπορούσε να είναι το μεταγραφικό έργο του Ritov (1996) σχετικά με τις επιδράσεις αγκύρωσης (anchoring) σε ανταγωνιστικές αγορές (όπως το eBay). Αυτή η έρευνα έδειξε ότι ο καλύτερος προγνωστικός δείκτης της τελικής τιμής πώλησης σε μια δημοπρασία είναι η αρχική προσφορά, υποδεικνύοντας ότι η υπερβολική μετριοπάθεια στην αρχή δεν είναι ποτέ σχεδόν συνετή στρατηγική. Είναι ενδιαφέρον να επισημάνουμε ότι ακόμη και σπάνια στοιχεία που δείχνουν ότι οι υπερβολικές αρχικές αξιώσεις (Ku, Galinsky, & Murnighan, 2006) ενδέχεται κάποιες φορές να αποθαρρύνουν τους

ανταγωνιστές και, ως εκ τούτου, να μειώνουν την τελική τιμή μπορούν να γίνουν κατανοητά σε ένα πλαίσιο βασισμένης στη θεωρία μεταγραφικής έρευνας.

Σημειώστε, ωστόσο, ότι μια καλή θεωρία που έχει τις ρίζες της στη θεμελιώδη επιστήμη δεν βελτιώνει μόνο τις πιθανότητες ισχυρών πρακτικών παρεμβάσεων. Θα μπορούσε κανείς ακόμη και να υποστηρίξει ότι τα ελεγχόμενα εργαστηριακά πειράματα και οι εκλεπτυσμένες θεωρίες που αναπτύσσονται στη βασική έρευνα μπορούν να είναι πρακτικά πιο χρήσιμα από οποιαδήποτε προσπάθεια διεξαγωγής «πρακτικής έρευνας» στον πραγματικό κόσμο. Οι νομικοί, δεοντολογικοί και πραγματιστικοί περιορισμοί δεν μας επιτρέπουν να προκαλέσουμε πραγματική φοβία και κατάθλιψη, να εκθέσουμε τους συμμετέχοντες σε κινδύνους, να αφήσουμε τους ανθρώπους να τζογάρουν με μη αμελητέα χρηματικά ποσά, να προκαλέσουμε έντονες συγκινήσεις με σοβαρές παρενέργειες, να εφαρμόσουμε διαφορετικές μεθόδους διδασκαλίας σε διαφορετικές σχολικές τάξεις ή ακόμη και να αποκτήσουμε πρόσβαση σε εμπιστευτικά προσωπικά δεδομένα από πρωτόκολλα θεραπείας, διαπραγματεύσεων ή λήψης αποφάσεων. Επιπλέον, επειδή η εσωτερική εγκυρότητα θέτει πάντα ένα ανώτατο όριο για την εξωτερική εγκυρότητα (Campbell, 1957), ο έλεγχος της επιστημονικής υπόθεσης υπό ελεγχόμενες εργαστηριακές συνθήκες πρέπει να είναι λογικά και ρεαλιστικά προγενέστερος του ελέγχου της γενικότητας και των περιορισμών των υποθέσεων υπό φυσικές συνθήκες.² Όπως έδειξε ο Bjork (1994) και σχολίασε ο Mook (1983), τα αποτελέσματα της έρευνας που προσπαθεί να μιμηθεί την πραγματικότητα στο εργαστήριο μπορεί να οδηγήσουν σε λιγότερα μεταβιβάσιμα στοιχεία απ' ό,τι οι εσκεμμένοι χειρισμοί των θεωρητικά καθοδηγούμενων παρεμβάσεων υπό ελεγχόμενες ερευνητικές συνθήκες.

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩΝΤΑΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΨΙΑΣ ΩΣ ΒΑΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΤΑΓΡΑΦΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Στο υπόλοιπο αυτού του κεφαλαίου, επιχειρούμε να δείξουμε και να εξηγήσουμε την ανάδυση της μεταγραφικής έρευνας ως μιας φυσικής παράπλευρης συνέπειας της βασικής έρευνας σε έναν τομέα της θεωρίας που έχει αποδείξει ότι παράγει «καλές θεωρίες» στη γραμμή συναρμολόγησης, δηλαδή στη δειγματοληπτική προσέγγιση στη διαμόρφωση κρίσεων και στη λήψη αποφάσεων. Αντί να προσφέρουμε περαιτέρω *post hoc* παραδείγματα σημαντικών εφαρμοσμένων εργασιών, τα ίχνη των οποίων μπορούν να αναζητηθούν πίσω στη βασική έρευνα, θα ακολουθήσουμε εδώ την αντίστροφη στρατηγική, ξεκινώντας δηλαδή από πειστικές θεωρητικές ιδέες που υπόσχονται ότι θα έχουν σημαντικές πρακτικές

2. Είναι βέβαιο πως ο Campbell πίστευε επίσης ότι οι εμπειρικές δοκιμές σε φυσικά περιβάλλοντα μπορούν να συμβάλουν στη βελτίωση της βασικής θεωρίας.

επιπτώσεις. Είναι αυτονόητο ότι τέτοιου είδους πρακτικές επιπτώσεις περιμένουν ακόμη να μεταγραφούν, να επαληθευτούν με τη μέθοδο της διασταυρούμενης επίκύρωσης και να αξιοποιηθούν σε εφαρμοσμένους τομείς. Ωστόσο, η δυναμική τους για εφαρμοσμένη έρευνα πρακτικής σημασίας πρέπει σε κάθε περίπτωση να είναι έντονα εμφανής.

Οι δειγματοληπτικές προσεγγίσεις είναι κατάλληλες για τον σκοπό μας για δύο τουλάχιστον λόγους. Πρώτον, η θεωρία της στατιστικής δειγματοληψίας επιβάλλει μια σειρά από ισχυρούς περιορισμούς στις ψυχολογικές προβλέψεις, όπως συμβαίνει με τον νόμο των μεγάλων αριθμών του Bernoulli (1713) (δηλαδή, το πλεονέκτημα του αύξοντος μεγέθους του δείγματος), που συνοδεύονται από μια εγγύηση *a priori* εγκυρότητας. Έτσι, στον τομέα των θεωριών δειγματοληψίας (Fiedler & Juslin, 2006· Fiedler & Kutzner, 2015) δεν υπάρχει αμφιβολία για το τι πραγματικά εννοεί μια θεωρία. Δεύτερον, τα ίδια τα δείγματα παρατηρήσεων που υποτίθεται ότι διαμεσολαβούν ορθολογικές ή ανορθολογικές κρίσεις και αποφάσεις μπορούν να αξιολογηθούν σε μια τυπική μελέτη δειγματοληψίας, ανεξάρτητα από τη συμπεριφορά που πρέπει να εξηγηθεί. Έτσι, παρέχουν εξαιρετικές ευκαιρίες για την επικύρωση της υποτιθέμενης διαδικασίας αιτιακής διαμεσολάβησης.

ΠΑΡΑΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΑΡΧΙΚΗΣ ΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΚΑΙ Η ΑΣΥΜΜΕΤΡΙΑ ΤΩΝ ΔΕΣΜΕΥΜΕΝΩΝ ΔΕΙΓΜΑΤΩΝ

Ας ξεκινήσουμε να επεξηγήσουμε αυτό το κρίσιμο σημείο, χρησιμοποιώντας ένα παράδειγμα που σχετίζεται με ένα βασικό εύρημα γνωστό ως παράβλεψη της αρχικής εκτίμησης (base-rate neglect) (Bar-Hillel, 1984· Tversky & Kahneman, 1974). Μια αδιαμφισβήτητη ιδιότητα του εμπειρικού κόσμου είναι ότι οι εκτιμήσεις δεσμευμένων πιθανοτήτων βάσει δειγμάτων μπορούν να είναι εξαιρετικά ασύμμετρες. Η δεσμευμένη πιθανότητα $p(\text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα} \mid \text{ατύχημα})$ –ότι δηλαδή ένας οδηγός αυτοκινήτου που εμπλέκεται σε ένα ατύχημα θα έχει αυξημένα επίπεδα αλκοόλ στο αίμα– είναι πιθανότατα πολύ πιο υψηλή από την αντίστροφη δεσμευμένη πιθανότητα $p(\text{ατύχημα} \mid \text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα})$ να συμβεί ένα ατύχημα δεδομένης της αυξημένης ποσότητας αλκοόλ στο αίμα. Αν υποθέσουμε ότι η αρχική εκτίμηση τροχαίων ατυχημάτων είναι (ευτυχώς) πολύ πιο χαμηλή απ’ ό,τι το βασικό ποσοστό αυξημένης ποσότητας αλκοόλ στο αίμα –δηλαδή, $p(\text{ατύχημα}) < p(\text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα})$ – η πρώτη δεσμευμένη πιθανότητα θα πρέπει να είναι πολύ πιο χαμηλή σε σχέση με τη δεύτερη δεσμευμένη πιθανότητα: $p(\text{ατύχημα} \mid \text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα}) < p(\text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα} \mid \text{ατύχημα})$. Σύμφωνα με τον γενικό μαθηματικό κανόνα (του Bayes), η αναλογία των δεσμευμένων πιθανοτήτων ισούται με την

αναλογία των αρχικών εκτιμήσεων, $p(Y | X) / p(X | Y) = p(X) / p(Y)$. Επομένως, η δεσμευμένη πιθανότητα ενός λιγότερο πιθανού συμβάντος δεδομένου ενός περισσότερο πιθανού συμβάντος πρέπει να είναι χαμηλότερη από την αντίστροφη δεσμευμένη πιθανότητα ενός περισσότερο πιθανού συμβάντος δεδομένου ενός λιγότερο πιθανού συμβάντος.

Ωστόσο, τόσο οι απλοί άνθρωποι όσο και οι ειδικοί συχνά εκδηλώνουν μια μεροληψία παράβλεψης της αρχικής εκτίμησης, με άλλα λόγια οι κρίσεις τους δεν λαμβάνουν υπόψη την ασυμμετρία των αρχικών εκτιμήσεων, ειδικά όταν η δεσμευμένη δομή του προβλήματος είναι λιγότερο ευκρινής ή δεν είναι καθόλου διαθέσιμη (Gavanski & Hui, 1992). Για παράδειγμα, όσον αφορά την εκτίμηση της επικινδυνότητας των επιπέδων αλκοόλ στο αίμα, μια διαδικασία που απαιτεί εκτίμηση του $p(\text{ατύχημα} | \text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα})$, τα σχετικά στατιστικά στοιχεία δεν είναι διαθέσιμα, διότι το επίπεδο αλκοόλ στο αίμα δεν μπορεί να εκτιμηθεί σε ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα αρκετά μεγάλο ώστε να μπορεί από αυτό να αντληθεί ένας εύλογος αριθμός σπάνιων συμβάντων, όπως τα αυτοκινητιστικά ατυχήματα. Σε μια τέτοια κατάσταση, οι άνθρωποι βασίζονται συνήθως στην αντίστροφη δεσμευμένη πιθανότητα $p(\text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα} | \text{ατύχημα})$, η οποία μπορεί εύκολα να γίνει διαθέσιμη, εφόσον όλοι σχεδόν οι οδηγοί που εμπλέκονται σε κάποιο ατύχημα υποβάλλονται σε αλκοτέστ. Θα πρέπει να είναι προφανές, ωστόσο, ότι το $p(\text{ποσότητα αλκοόλ στο αίμα} | \text{ατύχημα})$ πρέπει να υπερτιμά κατά πολύ την επικινδυνότητα της ποσότητας αλκοόλ στο αίμα. Αν υποθέσουμε ότι η ανίχνευση αυξημένων επιπέδων αλκοόλ στο αίμα είναι, για παράδειγμα, δέκα φορές πιο πιθανή από τα ατυχήματα, ο διαθέσιμος στατιστικός δείκτης που προκύπτει από το δείγμα δεκαπλασιάζει τον κίνδυνο εξαιτίας του ίδιου παράγοντα!

Όσο αυταπόδεικτο και κοινότοπο κι αν φαίνεται αυτό το παράδειγμα, βρίσκεται στον πυρήνα ορισμένων από τις ισχυρότερες μεροληψίες στην αξιολόγηση του κινδύνου. Επειδή η αρχική εκτίμηση $p(\text{HIV})$ των ανθρώπων που έχουν προσβληθεί από τον ιό HIV είναι πολύ πιο χαμηλή από την αρχική εκτίμηση $p(+ \text{ διαγνωσμένοι})$ των ανθρώπων που έχουν διαγνωστεί θετικά σε μια εξέταση για τον HIV, η πιθανότητα $p(\text{HIV} | + \text{ διαγνωσμένοι})$ ενός ατόμου που έχει διαγνωστεί θετικά να έχει τον ιό είναι πολύ πιο μικρή από την αντίστροφη πιθανότητα (ποσοστό ευστοχίας *hit rate*) που έχει ένας φορέας του ιού HIV να διαγνωστεί θετικά. Ενώ η τελευταία δεσμευμένη πιθανότητα είναι σχεδόν τέλεια, $p(+ \text{ διαγνωσμένοι} | \text{HIV}) \sim 1,00$, η προηγούμενη δεσμευμένη πιθανότητα είναι πολύ χαμηλή, $p(\text{HIV} | + \text{ διαγνωσμένοι}) \sim 0,15$, όπως εξηγείται με πολύ εύστοχο τρόπο από τον Swets και τους συνεργάτες του (2000).

Είναι πολύ πιθανό η ισχυρή τάση των ειδικών στις διαγνώσεις να αποφεύγουν τις ψευδώς αρνητικές εξετάσεις (δηλαδή, η προσπάθεια να μην τους ξεφεύγουν περιπτώσεις πραγματικού HIV), ενδεχομένως για λόγους ευθύνης, να έχει οδη-

γήσει στη χρήση διαγνωστικών εξετάσεων που είναι υπερβολικά ευαίσθητες, παράγοντας σαφώς περισσότερα θετικά αποτελέσματα εξετάσεων από όσα κρούσματα HIV υπάρχουν στον πληθυσμό. Ως συνέπεια μιας τέτοιας παράβλεψης της αρχικής εκτίμησης (Bar-Hillel, 1984), ένας τεράστιος αριθμός ψευδών θετικών αποτελεσμάτων παραπλανούν τους επαγγελματίες και κάνουν τους ανθρώπους να υπερτιμούν σε πολύ μεγάλο βαθμό τη βεβαιότητα με την οποία μια θετική εξέταση δείχνει προσβολή από τον ιό του HIV. Με άλλα λόγια, αν κάποιος διαγνωστεί θετικά σε μια μη εκλεκτική δοκιμασία διαλογής, η πραγματική πιθανότητα να έχει πράγματι τον ιό δεν είναι μεγαλύτερη από 15%!³ (Ένα σχετικό σχόλιο αναφορικά με την έμμεση μεροληψία γίνεται από την Jussim, σε αυτόν τον τόμο.)

Ωστόσο, αυτό που είναι ζωτικής σημασίας, στο πλαίσιο της θεωρίας δειγματοληψίας, είναι ότι υπάρχει η δυνατότητα να διευκρινιστεί η διαδικασία που οδηγεί σε τέτοιες επικίνδυνες μεροληψίες της κρίσης. Έτσι, οι Fiedler, Brinkmann, Betsch και Wild (2000) παρουσίασαν στους συμμετέχοντες ένα αρχείο ασθενών αποτελούμενο από κάρτες ευρετηρίασης, με τη διάγνωση (καρκίνος του μαστού ή όχι καρκίνος του μαστού) στη μία πλευρά και το αποτέλεσμα μιας εξέτασης μαστογραφίας (θετικό έναντι αρνητικού αποτελέσματος) στην άλλη πλευρά της κάρτας ευρετηρίασης κάθε ασθενή. Η κατανομή όλων των 2 × 2 συνδυασμών διαγνώσεων και αποτελεσμάτων αντιστοιχούσε κατά προσέγγιση στις αρχικές εκτιμήσεις και στις δεσμευμένες πιθανότητες που ίσχυαν πράγματι στον πληθυσμό. Ωστόσο, επειδή οι δύο αρχικές εκτιμήσεις, p (καρκίνος του μαστού) < p (θετική μαστογραφία) είναι αρκετά άνισες (όπως στο παραπάνω παράδειγμα με τον HIV), οι τελικές εκτιμήσεις του p (καρκίνος του μαστού | θετική μαστογραφία) ήταν ριζικά διαφορετικές σε δύο συνθήκες δειγματοληψίας. Όταν στη μία συνθήκη το αρχείο με τις κάρτες είχε οργανωθεί βάσει των αποτελεσμάτων της μαστογραφίας, οι συμμετέχοντες καταλάβαιναν ότι έπρεπε απλώς να τραβήξουν ένα δείγμα από το σύνολο των καρτών με τα θετικά αποτελέσματα στις εξετάσεις και ότι τα παρατηρούμενα ποσοστά περιπτώσεων καρκίνου του μαστού που υποδεικνύονταν στο πίσω μέρος των καρτών κάθε δείγματος παρείχαν μια μάλλον ακριβή εκτίμηση των εν λόγω δεσμευμένων πιθανοτήτων. Αντίθετα, όταν σε μια άλλη συνθήκη το αρχείο με τις κάρτες είχε οργανωθεί βάσει της διάγνωσης, προσφέροντας στη μία πλευρά έναν πολύ μεγάλο αριθμό περιπτώσεων όπου

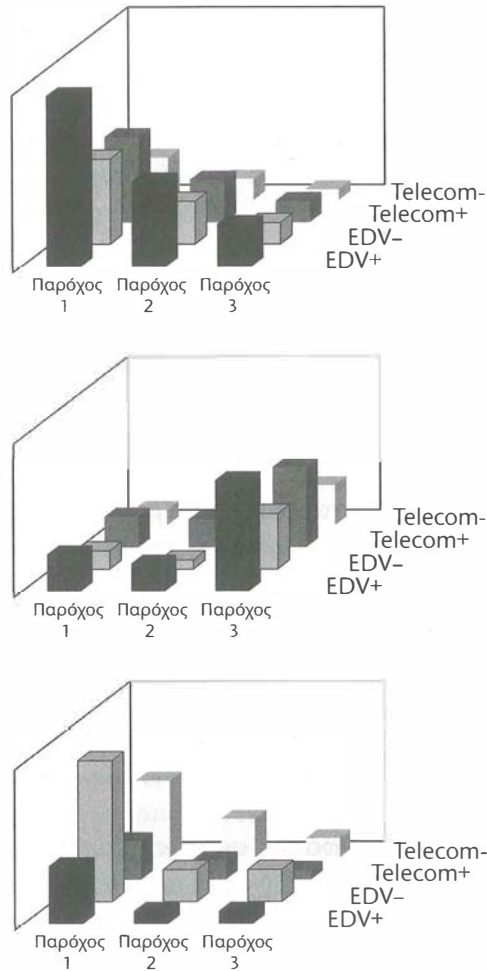
3. Όταν παραθέσαμε αυτά τα στοιχεία σε ένα άρθρο επισκόπησης, το οποίο βασίζεται σε αυθεντικά δεδομένα που αναλύθηκαν από τον Swets και τους συνεργάτες του (2000), ο επιμελητής ήθελε να παρέμβει διότι ένας φίλος του, ένας έμπειρος ακτινολόγος, του είπε ότι αυτές οι στατιστικές δεν είναι δυνατό να είναι ορθές. Ωστόσο, τα αριθμητικά στοιχεία είναι έγκυρα. Το πρόβλημα δεν είναι άλλο από το ότι ακόμη και εμπειρογνώμονες, όπως ο ακτινολόγος φίλος του επιμελητή, πέφτουν στις παγίδες που στήνουν οι πλάνες της αρχικής εκτίμησης.

δεν είχε διαγνωστεί καρκίνος του μαστού, αλλά ελάχιστες μόνο περιπτώσεις καρκίνου του μαστού στην άλλη πλευρά (που αντιστοιχούσαν στη χαμηλή αρχική εκτίμηση), οι συμμετέχοντες θα τραβούσαν τυπικά όλες τις κάρτες με περιπτώσεις καρκίνου του μαστού παράλληλα με τον ίδιο περίπου αριθμό περιπτώσεων όπου δεν είχε διαγνωστεί καρκίνος του μαστού. Έτσι, όταν η σχετική δεσμευμένη πιθανότητα δεν ήταν εύκολα διαθέσιμη, οι αντίστροφες δεσμευμένες πιθανότητες παραπλανούσαν τους συμμετέχοντες, με αποτέλεσμα να καταλήγουν σε εξωφρενικές υπερτιμήσεις του p (καρκίνος του μαστού | θετική μαστογραφία) βασισμένοι σε δείγματα που περιείχαν καρκίνο του μαστού σε ποσοστό διογκωμένο στο 50% (δηλαδή, διογκωμένο κατά 5.000%).

Θυμηθείτε ότι αυτή η προσέγγιση στη μεταγραφική έρευνα για την αξιολόγηση του κινδύνου δεν βασίζεται σε ασθενείς εικασίες αλλά στα αδιαμφισβήτητα θεωρήματα πιθανοτήτων του Bayes. Δεν διατρέχει τον κίνδυνο να παραγάγει λανθασμένες προβλέψεις ή αποτελέσματα που αδυνατούν να αναπαραχθούν για επιβεβαίωση. Δεν αποτελεί έκπληξη ότι αυτά τα αποτελέσματα έχουν διαπιστωθεί επανειλημμένα (Fiedler, 2008· Fiedler et al., 2000· Fiedler, Hütter, Schott, & Kutzner, 2019) υπό ποικίλες οριακές συνθήκες. Και το πιο σημαντικό για την ιδέα περί «καλής θεωρίας» του Lewin είναι πως μπορεί να αποδειχθεί ότι η διαδικασία που είναι υπεύθυνη για το πρόσημο και το μέγεθος των ψευδών αξιολογήσεων κινδύνου (Bodemer & Gaissmaier, 2012) μπορεί να εξηγηθεί πειστικά από τα αντικειμενικά διαθέσιμα δεδομένα δειγματοληψίας. Η ισχύς των μεροληψιών των μεμονωμένων κριτών μπορεί να προβλεφθεί με ακρίβεια βάσει της ισχύος των μεροληψιών που είναι εγγενείς στα δεσμευμένα δείγματα που αντλούν οι μεμονωμένοι κριτές από το αρχείο καρτών ευρετηρίασης.

ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΨΙΑ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΕΞΟΔΟΥ

Η έρευνα που τεκμηριώθηκε από τον Fiedler (2008) υπογραμμίζει τον κακόβουλο ρόλο της περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας (output-bound sampling). Ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να υποδυθούν ένα διευθυντικό στέλεχος του οποίου το έργο ήταν να αγοράσει δύο είδη εξοπλισμού –υπολογιστές και συσκευές τηλεπικοινωνιών– που προσφέρονταν από τρεις παρόχους. Για να λάβουν τις βέλτιστες αποφάσεις αγοράς, οι συμμετέχοντες μπορούσαν να αντλήσουν δειγματοληπτικά πληροφορίες από μια διαθέσιμη βάση δεδομένων σχετικά με τη θετική (+) έναντι της αρνητικής (-) εμπειρία προηγούμενων πελατών και από τους τρεις παρόχους, αναφορικά και με τους δύο τύπους προϊόντων. Σε κάθε δοκιμή, μπορούσαν να διευκρινίσουν όσες πτυχές ήθελαν, δηλαδή μπορούσαν είτε να ζητήσουν ένα τυχαίο δείγμα από όλες τις καταχωρίσεις στη βάση δεδομένων που αφορούσε τους υπολογιστές από τον Πάροχο 1,



ΣΧΗΜΑ 2.1 Κατανομή της συχνότητας θετικής και αρνητικής εμπειρίας με δύο τύπους προϊόντων (υπολογιστές και συσκευές τηλεπικοινωνίας) από τρεις διαφορετικούς παρόχους. Το πάνω γράφημα δείχνει ένα αμερόληπτο (μη δεσμευμένο) δείγμα· τα δεσμευμένα δείγματα φαίνονται αρκετά διαφορετικά όταν συγκρίνουμε τον Πάροχο 3 με τους Παρόχους 1 και 2 (μεσαίο γράφημα) ή όταν προσπαθούμε να εντοπίσουμε την προέλευση των αρνητικών εμπειριών ή των ελλειμμάτων (κάτω γράφημα).

τους υπολογιστές απλώς από οποιονδήποτε πάροχο, την αρνητική εμπειρία με συσκευές τηλεπικοινωνιών, είτε οποιοδήποτε αποτέλεσμα και προϊόν από τον Πάροχο 2 ή ακόμη μπορούσαν να αφήσουν ανοιχτές όλες τις πτυχές και απλώς να ζητήσουν ένα τυχαίο δείγμα από ολόκληρη τη βάση δεδομένων. Στην πραγματικότητα, σε ολόκληρη τη βάση δεδομένων, τα πραγματικά ποσοστά επιτυχίας ήταν ακριβώς τα ίδια σε όλους τους παρόχους και τους τομείς προϊόντων. Μόνο οι αρχικές εκτιμήσεις κυμαίνονταν· ο λόγος της συχνότητας θετικές εμπειρίες/

αρνητικές εμπειρίες ήταν σταθερά 2 : 1 και για τους τρεις παρόχους και για τους δύο τομείς προϊόντων. Ωστόσο, οι καταχωρίσεις για τους υπολογιστές ήταν διπλάσιες από τις καταχωρίσεις για τις συσκευές τηλεπικοινωνιών και ο Πάροχος 1 εμφανιζόταν δύο φορές συχνότερα από τον Πάροχο 2, ο οποίος με τη σειρά του εμφανιζόταν δύο φορές συχνότερα από τον Πάροχο 3.

Μόνο αν δεν διευκρίνιζαν ποτέ (ούτε καν σε ένα υποσύνολο δοκιμών) κανέναν πάροχο, τομέα ή εμπειρία, αλλά περιορίζονταν σε ένα μη δεσμευμένο δείγμα από ολόκληρη τη βάση δεδομένων, θα μπορούσαν οι συμμετέχοντες να λάβουν αμερόληπτα στοιχεία (όπως στο πάνω γράφημα του Σχήματος 2.1). Ωστόσο, δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι μια τέτοια στρατηγική δεν επιλέχθηκε σχεδόν ποτέ από τους συμμετέχοντες. Επικεντρώθηκαν περισσότερο σε εκείνες τις συνθήκες που ήταν σχετικές με τον έλεγχο συγκεκριμένων υποθέσεων. Για παράδειγμα, όταν τους ζητήθηκε να επικεντρωθούν στον Πάροχο 3 και να διαπιστώσουν αν ο Πάροχος 3 ήταν προτιμότερος από τους Παρόχους 1 και 2, συγκέντρωσαν σχετικά περισσότερες παρατηρήσεις σχετικά με τον Πάροχο 3 στον οποίο είχαν επικεντρωθεί, παράγοντας έτσι ένα δείγμα όπως αυτό στο μεσαίο γράφημα του Σχήματος 2.1. Ή πάλι, όταν το έργο απαιτούσε διαγνωστικά συμπεράσματα σχετικά με τις πηγές των ελλειμμάτων ή των αρνητικών εμπειριών, θα στηρίζαν τη δειγματοληψία στα αρνητικά αποτελέσματα και θα άφηναν τους παρόχους και τους τομείς ανοιχτούς. Η κατανομή που προκύπτει στο κάτω γράφημα δείχνει τον υψηλής αρχικής εκτίμησης Πάροχο 1 ως την κύρια πηγή αρνητικών αποτελεσμάτων.

Οι τελικές κρίσεις και οι αποφάσεις αγοράς αντικατόπτριζαν αυτές τις διακριτές μεροληψίες δειγματοληψίας. Δείγματα των δύο πρώτων τύπων θα αποκάλυπταν ότι οι περισσότερες εμπειρίες ήταν θετικές· τέτοια θετικά αποτελέσματα συνδέονταν πιο έντονα με τον Πάροχο 1 στο πάνω γράφημα, αλλά ήταν σχετικά περισσότερο συνδεδεμένα με τον Πάροχο 3 στο μεσαίο γράφημα. Αντίθετα, κατά τη διάγνωση των ελλειμμάτων, η δειγματοληψία επικεντρώθηκε στα αρνητικά αποτελέσματα και ο πιο συχνά παρατηρούμενος Πάροχος 1 έγινε η πιο συχνή πηγή των υπερεκπροσωπούμενων στο δείγμα αρνητικών αποτελεσμάτων. Σε κάθε περίπτωση, αυτές οι διακριτές μεροληψίες στις τελικές κρίσεις προτίμησης ήταν προβλέψιμες από τη σχετική ισχύ των μεροληψιών δειγματοληψίας που βίωναν οι συμμετέχοντες που ακολουθούσαν διαφορετικές υποθέσεις.

Παρότι οι κρίσεις ήταν ιδιαίτερα ευαίσθητες στις κατανομές των ερεθισμάτων που περιλαμβάνονταν στα δείγματα σε έναν τριδιάστατο χώρο (πάροχοι × τομείς προϊόντων × σθένος), κατέληγαν σε εντελώς διαφορετικές αξιολογήσεις, ανάλογα με την προοπτική δειγματοληψίας που υποκινούσαν οι οδηγίες του έργου. Μια ανάλυση των υποκείμενων διαδικασιών δειγματοληψίας αποκάλυψε -χάρη στην «καλή θεωρία» που καθοδηγούσε την όλη έρευνα- μια ολοφάνερη πηγή μεροληψιών που οδηγούσαν σε ανορθολογικές κρίσεις: την περιορισμένη

από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψία. Η περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψία προκύπτει όταν η αναζήτηση πληροφοριών καθοδηγείται επιλεκτικά από τη μεταβλητή που πρέπει να εκτιμηθεί με βάση το δείγμα. Έτσι, για τη διάγνωση των αιτίων των ελλειμμάτων των προϊόντων, η διαδικασία της δειγματοληψίας επικεντρώνεται κυρίως στο αρνητικό αποτέλεσμα και, με βάση το επακόλουθο (κυρίως αρνητικό) δείγμα, ο επικρατών πάροχος χαρακτηρίζεται ως πολύ αρνητικός.

Αυτή η αρνητικότητα αντικατοπτρίζει ωστόσο τη μεροληψία δειγματοληψίας του ίδιου του κριτή. Παρότι το πιο πιθανό αποτέλεσμα στη βάση δεδομένων είναι ξεκάθαρα θετικό, η σκόπιμη εστίαση στην ανάλυση των ελλειμμάτων παράγει πολύ μεροληπτικά δείγματα στα οποία υπερεκπροσωπούνται τα αρνητικά αποτελέσματα και αυτή η αυτοκαθοριζόμενη μεροληψία δειγματοληψίας παραπλανά τους κριτές, ώστε να παρέχουν κυρίως αρνητικές κρίσεις για τον πάροχο με την υψηλότερη αρχική εκτίμηση.

Πρακτική σημασία των μεροληψιών της περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας σε εφαρμοσμένα περιβάλλοντα. Η περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψία βρίσκεται στο επίκεντρο εξέχουσας μεταγραφικής έρευνας. Μια αφηρημένη έννοια από τη θεμελιώδη έρευνα αποδεικνύεται τεράστιας πρακτικής αξίας σε πολλούς εφαρμοσμένους τομείς. Η πιθανότητα $p(\text{HIV} \mid \text{θετικό HIV τεστ})$ ένα άτομο που διαγιγνώσκεται θετικά με τεστ να έχει πράγματι προσβληθεί από τον ιό HIV είναι υπερβολικά υπερτιμημένη διότι τα δείγματα που χρησιμοποιούνται για την εκτίμηση αποτελούνται κατά προσέγγιση κατά 50% από περιπτώσεις HIV και κατά 50% από περιπτώσεις μη HIV, παρόλο που η αρχική εκτίμηση HIV στον πληθυσμό είναι πολύ πιο χαμηλή από 1% (Fiedler et al., 2000· Fiedler et al., 2019). Φυσικά, οι εκτιμήσεις αντικατοπτρίζουν με ακρίβεια το ποσοστό των περιπτώσεων HIV στο δείγμα, αλλά το δείγμα στο οποίο βασίζεται η εκτίμηση υπερεκπροσωπεί σε υπέρμετρο βαθμό την υπό μελέτη μεταβλητή.

Ορισμένες εκδηλώσεις της μεροληψίας της περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας δείχνουν οφθαλμοφανείς και σχεδόν αδιανόητες. Για παράδειγμα, η απτόητη εξαιρετική ευυποληψία την οποία απολαμβάνει ο πολύγραφος, ή αλλιώς μηχανή ανίχνευσης ψεύδους, οφείλεται στον συστηματικό αποκλεισμό από τα προς μελέτη δείγματα εκείνων των περιπτώσεων που θα μπορούσαν να έχουν ακυρώσει τη δοκιμασία του πολύγραφου. Στο δείγμα συνήθως διατηρούνται μόνο περιπτώσεις στις οποίες ένα θετικό αποτέλεσμα στη δοκιμασία του πολύγραφου επικυρώνεται από την ομολογία (αυθεντική ή στρατηγική) ενός εναγόμενου, διότι μια ομολογία θεωρείται ουσιώδης για ένα κριτήριο της «εμπειρικής αλήθειας» («ground truth») (Fiedler, Schmid, & Stahl, 2002). Οι περιπτώσεις αθών που δεν ομολογούν αποκλείονται επομένως από μια στρατηγική δειγματοληψίας που προσομοιάζει με την αυτοεξαπάτηση.

Ένα άλλο παράδειγμα από τη δικαστική ψυχολογία αφορά τη σύνθεση των παρατάξεων ατόμων προς ταυτοποίηση του ενόχου από αυτόπτες μάρτυρες. Μια σοβαρή περίπτωση περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας προκύπτει όταν η επιλογή ενός ατόμου για συμμετοχή σε μια παράταξη υπόπτων βασίζεται σε μια ψεύτικη φωτογραφία που έχει συντεθεί με βάση στοιχεία από την έκθεση του μάρτυρα για την εξωτερική εμφάνιση του δράστη. Δεδομένης μιας τόσο περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας για την εμφάνιση του υπόπτου, πλήρως συντονισμένης με τη μεροληψία μνήμης του μάρτυρα, δεν προκαλεί καμία έκπληξη το γεγονός ότι στη συνέχεια ο ίδιος μάρτυρας αναγνωρίζει συχνά τον (αθώο) ύποπτο που μοιάζει με τις μνημονικές μεροληψίες του (βλ. Wixted & Wells, 2017, για μια εξαιρετική επισκόπηση).

Κίνημα «MeToo». Αν ψάχνετε ένα ιδιαίτερα ευκρινές πρόσφατο παράδειγμα της επίδρασης των μέσων μαζικής ενημέρωσης, αναλογιστείτε το λεγόμενο κίνημα MeToo, δηλαδή το φαινόμενο χιονοστιβάδας των ανθρώπων που αποκαλύπτουν ότι υπήρξαν κι αυτοί ή αυτές θύματα βιασμού ή σεξουαλικής επίθεσης ή παρενόχλησης. Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι αυτό το κίνημα ευαισθητοποίησης της δημόσιας γνώμης ξέσπασε με την πρόθεση να αποκαλύψει την ανυπόφορη και συχνά εγκληματική συμπεριφορά και ότι πρέπει να κάνουμε ό,τι μπορούμε για να δώσουμε λύση σε αυτό το πρόβλημα. Παρ' όλα αυτά, η διαδικασία αποκάλυψης του MeToo πάσχει από σοβαρές μεροληψίες ως διαδικασία εκτίμησης, διότι βασίζεται σε μια ακραία μορφή περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας, καθώς κινητοποιεί ακριβώς εκείνο το υποσύνολο σεξουαλικών θυμάτων των οποίων ο επιπολασμός δεν μπορεί να εκτιμηθεί από ένα τέτοιο δείγμα. Μολαταύτα, ο απόλυτος όγκος του δείγματος των γυναικών που εντάσσονται στο κίνημα MeToo ερμηνεύεται ως δείκτης του επιπολασμού ενός μείζονος κοινωνικού προβλήματος. Αυτό είναι ανορθολογικό και έντονα παραπλανητικό, διότι η περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψία δεν μας επιτρέπει να βγάλουμε κανένα συμπέρασμα για τον σχετικό επιπολασμό. Κάποιος μπορεί μάλιστα να υποψιαστεί ότι οι διογκωμένες εκτιμήσεις των σεξουαλικών παραβάσεων δημιουργούν μια περιγραφική νόρμα (Cialdini, 2012) που χρησιμεύει στην υποβάθμιση της σοβαρότητας των φαινομενικά «φυσιολογικών» συνηθειών.

Παγίδες της περικοπής της δειγματοληψίας (sampling truncation). Μια ενδιαφέρουσα ειδική περίπτωση περιορισμένης από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψίας προκύπτει όταν το μέγεθος του δείγματος δεν είναι μια ανεξάρτητη μεταβλητή, αλλά όταν το σημείο στο οποίο θα σταματήσει εξαρτάται από τις πληροφορίες που έχουν συλλεχθεί μέχρι στιγμής. Για παράδειγμα, μια συνέντευξη ή ανάκριση περικόπεται μόλις συγκεντρωθούν επαρκείς πληροφορίες: οι καταναλωτές παύουν να συλλέγουν δειγματοληπτικές πληροφορίες και παίρνουν μια απόφαση αγοράς όταν γνωρίζουν αρκετά για διαφορετικά προϊόντα: μια δημοκρατική απόφαση λαμβάνεται όταν μια επιτροπή έχει διαμορφώσει τις

προτιμήσεις της· ή, πάλι, μια εμπειρική μελέτη ολοκληρώνεται τη στιγμή που τα αποτελέσματα φαίνονται αρκετά ισχυρά. Υπό τέτοιες συνθήκες αυτο-περικοπής της δειγματοληψίας πληροφοριών, ο νόμος του μεγάλου αριθμού μετατρέπεται στο αντίθετό του: σε ένα πλεονέκτημα του μικρού δείγματος (Prager & Fiedler, υπό έκδοση· Prager, Krueger, & Fiedler, 2018). Ένα μικρό δείγμα που έχει προκύψει από αυτο-περικοπή έχει παραμείνει τόσο μικρό ακριβώς επειδή κατάφερε να δώσει μια τόσο σαφή εικόνα της υπάρχουσας τάσης στο σύνολο του πληθυσμού. Αντίθετα, ένα μεγαλύτερο δείγμα έπρεπε να φτάσει σε τέτοιο μέγεθος επειδή δεν κατάφερε εξαρχής να δώσει μια ξεκάθαρη εικόνα. Έτσι, όταν το μέγεθος του δείγματος γίνεται μια εξαρτημένη μεταβλητή που αντικατοπτρίζει την ποσότητα των πληροφοριών ή τη διαγνωστική ικανότητα των αρχικών στοιχείων, μπορεί να αξιοποιηθεί το χαρακτηριστικό φαινόμενο «λιγότερο ίσον περισσότερο» (Gigerenzer, Todd, & the ABC group, 1999· Hogarth & Karelaia, 2005· Katsikoroulos, 2010). Γρήγορες ενέργειες και αποφάσεις μπορούν να πραγματοποιηθούν σε υψηλά επίπεδα εμπιστοσύνης με βάση μικρά δείγματα που προκαλούν μικρή σύγκρουση και χαμηλό κόστος πληροφορίας. Σε πολλές περιπτώσεις, αυτό μπορεί να διευκολύνει τη λήψη προσαρμοστικών αποφάσεων σε ελάχιστα επίπεδα κόστους πληροφορίας. Σε άλλες καταστάσεις, για παράδειγμα, στον τομέα της δημόσιας υγείας, είναι πιθανό τα αρχικά ισχυρά αποτελέσματα σε μια δοκιμασία να παρακινήσουν την περικοπή μιας ολόκληρης σειράς από δοκιμασίες, επιτρέποντας με αυτόν τον τρόπο την πρόωρη εφαρμογή μιας ιατρικής θεραπείας ή ενός φαρμακολογικού παράγοντα που ενδέχεται να μην έχει εγκριθεί σε μια εκτεταμένη σειρά δοκιμασιών.

ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΨΙΑ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΠΙΠΕΔΑ ΣΥΣΣΩΜΑΤΩΣΗΣ

Η επιτυχία και η αποτυχία της βασισμένης σε τεκμηρίωση λήψης αποφάσεων και πολιτικής παρέμβασης εξαρτώνται από την ανάλυση των διαθέσιμων δεδομένων σε ένα κατάλληλο επίπεδο συσσωμάτωσης (aggregation level). Διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης μπορούν να μεταφέρουν ριζικά διαφορετικές εικόνες της ίδιας πραγματικότητας. Σε ατομικό επίπεδο, το ποσοστό αναλφαβητισμού είναι σχεδόν το ίδιο για λευκούς και μαύρους ανθρώπους, αλλά σε επίπεδο περιφερειών ή κοινωνικών οικολογιών, η συσχέτιση ανάμεσα στον αναλφαβητισμό και στη μαύρη έναντι της λευκής φυλής μπορεί να φτάσει σε πολύ υψηλά επίπεδα (έως $r = 0,92$) (Robinson, 1950). Ο οικονομικός πλούτος σε εθνικό επίπεδο (με όρους ακαθάριστου εθνικού προϊόντος, ΑΕΠ) μπορεί να συνοδεύεται από πολύ υψηλό ποσοστό φτώχειας σε ατομικό επίπεδο. Ή τα ίδια καταναλωτικά προϊόντα μπορεί να πωλούνται σε υψηλότερες τιμές σε φθηνότερα απ' ό,τι σε πιο ακριβά σουπερμάρκετ (Vogel, Kutzner, Fiedler, & Freytag, 2013).

Κατά συνέπεια, πολλές πολιτικές συζητήσεις και οικονομικές συγκρούσεις προκύπτουν επειδή διαφορετικά κόμματα βασίζονται σε διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης, συχνά ανάλογα με το επίπεδο που παρέχει μια πιο ευνοϊκή εικόνα της θέσης τους. Για παράδειγμα, ένα δεξιό πολιτικό κόμμα μπορεί να επαινεί το φαινομενικά επιτυχημένο ΑΕΠ σε μια χώρα που μειώνει τους φόρους για τις βιομηχανικές οργανώσεις, ενώ ένα αριστερό κόμμα στην ίδια χώρα μπορεί να παραπονιέται για υψηλά ποσοστά ανεργίας και φτώχειας σε ατομικό επίπεδο. Ή πάλι, οι προτιμήσεις σε ομαδικό επίπεδο ενδέχεται να αποκλίνουν από τις προτιμήσεις σε ατομικό επίπεδο όσον αφορά τη δημοκρατική λήψη αποφάσεων (Fiedler, Hofferbert, Woellert, Krüger, & Koch, 2015), ακριβώς όπως τα ερευνητικά δεδομένα σε επίπεδο ομάδας ενδέχεται να μη μας λένε πολλά πράγματα για τη συμπεριφορά των μεμονωμένων συμμετεχόντων στην έρευνα σε θέματα συμπεριφοράς.

Η βασική ιδέα ότι τα διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης αντανakλούν συχνά διαφορετικούς αιτιακούς μηχανισμούς είναι υψίστης σημασίας για όλες τις εφαρμογές της συμπεριφορικής έρευνας. Ο κίνδυνος σύγχυσης τάσεων που, ενώ αποκλίνουν σημαντικά μεταξύ τους, μπορεί να συνυπάρχουν σε διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης είναι ιδιαίτερα εντυπωσιακός στις πρόσφατες αναλύσεις «μεγάλων δεδομένων», οι οποίες συνοδεύονται από την υποτιθέμενη εγγύηση υψηλής αξιοπιστίας και σθένους. Για να επεξηγήσουμε αυτό το σημείο, αρκεί να αναφερθούμε σε κάποιες πρόσφατες μελέτες για τη σχέση μεταξύ ατμοσφαιρικής ρύπανσης και μη δεοντολογικής συμπεριφοράς. Μια έρευνα από τους Lu, Lee, Gino και Galinsky (2018), βασισμένη σε στοιχεία ατμοσφαιρικής ρύπανσης και σε ποσοστά έξι μορφών εγκληματικότητας σε 9.360 αμερικανικές πόλεις, διαπίστωσε ότι όλα τα ποσοστά εγκληματικότητας και όλοι οι δείκτες ρύπανσης μειώθηκαν από κοινού με σταθερό ρυθμό από το 1999 έως το 2009. Αυτό οδήγησε τους συγγραφείς να συναγάγουν μια συστηματική θετική σχέση μεταξύ της ατμοσφαιρικής ρύπανσης και της ηθικής συμπεριφοράς. Αντίθετα, σε μια άλλη πρόσφατη μελέτη μεγάλων δεδομένων που χρησιμοποίησε μηνιαία δεδομένα από βρετανικές πόλεις (Heck, Thielmann, Klein, & Hilbig, 2020), οι συγγραφείς διαπίστωσαν ότι η ατμοσφαιρική ρύπανση είναι συστηματικά σε υψηλότερα επίπεδα τους χειμερινούς μήνες, ενώ ο επιπολασμός διαφορετικών μορφών εγκληματικότητας αυξάνεται έντονα το καλοκαίρι. Αυτό το πρότυπο υποδηλώνει έντονα μια σημαντική αρνητική σχέση μεταξύ ρύπανσης και ανήθικης συμπεριφοράς. Δεν προκαλεί έκπληξη ότι τα ετήσια δεδομένα αντικατοπτρίζουν εντελώς διαφορετικές αιτιακές επιρροές (π.χ. δικαστικές και πολιτικές αλλαγές στη διάρκεια μιας ολόκληρης δεκαετίας) σε σύγκριση με τα μηνιαία δεδομένα (π.χ. εποχιακές αλλαγές της θερμοκρασίας). Ταυτόχρονα, αυτό το παράδειγμα υπογραμμίζει την ιδέα ότι δεν υπάρχει μία και μοναδική αληθινή συσχέτιση μεταξύ ατμοσφαιρικής ρύπανσης και ανήθικης συμπεριφοράς. Εντελώς διαφορετικές

συσχετίσεις δείχνουν να αντικατοπτρίζουν διαφορετικές υποκείμενες διαδικασίες σε διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης, καθιστώντας έτσι επιτακτικές τις «καλές θεωρίες», οι οποίες είναι απολύτως απαραίτητες για την κατανόηση των στοιχείων που αποκτώνται από τα «μεγάλα δεδομένα».

ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΗΣ ΠΑΓΙΔΑΣ ΤΗΣ ΠΑΛΙΝΔΡΟΜΗΣΗΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Ας εξετάσουμε τέλος την πρακτική σημασία της «παγίδας της παλινδρόμησης» – ακόμη ένα θέμα της βασικής και της μεταγραφικής έρευνας το οποίο η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία πρέπει να λάβει υπόψη της. Η παλινδρομικότητα είναι μια ουσιώδης ιδιότητα του πιθανολογικού κόσμου, η οποία μολαταύτα αγνοείται εντελώς ή τουλάχιστον παραβλέπεται. Όταν προβλέπουμε μια μεταβλητή Y από μια άλλη μεταβλητή X , μια ατελής συσχέτιση $|r_{xy}| < 1$ σημαίνει ότι οι προβλεπόμενες τιμές της μεταβλητής Y πρέπει να είναι λιγότερο ακραίες από τις προβλεπτικές τιμές της μεταβλητής X . Δηλαδή, μια κλίση της ευθείας παλινδρόμησης $|b| < 1$ σημαίνει ότι η διακύμανση στις προβλεπόμενες τιμές θα είναι μικρότερη από τη διακύμανση στην προβλεπτική μεταβλητή. Για να εκτιμηθεί η αναμενόμενη απόκλιση $y = Y - M_y$ της Y από τη μέση τιμή M_y , η αντίστοιχη τιμή της απόκλισης $x = X - M_x$ της προβλεπτικής μεταβλητής πρέπει να πολλαπλασιαστεί με τη συσχέτιση r_{xy} . Αν $r_{xy} = 0,5$, οι ακραίες τιμές απόκλισης της Y θα συρρικνωθούν κατά το ήμισυ· αν $r_{xy} = 0,67$, οι αποκλίσεις της Y θα συρρικνωθούν στα δύο τρίτα των προβλεπτικών τιμών. Επειδή η αρχή της παλινδρόμησης γίνεται καλά κατανοητή, συγκαταλέγεται στο είδος της «καλής θεωρίας» που ο Lewin (1943) θεωρούσε ότι είναι τόσο πρακτική. Πράγματι, η αποτυχία κατανόησης της παλινδρομικής συρρίκνωσης καθιστά την εφαρμοσμένη επιστήμη άχρηστη.

Υπερεμπιστοσύνη. Ας διευκρινίσουμε αυτό το σημείο σε σχέση με ένα από τα θέματα με τις πιο σοβαρές συνέπειες στην εφαρμοσμένη επιστήμη της λήψης αποφάσεων, την αποκαλούμενη μεροληψία υπερεμπιστοσύνης. Ας υποθέσουμε ότι η μεταβλητή X αντιστοιχεί στην υποκειμενική εμπιστοσύνη ότι μια δυαδική κρίση ή επιλογή είναι σωστή και ότι η μεταβλητή Y είναι το ποσοστό αντικειμενικής ακρίβειας. Δεδομένου ότι η ακρίβεια δεν συσχετίζεται τέλεια με την εμπιστοσύνη, ο υπολογισμός της ακρίβειας ως συνάρτηση της εμπιστοσύνης θα υπόκειται σε παλινδρομική συρρίκνωση. Αν υποθέσουμε ότι $r_{\text{ακρίβεια, εμπιστοσύνη}} = 0,50$, είναι λογικό να περιμένουμε ότι οι υψηλές βαθμολογίες εμπιστοσύνης, ας πούμε, 0,40 ή 0,30 πάνω από το μέσο θα παλινδρομήσουν σε βαθμολογίες ακρίβειας μόλις 0,20 και 0,15 πάνω από το μέσο. Επειδή η συντριπτική πλειονότητα όλων των μελετών υπερεμπιστοσύνης υπολογίζουν την ακρίβεια ως συνάρτηση της εμπι-

στοσύνης, τα στοιχεία υπερεμπιστοσύνης αντικατοπτρίζουν σε μεγάλο βαθμό ένα τεχνητό αποτέλεσμα παλινδρόμησης. Όπως έχουν δείξει οι Eren, Wallsten και Budescu (1994), το ίδιο σύνολο δεδομένων που φαίνεται να εκφράζει υπερεμπιστοσύνη μπορεί να αποδειχθεί ότι τελικά δηλώνει υποεμπιστοσύνη, όταν σε μια αντίστροφη ανάλυση η εμπιστοσύνη υπολογίζεται ως συνάρτηση της ακρίβειας. Τότε, πολύ υψηλές ή υψηλές βαθμολογίες ακρίβειας αποδεικνύεται ότι προβλέπουν πιο μέτριες βαθμολογίες εμπιστοσύνης. Η παραγνώριση αυτής της θεμελιώδους γνώσης καθιστά την εφαρμοσμένη έρευνα ελλειμματική και ανεπαρκή. Η αυθεντική υπερεμπιστοσύνη πρέπει να υπερβαίνει τη φυσιολογική επίδραση παλινδρόμησης που μπορεί να αναμένεται από τη λιγότερο από τέλεια συσχέτιση μεταξύ ακρίβειας και εμπιστοσύνης.

Παλινδρόμηση και μη ρεαλιστική αισιοδοξία. Επειδή ο βαθμός παλινδρόμησης είναι μια αντίστροφη συνάρτηση της αξιοπιστίας (r_{xy}) και επειδή η αξιοπιστία αυξάνεται με την ποσότητα της πληροφορίας, πολλά πρακτικά ζητήματα υπόκεινται σε διαφορετική παλινδρόμηση. Για παράδειγμα, μπορούμε να προβλέψουμε ότι οι κρίσεις για τον εαυτό μας θα είναι λιγότερο παλινδρομικές από τις κρίσεις μας για τους άλλους, απλώς και μόνο επειδή η μεγαλύτερη ποσότητα πληροφοριών που διαθέτουμε για τον εαυτό μας ανεβάζει την αξιοπιστία σε υψηλότερο επίπεδο, σε σύγκριση με τη μικρότερη ποσότητα πληροφοριών που διαθέτουμε για τους άλλους. Ακολουθώντας αυτή τη δύσκολα αμφιλεγόμενη ιδέα, οι Moore και Healy (2008) έχουν εξελίξει σε μεγάλο βαθμό την κατανόησή μας σχετικά με τη μη ρεαλιστική αισιοδοξία ή το φαινόμενο που αναφέρεται συχνά σύμφωνα με το οποίο οι περισσότεροι άνθρωποι φαίνεται να είναι καλύτεροι από τον μέσο όρο. Ωστόσο, μια πιο λεπτομερής ανάλυση, στην οποία περιλαμβάνεται και η διαφορετική παλινδρόμηση, υποδηλώνει πόσο σημαντικό είναι να γίνει διάκριση μεταξύ τριών διαφορετικών παραλλαγών της σχετιζόμενης με τον εαυτό υπερεμπιστοσύνης: (1) *υπερεκτίμηση* της απόδοσης σε σχέση με την αντικειμενική απόδοση· (2) *υπερτοποθέτηση* του εαυτού σε σχέση με τους άλλους και (3) *υπερακρίβεια* των υποκειμενικών κρίσεων σε σχέση με ένα στην πραγματικότητα πολύ πιο ευρύ διάστημα εμπιστοσύνης.

Σε γενικές γραμμές, όλες οι κρίσεις, είτε αναφέρονται στον εαυτό είτε σε άλλους, υπερτιμούν την (στην πραγματικότητα χαμηλή) αληθινή απόδοση σε δύσκολα έργα και υποτιμούν την (στην πραγματικότητα υψηλή) αληθινή απόδοση σε εύκολα έργα, σύμφωνα με τις προβλέψεις της πανταχού παρούσας επίδρασης της παλινδρόμησης. Ωστόσο, αυτό το αποκαλούμενο φαινόμενο δύσκολου-εύκολου έργου είναι λιγότερο έντονο στις αυτοαναφορικές απ' ό,τι στις μη αυτοαναφορικές κρίσεις. Έτσι, η τυπική μεροληψία υποτίμησης της απόδοσης στα εύκολα έργα είναι ισχυρότερη για τους άλλους παρά για τον εαυτό. Ωστόσο, στα δύσκολα έργα, η υπερτίμηση της απόδοσης είναι πιο έντονη στις μη αυτοαναφορικές απ' ό,τι στις αυτοαναφορικές κρίσεις. Κατά συνέπεια, οι συγκρίσεις του

εαυτού με τους άλλους μαρτυρούν υπερτοποθέτηση (δηλαδή, ο εαυτός κρίνεται σχετικά περισσότερο θετικά απ' ό,τι οι άλλοι) σε εύκολα έργα, αλλά υποτοποθέτηση (δηλαδή, ο εαυτός κρίνεται σχετικά λιγότερο θετικά απ' ό,τι οι άλλοι) σε πραγματικά δύσκολα έργα. Τέλος, η υπερακρίβεια είναι πιο σταθερή απ' ό,τι οι άλλοι δύο τύποι υπερεμπιστοσύνης. Ανεξάρτητα από το αν δύσκολα ή εύκολα έργα παράγουν σφάλματα (αισιόδοξης) υπερτίμησης ή (απαισιόδοξης) υποτίμησης, ή φαινόμενα (αυτοαπαξιωτικής) υποτοποθέτησης ή (αυτοεξυπηρετικής) υπερτοποθέτησης, τα υποκειμενικά διαστήματα εμπιστοσύνης είναι σε γενικές γραμμές υπερβολικά στενά. Όπως ανέφεραν οι Moore και Healy (2008), διαστήματα εμπιστοσύνης 90% συχνά περιέχουν τη σωστή απάντηση σε ποσοστό μικρότερο από 50% (βλ. επίσης Juslin, Winman, & Hansson, 2007). Προφανώς, επομένως, οι υποκειμενικές εκτιμήσεις του ανώτερου και του κατώτερου ορίου ενός διαστήματος εμπιστοσύνης υπόκεινται επίσης σε «φυσιολογική» παλινδρόμηση. Οι υποκειμενικές εκτιμήσεις είναι λιγότερο ακραίες σε σύγκριση με τα πραγματικά όρια των διαστημάτων.

Η πανταχού παρούσα παγίδα της παλινδρόμησης. Μια πληθώρα στοιχείων σχετικά με τις μεροληψίες που οδηγούν απλούς ανθρώπους και ειδικούς να πέσουν στην παγίδα της παλινδρόμησης υπογραμμίζουν το συμπέρασμα των Campbell και Kenny (1999, σ. ix) ότι η παλινδρόμηση είναι «τόσο αναπόφευκτη όσο ο θάνατος και οι φόροι». Όση έμφαση και να δίναμε στην πρακτική σημασία της, δεν θα ήταν ποτέ αρκετή. Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ότι η αποτελεσματικότητα της ψυχοθεραπείας συχνά υπερεκτιμάται όταν οι παρεμβάσεις ξεκινούν πάνω σε μια κρίση, γεγονός που πιθανόν μεγεθύνει υπέρμετρα την πραγματική παθολογική κατάσταση του ασθενή (Campbell, 1996). Επειδή η αξιοπιστία με την οποία μπορεί να μετρηθεί μια κρίση απέχει πολύ από την τελειότητα, η έκδηλη κρίση μπορεί σε κάποιον βαθμό να αντικατοπτρίζει μια έκτοπη τιμή και η πραγματική κατάσταση του ασθενή να είναι λιγότερο κρίσιμη. Κατά συνέπεια, πίσω από μια φαινομενική θεραπευτική επιτυχία μπορεί να κρύβεται η απλή παλινδρόμηση προς μια λιγότερο υπερτιμημένη μέτρηση της ευημερίας.

Για να δώσουμε ακόμη ένα παράδειγμα, το χρηματιστήριο αποτελεί ένα κατεξοχήν παλινδρομικό φαινόμενο. Αν δεχτούμε ότι οι τιμές των μετοχών υπόκεινται σε στάσιμη στοχαστική διακύμανση με την πάροδο του χρόνου, μια σοφή στρατηγική είναι να επενδύει κάποιος αντικυκλικά, δηλαδή να αγοράζει μετοχές που βρίσκονται σε κρίση και να πουλάει μετοχές που έχουν καλή απόδοση. Αναλογικά, τα εμπειρικά ευρήματα που απέδωσαν τα ισχυρότερα μεγέθη επίδρασης στην αρχική μελέτη παράγουν σχετικά μικρότερα μεγέθη επίδρασης σε μια μελέτη επιβεβαιωτικής επανάληψης, όπως αποδεικνύεται από τους Fiedler και Prager (2018) σχετικά με τις 100 μελέτες αυτού του είδους του Open Science Collaboration (2015).

Ο Stelzl (1982) εξετάζει το ερώτημα του γιατί οι μεγαλύτερης ηλικίας εκπαιδευτικοί εκδηλώνουν την τάση να εγκαταλείπουν τις ιδεαλιστικές εκπαιδευτικές θεωρίες για τις οποίες ήταν πλήρως πεπεισμένοι όταν ήταν νέοι. Καθώς οι εκπαιδευτικοί μεγαλώνουν, αντικαθιστούν την πίστη τους στην ανωτερότητα της ανταμοιβής με την πεποίθηση ότι η τιμωρία είναι περισσότερο αποτελεσματική απ' ό,τι η ανταμοιβή. Αυτή η απαισιόδοξη μετατόπιση μπορεί να αντικατοπτρίζει μια συνεχή επιρροή της παγίδας της παλινδρόμησης: Αν υποθέσουμε ότι η συμπεριφορά των μαθητών αποτελεί τη βάση της στοχαστικής διακύμανσης, η θετική συμπεριφορά που ανταμείβεται συνήθως ακολουθείται από λιγότερο θετική συμπεριφορά, ενώ η αρνητική συμπεριφορά που τιμωρείται συνήθως ακολουθείται από περισσότερο θετική συμπεριφορά. Η εντύπωση που απορρέει ότι η τιμωρία είναι πιο αποτελεσματική από την ανταμοιβή μπορεί απλώς να αντικατοπτρίζει την τυφλότητα των εκπαιδευτικών μπροστά στην παλινδρόμηση: πιστεύουν πως, ακόμα και αν δεν υπάρχει ανταμοιβή ή τιμωρία, οι θετικές καταστάσεις θα ακολουθούνται πάντοτε από πιο αρνητικές συμπεριφορές και το αντίστροφο.

ΚΑΤΑΛΗΚΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

Σε έναν τόμο αφιερωμένο στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία, υπογραμμίζεται με ιδιαίτερη έμφαση η αξία της γερά θεμελιωμένης παραγωγής θεωρίας. Ενώ το διάσημο ρητό του Kurt Lewin (1943) σχετικά με την πρακτική αξία μιας καλής θεωρίας αναφέρεται και επικροτείται συχνά, σπάνια εξηγείται ρητά γιατί συμβαίνει κάτι τέτοιο. Σκοπός του κεφαλαίου που μόλις διαβάσατε ήταν να προσφέρει μια διπλή απάντηση σε αυτό το πολύ ενδιαφέρον ερώτημα. Από τη μία πλευρά, υποστηρίχθηκε και αποσαφηνίστηκε μέσω παραδειγμάτων ότι η μεταγραφική επιστήμη –η οποία έλκει τις ρίζες της από την καθοδηγούμενη από τη θεωρία θεμελιώδη έρευνα του εργαστηρίου– συχνά συνεπάγεται τη δυνατότητα εφαρμογής της σε διαφορετικούς τομείς της πραγματικής κοινωνικής ζωής. Εξέχοντα παραδείγματα περιλαμβάνουν τις τεράστιες συνεισφορές ερευνητών από το πεδίο της μνήμης για τη βελτίωση των διαδικασιών ταυτοποίησης ενόχων από αυτόπτες μάρτυρες (Wixted & Wells, 2017), τη μετάφραση βασικών γνώσεων γύρω από την αποτελεσματική μάθηση σε ακαδημαϊκά μαθησιακά περιβάλλοντα (Metcalf & Kornell, 2007), τον βασικό ρόλο της παράβλεψης της αρχικής εκτίμησης για την αξιολόγηση του κινδύνου και την επικοινωνία του κινδύνου (Fiedler, 2010) ή τη μετάφραση των επιδράσεων αγκύρωσης στον εφαρμοσμένο τομέα των δημοπρασιών και των διαπραγματεύσεων (Ritov, 1996). Ενώ στο επίκεντρο αυτού του κεφαλαίου τοποθετήθηκε ειδικότερα η πρακτική αξία των θεωριών δειγματοληψίας (Fiedler & Kutzner, 2015), μια παρόμοια συζήτηση θα

μπορούσε να γίνει γύρω από τις πρακτικές επιπτώσεις και εφαρμογές πολλών θεωρητικών προσεγγίσεων, όπως η θεωρία της ασυμφωνίας (Cooper, 2012), η θεωρία του ερμηνευτικού επιπέδου (Trope & Liberman, 2010), η θεωρία της ρυθμιστικής εστίασης (Higgins, 2012) ή οι θεωρίες ρύθμισης του συναισθήματος (Forgas & Ciarrochi, 2002)

Από την άλλη πλευρά, ωστόσο, το επιχείρημα του Lewin δεν πρέπει να περιοριστεί απλώς στη γενναιόδωρη παραχώρηση στη θεωρία ενός δευτερεύοντος μόνο ρόλου σε ένα πεδίο εφαρμοσμένης ψυχολογίας, κυριαρχούμενο κατά τα άλλα από την «πραγματική» έρευνα που διεξάγεται στο πεδίο, με αναφορά σε φυσικές καταστάσεις, πολιτικές συγκρούσεις, κοινωνικά κινήματα, μετανάστες, ασθενείς και θύματα επιθέσεων και εγκληματικών πράξεων. Αντίθετα, μια πιο τολμηρή ερμηνεία του ρητού του Lewin είναι ότι ένα τέτοιο φαινομενικά συναφές ερευνητικό έργο υπό ρεαλιστικές συνθήκες μπορεί να είναι επιρρεπές σε σφάλματα, πρόωρο και ανεύθυνο αν οι ερευνητές της εφαρμοσμένης επιστήμης δεν καταφέρουν να κάνουν την απαιτούμενη προπαρασκευαστική εργασία και να λάβουν υπόψη τους τις προειδοποιήσεις και τις γνώσεις που πηγάζουν από τη θεμελιώδη και τη μεταγραφική έρευνα. Έγινε μια προσπάθεια να εξηγηθεί ότι η αποτυχία των ερευνητών να δώσουν την αρμόζουσα προσοχή σε τέτοια θεωρητικά και μεθοδολογικά ζητήματα, όπως η περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου δειγματοληψία, η παγίδα της παλινδρόμησης και οι παγίδες των διαφορετικών επιπέδων συσσωμάτωσης, μπορούν να υπονομεύσουν την αξία ακόμη και της πιο κοπιώδους και καλοπροαίρετης εφαρμοσμένης εργασίας.

Τέλος, και για να θυμίσουμε το ενδιαφέρον δίδαγμα που μας παρέδωσε ο Bjork (1994), η αυστηρά ελεγχόμενη εργαστηριακή έρευνα υπό ελεγχόμενες συνθήκες μπορεί να είναι πιο μεταβιβάσιμη στον πραγματικό κόσμο απ' ό,τι οποιαδήποτε προσπάθεια να μιμηθούμε την «πραγματική ζωή» σε μια ελεγχόμενη μελέτη. Ας ολοκληρώσουμε αυτό το κεφάλαιο με ένα παράθεμα μιας παρόμοιας ιδέας διατυπωμένης αυτή τη φορά από τον Mook (1983, σ. 379):

...οι ψυχολογικές διερευνήσεις κατηγορούνται για «αδυναμία γενίκευσης στον πραγματικό κόσμο» λόγω μεροληψιών στη δειγματοληψία ή πλαστού χαρακτήρα του περιβάλλοντος... τέτοιες «γενικεύσεις» συχνά δεν είναι στις προθέσεις του ερευνητή. Αντί να κάνουμε προβλέψεις για τον πραγματικό κόσμο από το εργαστήριο, μπορούμε να ελέγξουμε προβλέψεις που διευκρινίζουν τι πρέπει να συμβαίνει στο εργαστήριο. Μπορούμε να εξετάσουμε ακόμη και «τεχνητά» ευρήματα ως ενδιαφέροντα, επειδή μας δείχνουν τι μπορεί να συμβεί...

ακόμη κι όταν οι ακριβείς συνθήκες στις οποίες πραγματικά συμβαίνουν δεν είναι (ακόμη) γνωστές.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Το έργο στο οποίο βασίζεται το παρόν άρθρο υποστηρίχθηκε από μια υποτροφία του Deutsche Forschungsgemeinschaft που δόθηκε στον πρώτο από τους συγγραφείς (FI 294/26-1). Μπορείτε να απευθύνετε τα ηλεκτρονικά μηνύματά σας στη διεύθυνση kf@psychologie.uni-heidelberg.de

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Bar-Hillel, M. (1984). Representativeness and fallacies of probability judgment. *Acta Psychologica*, 55(2), 91-107. doi.org/10.1016/0001-6918(84)90062-3
- Bernoulli, J. (1713). *Ars conjectandi, opus posthumum* [The art of conjecturing, posthumous work]. Basel, Switzerland: Thurneysen Brothers.
- Bjork, R. A. (1994). Memory and metamemory considerations in the training of human beings. In J. Metcalfe, A. P. Shimamura, J. Metcalfe, A. P. Shimamura (Eds.), *Metacognition: Knowing about knowing* (pp. 185-205). Cambridge, MA: The MIT Press.
- Bodemer, N., & Gaissmaier, W. (2012). Risk communication in health. In *Handbook of risk theory* (pp. 621-660). Dordrecht: Springer.
- Campbell, D. T. (1957). Factors relevant to the validity of experiments in social settings. *Psychological Bulletin*, 54(4), 297-312.
- Campbell, D. T. (1996). Regression artifacts in time-series and longitudinal data. *Evaluation and Program Planning*, 19, 377-389.
- Campbell, D. T., & Kenny, D. A. (1999). *A primer on regression artifacts*. New York, NY: Guilford Press.
- Cialdini, R. B. (2012). The focus theory of normative conduct. In P. A. M. Van Lange, W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*, Vol. 2. (pp. 295-312). Thousand Oaks, CA: Sage Publications Ltd. doi.org/10.4135/9781446249222.n41
- Cooper, J. (2012). Cognitive dissonance theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*, Vol. 1. (pp. 377-397). Thousand Oaks, CA: Sage Publications Ltd. doi.org/10.4135/9781446249215.n19
- Erev, I., Wallsten, T. S., & Budescu, D. V. (1994). Simultaneous over-and underconfidence: The role of error in judgment processes. *Psychological Review*, 101(3), 519-527. doi:10.1037/0033-295X.101.3.519
- Fiedler, K. (2008). The ultimate sampling dilemma in experience-based decision making. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 34(1), 186-203. doi.org/10.1037/0278-7393.34.1.186
- Fiedler, K. (2010). The asymmetry of causal and diagnostic inferences: A challenge for the study of implicit attitudes. In J. P. Forgas, J. Cooper, & W. D. Crano (Eds.), *The psychology of attitudes and attitude change* (pp. 75-92). New York, NY: Psychology Press.
- Fiedler, K., Brinkmann, B., Betsch, T., & Wild, B. (2000). A sampling approach to biases in conditional probability judgments: Beyond base rate neglect and statistical format. *Journal of Experimental Psychology: General*, 129, 399-418.
- Fiedler, K., Hofferbert, J., Woellert, F., Krüger, T., & Koch, A. (2015). The tragedy of democratic decision making. In J. P. Forgas, K. Fiedler, & W. D. Crano (Eds.), *Social psychology and politics*. (Vol. 17, pp. 193-208). New York, NY: Psychology Press.

- Fiedler, K., Hütter, M., Schott, M., & Kutzner, F. (2019). Metacognitive myopia and the overutilization of misleading advice. *Journal of Behavioral Decision Making*. doi.org/10.1002/bdm.2109
- Fiedler, K., & Juslin, P. (Eds.). (2006). *Information sampling and adaptive cognition*. Cambridge University Press.
- Fiedler, K., & Krueger, J. I. (2012). More than an artifact: Regression as a theoretical construct. In J. I. Krueger (Ed.), *Social judgment and decision making* (pp. 171-189). New York, NY: Psychology Press.
- Fiedler, K., & Kutzner, F. (2015). Information sampling and reasoning biases: Implications for research in judgment and decision making. In G. Keren & G. Wu (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of judgment and decision making* (pp. 380-403). New York: Wiley.
- Fiedler, K., & Prager, J. (2018). The regression trap and other pitfalls of replication science—Illustrated by the report of the Open Science Collaboration. *Basic and Applied Social Psychology*, 40(3), 115-124. doi.org/10.1080/01973533.2017.1421953
- Fiedler, K., Schmid, J., & Stahl, T. (2002). What is the current truth about polygraph lie detection? *Basic and Applied Social Psychology*, 24(4), 313-324. doi.org/10.1207/S15324834BASP2404_6
- Fiedler, K., & Unkelbach, C. (2014). Regressive judgment: Implications of a universal property of the empirical world. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 361-367.
- Forgas, J. P., & Ciarrochi, J. V. (2002). On managing moods: Evidence for the role of homeostatic cognitive strategies in affect regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(3), 336-345. doi.org/10.1177/0146167202286005
- Galton, F. (1907). Vox populi. *Nature*, 75, 450-451.
- Gavanski, I., & Hui, C. (1992). Natural sample spaces and uncertain belief. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(5), 766-780. doi.org/10.1037/0022-3514.63.5.766
- Gigerenzer, G., Todd, P. M., & the ABC Research Group (2000). *Simple heuristics that make us smart*. New York: Oxford University Press.
- Heck, D. W., Thielmann, I., Klein, S. A., & Hilbig, B. E. (2020). On the limited generality of air pollution and anxiety as causal determinants of unethical behavior: Commentary on Lu, Lee, Gino, & Galinsky (2018). *Psychological Science*.
- Higgins, E. T. (2012). Regulatory focus theory. In P. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, E. T. Higgins, P. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology (Vol 1)* (pp. 483-504). Thousand Oaks, CA: Sage Publications Ltd.
- Hogarth, R. M., & Karelaia, N. (2005). Ignoring information in binary choice with continuous variables: When is less “more”? *Journal of Mathematical Psychology*, 49(2), 115-124.
- Johnson, E. J., & Goldstein, D. G. (2003). Do defaults save lives? *Science*, 302, 1338-1339.
- Juslin, P., Winman, A., & Hansson, P. (2007). The naïve intuitive statistician: A naïve sampling model of intuitive confidence intervals. *Psychological Review*, 114(3), 678-703.
- Katsikopoulos, K. V. (2010). The less-is-more effect: Predictions and tests. *Judgment and Decision Making*, 5(4), 244-257.
- Kornell, N., & Bjork, R. A. (2008). Learning concepts and categories: Is spacing the “enemy of induction?” *Psychological Science*, 19(6), 585-592. doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02127.x
- Ku, G., Galinsky, A. D., & Murnighan, J. K. (2006). Starting low but ending high: A reversal of the anchoring effect in auctions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(6), 975-986.
- Lewin, K. (1943). Psychology and the process of group living. *The Journal of Social Psychology*, SPSSI Bulletin, 17, 113-131.

- Lu, J. G., Lee, J. J., Gino, F., & Galinsky, A. D. (2018). Polluted morality: Air pollution predicts criminal activity and unethical behavior. *Psychological Science*, *29*(3), 340-355. doi.org/10.1177/0956797617735807
- Metcalfe, J., & Kornell, N. (2007). Principles of cognitive science in education: The effects of generation, errors, and feedback. *Psychonomic Bulletin & Review*, *14*(2), 225-229. doi.org/10.3758/BF03194056
- Mook, D. G. (1983). In defense of external invalidity. *American Psychologist*, *38*(4), 379-387.
- Moore, D. A., & Healy, P. J. (2008). The trouble with overconfidence. *Psychological Review*, *115*(2), 502-517. doi:10.1037/0033-295X.115.2.502
- Open Science Collaboration. (2015). Estimating the reproducibility of psychological science. *Science*, *349*, aac4716.
- Prager, J., & Fiedler, K. (2019). *Forming impressions from self-truncated samples of traits: The interplay of Thurstonian and Brunswikian sampling effects*. Manuscript submitted for publication.
- Prager, J., Krueger, J. I., & Fiedler, K. (2018). Towards a deeper understanding of impression formation—New insights gained from a cognitive-ecological perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *115*(3), 379-397. doi.org/10.1037/pspa0000123
- Ritov, I. (1996). Anchoring in simulated competitive market negotiation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, *67*(1), 16-25. doi.org/10.1006/obhd.1996.0062
- Robinson, W. S. (1950). Ecological correlations and the behavior of individuals. *American Sociological Review*, *15*, 351-357. doi.org/10.2307/2087176
- Sorkin, R. D., Hays, C. J., & West, R. (2001). Signal-detection analysis of group decision making. *Psychological Review*, *108*(1), 183-203. doi.org/10.1037/0033-295X.108.1.183
- Stelzl, I. (1982). *Fehler und fallen der statistik. [Errors and traps of statistics]*. Bern: Huber.
- Surowiecki, J. (2004). *The wisdom of crowds: Why the many are smarter than the few and how collective wisdom shapes business, economies, societies, and nations*. New York, NY: Doubleday & Co.
- Swets, J., Dawes, R. M., & Monahan, J. (2000). Psychological science can improve diagnostic decisions. *Psychological Science in the Public Interest*, *1*, Whole No. 1.
- Trope, Y., & Liberman, N. (2010). Construal-level theory of psychological distance. *Psychological Review*, *117*(2), 440-463.
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under uncertainty: Heuristics and biases. *Science*, *185*(4157), 1124-1131. doi.org/10.1126/science.185.4157.1124
- Vogel, T., Kutzner, F., Fiedler, K., & Freytag, P. (2013). How majority members become associated with rare attributes: Ecological correlations in stereotype formation. *Social Cognition*, *31*(4), 427-442. doi.org/10.1521/soco_2012_1002
- Wells, G. L., & Elizabeth Luus, C. A. (1990). Police lineups as experiments: Social methodology as a framework for properly conducted lineups. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *16*(1), 106-117.
- Wells, G. L., Malpass, R. S., Lindsay, R. C., Fisher, R. P., Turtle, J. W., & Fulero, S. M. (2000). From the lab to the police station: A successful application of eyewitness research. *American Psychologist*, *55*(6), 581-598.
- Wixted, J. T., & Wells, G. L. (2017). The relationship between eyewitness confidence and identification accuracy: A new synthesis. *Psychological Science in the Public Interest*, *18*(1), 10-65. doi.org/10.1177/1529100616686966

3

Η ΥΠΟΘΕΣΗ ΤΗΣ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗΣ ΑΝΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΑΣ

Επιπτώσεις για την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία

Mark van Vugt, Lianne P. de Vries και Norman P. Li

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι εξωγήινοι που θα επισκέπτονταν τον πλανήτη Γη θα έβρισκαν τον Homo Sapiens παράξενο αλλά αξιοπρόσεκτο είδος. Θα ανακάλυπταν εκπληκτικά παραδείγματα ανθρώπινης ευφυΐας και ευρηματικότητας, όπως τα αεροπλάνα, οι ουρανοξύστες, το ηλεκτρικό ρεύμα και το διαδίκτυο. Την ίδια στιγμή, θα γίνονταν επίσης μάρτυρες της αξιοθρήνητης αποτυχίας μας να παρεμποδίσουμε την επέλαση της φτώχειας, της βίας, των ασθενειών και των οικολογικών καταστροφών. Οι άνθρωποι είναι ταυτόχρονα πολύ έξυπνοι και πολύ ανόητοι, αυτό είναι το συμπέρασμα στο οποίο θα κατέληγαν οι εξωγήινοι ανθρωπολόγοι. Αλήθεια είναι, εμείς οι άνθρωποι είμαστε πολύ καλοί σε ορισμένα πράγματα, αλλά πολύ κακοί σε κάποια άλλα. Οι άνθρωποι είναι ικανοί να αναγνωρίζουν τα πρόσωπα ανθρώπων που γνώρισαν πριν από πολλά χρόνια, αλλά πολύ εύκολα αδυνατούν να ανακαλέσουν σωστά τους αριθμούς τηλεφώνου των καλύτερών τους φίλων. Οι άνθρωποι είναι πολύ υπομονετικοί στη συγκέντρωση γνώσεων και δεξιοτήτων κατάρτισης κατά τη διάρκεια μιας μακράς περιόδου εντατικής εκπαίδευσης, αλλά δεν είναι αρκετά υπομονετικοί ώστε να αποταμιεύσουν χρήματα για τη σύνταξή τους ή να αντισταθούν στον πειρασμό ενός τσιζκέικ φράουλας. Και, παρόλο που οι περισσότεροι άνθρωποι θα δίσταζαν να κλέψουν από ένα κατάστημα, τα ίδια αυτά άτομα δεν κωλύονται από ηθικούς φραγμούς όταν πρόκειται να «κατεβάσουν» παράνομα μουσική και ταινίες από το διαδίκτυο.

Γιατί οι άνθρωποι είναι έξυπνοι και ηθικοί σε ορισμένες καταστάσεις, αλλά ανόητοι και ανήθικοι σε άλλες; Γιατί ασκούμε αυτοέλεγχο σε ορισμένα περιβάλλοντα, αλλά όχι σε άλλα; Οι απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα έχουν μεγάλη σημασία τόσο για τους κοινωνικούς ψυχολόγους όσο και για τους υπεύθυνους χάραξης δημόσιας πολιτικής. Αν μπορέσουμε να εξακριβώσουμε πώς έχει εξελιχθεί ο ανθρώπινος νους και πώς λειτουργεί σε ορισμένα περιβάλλοντα, τότε θα μπορέσουμε ίσως να εμπνευστούμε πολιτικές και παρεμβάσεις που θα αποδειχθούν αποτελεσματικές στην αλλαγή των στάσεων και των αποφάσεων των ανθρώπων. Μέχρι στιγμής, τα προγράμματα δημόσιας πολιτικής είναι βασισμένα στο μοντέλο του Homo Economicus, στην ιδέα ότι οι άνθρωποι καθοδηγούνται τις ενέργειές τους βασιζόμενοι σε έναν ορθολογικό υπολογισμό κόστους και οφέλους (Fox & Sitkin, 2015· Loewenstein, Bryce, Hagmann, & Rajpal, 2015). Ωστόσο, όπως θα δούμε, η συμπεριφορά του Homo Sapiens καθοδηγείται από μια βαθύτερη εξελικτική ορθολογικότητα που αποτελείται από ένα σύνολο ενστίκτων, προτύπων σκέψης (Kahneman, 2011), συναισθημάτων (βλ. επίσης Wohl & Stefaniak· και Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο) και προτιμήσεων (Kenrick, Griskevicius, Neuberg, & Schaller, 2010) που ενδέχεται να αποκλίνουν εντυπωσιακά από αυτό που φαίνεται ορθολογικό (Johnson, Price, & van Vugt, 2013). Πάρτε για παράδειγμα ένα πρόγραμμα παρέμβασης για την αύξηση των ποσοστών δήλωσης συμμετοχής στη μετά θάνατον δωρεά οργάνων. Με την αλλαγή απλώς της προεπιλεγμένης συνθήκης από «εγγραφή» σε «διαγραφή» από το μητρώο με τους πιθανούς δωρητές οργάνων διπλασιάζεται η συμμετοχή (από 42% σε 82%) χωρίς καμία αλλαγή στις υποκείμενες πεποιθήσεις ή προτιμήσεις (Johnson & Goldstein, 2003). Τέτοιες «ωθήσεις» έχει διαπιστωθεί ότι είναι αρκετά αποτελεσματικές στην αλλαγή της συμπεριφοράς των ανθρώπων, σε κάποιον βαθμό, επειδή λαμβάνουν υπόψη τους τους περιορισμούς της ανθρώπινης ψυχολογίας (Baumard, 2015).

Η κεντρική υπόθεση που παρουσιάζεται εδώ είναι ότι ο ανθρώπινος νους εξελίχθηκε με τέτοιο τρόπο ώστε να επιλύει συγκεκριμένες δυσκολίες πολύ αποτελεσματικά. Βέβαια, αυτές οι δυσκολίες ήταν μέρος ενός σχετικά σταθερού περιβάλλοντος στο οποίο οι άνθρωποι ζούσαν επί πολλές χιλιάδες γενιές, την αφρικανική σαβάνα, από την οποία οι ανατομικά σύγχρονοι άνθρωποι μετανάστευσαν πριν από περίπου 60.000 χρόνια. Ωστόσο, όταν τα περιβάλλοντα αλλάζουν γρήγορα –όπως συμβαίνει ολοένα και περισσότερο–, εμφανίζονται νέες απειλές και ευκαιρίες, τις οποίες ο νους μας μπορεί να μην είναι στην εντέλεια σχεδιασμένος να αντιμετωπίσει (βλ. επίσης Forgas et al., σε αυτόν τον τόμο). Το αποτέλεσμα είναι μια εξελικτική αναντιστοιχία. Σε αυτό το κεφάλαιο, θα διερευνήσουμε κατ' αρχάς την έννοια της αναντιστοιχίας ως βασικού αξιώματος της εξελικτικής θεωρίας και της εξελικτικής ψυχολογίας και στη συνέχεια θα μελετήσουμε πώς η αναντιστοιχία επηρεάζει τις προτιμήσεις και τις αποφάσεις μας. Θα

μελετήσουμε επίσης πώς μπορούμε να εντοπίσουμε στοιχεία που καταδεικνύουν συμπεριφορές αναντιστοιχίας. Στη συνέχεια, θα αναλύσουμε τις επιπτώσεις της υπόθεσης της αναντιστοιχίας για ορισμένους από τους πυρηνικούς τομείς της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας, από τις στενές σχέσεις έως την απόδοση στην εργασία, την πολιτική, καθώς και την υγεία και τη βιωσιμότητα. Τέλος, επισημαίνουμε τις επιπτώσεις της αναντιστοιχίας για τη δημόσια πολιτική και τον τρόπο σχεδιασμού παρεμβάσεων, όπως στρατηγικές ώθησης, οι οποίες είναι καλύτερα ευθυγραμμισμένες με την πυρηνική ψυχολογία του *Homo Sapiens*.

ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΙ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ

Η υπόθεση της αναντιστοιχίας είναι μία από τις θεμελιώδεις αρχές της εξελικτικής ψυχολογίας (Li, van Vugt, & Colarelli, 2018). Η εξελικτική ψυχολογία θεωρεί τη νόηση, τα συναισθήματα και τη λήψη αποφάσεων του ανθρώπου προϊόντα ψυχολογικών μηχανισμών που εξελίχθηκαν για την επίλυση επαναλαμβανόμενων, προσαρμοστικών προκλήσεων σχετικών με την επιβίωση και την αναπαραγωγή (Buss, 2015· Tooby & Cosmides, 1992). Αυτοί οι ψυχολογικοί μηχανισμοί είναι απόλυτα ρυθμισμένοι στο περιβάλλον στο οποίο εξελίχθηκαν οι άνθρωποι, το οποίο συχνά αναφέρεται ως ΠΕΠ (περιβάλλον εξελικτικής προσαρμογής· *environment of evolutionary adaptedness*, EEA). Το ΠΕΠ, για πολλά από τα πιο εξειδικευμένα ανθρώπινα χαρακτηριστικά και τους υποκείμενους μηχανισμούς τους, όπως ο πολιτισμός, η συνεργασία, η γλώσσα, η ηγεσία, το ζευγάρι και οι διατροφικές προτιμήσεις, εντοπίζεται στην αφρικανική σαβάνα, όπου η ανθρώπινη γενεαλογία εξελίχθηκε για μια περίοδο αρκετών εκατομμυρίων ετών. Πριν από 6 περίπου εκατομμύρια χρόνια, η ανθρώπινη γενεαλογία και η γενεαλογία των στενότερων εξαδέλφων μας –οι σημερινοί μπονόμπο και χιμπατζήδες– χωρίστηκαν σε ξεχωριστούς κλάδους. Κατά τη διάρκεια της εξέλιξης των ανθρωποειδών, εξελίχθηκαν πολλά βασικά χαρακτηριστικά του *Homo*, όπως το δίποδο περπάτημα, η αντιθετική κίνηση των αντιχειρών σε σχέση με τα υπόλοιπα δάχτυλα του χεριού και το αυξημένο μέγεθος του κρανίου. Αυτές οι φυσικές αλλαγές μπορούν εύκολα να προσδιοριστούν από το αρχείο απολιθωμάτων (Kaplan, Hill, Lancaster, & Hurtado, 2000). Το γένος *Homo*, που σηματοδοτεί την αρχή της γενεαλογίας του νεότερου *Homo Sapiens*, εξελίχθηκε πριν από 2 περίπου εκατομμύρια χρόνια, όταν άρχισαν να εξαφανίζονται τα δάση στην Ανατολική Αφρική και να εμφανίζονται οι σαβάνες, απέραντα επίπεδα βοσκοτόπια. Παλαιοαρχαιολογικά και ανθρωπολογικά στοιχεία υποστηρίζουν την ιδέα ότι οι ανθρώπινοι πρόγονοί μας ζούσαν σε σχετικά μικρές ομάδες, ουσιαστικά εκτεταμένες οικογένειες, που ήταν νομαδικές και μετανάστευαν ανάλογα με τις εποχές και τους διαθέσιμους διατροφικούς πόρους (Foley, 1997).

Η αυξημένη εξάρτηση από μεγάλα θηράματα για τη διατροφή αύξησε τη συνεργασία και ενίσχυσε τον καταμερισμό εργασίας μεταξύ των κυνηγών (συνήθως άνδρες) και των τροφοσυλλεκτών (συνήθως γυναίκες) (Tooby & DeVore, 1987). Το μοίρασμα της τροφής προέκυψε ως ένα συλλογικό σύστημα προστασίας από την πείνα και η γλώσσα αναδύθηκε ως ένας τρόπος διατήρησης των κοινωνικών δικτύων σε ολόένα και πιο μεγάλες αποστάσεις (Dunbar, 2003). Ο πολιτισμός δημιούργησε ένα «προστατευτικό μαξιλάρι» ενάντια στις αναταράξεις του περιβάλλοντος που απαιτούσαν νέες στρατηγικές κοινωνικής μάθησης βασισμένες στη μίμηση και στη διδασκαλία (Henrich, 2015). Τα διακεκριμένα άτομα ανέλαβαν ρόλο ηγετών και ενορχήστρωσαν συντονισμένες ομαδικές δραστηριότητες με στόχο την ομαδική άμυνα και τη συλλογική μετακίνηση (van Vugt & Ahuja, 2010). Η μοναδικά ανθρώπινη ικανότητα να δεχόμαστε αφηρημένες συμβολικές πληροφορίες από άλλους ως υποκατάστατο της πραγματικότητας υπήρξε το θεμέλιο όλων των ενοποιητικών συστημάτων πεπειθήσεων, καθώς και της ευπιστίας και της δεισιδαιμονίας σε όλη την ιστορία (Harari, 2014· βλ. επίσης Kross και Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο). Οι ψυχολογικοί μηχανισμοί που διέπουν αυτές τις πτυχές της ανθρώπινης συμπεριφοράς εξελίχθηκαν σε όλο αυτό το μεγάλο χρονικό διάστημα και διατηρήθηκαν όταν οι άνθρωποι μετανάστευσαν από την Αφρική πριν από περίπου 60.000 χρόνια. Ως αποτέλεσμα αυτής της μετάβασης, οι άνθρωποι άρχισαν να ζουν σε οικολογικά συστήματα και κλιματολογικές συνθήκες που διαφέρουν πολύ από το ΠΕΠ. Η εξάρτηση από την εντατική καλλιέργεια που ξεκίνησε μετά τη Γεωργική Επανάσταση, η οποία τοποθετείται 10.000 χρόνια πριν, σε πολλά μέρη του κόσμου (λιγότερο από 1% του ανθρωπίνου εξελικτικού χρόνου), προκάλεσε περαιτέρω εντυπωσιακές αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο ζούμε και συνδεόμαστε ο ένας με τον άλλον, με αποτέλεσμα αλλαγές στη διατροφή και στον τρόπο ζωής στις οποίες το σώμα και ο εγκέφαλός μας δεν έχουν ακόμη προσαρμοστεί πλήρως (Lieberman, 2013). Παρόμοιες κοσμογονικές μεταβολές στη φυσική και κοινωνική οργάνωσή μας συνέβησαν μετά τη Βιομηχανική Επανάσταση (πριν από περίπου 250 χρόνια), όταν οι μηχανές άρχισαν να υποκαθιστούν την ανθρώπινη σωματική εργασία. Τη στιγμή αυτή, περισσότεροι από τους μισούς ανθρώπους του παγκόσμιου πληθυσμού ζουν σε μεγάλες, πυκνοκατοικημένες πόλεις, περιτριγυρισμένοι από εκατομμύρια (γενετικούς) αγνώστους σε ψηλά κτίρια με ελάχιστο ή καθόλου χώρο για μετακίνηση και πολύ περιορισμένη ή μηδαμινή πρόσβαση στη φύση. Βρισκόμαστε τώρα εν μέσω μιας Ψηφιακής Επανάστασης, η οποία θολώνει τη διάκριση μεταξύ του πραγματικού και του εικονικού κόσμου, κάνοντας έτσι δυνατή τη δημιουργία ολόένα και περισσότερων νέων αναντιστοιχιών (Giphart & van Vugt, 2018· Harari, 2014· βλ. επίσης τα κεφάλαια του Blanton και του Kross, σε αυτόν τον τόμο).

Η υπόθεση της εξελικτικής αναντιστοιχίας υποστηρίζει ότι σε εξελικτικά νέα περιβάλλοντα οι ψυχολογικοί μηχανισμοί που εξελίχθηκαν σε μια μακρά και σχετι-

κά σταθερή περίοδο ανθρώπινης γενετικής εξέλιξης ενδέχεται να μην είναι πλέον κατάλληλα λειτουργικοί, προκαλώντας συμπεριφορές που δεν είναι οι βέλτιστες για το άτομο και για την κοινωνία στο σύνολό της (Li et al., 2018). Αν ισχύει κάτι τέτοιο, θα πρέπει να έχει εκτεταμένες συνέπειες για την ανθρώπινη ψυχολογία και τη δημόσια πολιτική. Οι ιδέες περί αναντιστοιχίας έχουν εφαρμοστεί στο παρελθόν στη βιολογία, στην οικονομία, στην υγεία και στην ιατρική (Gluckman & Hanson, 2004· Lieberman, 2013· Lloyd, Wilson, & Sober, 2011· Nesse & Berridge, 1997). Μέχρι στιγμής, ωστόσο, έχει υπάρξει μικρό ενδιαφέρον για τις επιπτώσεις στην ψυχολογία και στη δημόσια πολιτική, αν και ορισμένοι μελετητές στην κοινωνική ψυχολογία (Maner & Kenrick, 2010), στην οργανωσιακή ψυχολογία (van Vugt & Ronay, 2014) και στην ψυχολογία της υγείας (Curtis & Aunger, 2011) άρχισαν πρόσφατα να ενδιαφέρονται γι' αυτή την έννοια.

Η αναντιστοιχία είναι ένα παραπροϊόν –και μια αναπόφευκτη συνέπεια– του τρόπου με τον οποίο λειτουργεί η εξέλιξη μέσω της φυσικής επιλογής. Η εξέλιξη παράγει ψυχολογικούς και συμπεριφορικούς μηχανισμούς που έχουν διατηρηθεί μέσω της φυσικής επιλογής –και επομένως είναι τυπικοί ενός είδους, κληρονομικοί, αποτελεσματικοί και αναπτυξιακά σταθεροί– επειδή κάποια στιγμή έλυσαν ένα συγκεκριμένο πρόβλημα προσαρμογής καλύτερα απ' ό,τι οι εναλλακτικές λύσεις. Αυτοί οι μηχανισμοί λειτουργούν ως ευρετικές μέθοδοι ή ως κανόνες απόφασης που (α) ενεργοποιούνται από συγκεκριμένες περιβαλλοντικές ενδείξεις που δρουν ως εισερχόμενες πληροφορίες και (β) παράγουν προσαρμοστικές εξερχόμενες πληροφορίες όσον αφορά τις γνώσεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές (Gigerenzer, 2007). Ωστόσο, η βιολογική εξέλιξη είναι μια σχετικά αργή διαδικασία και επομένως οι μηχανισμοί αυτοί ενδέχεται να μη λειτουργούν σωστά όταν τα περιβάλλοντα αλλάζουν. Η εξελικτική αναντιστοιχία αναφέρεται στην προσαρμοστική χρονική καθυστέρηση που προκύπτει όταν το περιβάλλον αλλάζει πιο γρήγορα από τον χρόνο που απαιτείται προκειμένου ο μηχανισμός να προσαρμοστεί στην αλλαγή, και αυτό ισχύει εξίσου για τον άνθρωπο και τα μη ανθρώπινα είδη (Li et al., 2018). Η ανθρώπινη ακολουθία ψυχολογικών μηχανισμών, από τον πολιτισμό έως τη συνεργασία και τη γλώσσα, εξελίχθηκε κυρίως την περίοδο –το 99% της ανθρώπινης εξέλιξης– κατά την οποία οι άνθρωποι ζούσαν ως κυνηγοί-τροφοσυλλέκτες στην αφρικανική σαβάνα. Οι επακόλουθες γεωργικές, βιομηχανικές και ψηφιακές επαναστάσεις έχουν δημιουργήσει τεράστιες αποκλίσεις από τον παρελθόντα τρόπο ζωής των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών (Giphart & van Vugt, 2018· Tooby & Cosmides, 1992· βλ. επίσης Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο).

Προβλήματα αναντιστοιχίας μπορούν να προκύψουν μέσω διάφορων αιτιών. Μερικές από αυτές τις αιτίες είναι φυσικές, όπως όταν η έλλειψη έκθεσης στο φως του ήλιου στα βορειοευρωπαϊκά κλίματα συνεπάγεται ανεπάρκεια βιταμίνης D και υψηλό επιπολασμό ατόμων με εποχιακές συναισθηματικές διαταρα-

χές (Hidaka, 2012). Συχνά, οι αναντιστοιχίες είναι ανθρωπογενείς, όπως όταν η βιομηχανική ρύπανση επηρεάζει την ποιότητα του αέρα, με αποτέλεσμα να αυξάνεται ο αριθμός των ατόμων που υποφέρουν από αναπνευστικά προβλήματα. Αναντιστοιχίες μπορούν επίσης να εντοπιστούν με κριτήριο το αν η ζωή σε ένα νέο περιβάλλον μάς τις επιβάλλει, όπως όταν το σώμα μας έχει λιγότερες ευκαιρίες μετακίνησης σε ένα περιβάλλον όπου κυριαρχεί ο καθιστικός τρόπος ζωής. Εναλλακτικά, αναντιστοιχίες μπορούν να προκύψουν όταν ένας μηχανισμός ευνοεί νέα ερεθίσματα αντί για τα ερεθίσματα τα οποία η εξέλιξη του τον έχει προορίσει να επεξεργάζεται, όπως όταν τα παιδιά προτιμούν να τρώνε ζαχαρωτά, ένα γλυκό και ζαχαρούχο ανθρωπογενές προϊόν, αντί για φρούτα που περιέχουν φυσικά σάκχαρα (Krebs, 2009· βλ. επίσης Papies, σε αυτόν τον τόμο). Οι αναντιστοιχίες μπορούν επίσης να διακριθούν με γνώμονα τον αντίκτυπό τους στους ψυχολογικούς μας μηχανισμούς. Ορισμένες αναντιστοιχίες προκύπτουν όταν προσπαθούμε να εφαρμόσουμε εξελιγμένους, διαισθητικούς ψυχολογικούς μηχανισμούς σε εξελικτικά νέα προβλήματα, όπως η αξιολόγηση των κινδύνων που σχετίζονται με τα αεροπορικά ταξίδια ή η εξοικονόμηση χρημάτων για ένα συνταξιοδοτικό πρόγραμμα. Στην πραγματικότητα, όλα τα είδη γνωστικών μεροληψιών, από την πλάνη του χαμένου κόστους έως την αποστροφή της απώλειας, μπορεί να είναι το αποτέλεσμα αυτού του είδους αναντιστοιχίας. Εναλλακτικά, η αναντιστοιχία μπορεί να προκύψει προσεγγίζοντας εξελικτικά παλιά προβλήματα, όπως η γονικότητα, το ζευγάρωμα ή η διατροφή, χρησιμοποιώντας πιο αναλυτικούς, εξελικτικά νέους ψυχολογικούς μηχανισμούς, με αποτέλεσμα μη βέλτιστες αποφάσεις (βλ. Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο). Έτσι, χρησιμοποιώντας τη δημοφιλή διχοτομία του Kahneman (2011), η αναντιστοιχία προκύπτει όταν εφαρμόζουμε τη σκέψη του Συστήματος 1 σε εξελικτικά νέα προβλήματα ή, αντίστροφα, όταν εφαρμόζουμε τη σκέψη του Συστήματος 2 σε εξελικτικά παλαιότερα προβλήματα (για μια παρόμοια διάκριση, βλ. Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο).

Η αναντιστοιχία μπορεί να προκύψει επιπλέον λόγω σημαντικών αλλαγών είτε στις εισερχόμενες είτε στις εξερχόμενες πληροφορίες των εξελιγμένων ψυχολογικών μηχανισμών, που έχουν ως αποτέλεσμα οι μηχανισμοί αυτοί να μην είναι πλέον βέλτιστα ρυθμισμένοι στο περιβάλλον τους. Για παράδειγμα, η έλλειψη ενός υποστηρικτικού οικογενειακού δικτύου σε κοντινή απόσταση μπορεί να χρησιμεύσει ως εισερχόμενο δεδομένο για τους μηχανισμούς αναπαραγωγικού χρονισμού, οι οποίοι με τη σειρά τους υποχρεώνουν τα παντρεμένα ζευγάρια να καθυστερήσουν την ηλικία στην οποία αποκτούν το πρώτο τους παιδί, καταλήγοντας έτσι σε μη βέλτιστα αναπαραγωγικά αποτελέσματα (Li et al., 2018). Η διαθεσιμότητα πορνογραφικού υλικού στο διαδίκτυο μπορεί να αντικαταστήσει την αναζήτηση ρομαντικών συντρόφων ως εισερχόμενο δεδομένο στους μηχανισμούς που πυροδοτούν τη σεξουαλική διέγερση και προκαλούν την αναπαραγω-

γική δραστηριότητα. Με όρους αποτελεσμάτων, οι εξελιγμένοι μηχανισμοί που μεταφράζουν το καθεστώς και τον πλούτο σε αναπαραγωγική επιτυχία ενδέχεται να μη λειτουργούν σωστά σε έναν κόσμο με συχνό και έντονο ανταγωνισμό στο πεδίο της εργασίας.

Αν και στο επίκεντρο του ενδιαφέροντός μας βρίσκονται εδώ οι εξελικτικές αναντιστοιχίες, οι αναπτυξιακές και πολιτισμικές αναντιστοιχίες είναι επίσης πιθανές. Αναπτυξιακές αναντιστοιχίες προκύπτουν όταν η προβλεπόμενη κατάσταση του περιβάλλοντος ενός εμβρύου ή ενός νεογέννητου παιδιού αποδεικνύεται ότι δεν είναι το πραγματικό περιβάλλον των ενηλίκων. Για παράδειγμα, ένας από τους παράγοντες που προκαλούν παχυσαρκία στους ενήλικες είναι όταν ένα προγεννητικά υποσιτιζόμενο άτομο μεγαλώνει σε ένα περιβάλλον με άφθονους διατροφικούς πόρους (Gluckman & Hanson, 2004). Πολιτισμικές αναντιστοιχίες προκύπτουν όταν τα άτομα είναι χωρικά διασκορπισμένα, με αποτέλεσμα οι ψυχολογικοί μηχανισμοί που λειτουργούν καλά σε ένα πολιτισμικό περιβάλλον, λόγου χάρη σε μια κουλτούρα τιμής, να παράγουν συμπεριφορές που είναι επιβλαβείς σε ένα νέο περιβάλλον, για παράδειγμα δολοφονίες εκδίκησης σε μια κουλτούρα αξιοπρέπειας. Γενικότερα, τόσο η πολιτισμική όσο και η ψυχολογική αναντιστοιχία παρατηρούνται όταν ένα είδος φυσικά προσαρμοσμένο στην έντονη ζωή σε μικρές ομάδες, όπου το καθεστώς και η ταυτότητα αποτελούν φυσική συνέπεια των καθημερινών αλληλεπιδράσεων, βρίσκεται σε μια παγκοσμιοποιημένη, κατακερματισμένη και απρόσωπη μεταβιομηχανική κοινωνία, όπου οι ανάγκες καθεστώτος και ταυτότητας μπορούν στην καλύτερη περίπτωση να εκφραστούν μέσω πλασματικών και άνευ νοήματος καταναλωτικών επιλογών.

ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΣ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΥΠΕΡ ΤΗΣ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗΣ ΑΝΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΑΣ

Η εύρεση στοιχείων που μαρτυρούν εξελικτικές αναντιστοιχίες δεν είναι εύκολο εγχείρημα και, παρόλο που είναι πιθανό ορισμένα από τα κοινωνικά, ψυχολογικά και σωματικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι στον σύγχρονο μεταγεωργικό, μεταβιομηχανικό κόσμο να είναι το αποτέλεσμα αναντιστοιχιών, σε πολλές περιπτώσεις αυτό εξακολουθεί να αποτελεί μια υπόθεση εργασίας (Giphart & van Vugt, 2018). Πρέπει επίσης να επισημάνουμε ότι δεν είναι όλες οι αρνητικές συμπεριφορές ή οι ψυχολογικές καταστάσεις αποτέλεσμα αναντιστοιχιών. Τα αρνητικά συναισθήματα, όπως το άγχος, ο φόβος, η θλίψη και ο θυμός, μπορούν να είναι προσαρμοστικά, με την έννοια ότι είναι το αποτέλεσμα κατάλληλα λειτουργικών ψυχολογικών μηχανισμών που ανταποκρίνονται σε πραγματικές απειλές (π.χ. η απώλεια μιας θέσης εργασίας ή ενός αγαπημένου προσώπου, ο φόβος για τους ξένους, μια απειλή ή πρόκληση· βλ. επίσης Koole, σε αυτόν τον τόμο).

Για να αποδώσουμε ένα πρόβλημα σε μια εξελικτική αναντιστοιχία, πρέπει πρώτα να δείξουμε (α) τι υποτίθεται ότι πρέπει να κάνει ένας εξελιγμένος μηχανισμός, δηλαδή τη λειτουργία του, (β) ποιοι είναι οι υποκείμενοι κανόνες απόφασης που χρησιμοποιεί ο μηχανισμός και (γ) τι είδους εισερχόμενες πληροφορίες (ενδείξεις) και εξερχόμενες πληροφορίες έχουν εξελιχθεί ώστε να επεξεργάζονται και να παράγουν οι μηχανισμοί. Ο ίδιος ο μηχανισμός πρέπει να δείχνει στοιχεία προσαρμογής, δηλαδή: Έχει σχεδιαστεί για να επιλύει μια συχνά επαναλαμβανόμενη πρόκληση επιβίωσης ή αναπαραγωγής; Δεύτερον, πρέπει να είμαστε σε θέση να περιγράψουμε πώς λειτουργεί ο μηχανισμός σε ένα προγονικό περιβάλλον και, τρίτον, πώς λειτουργεί στο σύγχρονο περιβάλλον. Στη συνέχεια, πρέπει να βρούμε στοιχεία που να καταδεικνύουν μια ασυμφωνία μεταξύ του προγονικού περιβάλλοντος και του σύγχρονου περιβάλλοντος με όρους κάποιας αλλαγής στις εισερχόμενες πληροφορίες στις οποίες αποκρίνεται ο μηχανισμός (π.χ. χαμένες ενδείξεις, υψηλότερη ένταση ενδείξεων) ή κάποιας αλλαγής στις συνέπειες των εξερχόμενων πληροφοριών που παράγει (Li et al., 2018). Τέλος, πρέπει να καταδείξουμε ή τουλάχιστον να επιχειρηματολογήσουμε πειστικά υπέρ της υπόθεσης ότι ο μηχανισμός, ως συνέπεια της αναντιστοιχίας, επηρεάζει την προσωπική υγεία και την ψυχολογική ευημερία με τρόπο με τον οποίο δεν είναι σχεδιασμένος να επιδρά πάνω τους.

Ο έλεγχος μιας υπόθεσης αναντιστοιχίας –όπως ο έλεγχος μιας οποιασδήποτε υπόθεσης της εξελικτικής ψυχολογίας (Schmitt & Pilcher, 2004)– απαιτεί τη σύσταση ενός νομολογικού δικτύου ευρημάτων προερχόμενων από διάφορους κλάδους, τα οποία έχουν κάτι να πουν για την ανθρωπογενώς εξελιγμένη ψυχολογία, με βάση τη γνώση που έχει συγκεντρωθεί από πειράματα στους ψυχολογικούς μηχανισμούς (ψυχολογία και νευροεπιστήμη) και με βάση προσπάθειες κατανόησης των μικρής κλίμακας κοινωνιών στις οποίες εξελίχθηκαν οι άνθρωποι (ανθρωπολογία) έως τη γενετική και τους τρόπους μέτρησης της γονιμότητας, της υγείας και της ευημερίας στους σύγχρονους πληθυσμούς (ιατρική, επιδημιολογία). Μια καλά τεκμηριωμένη αναντιστοιχία είναι η παχυσαρκία, η οποία προκύπτει λόγω διατροφικών επιλογών (Σχήμα 3.1· εμπνευσμένο από τους Sbarra, Briskin, & Slatcher, 2019). Οι άνθρωποι έχουν πιθανότατα αναπτύξει ψυχολογικούς μηχανισμούς προτίμησης γλυκών, λιπαρών και αλμυρών τροφών, επειδή αυτές οι υψηλοθερμιδικές τροφές ήταν σημαντικές για την επιβίωση στα προγονικά περιβάλλοντα (βλ. Papias, σε αυτόν τον τόμο). Στα προγονικά περιβάλλοντα –όπως στις τρέχουσες κοινωνίες κυνηγών-τροφοσυλλεκτών– αυτές οι γεύσεις σχετίζονται με φυσικές τροφές, όπως τα φρούτα, το μέλι και το κρέας, τροφές σπάνιες και πολύτιμες, σύμφωνα με τους ανθρωπολόγους. Σήμερα, ωστόσο, οι πιο γλυκές, λιπαρές τροφές παρασκευάζονται και υποβάλλονται σε επεξεργασία με μεγάλες ποσότητες ζάχαρης και αλατιού (σκεφτείτε μια σακούλα πατατάκια). Το να δείξουμε ότι οι ενήλικες και τα παιδιά προτιμούν να τρώνε



ΣΧΗΜΑ 3.1 Η παχυσαρκία ως συνέπεια εξελικτικής αναντιστοιχίας.

τέτοια επεξεργασμένα τρόφιμα (εισερχόμενες πληροφορίες) αντί για φυσικές τροφές, όπως τα φρούτα και το μέλι, δεν αρκεί. Πρέπει επίσης να δείξουμε ότι (α) αυτές οι αναντίστοιχες προτιμήσεις προκαλούν προβλήματα υγείας και (β) ότι αυτά τα προβλήματα είναι πολύ λιγότερο διαδεδομένα στις κοινωνίες των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών. Στην περίπτωση της διατροφής, υπάρχουν σαφή στοιχεία ότι οι εξελιγμένες προτιμήσεις μας προκαλούν πολλές ασθένειες, από την παχυσαρκία έως τον διαβήτη τύπου 2 και τα καρδιαγγειακά προβλήματα, επειδή οι φυσιολογικοί μηχανισμοί που περιλαμβάνουν την ινσουλίνη και τη γλυκαγόνη δεν εξελίχθηκαν για να μεταβολίζουν κατ' επανάληψη αφύσικα μεγάλες ποσότητες σακχάρων (Gluckman & Hanson, 2006). Επιπλέον, αυτές οι ασθένειες είναι σχεδόν ανύπαρκτες σε κοινωνίες κυνηγών-τροφοσυλλεκτών (Lieberman, 2013).

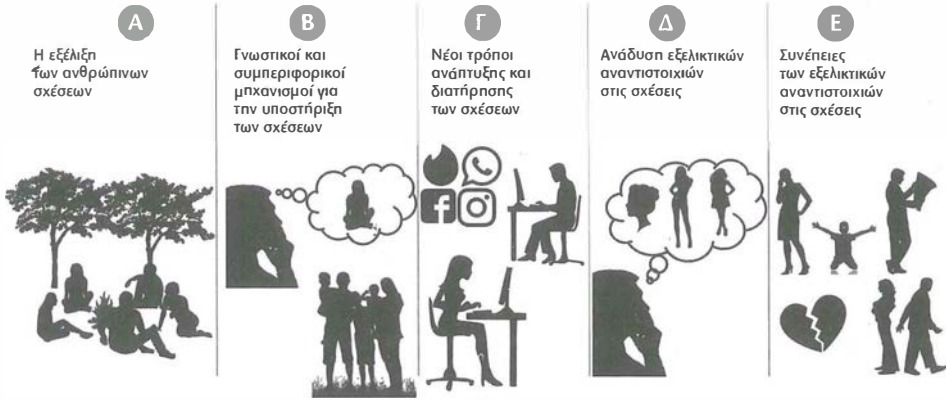
ΜΕΛΕΤΩΝΤΑΣ ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΝΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΕΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Τι στοιχεία έχουμε στη διάθεσή μας για εξελικτική αναντιστοιχία στην εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία; Υπάρχουν άραγε συνθήκες αναντιστοιχίας που καταλήγουν σε αποτυχία των εξελιγμένων ψυχολογικών μηχανισμών μας να λειτουργήσουν σωστά στο σύγχρονο ανθρώπινο κοινωνικό πλαίσιο, όπως στις σχέσεις μας, στην εργασία, στην οικονομία, στην πολιτική, καθώς και στην υγεία και στη βιωσιμότητα; Στη συνέχεια εξετάζουμε στοιχεία από ορισμένους από αυτούς τους τομείς, που είναι ευθυγραμμισμένοι με το παραπάνω προφίλ ή τουλάχιστον μπορούν να ερμηνευθούν με όρους αναντιστοιχιών που δρουν σε νέα, σύγχρονα περιβάλλοντα.

Σχέσεις

Ορισμένες προκλήσεις που σχετίζονται με την έναρξη και τη διατήρηση στενών σχέσεων στον σύγχρονο κόσμο μπορεί να προκύπτουν –ή να επιδεινώνονται– από την εξελικτική αναντιστοιχία (Σχήμα 3.2· βλ. επίσης Mikulincer & Shaver, σε αυτόν τον τόμο). Οι έφηβοι στις μέρες μας μεγαλώνουν ζώντας σε περιοχές με υψηλή πυκνότητα πληθυσμού και την παρουσία πολύ μεγάλου αριθμού πιθανών σεξουαλικών συντρόφων και αντίζηλων – παράγοντες που αυξάνουν την ένταση του ανταγωνισμού τόσο εντός όσο και μεταξύ των φύλων. Τι συνεπάγεται αυτή η νέα συνθήκη για την ψυχολογία της αναζήτησης συντρόφου; Προβλέπουμε ότι οδηγεί σε αυξημένη δυσκολία στην έναρξη και τη διατήρηση μακροχρόνιων σχέσεων δέσμευσης, οι οποίες συνιστούσαν τη νόρμα για τους προγονικούς ανθρώπους. Κοινωνικοί ψυχολόγοι έδειξαν σε άνδρες και σε γυναίκες δέκα εικόνες φυσικά ελκυστικών γυναικείων προσώπων και διαπίστωσαν ότι αυτή η προέγερση μείωσε τη δέσμευση των ανδρών στην τρέχουσα μακροχρόνια σύντροφό τους (Kenrick, Neuberg, Zierk, & Krones, 1994), καθώς και την αυτοπροσλαμβανόμενη επιθυμητότητα των γυναικών ως ρομαντικών συντρόφων (Gutierrez, Kenrick, & Partch, 1999). Το εύρημα αυτό συμβαδίζει με διάφορες μελέτες που υποδηλώνουν έναν δεσμό ανάμεσα στη συχνή κατανάλωση των μέσων ενημέρωσης και στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (π.χ. Facebook) και ιδιαίτερα της απαξίωσης, από τις ίδιες τις γυναίκες, της αυτοεκτίμησής τους και της εικόνας του σώματός τους, με αποτέλεσμα προβλήματα που συνδέονται με την κατάθλιψη και τις διατροφικές διαταραχές (όπως η ανορεξία) (Li, Smith, Griskevicius, Cason, & Bryan, 2010· βλ. επίσης Kross, σε αυτόν τον τόμο). Επιπλέον, η συχνή χρήση του διαδικτυακού πορνό έχει συνδεθεί με μια αδυναμία των νέων ανδρών να αναζητήσουν και να αναπτύξουν στενές σχέσεις οικειότητας με γυναίκες (Short, Black, Smith, Wetterneck, & Wells, 2012). Τα ποσοστά διαζυγίου είναι πολύ υψηλότερα στις σύγχρονες, αναπτυγμένες χώρες απ’ ό,τι στις παραδοσιακές, μικρής κλίμακας κοινωνίες (Takyi, 2001).

Μια διαφορετική συνέπεια της υψηλής πυκνότητας πληθυσμού και του έντονου σεξουαλικού ανταγωνισμού είναι η τρέχουσα κρίση υπογεννητικότητας στον σύγχρονο κόσμο. Παραδόξως, στις πλουσιότερες χώρες του κόσμου –στις χώρες της Ευρώπης και της Ανατολικής Ασίας– σήμερα τα ποσοστά γεννητικότητας είναι πολύ πιο χαμηλά από ποτέ σε σύγκριση με τα ποσοστά φυσικής αντικατάστασης του πληθυσμού. Οι υψηλοί δείκτες πυκνότητας πληθυσμού μπορούν να οδηγήσουν σε αναντίστοιχες εισερχόμενες πληροφορίες στους μηχανισμούς ζευγαρώματος, επειδή παραπέμπουν σε έντονο ανταγωνισμό για τη διεκδίκηση πόρων. Τόσο οι μελέτες σε ανθρώπους όσο και σε ζώα δείχνουν ότι η υψηλή πυκνότητα πληθυσμού οδηγεί τους οργανισμούς στην υιοθέτηση μιας βραδύτερης στρατηγικής εκτύλιξης της ιστορίας της ζωής τους, μια ροπή προς την

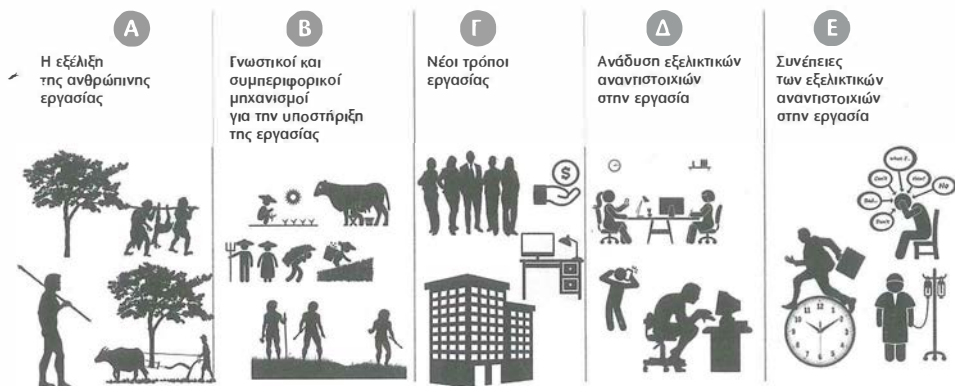


ΣΧΗΜΑ 3.2 Προβλήματα στις σχέσεις ως συνέπεια της εξελικτικής αναντιστοιχίας.

επένδυση στην ανάπτυξη σωματικού (διατροφή), διανοητικού (εκπαίδευση) και κοινωνικού (δίκτυα φιλίας) κεφαλαίου σε βάρος της άμεσης αναπαραγωγικής επιτυχίας (Brumbach, Figueredo, & Ellis, 2009). Συνεπές με αυτές τις ιδέες, ένα σύνολο από κοινωνιοψυχολογικά πειράματα παρείχε ως προέγερση στους συμμετέχοντες ενδείξεις υψηλής πυκνότητας πληθυσμού (π.χ. εικόνες και θορύβους πυκνοκατοικημένων περιοχών) και ανακάλυψε ότι οι ενδείξεις αυτές αύξησαν την εκτιμώμενη ηλικία στην οποία οι άνθρωποι επιθυμούν να παντρευτούν και να αποκτήσουν παιδιά (Sng, Neuberg, Varnum, & Kenrick, 2017).

Εργασία

Οι σύγχρονοι χώροι εργασίας θέτουν επίσης μια σειρά από κοινωνικές και φυσικές προκλήσεις, οι οποίες ενδέχεται να οξύνονται ακόμη περισσότερο λόγω εξελικτικής αναντιστοιχίας (Σχήμα 3.3). Οι σημερινές εργασιακές οργανώσεις μοιάζουν ελάχιστα με τις οργανωσιακές δομές των κοινωνιών των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών, οι οποίες χαρακτηρίζονταν από παντελή απουσία ιεραρχίας, περιορισμένο καταμερισμό της εργασίας, υψηλούς βαθμούς συγγένειας, καμία πραγματική διάκριση ανάμεσα στην επαγγελματική και στην ιδιωτική ζωή κάποιου, καθώς και μια συνεχή εμπλοκή του σώματος με το φυσικό περιβάλλον. Πράγματι, ο σχεδιασμός πολλών χώρων εργασίας προσφέρει ελάχιστα περιθώρια για ενεργητική εμπλοκή με τη φύση. Έχει διαπιστωθεί ότι οι παρεμβάσεις που προσφέρουν στους χώρους εργασίας περισσότερα στοιχεία πρασίνου, όπως φυτά ή φυσικούς ήχους, καθώς και η παρουσία κοντινών πάρκων για φυσική άσκηση, αυξάνουν την ικανοποίηση από την εργασία και μειώνουν τις προθέσεις απουσίας από την εργασία και εργασιακής κινητικότητας στο προσωπικό (An, Colarelli, O’Brien & Boyajian, 2016). Η έκθεση σε φυσικούς αντί σε αστικούς



ΣΧΗΜΑ 3.3 Το εργασιακό στρες ως συνέπεια της εξελικτικής αναντιστοιχίας.

χώρους βελτιώνει τις διαθέσεις των ανθρώπων και αυξάνει τον αυτοέλεγχό τους, υποδηλώνοντας μια λειτουργία της φύσης που συμβάλλει στην αποκατάσταση της προσοχής (Van der Wal, Schade, Krabbendam, & van Vugt, 2013). Σχετικά με τα παραπάνω, ένα πείραμα στο εκπαιδευτικό πεδίο διαπίστωσε ότι με την ενίσχυση της παιγνιώδους δραστηριότητας οι παρεμβάσεις σε σχολικές αυλές με περισσότερο πράσινο έχουν θετικό αντίκτυπο στα επίπεδα προσοχής και συγκέντρωσης των παιδιών του δημοτικού σχολείου (van Dijk-Wesselijs, Maas, Hovinga, van Vugt, & van den Berg, 2018).

Τα σύγχρονα εργασιακά πλαίσια μπορούν επίσης να προκαλέσουν χρόνιο στρες σχετιζόμενο με την εργασία, αυξάνοντας τον επιπολασμό των ασθενειών της εποχής μας, όπως η επαγγελματική εξουθένωση και η κατάθλιψη, που είναι σχετικά σπάνιες στις κοινωνίες κυνηγών-τροφοσυλλεκτών (Jacobsson, 1988). Οι ψυχολογικοί μηχανισμοί μας εξελίχθηκαν σε κοινωνίες μικρής κλίμακας, όπου οι άνθρωποι ζούσαν και εργάζονταν περιτριγυρισμένοι από συγγενείς και φίλους σε σχετικά απλά έργα παραγωγής. Αντίθετα, τα σύγχρονα εργασιακά πλαίσια παρουσιάζουν πολλές νέες εισερχόμενες πληροφορίες σε εξελιγμένους μηχανισμούς, όπως ο έντονος κοινωνικός ανταγωνισμός με γενετικούς ξένους, που κάνει τους εξελιγμένους μηχανισμούς καθεστώτος να παράγουν χρόνια συναισθήματα ανασφάλειας, άγχους και συναισθηματικής εξάντλησης. Η σύγχρονη εργασία δημιουργεί επίσης αποσυνδέσεις μεταξύ εισερχόμενων και εξερχόμενων πληροφοριών. Λόγω διφορούμενων και μη ευκρινών αποτελεσμάτων εργασίας (π.χ. ηλεκτρονική μισθοδοσία, παράταση προθεσμιών, αβέβαια κριτήρια προαγωγής), η σχέση ανάμεσα στην προσπάθεια που καταβάλλεται και στις ανταμοιβές που λαμβάνονται είναι θολή. Ως εκ τούτου, οι έμφυτοι μηχανισμοί συλλογής πληροφοριών που διαθέτουμε βρίσκονται συνεχώς σε εγρήγορση, ανιχνεύοντας την αβεβαιότητα σχετικά με το σε τι ακριβώς πρέπει να εργαστούμε,

την αδικία στον τρόπο με τον οποίο μας μεταχειρίζονται και την πίεση όσον αφορά την επιλογή των έργων. Επιπλέον, οι σύγχρονες οργανώσεις περιλαμβάνουν ιεραρχίες με μεγάλο χάσμα ανάμεσά τους, έντονα στρωματοποιημένες, με τα άτομα στην κορυφή να κερδίζουν χιλιάδες φορές περισσότερα απ' ό,τι τα άτομα στα χαμηλότερα επίπεδα, κάνοντας τους ψυχολογικούς μηχανισμούς μας να αντιλαμβάνονται την ανισότητα και την αδικία και μειώνοντας την αίσθηση αυτονομίας, ικανότητας και δυνατότητάς μας να σχετιζόμαστε με τους άλλους. Μία από τις συνέπειες αυτών των σχετικών με την εργασία αναντιστοιχιών είναι το χρόνιο εργασιακό στρες. Πάνω από το 80% των Αμερικανών αναφέρουν ότι έχουν στρες λόγω της εργασίας τους (Harris Interactive & Everest College, Work Stress Survey, 2013). Αν και ένας ορισμένος βαθμός στρες είναι επωφελής για την απόδοση στην εργασία, το χρόνιο στρες μπορεί να έχει διάφορες αρνητικές εκβάσεις, όπως διαταραχές της ανοσοποιητικής, της καρδιαγγειακής και της μεταβολικής λειτουργίας, καθώς και ασθένειες, ψυχολογικές διαταραχές και θνησιμότητα (Gluckman & Hanson, 2006). Το χρόνιο εργασιακό στρες οδηγεί επίσης σε εξουθένωση από την εργασία – εξάντληση, συναισθήματα κυνισμού και μια αίσθηση αναποτελεσματικότητας (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001).

Πολιτική

Ορισμένες προκλήσεις που σχετίζονται με τη σύγχρονη πολιτική μπορούν επίσης να οξυνθούν λόγω της εξελικτικής αναντιστοιχίας (βλ. Σχήμα 3.4). Ο άνθρωπος έχει εξελιχθεί σε μικρής κλίμακας κοινωνίες με μικρής κλίμακας πολιτική (Petersen, 2015). Υπήρχε ελάχιστη ή καθόλου ιεραρχία και οι συγκρούσεις διευθετούνταν μέσω ανεπίσημων ηγετών που δεν είχαν καμία εξουσία πέρα από τον τομέα της εμπειρογνωμοσύνης τους. Εξαιρετικοί κυνηγοί, μεσολαβητές, πολεμιστές και σαμάνοι πρόσφεραν πολύτιμες υπηρεσίες και σε αντάλλαγμα αποκόμιζαν κύρος, το οποίο κατέληγε σε κάποια αναπαραγωγικά οφέλη για αυτούς τους ηγέτες υψηλού κύρους (Von Rueden & van Vugt, 2015· van Vugt & Smith, 2019). Οι προγονικοί άνθρωποι γνώριζαν καλά τους ηγέτες τους και έτσι υπήρχε μια στενή σχέση ανάμεσα στην ικανότητα κάποιου και στο κύρος του ως ηγέτη. Αυτό δεν είναι απαραίτητο να ισχύει στη σύγχρονη πολιτική, στην οποία υπάρχει μια πολύ αυξημένη απόσταση μεταξύ ηγετών και οπαδών (van Vugt & Ronay, 2014). Κατά συνέπεια, οι αποφάσεις που λαμβάνονται με πολιτική ψηφοφορία εμπεριέχουν υψηλό βαθμό αβεβαιότητας σε ένα φτωχό σε πληροφορία περιβάλλον, από το οποίο λείπουν αξιόπιστες ενδείξεις ικανότητας. Κατά συνέπεια, από τους ψυχολογικούς μηχανισμούς μας λείπουν σχετικές εισερχόμενες πληροφορίες για να διαμορφώσουμε καλές κρίσεις σχετικά με το ποιους ηγέτες θα επιλέξουμε (βλ. τις συνεισφορές των Fiedler και Forgas, σε αυτόν τον τόμο). Επειδή μεγάλο κομμάτι της ηγεσίας στις προγονικές ομάδες ήταν βασισμένο



ΣΧΗΜΑ 3.4 Εμφάνιση εξελικτικών αναντιστοιχιών στην πολιτική.

σε φυσικά γνωρίσματα, όπως η σωματική επιβλητικότητα, δίνεται ολοένα και μεγαλύτερο βάρος σε αυτές τις ενδείξεις στις πολιτικές αποφάσεις μας. Έτσι, οι ψηφοφόροι προτιμούν τους ψηλούς ηγέτες με κυριαρχικό ύφος, ειδικά σε πλαίσια που προσομοιάζουν με προγονικές απειλές, όπως οι ενδοομαδικές ή διομαδικές συγκρούσεις (Laustsen & Petersen, 2015· van Vugt & Grabo, 2015). Προς μεγαλύτερη επίρρωση αυτής της ιδέας, οι ψηφοφόροι που παρακολουθούν περισσότερη τηλεόραση δίνουν μεγαλύτερη προσοχή σε σωματικές ενδείξεις όταν επιλέγουν πολιτικούς υποψηφίους (Lawson, Lenz, Baker, & Myers, 2010).

Η υποστήριξη στις κομματικές πολιτικές είναι άλλος ένας τομέας στον οποίο η αναντιστοιχία ενδέχεται να προκαλεί προβλήματα. Στα συστήματα μικρής κλίμακας, οι πολιτικές αποφάσεις σχετικά με την κατανομή των πόρων λαμβάνονται συχνά στη βάση απλών ευρετικών μεθόδων, όπως η θεμιτή αξίωση: Ποιος αξίζει να λάβει τη βοήθειά μας (Petersen, 2015); Οι ψυχολογικοί μηχανισμοί μας έχουν εξελιχθεί ώστε να επαγρυπνούν διαρκώς προκειμένου να εντοπίζουν αυτούς που εξαπατούν, αυτούς που καρπώνονται τις προσπάθειες των άλλων ή αυτούς που, κατά κάποιον διαφορετικό τρόπο, είναι ανίκανοι ή απρόθυμοι να συνεισφέρουν. Κάτι τέτοιο έχει επιπτώσεις στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε τις μειονεκτούσες ομάδες στην κοινωνία. Έχουμε περισσότερες πιθανότητες να υποστηρίξουμε τους προσωρινά αρρώστους από τους χρόνιους ασθενείς, να βοηθήσουμε τους αρρώστους παρά ανθρώπους που είναι άνεργοι, καθώς και να υποστηρίξουμε πολιτικές για την παροχή βοήθειας σε μέλη ενδοομάδων παρά εξωομάδων (McDonald, Navarrete, & van Vugt, 2012). Ενδείξεις φυσικής επιβλητικότητας παίζουν επίσης ρόλο στο πώς οι άνθρωποι εφαρμόζουν την ευρετική μέθοδο της θεμιτής αξίωσης. Στις προγονικές ομάδες, οι συγκρούσεις για την κατανομή των πόρων συχνά κρίνονταν με βάση τη φυσική δύναμη. Οι έρευνες και τα πειράματα διαπιστώνουν ότι οι φυσικά επιβλητικοί

άνδρες είναι (α) πιο επιρρεπείς στον θυμό και (β) είναι λιγότερο υποστηρικτικοί προς πολιτικές πρόνοιες, εκτός κι αν είναι οι ίδιοι μέλη μιας μη προνομιούχας ομάδας, οπότε και είναι περισσότερο υποστηρικτικοί (Petersen, Sznycer, Sell, Cosmides, & Tooby, 2013). Συνεπώς, διάφορες ενδείξεις, εξωτερικές και εσωτερικές, ενεργοποιούν τους εξελιγμένους πολιτικούς ψυχολογικούς μηχανισμούς μας, με αποτέλεσμα προτιμήσεις που ενδέχεται να έχουν ζημιογόνες συνέπειες για την ευημερία μας, όπως η υποστήριξη κυρίαρχων, επιθετικών ηγετών (βλ. Forgas, σε αυτόν τον τόμο).

Μια τελική αρένα για την πολιτική αναντιστοιχία απορρέει από την επιρρεπεία μας σε θεωρίες συνωμοσίας, οι οποίες επηρεάζουν τις πολιτικές προτιμήσεις (Van Prooijen & van Vugt, 2018· βλ. επίσης Forgas & Baumeister, 2019). Οι άνθρωποι είναι ζώα που συνασπίζονται και διαθέτουν διάφορους ψυχολογικούς μηχανισμούς για να ανιχνεύουν απειλητικούς συνασπισμούς. Η επιφυλακή μας για τον εντοπισμό επικίνδυνων συνασπισμών έχει αποδειχθεί πολύ χρήσιμη σε περιβάλλοντα όπου οι απειλές αυτές είχαν πολλές πιθανότητες να αποβούν θανατηφόρες. Αυτό φαίνεται να συμβαίνει σε προγονικά περιβάλλοντα, στα οποία οι αλληλοσκοτωμοί ήταν συνήθεις. Μέσω της έκθεσης στα μέσα μαζικής ενημέρωσης, λαμβάνουμε τώρα συνεχείς πληροφορίες σχετικά με πιθανές συνωμοσίες και είμαστε ιδιαίτερα επιρρεπείς σε αυτές. Σχεδόν οι μισοί Αμερικανοί πιστεύουν ότι η κυβέρνηση των ΗΠΑ ήταν εκ των προτέρων ενήμερη για τις επιθέσεις της 11ης Σεπτεμβρίου, κι ας μην υπάρχουν στοιχεία που να συνηγορούν υπέρ αυτής της υπόθεσης. Μια σημαντική μερίδα των ανθρώπων που πιστεύουν σε κάποια θρησκεία είναι πεπεισμένοι ότι οι εμβολιασμοί αποτελούν συνωμοσία των δυτικών κυβερνήσεων που συνεργάζονται με τη φαρμακοβιομηχανία για να βλάψουν την υγεία των παιδιών. Οι ψυχολογικοί μηχανισμοί μας είναι προδιατεθειμένοι να αποφεύγουν τους κινδύνους και έτσι είναι ρυθμισμένοι ώστε να ξεγλιστρούν από δαπανηρά σφάλματα (διαχείριση σφαλμάτων). Επειδή είναι πιο κοστοβόρο να αγνοήσουμε μια συνωμοσία όταν πράγματι υπάρχει, αντί να αναγνωρίσουμε μια συνωμοσία ενώ στην πραγματικότητα δεν υπάρχει τίποτε, οι μηχανισμοί μας για την ανίχνευση συνωμοσιών είναι πολύ ευαίσθητοι και σε υψηλή εγρήγορση. Το αποτέλεσμα είναι τα άτομα να λαμβάνουν ανορθολογικές αποφάσεις σχετικά με την υγεία τους και την ευημερία των ανθρώπων του στενού κύκλου τους (Van Prooijen & van Vugt, 2018).

Βιωσιμότητα και υγεία

Οι παγκόσμιες περιβαλλοντικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι σύγχρονοι άνθρωποι ενδέχεται επίσης να εντείνονται λόγω εξελικτικής αναντιστοιχίας (van Vugt, Griskevicius, & Schultz, 2014). Η κλιματική αλλαγή είναι κάτι που οι άνθρωποι δυσκολεύονται να την κατανοήσουν και να ανταποκριθούν στις

απαιτήσεις της, επειδή οι συνέπειές της εμφανίζονται με χρονική καθυστέρηση και είναι γεωγραφικά διασκορπισμένες. Οι προγονικοί άνθρωποι μπορεί να έχουν παλέψει με τοπικά περιβαλλοντικά προβλήματα, όπως η έλλειψη νερού ή τροφής, αλλά αυτά τα προβλήματα ήταν και άμεσα και ορατά. Το πρόβλημα είναι ότι οι ψυχολογικοί μηχανισμοί μας δεν ενεργοποιούνται από εισερχόμενες πληροφορίες σχετικά με περιβαλλοντικές προκλήσεις σε παγκόσμιο επίπεδο που θα εκδηλωθούν μεταγενέστερα. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα όταν οι πληροφορίες παρουσιάζονται με πιθανολογικούς όρους (π.χ. οι πιθανότητες ρύπανσης στην πρόγνωση καιρού πέντε ημερών είναι 40%) και όχι με όρους συχνότητας (π.χ. δύο από τις πέντε ημέρες θα έχουν ρύπανση). Η τελευταία διατύπωση είναι πιο κατανοητή. Προκειμένου να αντιμετωπίσουμε τις περιβαλλοντικές αναντιστοιχίες, είναι σημαντικό οι ψυχολογικοί μηχανισμοί μας να λαμβάνουν τις σωστές εισερχόμενες πληροφορίες. Για παράδειγμα, η συσχέτιση της κατανάλωσης κρέατος με άμεσες ενδείξεις ασθένειας και απέχθειας (Palomo-Vélez, Tybur, & van Vugt, 2018) είναι πιο αποτελεσματική από την έμφαση στη μακροπρόθεσμη υγεία (καρκίνος του παχέος εντέρου) ή στις περιβαλλοντικές συνέπειες της κατανάλωσης κρέατος (αποψίλωση). Η ιδέα έγκειται στο ότι οι άνθρωποι ανταποκρίνονται πιο έντονα σε άμεσες αισθητηριακές ενδείξεις που επισημαίνουν ότι κάτι δεν πάει καλά. Επιπλέον, οι άνθρωποι δεν έχουν εξελιχθεί ώστε να παρακινούνται από μια ανησυχία για τον πλανήτη. Είναι πιθανότερο να συνεργαστούν για ένα καλύτερο περιβάλλον αν οι συνέπειες των προσπαθειών τους πρόκειται να ωφελήσουν τους ίδιους, τα παιδιά και τα εγγόνια τους. Πράγματι, η έκθεση ατόμων σε εικόνες των παιδιών τους, εν είδει προέγερσης, βοηθάει στην αύξηση των φιλοπεριβαλλοντικών προθέσεών τους (Palomo-Vélez et al., 2018). Τέλος, οι φιλοκοινωνικοί ψυχολογικοί μηχανισμοί μας ενεργοποιούνται από κοινωνικές ενδείξεις, δηλαδή από αυτό που βλέπουμε να κάνουν οι άλλοι και από ενδείξεις αμοιβαιότητας – αυτό που παίρνουν σε αντάλλαγμα. Αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά σε περιβαλλοντικές εκστρατείες. Σε μια μελέτη, οι πελάτες ενός ξενοδοχείου κλήθηκαν να επαναχρησιμοποιήσουν τις πετσέτες τους είτε για χάρη του περιβάλλοντος είτε για δικό τους όφελος (μια μικρή έκπτωση στον λογαριασμό του ξενοδοχείου). Το δεύτερο μήνυμα ήταν πιο αποτελεσματικό από το πρώτο. Το πιο αποτελεσματικό μήνυμα, ωστόσο, ήταν η πληροφορία ότι η πλειονότητα των πελατών του ξενοδοχείου επαναχρησιμοποιούσαν ήδη τις πετσέτες τους (Goldstein, Cialdini, & Griskevicius, 2008).

Συνολικά, μια κατανόηση των εξελιγμένων κοινωνιοψυχολογικών μηχανισμών που παράγουν διάφορες ανθρώπινες κοινωνικές συμπεριφορές, από τις στενές σχέσεις έως τις πολιτικές προτιμήσεις, μαζί με συνειδητοποιήσεις για τις σχετικές αναντιστοιχίες συνθήκες – με όρους εισερχόμενων και εξερχόμενων πληροφοριών – μπορούν να οδηγήσουν σε προβλέψεις σχετικά με τις συνέπειες της αναντιστοιχίας για τη συμπεριφορά μας και να συμβάλουν σε μια κατανόηση των

φαινομενικά ανορθολογικών, δυσπροσαρμοστικών ανθρώπινων συμπεριφορών. Εξετάσαμε στοιχεία για αναντίστοιχες συμπεριφορές όσον αφορά τις προκλήσεις στα πεδία των σχέσεων, των συμπεριφορών στον χώρο εργασίας, της πολιτικής και της υγείας/βιωσιμότητας (Σχήματα 3.2 και 3.3).

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΟΣΙΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗ

Πώς μπορεί λοιπόν η γνώση για την ανθρώπινη εξέλιξη και την εξελικτική αναντιστοιχία να συμβάλει στην αναδιάρθρωση της δημόσιας πολιτικής; Κατ' αρχάς, οφείλουμε να προβούμε σε ορισμένα προειδοποιητικά σχόλια (βλ. Walton, σε αυτόν τον τόμο). Παρότι στις προηγούμενες ενότητες παρέχουμε σημαντική υποστήριξη υπέρ της ιδέας ότι η αναντιστοιχία παίζει ρόλο σε διάφορους τομείς της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας, απαιτείται περαιτέρω έρευνα. Για παράδειγμα, το διαδικτυακό πορνογραφικό υλικό σχετίζεται πράγματι αιτιακά με τη δυσaréσκεια στις πραγματικές σχέσεις και την ικανότητα διατήρησης μιας υγιούς σχέσης με έναν ή μία σύντροφο ή υπάρχουν άλλοι συγχυτικοί παράγοντες; Είναι πράγματι οι προτιμήσεις για τους φυσικά επιβλητικούς ηγέτες στις σύγχρονες κοινωνίες προϊόν εξελικτικής αναντιστοιχίας, με αποτέλεσμα η εξουσία στα χέρια αυτών των ηγετών να αποδεικνύεται ζημιογόνα γι' αυτές τις ομάδες μακροπρόθεσμα; Η συχνή χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης υποβαθμίζει την αυτοεκτίμηση των ανθρώπων και τους κάνει να επενδύουν λιγότερο σε ουσιαστικές σχέσεις (Sbarra et al., 2019· βλ. επίσης το κεφάλαιο του Kross, σε αυτόν τον τόμο); Η απάντηση είναι ότι χρειαζόμαστε περισσότερη έρευνα, η οποία θα έχει ως ρητό σημείο εκκίνησής της μια εξελικτική προοπτική, εξετάζοντας, για παράδειγμα, παράγοντες που αυξάνουν την ευαισθησία των ανθρώπων στην αναντιστοιχία και αντιμετωπίζοντάς την ως μια ατομική διαφορά.

Πρόσθετα στοιχεία υπέρ της αναντιστοιχίας πρέπει να προέλθουν από (α) τη σύγκριση των σύγχρονων κοινωνιών με τις κοινωνίες μικρής κλίμακας στις οποίες εξελίχθηκαν οι άνθρωποι και (β) την τεκμηρίωση της ιδέας ότι περιβαλλοντικοί παράγοντες, παρά γενετικοί, προκαλούν αυτές τις συμπεριφορές. Δεδομένου ότι δεν έχουμε στη διάθεσή μας κάποια χρονομηχανή, θα πρέπει αναγκαστικά να βασιστούμε σε ιστορικά στοιχεία (π.χ. από εθνογραφίες) και αποδεικτικά στοιχεία από συγκαιρινές μικρής κλίμακας κοινωνίες, όπως οι Hadza, οι Kung-San ή οι Tsimane. Ωστόσο, αυτές οι κοινωνίες γίνονται ολοένα και πιο σπάνιες και πολλές από αυτές βρίσκονται σε αλληλεπίδραση με τις σύγχρονες κοινωνίες εδώ και αρκετό καιρό (Von Rueden & van Vugt, 2015).

Από μια εξελικτική προοπτική υπάρχουν, καταρχήν, τρεις διαθέσιμες επιλογές για την αντιμετώπιση των αναντιστοιχιών. Η πρώτη επιλογή είναι να μην κάνουμε τίποτα και απλώς περιμένουμε να δούμε τι θα γίνει. Έρχεται κάποια στιγμή

κατά την οποία η βιολογική εξέλιξη συμβαδίζει με τις περιβαλλοντικές αλλαγές και, αν υπάρχουν βαθιές αρνητικές επιπτώσεις επιλογής ορισμένων χαρακτηριστικών ή συμπεριφορών, τότε αυτά τα χαρακτηριστικά –και τα άτομα που τα φέρουν– αργά ή γρήγορα θα εξαφανιστούν. Η μετάθεση της ηλικίας της μητρότητας δημιουργεί ένα μειονέκτημα επιλογής για τις γυναίκες, οι οποίες δεν μπορούν να παραμείνουν γόνιμες σε μεγαλύτερη ηλικία, συνιστά όμως πλεονέκτημα επιλογής για τις γυναίκες που δεν έχουν πρόβλημα γονιμότητας σε μεγαλύτερη ηλικία. Πολλές αναντιστοιχίες επιδεινώνονται μεταξύ των ανθρώπων που δεν έχουν επαρκή αυτοέλεγχο, για παράδειγμα, όσον αφορά το τι τρώνε ή πίνουν, πόση σωματική διακινδύνευση αναλαμβάνουν ή πόσο επενδύουν στην εκπαίδευση για να πετύχουν μια θέση υψηλού κύρους (βλ. Papiés και Krahé, σε αυτόν τον τόμο). Αν δεν κάνουμε τίποτε, θα υπάρξει θετική επιλογή για τα άτομα που είναι σε θέση να ελέγχουν τις παρορμήσεις τους έτσι ώστε τα γονίδιά τους να μπορούν να πολλαπλασιάζονται. Φυσικά, θα υπάρξουν συνέπειες επιλογής μόνο όταν οι αναντίστοιχες συμπεριφορές επηρεάζουν την αναπαραγωγική επιτυχία κάποιου· έτσι, οι ασθένειες του τρόπου ζωής που εκδηλώνονται σε μεγάλη ηλικία (π.χ. ορισμένες μορφές διαβήτη) δεν έχουν πολλές πιθανότητες να εξαφανιστούν γρήγορα μέσω της φυσικής επιλογής (Lieberman, 2013).

Εντούτοις, το να μην κάνουμε τίποτε μπορεί να είναι ανεπιθύμητο από την οπτική γωνία του κοινωνικού συνόλου, καθώς μπορεί να υπάρξει υπερβολικό κόστος για τα άτομα ή τις κοινωνίες αν οι άνθρωποι δεν αλλάξουν κακές επιλογές του τρόπου ζωής τους. Επομένως, η κοινωνία μπορεί να αποφασίσει να εξαλείψει τις συμπεριφορικές επιλογές που προκαλούν αναντιστοιχία επειδή είναι πολύ δαπανηρές για το σύνολό της. Ένα παράδειγμα μιας αναντίστοιχης συνήθειας είναι ο εθισμός στο κάπνισμα. Το κάπνισμα έχει ξεκάθαρα αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία των ατόμων και κοστίζει στην κοινωνία πολλά δισεκατομμύρια δολάρια με όρους θεραπείας σχετιζόμενων ασθενειών. Οι επιδράσεις του παθητικού καπνίσματος είναι επίσης μη αμελητέες. Κατά συνέπεια, πολλές σύγχρονες κοινωνίες έχουν επιβάλει αρκετά δραστικά μέτρα που στόχο έχουν τον περιορισμό της ελευθερίας των ανθρώπων να καπνίζουν σε δημόσιους χώρους. Περιοριστικά μέτρα εφαρμόζονται επίσης ολοένα και περισσότερο για τον περιορισμό των ανθυγιεινών διατροφικών επιλογών σε κυλικεία αθλητικών εγκαταστάσεων και σχολείων, τη χρήση smartphone στις αίθουσες διδασκαλίας και την πρόσβαση σε βρεφονηπιακούς σταθμούς παιδιών που δεν έχουν εμβολιαστεί κατά των μολυσματικών ασθενειών. Ωστόσο, για πολλά από τα άλλα προβλήματα αναντιστοιχίας που συζητήσαμε εδώ, από τις σχέσεις έως την πολιτική και τον χώρο εργασίας, το πιθανότερο είναι ότι υπάρχει περιορισμένη δημόσια υποστήριξη υπέρ της εφαρμογής καταναγκαστικών μέτρων.

Επομένως, μια εναλλακτική λύση για τη μείωση της αναντιστοιχίας είναι να καταστούν οι εναλλακτικές επιλογές πιο ελκυστικές, επιλογές που σε τελευταία

ανάλυση είναι καλύτερες για τα άτομα και για την κοινωνία. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί εφαρμόζοντας στρατηγικές ώθησης απέναντι σε εξελικτικά αναντίστοιχες συμπεριφορές (βλ. Walton, σε αυτόν τον τόμο). Οι ωθήσεις είναι παρεμβάσεις χαμηλού κόστους που αλλάζουν τις συμπεριφορές των ανθρώπων τροποποιώντας την αρχιτεκτονική των επιλογών του περιβάλλοντος χωρίς να τους στερούν την ελευθερία να επιλέγουν. Για παράδειγμα, η κλιματική αλλαγή αποτελεί αφηρημένο πρόβλημα για τον ανθρώπινο νου. Οι άνθρωποι έχουν εξελιχθεί ώστε να δίνουν προσοχή σε προβλήματα που σχετίζονται με άμεσες αισθητηριακές ενδείξεις – αυτό που μπορούν να δουν, να ακούσουν ή να μυρίσουν (βλ. Paries, σε αυτόν τον τόμο). Επομένως, αν θέλουμε οι άνθρωποι να συμπεριφέρονται με έναν τρόπο πιο επιθυμητό από περιβαλλοντική σκοπιά, δεν έχει νόημα να τους παρέχουμε περισσότερη εκπαίδευση για την κατάσταση του περιβάλλοντος («Η θερμοκρασία της Γης θα αυξηθεί κατά δύο βαθμούς»). Ωστόσο, κάνοντας ορισμένα από αυτά τα προβλήματα πρόδηλα και άμεσα αισθητά, ενδέχεται οι άνθρωποι να πειστούν να κάνουν κάτι. Έτσι, παρέχοντας στα νοικοκυριά ή στα γραφεία θερμικούς χάρτες των κτιρίων τους, δίνουμε στους ανθρώπους μια άμεση ορατή ένδειξη του τι χρειάζεται να κάνουν για να εξοικονομήσουν περισσότερη ενέργεια. Ομοίως, η εγκατάσταση μετρητών ενέργειας μέσα στις ιδιωτικές κατοικίες, έτσι ώστε οι άνθρωποι να μπορούν να δουν τις προπληρωμένες ενεργειακές πιστώσεις τους να εξαντλούνται γρηγορότερα όταν ανάβουν τα κλιματιστικά, μπορεί να είναι πιο αποτελεσματική μέθοδος απ' ό,τι οι γενικές εκκλήσεις για εξοικονόμηση ενέργειας.

Για να δώσουμε ένα κάπως διαφορετικό παράδειγμα, το σώμα του ανθρώπου έχει εξελιχθεί έτσι ώστε να μπορεί να εμπλακεί σε μέτρια σωματική άσκηση σε μεγαλύτερη ηλικία (Lieberman, 2013) Ταυτόχρονα, ο άνθρωπος έχει εξελιχθεί έτσι ώστε να μην καταναλώνει θερμίδες με άσκοπη σπατάλη ενέργειας. Επομένως, είναι πολύ πιθανό οι άνθρωποι να δεχτούν με δυσκολία να κάνουν τακτική σωματική άσκηση όταν δεν υπάρχει άμεση ανάγκη. Η αλλαγή του περιβάλλοντος των επιλογών μέσω ωθήσεων μπορεί να βοηθήσει. Οι ανελκυστήρες μπορούν να τοποθετηθούν στο πίσω μέρος των κτιρίων, έτσι ώστε η σκάλα να γίνει πιο ελκυστική. Για να δώσουμε ένα πιο άμεσο παράδειγμα, τα γραφεία των καθηγητών στο κτίριο του πανεπιστημίου μας εξοπλίστηκαν πρόσφατα με τραπέζια πινγκ πονγκ, τραπέζια μπιλιάρδου και καφετιέρες υψηλής ποιότητας, έτσι ώστε οι άνθρωποι να έχουν ένα κίνητρο να κάνουν λίγη σωματική άσκηση κατά τη διάρκεια της εργασιακής ημέρας τους. Τέλος, για να επιλυθεί το ζήτημα της αποταμίευσης για την ώρα της συνταξιοδότησης, που εντοπίστηκε στην αρχή αυτού του κεφαλαίου, οι εταιρείες θα μπορούσαν να εγγράφουν τους εργαζομένους τους σε προεπιλεγμένα προγράμματα αποταμίευσης και να τους δίνουν την επιλογή να εξαιρεθούν από αυτά, αντί να τους ζητούν να εγγραφούν σε ένα τέτοιο πρόγραμμα (Thaler & Sunstein, 2008).

Σε γενικές γραμμές, η παραγωγή αποτελεσματικότερων λύσεων σε σημαντικά σύγχρονα προβλήματα, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο, θα απαιτήσει γνώση και αξιοποίηση της εξελιγμένης ψυχολογίας μας, αντί για παραγνώριση ή καταπολέμηση των μηχανισμών που συγκροτούν αυτή την ψυχολογία. Επαγγελματίες που έχουν κάθε καλή πρόθεση αδυνατούν μερικές φορές να λάβουν υπόψη τους αυτή την παράμετρο. Υπάρχει ένα είδος αλαζονείας στην υπόθεση ότι οι άνθρωποι είναι τόσο ανοιχτοί, ευέλικτοι και έξυπνοι, που μπορούν να επιλύσουν οποιοδήποτε πρόβλημα με το σωστό είδος κοινωνικής μηχανικής. Αλλά μια εξελικτική προοπτική τονίζει το γεγονός ότι είμαστε πολύ λιγότερο ευέλικτοι και προσαρμοστικοί απ' ό,τι θα θέλαμε να νομίζουμε. Για παράδειγμα, μπορούμε να προσπαθήσουμε να μειώσουμε τις προκαταλήψεις των ανθρώπων ενάντια σε ομάδες μεταναστών παρέχοντάς τους εκπαίδευση σχετικά με τα πολιτισμικά και οικονομικά οφέλη που θα αποφέρουν αυτοί οι μετανάστες στην κοινωνία. Αλλά μια εξελικτική προοπτική υποδηλώνει ότι μια καλύτερη στρατηγική μπορεί να είναι το να διασφαλίσουμε ότι αυτοί οι μετανάστες παράγουν ενδείξεις ότι είναι υγιείς, αβλαβείς και εξυπηρετικοί – για παράδειγμα, με το να χαμογελούν πολύ, να μαθαίνουν γρήγορα τη γλώσσα και να φορούν αξιοπρεπή ρούχα (Ji, Tybur, & van Vugt, 2019).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Εν ολίγοις, η εξελικτική αναντιστοιχία αποτελεί μια σημαντική έννοια στην εξελικτική ψυχολογία και πιθανότατα παίζει σημαντικό ρόλο στην εξήγηση διάφορων προσαρμοστικών συμπεριφορών και προτιμήσεων επιλογής των σύγχρονων ανθρώπων, οι οποίοι ζουν σε εξελικτικά νέα περιβάλλοντα. Όταν σκεφτόμαστε παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση διάφορων συμπεριφορών που είναι προϊόντα αναντιστοιχίας, όπως στρατηγικές περιορισμού ή ώθησης, θα ήταν συνετό να εξετάσουμε τους περιορισμούς και τις ευκαιρίες που προσφέρονται από τους εξελιγμένους ψυχολογικούς μηχανισμούς που χαρακτηρίζουν αυτό το εκπληκτικό είδος, τον *Homo Sapiens*.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ

Η προσπάθεια αυτή υποστηρίχθηκε από τη χρηματοδότηση Επιπέδου 1 του Ταμείου Ακαδημαϊκής Έρευνας (AcRF) του Υπουργείου Παιδείας της Σιγκαπούρης (MOE).

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- An, M., Colarelli, S. M., O'Brien, K., & Boyajian, M. E. (2016). Why we need more nature at work: Effects of natural elements and sunlight on employee mental health and work attitudes. *PloS One*, *11*(5), e0155614.
- Baumard, N. (2015). Evolutionary psychology and public policy. In D. Buss (Ed), *The handbook of evolutionary psychology* (pp. 1123-1142). New York: Wiley.
- Brumbach, B. H., Figueredo, A. J., & Ellis, B. J. (2009). Effects of harsh and unpredictable environments in adolescence on development of life history strategies. *Human Nature*, *20*(1), 25-51.
- Buss, D. (2015). *Evolutionary psychology: The new science of the mind*. London: Psychology Press.
- Curtis, V., & Aunger, R. (2011). Motivational mismatch: Evolved motives as the source of – and solution to – global public health problems. *Applied Evolutionary Psychology*, 259-275.
- Dunbar, R. I. (2003). The social brain: Mind, language, and society in evolutionary perspective. *Annual Review of Anthropology*, *32*(1), 163-181.
- Foley, R. (1997). *Humans before humanity: An evolutionary perspective*. London: Blackwell.
- Forgas, J. P., & Baumeister, R. F. (2019). Homo credulus: On the social psychology of gullibility. In *The social psychology of gullibility* (pp. 1-18). London: Routledge.
- Fox, C. R., & Sitkin, S. B. (2015). Bridging the divide between behavioral science & policy. *Behavioral Science & Policy*, *1*(1), 1-12.
- Gigerenzer, G. (2007). *Gut feelings: The intelligence of the unconscious*. London: Penguin.
- Giphart, R., & van Vugt, M. (2018). *Mismatch: How our stone age brain deceives us every day (and what we can do about it)*. London: Hachette UK.
- Gluckman, P. D., & Hanson, M. A. (2004). Living with the past: Evolution, development, and patterns of disease. *Science*, *305*(5691), 1733-1736.
- Gluckman, P. D., & Hanson, M. A. (2006). The developmental origins of health and disease. In *Early life origins of health and disease* (pp. 1-7). Boston, MA: Springer.
- Goldstein, N. J., Cialdini, R. B., & Griskevicius, V. (2008). A room with a viewpoint: Using social norms to motivate environmental conservation in hotels. *Journal of Consumer Research*, *35*(3), 472-482.
- Gutierrez, S. E., Kenrick, D. T., & Partch, J. J. (1999). Beauty, dominance, and the mating game: Contrast effects in self-assessment reflect gender differences in mate selection. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*, 1126-1134.
- Harari, Y. N. (2014). *Sapiens: A brief history of humankind*. London: Random House.
- Harris Interactive & Everest College. (2013). *Work stress survey*. Los Angeles, CA: Everest College.
- Henrich, J. (2015). *The secret of our success: How culture is driving human evolution, domesticating our species, and making us smarter*. Los Angeles: Princeton University Press.
- Hidaka, B. H. (2012). Depression as a disease of modernity: Explanations for increasing prevalence. *Journal of Affective Disorders*, *140*(3), 205-214.
- Jacobsson, L. (1988). On the picture of depression and suicide in traditional societies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *78*(S344), 55-63.
- Ji, T., Tybur, J. M., & van Vugt, M. (2019). Generalized or origin-specific out-group prejudice? The role of temporary and chronic pathogen-avoidance motivation in intergroup relations. *Evolutionary Psychology*, *17*(1), doi:1474704919826851

- Johnson, E. J., & Goldstein, D. (2003). Do defaults save lives? *Science*, *302*, 1338-1339.
- Johnson, D. D., Price, M. E., & van Vugt, M. (2013). Darwin's invisible hand: Market competition, evolution and the firm. *Journal of Economic Behavior & Organization*, *90*, S128-S140.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. New York, NY: Farrar, Straus and Giroux.
- Kaplan, H., Hill, K., Lancaster, J., & Hurtado, A. M. (2000). A theory of human life history evolution: Diet, intelligence, and longevity. *Evolutionary Anthropology: Issues, News, and Reviews*, *9*(4), 156-185.
- Kenrick, D. T., Griskevicius, V., Neuberg, S. L., & Schaller, M. (2010). Renovating the pyramid of needs: Contemporary extensions built upon ancient foundations. *Perspectives on Psychological Science*, *5*(3), 292-314.
- Kenrick, D. T., Neuberg, S. L., Zierk, K. L., & Krones, J. M. (1994). Evolution and social cognition: Contrast effects as a function of sex, dominance, and physical attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *20*(2), 210-217.
- Krebs, J. R. (2009). The gourmet ape: Evolution and human food preferences. *The American Journal of Clinical Nutrition*, *90*(3), 707S-711S.
- Laustsen, L., & Petersen, M. B. (2015). Does a competent leader make a good friend? Conflict, ideology and the psychologies of friendship and followership. *Evolution and Human Behavior*, *36*(4), 286-293.
- Lawson, C., Lenz, G. S., Baker, A., & Myers, M. (2010). Looking like a winner: Candidate appearance and electoral success in new democracies. *World Politics*, *62*(4), 561-593.
- Li, N. P., Smith, A. R., Griskevicius, V., Cason, M. J., & Bryan, A. (2010). Intrasexual competition and eating restriction in heterosexual and homosexual individuals. *Evolution and Human Behavior*, *31*, 365-372.
- Li, N. P., van Vugt, M., & Colarelli, S. M. (2018). The evolutionary mismatch hypothesis: Implications for psychological science. *Current Directions in Psychological Science*, *27*(1), 38-44.
- Lieberman, D. E. (2013). *The story of the human body: Evolution, health, and disease*. New York, NY: Pantheon.
- Lloyd, E., Wilson, D. S., & Sober, E. (2011). *Evolutionary mismatch and what to do about it: A basic tutorial*. Florida: The Evolution Institute, Wesley Chapel.
- Loewenstein, G., Bryce, C., Hagmann, D., & Rajpal, S. (2015). Warning: You are about to be nudged. *Behavioral Science & Policy*, *1*(1), 35-42.
- Maner, J. K., & Kenrick, D. T. (2010). When adaptations go awry: Functional and dysfunctional aspects of social anxiety. *Social Issues and Policy Review*, *4*(1), 111-142.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, *52*(1), 397-422.
- McDonald, M. M., Navarrete, C. D., & van Vugt, M. (2012). Evolution and the psychology of intergroup conflict: The male warrior hypothesis. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *367*(1589), 670-679.
- Nesse, R. M., & Berridge, K. C. (1997). Psychoactive drug use in evolutionary perspective. *Science*, *278*(5335), 63-66.
- Palomo-Vélez, G., Tybur, J. M., & van Vugt, M. (2018). Unsustainable, unhealthy, or disgusting? Comparing different persuasive messages against meat consumption. *Journal of Environmental Psychology*, *58*, 63-71.
- Petersen, M. B. (2015). Evolutionary political psychology: On the origin and structure of heuristics and biases in politics. *Political Psychology*, *36*, 45-78.
- Petersen, M. B., Szycer, D., Sell, A., Cosmides, L., & Tooby, J. (2013). The ancestral logic

- of politics: Upper-body strength regulates men's assertion of self-interest over economic redistribution. *Psychological Science*, 24(7), 1098-1103.
- Sbarra, D., Briskin, J., & Slatcher, R. B. (2019). Smartphones and close relationships: The case for an evolutionary mismatch. *Perspectives in Psychological Science*.
- Schmitt, D. P., & Pilcher, J. J. (2004). Evaluating evidence of psychological adaptation: How do we know one when we see one? *Psychological Science*, 15(10), 643-649.
- Short, M. B., Black, L., Smith, A. H., Wetterneck, C. T., & Wells, D. E. (2012). A review of internet pornography use research: Methodology and content from the past 10 years. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(1), 13-23.
- Sng, O., Neuberg, S. L., Varnum, M. E., & Kenrick, D. T. (2017). The crowded life is a slow life: Population density and life history strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112(5), 736.
- Takyi, B. K. (2001). Marital instability in an African society: Exploring the factors that influence divorce processes in Ghana. *Sociological Focus*, 34(1), 77-96.
- Thaler, R. H., & Sunstein, C. R. (2008). *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1992). The psychological foundations of culture. In J. Barkow, L. Cosmides, L., & J. Tooby (Eds.), *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture* (pp. 19-136). New York: Oxford University Press.
- Tooby, J., & DeVore, I. (1987). The reconstruction of hominid behavioral evolution through strategic modeling. In W. G. Kinzey (Ed.), *The evolution of human behavior: Primate models* (pp. 183-273). New York, NY: State University of New York Press.
- Van der Wal, A. J., Schade, H. M., Krabbendam, L., & van Vugt, M. (2013). Do natural landscapes reduce future discounting in humans? *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 280(1773), 20132295.
- van Dijk-Wesselius, J. E., Maas, J., Hovinga, D., van Vugt, M., & van den Berg, A. E. (2018). The impact of greening schoolyards on the appreciation, and physical, cognitive and social-emotional well-being of schoolchildren: A prospective intervention study. *Landscape and Urban Planning*, 180, 15-26.
- van Prooijen, J. W., & van Vugt, M. (2018). Conspiracy theories: Evolved functions and psychological mechanisms. *Perspectives on Psychological Science*, 13(6), 770-788.
- van Vugt, M., & Ahuja, A. (2010). *Selected: Why some people lead, why others follow and why it matters*. London: Profile Books.
- van Vugt, M., & Grabo, A. E. (2015). The many faces of leadership: An evolutionary psychology approach. *Current Directions in Psychological Science*, 24(6), 484-489.
- van Vugt, M., Griskevicius, V., & Schultz, P. W. (2014). Naturally green: Harnessing Stone-Age psychological biases to foster environmental behavior. *Social Issues and Policy Review*, 8(1), 1-32.
- van Vugt, M., & Ronay, R. (2014). The evolutionary psychology of leadership: Theory, review, and roadmap. *Organizational Psychology Review*, 4(1), 74-95.
- van Vugt, M., & Smith, J. E. (2019). A dual model of leadership and hierarchy: Evolutionary synthesis. *Trends in Cognitive Sciences*.
- Von Rueden, C., & van Vugt, M. (2015). Leadership in small-scale societies: Some implications for theory, research, and practice. *The Leadership Quarterly*, 26(6), 978-990.



«ΚΑΚΑ» ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΥΠΟ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗ

Gregory M. Walton και Shannon T. Brady

«Κακά» πράγματα υπό αναθεώρηση

Κακά πράγματα συμβαίνουν. Και όταν συμβαίνουν, είναι καλό να γνωρίζουμε ότι μπορούν να συμβούν στον οποιοδήποτε· επίσης, ότι δεν σε κάνουν κακό άνθρωπο κι ότι δεν είναι απαραίτητο να προμηνύουν μελλοντικά προβλήματα. Στο τραγούδι τίτλων της ταινίας *Singin' In the Rain*, ο Gene Kelly (ο οποίος παίζει τον Don Lockwood) έχει μόλις αφήσει την Debbie Reynolds (η οποία παίζει την Kathy Selden), την οποία έχει ερωτευτεί, όταν πέφτει σε μια καταιγίδα. Δεν αρνείται τη βροχή ούτε παραπονιέται για την καταιγίδα ούτε ανατριχιάζει στη θέα της. Αντίθετα, η βροχή τον γεμίζει χαρά, τον κάνει να στρέφεται γύρω από τους στύλους του ηλεκτρικού και να χοροπηδάει με πάταγο μέσα στους νερόλακκους (βλ. Εικόνα 4.1). Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους να δουν φως εκεί όπου συνήθως βλέπουν μόνο σκοτάδι;

Κάθε μέρα, οι άνθρωποι παλεύουν για κάτι ή δέχονται κριτική στο σχολείο ή στην εργασία τους, υφίστανται παρενέργειες από ιατρικές θεραπείες, που τους κάνουν να νιώθουν άσχημα, ή τσακώνονται με τα παιδιά τους. Κι όταν συμβαίνουν κακά πράγματα, οι άνθρωποι μπορούν να αντιδράσουν εξίσου κακά. Μπορούν να βγάλουν αρνητικά συμπεράσματα για τον εαυτό τους, τους άλλους ανθρώπους ή τις μελλοντικές προοπτικές τους. Αυτά τα συμπεράσματα συχνά κάνουν τους ανθρώπους να συμπεριφέρονται με τρόπους που είναι δυσπροσαρμοστικοί και αυτοεπισχυτικοί, και που οδηγούν στην υπονόμηση των αποτελεσμάτων τους με την πάροδο του χρόνου.

Ωστόσο, αν οι δυσκολίες με τις οποίες παλεύουν οι άνθρωποι προκύπτουν, εν μέρει, από τις ερμηνείες που συνάγουν γι' αυτές, τότε υπάρχει μια ελπίδα. Οι «σοφές» ψυχολογικές παρεμβάσεις μπορούν να βοηθήσουν στην αναπλαισίωση των προκλήσεων (Εικόνα 4.1· Walton & Wilson, 2018). Όπως θα δούμε, τυχαίο-



ΕΙΚΟΝΑ 4.1 Ο Gene Kelly στην ταινία *Singin' In The Rain* (1952).

ποημένες ελεγχόμενες δοκιμές πεδίου σε ποικίλα πλαίσια έχουν διαπιστώσει ότι μηνύματα και εμπειρίες που προβλέπουν και προλαμβάνουν αναμενόμενες υποτιμητικές και εν γένει αρνητικές ερμηνείες μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να λειτουργήσουν καλύτερα με την πάροδο του χρόνου. Για παράδειγμα:

- Η αναπλαισίωση της τοποθέτησης υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση μπορεί να μειώσει την ντροπή και τον στιγματισμό και να βοηθήσει τους φοιτητές να ανακάμψουν (Brady et al., 2019a).
- Η αναπλαισίωση των συμπτωμάτων που προκαλεί η θεραπεία για αλλεργίες στα φιστίκια μπορεί να βελτιώσει την πορεία των ασθενών (Howe et al., 2019).
- Η αναπλαισίωση των προκλήσεων που φέρνει η γέννηση ενός παιδιού μπορεί να αποτρέψει την παιδική κακοποίηση (Bugental et al., 2002).

Σε κάθε περίπτωση, οι άνθρωποι κινδυνεύουν να δουν ένα συμβάν υπό αρνητικό, ακόμη και καταστροφικό πρίσμα – σαν μια απόδειξη ότι δεν μπορούν να τα καταφέρουν στο κολέγιο, ότι δεν θα ξεπεράσουν ποτέ μια σοβαρή αλλεργία ή ότι είναι κακοί γονείς. Τα τυπικά μηνύματα συχνά επιτρέπουν, και ενίοτε ενισχύουν,

τέτοιες τοξικές απόψεις. Εντούτοις, πιο ουδέτεροι, ακόμη και θετικοί τρόποι κατανόησης της ίδιας εμπειρίας είναι εφικτοί. Σε κάθε περίπτωση, οι καλοσχεδιασμένες προσπάθειες για την αναπλαισίωση της εμπειρίας με αυθεντικούς και μη μειωτικούς τρόπους βελτίωσαν τα αποτελέσματα σε επίπεδο ατόμων, συλλογικοτήτων (π.χ. ένας γονιός με το παιδί του) ή/και θεσμικών ιδρυμάτων (π.χ. ένα σχολείο ή ένα νοσοκομείο).

Συχνά, κακά συμβάντα κάνουν την εμφάνισή τους σε θεσμικά πλαίσια ως άμεση απόκριση σε θεσμικά μηνύματα. Σε μια μαθήτρια ανακοινώνεται η φτωχή απόδοσή της από έναν καθηγητή του σχολείου. Προσβλέπει στον καθηγητή για να μάθει τι σημαίνει αυτή η απόδοση για το σχολείο και πώς τη βλέπει τώρα το σχολείο. Ένας ασθενής ενημερώνεται για τις δυνητικές παρενέργειες μιας θεραπείας από τον γιατρό του. Προσβλέπει στον γιατρό για να μάθει πώς πρέπει να ερμηνεύσει αυτές τις παρενέργειες. Σε αυτές τις περιπτώσεις, οι θεσμοί έχουν έναν ειδικό ρόλο και μια ειδική υποχρέωση να βοηθούν τους ανθρώπους να κατανοούν τις προκλήσεις με παραγωγικό τρόπο (βλ. Murphy, Kroeper, & Ozier, 2018· Schmader, Bergsieker, & Hall, σε αυτόν τον τόμο). Συχνά, τα θεσμικά ιδρύματα παραβλέπουν αυτή την ευθύνη. Ενεργούν σαν το μόνο που μεταφέρουν στους ανθρώπους να είναι μια αντικειμενική κατάσταση – όπως η τοποθέτηση υπό επιτήρηση ή η πιθανότητα παρενεργειών. Ωστόσο, όταν τα θεσμικά ιδρύματα αδυνατούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να κατανοήσουν με ορθό τρόπο τα κακά συμβάντα, εντέλει υπονομεύουν την αποτελεσματικότητα των δικών τους αποτελεσμάτων.

Σε αυτό το κεφάλαιο, εξετάζουμε τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι συνάγουν ερμηνείες για τα κακά συμβάντα και τις ευκαιρίες βελτίωσης που επιδέχεται ο τρόπος κατανόησής τους. Ξεκινάμε συγκρίνοντας τα είδη των παρεμβάσεων στα οποία επικεντρωνόμαστε εδώ: πρόκειται για ευρύτερες παρεμβάσεις σε επίπεδο «νοοτροπίας» σχετικές με τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν τις διακριτές εμπειρίες. Στη συνέχεια, εξετάζουμε υποδειγματικές παρεμβάσεις που παρουσιάζουν κακά συμβάντα υπό ένα νέο φως. Τέλος, κλείνουμε συζητώντας πώς τα θεσμικά ιδρύματα μπορούν να προβλέψουν πότε οι άνθρωποι κινδυνεύουν να συναγάγουν μειωτικές, αυτοϋπονομευτικές ερμηνείες και να σχεδιάσουν βήματα μέσω των οποίων μπορούν να κατανοήσουν και να αλλάξουν αυτές τις ερμηνείες με παραγωγικό τρόπο.

ΤΙ ΘΑ ΠΕΙ «ΚΑΚΟ» ΣΥΜΒΑΝ;

Προτού προχωρήσουμε, ας ορίσουμε τι σημαίνει «κακό» συμβάν. Βάζουμε τη λέξη σε εισαγωγικά επειδή τα εν λόγω συμβάντα μπορεί να μην είναι κακά υπό αντικειμενική έννοια. Περισσότερο θα λέγαμε ότι αναφερόμαστε σε συμβάντα

που οδηγούν εύκολα ή προβλέψιμα τους ανθρώπους στη διαμόρφωση καθολικών ή παγιωμένων μειωτικών ερμηνειών για τον εαυτό τους, για τους άλλους ανθρώπους ή για μια κατάσταση στην οποία βρίσκονται. Όλα αυτά είναι επομένως «κακά» λόγω των ερμηνειών τους στις οποίες καταλήγουν συνήθως οι άνθρωποι. Ένα βράδυ Παρασκευής το οποίο θα περάσετε μόνοι σας δεν είναι τόσο κακό από μόνο του. Αν όμως είστε φοιτητής στο πρώτο έτος και θεωρείτε πως αυτό σημαίνει ότι είστε αποκλεισμένοι από την κοινωνική σκηνή στο πανεπιστήμιό σας, μπορεί να είναι κάτι πολύ ενοχλητικό (Walton & Cohen, 2011). Ακόμη και η τοποθέτηση υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση μπορεί να μην είναι κάτι τόσο κακό αυτό καθαυτό. Σε τελική ανάλυση, μια φοιτήτρια που έχει τοποθετηθεί υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση πιθανόν γνωρίζει ήδη ότι αντιμετωπίζει δυσκολίες. Η επιτήρηση μπορεί να συνοδεύεται από την πρόσβαση σε πόρους για την προώθηση της ακαδημαϊκής ανάκαμψής της. Αυτό που μπορεί να εκληφθεί ότι επιφέρει ντροπή και στιγματισμό είναι η αντίληψη ότι η επιτήρηση αντικατοπτρίζει μια αρνητική κρίση εκ μέρους του ιδρύματος: ότι αποτελεί έναν δείκτη διαφορετικότητας και ανεπάρκειας. Ομοίως, ένα περιστασιακό αίσθημα ναυτίας είναι φυσιολογικό στον άνθρωπο. Αν όμως νομίζετε πως η ναυτία σημαίνει ότι η αλλεργία σας στα φιστίκια αντιστέκεται στη θεραπεία, τότε μπορεί να είναι απειλητικό σύμπτωμα.

ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΝΟΟΤΡΟΠΙΑΣ ΕΝΑΝΤΙΟΝ ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΗΣ «ΚΑΚΩΝ» ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ

Εστιάζουμε εδώ στον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν ειδικά συμβάντα και βιώματα, συμπεριλαμβανομένων κάποιων κομβικών και άλλων επαναλαμβανόμενων, καθώς και τις προσπάθειες για αναπλαισίωση του νοημάτος τους. Αυτού του είδους οι παρεμβάσεις αντιπροσωπεύουν μια μορφή των ψυχολογικά «σοφών» παρεμβάσεων, οι οποίες στοχεύουν σε γενικές γραμμές στον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν τον εαυτό τους, τους άλλους ανθρώπους ή τις κοινωνικές καταστάσεις, ώστε να βοηθηθούν στο να λειτουργήσουν πιο αποτελεσματικά (Walton & Wilson, 2018). Η εστίασή μας στο πώς αναπαρίστανται διακριτά συμβάντα συμπληρώνει τις παρεμβάσεις που στοχεύουν στις ευρείες πεποιθήσεις ή στις «νοοτροπίες» που έχουν οι άνθρωποι σχετικά με ιδιότητες των ανθρώπων ή των εμπειριών γενικά, όπως αν μια ιδιότητα μπορεί να αλλάξει ή είναι παγιωμένη ή αν κάτι είναι θετικό ή αρνητικό. Αντί να αναδιατυπώνουν μια ειδική εμπειρία, τέτοιες παρεμβάσεις καλούν τους ανθρώπους να αναστοχαστούν γύρω από αυτή την ιδιότητα ή το είδος της εμπειρίας γενικά.

Το εύρος των νοοτροπιών τούς δίνει μια ειδική δύναμη διαμόρφωσης του τρόπου με τον οποίο οι άνθρωποι ερμηνεύουν και κατ' επέκταση αποκρίνονται σε ολόκληρες τάξεις εμπειριών. Για παράδειγμα, μια παρέμβαση διάρκειας μίας

ώρας παρουσίασε τις προκλήσεις της υπαγωγής σε μια ομάδα γενικά ως φυσιολογικό στάδιο της μετάβασης στο κολέγιο και ως βελτιούμενες με τον χρόνο. Αυτή η άσκηση αύξησε το επίπεδο επίτευξης των ακαδημαϊκών στόχων των Αφροαμερικανών φοιτητών τα επόμενα τρία χρόνια, μειώνοντας το φυλετικό χάσμα επίτευξης στο μισό (Walton & Cohen, 2011). Αυτό το κατάφερε, εν μέρει, αλλάζοντας τον τρόπο με τον οποίο οι φοιτητές ερμήνευαν την καθημερινή ροή κοινωνικής εμπειρίας τους, μη επιτρέποντας σε διάφορες προκλήσεις –από τη δυσκολία να κάνουν φίλους έως τη λήψη κριτικής ανατροφοδότησης και αισθήματα νοσταλγίας για το σπίτι τους– να μπορούν να ερμηνευθούν σαν να σημαίνουν ότι οι φοιτητές δεν ανήκαν στο κολέγιο γενικά (Walton & Cohen, 2007, 2011). Άλλες νοοτροπίες περιλαμβάνουν τις πεποιθήσεις των ανθρώπων για την πλαστικότητα της νοημοσύνης, οι οποίες μπορούν να ενισχύσουν την ανθεκτικότητα και τη μάθηση ενόψει ακαδημαϊκών εμποδίων (Dweck & Yeager, 2019): πεποιθήσεις για το αν η προσωπικότητα μπορεί να αλλάξει, οι οποίες μπορούν να βοηθήσουν τους εφήβους να αντιμετωπίσουν τον εκφοβισμό (Yeager, Johnson et al., 2014): πεποιθήσεις σχετικά με το αν το στρες είναι ενδυναμωτικό (και όχι εξουθενωτικό), οι οποίες μπορούν να βελτιώσουν την απόδοση και την υγεία (Crum, Salovey, & Achor, 2013): η πεποίθηση ότι η δύναμη της θέλησης μπορεί να είναι αυτοενδυναμωτική (αντί να βασίζεται σε έναν πόρο που εξαντλείται εύκολα), η οποία προβλέπει συνεχείς αυτορρυθμιστικές προσπάθειες (Job, Dweck, & Walton, 2010: Job, Walton, Bernecker, & Dweck, 2015): και πεποιθήσεις για την επάρκεια του εαυτού, οι οποίες μπορούν να βελτιώσουν τη λειτουργικότητα σε καταστάσεις ψυχολογικής απειλής (Cohen & Sherman, 2014). Υπάρχει ακόμη και η ιδέα ότι ο χειμώνας είναι «απολαυστικός», η οποία προβλέπει την ικανοποίηση από τη ζωή και την ψυχική υγεία στο Τρούμσε της Νορβηγίας, σε γεωγραφικό πλάτος 69 μοίρες βόρεια, μια πόλη με περισσότερους από 75.000 κατοίκους που δεν δέχεται άμεσο ηλιακό φως στα μέσα του χειμώνα (Leibowitz & Vittersø, 2019).

Δεδομένης της δύναμης των παρεμβάσεων νοοτροπίας, προς τι η αναπλαισίωση ειδικών συμβάντων; Ένας λόγος αφορά τον ρόλο των θεσμών. Παρότι οι παρεμβάσεις νοοτροπίας μπορούν να ενσωματωθούν αποδοτικά σε θεσμικά πλαίσια (π.χ. Yeager, Walton et al., 2016), είναι πιθανό να μην ταιριάζουν. Οι θεσμοί και οι θεσμικοί δρώντες (άτομα που δρουν εκ μέρους των θεσμών) δεν είναι κοινωνικοί ψυχολόγοι που ξεκινούν την κάθε ημέρα τους αναλογιζόμενοι τα συστήματα πεποιθήσεων εκείνων με τους οποίους αλληλεπιδρούν: τυπικά, επικεντρώνονται σε καθημερινά συμβάντα. Αυτό που *έγκειται* ωστόσο στην ευχέρειά τους είναι η κατασκευή καθημερινών εμπειριών και η επικοινωνία πληροφοριών ρουτίνας στους ανθρώπους. Είναι καθήκον του διευθυντή κολεγίου να ενημερώσει έναν φοιτητή που αντιμετωπίζει δυσκολίες ότι τοποθετείται υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση. Είναι καθήκον του γιατρού να γνωστοποιήσει μια διά-

γνωση ή την πορεία μιας θεραπείας σε έναν ασθενή. Θα ήταν καλό οι θεσμικοί δρώντες να εξετάσουν πώς καθοριστικής σημασίας εμπειρίες και επικοινωνίες αφομοιώνονται από τους αποδέκτες τους και να προσπαθήσουν να επικοινωνήσουν ερμηνείες που θα είναι προσαρμοστικές τόσο για τα άτομα όσο και για τα θεσμικά ιδρύματα που υπηρετούν (Murphy et al., 2018). Εστιάζοντας στην αναπαράσταση κακών συμβάντων, ελπίζουμε να βοηθήσουμε τους θεσμικούς δρώντες να εκτελέσουν το έργο τους καλύτερα. Επιπλέον, οι θεσμικοί δρώντες, λόγω της θέσης τους, έχουν πολλές ευκαιρίες να γίνουν μάρτυρες κακών συμβάντων. Ξέρουν καλύτερα από οποιονδήποτε άλλον ποιες στιγμές μπορούν να πυροδοτήσουν αρνητικές αντιδράσεις. Υιοθετώντας μια επίσημη προσέγγιση που θα τους βοηθήσει να μάθουν πώς οι άνθρωποι κατανοούν αυτές τις εμπειρίες μπορούν να αναπτύξουν συστηματικές αλλαγές σε κοινές πρακτικές, ώστε να παραγάγουν βελτιωμένα αποτελέσματα.

Επιπλέον, η ερμηνεία ειδικών συμβάντων έχει τη δύναμη να αλλάξει πραγματικά μια ζωή. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα όταν το συμβάν είναι καθοριστικής σημασίας (π.χ. τοποθέτηση υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση· βλ. Brady, Fotuhi et al., 2019), επαναλαμβανόμενο (διαρκείς δυσκολίες με ένα βρέφος· βλ. Bugental et al., 2002) ή συμβολικό (σε περίπτωση που η κριτική ακαδημαϊκή ανατροφολογία θεωρείται ένδειξη του αν ο μαθητής μπορεί να έχει εμπιστοσύνη στον εκπαιδευτικό· βλ. Yeager, Purdie-Vaughns, Hooper, & Cohen, 2017). Σε αυτές τις περιστάσεις, η αλλαγή σε μια ερμηνεία μπορεί να επιφέρει αλλαγή σε αλληπάλληλους κύκλους δράσης και, ως εκ τούτου, να βελτιώσει τα αποτελέσματα των ανθρώπων μακροπρόθεσμα, όπως θα δείξουν πολλά από τα παραδείγματά μας.

ΠΕΝΤΕ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΟΙΚΟΔΟΜΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΚΑΚΩΝ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ

Πώς μπορείτε να αναπλαισιώσετε με παραγωγικούς όρους ένα «κακό» συμβάν; Εδώ περιγράφουμε πέντε αρχές που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως εργαλεία που θα σας καθοδηγήσουν σε αυτή την προσπάθεια αναπλαισίωσης. Αν και είναι χρήσιμο να τις διακρίνουμε, οι αρχές αυτές είναι αλληλένδετες και συνήθως δρουν από κοινού, για να διευκολύνουν μια πιο προσαρμοστική αφήγηση. Επιπλέον, διαφορετικές ειδικές αναπαραστάσεις είναι διαθέσιμες σε διαφορετικά πλαίσια, καθιστώντας ορισμένες αρχές λιγότερο ή περισσότερο κεντρικές.

1. **Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες.** Όταν οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν αρνητικά συμβάντα, κινδυνεύουν να χαρακτηρίσουν τον εαυτό τους με παγιωμένους αρνητικούς τρόπους ή να θεωρήσουν ότι οι άλλοι θα μπορούσαν να τους χαρακτηρίσουν κατ' αυτόν τον τρόπο. Οι εποικοδομητικές αναδιατυ-

πώσεις προλαμβάνουν τις αρνητικές ετικέτες και ενθαρρύνουν μια θεμελιακά θετική οπτική του εαυτού, των παραγόντων που οδήγησαν στα κακά νέα (π.χ., φυσιολογικό, ευέλικτο) και των μελλοντικών προοπτικών του ατόμου.

2. **Μεταδώστε το μήνυμα «Δεν είσαι ο μόνος».** Οι άνθρωποι είναι πιθανό να πιστεύουν ότι είναι οι μόνοι που έχουν βρεθεί ποτέ αντιμέτωποι με μια συγκεκριμένη πρόκληση. Οι εποικοδομητικές αναπλαισιώσεις αναγνωρίζουν άλλα άτομα που έχουν αντιμετωπίσει την ίδια πρόκληση (και περιγράφουν πώς αντιμετώπισαν με αποτελεσματικό τρόπο αυτή την πρόκληση).
3. **Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες.** Οι άνθρωποι είναι πιθανό να φοβούνται ότι τα κακά πράγματα αντανακλούν ή θα μπορούσαν να ιδωθούν σαν να αντανακλούν τη δική τους ανεπάρκεια (π.χ. τεμπελιά, ηλιθιότητα, ανηθικότητα). Οι εποικοδομητικές αναδιατυπώσεις αναγνωρίζουν ειδικές, μη μειωτικές αιτίες προκλήσεων ή αποτυχιών και τις νομιμοποιούν ως φυσιολογικά εμπόδια που ορθώνονται στον δρόμο πολλών ανθρώπων.
4. **Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση.** Οι άνθρωποι είναι πιθανό να φοβούνται ότι τα αρνητικά συμβάντα προβλέπουν ένα παγιωμένο αρνητικό μέλλον. Οι εποικοδομητικές αναπλαισιώσεις υπογραμμίζουν τη δυνατότητα βελτίωσης, δίνουν έμφαση στη διαδικασία και συχνά αναπαριστούν αυτή τη διαδικασία συλλογικά (είμαστε στην ίδια ομάδα/δεν σε κρίνω).
5. **Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες.** Σε ορισμένες περιπτώσεις, είναι δυνατό να αναπαραστήσουμε πτυχές του «κακού» συμβάντος ως θετικές, σημαντικές ή χρήσιμες και, ως εκ τούτου, όχι μόνο ως κάτι που πρέπει να ξεπεραστεί, αλλά ως προάγγελο ή ευκαιρία για ανάπτυξη και βελτίωση.

Πέραν του ότι οι αρχές αυτές μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να βοηθήσουν τους ανθρώπους να κατασκευάσουν μια συνεκτική, προσαρμοστική αφήγηση προκειμένου να δώσουν νόημα στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν, μια σημαντική λειτουργία τους είναι επίσης απλώς να αποκλείουν τις πιο αρνητικές και αποδυναμωτικές ερμηνείες που είναι διαθέσιμες. Γνωρίζοντας ποια νοήματα δεν πρέπει να συναγάγουμε, είμαστε σε θέση να αποτρέψουμε καταστροφολογικές ή γενικευτικές αποκρίσεις.

Όπως θα δούμε, υπάρχει σημαντική μεταβλητότητα στον τρόπο εφαρμογής αυτών των αρχών. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ο ρόλος του παρεμβαίνοντος είναι αρκετά άμεσος, όπως στο πώς ένας εκπρόσωπος του πανεπιστημίου θα παρουσιάσει την ακαδημαϊκή επιτήρηση σε έναν φοιτητή (Brady, Fotuhi et al., 2019· βλ. επίσης Howe et al., 2019· Yeager, Purdie-Vaughns et al., 2014). Σε άλλες περιπτώσεις, ειδικά όταν οι άνθρωποι κατανοούν πολύ προσωπικές εμπειρίες, ενδέχεται να είναι κατάλληλος λιγότερο άμεσες προσεγγίσεις. Μπορεί να περιλαμβάνουν την υποβολή ερωτημάτων που παραπέμπουν σε έναν νέο τρόπο κατανόησης μιας πρόκλησης, τον οποίο οι ενδιαφερόμενοι μπορούν στη συνέχεια να

επεξεργαστούν και να εσωτερικεύσουν, όπως στην παροχή βοήθειας σε νέους γονείς, ώστε να κατανοήσουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν με ένα βρέφος (Bugental et al., 2002), ή στη συγκρότηση ενός γραπτού αναστοχασμού, που βοηθάει τους ανθρώπους να κατασκευάσουν μόνοι τους μια πιο προσαρμοστική αφήγηση σχετικά με μια εμπειρία τους, όπως ένα τραύμα (Pennebaker, 1997) ή το άγχος των εξετάσεων (Ramirez & Beilock, 2011). Σε τελευταία ανάλυση, είναι ουσιώδες οι άνθρωποι να ασπαστούν πλήρως την προτεινόμενη ερμηνεία πρέπει να την «ιδιοποιηθούν». Υπό αυτή την έννοια, οι ψυχολογικές παρεμβάσεις διεξάγονται πάντοτε με άτομα και όχι σε άτομα (Walton & Yeager, υπό έκδοση). Ωστόσο, σε κάθε περίπτωση, οι προαναφερθείσες αρχές μπορούν να συμβάλουν στην περιγραφή του πώς μπορεί να είναι μια πιο προσαρμοστική αφήγηση για την κατανόηση μιας πρόκλησης.

ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΗ ΚΑΚΩΝ ΝΕΩΝ: ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

Στη συνέχεια επεξηγούμε τη δυνατότητα αναπλαισίωσης των κακών νέων με τη βοήθεια κάποιων χαρακτηριστικών παραδειγμάτων, σε τέσσερα πεδία όπου αντιμετωπίζονται συχνά προβλήματα (για ένα δείγμα, βλ. Πίνακα 4.1). Δίνουμε έμφαση σε παραδείγματα που έχουν ελεγχθεί με τυχαίοποιημένες ελεγχόμενες δοκιμές σε πλαίσια πεδίου και με σημαντικά αποτελέσματα στην πραγματική ζωή, αν και αυτή η πειραματική εργασία πεδίου υποστηρίζεται συχνά από διαφορετικές μεθοδολογικές προσεγγίσεις (π.χ. ποιοτικές προσεγγίσεις, εργαστηριακά πειράματα). Επισημαίνουμε επίσης περιπτώσεις κατάλληλες για αναπλαισίωση που δεν έχουν ακόμη αποτελέσει αντικείμενο άμεσης έρευνας.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Ακαδημαϊκή επιτήρηση. Η ακαδημαϊκή επιτήρηση είναι μια κομβική πρόκληση που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι φοιτητές και αποτελεί κοινό φαινόμενο. Σχεδόν ένας στους δέκα φοιτητές στις Ηνωμένες Πολιτείες τοποθετείται υπό επιτήρηση τουλάχιστον μία φορά κατά τη διάρκεια της φοίτησής του στο κολέγιο (National Center for Education Statistics, 2012), συνήθως εξαιτίας χαμηλών βαθμών ή εξαιτίας αδυναμίας συγκέντρωσης των απαιτούμενων ακαδημαϊκών μονάδων. Ακόμη και με συντηρητικές εκτιμήσεις, περισσότεροι από μισό εκατομμύριο φοιτητές τοποθετούνται υπό επιτήρηση κάθε χρόνο (Brady, Fotuhi et al., 2019).

Τα ερευνητικά στοιχεία υποδηλώνουν ότι οι φοιτητές εύκολα βιώνουν την επιτήρηση ως ένδειξη ντροπής, ένα σημάδι ότι είναι ή θεωρούνται λιγότερο έξυπνοι ή τεμπέληδες ή υποδεέστεροι των άλλων φοιτητών.

Πίνακας 4.1 «Κακά» νέα υπό αναθεώρηση: Ένα δείγμα

	Κατάσταση	Συνηθισμένο, τυπικό ή διακινδυνευμένο νόημα	Ουδέτερο ή θετικό διαθέσιμο νόημα	Βασικές αρχές που χρησιμοποιούνται	Συνέπεια της αναπλασιώσης
Εκπαίδευση: Ακαδημαϊκή επιτήρηση (Brady, Fotuhi et al., 2019)	Ένας φοιτητής κολεγίου τοποθετείται υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση.	<i>Είμαι (θεωρούν ότι είμαι) ανόητος ή τεμπέλης ή ανεπαρκής. Με κοροϊδεύουν. Δεν ανήκω σε αυτούς.</i>	<i>Είναι φυσιολογικό να αντιμετωπίζεις προκλήσεις στο κολέγιο, κι αυτό δεν σε κάνει υποδεέστερο ή χειρότερο. Πολλοί φοιτητές ανακάμπτουν και πετυχαίνουν τον στόχο τους. Ο θεσμός του κολεγίου αυτό περιμένει από εσένα, και γι' αυτό δημιουργεί πόρους ικανούς να υποστηρίξουν τους φοιτητές που αντιμετωπίζουν τέτοιες προκλήσεις. Αυτός είναι ο σκοπός της διαδικασίας της επιτήρησης.</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες 2. Μεταδώστε το μήνυμα «Δεν είσαι ο μόνος» 3. Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες 4. Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση 5. Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες 	Μείωση της ντροπής και του στιγματισμού Λιγότερες σκέψεις για διακοπή της φοίτησης Μεγαλύτερη εμπλοκή με πόρους ακαδημαϊκής υποστήριξης Βελτιωμένη ακαδημαϊκή ανάκαμψη (σε κάποιες δοκιμές)
Υγεία: Ιατρικά συμπτώματα (Howe et al., 2019)	Ένα παιδί που υποβάλλεται σε θεραπεία απευαισθητοποίησης για μια αλλεργία στα φιστίκια εμφανίζει ελάχιστο-να συμπτώματα (π.χ. κνησμό στο στόμα, ναυτία).	<i>Ένα ατυχές κομμάτι της θεραπείας. Ένα σημάδι ότι η αλλεργία μου είναι ιδιαίτερα σοβαρή και αντιστέκεται στη θεραπεία.</i>	<i>Το σώμα μου ανταποκρίνεται θετικά στη θεραπεία. Το σώμα μου δυναμώνει.</i>		Αναφορά λιγότερων συμπτωμάτων στο τέλος της θεραπείας Λιγότερη ανησυχία για τα συμπτώματα Λιγότερες πιθανότητες επικοινωνίας με το θεραπευτικό προσωπικό για τα συμπτώματα Υψηλότερος βιοδείκτης ανοσολογικής ανοχής σε αλλεργιογόνα στο τέλος της θεραπείας

Πίνακας 4.1 (συνέχεια)

	Κατάσταση	Συνηθισμένο, τυπικό ή διακινδυνευμένο νόημα	Ουδέτερο ή θετικό διαθέσιμο νόημα	Βασικές αρχές που χρησιμοποιούνται	Συνέπεια της αναπλαισίωσης
Στενές σχέσεις: Δυσκολίες με ένα βρέφος (Bugental et al., 2002)	Μια νέα μητέρα που ανήκει σε ομάδα κινδύνου για διάπραξη παιδικής κακοποίησης αγωνίζεται να τα βγάλει πέρα με ένα βρέφος (π.χ. να καταφέρει το βρέφος να θηλάσει, να πει από μπιμπερό, να κοιμηθεί κ.λπ.).	<i>Είμαι κακή μαμά· το μωρό μου είναι κακό.</i>	<i>Αυτές είναι φυσιολογικές προκλήσεις που καλούνται να επιλύσουν οι νέοι γονείς.</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες 2. Μεταδώστε το μήνυμα «Δεν είσαι ο μόνος» 3. Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες 4. Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση 	<p>Σε ηλικία 1 έτους: Μειωμένα ποσοστά παιδικής κακοποίησης, ειδικά για βρέφη ανήκοντα σε ομάδες υψηλού κινδύνου· βελτιωμένη υγεία των παιδιών· μειωμένα επίπεδα κατάθλιψης στις μητέρες</p> <p>Σε ηλικία 3 ετών: Αυξημένη επένδυση στη μητέρα, για βρέφη ανήκοντα σε ομάδες υψηλού κινδύνου· μειωμένη επιθετικότητα και στρες στα παιδιά· βελτιωμένη γνωστική λειτουργικότητα στα παιδιά</p>
Οικονομική ανάπτυξη: Παραλαβή οικονομικής ενίσχυσης σε μετρητά (Thomas et al., 2019)	Τα άτομα με χαμηλό εισόδημα λαμβάνουν ενίσχυση σε μετρητά.	<i>Είμαι (θεωρούν ότι είμαι) φτωχός, αβοήθητος, ανήμπορος να καλύψω τις βασικές μου ανάγκες. Δεν αξίζω όσο οι άλλοι.</i>	<i>Είναι μια ευκαιρία να κυνηγήσω τους στόχους μου, να γίνω οικονομικά ανεξάρτητος και να στηρίξω καλύτερα την οικογένειά μου και την κοινότητα.</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες 5. Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες 	<p>Επιλογή παρακολούθησης περισσότερων βίντεο που διδάσκουν επιχειρηματικές δεξιότητες</p> <p>Μεγαλύτερη αυτοαποτελεσματικότητα στην εκπλήρωση σημαντικών στόχων ζωής</p> <p>Μεγαλύτερη προσδοκώμενη κοινωνική κινητικότητα</p>

Είναι σημαντικό ότι αυτή η ερμηνεία μπορεί να προκύψει όχι μόνο από τις προκλήσεις που οδήγησαν στην τοποθέτηση του φοιτητή υπό επιτήρηση, αλλά και από τον τρόπο με τον οποίο τα εκπαιδευτικά ιδρύματα αναπαριστούν την επιτήρηση. Όταν αφηγούνται ιστορίες από την εμπειρία τους με την επιτήρηση, οι φοιτητές συχνά θίγουν ζητήματα ντροπής και στιγματισμού και αναφέρουν την επίσημη ειδοποίηση που έλαβαν προκειμένου να ενημερωθούν για την τοποθέτησή τους υπό επιτήρηση (Brady, Fotuhi et al., 2019). Θα μπορούσε η αναθεώρηση αυτής της ειδοποίησης χρησιμοποιώντας τις αρχές που περιγράφονται παραπάνω να βελτιώσει την εμπειρία των φοιτητών; Μια σειρά από μελέτες έλεγξε αυτό το ερώτημα, συγκρίνοντας τις υπάρχουσες ειδοποιητήριες επιστολές επιτήρησης των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων με τις «ψυχολογικά συντονισμένες» επιστολές, οι οποίες ενσωμάτωναν τις πέντε αρχές (Brady, Fotuhi et al., 2019· βλ. Πίνακα 4.2). Οι ψυχολογικά συντονισμένες επιστολές περιλάμβαναν επίσης ιστορίες από τις εμπειρίες παλαιότερων φοιτητών που είχαν τεθεί υπό επιτήρηση, οι οποίες διευκρίνιζαν πώς καθεμία από τις βασικές αρχές είχε παίξει ρόλο στη ζωή τους, προωθώντας τη συνάφεια και την αυθεντικότητα. Σε σύγκριση με τις τυπικές θεσμικές επιστολές, οι ψυχολογικά συντονισμένες επιστολές μείωσαν την ντροπή και τον στιγματισμό, καθώς και τις σκέψεις για διακοπή της φοίτησης που οι μαθητές περίμεναν ότι θα έχουν, αν επρόκειτο να τεθούν υπό επιτήρηση. Επιπλέον, τουλάχιστον σε ορισμένες δοκιμές πεδίου, αύξησαν τη χρήση των πόρων ακαδημαϊκής υποστήριξης μεταξύ των φοιτητών που είχαν τεθεί υπό επιτήρηση και την πιθανότητα να επανέλθουν σε καλό επίπεδο έναν χρόνο αργότερα (Brady, Fotuhi et al., 2019· Waltenbury et al., 2018).¹

Κριτική ακαδημαϊκή ανατροφοδότηση. Η λήψη κριτικής ακαδημαϊκής ανατροφοδότησης επεξηγεί περαιτέρω πώς ένα «κακό» συμβάν μπορεί να αναδιατυπωθεί ως ευκαιρία (Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες). Ακόμη και αν η εποικοδομητική κριτική ανατροφοδότηση είναι ένας από τους πιο πολύτιμους πόρους για τη μάθηση, ο λόγος για τον οποίο οι εκπαιδευτικοί παρέχουν κριτική ανατροφοδότηση μπορεί να είναι ασαφής στα μάτια των μαθητών. Μπορεί να αναρωτιούνται αν αντικατοπτρίζει μια αρνητική κρίση ή μια μεροληψία εκ μέρους του εκπαιδευτικού που παρέχει την ανατροφοδότηση. Ωστόσο, όταν οι εκπαιδευτικοί μεταφέρουν ρητά τους αναπτυξιακά προσανατολισμένους λόγους τους για την παροχή κριτικής ανατροφοδότησης, οι μαθητές ενδέχεται να εμπιστευτούν και να παρακινηθούν περισσότερο από αυτή την ανατροφοδότηση. Σε μια μελέτη, οι μαθητές της πρώτης τάξης του γυμνασίου έγραψαν μια έκθεση για τον ήρωά τους, έλαβαν κριτική ανατροφοδότηση από τον εκπαιδευτικό

1. Οι αρχές που εκφράζουμε σε αυτό το άρθρο διαμορφώθηκαν μέσω του έργου μας γύρω από την ακαδημαϊκή επιτήρηση. Σε άρθρα για την ακαδημαϊκή επιτήρηση, περιγράφουμε παρόμοιες, αν και πιο εξειδικευμένες στην κατάσταση, αρχές.

Πίνακας 4.2 Αναπλαισίωση της ανακοίνωσης ένταξης σε καθεστώς ακαδημαϊκής επιτήρησης (Brady, Fotuhi et al., 2019)

	Πρότυπη ειδοποιητήρια επιστολή του ιδρύματος για την ένταξη του φοιτητή σε καθεστώς επιτήρησης	Αναδιατυπωμένη «ψυχολογικά συντονισμένη» ειδοποιητήρια επιστολή του ιδρύματος για την ένταξη του φοιτητή σε καθεστώς επιτήρησης
Αρχή 1. Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες	«Τοποθέτηση υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση»	«Η διαδικασία της ακαδημαϊκής επιτήρησης»
Αρχή 2. Μεταδώστε το μήνυμα «Δεν είσαι ο μόνος»	[χωρίς συναφές περιεχόμενο]	«Πρέπει επίσης να γνωρίζετε ότι δεν είστε ο μόνος που αντιμετωπίζει αυτές τις δυσκολίες...»
Αρχή 3. Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες	«Όποιες δυσκολίες κι αν έχετε αντιμετωπίσει...»	«Υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους οι φοιτητές τίθενται σε καθεστώς ακαδημαϊκής επιτήρησης. Στους λόγους αυτούς μπορεί να περιλαμβάνονται ζητήματα προσωπικά, οικονομικά, υγείας, οικογενειακά ή άλλα...»
Αρχή 4. Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση	[χωρίς συναφές περιεχόμενο]	«Σε συνεργασία με τους συμβούλους τους, πολλοί [φοιτητές υπό επιτήρηση] εγκαταλείπουν τη διαδικασία και συνεχίζουν μια επιτυχημένη σταδιοδρομία στο [κολέγιο]...»
Αρχή 5. Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες	[χωρίς συναφές περιεχόμενο]	«Έμαθα κάτι σημαντικό στην πορεία της διαδικασίας σχετικά με το πώς να αντιμετωπίζω ευθέως τις προκλήσεις, να ζητάω βοήθεια από τους άλλους και να βρίσκω έναν τρόπο να προχωρώ μπροστά».

τους και είχαν την ευκαιρία να αναθεωρήσουν την έκθεσή τους για να διεκδικήσουν έναν υψηλότερο βαθμό (Yeager, Purdie-Vaughns et al., 2014). Το μόνο που διέφερε ήταν ένα σημείωμα προσαρτημένο από τον εκπαιδευτικό με έναν συνδετήρα πάνω στην έκθεση. Όταν το σημείωμα υπογράμμιζε τους αναπτυξιακά προσανατολισμένους λόγους για τους οποίους ο εκπαιδευτικός παρείχε την

ανατροφοδότηση –«Σας κάνω αυτά τα σχόλια επειδή έχω πολύ υψηλά πρότυπα και ξέρω ότι μπορείτε να τα καταφέρετε»–, περισσότεροι μαθητές άδραξαν την ευκαιρία να παραδώσουν μια αναθεωρημένη έκθεση. Το ποσοστό των μαύρων μαθητών ήταν μεγαλύτερο, οι οποίοι διαφορετικά μπορεί να ανησυχούν ότι η κριτική ανατροφοδότηση των εκπαιδευτικών ίσως να αντικατοπτρίζει φυλετικά στερεότυπα. Μόνο το 27% των μαύρων μαθητών αναθεώρησαν την έκθεσή τους αφότου διάβασαν σε μια συνθήκη ελέγχου ένα σημείωμα που είχε σκοπό να δράσει ως «εικονική σημείωση» (placebo) («Σας κάνω αυτά τα σχόλια ώστε να έχετε ανατροφοδότηση σχετικά με το γραπτό σας»), ενώ στη συνθήκη με το σημείωμα του πειραματικού χειρισμού το 64% των μαύρων μαθητών προχώρησε στην αναθεώρηση. Επιπλέον, αυτή η μοναδική αλλά ξεκάθαρη εμπειρία, η οποία αποσαφηνίζει το κίνητρο ενός εκπαιδευτικού για την παροχή κριτικής ανατροφοδότησης, ενίσχυσε γενικά την εμπιστοσύνη των μαύρων μαθητών στους εκπαιδευτικούς τους για το υπόλοιπο της σχολικής χρονιάς και είχε ως αποτέλεσμα σταθερά οφέλη. Οι μαύροι μαθητές που είχαν λάβει το σημείωμα του πειραματικού χειρισμού συγκέντρωσαν λιγότερες πειθαρχικές αναφορές τον επόμενο χρόνο και είχαν περισσότερες πιθανότητες να εγγραφούν σε ένα κολέγιο τετραετούς φοίτησης αμέσως μετά το λύκειο (Yeager, Purdie-Vaughns et al., 2017).

Ανησυχία και άγχος κατά τις εξετάσεις. Μια τρίτη πρόκληση στο σχολείο περιλαμβάνει τη διέγερση και το άγχος που βιώνουν πολλοί μαθητές πριν από μια εξέταση. Συχνά, η εμπειρία αυτή θεωρείται προμήνυμα αποτυχίας, μπορεί όμως επίσης να αναπαρασταθεί ως η κατάσταση του σώματος που ετοιμάζεται να αντιμετωπίσει μια πρόκληση (π.χ., «[η διέγερση] δεν βλάπτει... και μπορεί στην πραγματικότητα να βοηθήσει την απόδοση». Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες). Αυτή η αναπαράσταση μπορεί να αυξήσει τους βαθμούς στις εξετάσεις (Brady, Hard, & Cross, 2018· Jamieson, Mendes, Blackstock, & Schmader, 2010· Rozek, Ramirez, Fine, & Beilock, 2019). Ομοίως, η παροχή στους μαθητές δομημένων τρόπων προκειμένου να αναπλαισιώσουν μόνοι τους το άγχος των εξετάσεων, όπως να καταγράψουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους πριν από ένα διαγώνισμα, τους δίνει επίσης μια ευκαιρία να βελτιώσουν τους βαθμούς τους (Ramirez & Beilock, 2011· Rozek et al., 2019).

Η αναπλαισίωση μπορεί επίσης να βοηθήσει τους μαθητές να ανακάμψουν έπειτα από μια απογοητευτική βαθμολογία. Σε άλλες μελέτες, η αναπαράσταση του βαθμού «2» σε μια δοκιμασία Προχωρημένης Τοποθέτησης (AP) –μια βαθμολογία ακριβώς κάτω από το όριο που συνήθως εξασφαλίζει την παρακολούθηση μαθημάτων κολεγιακού επιπέδου– όχι ως αποτυχία, αλλά ως ένα στάδιο προόδου από το οποίο περνούν πολλοί φοιτητές στις AP τροχιές τους (Αρχή 4: Προβλέψτε την επικείμενη πρόοδο) βελτίωσε την αξιολόγηση της εμπειρίας της εξέτασης από τους μαθητές και το κίνητρό τους να παρακολουθήσουν μελλοντικά μαθήματα AP (Brady, Kalkstein, Rozek, & Walton, 2019).

ΥΓΕΙΑ

Συμπτώματα θεραπείας. Όπως με τις προκλήσεις στο σχολείο, έτσι και οι προκλήσεις στον τομέα της υγείας μπορούν να γίνουν εύκολα κατανοητές με αρνητικούς όρους, αλλά μπορούν επίσης να αναπλαισιωθούν με αυθεντικό τρόπο. Σκεφτείτε την περίπτωση παιδιών με σοβαρές αλλεργίες στα φιστίκια. Αυτά τα παιδιά και οι οικογένειές τους αντιμετωπίζουν την τρομακτική προοπτική να πρέπει να περάσουν ολόκληρη τη ζωή τους προσπαθώντας να αποφύγουν μια πανταχού παρούσα ουσία που μπορεί να τους προκαλέσει σοβαρή ασθένεια ή θάνατο. Στη διά του στόματος ανοσοθεραπεία (OIT), τα παιδιά καταναλώνουν μικρές αλλά αύξουσες δόσεις φυσικίων με σκοπό να αναπτύξουν μια απευαισθητοποίηση (Samrath, Sindher, Zhang, & Nadeau, 2018). Συχνά η θεραπεία OIT συνοδεύεται από συμπτώματα όπως κνησμό στη στοματική κοιλότητα, ναυτία, κνίδωση ή στομαχικό άλγος. Αν και τα συμπτώματα αυτά είναι ελάσσονα, μπορούν να προκαλέσουν άγχος λόγω της σχέσης τους με σοβαρές αλλεργικές αντιδράσεις (π.χ. αναφυλαξία). Οι επαγγελματίες της υγείας συνήθως κατανοούν την εμπειρία των ασθενών και προσπαθούν να περιορίσουν τα συμπτώματα. Παρά τις καλές προθέσεις της, η απόκριση αυτή ευνοεί την επιμονή των αρνητικών αναπαραστάσεων. Στην καλύτερη περίπτωση, οι ασθενείς ενδέχεται να συμπεράνουν μόνο ότι τα συμπτώματα είναι δυσάρεστα και ότι πρέπει να περιοριστούν. Θα μπορούσαν όμως επίσης να εκλάβουν τα συμπτώματα ως μια ένδειξη ότι η αλλεργία τους είναι ιδιαίτερα σοβαρή και ότι η θεραπεία δεν αποδίδει. Ωστόσο, τα συμπτώματα μπορεί να είναι ένα σημάδι ότι το σώμα θεραπεύεται (π.χ. ο πυρετός είναι ένα σημάδι ότι το σώμα καταπολεμά τη λοίμωξη), παράλληλα με το ότι το σώμα απευαισθητοποιείται στα αλλεργιογόνα (Samrath et al., 2018). Ο Howe και οι συνεργάτες του (2019) εξέτασαν την επίδραση του να ενημερώνει κάποιος τα παιδιά που υποβάλλονταν σε OIT για αλλεργίες στα φιστίκια ότι συμπτώματα που δεν είναι απειλητικά για τη ζωή είναι πιθανό να υποδεικνύουν ότι η θεραπεία σημειώνει πρόοδο (Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες), χρησιμοποιώντας τόσο γραπτές πληροφορίες όσο και δραστηριότητες (π.χ. να γράψουν ένα γράμμα για να υπενθυμίσουν στον εαυτό τους αυτή την ιδέα). Σε σύγκριση με μια συνθήκη ελέγχου όπου ακολουθούνταν η συνήθης αντιμετώπιση («τα συμπτώματα ως παρενέργειες»), τα παιδιά στη συνθήκη με «τα συμπτώματα ως θετικά σημάδια» ανέφεραν λιγότερο άγχος όσον αφορά τα μη απειλητικά για τη ζωή συμπτώματα κατά την εξάμηνη περίοδο που διήρκεσε η θεραπεία: είχαν λιγότερες πιθανότητες να επικοινωνήσουν με το θεραπευτικό προσωπικό σχετικά με τέτοια συμπτώματα (9,4% έναντι 17,5%)· ανέφεραν λιγότερα συμπτώματα στο τέλος της θεραπείας, όταν αυξήθηκε η δοσολογία: είχαν οριακά λιγότερες πιθανότητες να παραλείψουν ή να μειώσουν τις δόσεις (4% έναντι 21%)· και είχαν υψηλότερες τιμές στον βιοδείκτη ανοσολογικής ανοχής σε αλλεργιογόνα στο τέλος της θεραπείας.

Επώδυνες ιατρικές διαδικασίες. Οι επώδυνες ιατρικές διαδικασίες μπορεί να απρθαρρύνουν τους ανθρώπους από το να υποβληθούν σε μελλοντικές διαδικασίες ιατρικής φύσης, ακόμη και αν αυτές θα μπορούσαν να ωφελήσουν την υγεία τους. Ωστόσο, είναι δυνατό μια διαδικασία να τροποποιηθεί ελαφρώς κι έτσι να αλλάξει ο τρόπος με τον οποίο την αναπαριστούν αργότερα οι άνθρωποι, με αποτέλεσμα να τη θυμούνται ως λιγότερο επώδυνη, αν όχι ως μια θετική εμπειρία (μια παραλλαγή της Αρχής 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες). Η βασική έρευνα δείχνει ότι το επίπεδο πόνου που αισθάνεται ο ασθενής κατά την ολοκλήρωση μιας εμπειρίας έχει δυσανάλογη επίδραση στην ανάκληση της εμπειρίας από τον ίδιο (το φαινόμενο αιχμής-τέλους: Kahneman, Fredrickson, Schreiber, & Redelmeier, 1993). Στηριζόμενη σε αυτό το εύρημα, μια μελέτη τροποποίησε μια τυπική κολονοσκόπηση, έτσι ώστε το κολονοσκόπιο να παραμείνει στο ορθό των ασθενών έως και τρία επιπλέον λεπτά προτού αποσυρθεί με αργό ρυθμό (Redelmeier, Katz, & Kahneman, 2003). Η τροποποίηση αυτή παρέτεινε χρονικά τη διαδικασία, αλλά μείωσε το επίπεδο πόνου που βίωναν οι ασθενείς στο τέλος της. Με τη σειρά τους, οι ασθενείς ανακάλεσαν την εμπειρία ως λιγότερο επώδυνη και αυτή η διαφορά στην ανάμνησή τους έπαιξε σημαντικό ρόλο. Τα άτομα που υποβλήθηκαν στην τροποποιημένη διαδικασία είχαν 41% περισσότερες πιθανότητες να συμφωνήσουν να υποβληθούν σε μια νέα κολονοσκόπηση αρκετά χρόνια αργότερα, αν παρουσιαζόταν αυτή η ανάγκη.

Τραύμα. Οι τραυματικές εμπειρίες μπορούν να προκαλέσουν αυτοαναπαραγόμενες αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα που υπονομεύουν την υγεία και τη λειτουργικότητα. Ωστόσο, όπως και με την έρευνα σχετικά με τις εξετάσεις (Ramirez & Beilock, 2011), οι δομημένες, ανοιχτές δραστηριότητες γραφής μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους πιο αποτελεσματικά. Σε αυτή την περίπτωση, δίνεται στους ανθρώπους η ευκαιρία να γράψουν συγκεκριμένα για τις πιο τραυματικές εμπειρίες στη ζωή τους για 20 λεπτά την ημέρα για αρκετές ημέρες. Σε πολλές δοκιμές, αυτή η εμπειρία αποδείχθηκε ότι βελτιώνει την υγεία και την ανοσοποιητική λειτουργία και αυξάνει το επίπεδο ακαδημαϊκής επιτυχίας μεταξύ των φοιτητών κολεγίου και άλλων πληθυσμών (Pennebaker, 1997). Δεδομένης της ανοιχτής φύσης του έργου, είναι πιθανό μια σειρά από ποικίλες διαδικασίες να προκύψουν από τη γραφή για να πετύχουν αυτά τα οφέλη. Ωστόσο, τα στοιχεία υποδεικνύουν ότι μεταξύ αυτών συγκαταλέγονται η κατασκευή μιας συνεκτικής αιτιακής αφήγησης (π.χ. η χρήση λέξεων αιτιότητας και συνειδητοποίησης) για την κατανόηση της τραυματικής εμπειρίας (Αρχή 3: Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες) και η χρήση λέξεων θετικού συναισθήματος (Αρχές 4 και 5: Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση, Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες), εκ των οποίων και οι δύο είναι σε θέση να προβλέψουν καλύτερα επίπεδα υγείας (Pennebaker & Francis, 1996). Ομοίως, η αποτελεσματικότητα της πρόσωπο με πρόσωπο θεραπείας μπορεί να εξαρ-

τάται από μια σχέση αρμονίας των ανθρώπων με τον θεραπευτή τους, αντί να αισθάνονται ότι κρίνονται (Αρχή 1: Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες· Kooie, σε αυτόν τον τόμο).

Απειλητικές διαγνώσεις. Η στιγμή κατά την οποία μας ανακοινώνεται μια αρνητική ιατρική διάγνωση είναι μια προφανής περίπτωση «κακής» είδησης. Ωστόσο, παρά την αναγνώριση του γεγονότος ότι ο τρόπος με τον οποίο ο γιατρός διατυπώνει τις διαγνώσεις και άλλες σχετικές με την υγεία ανακοινώσεις είναι σημαντικός (π.χ., Paul, Clinton-McHarg, Sanson-Fisher, & Webb, 2009) και παρά το ενδιαφέρον των ίδιων των γιατρών να θέλουν να διεκπεραιώσουν με τον καλύτερο τρόπο αυτή τη διαδικασία (Monden, Gentry, & Cox, 2016), μέχρι στιγμής ελάχιστες έρευνες πεδίου έχουν εξετάσει τις συνέπειες των διαφορετικών τρόπων παρουσίασης των διαγνώσεων είτε για την υγεία είτε για την ψυχολογία των ασθενών (πρβλ. Mast, Kindlimann, & Langewitz, 2005· van Osch, Sep, van Vliet, van Dulmen, & Bensing, 2014). Γενικότερα, ορισμένα στοιχεία δείχνουν ότι οι δεξιότητες των γιατρών όσον αφορά τη συνεργασία τους με συναισθηματικά πιεσμένους ασθενείς μπορούν να ενισχυθούν και ότι κάτι τέτοιο μπορεί να μειώσει τη δυσφορία των ασθενών με την πάροδο του χρόνου (Roter et al., 1995).

ΣΤΕΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Προκλήσεις με τη γέννηση ενός παιδιού. Οι στενές σχέσεις είναι από τις πιο εγγενώς ανταποδοτικές πτυχές της ζωής των ανθρώπων, παρ' όλα αυτά θέτουν σημαντικές προκλήσεις. Πάρτε για παράδειγμα τους νέους, άπυνους γονείς που πασχίζουν να κάνουν ένα βρέφος να σταματήσει να κλαίει ή να κοιμηθεί. Σκεφτείτε, συγκεκριμένα, μια ανύπαντρη μητέρα, με χαμηλό εισόδημα και λίγη υποστήριξη, κατοικοποιημένη η ίδια ως παιδί. Παλεύοντας να αντιμετωπίσει αυτές τις προκλήσεις μέρα με τη μέρα και νύχτα με τη νύχτα, μπορεί να αρχίσει να βιώνει τη γονικότητα ως μια μάχη κυριαρχίας με ένα τυραννικό ον. Μπορεί ακόμη και να αρχίσει να σκέφτεται: *Είμαι κακή μαμά ή Το παιδί μου είναι κακό.*

Σε αυτή την περίπτωση, είναι σημαντικό να βοηθήσουμε τη μητέρα να δει ότι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει αποτελούν μέρος της φυσιολογικής εμπειρίας της γονικότητας και ότι μπορεί να καταβάλει προσπάθεια για να τις αντιμετωπίσει επιτυχώς. Για να βοηθήσουν τις μητέρες να φτάσουν σε αυτό το σημείο, ο Bugental και οι συνεργάτες του (2002) συνεργάστηκαν με ένα κρατικό πρόγραμμα στο οποίο παραεπαγγελματίες επισκέφθηκαν νέες μητέρες που ανήκαν σε ομάδες κινδύνου, κατά μέσο όρο 17 φορές κατά τη διάρκεια του πρώτου έτους του παιδιού τους. Στο τυπικό πρόγραμμα, οι μητέρες έμαθαν για την υγιή ανάπτυξη και τις σχετικές υπηρεσίες. Σε μια «αναβαθμισμένη» συνθήκη, οι

παραεπαγγελματίες ζήτησαν επίσης από τις μητέρες να περιγράψουν τις μεγαλύτερες προκλήσεις τους (π.χ. «Δεν μπορώ να καταφέρω το μωρό να πιει από το μπιμπερό») και γιατί πίστευαν ότι αντιμετώπιζαν αυτές τις προκλήσεις. Παρόλο που οι μητέρες συχνά ανέφεραν λόγους όπου η ευθύνη βάραινε τις ίδιες ή τα παιδιά, οι επισκέπτες βοηθοί ήταν εκπαιδευμένοι ώστε να συνεχίσουν να ρωτούν «Θα μπορούσε να είναι κάτι άλλο;», μέχρι η μητέρα να προτείνει έναν λόγο που δεν ήταν μειωτικός (π.χ. «Ίσως το μωρό χρειάζεται νέο μπιμπερό») (πρβλ. Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο). Στη συνέχεια, οι παραεπαγγελματίες ρώτησαν τη μητέρα τι θα μπορούσε να κάνει γι' αυτό και, στην επόμενη επίσκεψη, τη ρώτησαν πώς τα πήγε. Αυτή η προσέγγιση (1) αποθαρρύνει τις μητέρες από το να χαρακτηρίσουν αρνητικά τον εαυτό τους ή το παιδί τους (Αρχή 1: Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες)· (2) υπονοεί ότι κι άλλοι γονείς αντιμετωπίζουν τέτοιες προκλήσεις (Αρχή 2: Μεταδώστε το μήνυμα «Δεν είσαι ο μόνος»)· (3) υπονοεί ότι φυσιολογικοί παράγοντες εγείρουν προκλήσεις για τη γονικότητα και, κυρίως, ενθαρρύνει τις μητέρες να εντοπίσουν μόνες τους αυτούς τους παράγοντες (Αρχή 3: Αναγνωρίστε ειδικές μη μειωτικές αιτίες)· και (4) υποδεικνύει τη δυνατότητα βελτίωσης και ενθαρρύνει τις μητέρες να προσπαθήσουν να επιλύσουν τα προβλήματα για να την πετύχουν (Αρχή 4: Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση). Σε σύγκριση τόσο με την τυπική συνθήκη επίσκεψης όσο και με τη συνθήκη όπου δεν υπήρξαν καθόλου επισκέψεις, αυτή η εμπειρία μείωσε το ποσοστό παιδικής κακοποίησης κατά το πρώτο έτος από 23% σε 4%, με τη μεγαλύτερη μείωση να εντοπίζεται στις μητέρες με τα πιο δύσκολα βρέφη που διέτρεχαν τον μεγαλύτερο κίνδυνο (από 58% σε 10%). Η παρέμβαση είχε επίσης ως αποτέλεσμα βελτιωμένη υγεία των παιδιών, αυξημένη αίσθηση της μητέρας όσον αφορά τις δυνατότητές της σε σχέση με το παιδί της και μειωμένη κατάθλιψη της μητέρας τη στιγμή που το παιδί γιόρταζε τα πρώτα του γενέθλια. Μεταγενέστερες μελέτες έχουν διαπιστώσει πτώση της συχνότητας των σωματικών τιμωριών (από 35% σε 21%) και των τραυματισμών παιδιών, ενώ έχουν τεκμηριώσει βελτιωμένη υγεία, γνωστική λειτουργία και μειωμένη επιθετικότητα και στρες για το παιδί έως και τα τρία του έτη (Bugental, Beaulieu, & Silbert Geiger, 2010· Bugental, Corpuz, & Schwartz, 2012· Bugental, Schwartz, & Lynch, 2010).

Συζυγική σύγκρουση. Οι άνθρωποι βιώνουν επίσης προκλήσεις στις ρομαντικές σχέσεις, ακόμη και σε αυτές στις οποίες έχουν δεσμευτεί μέσω του γάμου. Αν η σύγκρουση αρχίσει να διαχέεται στο ζευγάρι, μπορεί να υπονομεύσει την ποιότητα του έγγαμου βίου με την πάροδο του χρόνου. Σε μια μελέτη, η πρόσκληση που απευθύνθηκε σε παντρεμένα ζευγάρια να αναλογιστούν τι θα σκεφτόταν «ένα ουδέτερο τρίτο μέρος που επιθυμεί το βέλτιστο για όλους» σχετικά με μια σύγκρουση στον γάμο τους και πώς θα μπορούσαν να υιοθετήσουν αυτή την προοπτική σε μελλοντικές συγκρουσιακές καταστάσεις αναχαίτισε μια

κανονιστική μείωση της ικανοποίησης από τον γάμο σε διάστημα ενός χρόνου (Finkel, Slotter, Luchies, Walton, & Gross, 2013). Ο στόχος εν προκειμένω είναι η Αρχή 4: Η πρόβλεψη της επικείμενης βελτίωσης όσο το δυνατόν πιο ευθέως, αλλά στην πράξη πιθανότατα περιλαμβάνει κι άλλες αρχές.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Ακόμη και εμπειρίες που φαίνονται θετικές και, με κάποιους τρόπους πράγματι είναι, μπορούν ακούσια να διατυπωθούν με τρόπους που επισύρουν ψυχολογικό κόστος. Το βοήθημα σε μετρητά κατά της φτώχειας, για παράδειγμα, μπορεί να αποτελεί βασικό πόρο για όσους ζουν σε συνθήκες ανέχειας. Ωστόσο, το βοήθημα αυτό κινδυνεύει επίσης να μεταδώσει μια αναπαράσταση των αποδεκτών του ως προβληματικών ή ανήμπορων (Edin, Shaefar, & Tach, 2017· Walker et al., 2013). Μια μελέτη εξέτασε τα αποτελέσματα της αναπαράστασης του βοηθήματος, αντίθετα, ως ενός μέσου ενδυνάμωσης των ανθρώπων στη ζωή τους (Thomas, Otis, Abraham, Markus, & Walton, 2019). Κάτοικοι με χαμηλό εισόδημα σε άτυπους οικισμούς στο Ναϊρόμπι της Κένυας έλαβαν μια μικρή πληρωμή σε μετρητά που ισοδυναμούσε με δύο ημερομίσθια. Σε ορισμένους κατοίκους η πληρωμή αυτή παρουσιάστηκε ως μια πρωτοβουλία του «Οργανισμού Καταπολέμησης της Φτώχειας», ο στόχος του οποίου περιλάμβανε «μείωση της φτώχειας και παροχή βοήθειας στους φτωχούς, ώστε να καλύπτουν τις βασικές ανάγκες τους», μια κοινή αναπαράσταση της οικονομικής ενίσχυσης. Σε άλλους κατοίκους η πληρωμή παρουσιάστηκε ως μια πρωτοβουλία του «Οργανισμού Ατομικής Ενδυνάμωσης» ή του «Οργανισμού Ενδυνάμωσης της Κοινότητας», οι στόχοι των οποίων, αντίστοιχα, ήταν να επιτρέψουν στους ανθρώπους «να επιδιώξουν προσωπικούς στόχους και να γίνουν περισσότερο οικονομικά ανεξάρτητοι» και «να υποστηρίξουν αυτούς για τους οποίους νοιάζονται και να βοηθήσουν τις κοινότητές τους να αναπτυχθούν και αυτές». Οι αναπαραστάσεις αυτές απέφυγαν να χαρακτηρίσουν τους αποδέκτες του βοηθήματος με την ετικέτα του φτωχού (Αρχή 1: Αποτρέψτε τις αρνητικές ετικέτες) και τόνισαν μια ευκαιρία για ανάπτυξη (Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες). Και οι δύο είχαν ως αποτέλεσμα οι κάτοικοι να παρακολουθήσουν περισσότερα βίντεο που παρουσίαζαν επιχειρηματικές δεξιότητες συναφείς με τους άτυπους οικισμούς στους οποίους εργάζονταν (π.χ. πώς να υπολογίσουν ένα κέρδος), αντί για βίντεο αναψυχής (π.χ. στιγμιότυπα από αγώνες ποδοσφαίρου), να αισθάνονται μεγαλύτερη αυτοαποτελεσματικότητα όσον αφορά την εκπλήρωση στόχων ζωής και να προβλέπουν μεγαλύτερη βελτίωση στην κοινωνική θέση τους τα επόμενα δύο χρόνια.

ΑΠΟΧΡΩΣΕΙΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΩΝ ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΕΩΝ

Αποφύγετε το γενικόλογο «Σκέψου θετικά!», μην αποκρύπτετε τα γεγονότα

Κανένα από τα παραδείγματα που δίνονται παραπάνω δεν παροτρύνει τους ανθρώπους να κοιτάζουν απλώς τη φωτεινή πλευρά. Κανένα δεν συγχέει ούτε αποκρύπτει «τα γεγονότα». Κανένα δεν προσποιείται πως δεν βρέχει! Η απλή αποσιώπηση μιας αρνητικής εμπειρίας δεν θα επέτρεπε στους ανθρώπους να μάθουν από αυτή, ακόμα κι αν μπορούσαν να το κάνουν· το πιθανότερο είναι η πράξη της αποσιώπησης να επέστρεφε εκδικητικά στη σκέψη και στο συναίσθημα, για να υπονομεύσει την αποτελεσματικότητα και τη λειτουργικότητα των ανθρώπων (Gross, 2014· Logel, Iserman, Davies, Quinn, & Spencer, 2009). Αντίθετα, οι παρεμβάσεις βοηθούν τους ανθρώπους να κατανοήσουν τα «γεγονότα» με πιο κατάλληλους και προσαρμοστικούς τρόπους. Καθεμία από αυτές βοηθάει τους ανθρώπους να αναπτύξουν μια συγκεκριμένη, εύλογη και αυθεντική αφήγηση για μια πρόκληση που αντιμετωπίζουν. Αναγνωρίζουν τη βροχή και τη βλέπουν ως ευκαιρία για χορό ή, τουλάχιστον, όχι ως ένα ανυποχώρητο και καθολικό εμπόδιο.

Σκεφτείτε τη σεξουαλική επίθεση. Θα ήταν εσφαλμένο και ανώφελο να πούμε σε κάποιον που υπέστη σεξουαλική επίθεση: «Στην πραγματικότητα, σου έκανε καλό» ή «Δεν συνέβη». Θα μπορούσε όμως να είναι απαραίτητο να διασφαλίσουμε ότι αυτός που βίωσε μια τέτοια κατάσταση κατανοεί τι δεν σημαίνει η επίθεση: Δεν σημαίνει ότι είσαι κακός, μολυσμένος, ανάξιος να αγαπηθεί άνθρωπος· δεν σημαίνει ότι έκανες κάτι λάθος. Η πρόκληση είναι πώς θα επικοινωνήσουμε αυτή την πιο θετική αφήγηση με πειστικό τρόπο.

ΠΩΣ ΛΕΜΕ ΟΤΙ ΚΑΤΙ ΕΧΕΙ ΣΗΜΑΣΙΑ

Νωρίτερα παρατηρήσαμε ότι οι παρεμβάσεις ποικίλλουν ως προς το πόσο κατευθυντικές είναι, από τον άμεσο έλεγχο μιας αφήγησης (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019) έως την απλή υποβολή ερωτήσεων ή τη δημιουργία μιας εμπειρίας που βοηθάει τους ανθρώπους να αναπτύξουν μια πιο θετική αφήγηση από μόνοι τους (π.χ. Bugental et al., 2002· Pennebaker, 1997). Παρόλο που η αποτελεσματικότητα των διαφορετικών μεθόδων απαιτεί περισσότερη έρευνα, είναι κάτι που πιθανόν έχει σημασία (βλ. Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο, για την παραπλανητική κατεύθυνση· Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο). Για παράδειγμα, αν οι άνθρωποι αισθάνονται ότι ένα μήνυμα δεν είναι αυθεντικό (Walton & Yeager, υπό έκδοση) ή αν το εκλαμβάνουν ως υπερβολικά ελεγκτικό, μια οπτική που δεν τους αφήνει περιθώριο επιλογής (Silverman, Logel, & Cohen, 2013), ενδέχεται να το απορρίψουν, ακόμα κι αν θα τους ωφελούσε.

Μπορεί επίσης να είναι βοηθητικό να μεταδώσουμε μια αφήγηση που να αφορά όχι μόνο την προσωπική εμπειρία ενός αποδέκτη, αλλά και να δείξουμε τι ρόλο έχει διαδραματίσει αυτή η αφήγηση στη ζωή άλλων ανθρώπων (π.χ. Walton & Cohen, 2011). Τέτοια κοινωνικά μοντέλα μπορούν να αυξήσουν την αυθεντικότητα και συνεπώς τη δύναμη μιας αφήγησης. Μια μελέτη διαπίστωσε σημαντικά μεγαλύτερη μείωση του βαθμού ντροπής και στιγματισμού που αισθάνονταν οι φοιτητές όταν οι ψυχολογικά συντονισμένες ειδοποιητήριες επιστολές της ένταξής τους σε καθεστώς επιτήρησης συνδυάστηκαν με ιστορίες παλαιότερων φοιτητών από δικές τους εμπειρίες επιτήρησης που αντικατόπτριζαν την πιο προσαρμοστική αφήγηση απ' ό,τι όταν τέτοιες ιστορίες απουσίαζαν εντελώς (Brady & Walton, 2019).

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΓΙΑ ΘΕΣΜΙΚΑ ΙΔΡΥΜΑΤΑ

Δυστυχώς, τα θεσμικά ιδρύματα συχνά μας μεταφέρουν κακά νέα. Από τα σχολεία (ειδοποιητήρια επιτήρησης, επιστολές απόρριψης) έως τις κλινικές (αρνητικά αποτελέσματα εξετάσεων), τις τράπεζες (ειδοποιήσεις υπερανάλιψης, ειδοποιητήρια ληξιπρόθεσμων πληρωμών) και τις εταιρείες μέσων κοινωνικής δικτύωσης (αφαίρεση περιεχομένου που έχει χαρακτηριστεί ακατάλληλο), τα θεσμικά ιδρύματα μεταδίδουν τακτικά πληροφορίες που απειλούν την ευημερία, την υγεία, την αίσθηση επάρκειας ή την υπαγωγή των ανθρώπων σε ένα πλαίσιο που τους είναι πολύτιμο. Ιδιαίτερα ισχυρές είναι οι εμπειρίες που εύλογα κάποιος θεωρεί ότι συμβαίνουν αποκλειστικά στον ίδιο ή σε έναν μικρό αριθμό ανθρώπων όπως αυτός, και που ενδέχεται να επιφέρουν ανυπέρβλητες, αρνητικές συνέπειες. Αυτή η αντίληψη προσδίδει στις αρνητικές εμπειρίες μια καταστροφική δύναμη. Γιατί είναι καθησυχαστική η φράση «αναποδιές συμβαίνουν όλη την ώρα»; Ίσως επειδή διαπερνά την αντίληψη ότι οι αναποδιές που βιώνει κάποιος μια δεδομένη στιγμή συμβαίνουν αποκλειστικά σε αυτόν, είναι σπάνιες και καταδικαστικές. Αναποδιές τυχαίνουν και σε άλλους ανθρώπους, ίσως μάλιστα συχνά, και δεν χρειάζεται να έχουν διαρκείς και μακροπρόθεσμες συνέπειες.

Βασιζόμενα στις πέντε αρχές και στα παραδείγματα που αναλύσαμε προηγουμένως, τα θεσμικά ιδρύματα μπορούν εμπρόθετα να αναπτύξουν μηνύματα που παρέχουν κατάλληλες, συνεκτικές, αυθεντικές και προσαρμοστικές αναπαραστάσεις του ατόμου και μιας πρόκλησης που αντιμετωπίζει. Πιο εύκολο είναι όμως να λες κάτι τέτοιο παρά να το κάνεις. Με ποιον τρόπο μπορούν τα ιδρύματα να μάθουν πώς οι άνθρωποι βιώνουν κοινά αρνητικά συμβάντα στο θεσμικό πλαίσιό τους και αν οι προσπάθειες για αναπλαισίωση αυτών των συμβάντων έχουν αποδειχθεί επιτυχημένες; Ο Πίνακας 4.3 περιγράφει μια σειρά από βήματα σχεδιασμού και ανάπτυξης που τα θεσμικά ιδρύματα μπορούν να

τα χρησιμοποιήσουν για να αρχίσουν να απαντούν σε αυτά τα ερωτήματα: καθένα από αυτά τα βήματα έχει χρησιμοποιηθεί στην προηγούμενη εργασία μας (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο). Δεδομένης της εξειδικευμένης γνώσης που ενδεχομένως απαιτεί αυτή η προσπάθεια, μπορεί να είναι χρήσιμο να την εφαρμόσετε σε συνεργασία με ανθρώπους που κατέχουν συναφή ψυχολογική πραγματογνωμοσύνη (βλ. Yeager & Walton, 2011).

Η καθοδήγηση αυτών των βημάτων είναι μια υπόθεση καθοριστικής σημασίας: *Δεν μπορούμε να μαντέψουμε πώς οι άλλοι άνθρωποι βιώνουν τα πράγματα, αλλά μπορούμε να αρχίσουμε να το ανακαλύπτουμε ρωτώντας τους.* Σε μια σειρά από 25 μελέτες, οι Eyal, Steffel και Epley (2018) δείχνουν ότι με το να ζητάμε απλώς από τους ανθρώπους να υιοθετήσουν την προοπτική των άλλων δεν βελτιώνουμε την ακρίβεια με την οποία οι άνθρωποι κατανοούν τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις στάσεις των άλλων ανθρώπων· αντίθετα, οι άνθρωποι γίνονται κάπως λιγότερο ακριβείς. Ωστόσο, όταν οι άνθρωποι είχαν μια σύντομη συζήτηση για το θέμα που τους απασχολούσε, έγιναν αισθητά πιο ακριβείς στην κατανόηση ο ένας του άλλου. Για να κατανοήσουμε τις εμπειρίες των άλλων, πρέπει να υιοθετήσουμε και όχι απλώς να αντιληφθούμε τις προοπτικές τους. Όπως γράφει η Eyal και οι συνεργάτες της, «η αύξηση της διαπροσωπικής ακρίβειας φαίνεται να απαιτεί την απόκτηση νέων πληροφοριών αντί της χρήσης των υφιστάμενων γνώσεων για ένα άλλο άτομο» (σ. 547). Τα βήματα που περιγράφονται στον Πίνακα 4.3 παρέχουν έναν τρόπο για να ξεκινήσετε αυτή τη διαδικασία.

ΘΕΤΙΚΑ ΚΑΙ ΟΥΔΕΤΕΡΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΕΠΙΣΗΣ

Έχουμε επικεντρωθεί στην αναπαράσταση των κακών πραγμάτων. Ωστόσο, ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι αναπαριστούν τα θετικά συμβάντα και τις θετικές εμπειρίες μπορεί επίσης να είναι σημαντικός για την αποκόμιση καταλυτικών οφελών. Επιπλέον, οι πέντε αρχές που αναφέραμε προηγουμένως έχουν παραλλαγές που εφαρμόζονται σε θετικές εμπειρίες.

Αυτό φαίνεται ξεκάθαρα σε μελέτες της επίδρασης του εικονικού φαρμάκου (φαινόμενο placebo), όπου οι πεποισθήσεις και οι προσδοκίες γύρω από μια ευεργετική θεραπεία μπορούν να συμβάλουν στα αποτελέσματά της. Για παράδειγμα, όταν οι άνθρωποι δεν γνωρίζουν ότι τους έχει χορηγηθεί έγχυση καλά τεκμηριωμένων φαρμακολογικών προϊόντων, όπως αυτών για τη μείωση του πόνου, του άγχους και της διέγερσης, αυτά τα φάρμακα είναι με σημαντικό τρόπο λιγότερο αποτελεσματικά απ' ό,τι όταν η έγχυσή τους είναι ορατή στον ασθενή (Αρχή 4: Προβλέψτε την επικείμενη βελτίωση· Benedetti et al., 2003). Οι παραγωγικές προσδοκίες των ανθρώπων συνεργάζονται με τις ενεργητικές ιδιότητες του φαρμάκου για να προκαλέσουν βελτίωση.

ΠΙΝΑΚΑΣ 4.3 Βήματα σχεδιασμού που μπορούν να πραγματοποιήσουν τα θεσμικά ιδρύματα για να μάθουν (α) πώς οι άνθρωποι σε ένα πλαίσιο βιώνουν και κατανοούν ένα «κακό» συμβάν (Στήλη 1) και (β) πώς μπορούν να αλλάξουν τις υφιστάμενες ή τις εκ των προτέρων επικρατούσες αναπαραστάσεις, ώστε να τροποποιήσουν τις ερμηνείες των ανθρώπων και να βελτιώσουν τα αποτελέσματα (Στήλες 2-5). Σε γενικές γραμμές, οι προσπάθειες πρέπει να ξεκινούν με τα βήματα στα αριστερά και να κινούνται προς τα δεξιά, ανάλογα με τις απαιτήσεις της κατάστασης. Συγκεκριμένα, αυτά τα βήματα μπορούν να αποδειχθούν χρήσιμα τόσο για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι άνθρωποι δίνουν νόημα σε συγκεκριμένα αρνητικά συμβάντα και βιώματα (η επικέντρωσή μας εδώ) (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019) και σε ευρύτερες νοοτροπίες, καθώς και πώς μπορούν να αλλάξουν με παραγωγικό τρόπο αυτά τα αρνητικά συμβάντα και βιώματα (π.χ. Yeager, Romero et al., 2016).

	Βήμα 1: Ποιοτική εργασία ανοικτού τύπου (n.x. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 2: Σχεδιασμός επικεντρωμένος στον χρήστη (n.x. Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 3: Δοκιμές A/B (n.x. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 4: Τυχαιοποιημένα πειράματα πεδίου (n.x. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 5: Επιστήμη της βελτίωσης (n.x. Bryk et al., 2015· βλ. επίσης Brady, Fotuhi et al., 2019)
Τι είναι;	Ρωτήστε τους ανθρώπους σχετικά με την εμπειρία τους με την πρόκληση. Ζητήστε τους να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους για την πρόκληση.	Δημιουργήστε αναθεωρημένα μηνύματα ή αναπαραστάσεις. Προτείνετε τα στους ανθρώπους και ζητήστε την απόκρισή τους.	Ένα τυχαιοποιημένο πείραμα βασισμένο σε σενάριο, με μεθόδους άμεσης μέτρησης υποκατάστατων μεταβλητών ή/και μέτρησης ψυχολογικών αποτελεσμάτων.	Ένα τυχαιοποιημένο πείραμα πεδίου με σημαντικά ψυχολογικά ή μη ψυχολογικά αποτελέσματα, τα οποία συχνά εκδηλώνονται προΐοντος του χρόνου.	Παράδοση του αναθεωρημένου μηνύματος σε όλα τα ενδιαφερόμενα άτομα μαζί με άλλες σχετικές προσπάθειες βελτίωσης.
Εργαλεία	Συνεντεύξεις Ομάδες εστίασης Δημοσκοπήσεις	Ανοιχτή ανταλλαγή απόψεων Συνεντεύξεις Ομάδες εστίασης Δημοσκοπήσεις	«Εργαστηριακές μελέτες» με τυχαιοποιημένο πειραματικό υλικό και άμεση αυτοαναφορά ή άλλες μεθόδους μέτρησης αποτελεσμάτων.	Τυχαιοποιημένα ελεγχόμενα πειράματα πεδίου Συλλογή αρχείων του ιδρύματος Δημοσκοπήσεις παρακολούθησης	Πειραματικός σχεδιασμός προ-/μετα-ελέγχου Αναλύσεις διακοπτόμενων χρονοσειρών

ΠΙΝΑΚΑΣ 4.3 (συνέχεια)

	Βήμα 1: Ποιοτική εργασία ανοιχτού τύπου (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 2: Σχεδιασμός επικεντρωμένος στον χρήστη (π.χ. Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 3: Δοκιμές A/B (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 4: Τυχαιοποιημένα πειράματα πεδίου (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 5: Επιστήμη της βελτίωσης (π.χ. Bryk et al., 2015· βλ. επίσης Brady, Fotuhi et al., 2019)
Παράδειγμα ακαδημαϊκής επιτήρησης	Δημοσκοπήσεις με ερωτήσεις ανοιχτού τύπου ή συνεντεύξεις με φοιτητές που έχουν τεθεί στο παρελθόν σε καθεστώς ακαδημαϊκής επιτήρησης σχετικά με την εμπειρία τους: «Πες μου τη δική σου ιστορία σχετικά με την ακαδημαϊκή επιτήρηση. Πώς ξεκίνησε; Πώς ήταν;» «Τι ένιωσες ότι ήταν καλό ή θετικό/κακό ή αρνητικό; Πώς το εξηγείς;»	Δημιουργήστε μια αναθεωρημένη επιστολή ειδοποίησης του φοιτητή ότι τίθεται σε καθεστώς ακαδημαϊκής επιτήρησης. Ζητήστε από τους φοιτητές να φανταστούν ότι βρίσκονται υπό επιτήρηση και ότι λαμβάνουν την αναθεωρημένη ή την υφιστάμενη ειδοποιητήρια επιστολή. Ζητήστε τους να περιγράψουν τις αντιδράσεις τους: τι σκέφτονται και τι αισθάνονται καθώς διαβάζουν καθεμία από τις δύο επιστολές.	Ζητήστε από τους φοιτητές να φανταστούν ότι τοποθετούνται υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση. Δώστε τους είτε την αναθεωρημένη είτε την υφιστάμενη ειδοποιητήρια επιστολή. Αξιολογήστε τα αναμενόμενα σιγματομοίματα ντροπής, σιγματομοίματα και την πιθανότητα οι φοιτητές να δηλώσουν ότι θα σκέφτονταν να διακόψουν τη φοίτησή τους.	Τυχαιοποιήστε τη λήψη της αναθεωρημένης ή της υφιστάμενης ειδοποιητήριας επιστολής από τους φοιτητές που υποτίθεται ότι έχουν τεθεί υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση. Αξιολογήστε τα συναισθήματα ντροπής ή σιγματομοίματος των φοιτητών, την ακαδημαϊκή δέσμευσή τους (π.χ. την επιλογή να συνηθισθούν άμεσα με έναν σύμβουλο) ή/και την επακόλουθη ανάκαμψή τους από την επιτήρηση.	Δώστε σε όλους τους φοιτητές που υποτίθεται ότι έχουν τεθεί υπό ακαδημαϊκή επιτήρηση την αναθεωρημένη ειδοποιητήρια επιστολή. Αναθεωρήστε τις θεσμικές πολιτικές και εφαρμόστε μια εκπαίδευση των συμβούλων, με στόχο την ενίσχυση πιο προσαρμοστικών αναπαραστάσεων της επιτήρησης. Συγκρίνετε τα αποτελέσματα (π.χ. ντροπή, σιγματομοίμα, ακαδημαϊκή ανάκαμψη) από κοόρτες πριν και από κοόρτες μετά την εφαρμογή.

ΠΙΝΑΚΑΣ 4.3 (συνέχεια)

	Βήμα 1: Ποιοτική εργασία ανοικτού τύπου (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 2: Σχεδιασμός επικεντρωμένος στον χρήστη (π.χ. Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 3: Δοκιμές A/B (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 4: Τυχαίοποιημένα πειράματα πεδίου (π.χ. Brady, Fotuhi et al., 2019· Yeager, Romero et al., 2016)	Βήμα 5: Επιστήμη της βελτίωσης (π.χ. Bryk et al., 2015· βλ. επίσης Brady, Fotuhi et al., 2019)
Τι <u>μπορείτε</u> να μάθετε από αυτό;	Πώς οι άνθρωποι βιώνουν ένα συμβάν ή ένα πλαίσιο· τι σκέφτονται και τι αισθάνονται γι' αυτό. Τι είδους και ποιου εύρους ερμηνείες είναι εφικτές. Ποια εκλυτικά συμβάντα οδήγησαν σε θετικές ή αρνητικές εμπειρίες και αναπαραστάσεις.	Τι κάνει τους ανθρώπους να αισθάνονται καλά ή άσχημα· τι τους αρέσει/ τι δεν τους αρέσει· διαφορές στις αποκρίσεις στο αναθεωρημένο και στο υφιστάμενο μήνυμα. Τι προκαλεί σύγχυση· αν οι παραλήπτες κατανοούν το αναθεωρημένο μήνυμα όπως προορίζεται να γίνει κατανοητό. Ποια παραδείγματα είναι πειστικά και ποια όχι. Καταλληλότητα του γλωσσικού επιπέδου και ύφους.	Αν το αναθεωρημένο μήνυμα μπορεί να βελτιώσει άμεσα αποτελέσματα, τα οποία είτε είναι αυτά καθαυτά σημαντικά είτε είναι σε θέση να διαμορφώσουν σημαντικές μελλοντικές συνέπειες.	Αν το αναθεωρημένο μήνυμα μπορεί να προκαλέσει βελτίωση στα σημαντικά αποτελέσματα του πραγματικού κόσμου.	Αν τα θεσμικά αποτελέσματα μετατοπίζονται με την εφαρμογή σε πλήρη κλίμακα.
Τι <u>δεν</u> μπορείτε να μάθετε από αυτό;	Αν μια συγκεκριμένη αλλαγή θα αλλάξει την εμπειρία των ατόμων ή θα βελτιώσει τα αποτελέσματα στον πραγματικό κόσμο.	Αν μια συγκεκριμένη αλλαγή θα αλλάξει την εμπειρία των ατόμων ή θα βελτιώσει τα αποτελέσματα στον πραγματικό κόσμο.	Αν το αναθεωρημένο μήνυμα θα βελτιώσει σημαντικά αποτελέσματα στον πραγματικό κόσμο.	Αν τα θεσμικά αποτελέσματα θα βελτιωθούν με την εφαρμογή σε πλήρη κλίμακα.	Τι ακριβώς προκάλεσε τυχόν παρατηρούμενες μεταβολές στα θεσμικά αποτελέσματα.

Στις σχέσεις, τα άτομα με χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορούν να απορρίψουν φιλοφρονήσεις που τους απευθύνουν οι ρομαντικοί σύντροφοί τους, για παράδειγμα ως «κάτι που ο άλλος αισθάνθηκε υποχρεωμένος να πει». Το να ζητηθεί όμως από τους ανθρώπους να περιγράψουν πώς μια φιλοφρόνηση έχει ένα ευρύ και γενικό νόημα μπορεί να ωφελήσει καταλυτικά τη σχέση, βοηθώντας τους να αισθάνονται πιο ασφαλείς στο βλέμμα του συντρόφου τους και βελτιώνοντας τα πρότυπα αλληλεπίδρασης εντός του ζευγαριού για τουλάχιστον αρκετές εβδομάδες (Marigold, Holmes, & Ross, 2007, 2010). Αυτή η παρέμβαση ενθαρρύνει τους θετικούς χαρακτηρισμούς, αντιστρέφοντας την Αρχή 1.

Σχετικά κοινές εμπειρίες μπορούν επίσης να αναπλαισιωθούν για καλό σκοπό. Οι υγιεινές επιλογές στο εστιατόριο μπορεί να μη φαίνονται ελκυστικές. Ωστόσο, η αναπαράσταση των λαχανικών με όρους απόλαυσης (π.χ. «λαχταριστό βουτυράτο ψημένο γλυκό καλαμπόκι» αντί για σκέτο «καλαμπόκι») μπορεί να αυξήσει την κατανάλωση (Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες: Turnwald et al., 2019). Η διαδικασία της συμμετοχής στις εκλογές μπορεί να μοιάζει με αγγαρεία. Η εξέταση όμως του πώς αυτή η κίνηση θα μπορούσε να αναγάγει ένα άτομο σε «ψηφοφόρο» μπορεί να αυξήσει την προσέλευση (Αρχή 1: Ενθαρρύνετε τις θετικές ετικέτες: Bryan, Walton, Rogers, & Dweck, 2011). Η αναζήτηση παλαιότερων αποφοίτων για την εξοικονόμηση πόρων μπορεί να φαίνεται βαρετή διαδικασία. Ωστόσο, μια πεντάλεπτη συνομιλία με έναν υπότροφο μπορεί να αυξήσει τη συγκέντρωση χρημάτων (Αρχή 5: Αναγνωρίστε τις ευκαιρίες: Grant et al., 2007· βλ. επίσης Grant, 2008). Σε κάθε περίπτωση, έργα που υπολείπονται σε θετικό νόημα μπορούν να ενισχυθούν έτσι ώστε να προωθήσουν την ενεργητική εμπλοκή και την επιτυχία (βλ. επίσης Hulleman & Harackiewicz, 2009· Yeager, Henderson et al., 2014).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Στο κλασικό παιδικό βιβλίο *Harold and the Purple Crayon* (Johnson, 1955), ο Harold έχει μια μαγική κηρομπογιά, την οποία χρησιμοποιεί για να ικανοποιήσει κάθε του ανάγκη. Όταν πεινάει, ζωγραφίζει πίτες. Όταν πνίγεται, ζωγραφίζει μια βάρκα. Μερικές φορές μπορεί να φαίνεται ότι τα υποκειμενικά νοήματα είναι κάπως έτσι – ολοκληρωτικά υπό τον έλεγχο ενός ατόμου. «Αρκεί μόνο να ευχηθώ κάτι και θα γίνει!» Από αυτή την οπτική γωνία, είναι πολύ απογοητευτικό όταν οι άνθρωποι εγκλωβίζονται σε μειωτικούς τρόπους σκέψης που υπονομεύουν τα αποτελέσματά τους. «Συνέλθετε», θα θέλαμε να τους φωνάξουμε.

Η αλήθεια είναι ότι τα νοήματα δεν εξαρτώνται μόνο από εμάς (Asch, 1952· Hardin & Higgins, 1996). Καθώς οι άνθρωποι περιηγούνται στον κόσμο, προσπαθούν, σε μεγάλο βαθμό, να αντλήσουν λογικά συμπεράσματα σχετικά με το ποιοι

είναι, πώς σχετίζονται με τους άλλους και πώς τους βλέπουν οι άλλοι (Walton & Wilson, 2018). Για να κατασκευάσουν αυτά τα νοήματα προσβλέπουν, εν μέρει, στους άλλους. Πρέπει να βοηθήσουμε ο ένας τον άλλον να βρούμε τρόπους να τραγουδήσουμε στη βροχή. Επομένως, είναι ουσιαστικό οι θεσμοί και άλλοι διαμορφωτές του νοήματος να παρακολουθούν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν τις κακές εμπειρίες και, όπου ενδείκνυται, να δημιουργούν αναπαραστάσεις και εμπειρίες που ενισχύουν θετικούς, μη μειωτικούς τρόπους κατανόησης του εαυτού και των συγκυριών στις οποίες αυτός έχει βρεθεί.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ

Ευχαριστούμε τους Bill Crano, Beth Genné, Lauren Howe, Catherine Thomas και Sean Zion για τα σχόλιά τους σε ένα παλαιότερο προσχέδιο του κεφαλαίου, καθώς και τους συμμετέχοντες στο Συμπόσιο Κοινωνικής Ψυχολογίας του Σίδνεϊ του 2019 για την εποικοδομητική συζήτηση.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Asch, S. E. (1952). *Social psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Benedetti, F., Maggi, G., Lopiano, L., Lanotte, M., Rainero, I., Vighetti, S., & Pollo, A. (2003). Open versus hidden medical treatments: The patient's knowledge about a therapy affects the therapy outcome. *Prevention & Treatment, 6*, 1-19. doi.org/10.1037/1522-3736.6.0001a
- Brady, S. T., Fotuhi, O., Gomez, E., Cohen, G. L., Urstein, R., & Walton, G. M. (2019). *A scarlet letter? Revising institutional messages about academic probation can mitigate students' feelings of shame and stigma*. Manuscript in preparation.
- Brady, S. T., Hard, B. M., & Gross, J. J. (2018). Reappraising test anxiety increases academic performance of first-year college students. *Journal of Educational Psychology, 110*, 395-406. doi.org/10.1037/edu0000219
- Brady, S. T., Kalkstein, D. A., Rozek, C. S., & Walton, G. M. (2019). *Reframing a "2" on an AP test to reduce negative emotions and enhance motivation*. Manuscript in preparation.
- Brady, S. T., & Walton, G. M. (2019). Testing the independent contribution of attuned letters and stories from other students. Unpublished data.
- Bryan, C. J., Walton, G. M., Rogers, T., & Dweck, C. S. (2011). Motivating voter turnout by invoking the self. In *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 108*, 12653-12656. doi.org/10.1073/pnas.1103343108
- Bryk, A. S., Gomez, L. M., Grunow, A., & LeMahieu, P. G. (2015). *Learning to improve: How America's schools can get better at getting better*. Cambridge, MA: Harvard Education Publishing.
- Bugental, D. B., Beaulieu, D. A., & Silbert-Geiger, A. (2010). Increases in parental investment and child health as a result of an early intervention. *Journal of Experimental Child Psychology, 106*, 30-40. doi.org/10.1016/j.jecp.2009.10.004
- Bugental, D. B., Corpuz, R., & Schwartz, A. (2012). Preventing children's aggression:

- Outcomes of an early intervention. *Developmental Psychology*, 48, 1443-1449. doi.org/10.1037/a0027303
- Bugental, D. B., Ellerson, P. C., Lin, E. K., Rainey, B., Kokotovic, A., & O'Hara, N. (2002). A cognitive approach to child abuse prevention. *Journal of Family Psychology*, 16, 243-258.
- Bugental, D. B., & Schwartz, A. (2009). A cognitive approach to child mistreatment prevention among medically at-risk infants. *Developmental Psychology*, 45, 284-288. doi.org/10.1037/a0014031
- Bugental, D. B., Schwartz, A., & Lynch, C. (2010). Effects of an early family intervention on children's memory: The mediating role effects of cortisol levels. *Mind, Brain and Education*, 4, 156-218. doi.org/10.1111/j.1751-228X.2010.01095.x
- Cohen, G. L., & Sherman, D. K. (2014). The psychology of change: Self-affirmation and social psychological intervention. *Annual Review of Psychology*, 65, 333-371.
- Crum, A., Salovey, P. & Achor, S. (2013). Rethinking stress: The role of mindsets in determining the stress response. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(4), 716-733.
- Dweck, C. S. & Yeager, D. S. (2019). Mindsets: A view from two eras. *Perspectives on Psychological Science*.
- Edin, K., Shaefer, H. L., & Tach, L. (2017). A new anti-poverty policy litmus test. *Pathways Spring 2017*, 9-13.
- Eyal, T., Steffel, M., & Epley, N. (2018). Perspective mistaking: Accurately understanding the mind of another requires getting perspective, not taking perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 114(4), 547-571.
- Finkel, E. J., Slotter, E. B., Luchies, L. B., Walton, G. M., & Gross, J. J. (2013). A brief intervention to promote conflict reappraisal preserves marital quality over time. *Psychological Science*, 24, 1595-1601.
- Grant, A. M. (2008). The significance of task significance: Job performance effects, relational mechanisms, and boundary conditions. *Journal of Applied Psychology*, 93, 108-124. doi.org/10.1037/0021-9010.93.1.108
- Grant, A. M., Campbell, E. M., Chen, G., Cottone, K., Lapedis, D., & Lee, K. (2007). Impact and the art of motivation maintenance: The effects of contact with beneficiaries on persistence behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 103, 53-67. doi.org/10.1016/j.obhdp.2006.05.004
- Gross, J. J. (Ed.). (2014). *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Hardin, C. D., & Higgins, E. T. (1996). Shared reality: How social verification makes the subjective objective. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition. The interpersonal context* (Vol. 3, pp. 28-84). New York, NY: The Guilford Press.
- Howe, L. C., Leibowitz, K. A., Perry, M. A., Bitler, J. M., Block, W., Kaptchuk, T. J., Nadeau, K. C., & Crum, A. J. (2019). Changing patient mindsets about non-life threatening symptoms during oral immunotherapy: A randomized clinical trial. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice*.
- Hulleman, C. S., & Harackiewicz, J. M. (2009). Promoting interest and performance in high school science classes. *Science*, 326, 1410-1412. doi.org/10.1126/science.1177067
- Jamieson, J. P., Mendes, W. B., Blackstock, E., & Schmader, T. (2010). Turning the knots in your stomach into bows: Reappraising arousal improves performance on the GRE. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 208-212.
- Job, V., Dweck, C. S., & Walton, G. M. (2010). Ego depletion – Is it all in your head? Implicit theories about willpower affect self-regulation. *Psychological Science*, 21, 1686-1693.
- Job, V., Walton, G. M., Bernecker, K., & Dweck, C. S. (2015). Implicit theories about willpower-

- er predict self-regulation and grades in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *108*, 637-347.
- Johnson, C. (1955). *Harold and the purple crayon*. New York, NY: Harper & Brothers.
- Kahneman, D., Fredrickson, D. L., Schreiber, C. A., & Redelmeier, D. A. (1993). When more pain is preferred to less: Adding a better end. *Psychological Science*, *4*, 401-405.
- Leibowitz, K. & Vittersø, J. (2019). *Winter is coming: Wintertime mindset and wellbeing in Norway*. Manuscript under review.
- Logel, C., Iserman, E. C., Davies, P. G., Quinn, D. M., & Spencer, S. J. (2009). The perils of double consciousness: The role of thought suppression in stereotype threat. *Journal of Experimental Social Psychology*, *45*, 299-312.
- Marigold, D. C., Holmes, J. G., & Ross, M. (2007). More than words: Reframing compliments from romantic partners fosters security in low self-esteem individuals. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*, 232-248. doi.org/10.1037/0022-3514.92.2.232
- Marigold, D. C., Holmes, J. G., & Ross, M. (2010). Fostering relationship resilience: An intervention for low self-esteem individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, *46*, 624-630. doi.org/10.1016/j.jesp.2010.02.011
- Mast, M. S., Kindlimann, A., & Langewitz, W. (2005). Recipients' perspective on breaking bad news: How you put it really makes a difference. *Patient Education and Counseling*, *58*(3), 244-251.
- Monden, K. R., Gentry, L., & Cox, T. R. (2016). Delivering bad news to patients. *Proceedings (Baylor University Medical Center)*, *29*(1), 101-102.
- Murphy, M. C., Kroeper, K. M., & Ozier, E. M. (2018). Prejudiced places: How contexts shape inequality and how policy can change them. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, *5*, 66-74.
- National Center for Education Statistics. (2012). *Baccalaureate and beyond longitudinal study (B&B: 08/09)* [Data file]. Washington, DC: U.S. Department of Education, Institute for Education Sciences. Retrieved from <http://nces.ed.gov/surveys/b&b>
- Paul, C. L., Clinton-McHarg, R. W., Sanson-Fisher, H., & Webb, D. G. (2009). Are we there yet? The state of the evidence base for guidelines on breaking bad news to cancer patients. *European Journal of Cancer*, *45*, 2960-2966.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science*, *8*, 162-166. doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00403.x
- Pennebaker, J. W., & Francis, M. E. (1996). Cognitive, emotional, and language processes in disclosure. *Cognition & Emotion*, *10*(6), 601-626.
- Ramirez, G., & Beilock, S. L. (2011). Writing about testing worries boosts exam performance in the classroom. *Science*, *331*, 211-213. doi.org/10.1126/science.1199427
- Redelmeier, D. A., Katz, J., & Kahneman, D. (2003). Memories of colonoscopy: A randomized trial. *Pain*, *104*, 187-194. doi.org/10.1016/S0304-3959(03)00003-4
- Roter, D. L., Hall, J. A., Kern, D. E., Barker, L. R., Cole, K. A., & Roca, R. P. (1995). Improving physicians' interviewing skills and reducing patients' emotional distress: A randomized clinical trial. *Archives of Internal Medicine*, *155*, 1877-1884. doi:10.1001/archinte.1995.00430170071009
- Rozek, C. S., Ramirez, G., Fine, R. D., & Beilock, S. L. (2019). Reducing socioeconomic disparities in the STEM pipeline through student emotion regulation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *116*, 1553-1558.
- Sampath, V., Sindher, S. B., Zhang, W., & Nadeau, K. C. (2018). New treatment directions in food allergy. *Annals of Allergy, Asthma, and Immunology*, *120*(3), 254-262.

- Silverman, A. M., Logel, C., & Cohen, G. L. (2013). Self-affirmation as a deliberate coping strategy. *Journal of Experimental Social Psychology, 49*, 93-98. doi.org/10.1016/j.jesp.2012.08.005
- Thomas, C. C., Otis, N. G., Abraham, J. R., Markus, H. R., & Walton, G. M. (2019). *How to deliver aid with narratives that empower: Experimental evidence and local forecasts from Kenya*. Manuscript under review.
- Turnwald, B. P., Bertoldo, J. D., Perry, M. A., Policastro, P., Timmons, M., Bosso, C., Connors, P., Valgenti, R. T., Pine, L., Challamel, G., Gardner, C. G., & Crum, A. J. (2019). Increasing vegetable intake by emphasizing tasty and enjoyable attributes: A randomized controlled multisite intervention for taste-focused labeling. *Psychological Science, 30*(11), 1603-1615. doi.org/10.1177/0956797619872191
- Van Osch, M., Sep, M., van Vliet, L. M., van Dulmen, S., & Bensing, J. M. (2014). Reducing patients' anxiety and uncertainty, and improving recall in bad news consultations. *Health Psychology, 33*(11), 1382-1390.
- Walker, R., Kyomuhendo, G., Chase, E., Choudhry, S., Gubrium, E., Nicola, J., Lødemel, I., Mathew, L., Mwiine, A., Pellissery, S., & Ming, Y. (2013). Poverty in global perspective: Is shame a common denominator? *Journal of Social Policy, 42*(2), 215-233. doi:10.1017/S0047279412000979
- Waltenbury, M., Brady, S. T., Gallo, M., Redmond, N., Draper, S., & Fricker, T. (2018). *Academic probation: Evaluating the impact of academic standing notification letters on students* (Interim Report). Toronto, ON: Higher Education Quality Council of Ontario. Available from www.heqco.ca/SiteCollectionDocuments/Formatted_ARC_Mohawk.pdf.
- Walton, G. M. & Cohen, G. L. (2007). A question of belonging: Race, social fit, and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 82-96.
- Walton, G. M. & Cohen, G. L. (2011). A brief social-belonging intervention improves academic and health outcomes of minority students. *Science, 331*, 1447-1451.
- Walton, G. M. & Wilson T. D. (2018). Wise interventions: Psychological remedies for social and personal problems. *Psychological Review, 125*, 617-655.
- Walton, G. M. & Yeager, D. S. (in press). Seed and soil: Psychological affordances in contexts help to explain where wise interventions succeed or fail. *Current Directions in Psychological Science*.
- Yeager, D. S., Henderson, M. D., Paunesku, D., Walton, G. M., D'Mello, S., Spitzer, J., & Duckworth, A. L. (2014). Boring but important: A self-transcendent purpose for learning fosters academic self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 107*, 559-580. doi.org/10.1037/a0037637
- Yeager, D. S., Johnson, R., Spitzer, B., Trzesniewski, K., Powers, J., & Dweck, C. S. (2014). The far-reaching effects of believing people can change: Implicit theories of personality shape stress, health, and achievement during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology, 106*(6), 867-884.
- Yeager, D. S., Purdie-Vaughns, V., Garcia, J., Apfel, N., Brzustoski, P., Master, A., ... Cohen, G. L. (2014). Breaking the cycle of mistrust: Wise interventions to provide critical feedback across the racial divide. *Journal of Experimental Psychology: General, 143*, 804-824. doi.org/10.1037/a0033906
- Yeager, D. S., Purdie-Vaughns, V., Hooper, S. Y., & Cohen, G. L. (2017). Loss of institutional trust among racial and ethnic minority adolescents: Consequence of procedural injustice and a cause of lifespan outcomes. *Child Development, 88*, 658-676. doi.org/10.1111/cdev.12697

- Yeager, D., Romero, C., Hulleman, C., Schneider, B., Hinojosa, C., Lee, H. Y., O'Brien, J., Flint, K., Roberts, A., Trott, J., Greene, D., Walton, G. M., & Dweck, (2016). Using design thinking to make psychological interventions ready for scaling: The case of the growth mindset during the transition to high school. *Journal of Educational Psychology, 108*, 374-391.
- Yeager, D. S. & Walton, G. M. (2011). Social-psychological interventions in education: They're not magic. *Review of Educational Research, 81*, 267-301.
- Yeager, D. S., Walton, G. M., Brady, S. T., Akcinar, E. N., Paunesku, D., Keane, L., Kamentz, D., Ritter, G., Duckworth, A. L., Urstein, R., Gomez E., Markus, H. R., Cohen, G. L., & Dweck, C. S. (2016). Teaching a lay theory before college narrows achievement gaps at scale. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 113*, E3341-3348.

ΜΙΑ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΕΝΗ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΕΠΙΡΡΟΗΣ ΣΤΙΣ ΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΑΛΛΑΓΗ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Επανεξέταση κλασικών ευρημάτων σχετικών
με την πειθώ και με δημοφιλείς παρεμβάσεις

Richard E. Petty και Pablo Briñol

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Πολλές ψυχολογικές παρεμβάσεις σχεδιασμένες να βελτιώσουν τη ζωή των ανθρώπων βασίζονται σε προσπάθειες διαμόρφωσης ή αλλαγής των πεποιθήσεων και των στάσεων τους προς μια επιθυμητή κατεύθυνση (π.χ. είμαι ό,τι πρέπει γι' αυτό το σχολείο, μου αρέσει να κάνω υγιεινή διατροφή), έτσι ώστε αυτές οι πεποιθήσεις και στάσεις να είναι σε θέση να επηρεάσουν συναφείς συμπεριφορές (π.χ. την παραμονή στο σχολείο, την κατανάλωση περισσότερων λαχανικών). Σε αυτή την ερευνητική επισκόπηση, βασιζόμαστε στο *μοντέλο πιθανότητας επεξεργασίας της πειθούς* (*elaboration likelihood model of persuasion*· ELM) (Petty & Cacioppo, 1986· Petty & Briñol, 2012) ως ένα εννοιολογικό πλαίσιο για την κατανόηση του τρόπου παραγωγής πεποιθήσεων και στάσεων που μπορούν να ασκήσουν σημαντική επιρροή στη συμπεριφορά. Παρόλο που το ELM εντοπίζει πέντε βασικές ψυχολογικές διαδικασίες μέσω των οποίων οι μεταβλητές μπορούν να επηρεάσουν τις εκτιμήσεις, σε αυτή την επισκόπηση επικεντρωνόμαστε σε δύο από αυτές τις διαδικασίες, οι οποίες έχουν αποδειχθεί ιδιαίτερα χρήσιμες για την παραγωγή κρίσεων και εκτιμήσεων ικανών να τροποποιήσουν τη συμπεριφορά.

Μια σημαντική γνώση την οποία οφείλουμε στο ELM είναι ότι οι εκτιμήσεις των ανθρώπων μπορούν να αλλάξουν με διαδικασίες που απαιτούν σχετικά χαμηλά ή υψηλά επίπεδα σκέψης και ότι οι διαδικασίες υψηλού επιπέδου σκέψης έχουν περισσότερες πιθανότητες να παραγάγουν εκτιμήσεις με πολύ ισχυρό

αντίκτυπο στη συμπεριφορά. Επομένως, είναι σημαντικό να γίνει κατανοητό ποιες μεταβλητές είναι αποτελεσματικές, ώστε να επιτευχθεί υψηλός βαθμός επεξεργασίας ενόψει μιας απόπειρας επιρροής. Δεύτερον, όταν η σκέψη βρίσκεται ήδη σε υψηλά επίπεδα, η έρευνα δείχνει ότι δεν έχει σημασία μόνο ποιες είναι οι σκέψεις των ανθρώπων (δηλαδή, αν είναι ευμενείς ή δυσμενείς προς το μήνυμα υπέρ του οποίου συνηγορεί η απόπειρα πειθούς), αλλά και τι σκέφτονται οι άνθρωποι για τις σκέψεις τους (Briñol & Petty, 2009). Έτσι, εκτός από τη συζήτησή μας γύρω από τις διαδικασίες επεξεργασίας, εστιάζουμε επίσης την προσοχή μας στις διαδικασίες επικύρωσης της σκέψης.

Καθ' όλη την εξέτασή μας έχουμε συμπεριλάβει προτάσεις χρήσιμες για τον σχεδιασμό πρακτικών παρεμβάσεων που λαμβάνουν υπόψη αυτές τις ψυχολογικές διαδικασίες. Παρόλο που πολλές μελέτες καθοδηγούνται από το ELM, αυτές που έχουμε επιλέξει δείχνουν πώς μπορούμε να οδηγούμαστε σε εκτιμήσεις με σημαντικό αντίκτυπο (δηλαδή, εκτιμήσεις που επιμένουν στο πέρασμα του χρόνου, ανθίστανται στην αλλαγή και είναι ικανές να επηρεάσουν τη συμπεριφορά: Krosnick & Petty, 1995). Δεν επικεντρωνόμαστε σε αλλαγές που βασίζονται σε διαδικασίες εξαρτώμενες από χαμηλά επίπεδα σκέψης, όπως αυτές που απορρέουν από μια προσφυγή σε απλές ευρετικές μεθόδους. Τέτοιου είδους αλλαγές, παρότι ενίοτε ισοδυναμούν βραχυπρόθεσμα σε μέγεθος με αλλαγές τις οποίες επιφέρουν υψηλά επίπεδα σκέψης, δεν έχουν εξίσου ισχυρές συνέπειες (βλ. Petty, Haugtvedt, & Smith, 1995).

ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ

Όπως επισημάναμε, το ELM διακρίνει τις σχετικά στοχαστικές από τις μη στοχαστικές διαδικασίες αλλαγής των πεποιθήσεων και των στάσεων και υποστηρίζει ότι διάφορες μεταβλητές (π.χ. η αξιοπιστία της πηγής, η διάθεση ενός ατόμου) μπορούν να επηρεάσουν τις εκτιμήσεις επεμβαίνοντας σε μία από πέντε βασικές διαδικασίες. Αυτές οι βασικές διαδικασίες (1) χρησιμεύουν ως απλές ενδείξεις, (2) χρησιμεύουν ως επιχειρήματα πειθούς, (3) δημιουργούν μεροληψίες στη σκέψη, (4) επικυρώνουν τη σκέψη και (5) καθορίζουν την έκταση της σκέψης.

Μια επικέντρωση στη σκέψη (επεξεργασία) υπογραμμίζει πόσο σημαντικό είναι να λαμβάνουμε υπόψη μας την ποσότητα και την κατεύθυνση των σκέψεων των ανθρώπων, όταν καλούνται να αποκριθούν σε απόπειρες πειθούς. Μία από τις πιο μελετημένες μεταβλητές που επηρεάζουν τον βαθμό επεξεργασίας των μηνυμάτων είναι η προσωπική συνάφεια της επικοινωνίας για τον δέκτη (Petty & Cacioppo, 1979). Η σημασία της προσωπικής συνάφειας έχει επίσης υπογραμμιστεί από ερευνητές και επαγγελματίες, οι οποίοι έχουν συστήσει αύξηση της προσωπικής εμπλοκής, προκειμένου τα εφαρμοσμένα προγράμματα

να οδηγήσουν σε πιο επιτυχημένα αποτελέσματα (π.χ. Bryan, Walton, Rogers, & Dweck, 2011· Cohen & Andrade, 2018· Walton & Wilson, 2018· Harackiewicz, Rozek, Hulleman, & Hyde, 2012). Ωστόσο, εστιάζοντας την προσοχή μας στη διαδικασία μέσω της οποίας η εμπλοκή βοηθάει την πειθώ να πετύχει τον στόχο της (δηλαδή, την επεξεργασία), αποδεικνύουμε ότι η εμπλοκή μπορεί να είναι είτε καλή είτε κακή για την πειθώ (δηλαδή, να παράγει αλλαγή προς την επιθυμητή κατεύθυνση ή όχι). Σύμφωνα με το ELM, όταν η προσωπική συνάφεια ενός μηνύματος είναι υψηλή, οι άνθρωποι εξετάζουν τα στοιχεία πιο προσεκτικά απ' ό,τι όταν η συνάφεια είναι χαμηλή. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα η υψηλότερη προσωπική συνάφεια να συσχετίζεται με πιο ευμενείς σκέψεις και στάσεις όταν τα επιχειρήματα του μηνύματος είναι ισχυρά και πειστικά, αλλά με πιο δυσμενείς σκέψεις και στάσεις όταν τα επιχειρήματα είναι αδύναμα και μη αληθοφανή (Petty & Cacioppo, 1990).

Σε μια πρότυπη πρώτη μελέτη που επεξηγεί αυτό ακριβώς το σημείο, οι Petty, Cacioppo και Schumann (1983) προκάλεσαν μια διακύμανση στο ενδιαφέρον των συμμετεχόντων για μια διαφήμιση για το «Edge razor», ενημερώνοντάς τους ότι θα έπαιρναν ένα ξυράφι (υψηλή συνάφεια) ή ένα σωληνάριο οδοντόκρεμας (χαμηλή συνάφεια) σε αντάλλαγμα για τη συμμετοχή τους στο πείραμα. Στη συνέχεια, παρουσιάστηκε στους συμμετέχοντες μια διαφήμιση του ξυραφιού που περιείχε είτε ισχυρά επιχειρήματα (π.χ. «Σε δοκιμές άμεσης σύγκρισης, η λεπίδα του ξυραφιού Edge χάρισε δύο φορές περισσότερα βαθιά ξυρίσματα από τον πλησιέστερο ανταγωνιστή της») ή αδύναμα επιχειρήματα (π.χ. «Σε δοκιμές άμεσης σύγκρισης, η λεπίδα του ξυραφιού Edge δεν προκάλεσε περισσότερα γδαρσίματα ή κοψίματα από τον ανταγωνιστή της»). Εκτός από την ποιότητα των επιχειρημάτων, η διαφήμιση διέφερε επίσης ως προς το αν τα δύο πρόσωπα που προωθούσαν το προϊόν ήταν διάσημοι αθλητές ή απλοί άνθρωποι. Τα αποτελέσματα αποκάλυψαν μεγαλύτερη επίδραση της ποιότητας των επιχειρημάτων στις στάσεις (δηλαδή, μεγαλύτερη πειθώ για τα ισχυρά απ' ό,τι για τα ασθενή επιχειρήματα) όταν η διαφήμιση του ξυραφιού είχε υψηλή αντί για χαμηλή προσωπική συνάφεια. Ωστόσο, η απλή ένδειξη της ελκυστικότητας του προσώπου της διαφήμισης είχε μεγαλύτερο αντίκτυπο στις στάσεις όταν η διαφήμιση είχε χαμηλή παρά υψηλή προσωπική συνάφεια (βλ. επίσης Haugtvedt, Petty, & Cacioppo, 1992).

Η επεξεργασία των επιχειρημάτων έπαιξε σημαντικότερο ρόλο όταν η συνάφεια ήταν υψηλή, αλλά η απλή ένδειξη της πηγής έπαιξε σημαντικότερο ρόλο όταν η συνάφεια ήταν χαμηλή. Έχει σημασία ποιο ήταν το είδος της πειθούς που επιτεύχθηκε; Εκτός από τη μέτρηση των στάσεων απέναντι στο ξυράφι, οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν επίσης κατά πόσο ήταν πιθανό να αγοράσουν το ξυράφι την επόμενη φορά που θα χρειάζονταν ένα. Σε συνθήκες υψηλής συνάφειας, η ποιότητα του επιχειρήματος επηρέασε όχι μόνο τις στάσεις αλλά και

τις προθέσεις αγοράς. Στο άλλο άκρο, σε συνθήκες χαμηλής συνάφειας, παρόλο που οι θετικά προσλαμβανόμενοι προωθητές του προϊόντος παρήγαγαν πιο ευμενείς στάσεις απέναντι στο προϊόν σε σύγκριση με τους ουδέτερα προσλαμβανόμενους προωθητές, αυτοί οι θετικοί προωθητές απέτυχαν να προκαλέσουν πιο ευμενείς προθέσεις αγοράς. Οι θετικές στάσεις απέτυχαν να μεταφραστούν σε συμπεριφορά στη συνθήκη χαμηλής συνάφειας. Το ίδιο αυτό αποτέλεσμα καταδεικνύεται επίσης στο εύρημα ότι οι στάσεις των ανθρώπων απέναντι στο προϊόν προέβλεπαν τις προθέσεις τους με χαμηλότερη ισχύ στη συνθήκη χαμηλής συνάφειας σε σύγκριση με τη συνθήκη υψηλής συνάφειας. Με λίγα λόγια, υψηλότερος βαθμός σκέψης, που εμπλέκεται στην αλλαγή των στάσεων στη συνθήκη υψηλής συνάφειας, αντί για τη συνθήκη χαμηλής συνάφειας, είχε επίσης ως αποτέλεσμα οι στάσεις αυτές να έχουν ισχυρότερες συνέπειες.

Για ποιον λόγο οι στάσεις που διαμορφώθηκαν υπό συνθήκες υψηλού επιπέδου σκέψης είχαν ισχυρότερες συνέπειες απ' ό,τι εκείνες που διαμορφώθηκαν υπό συνθήκες χαμηλού επιπέδου σκέψης; Μεταγενέστερες έρευνες έχουν υποδείξει τουλάχιστον δύο οφέλη του υψηλού επιπέδου σκέψης. Πρώτον, όταν η σκέψη είναι υψηλού επιπέδου, οι άνθρωποι έχουν την τάση να αποκτούν πρόσβαση στις στάσεις τους, καθώς τις ενημερώνουν με κάθε νέο επιχείρημα που υφίσταται επεξεργασία. Αυτή η ενημέρωση κάνει τις στάσεις, που είναι προϊόντα υψηλού επιπέδου σκέψης, πιο εύκολα προσβάσιμες κάθε φορά που το άτομο έρχεται σε επαφή με το αντικείμενο της στάσης (Tormala & Petty, 2001). Όσο πιο πιθανό είναι οι στάσεις να έρθουν στο μυαλό γρήγορα και αυθόρμητα, τόσο περισσότερο μπορούν οι άνθρωποι να τις χρησιμοποιούν για να καθοδηγούν τη συμπεριφορά τους (Fazio, 1990). Δεύτερον, οι στάσεις που βασίζονται σε σκέψη υψηλού επιπέδου υποστηρίζονται με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση απ' ό,τι εκείνες που βασίζονται σε σκέψη χαμηλού επιπέδου (Barden & Petty, 2008). Όταν οι άνθρωποι αποφασίζουν τι να κάνουν, είναι πιο πιθανό να επενεργήσουν σε μια στάση αν είναι σίγουροι ότι είναι ορθή παρά αν αμφιβάλλουν γι' αυτή (π.χ. Rucker & Petty, 2004).

Επεξεργασία και προθέσεις χρήσης αναβολικών ουσιών

Όπως εξηγήσαμε νωρίτερα, το αν η αλλαγή στάσης προκύπτει ως αποτέλεσμα σχετικά υψηλού ή χαμηλού επιπέδου σκέψης δεν έχει σημασία μόνο για τον καθορισμό της στάσης που θα διαμορφωθεί, αλλά και για το πόσο η στάση αυτή θα έχει σημαντικές συνέπειες ή θα είναι ισχυρή προϊόντος του χρόνου (Petty & Krosnick, 1995). Όσο περισσότερο μια εκτίμηση βασίζεται στη σκέψη, τόσο περισσότερο τείνει να επιμένει στο πέρασμα του χρόνου, να αντιστέκεται σε απόπειρες αλλαγής της και να έχει συνέπειες για άλλες εκτιμήσεις και συμπεριφορές (Petty et al., 1995).

Σε μια πρόσφατη προσπάθεια να καταδειχθεί ο δεσμός επεξεργασίας-ισχύος σε ένα εφαρμοσμένο πλαίσιο, οι Horcajo και Luttrell (2016) έδειξαν ότι, όταν επηρεάζονται οι στάσεις των αθλητών σχετικά με το ντόπιγκκ μέσω μιας διαδικασίας υψηλού βαθμού (έναντι χαμηλού βαθμού) επεξεργασίας, οι νεοσυσταθείσες στάσεις καθίστανται πιο ικανές να προβλέψουν τις προθέσεις συμπεριφοράς των αθλητών και πιο ανθεκτικές σε επακόλουθα μηνύματα επηρεασμού. Οι συμμετέχοντες σε αυτή τη μελέτη ήταν όλοι Ισπανοί ποδοσφαιριστές από επίσημα καταγεγραμμένες ομάδες. Η επεξεργασία έγινε αντικείμενο πειραματικού χειρισμού μέσω διαφοροποίησης της προσωπικής εμπλοκής. Στη συνθήκη υψηλού βαθμού επεξεργασίας, οι αθλητές ενημερώθηκαν ότι το ενδεχόμενο νομιμοποίησης των αναβολικών ουσιών εξεταζόταν από τη Διεθνή Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία (FIFA) και ότι η νομιμοποίηση θα μπορούσε να εφαρμοστεί στους ποδοσφαιρικούς κανονισμούς την επόμενη σεζόν. Οι συμμετέχοντες στη συνθήκη χαμηλού βαθμού επεξεργασίας ενημερώθηκαν ότι η πρόταση εξεταζόταν από έναν σχετικά λιγότερο ισχυρό οργανισμό, τον (υποτιθέμενο) Παγκόσμιο Οργανισμό κατά του Ντόπιινγκ (WADA) και ότι η νομιμοποίηση θα μπορούσε να εφαρμοστεί μόνο σε άλλα αθλήματα (ποδηλασία και στίβος) σε δέκα χρόνια.

Στη συνέχεια αυτού του χειρισμού, οι συμμετέχοντες έλαβαν ένα μήνυμα πειθούς που παρουσίαζε ισχυρά επιχειρήματα είτε κατά είτε υπέρ της νομιμοποίησης του ντόπιινγκ. Αυτά τα ισχυρά μηνύματα περιλάμβαναν επίσης ορισμένες περιφερειακές ενδείξεις (π.χ. αξιόπιστες πηγές, μεγάλο αριθμό επιχειρημάτων) που μπορούν να οδηγήσουν στην πειθώ, ακόμα και όταν οι άνθρωποι δεν εξετάζουν προσεκτικά τα επιχειρήματα. Αφού οι συμμετέχοντες διάβασαν το πρώτο μήνυμα, ανέφεραν τις στάσεις και τις προθέσεις συμπεριφοράς τους σχετικά με την πρόταση νομιμοποίησης.

Έπειτα, όλοι οι συμμετέχοντες έλαβαν ένα δεύτερο μήνυμα το οποίο υποστήριζε το αντίθετο συμπέρασμα σε σχέση με το πρώτο μήνυμα. Επομένως, κάποιος που αρχικά είχε λάβει ένα ισχυρό μήνυμα υπέρ της νομιμοποίησης θα λάμβανε τώρα ένα δεύτερο μήνυμα κατά της πρότασης αυτής, και το αντίστροφο. Οι στάσεις απέναντι στην πρόταση νομιμοποίησης αξιολογήθηκαν στη συνέχεια ακόμη μία φορά. Σύμφωνα με τις προβλέψεις του ELM, οι συμμετέχοντες έδειξαν εντονότερες προθέσεις, συνεπείς με τις στάσεις, όταν είχαν διαμορφώσει τις αρχικές στάσεις τους μέσω στοχαστικής (έναντι μη στοχαστικής) εξέτασης του πρώτου μηνύματος (δηλαδή, στη συνθήκη υψηλής συνάφειας έναντι της συνθήκης χαμηλής συνάφειας). Επιπλέον, υπήρξε επίσης περισσότερη αντίσταση στο επόμενο μήνυμα επηρεασμού, όταν οι συμμετέχοντες είχαν διαμορφώσει τις αρχικές στάσεις τους μέσω μιας στοχαστικής έναντι μιας μη στοχαστικής διαδικασίας.

Επεξεργασία και προκατειλημμένες στάσεις

Ως ένα άλλο παράδειγμα του δεσμού επεξεργασίας-ισχύος της στάσης, σκεφτείτε την τροποποίηση των προκατειλημμένων στάσεων. Σε δύο μελέτες, οι Cárdbaba, Briñol, Horcajo και Petty (2014) παρουσίασαν στους συμμετέχοντες ένα μήνυμα πειθούς αποτελούμενο από δύσκολα αμφιλεγόμενα επιχειρήματα υπέρ μιας μειονοτικής ομάδας ή ένα μήνυμα ελέγχου υπέρ των λαχανικών. Στην πρώτη μελέτη, ο βαθμός επεξεργασίας μετρήθηκε ρωτώντας τους συμμετέχοντες πόση σκέψη είχαν αφιερώσει στο μήνυμα, ενώ, στη δεύτερη μελέτη, τα κίνητρα και η ικανότητα σκέψης για το μήνυμα έγιναν αντικείμενα χειρισμού μέσω της διατύπωσης του μηνύματος ως προσωπικά συναφούς ή μη συναφούς, και εισάγοντας ή όχι ένα έργο περισπασμού παράλληλα με το μήνυμα το οποίο θα υπονόμει την ικανότητα των συμμετεχόντων να επεξεργαστούν το μήνυμα. Οι πειραματικοί χειρισμοί της συνάφειας και του περισπασμού συνδυάστηκαν με έναν συμβατό τρόπο, ώστε να δημιουργήσουν τις συνθήκες υψηλού και χαμηλού βαθμού γνωστικής διεργασίας.

Μετά το μήνυμα, η μία μελέτη αξιολόγησε την προσλαμβανόμενη ισχύ των στάσεων των συμμετεχόντων (δηλαδή, πόσο πίστευαν ότι οι στάσεις τους θα άλλαζαν στο μέλλον) και η άλλη μελέτη μέτρησε την πραγματική αντίσταση σε ένα μεταγενέστερο μήνυμα επηρεασμού. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι, παρόλο που η αποκτηθείσα αλλαγή στάσης στο πρώτο μήνυμα (έναντι του μηνύματος ελέγχου) ήταν ισοδύναμη στις συνθήκες χαμηλού και υψηλού βαθμού γνωστικής διεργασίας, οι στάσεις ήταν ισχυρότερες όταν η γνωστική διεργασία ήταν υψηλού βαθμού· οι συμμετέχοντες όχι μόνο αξιολόγησαν τις στάσεις τους απέναντι στη μειονοτική ομάδα ως λιγότερο πιθανό να αλλάξουν, αλλά πρόβαλαν επίσης μεγαλύτερη αντίσταση σε ένα πραγματικό μήνυμα επηρεασμού. Όπως δείχνει αυτή η έρευνα, η κατανόηση της φύσης των διαδικασιών μέσω των οποίων αλλάζουν οι στάσεις είναι απαραίτητη, διότι μας παρέχει πληροφορίες για τις συνέπειες της πειθούς (βλ. επίσης Cárdbaba et al., 2014· Wegener, Clark, & Petty, 2006).

Επανεξέταση της επεξεργασίας και της προσωπικής εμπλοκής

Σύμφωνα με τις παραπάνω περιγραφές, η προηγούμενη έρευνα υποδηλώνει ότι, όταν αυξάνουμε την προσωπική συνάφεια ενός μηνύματος συνδέοντας την άποψη υπέρ της οποίας αυτό συνηγορεί με τις αξίες, τα αποτελέσματα ή την ταυτότητα του ατόμου, που αποτελεί τον στόχο της πειθούς, μπορούμε να ενισχύσουμε την επεξεργασία της πληροφορίας (Petty & Cacioppo, 1990· Fleming & Petty, 2000). Όταν η συνάφεια είναι υψηλή αντί για χαμηλή, οι άνθρωποι πείθονται περισσότερο αν θεωρήσουν τα στοιχεία ισχυρά, αν όμως τα στοιχεία θεωρηθούν αδύναμα, η υψηλή συνάφεια συνοδεύεται από λιγότερη πειθώ. Εί-

ναι σημαντικό να επισημάνουμε αυτό το γεγονός, διότι τα προγράμματα παρέμβασης συνιστούν κατά κανόνα την αύξηση της προσωπικής συνάφειας για ενίσχυση της αποτελεσματικότητας (π.χ. Bryan et al., 2011· Cohen & Andrade, 2018· Galton & Wilson, 2018· Harackiewicz et al., 2012· Hulleman, Kosovich, Baron, & Daniel, 2017). Ωστόσο, όπως περιγράψαμε νωρίτερα, η προσωπική εμπλοκή αυξάνει την επεξεργασία, οδηγώντας σε περισσότερη πειθώ όταν τα επιχειρήματα είναι ισχυρά, αλλά σε *μειωμένη* πειθώ, όταν τα επιχειρήματα που παρουσιάζονται δεν είναι αληθοφανή.

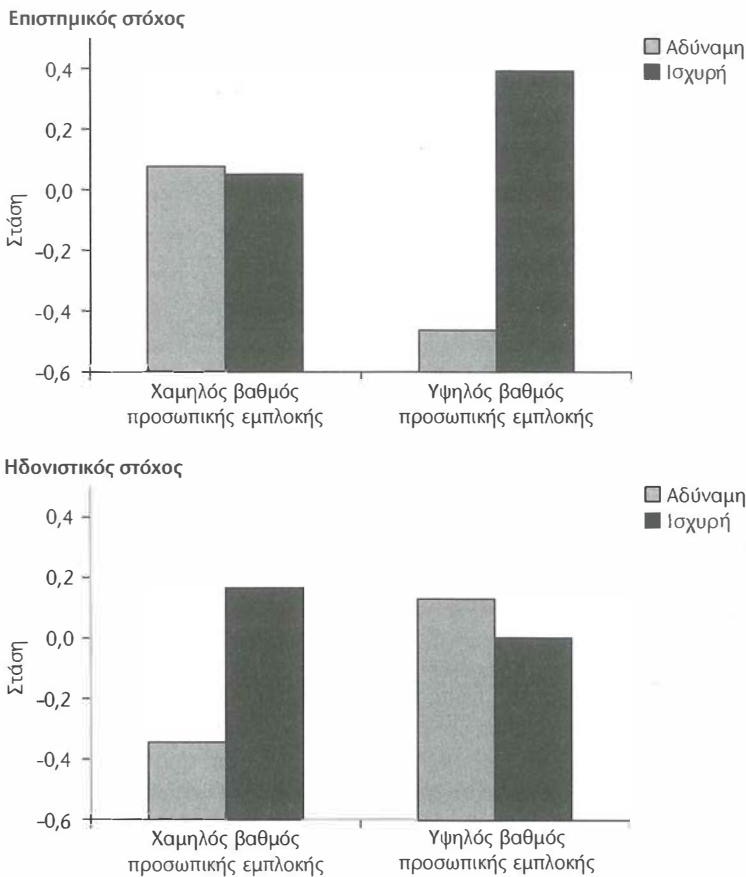
Από τις πρώτες αυτές προσπάθειες να καταδειχθεί μια αλληλεπίδραση ανάμεσα στην προσωπική εμπλοκή και στην ποιότητα των επιχειρημάτων στις στάσεις, το συγκεκριμένο εύρημα έχει αναπαραχθεί πολλές φορές από ανεξάρτητα εργαστήρια, τα οποία χρησιμοποιούν μια ποικιλία υλικών και πειραματικών χειρισμών (βλ. Carpenter, 2015). Ειδικότερα, σε όλες αυτές τις προηγούμενες εργασίες, προκειμένου να διαμορφώσουν μια ακριβή γνώμη, οι αποδέκτες των μηνυμάτων υποκινούνταν λογικά από την επιθυμία τους να μάθουν για το ζήτημα που αποτελούσε το αντικείμενο της συνηγορίας. Πράγματι, ένα από τα πιο σημαντικά κίνητρα που διέπουν την ανθρώπινη σκέψη και δράση είναι *η ανάγκη μας να γνωρίζουμε*. Η απόκτηση ακριβούς γνώσης είναι ο τυπικός ή προεπιλεγμένος προσανατολισμός στόχου στον οποίο βασίζονται σύγχρονες θεωρίες της πειθούς, όπως το ELM (βλέπε επίσης Chaiken, Liberman, & Eagly, 1989).

Είναι σημαντικό ότι σε κάποιες πρόσφατες έρευνες σχετικά με την προσωπική εμπλοκή οι ερευνητές συνέκριναν το κίνητρο της απόκτησης γνώσης με ένα εναλλακτικό κίνητρο που ωθεί τους ανθρώπους να επεξεργάζονται πληροφορίες που θα τους διασκεδάσουν – ένας μάλλον *ηδονιστικός* παρά *επιστημικός* στόχος. Ο στόχος της αναζήτησης διασκέδασης είναι σημαντικό κίνητρο στο πλαίσιο των επικοινωνιών (π.χ. βλ. Slater, 2002· Zillman & Bryant, 2002· Bridges & Florsheim, 2008). Μάλιστα, ορισμένοι συγγραφείς έχουν μελετήσει τη νοοτροπία του ηδονισμού ως έναν από τους κυρίαρχους προδρόμους των στρατηγικών επεξεργασίας της επικοινωνίας (Bartsch & Schneider, 2014· Green, Brock, & Kaufman, 2004). Όταν οι άνθρωποι έχουν ηδονιστικούς στόχους, προσβλέπουν στη μεταμόρφωσή τους σε φανταστικούς χαρακτήρες, απομακρύνοντας την εστίαση από τον εαυτό τους (Green, 2006) και ταυτιζόμενοι με άλλους ανθρώπους σε μια πραγματική ή φανταστική ιστορία (Cohen, 2001). Στην κοινωνική ψυχολογία, οι ηδονιστικοί στόχοι έχουν επίσης πρόσφατα λάβει προσοχή (Wilson, Westgate, Buttrick, & Gilbert, υπό έκδοση). Η σκέψη με θέμα την ευχαρίστηση συνοδευόμενη από την εκούσια πρόθεση της διασκέδασης έχει διαπιστωθεί ότι είναι δύσκολη, καθώς απαιτεί μεγαλύτερη συγκέντρωση σε σχέση με άλλα είδη σκέψης (π.χ. σκέψη για επιστημικούς στόχους) και μεγαλύτερη συγκέντρωση απ' ό,τι η εμπλοκή σε ορισμένες εξωτερικές δραστηριότητες (π.χ. η ενασχόληση με ένα βιντεοπαιχνίδι· Wilson et al., 2014).

Επομένως, ποιος θα ήταν ο αντίκτυπος της προσωπικής συνάφειας στην επεξεργασία της πληροφορίας, αν οι άνθρωποι είχαν ήδη έναν ηδονιστικό αντί για έναν επιστημικό στόχο προτού γίνουν αποδέκτες ενός μηνύματος πειθούς; Υποθέσαμε ότι οι άνθρωποι που έχουν έναν ρητό στόχο γνώσης θα προέβαιναν σε περισσότερη επεξεργασία της πληροφορίας στη συνθήκη του υψηλού έναντι του χαμηλού βαθμού εμπλοκής· το τυπικό αποτέλεσμα που παρατηρείται στη μέχρι τώρα βιβλιογραφία. Αντίθετα, σύμφωνα με την υπόθεσή μας, οι άνθρωποι που έχουν έναν ηδονιστικό στόχο θα προέβαιναν σε λιγότερη επεξεργασία της πληροφορίας στη συνθήκη του υψηλού έναντι του χαμηλού βαθμού εμπλοκής. Επιπλέον, σύμφωνα με την έννοια της *επεξεργασίας-ισχύος* του ELM, οι συνθήκες που προωθούσαν τη μεγαλύτερη επεξεργασία θα έπρεπε να παράγουν στάσεις ισχυρότερες και περισσότερο ικανές να προβλέπουν τις προθέσεις συμπεριφοράς.

Σε μια μελέτη που εξέτασε αυτή ακριβώς την ιδέα (Cancela, Briñol, & Petty, 2019), οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν ότι θα συμμετάσχουν σε μια μελέτη για τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και στη συνέχεια τους δόθηκε ένας από δύο στόχους. Στη συνθήκη του *επιστημικού στόχου*, οι συμμετέχοντες διάβασαν το εξής μήνυμα: «Ο στόχος αυτού του άρθρου είναι οι άνθρωποι να μάθουν και να έχουν μια πλούσια σε πληροφορίες και εμπειριστατωμένη εμπειρία». Αυτός ο στόχος συνάδει πιθανότατα με τον προεπιλεγμένο στόχο των περισσότερων μελετών πειθούς. Στη συνθήκη του *ηδονιστικού στόχου*, οι συμμετέχοντες διάβασαν το εξής μήνυμα: «Ο στόχος αυτού του άρθρου είναι οι άνθρωποι να απολαύσουν την εμπειρία και να έχουν μια ευχάριστη και διασκεδαστική εμπειρία». Ο παραπάνω πειραματικός χειρισμός είχε ελεγχθεί προκαταρκτικά και είχε αποδειχθεί ότι παράγει τον επιδιωκόμενο στόχο. Στη συνέχεια διαφοροποιήθηκε πειραματικά η προσωπική εμπλοκή μέσω της διατύπωσης της επικοινωνίας με όρους υψηλής ή χαμηλής προσωπικής συνάφειας. Στη συνθήκη του υψηλού βαθμού εμπλοκής, οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν ότι το μήνυμα είχε να κάνει με την έννοια του εαυτού τους. Στη συνθήκη του χαμηλού βαθμού εμπλοκής, τους κοινοποιήθηκε απλώς το θέμα του μηνύματος (Briñol, Petty, & Wheeler, 2006). Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες έγιναν αποδέκτες ενός μηνύματος πειθούς που αποτελούνταν είτε από ισχυρά είτε από ασθενή επιχειρήματα σχετικά με την κατανάλωση περισσότερων λαχανικών. Τέλος, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν τις μετρήσεις των εξαρτημένων μεταβλητών, των σχετικών με τις στάσεις και τις προθέσεις συμπεριφοράς τους απέναντι στα λαχανικά.

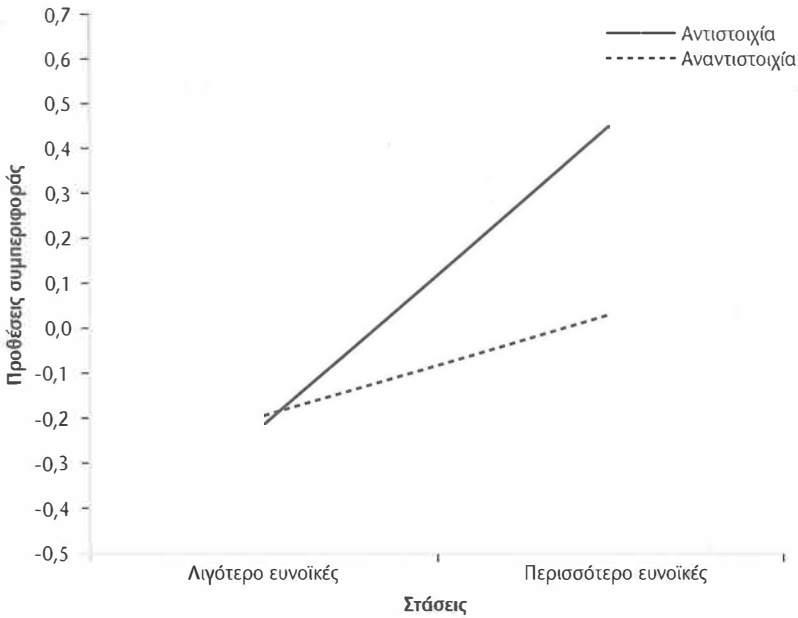
Τα αποτελέσματα της μελέτης αποκάλυψαν ότι οι στόχοι της επεξεργασίας της πληροφορίας και η προσωπική εμπλοκή αλληλεπίδρασαν σύμφωνα με τις προβλέψεις ως προς την επεξεργασία και την πειθώ (βλ. Σχήμα 5.1). Η αύξηση του βαθμού της προσωπικής εμπλοκής αύξησε την επεξεργασία της πληροφορίας (και τις επιδράσεις της ποιότητας των επιχειρημάτων στις στάσεις) σε



ΣΧΗΜΑ 5.1 Αλληλεπίδραση μεταξύ προσωπικής εμπλοκής και ποιότητας των επιχειρημάτων ως συνάρτηση των επιστημικών στόχων (πάνω διάγραμμα) και των ηδονιστικών στόχων (κάτω διάγραμμα) (προσαρμοσμένο από το Cancela, Briñol, & Petty, 2019).

σύγκριση με τον χαμηλό βαθμό εμπλοκής, όταν οι άνθρωποι είχαν επιστημικούς στόχους (βλ. το πάνω διάγραμμα, Σχήμα 5.1). Το αντίστροφο ίσχυε όταν οι άνθρωποι είχαν ηδονιστικούς στόχους (βλ. το κάτω διάγραμμα, Σχήμα 5.1). Επιπλέον, οι συνθήκες υψηλότερου βαθμού επεξεργασίας είχαν ως αποτέλεσμα στάσεις που μπορούσαν να προβλέψουν καλύτερα τις προθέσεις συμπεριφοράς απ' ό,τι οι συνθήκες χαμηλότερου βαθμού επεξεργασίας (βλ. Σχήμα 5.2).

Αυτή η έρευνα έχει σημαντικές επιπτώσεις όσον αφορά τις πρακτικές παρεμβάσεις. Η έρευνα δείχνει ότι οι άνθρωποι μπορούν να παρακινηθούν να σκεφτούν με διαφορετικούς τρόπους όταν βρίσκονται σε διαφορετικά πλαίσια. Για παράδειγμα, σε εκπαιδευτικά πλαίσια, οι εκπαιδευτικοί θα μπορούσαν να αυξήσουν τα κίνητρα των μαθητών αυξάνοντας την προσωπική συνάφεια της επικοινωνίας γι' αυτούς. Ομοίως, επειδή οι ασθενείς καταφθάνουν συνήθως σε ένα



ΣΧΗΜΑ 5.2 Μια αντιστοιχία ανάμεσα στον προσανατολισμό του στόχου και στην εμπλοκή (δηλαδή, επιστημικός προσανατολισμός και υψηλός βαθμός προσωπικής εμπλοκής/ηδονιστικός προσανατολισμός και χαμηλός βαθμός προσωπικής εμπλοκής) έκανε τις στάσεις πιο ικανές να προβλέπουν τις προθέσεις συμπεριφοράς απ’ ό,τι μια αναντιστοιχία ανάμεσα στον προσανατολισμό του στόχου και στην εμπλοκή (δηλαδή, επιστημικός προσανατολισμός και χαμηλός βαθμός προσωπικής εμπλοκής/ηδονιστικός προσανατολισμός και υψηλός βαθμός προσωπικής εμπλοκής) (προσαρμοσμένο από το Cancela, Briñol, & Petty, 2019).

ιατρείο σε περιστάσεις υψηλού βαθμού προσωπικής εμπλοκής, ο γιατρός θα είναι πιο πειστικός αν χρησιμοποιήσει ισχυρά επιχειρήματα που επικαλούνται την επιστήμη και όχι τη διασκέδαση. Επίσης, σε αυτά τα παραδείγματα η αύξηση της προσωπικής συνάφειας της επικοινωνίας θα μεταφραζόταν σε ισχυρότερες στάσεις στην καθοδήγηση της συμπεριφοράς, καθώς τα επιχειρήματα θα υποβάλλονταν σε πιο ενδελεχή επεξεργασία και, ως εκ τούτου, θα μεταφράζονταν σε μεγαλύτερη προσήλωση, πιο υγιεινές συμπεριφορές, καλύτερους βαθμούς και ούτω καθεξής (βλ. επίσης Higgins, Cesario, Hagiwara, Spiegel, & Pittman, 2010).

Παρότι η παραπάνω συμβουλή συμβαδίζει με την επικρατούσα άποψη, οι έρευνες που συμπεριλάβαμε στην επισκόπησή μας υποδεικνύουν επίσης σαφή όρια όσον αφορά την αύξηση της προσωπικής συνάφειας των επικοινωνιών σε κάθε περίπτωση ανεξαιρέτως. Η έρευνα της Cancela και των συνεργατών της (2019) είναι αξιοσημείωτη ως προς τις επιπτώσεις της για τους ανθρώπους που επεξεργάζονται επικοινωνίες στο πλαίσιο ψυχαγωγικών προγραμμάτων.

Ενώ η προηγούμενη έρευνα έχει ενδεχομένως ενθαρρύνει τους επαγγελματίες να πιστεύουν ότι οι επικοινωνίες πρέπει πάντοτε να έχουν υψηλή προσωπική συνάφεια αν θέλουν να μεγιστοποιήσουν τη σκέψη που θα πυροδοτήσουν, η έρευνα που εξετάσαμε υποδηλώνει ότι αυτή είναι μάλλον μια αποτελεσματική στρατηγική για μηνύματα ενσωματωμένα σε ένα δελτίο ειδήσεων παρά σε ένα ψυχαγωγικό πρόγραμμα (βλ. επίσης Wilson et al., υπό έκδοση). Πράγματι, στην τελευταία περίπτωση, η αύξηση του βαθμού της προσωπικής εμπλοκής μπορεί να είναι ακόμη και αντιπαραγωγική στην περίπτωση που οι άνθρωποι διατηρούν τον ηδονιστικό προσανατολισμό τους κατά τη διάρκεια του μηνύματος.

Περίληψη

Συνοπτικά, η βασική ιδέα της επεξεργασίας που απορρέει από το ELM φαίνεται να εφαρμόζεται σε θέματα τόσο διαφορετικά μεταξύ τους όσο οι στάσεις απέναντι στο ντόπινγκ, η προκατάληψη απέναντι στις μειονοτικές ομάδες και οι απόψεις για την υγιεινή διατροφή (π.χ. λαχανικά· βλ. επίσης Papies, σε αυτόν τον τόμο). Σε όλους αυτούς, καθώς και σε άλλους τομείς, οι στάσεις που προέκυψαν μέσω σχετικά στοχαστικών διαδικασιών ήταν πιο ανθεκτικές στην αλλαγή και επίσης είχαν ιδιαίτερα ισχυρό αντίκτυπο στις προθέσεις συμπεριφοράς. Ωστόσο, όπως αποδεικνύεται, δεν αρκεί να έχουμε απλώς κάποιες στάσεις για να μπορέσουν αυτές να ασκήσουν επιρροή στη συμπεριφορά μας. Οι στάσεις πρέπει κατ' αρχάς να μας έρθουν στο μυαλό και, όταν συμβεί αυτό, πρέπει επιπλέον να τους έχουμε εμπιστοσύνη (Rucker, Tormala, Petty, & Briñol, 2014), δύο αποτελέσματα υψηλού βαθμού επεξεργασίας. Η έρευνα πειθούς που περιγράψαμε στην επόμενη ενότητα δείχνει ότι οι σκέψεις, για να μπορούν να επηρεάζουν τις στάσεις και τις συμπεριφορές, θα πρέπει επίσης να προσλαμβάνονται ως έγκυρες.

ΕΠΙΚΥΡΩΣΗ

Η διαδικασία της επικύρωσης υπογραμμίζει τη διάκριση μεταξύ πρωτογενούς και δευτερογενούς νόησης, και τονίζει πόσο σημαντικό είναι να λαμβάνουμε υπόψη μας τι σκέφτονται και τι αισθάνονται οι άνθρωποι για τις σκέψεις τους. Όπως και στη συζήτησή μας γύρω από την επεξεργασία, εξηγούμε ότι μεταβλητές που ενίοτε θεωρούνται απαρέγκλιτα καλές για την πειθώ (π.χ. να κάνουμε τους ανθρώπους να αισθανθούν εμπιστοσύνη στις σκέψεις τους μέσω ενδυνάμωσης· βλ. Burgmer & Englich, 2012· Hertwig & Grüne-Yanoff, 2017· Lammers, Dubois, Rucker, & Galinsky, 2013· Pratto, 2016) δεν είναι στην πραγματικότητα πάντοτε καλές για να οδηγήσουν στην αλλαγή. Επίσης, η μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στις σκέψεις δεν σημαίνει ότι αυτές είναι πιο ακριβείς ή αμερόληπτες (βλ.

Fiedler, σε αυτόν τον τόμο· Kovera, σε αυτόν τον τόμο· Mikulincer & Shaver, σε αυτόν τον τόμο).

Έχουμε δει ότι ένας τρόπος με τον οποίο οι παρεμβάσεις μπορούν να αλλάξουν τη συμπεριφορά είναι η δημιουργία ισχυρών στάσεων μέσω υψηλού βαθμού επεξεργασίας. Ένας άλλος τρόπος είναι η παραγωγή σκέψεων στις οποίες το άτομο έχει εμπιστοσύνη μέσω της επικύρωσης. Το ELM υποστηρίζει ότι οι μεταβλητές επηρεάζουν όχι μόνο τον βαθμό της επεξεργασίας, αλλά μπορούν επίσης να επηρεάσουν το τι σκέφτονται και τι αισθάνονται οι άνθρωποι για τις σκέψεις τους. Αυτές οι μεταγνώσεις μπορούν στη συνέχεια να καθορίσουν τον βαθμό στον οποίο οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τις σκέψεις τους για τη διαμόρφωση εκτιμήσεων με σκοπό να καθοδηγήσουν τελικά τη συμπεριφορά τους. Αυτή η γενική ιδέα ότι οι αντιδράσεις των ανθρώπων απέναντι στις ίδιες τις σκέψεις τους καθορίζουν εντέλει τη χρήση τους αναφέρεται ως *υπόθεση της αυτοεπικύρωσης* (Petty, Briñol, & Tormala, 2002), βασικό αξίωμα της οποίας είναι ότι το να έχουμε απλώς ευμενείς σκέψεις που απορρέουν από υψηλό βαθμό επεξεργασίας δεν αρκεί για να προβλέψουμε τις μεταγενέστερες εκτιμήσεις και συμπεριφορές. Αντίθετα, οι άνθρωποι πρέπει επίσης να προσλαμβάνουν τις σκέψεις τους ως έγκυρες. Έτσι, οποιοσδήποτε μεταβλητές αυξάνουν την πρόσληψη της εγκυρότητας της σκέψης θα αυξήσουν τη χρήση των σκέψεων κατά τη διαμόρφωση αξιολογήσεων και καθοδηγητικών δράσεων. Αντίθετα, η πρόσληψη των σκέψεων ως άκυρων μετριάζει τη χρήση τους.

Σε αντίθεση με την επεξεργασία, η οποία επικεντρώνεται στη νόηση πρώτου επιπέδου (π.χ. τα λαχανικά είναι θρεπτικά), η επικύρωση δίνει έμφαση στη δευτερογενή νόηση ή στη μεταγνώση (π.χ. είμαι βέβαιος ότι τα λαχανικά είναι θρεπτικά). Δεδομένης της μεταγνωστικής φύσης της, η επικύρωση απαιτεί σχετικά υψηλό επίπεδο σκέψης. Ο Petty και οι συνεργάτες του (2002) απέδειξαν ότι η αυτοεπικύρωση είναι πιο πιθανό να λειτουργήσει όταν οι άνθρωποι έχουν το κίνητρο και την ικανότητα να σκεφτούν για τις σκέψεις τους (π.χ. αν οι συμμετέχοντες έχουν υψηλή ανάγκη για νόηση· Cacioppo & Petty, 1982· όταν υπάρχει υψηλή προσωπική συνάφεια με το θέμα της απόπειρας πειθούς· Petty & Cacioppo, 1979). Επομένως, για να έχουν σημασία οι διαδικασίες επικύρωσης, οι άνθρωποι πρέπει κατ' αρχάς να διαθέτουν κάποιες σκέψεις προς επικύρωση και επίσης να έχουν τα κίνητρα και την ικανότητα να εξετάσουν την εγκυρότητα των σκέψεών τους. Άλλη μια οριακή συνθήκη για τη λειτουργία των διαδικασιών επικύρωσης είναι ότι η εμπιστοσύνη που προκύπτει από τη μεταβλητή επικύρωσης πρέπει να είναι ευκρινής κατά τη διάρκεια ή μετά τη δημιουργία των σκέψεων και όχι πριν από αυτή.

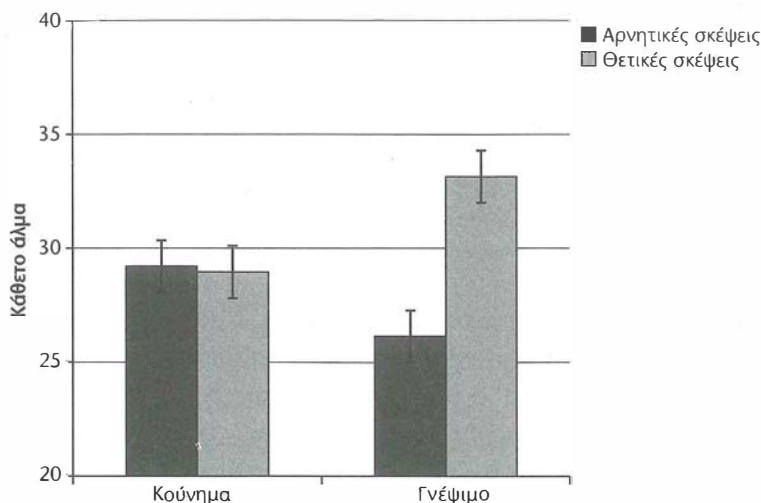
Σε μια πρώτη μελέτη εξέτασης της αυτοεπικύρωσης, οι Briñol και Petty (2003) ζήτησαν από τους συμμετέχοντες να γνέψουν ή να κουνήσουν απλώς το κεφάλι τη στιγμή που άκουγαν ένα μήνυμα που περιείχε ισχυρά ή ασθενή επιχειρήματα

τα οποία συνηγορούσαν υπέρ της άποψης ότι οι φοιτητές οφείλουν να φέρουν προσωπικά δελτία ταυτότητας μέσα στην πανεπιστημιούπολη. Οι κινήσεις του κεφαλιού ήταν διαφοροποιημένες, διότι το να γνέφει κανείς με το κεφάλι δείχνει περισσότερη εμπιστοσύνη στις σκέψεις κάποιου σε σύγκριση με το απλό κούνημα του κεφαλιού. Έτσι, όταν οι συμμετέχοντες άκουγαν μέσω ακουστικών ισχυρά επιχειρήματα συνηγορίας, οι κάθετες κινήσεις του κεφαλιού οδήγησαν σε πιο ευμενείς στάσεις απ' ό,τι οι οριζόντιες κινήσεις. Αυτό θα ήταν το αναμενόμενο αποτέλεσμα αν οι κάθετες κινήσεις αύξαναν την εμπιστοσύνη του ατόμου στις ευμενείς σκέψεις του, καθώς και τη χρήση αυτών των σκέψεων. Ωστόσο, όταν οι συμμετέχοντες άκουγαν ασθενή επιχειρήματα, οι κάθετες κινήσεις οδήγησαν σε λιγότερο ευμενείς στάσεις απ' ό,τι οι οριζόντιες κινήσεις – το αποτέλεσμα που θα ήταν αναμενόμενο αν οι κάθετες κινήσεις αύξαναν την εμπιστοσύνη του ατόμου στις αρνητικές σκέψεις του, καθώς και τη χρήση αυτών των σκέψεων. Αυτά τα αποτελέσματα εμφανίστηκαν σε συνθήκες οι οποίες ενθάρρυναν τα υψηλά κίνητρα και την ικανότητα για σκέψη, καθώς και όταν οι κινήσεις του κεφαλιού εκτελούνταν κατά την παραγωγή των σκέψεων. Επιπλέον, οι αλλαγές στάσης που προέκυψαν από τα νεύματα με το κεφάλι διαμεσολαβούνταν από την πρόσληψη της εμπιστοσύνης στις σκέψεις.

Αν και προηγούμενες έρευνες είχαν ήδη δείξει ότι οι κινήσεις του κεφαλιού κατά τη διάρκεια ενός μηνύματος μπορούσαν να επηρεάσουν τις στάσεις (Wells & Petty, 1980), η μελέτη που μόλις περιγράψαμε ήταν η πρώτη που έδειξε ότι ο μηχανισμός που ήταν υπεύθυνος για την αλλαγή στάσης ήταν η αυτοεπικύρωση. Αυτό συμβαίνει επειδή, σε αντίθεση με την προηγούμενη έρευνα, η οποία είχε χρησιμοποιήσει μόνο ισχυρά επιχειρήματα και είχε δείξει θετική επίδραση του νεύματος έναντι του κουνήματος του κεφαλιού στις στάσεις, η πιο πρόσφατη μελέτη έδειξε ότι το γνέψιμο μπορούσε επίσης να μειώσει την πειθώ αν οι σκέψεις για το μήνυμα ήταν αρνητικές (βλ. επίσης Briñol, DeMarree, & Petty, 2015· Wichman et al., 2010).

Η ενσώματη επικύρωση επηρεάζει την αθλητική απόδοση

Με στόχο τη διευκρίνιση των πιθανών εφαρμογών των διαδικασιών αυτοεπικύρωσης, σε μια πρόσφατη έρευνα γύρω από την αθλητική απόδοση (Horcajo, Paredes, Higuero, Briñol, & Petty, 2019), ζητήθηκε από αθλητές crossfit να συμμετάσχουν σε ένα πείραμα ενώ εξασκούνταν στο γυμναστήριο. Οι αθλητές κατανεμήθηκαν τυχαία σε ομάδες, στις οποίες έπρεπε να παραγάγουν και στη συνέχεια να ηχογραφήσουν σε smartphone είτε θετικές είτε αρνητικές δηλώσεις για τον εαυτό τους. Βασιστήκαμε σε αυτόν τον πειραματικό χειρισμό κατευθυντικής σκέψης, δεδομένου ότι εκτεταμένη έρευνα έχει διαπιστώσει ότι αυτό που οι αθλητές λένε στον εαυτό τους μέσω της αυτοομιλίας μπορεί να επηρεάσει την



ΣΧΗΜΑ 5.3 Κάθετο άλμα (σε εκατοστά) ως συνάρτηση της αυτοομιλίας και των κινήσεων του κεφαλιού (προσαρμοσμένο από το Horcajo et al., 2019).

απόδοσή τους (π.χ. Tod, Hardy, & Oliver, 2011· Van Raalte, Vincent, & Brewer, 2016). Μετα-αναλύσεις αυτής της βιβλιογραφίας έχουν τεκμηριώσει το σθένος της θετικής επίδρασης της αυτοομιλίας (Hatzigeorgiadis, Zourbanos, Galanis, & Theodorakis, 2011· Tod, Edwards, McGuigan, & Lovell, 2015).

Προβλέψαμε ότι ένα πλαίσιο αυτοεπικύρωσης θα μπορούσε να καθορίσει πότε και γιατί οι αυτοδηλώσεις μπορούν να επηρεάσουν τη φυσική απόδοση. Οι αθλητές κατανεμήθηκαν τυχαία σε μια συνθήκη επαγωγής επικύρωσης (γνέφοντας ή κουνώντας το κεφάλι τους), ενώ άκουγαν σε ακουστικά τις αυτοδηλώσεις που είχαν ηχογραφήσει. Τέλος, αφού άκουσαν τις αυτοδηλώσεις, αξιολογήθηκε η φυσική απόδοσή τους σε διάφορα έργα (π.χ. κάθετο άλμα). Σύμφωνα με την υπόθεση της αυτοεπικύρωσης, οι αυτοδηλώσεις των αθλητών είχαν σημαντικά μεγαλύτερη επίδραση στη φυσική απόδοσή τους στη συνθήκη με το γνέψιμο αντί για τη συνθήκη με το κούνημα του κεφαλιού. Όπως απεικονίζεται στο Σχήμα 5.3, η ακρόαση θετικών αυτοδηλώσεων με παράλληλο γνέψιμο αύξησε τη φυσική απόδοση σε σχέση με το κούνημα του κεφαλιού. Ωστόσο, η ακρόαση αρνητικών αυτοδηλώσεων με παράλληλο γνέψιμο μείωσε την απόδοση σε σχέση με το κούνημα του κεφαλιού. Έτσι, η μελέτη αυτή έδειξε ότι οι σωματικές κινήσεις μπορούν είτε να μεγεθύνουν είτε να μετριάσουν τον αντίκτυπο αυτού που οι άνθρωποι λένε στον εαυτό τους. Όπως επισημάναμε, αυτό το φαινόμενο αυτοεπικύρωσης είναι πιο πιθανό να παρατηρηθεί όταν οι συνθήκες ενισχύουν τη σκέψη και η μεταβλητή επικύρωσης έρχεται κατά τη διάρκεια ή μετά την παραγωγή της σκέψης. Αν οι κινήσεις του κεφαλιού είχαν προηγηθεί της παραγωγής των αυτοδηλώσεων, άλλες διαδικασίες θα ήταν πιο πιθανό να συμβούν (π.χ. οι κινήσεις

του κεφαλιού θα μπορούσαν να έχουν επηρεάσει τον αριθμό και την κατεύθυνση των σκέψεων που ήρθαν στο μυαλό· βλ. Briñol, Petty, & Hinsenkamp, 2018).

Δεδομένου ότι το πρόσχημα που χρησιμοποιήθηκε για αυτή τη μελέτη (δηλαδή, η δοκιμή της χρήσης ακουστικών στο γυμναστήριο) στόχευε στην απόκρυψη της σχέσης ανάμεσα στις κινήσεις του κεφαλιού και στην επακόλουθη φυσική απόδοση, ένα σημαντικό ζήτημα που πρέπει να εξεταστεί όσον αφορά τις εφαρμοσμένες παρεμβάσεις σε αυτόν και σε άλλους τομείς είναι αν οι κινήσεις του κεφαλιού θα μπορούσαν επίσης να χρησιμοποιηθούν για να προκαλέσουν εμπρόθετα αλλαγές στην απόδοση. Πράγματι, οι άνθρωποι όχι μόνο χρησιμοποιούν την αυτοομιλία τους για να βελτιώσουν εμπρόθετα την απόδοσή τους, αλλά χρησιμοποιούν επίσης τη μη λεκτική συμπεριφορά τους για να επηρεάσουν σκόπιμα τη δική τους απόδοση ή την απόδοση των άλλων (π.χ. όταν ένα κοινό χαμογελάει ή ζητωκραυγάζει για την ομάδα του). Μένει ωστόσο να εξακριβωθεί αν οι άνθρωποι μπορούν να χρησιμοποιήσουν τις κινήσεις του κεφαλιού τους (γνέψιμο ή κούνημα) για να βελτιώσουν σκόπιμα την απόδοσή τους επικυρώνοντας εμπρόθετα τις σκέψεις τους. Έτσι, η μελλοντική έρευνα θα πρέπει να εξετάσει σε ποιον βαθμό τα ευρήματα του Horcajo και των συνεργατών του (2019) μπορούν να γενικευτούν σε παρεμβάσεις που περιλαμβάνουν εμπρόθετες έκδηλες συμπεριφορές που εκτελούνται με τον ρητό στόχο της βελτίωσης της απόδοσης (βλ. επίσης Kooie, σε αυτόν τον τόμο).

Η επικύρωση αυξάνει την αντιστοιχία στόχου-συμπεριφοράς

Εξετάσαμε πώς οι μεταβλητές που σχετίζονται με την εγκυρότητα (γνέψιμο με το κεφάλι) μπορούν να επικυρώσουν τις νοητικές κατασκευές (σκέψεις που πηγάζουν από την αυτοομιλία) που επηρεάζουν τη συμπεριφορά (αθλητική απόδοση). Επικεντρωθήκαμε τώρα στο πώς άλλες μεταβλητές που σχετίζονται με την εγκυρότητα (αίσθηση ισχύος, ευχέρεια ανάκλησης) μπορούν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά (π.χ. ακαδημαϊκή απόδοση, δωρεές). Σε τρία πειράματα, χειριστήκαμε την αίσθηση ισχύος των συμμετεχόντων, την ευχέρεια με την οποία ανακαλούσαν στη μνήμη τη συναφή με τον στόχο συμπεριφορά και μια επεισοδιακή ανάκληση προηγούμενων εμπειριών εμπιστοσύνης ή αμφιβολίας τους, προκειμένου να εξετάσουμε αν αυτές οι μεταβλητές επηρέαζαν την επακόλουθη συμπεριφορά μέσω της επικύρωσης της σκέψης.

Σε μια πρώτη μελέτη, ο DeMarree και οι συνεργάτες του (2012) εξέτασαν κατά πόσο η αίσθηση ισχύος μπορούσε να επικυρώσει τους στόχους ανταγωνισμού σε σύγκριση με τους στόχους συνεργασίας των ανθρώπων. Στους συμμετέχοντες παρουσιάστηκαν αρχικά ως ερεθίσματα προέγερσης λέξεις συναφείς με τον ανταγωνισμό (π.χ. διαγωνίζομαι, νικώ) ή με τη συνεργασία (π.χ. βοηθώ, μοιράζομαι) μέσω ενός έργου συμπλήρωσης λέξεων (συμπλήρωσης δηλαδή των

γραμμάτων των λέξεων που έλειπαν). Έπειτα, οι συμμετέχοντες έγραψαν για περιπτώσεις όπου η ισχύς τους υπερτερούσε αυτής κάποιου άλλου ή όπου κάποιος άλλος είχε μεγαλύτερη ισχύ πάνω τους. Τέλος, συμμετείχαν σε προσομοιωμένα οικονομικά παιχνίδια, όπου είχαν την ευκαιρία να μοιραστούν χρήματα με έναν άλλον συμμετέχοντα. Όπως προέβλεπε η ιδέα ότι η δύναμη παράγει εμπιστοσύνη (και η αδυναμία παράγει αμφιβολία· βλ. Briñol, Petty, Valle et al., 2007), ο στόχος της προέγερσης επηρέασε τη συμπεριφορά των συμμετεχόντων στα οικονομικά παιχνίδια σε μεγαλύτερο βαθμό όταν είχαν γράψει για περιπτώσεις όπου οι ίδιοι είχαν τη μεγαλύτερη ισχύ. Συγκεκριμένα, στις συνθήκες υψηλής έναντι χαμηλής ισχύος, οι συμμετέχοντες που είχαν δεχθεί την προέγερση της συνεργασίας έδωσαν περισσότερα χρήματα στον συνεργάτη τους στα οικονομικά παιχνίδια απ' ό,τι οι συμμετέχοντες που είχαν δεχθεί την προέγερση του ανταγωνισμού.

Μια δεύτερη μελέτη του DeMarree και των συνεργατών του (2012) χρησιμοποίησε μια νέα προέγερση για να διαφοροποιήσει την αρχική νόηση, μια διαφορετική μεταβλητή για την επαγωγή της εγκυρότητας και επίσης ένα νέο μέτρο εξαρτώμενο από τη συμπεριφορά. Σε αυτή τη μελέτη, η προέγερση αφορούσε αρχικά έναν στόχο επίτευξης σε όλους τους συμμετέχοντες, καθώς τους ζητήθηκε να ανακαλέσουν προηγούμενες περιπτώσεις όπου είχαν πασχίσει για να πετύχουν κάτι. Ο αριθμός των παραδειγμάτων που ανακάλεσαν οι συμμετέχοντες χρησίμευσε ως χειρισμός της υποκειμενικής τους ευχέρειας ανάκλησης (Schwarz et al., 1991). Οι συμμετέχοντες κατανεμήθηκαν τυχαία σε ομάδες ανάκλησης λίγων (ευχέρεια) ή πολλών (δυσχέρεια) αναμνήσεων επίτευξης. Η έρευνα γύρω από την αυτοεπικύρωση είχε δείξει ότι η ευχέρεια ανάκτησης της σκέψης επηρεάζει την εμπιστοσύνη στο ανακληθέν περιεχόμενο (Tormala, Petty, & Briñol, 2002· Tormala, Falces, Briñol, & Petty, 2007). Επομένως, η μεταβλητή επικύρωσης σε αυτή τη μελέτη ήταν η ευχέρεια ανάκλησης. Μετά την αξιολόγηση της ευχέρειας ανάκλησης, όλοι οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν μια σειρά από δύσκολες ασκήσεις αναγραμματισμού κι έπειτα τους δόθηκε η ευκαιρία να αυξήσουν τη βαθμολογία τους στο έργο επιτελώντας συμπληρωματικές, εύκολες, ασκήσεις. Το χρονικό διάστημα που αφιερώθηκε στο δεύτερο έργο του αναγραμματισμού χρησίμευσε ως το συμπεριφορικό μέτρο της επίδωξης της επίτευξης. Σύμφωνα με τις προβλέψεις της υπόθεσης της αυτοεπικύρωσης, ο στόχος επίτευξης που αποτέλεσε αρχικά αντικείμενο της προέγερσης είχε μεγαλύτερη επίδραση στην επιμονή στο έργο, όταν οι άνθρωποι συνέδεσαν τις προεγέρσεις με την εμπειρία της ευχέρειας (εμπιστοσύνη) έναντι της εμπειρίας της δυσχέρειας (αμφιβολία).

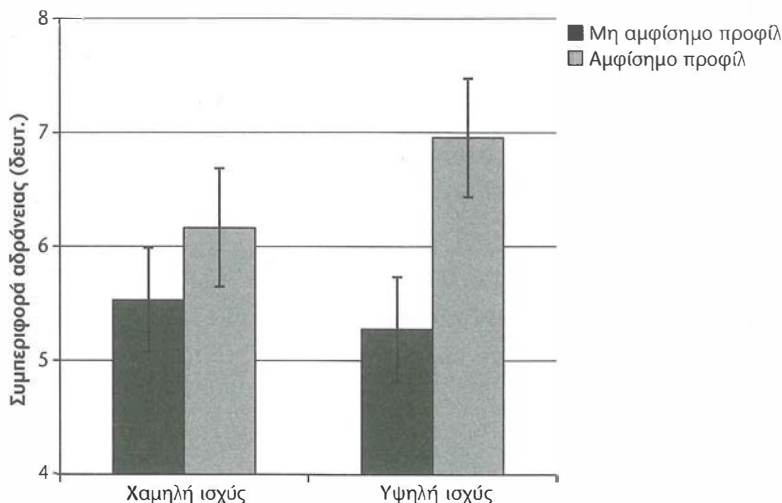
Σε ένα τρίτο πείραμα, ο DeMarree και οι συνεργάτες του (2012) χρησιμοποίησαν ως προέγερση για τους συμμετέχοντες έναν στόχο αυτοβελτίωσης ή εξοικονόμησης χρημάτων, αμέσως πριν τους ζητηθεί να αναστοχαστούν γύρω από τις

φορές που βίωσαν εμπιστοσύνη ή αμφιβολία. Μετά την επαγωγή της προέγερσης και της εμπιστοσύνης, καταγράφηκαν οι προθέσεις των συμμετεχόντων να κάνουν μια φιλανθρωπική δωρεά και χρησίμευσαν ως η κύρια εξαρτημένη μεταβλητή. Όπως προβλέπει η λογική της αυτοεπικύρωσης, οι συμμετέχοντες που αναφέρθηκαν σε παρελθοντικές καταστάσεις εμπιστοσύνης βασίστηκαν στον στόχο της προέγερσης περισσότερο απ' ό,τι εκείνοι που αναστοχάστηκαν γύρω από καταστάσεις αμφιβολίας. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες που ανακάλεσαν καταστάσεις εμπιστοσύνης στη συνθήκη της αυτοβελτίωσης ήταν πρόθυμοι να δωρίσουν περισσότερα από τα διπλάσια χρήματα (\$13,00) σε σχέση με τους συμμετέχοντες που ανακάλεσαν καταστάσεις εμπιστοσύνης στη συνθήκη της εξοικονόμησης χρημάτων (\$5,28). Στις συνθήκες αμφιβολίας, δεν παρατηρήθηκαν σημαντικές επιδράσεις της προέγερσης. Συνολικά, η έρευνα σχετικά με την επικύρωση του στόχου αποκαλύπτει ότι ο βαθμός στον οποίο τα σχετιζόμενα με την προέγερση νοητικά περιεχόμενα θεωρούνται έγκυρα μπορεί να καθορίσει αν μια έννοια που θα αποτελέσει αντικείμενο προέγερσης θα επηρεάσει την παρακινούμενη συμπεριφορά.

Η ισχύς επικυρώνει την αμφισημία που οδηγεί σε αδράνεια

Σύμφωνα με τις παραπάνω περιγραφές, η ισχύς μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά μέσω διαδικασιών επικύρωσης. Σε μια πρόσφατη επισκόπηση, δείξαμε ότι μια τεράστια ποικιλία πειραματικών χειρισμών που αυξάνουν την αίσθηση ισχύος μπορεί να μεγιστοποιήσει τον αντίκτυπο οποιωνδήποτε τρεχουσών σκέψεων μέσω της διαδικασίας της αυτοεπικύρωσης (Briñol, Petty, Durso, & Rucker, 2017). Ωστόσο, όπως επισημάναμε, για να μπορέσει η ισχύς να επηρεάσει την κρίση μέσω ενός μηχανισμού αυτοεπικύρωσης, πρέπει να υπάρχει υψηλού βαθμού επεξεργασία, ώστε τα άτομα να παραγάγουν σκέψεις και να εξετάσουν την εγκυρότητά τους. Δεύτερον, η πειραματική πρόκληση της αίσθησης ισχύος είναι πιο πιθανό να επηρεάσει τις κρίσεις μέσω της αυτοεπικύρωσης, όταν η πρόκληση συνοδεύει ή ακολουθεί την παραγωγή σκέψεων, αντί να προηγείται αυτής. Σύμφωνα με το ELM, η ισχύς εξυπηρετεί άλλες λειτουργίες όταν η επεξεργασία δεν είναι υψηλού βαθμού ή το αίσθημα ισχύος προηγείται του μηνύματος (Briñol et al., 2017).

Δεδομένου ότι η επίδραση επικύρωσης που αναδύεται από την ισχύ μπορεί να εφαρμοστεί σε οποιοδήποτε προϊόν της νόησης, ένα ενδιαφέρον ζήτημα είναι αν η ισχύς είναι επίσης σε θέση να επικυρώσει την αμφισημία. Το θέμα αυτό παρουσιάζει ενδιαφέρον διότι η προηγούμενη έρευνα υποδεικνύει ότι η μεγαλύτερη ισχύς δίνει γενικά στους ανθρώπους περισσότερες πιθανότητες να αναλάβουν δράση (Galinsky, Gruenfeld, & Magee, 2003· Keltner, Gruenfeld, & Anderson, 2003), ενώ η αμφισημία (το αίσθημα μπερδέματος ή διχασμού·



ΣΧΗΜΑ 5.4 Η συμπεριφορική αδράνεια (ο χρόνος για τη λήψη μιας απόφασης) ως συνάρτηση της αμφισημίας και της ισχύος (προσαρμοσμένο από το Durso, Briñol, & Petty, 2016).

Priester & Petty, 1996) οδηγεί σε *λιγότερη* δράση απ’ ό,τι η σαφήνεια (van Harreveld, van der Pligt, & de Liver, 2009). Αυτές οι παρατηρήσεις επιτρέπουν να καταλήξουμε στο απλό συμπέρασμα ότι δύο κύριες επιδράσεις θα μπορούσαν να αναδυθούν σε μια κατάσταση όπου οι άνθρωποι ποικίλλουν τόσο ως προς την ισχύ όσο και ως προς την αμφισημία: οι άνθρωποι μπορεί να έχουν περισσότερο από κάθε άλλη περίπτωση την τάση να δρουν όταν είναι ισχυροί και έχουν συνεκτικές σκέψεις, και να είναι λιγότερο από κάθε άλλη περίπτωση διατεθειμένοι να δράσουν όταν είναι ανίσχυροι και έχουν αμφίσημες σκέψεις. Ωστόσο, αν η ισχύς είναι σε θέση να επικυρώσει οποιοδήποτε νοητικό περιεχόμενο, συμπεριλαμβανομένων των αμφίσημων σκέψεων, τότε η ισχύς θα πρέπει να μεγεθύνει τον βαθμό στον οποίο το άτομο δείχνει εμπιστοσύνη σε αυτή την αμφισημία και, ως εκ τούτου, να ελαττώσει τη ροπή προς τη δράση, μια νέα υπόθεση που πηγάζει από την προβληματική της αυτοεπικύρωσης.

Στο πλαίσιο μιας πρόσφατης πειραματικής δοκιμής αυτής της μοναδικής πρόβλεψης σχετικά με την ισχύ και την αμφισημία (Durso, Briñol, & Petty, 2016), ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να διαβάσουν πληροφορίες για έναν υπάλληλο του οποίου η συμπεριφορά ήταν είτε συνεπής (απολύτως καλή ή κακή) είτε αμφίσημη (και καλή και κακή). Στη συνέχεια, μέσω πειραματικού χειρισμού οι συμμετέχοντες αισθάνθηκαν λιγότερο ή περισσότερο ισχυροί. Έπειτα, υπέδειξαν τον βαθμό στον οποίο προτιμούσαν τη δράση έναντι της αδράνειας στη λήψη μιας απόφασης σχετικά με έναν εργαζόμενο. Τέλος, ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να λάβουν μια απόφαση σχετικά με το αν ο εργαζόμενος έπρεπε να πάρει

προαγωγή ή να απολυθεί. Καταγράφηκε ο χρόνος που αφιερώθηκε για τη λήψη αυτής της απόφασης.

Σύμφωνα με προηγούμενες ερευνητικές εργασίες που καταδεικνύουν ότι η ισχύς οδηγεί στη δράση, μεταξύ των συμμετεχόντων που έλαβαν μη αμφίσημες πληροφορίες, όσοι είχαν κατανεμηθεί στη συνθήκη όπου τους έκαναν να αισθανθούν ισχυροί ήταν πιο πιθανό να εκφράσουν μια προτίμηση υπέρ της ανάληψης δράσης και να λάβουν ταχύτερες αποφάσεις απ' ό,τι οι συμμετέχοντες στη συνθήκη χαμηλής ισχύος. Αντίθετα, μεταξύ των συμμετεχόντων που έλαβαν αμφίσημες πληροφορίες, οι συμμετέχοντες στη συνθήκη υψηλής αίσθησης ισχύος ήταν πιθανότερο να προτιμήσουν την αδράνεια και να λάβουν τις αποφάσεις τους με βραδύτερο ρυθμό απ' ό,τι οι συμμετέχοντες στη συνθήκη χαμηλής ισχύος (βλ. Σχήμα 5.4). Αυτά τα αποτελέσματα είναι πολύ κατατοπιστικά ως προς τις συνθήκες υπό τις οποίες η αίσθηση ισχύος οδηγεί σε περισσότερη ή σε λιγότερη δράση (βλ. επίσης, DeMarree, Briñol, & Petty, 2014· Hirsh, Galinsky, & Zhong, 2011). Αυτό είναι σημαντικό επειδή η ενδυνάμωση των ανθρώπων ώστε να αναλάβουν δράση έχει αποδειχθεί ότι παίζει καθοριστικό ρόλο σε πολλές παρεμβάσεις (Burgmer & Englich, 2012· Hertwig & Grüne-Yanoff, 2017· Lammers et al., 2013· Pratto, 2016).

Επεξεργασία και επικύρωση: Πρακτικές συμβουλές για τον διαχωρισμό των διαδικασιών

Όπως επισημάναμε σε όλο το κεφάλαιο, η μεγιστοποίηση των πιθανοτήτων σχεδιασμού αποτελεσματικών παρεμβάσεων εξαρτάται εν μέρει από την κατανόηση των ψυχολογικών διαδικασιών μέσω των οποίων οι μεταβλητές παράγουν την αλλαγή. Αυτό το κεφάλαιο επικεντρώθηκε σε δύο θεμελιώδεις μηχανισμούς επιρροής από το ELM –την επεξεργασία και την επικύρωση–, οι οποίοι είναι ζωτικής σημασίας για την πρόβλεψη του κατά πόσο η αλλαγή θα λάβει χώρα προς την επιθυμητή κατεύθυνση και παίζουν επίσης ρόλο στον προσδιορισμό του κατά πόσο οι τροποποιημένες νοητικές κατασκευές (π.χ. στάσεις, στόχοι) έχουν συνέπειες στην καθοδήγηση της συμπεριφοράς μέσα στον χρόνο.

Δεδομένου ότι πολλές μεταβλητές (ισχύς, ευχέρεια ανάκλησης, κινήσεις του σώματος) μπορούν να επηρεάσουν τις κρίσεις και τις συμπεριφορές μέσω αυτών των δύο διαδικασιών, ένας εύλογος προβληματισμός έχει να κάνει με το πώς οι ερευνητές και οι επαγγελματίες μπορούν να εξηγήσουν και να δοκιμάσουν τις επιδράσεις των παρεμβάσεων στην επιρροή σε οποιοδήποτε δεδομένο πλαίσιο ενδιαφέροντος. Ευτυχώς, υπάρχουν συστηματικές μέθοδοι που βοηθούν στον προσδιορισμό της θεμελιώδους διαδικασίας μέσω της οποίας οποιαδήποτε δεδομένη μεταβλητή δρα έτσι ώστε να ασκεί επιρροή. Όπως επισημάναμε, οι επιδράσεις μεταβλητών όπως η ισχύς μπορούν να προβλεφθούν *a priori* με βάση

παράγοντες σχετικούς με το πλαίσιο, όπως τα γενικά προϋπάρχοντα επίπεδα επεξεργασίας, καθώς και η σειρά με την οποία εμφανίζονται τα συμβάντα. Για να εξετάσουν τις μεθόδους συστηματικού διαχωρισμού των διαδικασιών μέσω των οποίων οι μεταβλητές μπορούν να επηρεάσουν τις εκτιμήσεις και τις συμπεριφορές, οι ερευνητές και οι επαγγελματίες μπορούν να χρησιμοποιήσουν προσεγγίσεις ρύθμισης και διαμεσολάβησης. Πράγματι, έχουν ταυτοποιηθεί διάφορες μέθοδοι τόσο για τον διαχωρισμό των διαδικασιών όσο και για την πρόβλεψη του πότε τίθενται σε εφαρμογή διαφορετικές διαδικασίες.

Ένα μέσο για τον έλεγχο συγκεκριμένων διαδικασιών περιλαμβάνει τον χειρισμό της επεξεργασίας και την ποιότητα των επιχειρημάτων που περιέχονται στην κριτική παρέμβαση. Δεδομένου ότι διαφορετικές διαδικασίες δρουν σε διακριτά επίπεδα επεξεργασίας, ο χειρισμός της επεξεργασίας αποτελεί εξαιρετικό εργαλείο για την απομόνωση και την κατανόηση της φύσης μιας υποκείμενης επίδρασης. Ο χειρισμός της ποιότητας των επιχειρημάτων βοηθάει να προσδιορίσουμε αν μια μεταβλητή επηρεάζει τον βαθμό της σκέψης (επεξεργασία) ή την εξάρτηση από τις σκέψεις που γεννιούνται (επικύρωση). Όπως υπαινιχθήκαμε νωρίτερα, η χρονική στιγμή κατά την οποία οι μεταβλητές γίνονται ευκρινείς μπορεί να τροποποιήσει συστηματικά τη διαδικασία μέσω της οποίας η ποιότητα των επιχειρημάτων επηρεάζει την πειθώ. Οι μεταβλητές είναι πιο πιθανό να επηρεάσουν τις εκτιμήσεις μέσω μιας διαδικασίας επικύρωσης της σκέψης όταν εισάγονται μετά παρά προτού τα άτομα παραγάγουν τις σκέψεις τους, αλλά είναι πιο πιθανό να επηρεάσουν τον βαθμό της σκέψης (επεξεργασία) όταν εισάγονται πριν και όχι μετά τη δημιουργία των σκέψεων. Για παράδειγμα, η ενίσχυση της αίσθησης ισχύος έπειτα από ένα μήνυμα επιτρέπει στους ανθρώπους να αισθάνονται μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στις σκέψεις τους αναφορικά με το μήνυμα και να τις χρησιμοποιούν περισσότερο, ενώ η πρόκληση της αίσθησης ισχύος πριν από ένα μήνυμα μειώνει την πιθανότητα επεξεργασίας του μηνύματος, επειδή οι άνθρωποι αισθάνονται ήδη εμπιστοσύνη σε αυτό που πιστεύουν (Briñol, Petty, Valle, Rucker, & Becerra, 2007).

Εκτός από την ταυτοποίηση ρυθμιστικών μεταβλητών, όπως ο χρονισμός και η επεξεργασία, η έρευνα έχει επίσης εντοπίσει παράγοντες που διαμεσολαβούν την αλλαγή στάσης, τους οποίους μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να κατανοήσουμε πώς οι μεταβλητές επηρεάζουν την επιρροή. Η μέτρηση τόσο του τύπου (σθένους) των σκέψεων που παράγουν οι συμμετέχοντες όσο και της πρόσληψής τους αναφορικά με την εγκυρότητα μπορεί να συμβάλει στον προσδιορισμό των υποκείμενων διαδικασιών που εμπλέκονται στην κοινωνική επιρροή. Η επιρροή της πειθούς μέσω αύξησης του αριθμού των σκέψεων των ατόμων θα έπρεπε να οδηγεί σε μια μετατόπιση στην αναλογία των συναφών με το μήνυμα σκέψεων, που είναι συνεπείς με αυτό (δηλαδή, το σθένος των σκέψεων –ευμενές ή δυσμενές– συνάδει περισσότερο με την ισχυρή ή ασθενή

ποιότητα του μηνύματος όσο οι σκέψεις αυξάνονται). Εναλλακτικά, αν μια μεταβλητή επηρεάζει την πειθώ διά της επικύρωσης των σκέψεων, τότε θα πρέπει να παρατηρούνται διαφορές στην προσλαμβανόμενη εγκυρότητα των σκέψεων από τους συμμετέχοντες και η παράμετρος αυτή θα πρέπει να διαμεσολαβεί την πειθώ. Αντίθετα, αν μια μεταβλητή δεν έχει καμία απολύτως επίδραση στις συναφείς με το μήνυμα σκέψεις ή στην εγκυρότητα της σκέψης, αυτό μπορεί να σηματοδοτεί ότι η μεταβλητή χρησιμεύει ως περιφερειακή ένδειξη, μια διαδικασία που είναι πιθανότερο να προκύψει όταν η σκέψη κινείται σε χαμηλά επίπεδα (βλ. Petty, Schumann, Richman, & Strathman, 1993). Συνοπτικά, η ευμείνεια και η εγκυρότητα της σκέψης μπορούν να μετρηθούν και έτσι να συμβάλουν στην εξέταση της υποκείμενης διαδικασίας μέσω της οποίας οι μεταβλητές επηρεάζουν την πειθώ σε ένα δεδομένο πλαίσιο.

Επανεξέταση δημοφιλών παρεμβάσεων λαμβάνοντας υπόψη τη διαδικασία

Όπως θα πρέπει να έχει γίνει σαφές μέχρι τώρα, η αλλαγή των ανθρώπων είναι πολύπλοκο ζήτημα. Ωστόσο, η υιοθέτηση ενός προσανατολισμού στη διαδικασία όσον αφορά την παρέμβαση μπορεί να είναι χρήσιμη για την κατανόηση αυτής της πολύπλοκότητας. Οι έρευνες που συμπεριλάβαμε στην επισκόπησή μας υπογραμμίζουν κάποιες σημαντικές επιφυλάξεις απέναντι σε δημοφιλείς παρεμβάσεις που προτείνουν σχετικά απλά «κόλπα» για την αλλαγή της ζωής των ανθρώπων (Nair, Sagar, Sollers, Consedine, & Broadbent, 2014· Wiseman, 2012, 2013· βλ. Walton & Wilson, 2018, για μια επισκόπηση). Για παράδειγμα, η εργασία μας περιέγραψε μια πρόσφατη τάση να δίνεται έμφαση στην αίσθηση ισχύος ως μέσου για την κατάκτηση υψηλότερων επιπέδων επιτυχίας σε διαφορετικούς τομείς της ζωής (Lammers, Dubois, Rucker, & Galinsky 2013· Wiseman, 2013). Εξηγήσαμε πώς η εμπιστοσύνη που πηγάζει από στάσεις του σώματος ή συναισθήματα ισχύος, αντί να είναι εγγενώς επωφελής, μπορεί να μεγεθύνει κάθε προσβάσιμο νοητικό περιεχόμενο, τουλάχιστον όταν η ισχύς δρα μέσω ενός μηχανισμού αυτοεπικύρωσης. Η έρευνα γύρω από την αυτοεπικύρωση έχει δείξει ότι τα συναισθήματα ισχύος ή εμπιστοσύνης μπορούν να αυξήσουν την αυτοεκτίμηση (Briñol, Petty, & Wagner, 2009) και τη φυσική απόδοση (Horcajo et al., 2019) όταν οι άνθρωποι σκέφτονται τα δυνατά σημεία τους, αλλά μειώνουν την αυτοεκτίμηση και την απόδοση όταν οι άνθρωποι σκέφτονται τις αδυναμίες τους.

Πέρα από την ισχύ, άλλες δημοφιλείς παρεμβάσεις συχνά βασίζονται σε επιπρόσθετες θετικές παρακινήσεις, όπως το να κάνεις τους ανθρώπους να εκφράσουν θετικό συναίσθημα (χαμόγελο· Lyubomirsky, Dickerhoof, Boehm, & Sheldon, 2011· Lyubomirsky & Layous, 2013) και τις αξίες τους (αυτοεπιβεβαίωση· Cohen, Garcia, Purdie-Vaughns, Apfel & Brzustoski, 2009). Η προσανατολι-

σμένη στη διαδικασία προσέγγισή μας υποδηλώνει ότι οι τεχνικές πρόκλησης συναισθημάτων ευτυχίας και αυτοεπιβεβαίωσης θα αυξήσουν την επιρροή σε ορισμένες περιπτώσεις, αλλά θα τη μειώσουν σε κάποιες άλλες. Για παράδειγμα, όπως η επίδραση της αίσθησης ισχύος, ευτυχίας ή επιβεβαίωσης μπορεί να επηρεάσει τις στάσεις επιδρώντας σε μία ή περισσότερες από τις πέντε διαδικασίες αλλαγής στάσης του ELM. Για παράδειγμα, αν η σκέψη βρίσκεται σε χαμηλά επίπεδα, απλές ενδείξεις που φέρουν ένα πρόσημο, όπως η αίσθηση ισχύος, ευτυχίας ή επιβεβαίωσης, μπορούν να χρησιμεύσουν ως απλές ενδείξεις αξιολόγησης σύμφωνα με το πρόσημό τους (π.χ. αν είμαι χαρούμενος, πρέπει να μου αρέσει). Ωστόσο, αν η σκέψη ανέρχεται σε υψηλά επίπεδα, αυτές οι ίδιες μεταβλητές λειτουργούν με άλλους τρόπους, όπως δημιουργώντας μεροληψίες στη σκέψη (π.χ. η ευτυχία μπορεί να κάνει τις θετικές σκέψεις πιο προσιτές), χρησιμεύοντας ως επιχειρήματα (π.χ. η ευτυχία μπορεί να θεωρηθεί ένδειξη ότι ένα αστείο είναι πετυχημένο) ή επικυρώνοντας τις σκέψεις (π.χ. η ευτυχία μπορεί να κάνει τους ανθρώπους να εκλαμβάνουν τις σκέψεις τους ως περισσότερο έγκυρες). Αν η σκέψη δεν είναι υποχρεωτικά σε υψηλά ή χαμηλά επίπεδα, αυτές οι ίδιες παρακινήσεις μπορούν να επηρεάσουν τον αριθμό των σκέψεων που θα παραχθούν (π.χ. βλ. Petty & Briñol, 2015, για μια εκτεταμένη επισκόπηση πολλαπλών διαδικασιών του συναισθήματος· Briñol, Petty, Gallardo, & DeMarree, 2007, σχετικά με πολλαπλούς ρόλους της αυτοεπιβεβαίωσης· και Briñol et al., 2017, σχετικά με πολλαπλούς ρόλους της ισχύος).

Μολονότι στα παραδείγματα που μόλις περιγράψαμε τα συναισθήματα ευτυχίας (ή επιβεβαίωσης ή ισχύος) ενδέχεται συχνά να παράγουν θετικές στάσεις, η υποκείμενη διαδικασία μέσω της οποίας συμβαίνει αυτό μπορεί να ποικίλλει και, ως εκ τούτου, υποστηρίζουμε ότι οι συνέπειες σε επίπεδο στάσεων είναι επίσης πιθανό να διαφέρουν (π.χ. οι διαδικασίες υψηλού επιπέδου σκέψης να οδηγούν σε μεγαλύτερη αντιστοιχία στάσης-συμπεριφοράς). Θετικές μεταβλητές, όπως η ευτυχία (ή η επιβεβαίωση ή η ισχύς), μπορούν επίσης να οδηγήσουν σε αρνητικές στάσεις, όταν οι μεταβλητές αυτές μειώνουν την επεξεργασία ισχυρών επιχειρημάτων ή επικυρώνουν αρνητικές σκέψεις (π.χ. Briñol, Petty, & Barden, 2007· Paredes, Stavraki, Briñol, & Petty, 2013).

Άλλες δημοφιλείς παρεμβάσεις έχουν επιτύχει να κάνουν τους ανθρώπους να κρατήσουν απόσταση από τον εαυτό τους κατά την ανάλυση των συναισθημάτων τους. Για παράδειγμα, η παρακίνηση που θα κάνει τους ανθρώπους να αναλύσουν παρελθοντικές αρνητικές εμπειρίες από μια σκοπιά αποστασιοποιημένη από τον εαυτό (αντί από μια σκοπιά καταβύθισης στον εαυτό) επιφέρει σημαντική διαφορά στα αποτελέσματα που αφορούν την υγεία (Finkel, Slotter, Luchies, Walton, & Gross, 2013· Kross, Gard, Deldin, Clifton, & Ayduk, 2012· Kross et al., 2014). Σύμφωνα ωστόσο με την ανάλυσή μας για την αυτοεπικύρωση, η δημιουργία απόστασης από τις σκέψεις (μέσω προοπτικής, ενσυνειδη-

τότητας ή άλλων μέσων (Lee & Schwarz, 2011) θα μειώσει τη χρήση όχι μόνο των αρνητικών σκέψεων (κάνοντας τους ανθρώπους να αισθάνονται καλύτερα) αλλά και των θετικών (κάνοντας τους ανθρώπους να αισθάνονται χειρότερα). Ουσιαστικά, πρόσφατες έρευνες έχουν δείξει ότι η φυσική απόσταση ενός ανθρώπου από τις σκέψεις του μπορεί είτε να αυξήσει είτε να μειώσει τα θετικά αποτελέσματα (Briñol, Gascó, Petty, & Horcajo, 2013). Εν ολίγοις, η προσέγγισή μας ενισχύει την ιδέα ότι, αν λάβουμε υπόψη μας τις ψυχολογικές διαδικασίες στις οποίες βασίζεται η αλλαγή, θα μπορέσουμε να προσφέρουμε ένα γόνιμο πλαίσιο για την κατανόηση πολλών διαφορετικών υποδειγμάτων παρέμβασης στην ψυχολογία.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Σε αυτή την επισκόπηση, υποστηρίξαμε ότι μπορούν να σχεδιαστούν πρακτικές πρωτοβουλίες και εφαρμοσμένες παρεμβάσεις λαμβάνοντας υπόψη τις διαδικασίες επεξεργασίας και επικύρωσης. Με αυτόν τον τρόπο μπορούμε να αυξήσουμε την πιθανότητα τα επαγόμενα νοητικά περιεχόμενα (π.χ. σκέψεις, στάσεις, στόχοι) να έχουν κάποιον αντίκτυπο και επίσης να είναι σε θέση να καθοδηγήσουν τη συμπεριφορά. Η έρευνα που εξετάσαμε υποδεικνύει ότι οι κρίσεις που βασίζονται σε διαδικασίες υψηλού επιπέδου σκέψης προβλέπουν τις προθέσεις συμπεριφοράς και την ίδια τη συμπεριφορά καλύτερα απ' ό,τι οι κρίσεις που βασίζονται σε χαμηλού επιπέδου σκέψη. Όπως επισημάναμε, οι διαδικασίες επεξεργασίας είναι χρήσιμες για την κατανόηση της βραχυπρόθεσμης και της μακροπρόθεσμης αλλαγής, και δείχνουν πώς ο ίδιος χειρισμός μπορεί να προκαλέσει την ίδια αρχική απόκριση (π.χ. θετικές στάσεις), αλλά να οδηγήσει σε πολύ διαφορετικά συμπεριφορικά αποτελέσματα, ανάλογα με τον βαθμό σκέψης που έχει διοχετευθεί στην εν λόγω εκτίμηση. Οι διαδικασίες επικύρωσης είναι επίσης σημαντικές για την κατανόηση της εκτίμησης και της αλλαγής της συμπεριφοράς, ενώ δείχνουν πώς ο ίδιος χειρισμός μπορεί να προκαλέσει την ίδια αρχική απόκριση (π.χ. θετικές σκέψεις), αλλά να οδηγήσει σε πολύ διαφορετικά αποτελέσματα όσον αφορά τις εκτιμήσεις και τις συμπεριφορές, ανάλογα με το πώς οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται την εγκυρότητα αυτών των σκέψεων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Barden, J., & Petty, R. E. (2008). The mere perception of elaboration creates attitude certainty: Exploring the thoughtfulness heuristic. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 489-509.
- Bartsch, A., & Schneider, F. M. (2014). Entertainment and politics revisited: How nonescapist

- forms of entertainment can stimulate political interest and information seeking. *Journal of Communication*, 64, 369-396.
- Bridges, E., & Florsheim, R. (2008). Hedonic and utilitarian shopping goals: The online experience. *Journal of Business Research*, 61(4), 309-314.
- Briñol, P., DeMarree, K. G., & Petty, R. E. (2015). Validating a primed identity leads to expectations of group-relevant outcomes. *International Journal of Social Psychology*, 30, 614-630.
- Briñol, P., Gascó, M., Petty, R. E., & Horcajo, J. (2013). Treating thoughts as material objects can increase or decrease their impact on evaluation. *Psychological Science*, 24, 41-47.
- Briñol, P., & Petty, R. E. (2003). Overt head movements and persuasion: A self-validation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1123-1139.
- Briñol, P., & Petty, R. E. (2009). Persuasion: Insights from the self-validation hypothesis. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 69-118. New York: Elsevier.
- Briñol, P., Petty, R. E., & Barden, J. (2007). Happiness versus sadness as determinants of thought confidence in persuasion: A self-validation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 711-727.
- Briñol, P., Petty, R. E., Durso, G. R. O., & Rucker, D. D. (2017). Power and persuasion: Processes by which perceived power can influence evaluative judgments. *Review of General Psychology*, 21, 223-241.
- Briñol, P., Petty, R. E., Gallardo, I., & DeMarree, K. G. (2007). The effect of selfaffirmation in non-threatening persuasion domains: Timing affects the process. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 1533-1546.
- Briñol, P., Petty, R. E., & Hinsenkamp, L. (2018). Embodiment in sports: Strength, readiness, competitiveness, aggression, and beyond. In B. Jackson, J. A. Dimmock, & J. Compton (Eds.), *Persuasion and communication in sport, exercise, and physical activity* (pp. 201-216). Abingdon, UK: Routledge.
- Briñol, P., Petty, R. E., Valle, C., Rucker, D. D., & Becerra, A. (2007). The effects of message recipients' power before and after persuasion: A self-validation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 1040-1053.
- Briñol, P., Petty, R. E., & Wagner, B. C. (2009). Body postures effects on selfevaluation: A self-validation approach. *European Journal of Social Psychology*, 39, 1053-1064.
- Briñol, P., Petty, R. E., & Wheeler, S. C. (2006). Discrepancies between explicit and implicit self-concepts: Consequences for information processing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 154-170.
- Bryan, C. J., Walton, G. M., Rogers, T., & Dweck, C. S. (2011). Motivating voter turnout by invoking the self. *Proceedings of the National Academy of Sciences, USA*, 108, 12653-12656.
- Burgmer, P., & Englich, B. (2012). Bullseye! How power improves motor performance. *Social Psychological and Personality Science*, 4(2), 224-232.
- Cacioppo, J. T., & Petty, R. E. (1982). The need for cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 116-131.
- Cancela, A., Briñol, P., Petty, R. E., (2019). *Hedonic vs. epistemic goals in processing persuasive communications: Revisiting the classic personal involvement by argument quality interaction*. Manuscript under review.
- Cárdaba, M. A. M., Briñol, P., Horcajo, J., & Petty, R. E. (2014). Changing prejudiced attitudes by thinking about persuasive messages: Implications for resistance. *Journal of Applied Social Psychology*, 44, 343-353.

- Carpenter, C. J. (2015). A meta-analysis of the ELM's argument quality X processing type predictions. *Human Communication Research, 41*, 501-534.
- Chaiken, S., Liberman, A., & Eagly, A. H. (1989). Heuristic and systematic information processing within and beyond the persuasion context. In J. S. Uleman & J. A. Bargh (Eds.), *Unintended thought* (pp. 212-252). New York, NY: Guilford.
- Cohen, G. L., Garcia, J., Purdie-Vaughns, V., Apfel, N., & Brzustoski, P. (2009). Recursive processes in self-affirmation: Intervening to close the minority achievement gap. *Science, 324*, 400-403.
- Cohen, J. (2001). Defining identification: A theoretical look at the identification of audiences with media characters. *Mass Communication and Society, 4*, 245-264.
- Cohen, J. B., & Andrade, E. B. (2018). The ADF framework: A parsimonious model for developing successful behavioral change interventions. *Journal of Marketing Behavior, 3*, 81-119.
- DeMarree, K. G., Briñol, P., & Petty, R. E. (2014). The effects of power on prosocial outcomes: A self-validation analysis. *Journal of Economic Psychology, 41*, 20-30.
- DeMarree, K. G., Loersch, C., Briñol, P., Petty, R. E., Payne, B. K., & Rucker, D. D. (2012). From primed construct to motivated behavior: Validation processes in goal pursuit. *Personality and Social Psychology Bulletin, 38*, 1659-1670.
- Durso, G. R. O., Briñol, P., & Petty, R. E. (2016). From power to inaction: Ambivalence gives pause to the powerful. *Psychological Science, 27*, 1660-1666.
- Fazio, R. H. (1990). Multiple processes by which attitudes guide behavior – The mode model as an integrative framework. *Advances in Experimental Social Psychology, 23*, 74-109.
- Finkel, E. J., Slotter, E. B., Luchies, L. B., Walton, G. M., & Gross, J. J. (2013). A brief intervention to promote conflict reappraisal preserves marital quality over time. *Psychological Science, 24*, 1595-1601.
- Fleming, M. A., & Petty, R. E. (2000). Identity and persuasion: An elaboration likelihood approach. In M. A. Hogg & D. J. Terry (Eds.), *Attitudes, behavior, and social context: The role of norms and group membership* (pp. 171-199). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Galinsky, A. D., Gruenfeld, D. H., & Magee, J. C. (2003). From power to action. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 453-466.
- Green, M. C. (2006). Narratives and cancer communication. *Journal of Communication, 56*, 163-183.
- Green, M. C., Brock, T. D., & Kaufman, G. F. (2004). Understanding media enjoyment: The role of transportation into narrative worlds. *Communication Theory, 14*, 311-327.
- Harackiewicz, J. M., Rozek, C. S., Hulleman, C. S., & Hyde, J. S. (2012). Helping parents to motivate adolescents in mathematics and science: An experimental test of a utility-value intervention. *Psychological Science, 23*, 899-906.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Galanis, E., & Theodorakis, Y. (2011). Selftalk and sport performance: A meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science, 6*, 354-362.
- Hagtvedt, C. P., Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1992). Need for cognition and advertising: Understanding the role of personality variables in consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology, 1*, 239-260.
- Hertwig, R., & Grüne-Yanoff, T. (2017). Nudging and boosting: Steering or empowering good decisions. *Perspectives on Psychological Science, 12*, 973-986.
- Higgins, E. T., Cesario, J., Hagiwara, N., Spiegel, S., & Pittman, T. (2010). Increasing or decreasing interest in activities: The role of regulatory fit. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*, 559-572.

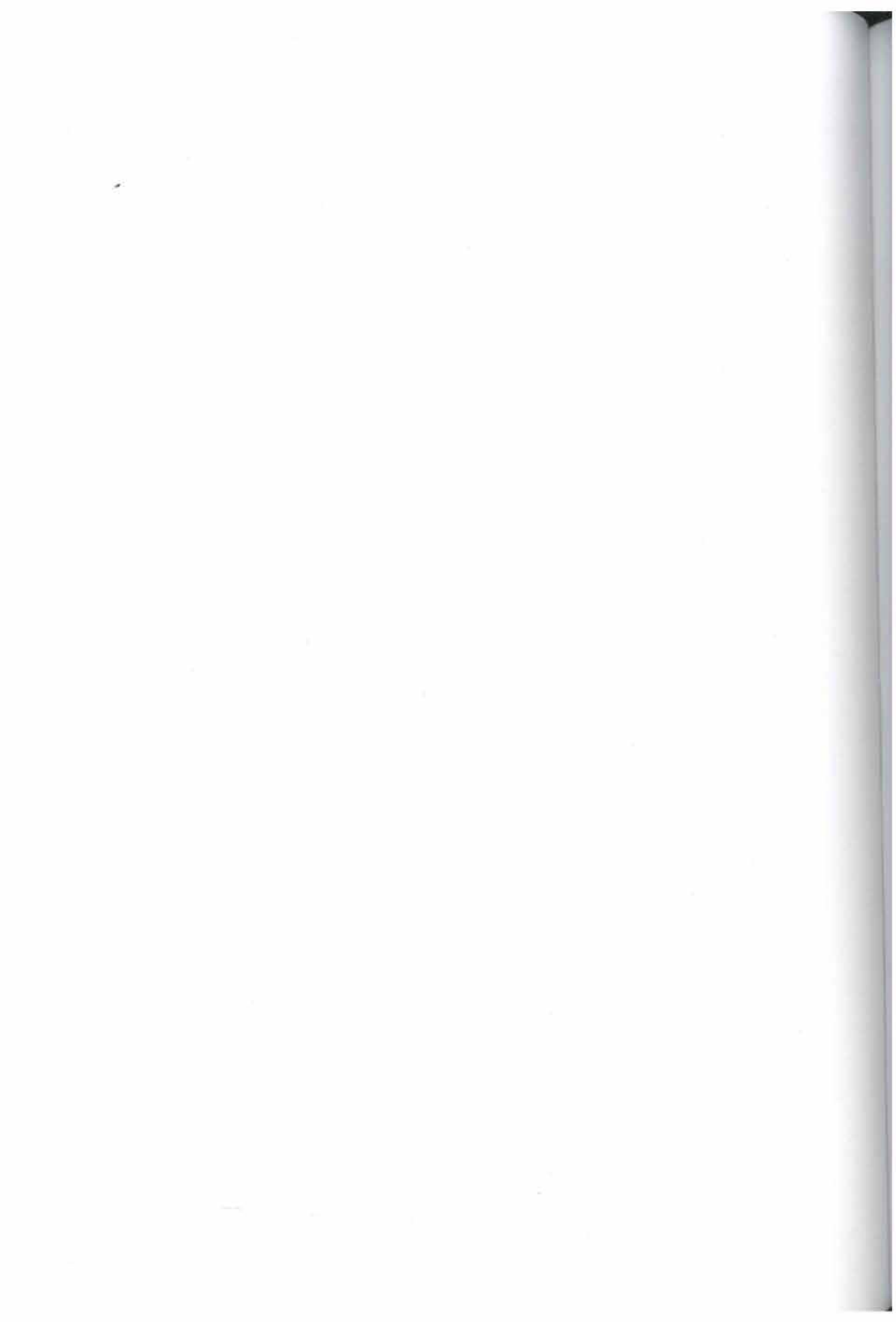
- Hirsh, J. B., Galinsky, A. D., & Zhong, C. B. (2011). Drunk, powerful, and in the dark: How general processes of disinhibition produce both prosocial and antisocial behavior. *Perspectives on Psychological Science*, 6(5), 415-427.
- Horcajo, J., & Luttrell, A. (2016). The effects of elaboration on the strength of doping-related attitudes: Resistance to change and behavioral intentions. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38, 236-246.
- Horcajo, J., Paredes, B., Higuero, G., Briñol, P., & Petty, R. E. (2019). The effects of overt head movements on physical performance after positive versus negative self-talk. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 41, 36-45.
- Hulleman, C. S., Kosovich, J. J., Baron, K. E., & Daniel, D. B. (2017). Making connections: Replicating and extending the utility value intervention in the classroom. *Journal of Educational Psychology*, 109, 387-404.
- Keltner, D., Gruenfeld, D. H., & Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological Review*, 110, 265-284.
- Krosnick, J. A., & Petty, R. E. (1995). Attitude strength: An overview. In R. E. Petty & J. A. Krosnick (Eds.), *Attitude strength: Antecedents and consequences* (pp. 1-24). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kross, E., Bruehlman-Senecal, E., Park, J., Burson, A., Dougherty, A., Shablack, H., ... Ayduk, O. (2014). Self-talk as a regulatory mechanism: How you do it matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(2), 304-324.
- Kross, E., Gard, D., Deldin, P., Clifton, J., & Ayduk, O. (2012). "Asking why" from a distance: Its cognitive and emotional consequences for people with major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 121(3), 559-569.
- Lammers, J., Dubois, D., Rucker, D. D., & Galinsky, A. D. (2013). Power gets the job: Priming power improves interview outcomes. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49, 776-779.
- Lee, S. W. S., & Schwarz, N. (2011). Wiping the slate clean: Psychological consequences of physical cleansing. *Current Directions in Psychological Science*, 20(5), 307-311.
- Lyubomirsky, S., Dickerhoof, R., Boehm, J. K., & Sheldon, K. M. (2011). Becoming happier takes both a will and a proper way: An experimental longitudinal intervention to boost well-being. *Emotion*, 11, 391-402.
- Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase well-being? *Current Directions in Psychological Science*, 22, 57-62.
- Nair, S., Sagar, M., Sollers III, J., Consedine, N., & Broadbent, E. (2014). Do slumped and upright postures affect stress responses? A randomized trial. *Health Psychology*.
- Paredes, B., Stavraki, M., Briñol, P., & Petty, R. E. (2013). Smiling after thinking increases reliance on thoughts. *Social Psychology*, 44, 349-353.
- Petty, R. E. & Briñol, P. (2012). The Elaboration Likelihood Model. In P. A. M. Van Lange, A. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (Vol. 1, pp. 224-245). London: Sage.
- Petty, R. E., Briñol, P., & Tormala, Z. L. (2002). Thought confidence as a determinant of persuasion: The self-validation hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 722-741.
- Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1979). Issue involvement can increase or decrease persuasion by enhancing message-relevant cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1915-1926.
- Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1986). The Elaboration Likelihood Model of persuasion. In L.

- Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 19, pp. 123-205). New York: Academic Press.
- Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1990). Involvement and persuasion: Tradition versus integration. *Psychological Bulletin*, *107*, 367-374.
- Petty, R. E., Cacioppo, J. T., & Schumann, D. (1983). Central and peripheral routes to advertising effectiveness: The moderating role of involvement. *Journal of Consumer Research*, *10*, 135-146.
- Petty, R. E., Haugtvedt, C., & Smith, S. M. (1995). Elaboration as a determinant of attitude strength: Creating attitudes that are persistent, resistant, and predictive of behavior. In R. E. Petty & J. A. Krosnick (Eds.), *Attitude strength: Antecedents and consequences* (pp. 93-130). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Petty, R. E., & Krosnick, J. A. (Eds.) (1995). *Attitude strength: Antecedents and consequences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Petty, R. E., Schumann, D. W., Richman, S. A., & Strathman, A. J. (1993). Positive mood and persuasion: Different roles for affect under high and low elaboration conditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *64*, 5-20.
- Pratto, F. (2016). On power and empowerment. *British Journal of Social Psychology*, *55*, 1-20.
- Priester, J. M. & Petty, R. E. (1996). The gradual threshold model of ambivalence: Relating the positive and negative bases of attitudes to subjective ambivalence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *71*, 431-449.
- Rucker, D. D., & Petty, R. E. (2004). When resistance is futile: Consequences of failed counter-arguing for attitude certainty. *Journal of Personality and Social Psychology*, *86*, 219-235.
- Rucker, D. D., Tormala, Z. L., Petty, R. E., & Briñol, P. (2014). Consumer conviction and commitment: An appraisal-based framework for attitude certainty. *Journal of Consumer Psychology*, *24*(1), 119-136.
- Schwarz, N., Bless, H., Strack, F., Klumpp, G., Rittenauer-Schatka, H., & Simons, A. (1991). Ease of retrieval as information: Another look at the availability heuristic. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*, 195-202.
- Slater, M. D. (2002). Involvement as goal-directed strategic processing: Extending the Elaboration Likelihood Model. In J. Dillard & M. Pfau (Eds.), *The persuasion handbook: Theory and practice* (pp. 175-195). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tod, D., Edwards, C., McGuigan, M., & Lovell, G. (2015). A systematic review of the effect of cognitive strategies on strength performance. *Sports Medicine*, *45*, 1589-1602.
- Tod, D., Hardy, J., & Oliver, E. J. (2011). Effects of self-talk: A systematic review. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *33*, 666-687.
- Tormala, Z. L., Falces, C., Briñol, P., & Petty, R. E. (2007). Ease of retrieval effects in social judgment: The role of unrequested cognitions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *93*, 143-157.
- Tormala, Z. L., & Petty, R. E. (2001). On-line versus memory based processing: The role of "need to evaluate" in person perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *12*, 1599-1612.
- Tormala, Z. L., Petty, R. E., & Briñol, P. (2002). Ease of retrieval effects in persuasion: A self-validation analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *28*, 1700-1712.
- van Harreveld, F., van der Pligt, J., & de Liver, Y. N. (2009). The agony of ambivalence and ways to resolve it: Introducing the MAID model. *Personality and Social Psychology Review*, *13*, 45-61.

- Van Raalte, J. L., Vincent, A., & Brewer, B. W. (2016). Self-talk: Review and sport-specific model. *Psychology of Sport and Exercise, 22*, 139-148.
- Walton, G. M. (2014). The new science of wise psychological interventions. *Current Directions in Psychological Science, 23*, 73-82.
- Walton, G. M., & Wilson, T. D. (2018). Wise interventions: Psychological remedies for social and personal problems. *Psychological Review, 125*, 617-655.
- Wegener, D. T., Clark, J. K., & Petty, R. E. (2006). Not all stereotyping is created equal. Differential consequences of thoughtful versus non-thoughtful stereotyping. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*, 42-59.
- Wells, G. L., & Petty, R. E. (1980). The effects of overt head movements on persuasion: Compatibility and incompatibility of responses. *Basic and Applied Social Psychology, 1*, 219-230.
- Wichman, A. L., Briñol, P., Petty, R. E., Rucker, D. D., Tormala, Z. L., & Weary, G. (2010). Doubting one's doubt: A formula for confidence. *Journal of Experimental Social Psychology, 46*, 350-355.
- Wilson, T. D., Reinhard, D. A., Westgate, E. C., Gilbert, D. T., Ellerbeck, N., Hahn, C., Brown, C., & Shaked, A. (2014). Just think: The challenges of the disengaged mind. *Science, 345*(6192), 75-77.
- Wilson, T. D., Westgate, E. C., Buttrick, N. R., & Gilbert, D. (in press). The mind is its own place: The difficulties and benefits of thinking for pleasure. *Advances in Experimental Social Psychology*.
- Wiseman, R. (2012). *Rip it up: How small movements can change your life*. New York, NY: Free Press.
- Wiseman, R. (2013). *The as if principle: The radically new approach to changing your life*. London: Pan Books.
- Zillmann, D., & Bryant, J. (2002). Entertainment as media effect. In J. Bryant & D. Zillmann (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research* (2nd ed., pp. 549-582). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

■ Β' ΜΕΡΟΣ ■

Πρώθηση της ατομικής υγείας και ευημερίας



CALL OF DUTY: ΟΙ ΠΟΛΕΜΟΙ ΤΟΥ ΚΑΠΝΟΥ

Αντιπαραβολή των επιδράσεων εγκωμιαστικών και αποτρεπτικών μηνυμάτων σχετικά με τον καπνό σε ψυχαγωγικά ηλεκτρονικά παιχνίδια

Hart Blanton, Christopher N. Burrows και Timothy Regan

CALL OF DUTY: ΟΙ ΠΟΛΕΜΟΙ ΤΟΥ ΚΑΠΝΟΥ

Η διαχωριστική γραμμή μεταξύ πραγματικού και μη πραγματικού γίνεται ολοένα και πιο θολή. Στην εργασία και στο παιχνίδι, οι άνθρωποι αφιερώνουν διαρκώς περισσότερο χρόνο σε εμπειρίες διαμεσολαβούμενες από τον ηλεκτρονικό υπολογιστή – εικονικές πραγματικότητες, επαυξημένες πραγματικότητες και η συγχώνευση αυτών των δύο στην επονομαζόμενη μεικτή πραγματικότητα. Καθώς οι διαδοχικές γενιές συνεχίζουν αυτή την αποδημητική πορεία από το πραγματικό στο μη πραγματικό, οι ψυχολογικές θεωρίες θα πρέπει να τροποποιηθούν κι αυτές ανάλογα. Η προσπάθεια αυτή γίνεται μέσω της εξέτασης του πώς αλλάζουν οι διαδικασίες επιρροής, όταν τα άτομα εμβυθίζονται πλήρως σε εικονικούς κόσμους, και πώς αυτές οι διαδικασίες μπορούν στη συνέχεια να επηρεάσουν τις στάσεις τους στον πραγματικό κόσμο. Οι περισσότερες από τις έρευνες που έχουν καταπιαστεί με αυτό το ερώτημα έχουν εφαρμόσει τις αρχές της κοινωνικής μάθησης, προκειμένου να εγκαταστήσουν έναν συνδεδεμένο κρίκο ανάμεσα στην προσομοιωμένη βία εντός παιχνιδιού και της επιθετικότητας που παρατηρείται στα παιδιά (π.χ. Anderson, Gentile & Buckley, 2007). Αυτό το ερευνητικό έργο βρέθηκε πρόσφατα στο στόχαστρο της κριτικής, καθώς κάποιοι υποστήριξαν ότι οι κοινωνικοί ψυχολόγοι που εργάζονται σε αυτή την παράδοση δεν έχουν καταφέρει να λάβουν υπόψη τους την ικανότητα των ανθρώπων να διακρίνουν την πραγματικότητα από τη μυθοπλασία (Ferguson & Dyck, 2012).

Στο κεφάλαιο που ακολουθεί, αντιστρέφουμε το παραπάνω επιχείρημα. Υποστηρίζουμε ότι, ακριβώς επειδή οι άνθρωποι είναι σε θέση να διακρίνουν την πραγματικότητα από τη μυθοπλασία, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια μπορούν κάποιες φορές να ασκήσουν σημαντικές επιδράσεις στον πραγματικό κόσμο. Διερευνούμε αυτή τη δυνατότητα, καθώς αυτή σχετίζεται με την επιρροή της ενασχόλησης με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια στις αποφάσεις για την υγεία, με ιδιαίτερη έμφαση στους τρόπους με τους οποίους τα ηλεκτρονικά παιχνίδια μπορούν να επηρεάσουν τη χρήση νικοτίνης και καπνού μεταξύ του εφηβικού κοινού που παίζει αυτά τα παιχνίδια. Όπως δείχνουμε, πολλά από τα πιο δημοφιλή εμπορικά ηλεκτρονικά παιχνίδια που παίζουν οι έφηβοι είναι πλούσια σε εικόνες και πλοκή, οι οποίες προωθούν τη χρήση νικοτίνης και καπνού (NTU). Υποστηρίζουμε επιπλέον ότι ο εμφανώς φανταστικός χαρακτήρας αυτών των εικόνων είναι ακριβώς το χαρακτηριστικό εκείνο που μπορεί να τις καταστήσει απειλή για τη δημόσια υγεία. Στη συνέχεια, παρουσιάζουμε ερευνητικά ευρήματα που υποδεικνύουν ότι οι υπεύθυνοι επικοινωνίας σε θέματα υγείας πρέπει να πολεμούν τη φωτιά με τη φωτιά, μαθαίνοντας πώς να διεξάγουν ενημερωτικές (βασισμένες σε πραγματικά γεγονότα) εκστρατείες υγείας, μέσα από τους εμπυθιστικούς (φανταστικούς) κόσμους των ηλεκτρονικών παιχνιδιών.

ΕΙΚΟΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΟΡΑ

Η υπόθεσή μας είναι ότι μέσω της εμπύθισης των παικτών σε συναρπαστικές προσομοιώσεις, που παρουσιάζουν έντονη ομοιότητα με την πραγματική ζωή, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια μπορούν να ασκήσουν δυναμική επιρροή, ικανή να φέρει αλλαγές στις στάσεις και τις πεποιθήσεις των παικτών. Υποστηρίζουμε αυτή την υπόθεση αντλώντας από δύο αλληλένδετες ερευνητικές παραδόσεις. Η πρώτη είναι η έρευνα για την πειθώ μέσω μυθοπλασίας. Η ιστορία έχει να επιδείξει πολλές περιπτώσεις στις οποίες μυθοπλαστικά κείμενα άσκησαν σημαντικές επιδράσεις στην κοινή γνώμη. Οι ιστορικοί θα μπορούσαν να αναφέρουν την *Καλύβα του μπαρμπα-Θωμά* της Harriet Beecher Stowe, ένα μυθιστόρημα που έδωσε μεγάλη ώθηση στην υπόθεση της κατάργησης της δουλείας, στο διάστημα που προηγήθηκε του εμφυλίου πολέμου στις ΗΠΑ, ή τη *Ζούγκλα* του Upton Sinclair, το βιβλίο που οδήγησε σε αλλαγές στη βιομηχανία συσκευασίας κρέατος και προώθησε τη δημόσια υποστήριξη υπέρ της ασφάλειας των τροφίμων. Η κοινωνική ψυχολογία παραπέμπει με τη σειρά της στην έρευνα σχετικά με τη μιμητική αυτοκτονία, η οποία άντλησε την πρώιμη έμπνευσή της από τεκμηριωμένες αυξήσεις των ποσοστών αυτοκτονίας που ακολούθησαν τη δημοσίευση του μυθιστορημάτων του Wolfgang von Goethe *Τα πάθη του νεαρού Βέρθερου* (Phillips, 1982).

Οι Prentice, Gerrig και Bailis (1997) και οι Gerrig και Prentice (1991) υποστήριξαν ότι, σε τέτοιες περιπτώσεις, είναι πιθανό οι ιστορίες να διαμόρφωσαν την κοινή γνώμη και να άλλαξαν τις προσωπικές αποφάσεις όχι *παρά* τη φανταστική φύση τους, αλλά εν μέρει *λόγω* αυτής τους της ιδιότητας. Η απόλαυση ενός προϊόντος μυθοπλασίας ή η ψυχαγωγία που προσφέρουν οι ανατροπές στην πλοκή του ισοδυναμούν κατά κάποιον τρόπο με την αποδοχή της «πραγματικότητας» που παρουσιάζει. Οι ιστορίες γίνονται συναρπαστικές στον βαθμό στον οποίο οι αναγνώστες αισθάνονται και βιώνουν τους χαρακτήρες και τις εμπειρίες τους σαν να είναι πραγματικές (με αποτέλεσμα αυτό στο οποίο ο Coleridge 1817/1906 αναφέρεται ως «εκούσια αναστολή της δυσπιστίας», σ. 161). Αυτή η αλλαγή στην αντίληψη μπορεί να κάνει τα άτομα πιο ανοιχτά και λιγότερο επικριτικά απέναντι στις πληροφορίες που συναντούν σε φανταστικές ιστορίες, ίσως ακόμη και μπροστά σε πληροφορίες συναφείς με τον πραγματικό κόσμο. Σε μια σειρά από μελέτες, οι Prentice και Gerrig κατέληξαν σε ευρήματα που υποστηρίζουν αυτόν τον ισχυρισμό. Όταν σε έναν διάλογο, στο πλαίσιο μιας ιστορίας, ενσωματώνονταν αναληθείς πληροφορίες, αυτές είχαν την ικανότητα να διαμορφώσουν τις μεταγενέστερες πεποιθήσεις στον βαθμό στον οποίο περιείχονταν σε ένα γραπτό κείμενο που εκλαμβάνονταν ως φανταστικό (Gerrig & Prentice, 1991), ειδικά αν τοποθετούνταν σε ένα άγνωστο μέρος, όπου ήταν διακριτή η ιστορία από την πραγματικότητα του αναγνώστη (Prentice, Gerrig & Bailis, 1997).

Η έρευνα για την πειθώ που μπορεί να ασκήσει η μυθοπλασία έχει εμπνεύσει μια δεύτερη, ευρύτερη σειρά ερευνών, οι οποίες εξετάζουν τον ρόλο που μπορεί να παίξει η «αφηγηματική μεταφορά» στην ενίσχυση της πειθούς και της επιρροής. Οι Green και Brock (2000) πρότειναν ότι, καθώς τα άτομα «μεταφέρονται» στην υπόθεση ενός κειμένου (έτσι ώστε να μπορούν να παραστήσουν σε εικόνες τα γεγονότα της ιστορίας σαν να πηγάζουν από μια βιωμένη εμπειρία, να ταυτιστούν με τον αφηγητή ή να συνδεθούν συναισθηματικά με άλλους χαρακτήρες της ιστορίας), μπορεί να γίνουν λιγότερο επικριτικά και πιο ανοιχτά απέναντι στις ιδέες που συναντούν. Σε μια σειρά από μελέτες που στηρίζουν την υπόθεσή τους, διαπίστωσαν ότι όσο αυξάνεται η μεταφορά μέσα στην αφήγηση μιας ιστορίας, τόσο αυξάνεται επίσης η επιρροή του περιεχομένου αυτών των ιστοριών (και διαπίστωσαν ότι αυτό ισχύει είτε μια ιστορία παρουσιάζεται ως μυθοπλασία είτε όχι). Συμπληρωματικές μελέτες πρότειναν ότι το αποτέλεσμα αυτό προκύπτει, εν μέρει, επειδή οι άνθρωποι αναπτύσσουν λιγότερο επεξεργασμένα αντεπιχειρήματα απέναντι σε ιδέες με τις οποίες δεν συμφωνούν όταν μεταφέρονται μέσα στην αφήγηση (Green, Garst, & Brock, 2004). Αυτό το εύρημα έχει σαφείς συνέπειες για την επικοινωνία σε θέματα υγείας, όπου οι διάφορες μορφές αντίστασης μπορεί να αποτελέσουν εμπόδιο στην πειθώ και στην επιρροή (Brehm, 1966· Knowles & Linn, 2004· Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο· Witte,

1992). Στον βαθμό στον οποίο οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας μπορούν να ενσωματώσουν μηνύματα σε μια ιστορία με καθηλωτική αφήγηση, έχουν πιθανότητες να ασκήσουν μεγαλύτερη επιρροή στις αποφάσεις που λαμβάνουμε για την υγεία μας στον πραγματικό κόσμο (βλ. Green, 2006).

Τα δύο αυτά πλαίσια, η πειθώ μέσω της μυθοπλασίας και η πειθώ μέσω της αφηγηματικής μεταφοράς, μας παρέχουν μια βάση στην οποία θα διατυπώσουμε την πρόβλεψη ότι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια έχουν ενδεχομένως τη δυνατότητα να επιφέρουν συνέπειες στις στάσεις και τις πεποιθήσεις ενός ατόμου. Όχι μόνο πολλά σύγχρονα παιχνίδια καταφέρνουν να εμβυθίσουν τους παίκτες σε πλούσιες αφηγήσεις, που μπορούν να ξεδιπλώνονται μέσα στον χρόνο, αλλά διαθέτουν επιπλέον στοιχεία που μπορούν να εντείνουν την εμβύθιση στο παιχνίδι – το φαινόμενο που ονομάζουμε *εικονική μεταφορά*, για να το διακρίνουμε από την αφηγηματική μεταφορά.¹ Μεταξύ των χαρακτηριστικών των ηλεκτρονικών παιχνιδιών που έχουν περισσότερες πιθανότητες να προωθούν αυτή τη μορφή εμβύθισης συγκαταλέγονται τα ζωντανά και ρεαλιστικά γραφικά (Sollins, 2011), τα υψηλά επίπεδα διαδραστικότητας και οι ευκαιρίες για ταύτιση με τους χαρακτήρες (Carpentier, Rogers, & Barnard, 2015· Lin, 2013· Williams, 2011), καθώς και οι εντός παιχνιδιού συνέπειες για τις επιλογές και τις ενέργειες του παίκτη (Carnagey & Anderson, 2005· Sauer, Drummond, & Nova, 2015). Χρησιμοποιώντας γνωρίσματα που διευκολύνουν τους παίκτες να αφήσουν πίσω τους πραγματικούς κόσμους τους, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια μπορούν επίσης να τους βοηθήσουν να αφήσουν πίσω τους ένα κομμάτι της πραγματικής αντίστασής τους στην επιρροή, κάνοντάς τους ανοιχτούς σε ιδέες που διαφορετικά θα απέρριπταν (βλ. Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο). Η αντίσταση μπορεί να μειωθεί ακόμη περισσότερο λόγω των γνωστικών καταστάσεων που μπορούν να προωθήσουν τα παιχνίδια. Τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, από τη φύση τους, δημιουργούν υψηλό γνωστικό φορτίο και οι παίκτες συχνά επιμένουν να παίζουν εμπορικά παιχνίδια, έχοντας υπερβεί κατά πολύ το όριο της κόπωσης – παρά-

1. Ορίζουμε την εμπειρία της εμβύθισης σε μια προσομοίωση ηλεκτρονικού υπολογιστή ως «εικονική μεταφορά», καθώς έτσι έχουμε τη δυνατότητα να προβούμε σε πιο σαφείς παραλληλισμούς με προηγούμενες έρευνες που συνδέουν την αφηγηματική μεταφορά με την πειθώ και την επιρροή. Ωστόσο, η έννοια αυτή είναι σχεδόν ισοδύναμη ή καθόλου διαφορετική από τις παλαιότερες έννοιες της «τηλεπαρουσίας» ή/και της «παρουσίας» που χρησιμοποιούνται από ερευνητές (σε μεγάλο βαθμό από μηχανικούς υπολογιστών) που μελετούν την εμβύθιση σε πραγματικότητες διαμεσολαβούμενες από τον ηλεκτρονικό υπολογιστή (βλ. Barfield, Zeltzer, Sheridan, & Slater, 1995). Δεν έχουμε καμία διάθεση να συμβάλουμε στον πολλαπλασιασμό νέων ή εναλλάξιμων όρων, αλλά, κατά την αξιολόγηση από ομότιμους κριτές, οι επιμελητές και οι κριτές ήταν έντονα διχασμένοι ως προς τον όρο που *έπρεπε* να χρησιμοποιήσουμε, με το πλεονέκτημα να βαραίνει υπέρ της μεταφοράς.

γοντες που μπορούν να μειώσουν περαιτέρω την αντίσταση και να αυξήσουν την επιρροή (π.χ. Burkley, 2008· Gilbert, 1991). Όλα αυτά υποδηλώνουν ότι η σύναρπαστική μυθοπλασία των εμπορικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών μπορεί κατά καιρούς να υπερβαίνει τα περιγράμματά της και να γίνεται πραγματική, αλλάζοντας τη στάση και τις γνώμες των παικτών με τρόπους που μπορούν να επηρεάσουν τις μεταγενέστερες αποφάσεις τους. Δυστυχώς, όταν εξετάζουμε τις επιρροές που ενδέχεται να έχουν τα εμπορικά παιχνίδια στη δημόσια υγεία γενικά και στη χρήση νικοτίνης και καπνού στους εφήβους ειδικότερα, έχουμε βάσιμους λόγους να υποψιαζόμαστε ότι οι τρέχουσες επιδράσεις κινούνται κατά κανόνα προς τη χειρότερη κατεύθυνση.

ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΣΤΗ ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ

Ένα μεγάλο σύνολο ερευνών υποδεικνύουν ότι οι κινηματογραφικές και τηλεοπτικές ιστορίες που προωθούν ή εγκωμιάζουν τη διακινδύνευση μπορούν να διευρύνουν το φάσμα των πιθανών κινδύνων στους οποίους τα ίδια τα άτομα είναι διατεθειμένα να εκτεθούν – όχι μόνο τα ποσοστά χρήσης νικοτίνης και καπνού, αλλά και η χρήση και η κατάχρηση αλκοόλ, η σεξουαλική επαφή χωρίς προστασία, η απερίσκεπτη οδήγηση και άλλες ριψοκίνδυνες συμπεριφορές που μπορούν να εκτοξευτούν στα ύψη λόγω του εγκωμιασμού της διακινδύνευσης (Brown & Witherspoon, 2002· Escobar-Chaves & Anderson, 2008). Κατά την κοινή εγχειρηματοποίηση του όρου, τα μέσα «εγκωμιάζουν» τον κίνδυνο σε βαθμό στον οποίο παρουσιάζει με θετικό πρόσημο τις ενέργειες ατόμων που θέτουν εν γνώσει τους σε κίνδυνο την υγεία και την ευημερία τους ή/και θέτουν σε κίνδυνο τη θετική έκβαση σε άλλους τομείς της ζωής. Η πιο ολοκληρωμένη υποστήριξη της υποτιθέμενης επίδρασης που μπορεί να έχει η εγκωμιαστική στάση των μέσων απέναντι στη διακινδύνευση όσον αφορά την πραγματική υιοθέτηση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών μπορεί να βρεθεί σε μια μετα-ανάλυση του Fischer και των συνεργατών του (2011). Ανέλυσαν 105 ανεξάρτητα μεγέθη επίδρασης, τα οποία άντλησαν από μελέτες σε περισσότερα από 80.000 άτομα, τα οποία συμμετείχαν σε μια σειρά από πειραματικούς, συγχρονικούς και διαχρονικούς ερευνητικούς σχεδιασμούς. Βρήκαν σημαντικές εκτιμήσεις του δείκτη g του Hedge για τις επιδράσεις που είχε η έκθεση σε εγκωμιαστικά προς τη διακινδύνευση μηνύματα στην υιοθέτηση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών ($g = 0,41$), μεταξύ των οποίων και το κάπνισμα ($g = 0,44$). Καμία μελέτη στη μετα-αναλυτική επισκόπησή τους δεν συνέδεε ειδικά την παρουσίαση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών στα ηλεκτρονικά παιχνίδια με τη χρήση νικοτίνης ή καπνού, αλλά μια διαχρονική μελέτη από τον Hull και τους συνεργάτες του είναι κατατοπιστική όσον αφορά το θέμα. Κατέγραψαν τις συνήθειες παρακολούθησης μέσων και τις ριψοκίν-

δυνες συμπεριφορές ενός δείγματος εφήβων σε τρία κύματα και σε διάστημα τεσσάρων ετών και διαπίστωσαν ότι η αυτοαναφερόμενη έκθεση σε ηλεκτρονικά παιχνίδια, αξιολογημένα ως κατάλληλα για άτομα άνω των 17 ετών, προέβλεπε το κάπνισμα (καθώς και την κατανάλωση αλκοόλ, την επιθετικότητα, την παραβατικότητα και τις ριψοκίνδυνες σεξουαλικές συμπεριφορές). Η επίδραση αυτή παρέμενε ισχυρή, κρατώντας σταθερές τις μεταβλητές της προηγούμενης συμπεριφοράς, καθώς και μια σειρά από μεταβλητές σχετικές με δημογραφικά στοιχεία, χαρακτηριστικά του νοικοκυριού και τη γονικότητα. Αυτή η μοναδική μελέτη παρέχει έναν απαραίτητο διαχρονικό σύνδεσμο με πολλές προηγούμενες συγχρονικές μελέτες που υποστήριζαν την πιθανότητα μιας αιτιώδους επίδρασης της ενασχόλησης με ηλεκτρονικά παιχνίδια στο κάπνισμα (π.χ. Raiff, Jarvis, & Rapoza, 2012· Van Rooij et al., 2014).

Μια κοινή ερμηνεία των επιδράσεων του εγκωμιασμού της διακινδύνευσης στην υιοθέτηση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών για την υγεία είναι ότι, προωθώντας αντικανονιστικές ή κοινωνικά «αποκλίνουσες» ενέργειες, τα μέσα που παρουσιάζουν ριψοκίνδυνες συμπεριφορές γενικά και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια ειδικότερα ενδέχεται να προωθούν συμπεριφορές που παραβιάζουν τις νόρμες, συμπεριλαμβανομένων διακινδυνεύσεων που παραβιάζουν τις νόρμες σε θέματα υγείας. Αυτή η ερμηνεία εστιάζει την προσοχή στον ενήλικο χαρακτήρα πολλών από τα σημερινά παιχνίδια, τα οποία συχνά περιλαμβάνουν βία, έγκλημα και άλλα θέματα «κατάλληλα» για άτομα που δεν είναι πια παιδιά ή έφηβοι. Έχουμε ωστόσο λόγους να υποψιαζόμαστε ότι τα σύγχρονα παιχνίδια προωθούν κάτι περισσότερο από μια γενική υιοθέτηση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών. Δεν αποκλείεται να προωθούν ευθέως τη χρήση νικοτίνης και καπνού (NTU). Πολλά από τα πιο δημοφιλή εμπορικά ηλεκτρονικά παιχνίδια που παίζονται από εφήβους και νεαρούς ενήλικες περιέχουν επίσης υψηλά επίπεδα φανερά και κρυφής προώθησης προϊόντων νικοτίνης και καπνού· επίπεδα που υποψιαζόμαστε πως είναι άγνωστα σε πολλούς γονείς και ερευνητές του τομέα της δημόσιας υγείας (βλ. επίσης Papies, σε αυτόν τον τόμο).

Πρόσφατα, πραγματοποιήσαμε μια έρευνα γνώμης βασισμένη σε ερεθίσματα επαγωγής σε ένα μεγάλο δείγμα εφήβων, ηλικίας 18-24 ετών, προερχόμενο από φοιτητές κολεγίων (δεξαμενή συμμετεχόντων) και την κοινότητα (Mechanical Turk). Τους ζητήσαμε να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο με ερωτήσεις ανοιχτού τύπου, όπου θα περιέγραφαν τα είδη εικονοποιίας και προώθησης προϊόντων καπνού που έχουν παρατηρήσει σε εμπορικά παιχνίδια, κι εκείνοι έδωσαν πολλά γλαφυρά παραδείγματα. Αναλογιστείτε το ακόλουθο: μια εκδοχή του *Guitar Hero* (ένα παιχνίδι που έχει αξιολογηθεί κατάλληλο για εφήβους) μερικές φορές τοποθετεί τους παίκτες μπροστά σε πλήθη θαμώνων μπαρ που καπνίζουν. Οι παίκτες δημοφιλών παιχνιδιών, όπως το *Call of Duty*, το *Mass Effect 3* και το *Medal of Honor*, αλληλεπιδρούν άμεσα και συνεργάζονται

με ηρωικούς, ωραιοποιημένους χαρακτήρες που καπνίζουν πούρα και τσιγάρα. Οι παίκτες στο *Grand Theft Auto* και το *Assassin's Creed* μπορούν να αγοράσουν και να πουλήσουν τσιγάρα για να βγάλουν χρήματα (και πρέπει να το κάνουν, αν θέλουν να προχωρήσουν στο παιχνίδι). Οι παίκτες του *Grand Theft Auto* εκτίθενται σε εντός παιχνιδιού μάρκετινγκ καπνού που προωθεί μια φανταστική μάρκα τσιγάρων (*Redwood Cigarettes*) και οι παίκτες των *Grand Theft Auto*, *Fallout*, *Guns of the Patriot*, *Bioshock* και *Red Dead Redemption 2* μπορούν να επιλέξουν αν οι χαρακτήρες τους θα καπνίζουν ή θα «ατμίζουν», και από αυτές τις προσομοιωμένες ενέργειες θα ανταμειφθούν στο παιχνίδι με αυξημένη ενέργεια, προσοχή, αντίληψη ή/και ευκινησία του χαρακτήρα τους.

Από μόνος του ο τεράστιος όγκος του περιεχομένου καπνού στα εμπορικά παιχνίδια μάς έκανε να επανεξετάσουμε κάποια από τα ευρήματα της μελέτης του Hull και των συνεργατών του (2014). Ίσως, όσον αφορά συγκεκριμένα την προώθηση του καπνού, η «διακινδύνευση» με τις σημαντικότερες συνέπειες που εγκωμιάζεται είναι η χρήση νικοτίνης και καπνού. Ο Αμερικανός Γενικός Διευθυντής Δημόσιας Υγείας (US Surgeon General, 2014) έχει ήδη καταλήξει στο συμπέρασμα ότι έχουμε στη διάθεσή μας επαρκή στοιχεία για να συμπεράνουμε μια αιτιώδη και σημαντική επίδραση της θετικής εικόνας του καπνού που διαμορφώνει ο κινηματογράφος στο εφηβικό κάπνισμα. Κατά την άποψή μας, η κινηματογραφική προώθηση εικόνων καπνού ωχριά μπροστά στο περιεχόμενο χρήσης καπνού στα εμπορικά ηλεκτρονικά παιχνίδια που παίζουν οι έφηβοι, ενώ σε συνδυασμό με τις ιδιότητες «μεταφοράς» των ηλεκτρονικών παιχνιδιών φαίνεται αρκετά πιθανό ότι αυτό το είδος εικονοποιίας θα ασκεί ακόμη ισχυρότερη επιρροή στη λήψη αποφάσεων των εφήβων από οτιδήποτε άλλο έχουμε συναντήσει έως τώρα. Ωστόσο, γνωρίζουμε μόνο μία μελέτη που έχει εξετάσει την έκθεση σε εικονοποιία σχετική με τον καπνό στα ηλεκτρονικά παιχνίδια ως παράγοντα κινδύνου. Η Cranwell και οι συνεργάτες της (2016) κωδικοποίησαν το περιεχόμενο των ηλεκτρονικών παιχνιδιών που έπαιζε ένα δείγμα 1.094 εφήβων ηλικίας 11-17 ετών και διαπίστωσαν ότι όσοι έπαιζαν παιχνίδια με περιεχόμενο καπνού και αλκοόλ είχαν περισσότερες πιθανότητες να πειραματιστούν με αυτές τις ουσίες. Η συγχρονική φύση της μελέτης τους αφήνει ωστόσο το εύρημα ανοιχτό σε πολλαπλές ερμηνείες.

Προκειμένου το συγκεκριμένο ζήτημα να γίνει καλύτερα κατανοητό, αποφασίσαμε να πραγματοποιήσουμε ένα εργαστηριακό πείραμα που θα εξέταζε την επιρροή του περιεχομένου των ηλεκτρονικών παιχνιδιών στον τρόπο σκέψης σχετικά με την υγεία. Στην αρχή του εξαμήνου, ζητήσαμε (Blanton, Burrows, & Regan, 2019) από φοιτητές, οι οποίοι προέρχονταν από τη δεξαμενή συμμετεχόντων του πανεπιστημίου μας, να κάνουν αρχικές αξιολογήσεις της στάσης τους απέναντι στο «άτμισμα» (κάπνισμα ηλεκτρονικού τσιγάρου). Στην πορεία του εξαμήνου, ζητήσαμε από τους φοιτητές να λάβουν μέρος σε μια μελέτη που

τους παρουσιάστηκε ως έρευνα για τους παράγοντες που διαμορφώνουν την απόλαυση της ενασχόλησης με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Όλοι τους έπαιξαν ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι με σκέιτμπορντ, το οποίο είχαμε σχεδιάσει από την αρχή χρησιμοποιώντας τη μηχανή δημιουργίας παιχνιδιών Unity. Οι παίκτες του παιχνιδιού μας διέρχονταν μέσα από τριδιάστατα σκηνικά πάνω σε μια σκηνίδα σκέιτ – από ένα νυχτερινό αστικό τοπίο μέχρι μια αίθουσα καζίνο γεμάτη χρώματα. Για να διατηρήσουν την απόλαυση του παιχνιδιού, μπορούσαν να πηδήξουν πάνω από ράμπες και από κτίρια, ενώ την ίδια στιγμή έκαναν κόλπα και συνέλεγαν αντικείμενα για να αυξήσουν το σύνολο των πόντων τους. Αυτό που δεν γνώριζαν ήταν ότι είχαμε συμπεριλάβει έναν μοναδικό, λεπτό πειραματικό χειρισμό του χαρακτήρα τους. Όλοι οι συμμετέχοντες έπαιζαν έναν χαρακτήρα ίδιου φύλου με το δικό τους, αλλά στη βάση μιας τυχαίας κατανομής ο χαρακτήρας αυτός είτε κάπνιζε ένα ηλεκτρονικό τσιγάρο όση ώρα έκανε σκέιτμπορντ είτε όχι. Αν ο χαρακτήρας κάπνιζε, οι παίκτες μπορούσαν κατά διαστήματα να ακούσουν τον χαρακτήρα τους να εισπνέει καπνό από τη συσκευή κι έπειτα να δουν ένα «ίχνος ατμού» που έμοιαζε με καπνό τσιγάρου να τον ακολουθεί. Αφού έπαιζαν το παιχνίδι, οι συμμετέχοντες καλούνταν στη συνέχεια να αξιολογήσουν το επίπεδο μεταφοράς τους στο παιχνίδι κι έπειτα, χρησιμοποιώντας μια ψευδή διαδικασία «διπλής μελέτης», τους ζητούσαμε να προβούν σε μια σειρά από φαινομενικά άσχετες αξιολογήσεις, συμπεριλαμβανομένης μιας σελίδας αξιολογήσεων όπου εκτιμούσαν τον προσλαμβανόμενο πιθανό κίνδυνο του καπνίσματος ηλεκτρονικού τσιγάρου.

Διαπιστώσαμε ότι όσο πιο θετικά διετεθειμένοι προς το ηλεκτρονικό τσιγάρο αισθάνονταν οι συμμετέχοντες στην αρχή του εξαμήνου, τόσο περισσότερο «μεταφερμένοι» ανέφεραν ότι αισθάνονταν στο παιχνίδι σε συνάρτηση με το «εικονικό άτμισμα». Αυτό το εύρημα υποδηλώνει ότι μπορεί να υπάρχει κάποια συνέργεια μάρκετινγκ ανάμεσα στην προώθηση των προϊόντων νικοτίνης και καπνού από την καπνοβιομηχανία και στην προώθηση των ηλεκτρονικών παιχνιδιών από τη βιομηχανία παιγνίων. Στον βαθμό στον οποίο το μάρκετινγκ του καπνού προάγει το ενδιαφέρον των νέων για τα προϊόντα νικοτίνης και καπνού, μπορεί επίσης να ενισχύει την απόλαυση των παιχνιδιών που τους επιτρέπουν να προσομοιώνουν τη χρήση νικοτίνης και καπνού. Οι εταιρείες παιγνίων μπορούν επομένως να επωφεληθούν από τη συμπερίληψη εικονοποιίας σχετικής με προϊόντα νικοτίνης και καπνού στα παιχνίδια τους στον βαθμό στον οποίο η προώθηση αυτή αποδεικνύεται αποτελεσματική. Κάτι ακόμη πιο σημαντικό για την επιρροή των παιχνιδιών στις αποφάσεις σε θέματα υγείας είναι, όπως διαπιστώσαμε, ότι η εμπειρία του παιχνιδιού συνέβαλλε στην αποκρυστάλλωση των στάσεων προς το ηλεκτρονικό τσιγάρο. Διαπιστώσαμε ότι όσο περισσότερο επιτυγχάνονταν το φαινόμενο της εντός παιχνιδιού «μεταφοράς» για τους συμμετέχοντες, τόσο μικρότερος ήταν ο προσλαμβανόμενος κίνδυνος ατμίσματος

μεταξύ όσων έπαιζαν την εκδοχή του παιχνιδιού με το ηλεκτρονικό τσιγάρο, κι αυτό ίσχυε ιδιαίτερα για τους συμμετέχοντες εκείνους που είχαν αρχικά θετικές στάσεις προς το ηλεκτρονικό τσιγάρο.

Αυτά τα ευρήματα προέρχονται από μια μεμονωμένη μελέτη που απαιτεί αναπαραγωγή και επέκταση προτού μπορέσουμε να αντλήσουμε οποιοδήποτε αξιόπιστο συμπέρασμα· ωστόσο, τα αρχικά αυτά ευρήματα υποδηλώνουν μια ανησυχητική επιρροή του περιεχομένου των ευρέως διαδεδομένων εμπορικών παιχνιδιών στις σκέψεις που διαμορφώνουν οι έφηβοι για την υγεία. Η πλειονότητα των σημερινών ενήλικων καπνιστών άρχισαν να πειραματίζονται με το κάπνισμα κατά τη διάρκεια της εφηβείας τους (US Surgeon General, 2014) και η ενασχόληση με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια αγγίζει σχεδόν τα επίπεδα κορεσμού στην ίδια αυτή ηλικιακή ομάδα (Entertainment Software Association, 2014). Αυτά τα στατιστικά στοιχεία μάς υποδεικνύουν ότι η προσοχή θα πρέπει να στραφεί στο πώς αυτή η νέα πηγή επιρροής των μέσων μπορεί να διαμορφώσει τις στάσεις των εφήβων με τρόπους που προωθούν τη χρήση νικοτίνης και καπνού.

ΕΝΑ ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΠΝΟ (ΣΤΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ);

Αν από την ανάλυση του Γενικού Διευθυντή Δημόσιας Υγείας των ΗΠΑ φαίνεται πως οι επιδράσεις των κινηματογραφικών ταινιών στο κάπνισμα στην εφηβική ηλικία επεκτείνονται και στις επιδράσεις των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, μπορούμε να προβλέψουμε μια κατηγορία αντιμέτρων που θα προσελκύσουν την προσοχή κάποιων. Τα αντίμετρα αυτά θα αντιστοιχούσαν σε ένα νέο κανονιστικό πλαίσιο για τον έλεγχο του καπνού, σχεδιασμένο με γνώμονα την προστασία των νέων από την εγκλημαστική εικονοποιία των προϊόντων νικοτίνης και καπνού. Κάποιος μπορεί, για παράδειγμα, να προσθέσει προειδοποιητικές ετικέτες σε παιχνίδια με περιεχόμενο νικοτίνης ή/και καπνού. Εναλλακτικά, η παρουσία της χρήσης νικοτίνης και καπνού θα μπορούσε να θεωρηθεί επαρκής λόγος ώστε ένα παιχνίδι να χάσει την κατάταξή του στην κατηγορία E («Everyone»: κατάλληλο για όλους) ή T («Teens»: κατάλληλο για άτομα άνω των 13 ετών) και να συμπεριληφθεί στην κατηγορία M («Mature», κατάλληλο για άτομα άνω των 17 ετών), καθιστώντας με αυτόν τον τρόπο πιο δύσκολη την αγορά του από εφήβους.

Όσο καλοπροαίρετες κι αν είναι οι κανονιστικές προσεγγίσεις, είναι πολύ πιθανό να έχουν περιορισμένο αντίκτυπο στη χρήση ηλεκτρονικών παιχνιδιών ή στις επιλογές σε θέματα υγείας, δεδομένου ότι για την ώρα δείχνουν μάλλον να μην πετυχαίνουν αυτόν τον στόχο. Αληθεύει πως το Συμβούλιο Αξιολόγησης Ψυχαγωγικού Λογισμικού (Entertainment Software Rating Board, ESRB), ο ρυθμιστικός οργανισμός που ταξινομεί τα ηλεκτρονικά παιχνίδια ανάλογα με την ηλι-

κιακή ομάδα για την οποία είναι κατάλληλα και με το περιεχόμενό τους για τους Αμερικανούς καταναλωτές, είναι υπεύθυνο για την κωδικοποίηση των ηλεκτρονικών παιχνιδιών ως προς την παρουσία «αναφορών καπνού» στο περιεχόμενό τους. Καταφέραμε, ωστόσο, να αποκτήσουμε πρόσβαση στη διαδικτυακή βάση δεδομένων του οργανισμού και αναζητήσαμε όλα τα προαναφερθέντα παιχνίδια που περιείχαν συχνά πολύ έντονα παραδείγματα χρήσης καπνού και νικοτίνης. Σε καμία περίπτωση δεν μπορούσε το συγκεκριμένο περιεχόμενο να διακριθεί από τις πληροφορίες που παρέχονταν στους καταναλωτές.² Για να κάνουμε τα πράγματα ακόμη πιο περίπλοκα, να επισημάνουμε πως αν οι προειδοποιητικές ετικέτες επικοινωνούσαν με μεγαλύτερη ακρίβεια το πραγματικό περιεχόμενο των παιχνιδιών, η αλλαγή αυτή δεν αποκλείεται να αύξησε την ελκυστικότητα αυτών των παιχνιδιών στους παίκτες που αναζητούν ριψοκίνδυνες/ενήλικες προσομοιώσεις (βλ. Bushman, 2006). Αξίζει επίσης να σταθούμε στο γεγονός ότι οι περισσότεροι γονείς έχουν περιορισμένη κατανόηση του τι σημαίνουν οι κατηγορίες του ESRB και επομένως έχουν περιορισμένη ικανότητα χρήσης τους με στόχο τον έλεγχο της πρόσβασης (Harris Interactive, 2013) και, ως εκ τούτου, δεν είναι σαφές πόσοι από αυτούς θα θεωρούσαν ανησυχητικό το περιεχόμενο νικοτίνης και καπνού. Παρότι πιστεύουμε ότι οι κανονισμοί μπορούν να παίξουν κάποιον ρόλο για τους γονείς που επιθυμούν να εμπλακούν στις αποφάσεις των παιδιών τους όσον αφορά τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, πιστεύουμε επίσης ότι οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας θα πρέπει να εξετάσουν πιο δημιουργικές προσεγγίσεις, αν επιθυμούν να έχουν μερίδιο σε αυτόν τον ρόλο (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο).

Ουσιαστικά, αυτό που προτείνουμε στους επικοινωνιολόγους σε θέματα υγείας είναι να συνεχίσουν να κάνουν αυτό που έκαναν πάντα – να πολεμούν τη φωτιά με τη φωτιά. Η καπνοβιομηχανία έχει επωφεληθεί επί μακρόν από την παρουσία μιας βιομηχανίας των μέσων που τη βοηθά συχνά να προωθεί τα προϊόντα της, και οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας αποκρίνονται επί μακρόν σε αυτή την απειλή δημιουργώντας εκστρατείες που προωθούν τα αντίθετα μηνύματα χρησιμοποιώντας τα μέσα. Οι ερευνητές που ανησυχούν για την επιρροή των μέσων στο κάπνισμα των εφήβων έχουν κηρύξει πόλεμο ενάντια στην εικονοποιία που συναντάμε στον κινηματογράφο και στην τηλεόραση. Τώρα, με την αύξηση των ηλεκτρονικών παιχνιδιών που περιέχουν ακόμη πιο σκληρό περιεχόμενο, ο αγώνας αυτός πρέπει να επεκταθεί σε ένα νέο (εικονικό) πεδίο μάχης. Με αυτόν τον τρόπο οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας μπορούν επίσης

2. Το ESRB είναι ένας φορέας που δημιουργήθηκε από τον εμπορικό σύλλογο της βιομηχανίας εμπορικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών (της Ένωσης Ψυχαγωγικού Λογισμικού) και, ως εκ τούτου, υπάρχει αναμφισβήτητα σύγκρουση συμφερόντων αναφορικά με την προσθήκη ετικετών που θα μπορούσαν να απομακρύνουν τους γονείς από τα προϊόντα της.

να επωφεληθούν από τις ιδιότητες «μεταφοράς» των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, αξιοποιώντας τα γνωρίσματα εμπύθισης των εικονικών περιβαλλόντων ως κινητήριο μοχλό για τη μείωση των μορφών αντίστασης στο μήνυμά τους τις οποίες συναντούν συχνά όταν διεξάγουν εκστρατείες στον πραγματικό κόσμο.

ΕΝΑ ΜΟΝΤΕΛΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΒΑΣΙΣΜΕΝΟ ΣΤΗΝ ΕΙΚΟΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΟΡΑ

Σε μια σειρά από μελέτες (Burrows & Blanton, 2016, 2018), ελέγξαμε αν η «εικονική μεταφορά» μπορεί να αξιοποιηθεί για να αυξήσει την επιρροή των μηνυμάτων πρόληψης που είναι ενσωματωμένα στο φόντο των σκηνών των ηλεκτρονικών παιχνιδιών. Το πρώτο βήμα αυτής της προσπάθειας ήταν να επιδιώξουμε να σχεδιάσουμε ένα εμπυθιστικό, πρωτοπρόσωπο ηλεκτρονικό παιχνίδι, με την ελπίδα ότι θα καταφέρουμε ίσως έτσι να εμπλέξουμε και να διασκεδάσουμε τους παίκτες σε τέτοιο βαθμό, ώστε να δημιουργήσουμε επίπεδα μεταφοράς επαρκή για να αλλάξουν τη δυναμική της επιρροής. Επικεντρώσαμε την αρχική μας ενέργεια στη δημιουργία ενός ηλεκτρονικού παιχνιδιού με πρωτοπρόσωπο σκοπευτή (first-person shooter, FPS), όπου οι παίκτες έπρεπε να πλοηγηθούν σε έναν τριδιάστατο κόσμο μέσα από τα μάτια ενός ένοπλου χαρακτήρα επιφορτισμένου να πυροβολεί ένοπλους αντιπάλους. Επιλέξαμε να χρησιμοποιήσουμε ένα FPS για το αρχικό έργο μας για τρεις λόγους. Πρώτον, τα παιχνίδια FPS είναι η πιο δημοφιλής μορφή εμπορικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών μεταξύ των εφήβων (Entertainment Software Association, 2014). Δεύτερον, τα παιχνίδια με γρήγορο ρυθμό και πλοήγηση σε πρώτο πρόσωπο σε έναν τριδιάστατο κόσμο διαθέτουν κάποια βασικά στοιχεία τα οποία έχει αποδειχθεί ότι αυξάνουν τις επιδράσεις των βίαιων παιχνιδιών στην επιθετικότητα (π.χ. Krahe, σε αυτόν τον τόμο· Slater, Lotto, Arnold, & Sanchez-Vives, 2009· Tamborini et al., 2004), και έτσι σκεφτήκαμε ότι το παιχνίδι μας θα πετύχαινε επαρκή επίπεδα μεταφοράς, ώστε να αυξήσει τις επιδράσεις των μηνυμάτων υγείας στις αντίστοιχες συμπεριφορές υγείας. Τρίτον, και ίσως πιο σημαντικό, παιχνίδια με θέματα κατάλληλα για άτομα άνω των 17 ετών, όπως αυτά, είναι ακριβώς τα παιχνίδια για τα οποία ο Hull και οι συνεργάτες του διαπίστωσαν ότι ενδέχεται να αυξάνουν τις τάσεις υιοθέτησης ριψοκίνδυνων συμπεριφορών στους εφήβους (Hull, Brunelle, Prescott, & Sargent, 2014· Hull, Draghici, & Sargent, 2012). Προχωρήσαμε επομένως σε έναν απαιτητικό έλεγχο της υπόθεσής μας, προσπαθώντας να χρησιμοποιήσουμε ένα τέτοιο παιχνίδι για να *περιορίσουμε* τις στάσεις που ευνοούν τη ριψοκινδύνευση.

Για να ελέγξουμε πρώτα απ' όλα τι ορίζουμε ως *μοντέλο επικοινωνίας σε θέματα υγείας βασισμένο στην εικονική μεταφορά*, ενσωματώσαμε μηνύματα

σχεδιασμένα έτσι ώστε να μειώνουν την προθυμία των συμμετεχόντων να οδηγήσουν ένα αυτοκίνητο υπό την επήρεια αλκοόλ (DUI). Επικεντρωθήκαμε αρχικά σε αυτή τη συμπεριφορά επειδή τα μηνύματα κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ είναι εύκολο να επικοινωνηθούν γραφικά, ακόμη και σε ένα παιχνίδι με γρήγορο ρυθμό. Επίσης, γνωρίζαμε ότι οι περισσότεροι φοιτητές κολεγίου στη δεξαμενή συμμετεχόντων που θα χρησιμοποιούσαμε για την έρευνά μας οδηγούσαν αυτοκίνητο και έπιναν επίσης αλκοόλ, επομένως το θέμα ήταν οικείο για μεγάλο ποσοστό των πιθανών συμμετεχόντων. Στο παιχνίδι που σχεδιάσαμε, οι παίκτες έβλεπαν μια σκηνή κινούμενων εικόνων που τους τοποθετούσε σε μια ιστορία που εξηγούσε τις ενέργειες που έπρεπε να κάνουν. Παρατηρούσαν ένα ελικόπτερο να προσγειώνεται στην οροφή ενός κτιρίου που περιγραφόταν ως «συγκρότημα κυβερνητικών γραφείων» και το οποίο είχε καταληφθεί από εξωγήινους. Οι παίκτες πληροφορούνταν ότι το καθήκον τους ήταν να κατέβουν τον έναν όροφο μετά τον άλλον, πυροβολώντας τους οπλισμένους εξωγήινους που συναντούσαν, μέχρι να φτάσουν στο υπόγειο. Στη συνέχεια, όλοι οι συμμετέχοντες άνοιγαν πυρ για να περάσουν διαδοχικά από τα διάφορα επίπεδα του κτιρίου, με τον κάθε όροφο να τους παρουσιάζει τα γραφεία μιας συγκεκριμένης κυβερνητικής υπηρεσίας (π.χ. ένα Τμήμα Φορολογικών Υποθέσεων, μια Υπηρεσία Στρατολόγησης κ.λπ.). Όλοι κατάφεραν τελικά να φτάσουν στο χαμηλότερο επίπεδο, όπου γινόταν η εισαγωγή του πειραματικού χειρισμού μας. Αυτό το υπόγειο παρουσιαζόταν ως τα πρώην γραφεία της Διεύθυνσης Μηχανοκίνητων Οχημάτων, τα οποία τώρα είχαν περάσει στον έλεγχο των εξωγήινων ανθρωποειδών. Για τους μισούς παίκτες, η αίθουσα αυτή είχε στον τοίχο αφίσες που απεικόνιζαν προειδοποιήσεις για την υγεία, αντλημένες από πραγματικές εκστρατείες κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ, σχεδιασμένες από ομάδες όπως οι *Μητέρες κατά της οδήγησης σε κατάσταση μέθης*. Για τους άλλους μισούς παίκτες, στη θέση αυτών των εικόνων υπήρχαν φωτογραφίες τοπίων. Έπειτα από 30 λεπτά, το παιχνίδι έφτανε στο τέλος του και οι παίκτες συμπλήρωναν ένα εργαλείο μέτρησης που αξιολογούσε τη μεταφορά τους στο παιχνίδι (με προτάσεις που προσπαθούσαν να αποτυπώσουν τον βαθμό στον οποίο αισθάνονταν φυσικά παρόντες στο παιχνίδι όσο έπαιζαν και τον βαθμό στον οποίο το παιχνίδι τους φαινόταν πραγματικό όσο συμμετείχαν σε αυτό). Ακολουθούσε η δημιουργία της παραπλανητικής εντύπωσης συμμετοχής σε μια διπλή μελέτη, όπου ένας ερευνητικός βοηθός έμπαινε στην αίθουσα και ρωτούσε τους παίκτες αν θα τους πείραζε να συμπληρώσουν ένα δεύτερο ερωτηματολόγιο, στο πλαίσιο δήθεν μιας άσχετης μελέτης. Στη δωδέκατη σελίδα αυτού του ερωτηματολογίου υπήρχε μια σειρά από ερωτήματα που αξιολογούσαν κατά πόσο οι παίκτες αισθάνονταν πρόθυμοι να οδηγήσουν υπό την επήρεια αλκοόλ στο μέλλον (π.χ. πόσο πρόθυμοι θα ήταν να οδηγήσουν, αφού θα αισθάνονταν μια «ελαφριά ζαλάδα» από την κατανάλωση αλκοόλ).

Τα αποτελέσματα έδειξαν δύο αντίθετους τρόπους με τους οποίους η μεταφορά στο παιχνίδι μπορεί να αυξήσει την επιρροή του μηνύματος. Όταν ελέγχθηκε η επίδραση της πειραματικής συνθήκης (ύπαρξη προειδοποίησης για την υγεία ή εικόνα τοπίου στον τοίχο), της αίσθησης μεταφοράς και της μεταξύ τους αλληλεπίδρασης στην προθυμία για οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ, εμφανίστηκαν ενδιαφέροντα αποτελέσματα. Συγκεκριμένα, στη συνθήκη ελέγχου που εξέθετε τους συμμετέχοντες στην τέχνη της τοπιογραφίας, η υψηλότερη μεταφορά στο παιχνίδι συνδεόταν με μια *αύξηση* στην προθυμία για την οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ. Αυτό το αποτέλεσμα προσφέρει πρόσθετη στήριξη στα ευρήματα των ερευνών του Hull (Hull et al., 2014· Hull, Draghici, & Sargent, 2012). Υποστηρίζει ότι όταν οι παίκτες μεταφέρονται σε παιχνίδια με θέματα κατάλληλα μόνο για ενήλικες τα οποία εγκωμιάζουν τη διακινδύνευση, το ενδιαφέρον για τη γενική υιοθέτηση ρισκοκίνδυνων συμπεριφορών αυξάνεται. Από την άλλη πλευρά, οι επιδράσεις των μηνυμάτων κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ βρέθηκαν να κινούνται προς την αντίθετη κατεύθυνση. Μεταξύ των παικτών που εκτέθηκαν σε μηνύματα κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ, η μεταφορά είχε ως αποτέλεσμα μια σημαντική *μείωση* της προθυμίας για υιοθέτηση αυτής της συμπεριφοράς.

Φάνηκε έτσι ότι με τη μεταφορά των παικτών σε ένα εμβυσιστικό παιχνίδι –ακόμη κι αν αυτό περιείχε στοιχεία που ενθάρρυναν τη ρισκοκινδύνευση– αυξήθηκε η δεκτικότητα στα μηνύματα πρόληψης της υγείας. Ένα σύνολο μελετών επαληθεύσης επέκτεινε τα ευρήματα αυτά με διάφορους τρόπους. Πρώτον, διαπιστώσαμε ότι οι επιδράσεις της μεταφοράς ήταν ισχυρότερες μεταξύ των παικτών εκείνων που ανέφεραν σχετικά υψηλή αρχική προθυμία απέναντι στην οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ (Burrows & Blanton, 2016, Μελέτες 2 & 3). Αυτό το πρότυπο συνάδει με τις επιδράσεις της αφηγηματικής μεταφοράς, όπως αυτές τεκμηριώνονται από τους Green και Brock (2000· Green, Garst & Brock, 2004). Υποδεικνύει ότι η εικονική μεταφορά μπορεί να αυξήσει την επιρροή των μηνυμάτων υγείας που εμφανίζονται στο φόντο των σκηνών, παρακάμπτοντας την αντίσταση στα μηνύματα αυτά. Αυτή η ερμηνεία συνάγεται καθώς, ελλείψει μεταφοράς, οι παίκτες που είχαν αξιολογηθεί υψηλότερα ως προς την τάση ρισκοκινδύνευσης θα ήταν κατά κανόνα εκείνοι με τις περισσότερες πιθανότητες να αντισταθούν στα μηνύματα πρόληψης (π.χ. Gerrard, Gibbons, & Warner, 1991).

Έχουμε επίσης επαληθεύσει την ύπαρξη αυτής της επίδρασης με μηνύματα υψηλού και χαμηλού βαθμού φόβου, χρησιμοποιώντας παιχνίδια αντίστοιχου περιεχομένου. Για παράδειγμα, οι συμμετέχοντες στην έρευνα των Burrows και Blanton (2018) έπαιξαν ένα παιχνίδι αγώνων αυτοκινήτων που περιλάμβανε στο φόντο διαφημιστικές πινακίδες με απλές υπενθυμίσεις των κινδύνων της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ, σε μορφή κειμένου (π.χ. «Οδηγήστε νηφάλιοι αλλιώς θα υποστείτε αστυνομικό έλεγχο»). Όπως και με το FPS παιχνίδι που χρη-

σιμοποιούσε μηνύματα υψηλού βαθμού φόβου, διαπιστώσαμε ότι η μεταφορά σε αυτό το παιχνίδι συσχετιζόταν με μειωμένη προθυμία για οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ, σε σύγκριση με τις αρχικές στάσεις. Επιπλέον, το πιο σημαντικό για την τρέχουσα ανάλυση είναι ότι έχουμε αρχίσει να προσαρμόζουμε αυτά τα παιχνίδια ώστε να επικοινωνούν μηνύματα κατά του καπνίσματος. Σε μια πρόσφατη μελέτη, ενσωματώσαμε εικόνες που περιείχαν μηνύματα κατά του καπνίσματος (σε αντίθεση με την ομάδα ελέγχου ή/και τη συνθήκη με μηνύματα κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ) στο φόντο ενός παιχνιδιού κυνηγιού κρυμμένου θησαυρού (όπου οι συμμετέχοντες πλοηγούνταν σε ένα τριδιάστατο κτίριο σε αναζήτηση αντικειμένων που αύξαναν τους συνολικούς πόντους τους). Διαπιστώσαμε ότι τα μηνύματα κατά του καπνίσματος μείωναν την προθυμία για κάπνισμα και ότι τα μηνύματα κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ μείωναν την προθυμία για αυτού του είδους την οδήγηση, σε σχέση με τη συνθήκη ελέγχου και σε συνάρτηση με την αυτοαναφερόμενη εικονική μεταφορά. Απροσδόκητα, διαπιστώσαμε επίσης ότι τα μηνύματα είχαν περισσότερες «διαρροές» απ' ό,τι θα περιμέναμε με την έκθεση στον πραγματικό κόσμο: τα μηνύματα κατά της οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ μείωναν την προθυμία για κάπνισμα σε συνάρτηση με τη μεταφορά, ακριβώς όπως τα αντικαπνιστικά μηνύματα μείωναν την προθυμία για οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ. Υποδηλώνεται έτσι ότι, ακόμη κι αν η αντίσταση στο μήνυμα μειώνεται, το επίπεδο επεξεργασίας του μηνύματος που πραγματοποιείται τελικά δεν είναι τόσο βαθύ όσο θα περιμέναμε στην περίπτωση αυξημένης επεξεργασίας του περιεχομένου του (Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο).

Είναι σημαντικό επίσης το εύρημα ότι τα μηνύματα που ενσωματώνουμε στα παιχνίδια μπορούν να ασκήσουν επιρροή στην προθυμία, είτε προειδοποιήσουμε τους συμμετέχοντες για την πρόθεσή μας να συμπεριλάβουμε μηνύματα πειθούς υπέρ της υγείας είτε όχι. Σε μια μελέτη, ενημερώσαμε ρητά τους συμμετέχοντες ότι τοποθετούσαμε εικόνες στα παιχνίδια επειδή θέλαμε να μελετήσουμε τον αντίκτυπό τους. Η συμπεριληψη μιας προειδοποίησης όπως αυτή θα μπορούσε να κάνει τους συμμετέχοντες να αισθανθούν στοχοποιημένοι και να εκδηλώσουν κάποια μορφή αντίδρασης, αντίθετα όμως παρατηρήσαμε την ίδια μείωση στην προθυμία ριψοκινδύνευσης, ως συνάρτηση της μεταφοράς. Σε μεγάλο βαθμό όπως συμβαίνει και με τη διαφήμιση καταναλωτικών προϊόντων –όπου είναι πασιφανές σε όποιον επιχειρήσει να το σκεφτεί πως η πρόθεση δεν είναι άλλη από την άσκηση επιρροής–, το εύρημα αυτό υποδηλώνει ότι τα μηνύματα υγείας ενδεχομένως εξακολουθούν να επηρεάζουν τις στάσεις, ακόμη και όταν η συμπεριλήψή τους σε ένα παιχνίδι θεωρείται εκούσια και στρατηγική.³ Και εδώ, όμως,

3. Αυτό το αποτέλεσμα υποδηλώνει ότι η στρατηγική επικοινωνία μηνυμάτων μπορεί να αποτελεί καλή ιδέα, αλλά μπορεί να γίνεται με τόσο αδέξιο τρόπο, ώστε να μειώνει τη

πάλι, η επιρροή των μηνυμάτων στην προθυμία παρουσίαζε «διαρροές», καθώς τα μηνύματα πρόληψης σε έναν τομέα φάνηκαν να επηρεάζουν την προθυμία σε έναν άλλον τομέα (βλ. Peña, Khan, Burrows, & Blanton, 2018).

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

Η έρευνα αυτή βρίσκεται ομολογουμένως στα πρώτα της στάδια. Έχουμε βρει ενθαρρυντικά αποτελέσματα στο εργαστήριο που δείχνουν ότι μπορούμε να ασκήσουμε στιγμιαίες, συνδεδεμένες με την τρέχουσα κατάσταση αλλαγές στην προθυμία υλοποίησης μιας συμπεριφοράς, ενσωματώνοντας σε εμπυθιστικά παιχνίδια μηνύματα προαγωγής της υγείας. Ένα επόμενο βήμα θα είναι να ελέγξουμε τις επεκτάσεις τους στον πραγματικό κόσμο, με στόχο την άσκηση μακροπρόθεσμης επιρροής στις συμπεριφορές και την αλλαγή τους εντός του πραγματικού κόσμου. Αυτή τη στιγμή διεξάγουμε έρευνα που θα διευρύνει το εργαστηριακό έργο μας με διάφορους τρόπους. Εκθέτουμε τους συμμετέχοντες σε αντικαπνιστικά μηνύματα για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα μέσα από ηλεκτρονικά παιχνίδια και αξιολογούμε τις επιρροές τους άμεσα και σε πιο μακροπρόθεσμες επαναληπτικές μετρήσεις. Δεν είμαστε ακόμη σε θέση να υποστηρίξουμε τι επιπέδου επιρροή μπορούμε να ασκήσουμε με την εντός παιχνιδιού τοποθέτηση διακριτικών μηνυμάτων, δεν θα αργήσουμε όμως να το μάθουμε.

Είναι εφικτή η επικοινωνία μηνυμάτων μέσω ηλεκτρονικών παιχνιδιών;

Μια ανησυχία μας σχετικά με το ερευνητικό έργο που διεξάγουμε είναι ότι, ενδεχομένως, μελετάμε μια προσέγγιση παρέμβασης που δεν θα μπορέσει ποτέ να εφαρμοστεί σε μεγάλη κλίμακα. Η βιομηχανία των εμπορικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών δεν πρόκειται να σταματήσει να σχεδιάζει και να διανέμει παιχνίδια που να απευθύνονται σε ενήλικες (ούτε και θα θέλαμε κάτι τέτοιο). Και, πιθανότατα, θα εξακολουθήσει να εμπορεύεται στο εφηβικό κοινό παιχνίδια που περιέχουν αρκετά υψηλά επίπεδα εικονοποιίας που εγκωμιάζει με διάφορους τρόπους τη χρήση νικοτίνης και καπνού (αν και δεν θέλουμε κάτι τέτοιο). Αντίθετα, δεν έχουμε πολλούς λόγους να περιμένουμε ότι η βιομηχανία θα αδράξει την ευκαιρία να επανασχεδιάσει εμπορικά επιτυχημένα παιχνίδια με σκοπό να προειδοποιήσει

μεταφορά. Μια αφίσα κατά των ναρκωτικών στο φόντο του γραφείου ενός εικονικού συμβούλου καθοδήγησης μπορεί να φαίνεται ρεαλιστική στους παίκτες, ακόμη και αν η σκηνή παρεμβάλλεται για στρατηγικούς σκοπούς. Μια αφίσα κατά των ναρκωτικών σε ένα διαστημόπλοιο εξωγήινων μπορεί να φαντάζει όχι μόνο στρατηγική αλλά και τόσο εξωπραγματική, που θα μπορούσε να διαταράξει τη μεταφορά.

μέσω γραφικών μηνυμάτων για τους κινδύνους που απειλούν την υγεία. Ωστόσο, δεν αποκλείουμε κάποιο επίπεδο εμπλοκής των εταιρειών εμπορικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών σε αυτή την προσπάθεια στο μέλλον. Ένα καθοριστικό χαρακτηριστικό των προγραμματιστών παιχνιδιών είναι η δημιουργικότητά τους, και δεν θα πρέπει να υποτιμούμε το πιθανό ενδιαφέρον τους για την αντιμετώπιση μιας πρόκλησης ούτε την ικανότητά τους να ενσωματώνουν ανεπαίσθητα μηνύματα στα παιχνίδια τα οποία προάγουν μια αίσθηση ρεαλισμού. Σημειώνουμε επίσης ότι, λόγω της πίεσης του κοινού, τα στούντιο άρχισαν να αφαιρούν τα τσιγάρα και να προσθέτουν ζώνες ασφαλείας στις σκηνές τους. Δεν αποκλείεται να γίνουμε μάρτυρες κάποιου παρόμοιου μετασχηματισμού και στον κλάδο των παραγωγών ηλεκτρονικών παιχνιδιών, καθώς η νέα αυτή βιομηχανία εξετάζει τρόπους αύξησης της υποστήριξης των προϊόντων της από το κοινό.

Το πιο σημαντικό είναι ότι οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας δεν είναι πάντα απαραίτητο να βασίζονται στη βιομηχανία, περιμένοντας από αυτή να δημιουργήσει παιχνίδια για να τα χρησιμοποιήσουν έπειτα εκείνοι. Ορισμένα δημοφιλή παιχνίδια φιλοξενούνται στο διαδίκτυο και επιτρέπουν στους ενδιαφερόμενους χρήστες να δημιουργήσουν τις δικές τους παραλλαγές. Για παράδειγμα, σε πιλοτικές μελέτες, φιλοξενήσαμε τουρνουά ηλεκτρονικών παιχνιδιών, βάζοντας τους συμμετέχοντες να ανταγωνιστούν μεταξύ τους σε ομάδες παίζοντας το δημοφιλές παιχνίδι πρωτοπρόσωπου σκοπευτή *Counter-Strike* (μια εκδοχή ενός FPS όπου στόχος του σκοπευτή είναι να εκπληρώσει μια αποστολή και όχι μόνο να εξοντώσει τους αντιπάλους του). Οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας που επιθυμούν να μεταδώσουν μηνύματα προώθησης της υγείας μέσω των ηλεκτρονικών παιχνιδιών μπορούν επομένως να αξιοποιήσουν τη δημοτικότητα που απολαμβάνουν πλατφόρμες αυτού του είδους και να τις χρησιμοποιήσουν για να επικοινωνήσουν μηνύματα σχεδιασμένα από τους ίδιους.

Φυσικά, οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας ενδέχεται να μην έχουν ποτέ τη δυνατότητα να διαδώσουν τα μηνύματά τους σε μια κλίμακα ικανή να ανταγωνιστεί τη διάδοση της εικονοποιίας προώθησης των προϊόντων νικοτίνης και καπνού στα εμπορικά παιχνίδια, και πολλά παιχνίδια πολύ απλά δεν επιδέχονται τροποποιήσεις. Μια πιθανότητα που μπορεί να αποκτήσει αυξανόμενο ενδιαφέρον είναι η αγορά του ισοδύναμου του «χώρου διαφημιστικών πινακίδων» στα ηλεκτρονικά παιχνίδια με τον τρόπο με τον οποίο αγοράζεται διαφημιστικός χώρος κατά τη διάρκεια πραγματικών εκστρατειών για θέματα υγείας. Το ερευνητικό έργο μας μπορεί να συμβάλει στην υλοποίηση αποτελεσματικών εκστρατειών μέσω εικονικών περιβαλλόντων, εστιάζοντας την προσοχή στη βέλτιστη μετάδοση μηνυμάτων με τρόπους που θα μπορούσαν να ενισχύσουν τη δημιουργούμενη μυθοπλασία – τοποθετώντας, για παράδειγμα, τα μηνύματα κατά του καπνίσματος στη σκηνή του νοσοκομείου και όχι στο διαστημόπλοιο των εξωγήινων. Επιπλέον, με την ανάπτυξη των «ηλεκτρονικών αθλημάτων» εκτιμά-

ται ότι μέχρι το 2023 έως και 600 εκατομμύρια άνθρωποι θα χρησιμοποιούν τα ηλεκτρονικά παιχνίδια ως μια μορφή ψυχαγωγίας (Tran, 2018) – θα έχει επίσης σημασία για τους επικοινωνιολόγους σε θέματα υγείας να εξετάσουν πώς τα εικονικά μηνύματά τους μπορούν να επηρεάσουν τρίτα μέρη. Τέλος, να επισημάνουμε ότι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια αντιπροσωπεύουν έναν από τους πολλούς τρόπους με τους οποίους οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν όλο και περισσότερο με πληροφορίες και με τους άλλους μέσω πραγματικοτήτων διαμεσολαβούμενων από τους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. Διαβλέπουμε ότι η πρόκληση που ανοίγεται για τους ψυχολόγους είναι να αναπτύξουν μια ευρύτερη επιστήμη της ψυχολογίας και της επιρροής, ικανή να προσαρμοστεί σε αυτό το νέο έδαφος: μια επιστήμη που θα περιλαμβάνει την έρευνα στους εικονικούς κόσμους των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, αλλά δεν θα περιορίζεται σε αυτή.

Επεκτείνοντας το μοντέλο

Έχουμε επικεντρώσει την προσοχή μας σε μια ιδιότητα των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, την οποία έχουμε ορίσει ως εικονική μεταφορά. Υπάρχουν κι άλλοι τρόποι μέσω των οποίων οι επικοινωνιολόγοι σε θέματα υγείας μπορούν να επιδιώξουν να αυξήσουν την επιρροή τους μέσω εμβυθιστικών ηλεκτρονικών παιχνιδιών. Κατ' αρχάς, θεωρούμε ότι η προσοχή πρέπει να στραφεί εκ νέου στην *αφηγηματική μεταφορά*. Το μεγαλύτερο μέρος της έρευνας σχετικά με αυτή την έννοια στρέφεται γύρω από αφηγήσεις ιστοριών ενσωματωμένες σε γραπτά κείμενα. Πιστεύουμε ότι η νέα προσοχή πρέπει να εστιαστεί στις χρήσεις της αφήγησης μέσω των ηλεκτρονικών παιχνιδιών. Πολλά από τα σημερινά ηλεκτρονικά παιχνίδια οδηγούν τους παίκτες σε ταξίδια που μπορούν να διαρκέσουν ημέρες, εβδομάδες, μήνες ή σημαντικά περισσότερο καιρό. Οι ερευνητές που επιθυμούν να χρησιμοποιήσουν τέτοιου είδους μηχανισμούς για να επικοινωνήσουν αποτελεσματικά μηνύματα θα βρεθούν αντιμέτωποι με μη τετριμμένες προκλήσεις. Θα είναι πολύ απαιτητικό για τους ερευνητές να δημιουργήσουν ηλεκτρονικά παιχνίδια ή άλλες εικονικές εμπειρίες που θα έχουν τόσο πληθωρικές ιστορίες όσο αυτές που συναντάμε στα σύγχρονα εμπορικά παιχνίδια, αλλά τα τρέχοντα στοιχεία δείχνουν ότι αυτή η επένδυση χρόνου και πόρων θα μπορούσε να δώσει σημαντικές πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο άσκησης επιρροής από εκστρατείες σχεδιασμένες για εικονικά περιβάλλοντα γύρω από τις αποφάσεις στον τομέα της υγείας

Μια νέα επιστήμη «σοβαρών παιχνιδιών» έχει αρχίσει να θέτει τις βάσεις. Οι σχεδιαστές εκπαιδευτικών παιχνιδιών έχουν αρχίσει να δημιουργούν ηλεκτρονικά παιχνίδια που εκπαιδεύουν τους παίκτες σε όλα τα γνωστικά αντικείμενα, από το σύνολο μαθημάτων STEM (Φυσική, Τεχνολογία, Μηχανική και Μαθηματικά) έως την παγκόσμια ιστορία, μέσω ηλεκτρονικών παιχνιδιών. Μεγάλο

μέρος αυτής της προσπάθειας επικεντρώνεται στον ρόλο της «παιχνιδοποίησης» («gamification») (όπου ο γρίφος ή η πρόκληση του παιχνιδιού εισάγουν κίνητρα που ωθούν τη μάθηση) και της προσομοίωσης (όπου οι πτυχές του παιχνιδιού παρέχουν ευκαιρίες για απόκτηση συμπεριφορικών δεξιοτήτων και δημιουργία αίσθησης προσωπικής επάρκειας). Παρατηρούμε σημάδια ότι η προσπάθεια αυτή κινείται προς την κατεύθυνση της εστίασης της προσοχής στα γνωρίσματα μεταφοράς των «σοβαρών παιχνιδιών». Οι εκπαιδευτικοί εξετάζουν τη σημασία της προσθήκης αφηγηματικών στοιχείων και του τεχνάσματος της έκπληξης ως τρόπων για την κινητοποίηση όλων των γνωστικών πόρων που απαιτεί η μάθηση (Mustaro & Mendonça, 2012· De Troyer, van Broeckhoven, & Vlieghe, 2017· Wouters et al., 2017). Πιστεύουμε, κατ' επέκταση, πως αυτή η προσπάθεια θα πρέπει να εξετάσει τρόπους με τους οποίους (είτε καλώς είτε κακώς) συναρπαστικές αφηγήσεις μπορούν να κάνουν τους παίκτες πιο δεκτικούς σε διακριτικές μορφές επιρροής. Τα παλαιότερα παραδείγματά μας για το πώς η εικονοποιία του καπνού έχει ενσωματωθεί στις σύνθετες ιστορίες των δημοφιλών ηλεκτρονικών παιχνιδιών μάς υποδηλώνουν ότι, αν μη τι άλλο, αυτός ο τύπος επιρροής δρα προς το παρόν προς τη μη επιθυμητή κατεύθυνση, και έτσι πιστεύουμε ότι πρέπει να δοθεί προσοχή στο πώς θα μπορούσαν να εισαχθούν αντιαφηγήσεις.

Ένα άλλο καθοριστικό χαρακτηριστικό των σύγχρονων παιχνιδιών είναι ότι οι παίκτες μπορούν να ταυτιστούν με τον χαρακτήρα τους ή με ένα άβαταρ σε πολύ υψηλότερο βαθμό απ' ό,τι ταυτίζονται με τους χαρακτήρες στα βιβλία ή στις ταινίες. Με πολλούς τρόπους, οι παίκτες των σύγχρονων παιχνιδιών δείχνουν να γίνονται ο πρωταγωνιστής του παιχνιδιού. Ορισμένοι ερευνητές έχουν φτάσει μάλιστα στο ακραίο σημείο να υποστηρίξουν την ύπαρξη ενός φαινομένου εικονικής ενσάρκωσης. Σύμφωνα με το επονομαζόμενο *Φαινόμενο Πρωτέας* (το οποίο αναφέρεται στον αρχαίο Έλληνα θεό Πρωτέα, που άλλαζε μορφές: Yee, Bailenson, & Ducheneaut, 2009), οι ερευνητές προτείνουν ότι τα φυσικά γνωρίσματα ενός άβαταρ ηλεκτρονικού παιχνιδιού μπορούν να αλλάξουν τις συμπεριφορές των ίδιων των παικτών. Η διαδικασία αυτή μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα οι παίκτες να επιβραδύνουν όταν παίζουν ένα άβαταρ που φαίνεται βαρύ (Peña, Khan, & Alexopoulos, 2016) ή ηλικιωμένο (Yoo, Peña, & Drumwright, 2015) ή, διαφορετικά, υπάρχει η πιθανότητα να ενεργούν με τρόπους που υπαινίσσονται ότι πλοηγούν το «σώμα» του χαρακτήρα που υποδύονται. Αυτή η έρευνα αφήνει να διαφανεί ο τρόπος με τον οποίο οι αντιδράσεις σε εντός παιχνιδιού συμβάντα ενδέχεται να αλλάξουν, όταν ο εαυτός συγχωνεύεται με τον υποδύόμενο χαρακτήρα. Προχωρώντας, βλέπουμε να ανοίγεται μπροστά μας ένα πολλά υποσχόμενο πεδίο για τους επικοινωνιολόγους σε θέματα υγείας, όπου θα μπορούν να δημιουργήσουν νέες στρατηγικές αγωγής υγείας και επιρροής συνδέοντας τα μηνύματά τους με τις ανησυχίες των χαρακτήρων που παίζουν οι έφηβοι.

ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΚΑΙ ΤΟ ΜΗ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ

Ξεκινήσαμε αυτό το κεφάλαιο διατυπώνοντας τη θέση ότι η τεχνολογία έχει ίσως θολώσει το όριο μεταξύ του πραγματικού και του μη πραγματικού. Από αυτό το επιχείρημα περάσαμε έπειτα στην υπόθεση ότι ενδεχομένως οι μη πραγματικές πτυχές των ηλεκτρονικών παιχνιδιών να είναι αυτές που σε ορισμένες περιπτώσεις προάγουν την επιρροή στις στάσεις και τις ενέργειες του πραγματικού κόσμου. Αντήσαμε έμπνευση για αυτή την υπόθεση από την έρευνα γύρω από τη μυθοπλασία και την πειθώ, καθώς και από την έρευνα γύρω από την αφηγηματική μεταφορά. Αυτές οι ερευνητικές κατευθύνσεις υποδηλώνουν ότι τα άτομα, όταν παρασύρονται από μια μυθοπλασία ή μια πλοκή, μπορούν να γίνουν πιο ανοιχτά σε νέες πραγματικότητες. Ωστόσο, στον πυρήνα της ανάλυσης μας υπάρχει μια παράδοξη αντίφαση. Έχουμε υποθέσει ότι η δεκτικότητα στην επιρροή αυξάνεται ως γραμμική συνάρτηση αυτού που ονομάζουμε «εικονική μεταφορά». Ο τρόπος βέβαια με τον οποίο μετρήσαμε την εικονική μεταφορά ήταν ρωτώντας τους παίκτες μας πόσο «ρεαλιστικά» βρήκαν τα παιχνίδια μας και κατά πόσο βίωσαν τα ηλεκτρονικά παιχνίδια μας *σαν να ήταν πραγματικά*. Η υπόθεση αυτή θα μπορούσε να ερμηνευτεί ως εξής: αν συνεχίσουμε να αυξάνουμε τον ρεαλισμό του παιχνιδιού μας, θα συνεχίσουμε να αυξάνουμε την επιρροή μας (βλ. Blascovich et al., 2002, για μια παρόμοια ανάλυση). Ωστόσο, αν ο ρεαλισμός αυξανόταν σε σημείο που γινόταν απόλυτος ή ολοκληρωτικός, τότε τα παιχνίδια που σχεδιάζουμε δεν θα μπορούσαν να διακριθούν από την πραγματικότητα. Σε αυτή τη συνθήκη, φαντάζει πολύ λογικό και η αντίσταση στην επιρροή να ανακτούσε τα επίπεδα στα οποία τη συναντάμε στον πραγματικό κόσμο.

Αυτή η ανάλυση μας υποδεικνύει ότι πρέπει να υπάρχει κάποια μέση οδός ανάμεσα στον ρεαλισμό και στην εικονική μεταφορά, όπου η επιρροή από εμπειρίες προσομοιωμένες μέσω ηλεκτρονικού υπολογιστή βρίσκεται στο υψηλότερο επίπεδο της και όπου η περαιτέρω ενίσχυση της προσομοίωσης θα κατάφερνε μόνο να μειώσει την επιρροή αυτή. Η επιρροή θα έφτανε επομένως στο αποκορύφωμά της όταν ένας εικονικός κόσμος θα βιωνόταν ως επαρκώς «ρεαλιστικός», ώστε να προωθεί τη μεταφορά και την εμπύθιση σε όλες τις διαφορετικές πτυχές του, αλλά και επαρκώς «μη ρεαλιστικός», ώστε να συνεχίσει να εκλαμβάνεται ως μυθοπλασία: μια εναλλακτική πραγματικότητα που πρέπει να διατηρηθεί μέσω της ανοιχτότητας στην αντίληψη και την εμπειρία. Μας έρχεται κατά νου σε αυτή την ανάλυση η έννοια της «ανοίκειας κοιλιάς». Πρόκειται για μια υποθετική καμπυλόγραμμη σχέση ανάμεσα στην ενσυναίσθηση για έναν φανταστικό ή προσομοιωμένο «νου» ή χαρακτήρα και στο επίπεδο ρεαλισμού του. Όταν εφαρμόζεται στην εικονική πραγματικότητα, υποδηλώνει ότι η συναισθηματική σύνδεση που βιώνουν οι παίκτες όταν αλληλεπιδρούν με ένα προσομοιω-

μένο ον θα αυξάνεται όσο πιο ρεαλιστικός γίνεται αυτός ο χαρακτήρας – μέχρι το σημείο όπου θα γίνει τόσο ρεαλιστικός, ώστε θα αποπνέει μια αλλόκοτη ή απόκοσμη αίσθηση (βλ. Stein & Ohler, 2017). Οι υπεύθυνοι για την επικοινωνία στον χώρο της υγείας μπορούν να στηριχτούν σε αυτή την ιδέα όταν σχεδιάζουν εικονικές εκστρατείες. Επιθυμούν να επικοινωνήσουν πληροφορίες που αφορούν την υγεία στον πραγματικό κόσμο παρουσιάζοντάς τες σαν να πηγάζουν από πλασματικούς κόσμους· κόσμους που είναι αρκετά εμβυθιστικοί, ώστε οι παίκτες να παρασύρονται από την εμπειρία, όχι όμως και τόσο ρεαλιστικοί, ώστε να μην μπορούν να απαλλαγούν από τις καθημερινές τους άμυνες.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ

Hart Blanton, Department of Communication, Texas A&M University
Christopher N. Burrows, Department of Communication, Texas A&M University
Timothy Regan, Department of Psychology, Texas A&M University
Η έρευνα αυτή χρηματοδοτήθηκε από το Εθνικό Ινστιτούτο για τον Καρκίνο (National Cancer Institute) [1 R01 CA 214587-01]

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. E. (2007). *Violent video game effects on children and adolescents: Theory, research, and public policy*. New York: Oxford University Press.
- Barfield, W., Zeltzer, D., Sheridan, T., & Slater, M. (1995). Presence and performance within virtual environments. In W. Barfield & T. A. Furness, III (Eds.), *Virtual environments and advanced interface design*. New York, NY: Oxford University Press.
- Blanton, H., Burrows, C. N., & Regan, T. (2019). Unpublished manuscript.
- Blascovich, J., Loomis, J., Beall, A., Swinth, K., Hoyt, C., & Bailenson, J. (2002). Immersive virtual environment technology as a methodological tool for social psychology. *Psychological Inquiry*, 13(2), 103-124.
- Brehm, J. W. (1966). *A theory of psychological reactance*. Oxford: Academic Press.
- Brown, J. D., & Witherspoon, E. (2002). The mass media and American adolescents' health. *Journal of Adolescent Health*, 31, 153-170.
- Burkley, E. (2008). The role of self-control in resistance to persuasion. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(3), 419-431.
- Burrows, C. N., & Blanton, H. (2016). Real-world persuasion from virtual-world campaigns: How transportation into virtual worlds moderates in-game influence. *Communication Research*, 43(4), 542-570.
- Burrows, C. N., & Blanton, H. (2018). In-game health communication: Delivering low-fear health messages in a low-fear videogame. *Games for Health Journal*, 7(3), 182-187.
- Bushman, B. J. (2006). Effects of warning and information labels on attraction to television

- violence in viewers of different ages. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(9), 2073-2078.
- Carnagey, N. L., & Anderson, C. A. (2005). The effects of reward and punishment in violent video games on aggressive affect, cognition, and behavior. *Psychological Science*, 16(11), 882-889.
- Carpentier, F. R. D., Rogers, R. P., & Barnard, L. (2015). Eliciting behavior from interactive narratives: Isolating the role of agency in connecting with and modeling characters. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 59(1), 76-93.
- Coleridge, S. T. (1906). *Biographia literaria*. London: J. M. Dent & Sons (Original work published 1817).
- Cranwell, J., Whittamore, K., Britton, J., & Leonardi-Bee, J. (2016). Alcohol and tobacco content in UK video games and their association with alcohol and tobacco use among young people. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(7), 426-434.
- De Troyer, O., Van Broeckhoven, F., & Vlieghe, J. (2017). Linking serious game narratives with pedagogical theories and pedagogical design strategies. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(3), 549-573.
- Entertainment Software Association. (2014). Essential facts about the computer and video game industry: Sales, demographic, and usage data. *The Entertainment Software Association*. Retrieved from www.theesa.com/wp-content/uploads/2014/10/ESA_EF_2014.pdf
- Escobar-Chaves, S. L., & Anderson, C. A. (2008). Media and risky behaviors. *The Future of Children*, 18, 147-180.
- Ferguson, C. J., & Dyck, D. (2012). Paradigm change in aggression research: The time has come to retire the General Aggression Model. *Aggression and Violent Behavior*, 17(3), 220-228.
- Fischer, P., Greitemeyer, T., Kastenmüller, A., Vogrincic, C., & Sauer, A. (2011). The effects of risk-glorifying media exposure on risk-positive cognitions, emotions, and behaviors: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 137(3), 367-390.
- Gerrard, M., Gibbons, F. X., & Warner, T. D. (1991). Effects of reviewing risk-relevant behavior on perceived vulnerability among women marines. *Health Psychology*, 10(3), 173-179.
- Gerrig, R. J., & Prentice, D. A. (1991). The representation of fictional information. *Psychological Science*, 2(5), 336-340.
- Gilbert, D. T. (1991). How mental systems believe. *American Psychologist*, 46(2), 107-119.
- Green, M. C. (2006). Narratives and cancer communication. *Journal of Communication*, 56 (Suppl 1), S163-S183.
- Green, M. C., & Brock, T. C. (2000). The role of transportation in the persuasiveness of public narratives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 701-721.
- Green, M. C., Garst, J., & Brock, T. C. (2004). The power of fiction: Determinants and boundaries. In L. J. Shrum (Ed.), *The psychology of entertainment media: Blurring the lines between entertainment and persuasion* (pp. 161-176). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Harris Interactive (2013, February 27). Harris Poll #10. Majority of Americans see connection between video games and violent behavior in teens. *Harris Interactive*. Online publication. Retrieved from <https://bit.ly/2j1U4on>.
- Hull, J. G., Brunelle, T. J., Prescott, A. T., & Sargent, J. D. (2014). A longitudinal study of risk-glorifying video games and behavioral deviance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 300-325.

- Hull, J. G., Draghici, A. M., & Sargent, J. D. (2012). A longitudinal study of riskglorifying video games and reckless driving. *Psychology of Popular Media Culture, 1*(4), 244-253.
- Knowles, E. S., & Linn, J. (Eds.). (2004). *Resistance and persuasion*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Lin, J. (2013). Identification matters: A moderated mediation model of media interactivity, character identification, and video game violence on aggression. *Journal of Communication, 63*(4), 682-702.
- Mustaro, P. N., & Mendonça, R. L. (2012). Immersion, narrative, and replayability as the motivational and attractiveness factors in serious games. In M. M. Cruz-Cunha (Ed.), *Handbook of research on serious games as educational, business and research tools* (Vols. I & II., pp. 991-1008). Hershey, PA: Information Science Reference/IGI Global.
- Peña, J., Khan, S., & Alexopoulos, C. (2016). I am what I see: How avatar weight affects physical activity among male gamers. *Journal of Computer-Mediated Communication, 21*, 195-209.
- Peña, J., Khan, S., Burrows, C., & Blanton, H. (2018). How persuasive are in-game health messages in first-person shooter games? Exploring knowledge-activation and thought-disruption mechanisms. *Communication Reports, 35*(4), 293-302.
- Phillips, D. P. (1982). The impact of fictional television stories on U.S. adult fatalities: New evidence on the effect of the mass media on violence. *The American Journal of Sociology, 87*(6), 1340-1359.
- Prentice, D. A., & Gerrig, R. J. (1999). Exploring the boundary between fiction and reality. In S. Chaiken & Y. Trope (Eds.), *Dual-process theories in social psychology* (pp. 529-546). New York, NY: Guilford Press.
- Prentice, D. A., Gerrig, R. J., & Bailis, D. S. (1997). What readers bring to the processing of fictional texts. *Psychonomic Bulletin & Review, 4*(3), 416-420.
- Raiff, B. R., Jarvis, B. P., & Rapoza, D. (2012). Prevalence of video game use, cigarette smoking, and acceptability of a video game-based smoking cessation intervention among on-line adults. *Nicotine & Tobacco Research, 14*(12), 1453-1457.
- Sauer, J. D., Drummond, A., & Nova, N. (2015). Violent video games: The effects of narrative context and reward structure on in-game and postgame aggression. *Journal of Experimental Psychology: Applied, 21*(3), 205-214.
- Slater, M., Lotto, B., Arnold, M., & Sanchez-Vives, M. V. (2009). How we experience immersive virtual environments: The concept of presence and its measurement. *Anuario De Psicología, 40*, 193-210.
- Sollins, B. (2011). Predictors of presence in virtual reality. *HIM 1990-2015*. 1759. <http://stars.library.ucf.edu/honorstheses1990-2015/1759>
- Stein, J.-P., & Ohler, P. (2017). Venturing into the uncanny valley of mind – The influence of mind attribution on the acceptance of human-like characters in a virtual reality setting. *Cognition, 160*, 43-50.
- Tamborini, R., Eastin, M. S., Skalski, P., Lachlan, K., Fediuk, T. A., & Brady, R. (2004). Violent virtual video games and hostile thoughts. *Journal of Broadcasting & Electronic Media, 48*, 335-357.
- Tran, K. (2018). Why the esports audience is set to surge – and how brands can take advantage of increased fans and viewership. *Business Insider*. Retrieved from www.businessinsider.com/the-esports-audience-report-2018-11.
- US Surgeon General. (2014). *The health consequences of smoking—50 years of progress: A report of the Surgeon General*. Washington, DC: US Department of Health and Human Services.

- Van Rooij, A. J., Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Shorter, G. W., Schoenmakers, T. M., & Van De Mheen, D. (2014). The (co-)occurrence of problematic video gaming, substance use, and psychosocial problems in adolescents. *Journal of Behavioral Addictions, 3*(3), 157-165.
- Williams, K. D. (2011). The effects of homophily, identification, and violent video games on players. *Mass Communication & Society, 14*(1), 3-24.
- Witte, K. (1992). Putting the fear back into fear appeals: The extended parallel process model. *Communication Monographs, 59*(4), 329-349.
- Wouters, P., van Oostendorp, H., ter Vrugte, J., vanderCruyssen, S., de Jong, T., & Elen, J. (2017). The effect of surprising events in a serious game on learning mathematics. *British Journal of Educational Technology, 48*(3), 860-877.
- Yee, N., Bailenson, J. N., & Ducheneaut, N. (2009). The Proteus effect: Implications of transformed digital self-representation on online and offline behavior. *Communication Research, 36*(2), 285-312.
- Yoo, S.-C., Peña, J., & Drumwright, M. (2015). Virtual shopping and unconscious persuasion: The priming effects of avatar age and consumers' age discrimination on purchasing and prosocial behaviors. *Computers in Human Behavior, 48*, 62-71.



Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Η σκοπιά της κοινωνικής αλληλεπίδρασης

Barbara Krahé

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η τάση προς την επίδειξη επιθετικής συμπεριφοράς παρουσιάζει υψηλή σταθερότητα καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής, συγκρίσιμη σε τάξη μεγέθους με τη σταθερότητα της νοημοσύνης (Olweus, 1979). Ορισμένη ως συμπεριφορά που σκοπό έχει να προκαλέσει βλάβη σε άλλους, η επιθετικότητα είναι μια μορφή αντικοινωνικής συμπεριφοράς που συνεπάγεται πλήθος αρνητικών συνεπειών σε ατομικό, διαπροσωπικό, διομαδικό και κοινωνικό επίπεδο (Krahé, 2013). Επομένως, η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο αναπτύσσεται η επιθετικότητα από την παιδική ηλικία έως την πρώιμη ενήλικη ζωή αποτελεί έργο κεφαλαιώδους σημασίας, όχι μόνο για επιστημονικούς λόγους, αλλά και από τη σκοπιά της κοινωνικής ζωής. Αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζει ευρήματα από ένα εκτεταμένο ερευνητικό πρόγραμμα με παιδιά, εφήβους και νέους ενήλικες στη Γερμανία που επιδιώκει να ταυτοποιήσει τους παράγοντες κινδύνου για την ανάπτυξη και την ανθεκτικότητα της επιθετικής συμπεριφοράς.

Η ανάλυση που παρουσιάζεται σε αυτό το κεφάλαιο υιοθετεί την προοπτική της κοινωνικής αλληλεπίδρασης, η οποία έλκει την καταγωγή της από τον ορισμό που διατύπωσε ο Lewin (1936) για την κοινωνική συμπεριφορά ως συνάρτηση τόσο του ατόμου όσο και του περιβάλλοντος. Τόνισε ότι οι ατομικές διαφορές αλληλεπιδρούν με τα χαρακτηριστικά του κοινωνικού περιβάλλοντος, με αποτέλεσμα τη διαμόρφωση της συμπεριφοράς σε μια συγκεκριμένη κατάσταση, και ότι είναι εξίσου απαραίτητες θεωρητικές οπτικές και μεθοδολογικές προσεγγίσεις προκειμένου να εξεταστούν συνδυαστικά οι δύο αυτές πηγές επιρροής (βλ.

Krahé, 1992, για μια πιο λεπτομερή ανάλυση). Κατά συνέπεια, η ανάλυση της δυναμικής αλληλοσυσχέτισης των ατομικών διαφορών και των περιβαλλοντικών επιδράσεων αποτελεί έργο που συγκεντρώνει διαφορετικούς υποκλάδους της ψυχολογίας, κυρίως την κοινωνική ψυχολογία, την ψυχολογία της προσωπικότητας και την αναπτυξιακή ψυχολογία. Το ερευνητικό πρόγραμμα που παρουσιάζεται σε αυτό το κεφάλαιο σχεδιάστηκε με σκοπό να συμβάλει σε αυτό το έργο, εξετάζοντας την ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς στην παιδική και στην εφηβική ηλικία ως μια συνάρτηση των ατόμων, των κοινωνικών περιβαλλόντων και των δυναμικών αλληλεπιδράσεών τους με την πάροδο του χρόνου.

Χρησιμοποιώντας διαχρονικούς, πολυεπίπεδους και πειραματικούς σχεδιασμούς και στηριζόμενη σε πολλαπλά εργαλεία μεθόδους μέτρησης της επιθετικής συμπεριφοράς, η έρευνα που παρουσιάζεται σε αυτό το κεφάλαιο φιλοδοξεί να απαντήσει σε τρία κύρια ερωτήματα: (1) Ποιοι είναι οι *ενδοπροσωπικοί παράγοντες κινδύνου* για την ανάπτυξη και την ανθεκτικότητα της επιθετικής συμπεριφοράς από τη μέση παιδική ηλικία έως την εφηβεία; Αυτό το κομμάτι θα αναλύσει τον ρόλο των ελλειμμάτων στη ρύθμιση του θυμού, της θεωρίας του νου και της εκτελεστικής λειτουργίας για την ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς. (2) Ποιοι παράγοντες στο *κοινωνικό περιβάλλον* συμβάλλουν στην ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς; Εδώ, η προσοχή εστιάζεται στην κοινωνική απόρριψη από μη επιθετικούς συνομηλίκους και στη σύνδεση με επιθετικούς συνομηλίκους, στον αντίκτυπο που έχει το να περιβάλλεται κάποιος από επιθετικούς συνομηλίκους στη σχολική τάξη και στην έκθεση σε βίαια πρότυπα προς μίμηση στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και ψυχαγωγίας. (3) Πώς *αλληλεπιδρούν οι ατομικές προδιαθέσεις και οι περιβαλλοντικοί παράγοντες κινδύνου* για να εξηγήσουν τις αναπτυξιακές τροχιές της επιθετικής συμπεριφοράς; Αυτό το κομμάτι θα δείξει πώς η έκθεση σε παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση επιθετικής συμπεριφοράς στο κοινωνικό περιβάλλον επηρεάζει διαφορετικά τα άτομα, προσδιορίζοντας τις οριακές συνθήκες μέσα στις οποίες οι ατομικές διαφορές στην επιθετικότητα μπορεί να μεγεθυνθούν ή να μειωθούν. Το κεφάλαιο ολοκληρώνεται με μια συζήτηση γύρω από τη συνεισφορά των ευρημάτων στις προσπάθειες πρόληψης και μείωσης της επιθετικής συμπεριφοράς κατά τις κρίσιμες περιόδους της παιδικής και της εφηβικής ηλικίας.

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΥΠΟ ΤΟ ΠΡΙΣΜΑ ΤΗΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ

Όπως κάθε κοινωνική συμπεριφορά, έτσι και η επιθετική συμπεριφορά διαμορφώνεται τόσο από ατομικές προδιαθέσεις όσο και από περιβαλλοντικές επιρροές. Η αλληλεπίδραση των δύο αυτών πηγών μεταβλητότητας εξηγεί για ποιον

λόγο δεν συμπεριφέρονται όλα τα άτομα με τον ίδιο τρόπο σε ένα συγκεκριμένο κοινωνικό πλαίσιο και για ποιον λόγο το ίδιο άτομο μπορεί να είναι πιο πιθανό να επιδείξει επιθετική συμπεριφορά σε ορισμένα πλαίσια απ' ό,τι σε άλλα. Οι τρέχουσες θεωρίες για την επιθετικότητα, όπως το Γενικό Μοντέλο Επιθετικότητας (Anderson & Bushman, 2018), αντιλαμβάνονται την ανάπτυξη μιας επιθετικής προσωπικότητας ως το αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης βιολογικών και περιβαλλοντικών παραγόντων τροποποίησης. Μια πλούσια ερευνητική βιβλιογραφία έχει προσφέρει στοιχεία για τις καθοριστικές σημασίας μεταβλητές καθεμίας από τις δύο πλευρές, για παράδειγμα, για τις γενετικές προδιαθέσεις αφενός και για την έκθεση σε βία μέσα στην οικογένεια αφετέρου. Όπως αντικατοπτρίζεται στα συναλλακτικά μοντέλα της ανάπτυξης, τα άτομα δεν διαμορφώνονται μόνο από το κοινωνικό περιβάλλον τους, αλλά επηρεάζουν επίσης αυτό το περιβάλλον μέσω των προσωπικών προδιαθέσεών τους (Sameroff, 2009).

Τα κοινωνιογνωστικά μοντέλα της ανάπτυξης της επιθετικότητας στην παιδική και στην εφηβική ηλικία αντανακλούν αυτή την αμοιβαία εξάρτηση της προσωπικότητας και των περιβαλλοντικών επιδράσεων (Huesmann, 2018). Για παράδειγμα, η θεωρία των σεναρίων του Huesmann (1998) υποστηρίζει ότι τα άτομα αναπτύσσουν αναπαραστάσεις-σενάρια για το πότε και το πώς πρέπει να ενεργήσουν επιθετικά με βάση αφενός τις κοινωνικές εμπειρίες τους και αφετέρου τους συνήθεις τρόπους που μετέρχονται για την επεξεργασία της πληροφορίας και τη ρύθμιση του συναισθήματος. Ομοίως, το μοντέλο της Επεξεργασίας Κοινωνικών Πληροφοριών (SIP) του Dodge (2011) αντιλαμβάνεται την επιθετική συμπεριφορά ως το αποτέλεσμα μιας αλληλουχίας αντίληψης και ερμηνείας των κοινωνικών ερεθισμάτων βασισμένης σε χαρακτηριστικούς τύπους επεξεργασίας της πληροφορίας. Σύμφωνα και με τα δύο μοντέλα, το επίπεδο επιθετικής συμπεριφοράς που προκύπτει πυροδοτεί αρνητικές κοινωνικές αντιδράσεις που μπορούν να οδηγήσουν σε περαιτέρω επιθετική συμπεριφορά, με αποτέλεσμα διαιώνιση της επιθετικότητας, που αποκτά πλέον χαρακτηριστικά χρόνιου φαινομένου.

Στις επόμενες ενότητες, παρουσιάζουμε κατ' αρχάς κάποια διαχρονικά στοιχεία για τον ρόλο των ενδοπροσωπικών παραγόντων κινδύνου για την ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς, εστιάζοντας τόσο σε γνωστικές όσο και σε συναισθηματικές μεταβλητές. Αυτή η ανάλυση ακολουθείται από μια συζήτηση για τους παράγοντες κινδύνου που εντοπίζονται στο περιβάλλον, ιδίως την απόρριψη από συνομηλίκους, το επίπεδο επιθετικότητας στο περιβάλλον των συνομηλίκων και την έκθεση στη βία στα μέσα μαζικής ενημέρωσης, χρησιμοποιώντας και πάλι διαχρονικούς ερευνητικούς σχεδιασμούς. Αφού εξεταστούν αυτές οι «κύριες επιδράσεις», αναδεικνύονται οι αλληλεπιδράσεις μέσω μελετών που χρησιμοποιούν πολυεπίπεδη ανάλυση.

ΕΝΔΟΠΡΟΣΩΠΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Οι ατομικές διαφορές στην επιθετική συμπεριφορά εμφανίζονται στην παιδική ηλικία, από τη στιγμή που τα παιδιά είναι σε θέση να σχηματίσουν μια πρόθεση πρόκλησης βλάβης, η οποία αποτελεί το καθοριστικό γνώρισμα της επιθετικότητας. Μια πρόθεση πρόκλησης βλάβης προϋποθέτει ένα επίπεδο γνωστικής ανάπτυξης στο οποίο τα παιδιά είναι ικανά να προβλέψουν ότι οι ενέργειές τους θα προκαλέσουν βλάβη σε ένα άλλο άτομο (Krahé, 2013). Αναζητώντας μεταβλητές που προβλέπουν υψηλότερη προδιάθεση για επιθετική συμπεριφορά στην παιδική και στην εφηβική ηλικία, έχουν εντοπιστεί τόσο γνωστικές όσο και συναισθηματικές μεταβλητές. Στο διαχρονικό ερευνητικό πρόγραμμά μας, εξετάσαμε ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία και στη θεωρία του νου ως γνωστικούς παράγοντες κινδύνου για την επιθετικότητα, καθώς και τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού ως παράγοντα κινδύνου στο πεδίο της ρύθμισης του συναισθήματος. Αυτοί οι παράγοντες μελετήθηκαν σε ένα μεγάλο δείγμα παιδιών ηλικίας 6 έως 8 ετών στην αρχή της μελέτης, τα οποία παρακολούθηθηκαν για ένα διάστημα τριών ετών.

Ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία και στη θεωρία του νου

Η *εκτελεστική λειτουργία (EF)* είναι μια γνωστική δραστηριότητα που διέπει τη στοχοκατευθυνόμενη δράση και τον σχεδιασμό της συμπεριφοράς και επιτρέπει τον σχηματισμό προσαρμοστικών αποκρίσεων σε νέες, πολύπλοκες ή αμφίσημες καταστάσεις. Είναι σημαντική για την αυτορρύθμιση, συμπεριλαμβανομένης της ρύθμισης του θυμού, και αποτελείται από τέσσερις κύριες συνιστώσες: αναστολή, ενημέρωση της μνήμης εργασίας, μετατόπιση και προγραμματισμός (Karr et al., 2018). Προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει ότι η φτωχότερη εκτελεστική λειτουργία συσχετίζεται με την αντικοινωνική συμπεριφορά (Ogilvie, Stewart, Chan, & Shum, 2011). Καθώς πρόκειται για ένα σύνολο γνωστικών δεξιοτήτων που επιτρέπουν στους ανθρώπους να ασκούν αυτοέλεγχο σε απαιτητικές καταστάσεις, δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι η ικανοποιητική εκτελεστική λειτουργία μπορεί να συμβάλει στη μείωση της επιθετικότητας. Ωστόσο, λίγες μελέτες έχουν εξετάσει τον δεσμό ανάμεσα στην εκτελεστική λειτουργία της παιδικής ηλικίας και στην επιθετικότητα μέσα στον χρόνο. Ομοίως, οι σχέσεις ανάμεσα στην εκτελεστική λειτουργία, συγκεκριμένα είδη επιθετικότητας και άλλους παράγοντες συνδιαμόρφωσης, όπως το πόσο εύκολα θυμώνει κάποιος, δεν έχουν γίνει καλά κατανοητές.

Σε μια διαχρονική μελέτη με συλλογή δεδομένων που πραγματοποιήθηκε σε τρία κύματα, διερευνήσαμε τη σχέση της εκτελεστικής λειτουργίας κατά την παι-

δική ηλικία με τα διαφορετικά είδη επιθετικότητας προκειμένου να ελέγξουμε την υπόθεση σύμφωνα με την οποία τα ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία μπορούσαν να προβλέψουν την εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς μέσα στα επόμενα χρόνια (Rohlf, Holl, Kirsch, Krahe, & Elsner, 2018). Μαθητές δημοτικού σχολείου από 6 έως 11 ετών αξιολογήθηκαν στην αρχή της μελέτης και σε δύο επόμενα κύματα συλλογής δεδομένων περίπου ένα και τρία χρόνια αργότερα. Για να αξιολογηθούν οι διαφορές στην εκτελεστική λειτουργία, συμπεριλαμβανομένων της μνήμης, των ικανοτήτων προγραμματισμού και της αυτοσυγκράτησης, τα παιδιά συμπλήρωσαν γραπτές δοκιμασίες, ενώ για να μετρηθεί η επιθετικότητα, οι εκπαιδευτικοί κατέγραψαν την επιθετική συμπεριφορά των μαθητών, διακρίνοντας μεταξύ διαφορετικών μορφών και λειτουργιών της. Οι διαφορετικές μορφές περιλάμβαναν τη σωματική επιθετικότητα, όπως χτυπήματα ή κλοτσιές, ή τη σχεσιακή επιθετικότητα, όπως η υπονόμηση των κοινωνικών σχέσεων των άλλων διά του αποκλεισμού τους ή της διάδοσης ψευδών πληροφοριών για αυτούς. Επιπλέον, η μελέτη διέκρινε δύο λειτουργίες που θα μπορούσαν να παρακινούν την επιθετική συμπεριφορά: την αντιδραστική επιθετικότητα, η οποία αναφέρεται στην τάση του παιδιού να αντιδρά επιθετικά στην πρόκληση, και την προδραστική επιθετικότητα, η οποία δηλώνει την τάση του παιδιού να συμπεριφέρεται επιθετικά όντας «ψύχραιμο», χωρίς να έχει θυμώσει ή να το έχουν προκαλέσει. Τέλος, οι γονείς ανέφεραν πόσο συχνά και πόσο εύκολα το παιδί τους είχε την τάση να θυμώνει. Χρησιμοποιώντας μοντέλα δομικών εξισώσεων, διερευνήσαμε τις αμοιβαίες σχέσεις εκτελεστικής λειτουργίας και αξιολογούμενης από τους εκπαιδευτικούς επιθετικότητας στην πάροδο του χρόνου. Για να μπορέσουμε να αξιολογήσουμε την αλλαγή σε ατομικό επίπεδο χωριστά από τις σταθερές διατομικές διαφορές, χρησιμοποιήσαμε ένα μοντέλο τυχαίων σταθερών όρων-διασταυρούμενων καθυστερήσεων μεταξύ δεδομένων πάνελ (Random-Intercept Cross-Lagged Panel Model, RI-CLPM) το οποίο έχει προταθεί από τους Hamaker, Kuiper και Grasman (2015).

Τα ευρήματα επαλήθευσαν την προβλεφθείσα πορεία, σύμφωνα με την οποία τα ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία θα οδηγούσαν σε επιθετική συμπεριφορά με την πάροδο του χρόνου: όσο χαμηλότερα βαθμολογούνταν τα παιδιά στη μέτρηση της εκτελεστικής λειτουργίας στην αρχή της μελέτης, τόσο υψηλότερα αξιολογούνταν η επιθετικότητά τους από τους εκπαιδευτικούς τους ένα και τρία χρόνια αργότερα, λαμβάνοντας υπόψη τα αρχικά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς. Αυτό ίσχυε τόσο για τη σωματική όσο και για τη σχεσιακή μορφή της επιθετικότητας. Διαπιστώσαμε επίσης ότι μια αυξημένη τάση θυμού σε παιδιά με χαμηλότερα επίπεδα εκτελεστικής λειτουργίας μπορεί εν μέρει να εξηγεί την αυξημένη επιθετικότητά τους με την πάροδο του χρόνου. Όσον αφορά τις διαφορετικές λειτουργίες της επιθετικής συμπεριφοράς, τα ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία σχετίζονταν με αυξημένη αντιδραστική επιθετικό-

τητα μέσα στον χρόνο, δεν μπορούσαν όμως να προβλέψουν την προδραστική επιθετικότητα. Το εύρημα αυτό συμφωνεί με την ιδέα της προδραστικής επιθετικότητας ως «εν ψυχρώ», προγραμματισμένης επιθετικότητας, για την οποία ο έλεγχος του συναισθήματος είναι λιγότερο ζωτικής σημασίας απ' ό,τι για την αντιδραστική επιθετικότητα, η οποία βασίζεται πιο έντονα στον θυμό και, ως εκ τούτου, ενδέχεται να επηρεάζεται πιο έντονα από τυχόν ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία (Rathert, Fite, Gaertner, & Vitulano, 2011).

Μια δεύτερη βασική ικανότητα, πολύ σημαντική για την κατανόηση της ανάπτυξης της επιθετικής συμπεριφοράς, είναι η θεωρία του Νου (ΘτΝ: Theory of Mind, ToM), η οποία συνίσταται σε μια νοητική αναπαράσταση των εσωτερικών καταστάσεων άλλων ανθρώπων. Σχετίζεται εννοιακά με την εκτελεστική λειτουργία και συνήθως διαφοροποιείται σε δύο όψεις: η συναγωγή συμπερασμάτων που αφορούν τις πεπειθήσεις, τις προθέσεις ή τις επιθυμίες των άλλων αναφέρεται στη *γνωστική θεωρία του νου*, και η συναγωγή συμπερασμάτων που αφορούν τα συναισθήματα των άλλων αναφέρεται στη *συναισθηματική θεωρία του νου* (Derksen, Hunsche, Giroux, Connolly, & Bernstein, 2018). Πολυάριθμες μελέτες έχουν εξετάσει τη σχέση ανάμεσα στη θεωρία του νου και στην επιθετική συμπεριφορά στα παιδιά (βλ. Wellman, Cross, & Watson, 2001, για μια μετα-ανάλυση και κριτική). Ωστόσο, τα στοιχεία είναι περιορισμένα από πολλές απόψεις: πολλές μελέτες κατέληξαν σε μεικτά αποτελέσματα, αφορούσαν αποκλειστικά παιδιά προσχολικής ηλικίας, χρησιμοποιούσαν συγχρονικούς ερευνητικούς σχεδιασμούς ή δεν λάμβαναν υπόψη τους τα προηγούμενα επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς.

Για να αντιμετωπίσουμε κάποιους από αυτούς τους περιορισμούς, χρησιμοποιήσαμε το ίδιο δείγμα μαθητών δημοτικού σχολείου προκειμένου να πραγματοποιήσουμε μια βασισμένη σε τρία κύματα συλλογής δεδομένων ανάλυση των αμοιβαίων σχέσεων της θεωρίας του νου με την επιθετική συμπεριφορά (Holl, Kirsch, Rohlf, Krahé, & Elsner, 2018). Και σε αυτή την περίπτωση, συμπεριλήφθηκαν στην ανάλυση και οι δύο μορφές (φυσική και σχεσιακή) και λειτουργίες (προδραστική και αντιδραστική) της επιθετικότητας. Χρησιμοποιώντας μοντέλα δομικών εξισώσεων, διερευνήσαμε τις σχέσεις ανάμεσα σε έναν λανθάνοντα παράγοντα της θεωρίας του νου, που απαρτίζεται από τη γνωστική και τη συναισθηματική θεωρία του νου, και στην επιθετική συμπεριφορά. Για να μπορέσουμε να διαχωρίσουμε την ενδοατομική αλλαγή από τις σταθερές διατομικές διαφορές, χρησιμοποιήσαμε ξανά ένα μοντέλο διασταυρούμενων καθυστερήσεων μεταξύ δεδομένων πάνελ (Cross-Lagged Panel Model), ώστε να εντοπίσουμε ενδοατομικές τροχιές της αλλαγής στην επιθετική συμπεριφορά σε σχέση με ελλείμματα στη θεωρία του νου.

Όπως προέβλεπε η θεωρητική υπόθεσή μας, διαπιστώσαμε ότι τα χαμηλότερα επίπεδα θεωρίας του νου προέβλεπαν μια προοπτικά υψηλότερη σωματική

και σχεσιακή επιθετικότητα, όπως αυτή αξιολογούνταν από τους εκπαιδευτικούς της τάξης των παιδιών. Αυτό ίσχυε για τις διαδρομές από την πρώτη φάση συλλογής δεδομένων έως τη δεύτερη (T1-T2), καθώς και από τη δεύτερη φάση συλλογής δεδομένων έως την τρίτη (T2-T3). Παρόλο που στη μελέτη μας δεν εξετάσαμε τις διαδικασίες διαμεσολάβησης, τα αποτελέσματά μας συμφωνούν με τις προβλέψεις που προκύπτουν από το μοντέλο SIP (Dodghe, 2011) και υποστηρίζουν ότι τα ελλείμματα στη θεωρία του νου μπορούν να οδηγήσουν σε μεροληπτική ή ανεπαρκή επεξεργασία των κοινωνικών πληροφοριών, η οποία με τη σειρά της μπορεί να οδηγήσει σε πιο επιθετική συμπεριφορά.

Ο θυμός και η δυσπροσαρμοστική του ρύθμιση

Στο τελικό σύνολο αναλύσεων με βάση το δείγμα των μαθητών δημοτικού σχολείου, εξετάσαμε τον ρόλο της *δυσπροσαρμοστικής ρύθμισης του θυμού* ως παράγοντα κινδύνου για την ανάπτυξη της επιθετικότητας. Τα παιδιά αυτής της ηλικίας δεν είναι ακόμη σε θέση να παράσχουν έγκυρες αυτοαναφορές για τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν για τη ρύθμιση και την έκφραση του θυμού (Parker et al., 2001). Ως εκ τούτου, η μελέτη των Rohlf, Busching και Krahe (2017) εξέτασε τους δυνητικούς δεσμούς ανάμεσα στη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού και στην επιθετική συμπεριφορά στη μέση παιδική ηλικία για μια περίοδο δέκα μηνών, χρησιμοποιώντας μια μέθοδο μέτρησης βασισμένη στην παρατήρηση για την εκτίμηση της ρύθμισης του θυμού *in situ*. Η μέθοδος μέτρησης του προκαλούμενου θυμού συνίστατο στο να ζητάμε από τα παιδιά να χτίσουν έναν πύργο από τουβλάκια, ο οποίος ήταν έτσι σχεδιασμένος, ώστε σε κάθε περίπτωση να καταρρέει, και να κωδικοποιούμε έπειτα τις αντιδράσεις των παιδιών. Τα ίδια παιδιά μελετήθηκαν ξανά τρία χρόνια αργότερα χρησιμοποιώντας μια προσαρμοσμένη στην ηλικία εκδοχή του έργου του χτισίματος πύργου. Παρατηρήθηκαν οι συμπεριφορικές στρατηγικές των παιδιών για τη ρύθμιση του θυμού τους βάσει της διάκρισης μεταξύ δυσπροσαρμοστικών (π.χ. ξέσπασμα θυμού, λεκτική και οπτική εστίαση στο ερέθισμα που αποτελούσε την πηγή του εκνευρισμού) και προσαρμοστικών (προσανατολισμός στη λύση) συμπεριφορικών στρατηγικών (Kirsch, Busching, Rohlf, & Krahe, 2019· Rohlf & Krahe, 2015). Η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού συσχετίστηκε με τις αξιολογήσεις των εκπαιδευτικών δέκα μήνες αργότερα για το πόσο συχνά το παιδί είχε επιδείξει σωματική και σχεσιακή επιθετικότητα τους τελευταίους έξι μήνες και σε ποιον βαθμό η επιθετική συμπεριφορά ήταν αντιδραστική, κατά πόσο δηλαδή εμφανιζόταν ως απόκριση σε μια πρόκληση (Rohlf et al., 2017). Εκτείνοντας τη διαχρονική ανάλυση σε ένα συνολικό χρονικό διάστημα τριών ετών, η διαδρομή από τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού στην αξιολογούμενη από τους εκπαιδευτικούς επιθετική συμπεριφορά παρέμενε ακόμη στατιστικά σημαντική

(Kirsch et al., 2019). Μέχρι τότε, τα παιδιά είχαν μεγαλώσει αρκετά ώστε να είναι σε θέση να παράσχουν αξιόπιστες και έγκυρες αυτοαναφορές επιθετικής συμπεριφοράς, και οι αναφορές αυτές συσχετιζόνταν επίσης σημαντικά με τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού που είχε παρατηρηθεί τρία χρόνια νωρίτερα. Επιπλέον, η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού ήταν ένας σημαντικός προγνωστικός δείκτης των μελλοντικών προβλημάτων με τους συνομηλίκους (όπως αυτά εκτιμήθηκαν μέσω αξιολογήσεων από τους ίδιους τους μαθητές, τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς).

Σε συνδυασμό, τα ευρήματα που παρουσιάστηκαν σε αυτή την ενότητα δείχνουν ότι οι ατομικές διαφορές στην εκτελεστική λειτουργία, τη θεωρία του νου και τη ρύθμιση του θυμού προβλέπουν ατομικές διαφορές στην επιθετική συμπεριφορά με την πάροδο του χρόνου, κατά την αναπτυξιακή περίοδο της μέσης παιδικής ηλικίας. Η επόμενη ενότητα εξετάζει λεπτομερέστερα τον ρόλο των περιβαλλοντικών παραγόντων κινδύνου στην ανάπτυξη της επιθετικότητας.

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Πλήθος περιβαλλοντικών παραγόντων επηρεάζουν τον βαθμό στον οποίο τα παιδιά και οι έφηβοι αποκτούν πρότυπα επιθετικής συμπεριφοράς και διαμορφώνουν τις ατομικές διαφορές ως προς την τάση τους να αποκρίνονται επιθετικά σε συγκεκριμένες καταστάσεις. Στους παράγοντες αυτούς περιλαμβάνονται «κοντινοί» παράγοντες, όπως το αν τα παιδιά έχουν βιώσει και έχουν γίνει μάρτυρες επιθετικότητας στην οικογένειά τους, και πιο «απομακρυσμένοι» παράγοντες, όπως οι υψηλές θερμοκρασίες του περιβάλλοντος (βλ. Krahé, 2013, για μια επισκόπηση). Στο δικό μας ερευνητικό πρόγραμμα, επικεντρωθήκαμε σε δύο πηγές επιρροών του περιβάλλοντος που είναι σημαντικές για την κατανόηση της ανάπτυξης και της ανθεκτικότητας των ατομικών διαφορών στην επιθετικότητα: την έκθεση σε βία στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και ψυχαγωγίας και τις σχέσεις με συνομηλίκους.

Έκθεση στη μιντιακή βία

Οι αναλύσεις περιεχομένου έχουν καταδείξει την έντονη παρουσία βίας σε ταινίες, ηλεκτρονικά παιχνίδια, βιβλία και στίχους τραγουδιών (Dill, Gentile, Richter, & Dill, 2005· Herd, 2009· Potts & Belden, 2009· Shor, 2018). Μια πλούσια ερευνητική βιβλιογραφία έχει τεκμηριώσει έναν δεσμό ανάμεσα στην έκθεση σε βία μιντιακά περιεχόμενα και στην επιθετική συμπεριφορά (βλ. τις μετα-αναλύσεις των Anderson et al., 2010· Greitemeyer & Mügge, 2014· Prescott, Sargent, & Hull, 2018). Ευρήματα από πειραματικές μελέτες που καταδεικνύουν βραχυ-

πρόθεσμες επιδράσεις μίας και μόνο έκθεσης σε βίαιο περιεχόμενο και από διαχρονικές μελέτες που αναγνωρίζουν την επαναλαμβανόμενη έκθεση σε βίαιο περιεχόμενο ως προγνωστικό παράγοντα της επιθετικής συμπεριφοράς μέσα στον χρόνο υποστηρίζουν το συμπέρασμα ότι η έκθεση στη βία των μέσων μαζικής ενημέρωσης και ψυχαγωγίας έχει αιτιώδη αντίκτυπο στην ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς. Αν και η τάξη μεγέθους των επιδράσεων θα μπορούσε να χαρακτηριστεί μάλλον μικρή, είναι ωστόσο συγκρίσιμη με άλλους γνωστούς παράγοντες κινδύνου για την εκδήλωση επιθετικότητας.

Στο ερευνητικό πρόγραμμά μας σχετικά με τις επιδράσεις των βίαιων μέσων, καταδείξαμε τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις της επαναλαμβανόμενης χρήσης βίαιων μέσων στην εφηβεία (Krahé, 2014). Κρατώντας σταθερούς μια σειρά από άλλους δυνητικούς παράγοντες κινδύνου για την ανάπτυξη της επιθετικότητας, καταδείξαμε μια σημαντική διαδρομή από την επαναλαμβανόμενη χρήση μιντιακής βίας έως την επιθετική συμπεριφορά για ένα χρονικό διάστημα έως και τρία έτη (Krahé & Busching, 2015· Krahé, Busching, & Möller, 2012· Möller & Krahé, 2009). Χρησιμοποιώντας τη μέθοδο της ανάλυσης λανθανουσών κλάσεων, εντοπίσαμε τρεις τροχιές της μιντιακής βίας σε τέσσερα κύματα συλλογής δεδομένων, χωρισμένα ανά διαστήματα του ενός έτους: σταθερά χαμηλή χρήση, σταθερά υψηλή χρήση και «σταδιακή υποχώρηση», δηλαδή έφηβοι που ξεκινούν με υψηλό επίπεδο χρήσης των μέσων το οποίο μειώνεται με την πάροδο του χρόνου. Η χρήση της υπαγωγής σε αυτές τις ομάδες για την πρόβλεψη των τροχιών που θα διέγραφε η επιθετική συμπεριφορά κατά την ίδια περίοδο αποκάλυψε μεγάλη ομοιότητα μεταξύ των δύο τροχιών: τα παιδιά με χαμηλή χρήση μιντιακής βίας διατηρούσαν σταθερά χαμηλά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς και τα παιδιά με υψηλή χρήση μιντιακής βίας διατηρούσαν σταθερά υψηλά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς, ενώ η μειούμενη πορεία της χρήσης μιντιακής βίας στην τροχιά της σταδιακής υποχώρησης συνοδευόταν από μια παράλληλη μείωση στην επιθετικότητα (Krahé et al., 2012).

Είναι σημαντικό ότι η χρήση μη βίαιων μέσων ψυχαγωγίας δεν σχετιζόταν με την επιθετική συμπεριφορά, εύρημα το οποίο συνάδει με μια εξήγηση βασισμένη στη μάθηση μέσω παρατήρησης, που υποστηρίζει ότι οι επιδράσεις αφορούν ειδικά την παρατήρηση βίαιων μοντέλων συμπεριφοράς. Επιπλέον, πραγματοποιήσαμε μια συνδυαστική πειραματική-διαχρονική μελέτη για να δείξουμε ότι όταν η έκθεση στη μιντιακή βία μειωνόταν μέσω συστηματικής παρέμβασης, η επιθετική συμπεριφορά μειωνόταν επίσης με την πάροδο του χρόνου (Krahé & Busching, 2015· Möller, Krahé, Busching, & Krause, 2012). Αυτά τα ευρήματα συνάδουν με την υπόθεση μιας αιτιώδους επιρροής της μιντιακής βίας στην ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς.

Εκτός από τον ρόλο της μάθησης μέσω παρατήρησης μιντιακών μοντέλων που επιδίδονται σε βίαιη συμπεριφορά, εντοπίσαμε περαιτέρω διαμεσολαβητι-

κές διαδικασίες μέσω των οποίων τα βίαια περιεχόμενα των μέσων ψυχαγωγίας είναι πιθανό να επηρεάζουν την επιθετική συμπεριφορά. Μια τέτοια διαδικασία είναι η απόκτηση κανονιστικών πεποιθήσεων που δικαιολογούν την επιθετική συμπεριφορά (Möller & Krahé, 2009). Όσο περισσότερη χρήση βίαιων ηλεκτρονικών παιχνιδιών ανέφεραν οι έφηβοι κατά την πρώτη συλλογή δεδομένων, τόσο περισσότερη σωματική επιθετικότητα επιδείκνυαν 30 μήνες αργότερα, και η διαδρομή διαμεσολαβούνταν από μια υψηλότερη αποδοχή της επιθετικής συμπεριφοράς ως κανονιστικής και κατάλληλης. Τα ευρήματα αυτά δείχνουν ότι η έκθεση σε βία στα μέσα ψυχαγωγίας ή η εμπλοκή σε μια βίαιη συμπεριφορά στην εικονική πραγματικότητα ενός ηλεκτρονικού παιχνιδιού συμβάλλει στην ανάπτυξη επιθετικών σεναρίων, τα οποία στη συνέχεια χρησιμοποιούνται για την καθοδήγηση της συμπεριφοράς στον πραγματικό κόσμο.

Μια δεύτερη διαμεσολαβητική διαδικασία είναι η συναισθηματική απευαισθητοποίηση, η οποία δρα στο συναισθηματικό επίπεδο και σημαίνει ότι τα άτομα που έχουν συνηθίσει στη μιντιακή βία δείχνουν λιγότερη υποκειμενική και φυσιολογική διέγερση ως απόκριση σε γραφικές απεικονίσεις της βίας. Σε ένα πείραμα που μελετούσε τις αποκρίσεις νεαρών ενηλίκων σε βίαια αποσπάσματα ταινιών, δείξαμε ότι η μεγαλύτερη επαναλαμβανόμενη χρήση βίαιων μέσων προέβλεπε ισχυρότερες θετικές και ασθενέστερες αρνητικές συναισθηματικές αποκρίσεις σε βίαια αποσπάσματα ταινιών και επίσης μείωνε τη φυσιολογική διέγερση, όπως αυτή μετρήθηκε από τα επίπεδα αγωγιμότητας του δέρματος (Krahé et al., 2011). Επιπλέον, η κατανάλωση μιντιακής βίας συμβάλλει στην ανάπτυξη της επιθετικότητας, αυξάνοντας την προσβασιμότητα σε επιθετικές σκέψεις. Όσο περισσότερο χρόνο αφιέρωναν οι συμμετέχοντες στην έρευνα στη χρήση βίαιων μέσων, τόσο μικρότερη ήταν η χρονική καθυστέρηση της απόκρισής τους στην αναγνώριση επιθετικών (όχι όμως και μη επιθετικών) λέξεων (Busching & Krahé, 2013). Στην ίδια μελέτη, δείξαμε ότι οι συμμετέχοντες που είχαν συμμετάσχει σε βίαια ηλεκτρονικά παιχνίδια που εκτυλίσσονταν στο περιβάλλον ενός πλοίου έδειξαν επίσης μικρότερες καθυστερήσεις απόκρισης σε λέξεις που σχετιζόνταν με πλοία, ενώ οι συμμετέχοντες που είχαν συμμετάσχει σε βίαια ηλεκτρονικά παιχνίδια που εκτυλίσσονταν σε αστικό περιβάλλον έδειξαν μικρότερους χρόνους απόκρισης στην αναγνώριση λέξεων σχετικών με την πόλη. Το γεγονός ότι οι λέξεις που σχετιζόνταν με την πόλη διευκόλυναν μια ταχύτερη απόκριση στις επιθετικές λέξεις στους συμμετέχοντες που είχαν παίξει το παιχνίδι σε αστικό περιβάλλον, καθώς και ότι οι λέξεις που σχετιζόνταν με το πλοίο χρησίμευσαν ως ερεθίσματα προέγερσης για σχετικές με την επιθετικότητα λέξεις μεταξύ των συμμετεχόντων που είχαν παίξει το παιχνίδι που εκτυλισσόταν στο περιβάλλον ενός πλοίου υποδεικνύει ότι αρχικά ουδέτερα ερεθίσματα (οι όροι που σχετιζόνταν με την πόλη και το πλοίο) διαποτίζονται με επιθετικό νόημα αν παρουσιαστούν σε συνδυασμό με βίαιες ενδείξεις, επαληθεύοντας έτσι μια αντί-

ληψη της επιθετικής συμπεριφοράς ως απόρροιας ενός συσχετιστικού δικτύου επιθετικού συναισθήματος και νόησης (Berkowitz, 2008).

Συνοπτικά, οι έρευνες που αναφέρθηκαν σε αυτή την ενότητα έδειξαν ότι η έκθεση στη βία της εικονικής πραγματικότητας των μέσων ψυχαγωγίας συνιστά μια περιβαλλοντική επιρροή που συμβάλλει στην ανάπτυξη της επιθετικότητας. Προσδιόρισαν επίσης αρκετούς αλληλένδετους ψυχολογικούς μηχανισμούς μέσω των οποίων μπορεί να εξηγηθεί αυτή η διαδικασία.

Οι σχέσεις με τους συνομηλίκους και η ανάπτυξη της επιθετικότητας

Παιδιά και έφηβοι που αδυνατούν να ρυθμίσουν τον θυμό τους με έναν κοινωνικά αποδεκτό τρόπο και επιδεικνύουν επιθετική συμπεριφορά είναι πιθανό να αντιμετωπίσουν προβλήματα με τους συνομηλίκους τους και να βιώσουν κοινωνική απόρριψη (Godleski, Kamper, Ostrov, Hart, & Blakely-McClure, 2015) ή θυματοποίηση (π.χ. Rosen, Milich, & Harris, 2012). Λόγω της περιθωριοποίησης από μη επιθετικούς συνομηλίκους, τα επιθετικά παιδιά τείνουν να συνδέονται με άλλους επιθετικούς συνομηλίκους, σχηματίζοντας κοινωνικές ομάδες στις οποίες η επιθετική συμπεριφορά είναι κανονιστικό στοιχείο (Patterson, DeBaryshe, & Ramsey, 1989).

Ακολουθώντας αυτό το σκεπτικό, η Rohlf και οι συνεργάτες της (2017) πρότειναν ότι τα προβλήματα στις σχέσεις με τους συνομηλίκους θα μπορούσαν να αποτελούν τόσο συνέπεια των ελλειμμάτων στη ρύθμιση του θυμού όσο και προβλεπτικό παράγοντα της επιθετικότητας. Όσον αφορά τη συχνότητα της επιθετικότητας, πρότειναν ότι η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού τη χρονική στιγμή T1 θα προέβλεπε υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας τη χρονική στιγμή T2 μέσω περισσότερων προβλημάτων με τους συνομηλίκους τη χρονική στιγμή T1, τα οποία με τη σειρά τους θα οδηγούσαν σε υψηλότερη συχνότητα επιθετικής συμπεριφοράς τη χρονική στιγμή T2. Προέβλεψαν επιπλέον ότι η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού θα συνδεόταν έμμεσα τόσο με την προδραστική όσο και με την αντιδραστική επιθετικότητα μέσω της επιρροής των προβλημάτων με τους συνομηλίκους τη χρονική στιγμή T1. Όπως ήταν αναμενόμενο, η συχνότητα της επιθετικότητας, καθώς και η αντιδραστική και η προδραστική επιθετικότητα τη χρονική στιγμή T2 είχαν προβλεφθεί έμμεσα από τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού τη χρονική στιγμή T1 μέσω των προβλημάτων με τους συνομηλίκους τη χρονική στιγμή T1. Έτσι, όσο πιο δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού επιδείκνυαν τα παιδιά, τόσο περισσότερα ήταν τα προβλήματα με τους συνομηλίκους που αντιμετώπιζαν, και όσο μεγαλύτερη ήταν η κοινωνική απόρριψη που βίωναν τη χρονική στιγμή T1, τόσο υψηλότερες ήταν οι βαθμολογίες τους στις μετρήσεις της συχνότητας και των λειτουργιών της επιθετικότητας τη χρονική στιγμή T2.

Οι Jung, Krahé, Bondü, Esser και Wyschkon (2018) μελέτησαν τον δεσμό ανάμεσα στην αντικοινωνική συμπεριφορά, την κοινωνική απόρριψη, την ακαδημαϊκή αποτυχία και τη σύνδεση με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους σε ένα δείγμα συμμετεχόντων 6 έως 15 ετών που έλαβαν μέρος σε τρία κύματα μετρήσεων (T1 έως T3) σε χρονικό διάστημα περίπου πέντε ετών. Οι αξιολογήσεις των εκπαιδευτικών χρησιμοποιήθηκαν ως δείκτες της αντικοινωνικής συμπεριφοράς, της ακαδημαϊκής αποτυχίας, της κοινωνικής απόρριψης και της σύνδεσης των συμμετεχόντων με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους τους. Επιπλέον, οι γονείς παρείχαν αξιολογήσεις αντικοινωνικής συμπεριφοράς και κοινωνικής απόρριψης. Σύμφωνα με τις προβλέψεις τους και σύμφωνα με προηγούμενες έρευνες (Laird, Jordan, Dodge, Pettit, & Bates, 2001· Ostrov, Murray-Close, Godleski, & Hart, 2013), η υψηλότερη αντικοινωνική συμπεριφορά τη χρονική στιγμή T1 προέβλεπε υψηλότερη απόρριψη από τους συνομηλίκους τη χρονική στιγμή T2, όταν η κοινωνική απόρριψη μεταξύ T1 και T2 έμενε σταθερή. Η κοινωνική απόρριψη τη χρονική στιγμή T2 ήταν θετικός προβλεπτικός παράγοντας της σύνδεσης με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους την ίδια χρονική στιγμή και προέβλεπε έμμεσα την αντικοινωνική συμπεριφορά τη χρονική στιγμή T3 μέσω μιας ισχυρότερης σύνδεσης με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους. Η άμεση επίδραση από την κοινωνική απόρριψη τη χρονική στιγμή T2 στην αντικοινωνική συμπεριφορά τη χρονική στιγμή T3 δεν ήταν σημαντική, υποδεικνύοντας ότι η σύνδεση με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους είναι, πράγματι, μια πολύ σημαντική διαδικασία στην οποία στηρίζεται η διαδρομή από την κοινωνική απόρριψη στην αντικοινωνική συμπεριφορά.

Εκτός από τις αποκρίσεις των ομάδων συνομηλίκων στην επιθετική συμπεριφορά μεμονωμένων ατόμων, μια εξέταση της ανάπτυξης της επιθετικότητας από τη σκοπιά της κοινωνικής αλληλεπίδρασης πρέπει επίσης να λάβει υπόψη τις αποκρίσεις των ατόμων στην επιθετική συμπεριφορά των ομάδων συνομηλίκων με τις οποίες έρχονται σε επαφή. Μια γόνιμη γραμμή σκέψης για την εννοιολογική σύλληψη της επίδρασης των επιθετικών ομάδων συνομηλίκων στο άτομο αποτυπώνεται στη μεταφορά της επιθετικότητας ως «μεταδοτικής ασθένειας» (Dishion, 2015· Huesmann, 2018). Ακριβώς όπως το ανοσοποιητικό σύστημα επηρεάζεται από τα μικρόβια που οι άνθρωποι κολλάνε από τους άλλους με αποτέλεσμα να αρρωσταίνουν, άτομα αρχικά μη επιθετικά μπορούν να μολυνθούν από τα επιθετικά πρότυπα συμπεριφοράς των συνομηλίκων τους.

Ενώ οι παλαιότερες έρευνες γύρω από τη μεταδοτικότητα της επιθετικότητας μεταξύ συνομηλίκων επικεντρώνονταν είτε σε ομάδες συνομηλίκων επιλεγμένων από το ίδιο το άτομο είτε σε ομάδες με υψηλό επίπεδο επιθετικότητας (βλ. Jung, Busching, & Krahé, 2019, για μια επισκόπηση), η έρευνά μας ανέλυσε τη μεταδοτική φύση της επιθετικότητας σε ομάδες όπου η ατομική επιλογή ελαχιστοποιείται, και συγκεκριμένα στις κοινότητες των σχολικών τάξεων. Επειδή οι

μαθητές κατανέμονται στις τάξεις τους από τη διεύθυνση του σχολείου, η μελέτη της μεταδοτικότητας της επιθετικότητας στις κοινότητες των σχολικών τάξεων είναι ιδιαίτερα κατάλληλη για την αποδέσμευση της επιρροής της κοινωνικοποίησης που αποκτάται μέσω των συνομηλίκων από την επιλεκτική σύνδεση με συνομηλίκους με παρόμοια επίπεδα επιθετικότητας. Σε ένα δείγμα αποτελούμενο από περίπου 1.300 μαθητές και μαθήτριες μέσης παιδικής ηλικίας, οι Rohlf, Krahe και Busching (2016) διερεύνησαν την επίδραση της επιθετικότητας στην τάξη τόσο στη σωματική όσο και στη σχεσιακή επιθετικότητα. Διαπίστωσαν ότι όσο υψηλότερο ήταν το επίπεδο της σωματικής και της σχεσιακής επιθετικής συμπεριφοράς στην τάξη τους, τόσο πιο επιθετικά ήταν τα μέλη της τάξης δέκα μήνες αργότερα, λαμβάνοντας υπόψη το κατά πόσο η επιθετικότητα παρέμενε σταθερή μέσα στον χρόνο και απομονώνοντας την επίδραση του φύλου και της ηλικίας των συμμετεχόντων.

Παρόμοια αποτελέσματα βρέθηκαν σε μελέτες με εφήβους που διερεύνησαν τη μεταδοτικότητα της επιθετικότητας μεταξύ συνομηλίκων στο ευρύτερο πλαίσιο αντικοινωνικών συμπεριφορών, όπως η παραβατικότητα, ο βανδαλισμός ή η κατάχρηση ουσιών, που συχνά λαμβάνουν χώρα παράλληλα με την επιθετική συμπεριφορά. Σε μια μεγάλη πολυεπίπεδη μελέτη με σχεδόν 17.000 εφήβους, αγόρια και κορίτσια, κατανεμημένους σε περίπου 1.300 σχολικές τάξεις, οι Busching και Krahe (2018) παρατήρησαν μια σημαντική κύρια επίδραση της αντικοινωνικής συμπεριφοράς σε επίπεδο τάξης στην ατομική αντικοινωνική συμπεριφορά σε μια περίοδο ενός έτους. Και πάλι, η επίδραση παρέμεινε σημαντική ακόμη κι αφού λήφθηκε υπόψη η σταθερότητα της ατομικής αντικοινωνικής συμπεριφοράς και απομονώθηκε η επίδραση των άλλων πιθανών σημαντικών μεταβλητών, όπως το μεταναστευτικό υπόβαθρο, η σχολική πορεία, η ακαδημαϊκή επίδοση, το φύλο και η ηλικία. Σε μια άλλη μελέτη, οι Busching και Krahe (2015) διαπίστωσαν ότι τόσο η σωματική όσο και η σχεσιακή επιθετικότητα σε επίπεδο τάξης προέβλεπαν σε στατιστικά σημαντικό βαθμό τη μελλοντική επιθετικότητα σε επίπεδο τάξης, σε τέσσερα διαφορετικά χρονικά σημεία μέτρησης, γεγονός που υποδηλώνει ότι η μεταδοτικότητα της επιθετικότητας από τους συνομηλίκους δεν συντελείται μόνο στο ατομικό αλλά και στο ομαδικό επίπεδο. Στην περίπτωση της σχεσιακής επιθετικότητας, οι αυτοπαλινδρομικοί συντελεστές διαδρομής ήταν σημαντικά υψηλότεροι σε επίπεδο τάξης απ' ό,τι σε ατομικό επίπεδο, υποδεικνύοντας με αυτόν τον τρόπο ότι το επίπεδο της σχεσιακής επιθετικότητας είναι πιο σταθερό σε μια σχολική κοινότητα ως σύνολο απ' ό,τι στα άτομα από τα οποία απαρτίζεται.

Συνοψίζοντας, αυτό το σύνολο αποδείξεων υποστηρίζει ότι τα παιδιά και οι έφηβοι που είναι περιτριγυρισμένοι από επιθετικούς συνομηλίκους διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο να γίνουν πιο επιθετικοί με την πάροδο του χρόνου. Επιπλέον, πρόσφατα ευρήματα υποστηρίζουν την ιδέα ότι η μεταδοτική επίδραση της επιθετικότητας όχι μόνο εξαπλώνεται μέσα στα συστήματα, αλλά επίσης

διαπερνά και άλλα αλληλένδετα οικοσυστήματα: Τα άτομα που περιβάλλονται από επιθετικούς φίλους είναι εκτεθειμένα στον κίνδυνο να επιτρέψουν στην επιθετικότητα να διεισδύσει σε άλλους τομείς της ζωής τους και να επηρεάσουν άτομα που δεν είχαν καμία άμεση επαφή με την αρχική πηγή της επιθετικής συμπεριφοράς (Greitemeyer, 2018). Οι μελέτες που εξετάζουν την αντικοινωνική συμπεριφορά υποστηρίζουν ότι η έννοια της μεταδοτικότητας από συνομηλίκους δεν περιορίζεται στην επιθετικότητα, αλλά λειτουργεί με παρόμοιο τρόπο σε διαφορετικά είδη προβληματικής συμπεριφοράς, συμπεριλαμβανομένων του βανδαλισμού ή της κατάχρησης ουσιών.

ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΔΟΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Τα προσωπικά χαρακτηριστικά και το κοινωνικό περιβάλλον διαμορφώνουν την ανάπτυξη της επιθετικότητας όχι μόνο ως κύριες επιδράσεις, αλλά και σε αλληλεπίδραση μεταξύ τους. Στο ερευνητικό πρόγραμμά μας, εξετάσαμε συγκεκριμένα την αλληλεπίδραση μεταξύ μεταβλητών ατομικού επιπέδου και μεταβλητών που αφορούσαν το επίπεδο ολόκληρης της τάξης σε σχέση με τις νόρμες των συνομηλίκων και την επιθετική συμπεριφορά. Προσπαθήσαμε επομένως να απαντήσουμε στο ερώτημα αν το ίδιο περιβάλλον στην τάξη επηρεάζει διαφορετικά την ανάπτυξη της ατομικής επιθετικότητας ανάλογα με το προϋπάρχον επίπεδο επιθετικής συμπεριφοράς του ατόμου.

Η πολυεπίπεδη μοντελοποίηση προσφέρει μια στατιστική προσέγγιση που μας επιτρέπει να αντιμετωπίσουμε το ερώτημα αν η έκθεση σε ένα επιθετικό περιβάλλον συνομηλίκων έχει την ίδια επίδραση σε όλα τα άτομα ή ποικίλλει ανάλογα με το επίπεδο επιθετικότητας που φέρουν τα άτομα στο περιβάλλον. Στο ερευνητικό πρόγραμμά μας, θα μπορούσαμε να εκμεταλλευτούμε το γεγονός ότι στο γερμανικό εκπαιδευτικό σύστημα οι μαθητές παραμένουν στην ίδια τάξη αρκετά χρόνια, δημιουργώντας έτσι ένα σταθερό περιβάλλον τάξης. Αυτό μάς επέτρεψε όχι μόνο να ποσοτικοποιήσουμε τις κύριες επιδράσεις του επιπέδου επιθετικότητας της τάξης στις αναπτυξιακές τροχιές επιθετικής συμπεριφοράς για τα μεμονωμένα μέλη της τάξης, αλλά και να ελέγξουμε πιθανές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των δύο επιπέδων. Οι αλληλεπιδράσεις αυτές αντικατοπτρίζουν τον βαθμό στον οποίο οι τάξεις με υψηλό συνολικό επίπεδο επιθετικότητας επηρεάζουν διαφορετικά τους μαθητές ανάλογα με το ατομικό τους επίπεδο επιθετικότητας. Σε μια σειρά από αναλύσεις με μαθητές της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, δείξαμε ότι τα επιθετικά περιβάλλοντα της τάξης έχουν μεγαλύτερο αντίκτυπο σε παιδιά αρχικά μη επιθετικά απ' ό,τι σε παιδιά με υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας στην αρχή της ανάλυσης (Jung et al., 2019).

Στο δείγμα τους, που αποτελούνταν από μαθητές του δημοτικού, η Rohlf και οι συνεργάτες της (2016) διαπίστωσαν μια σημαντική διασταυρούμενη αλληλεπίδραση μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων (cross-level interaction) ανάμεσα στη σχεσιακή επιθετικότητα των ατόμων και στο επίπεδο σχεσιακής επιθετικότητας των υπόλοιπων μελών της τάξης. Τα άτομα που εμφάνισαν χαμηλά αρχικά επίπεδα σχεσιακής επιθετικότητας συγκέντρωσαν σημαντικά υψηλότερη βαθμολογία σε μετρήσεις σχεσιακής επιθετικότητας δέκα μήνες αργότερα, αν βρισκονταν σε τάξεις με υψηλό επίπεδο σχεσιακής επιθετικότητας. Αντίθετα, τα άτομα με αρχικά υψηλά επίπεδα σχεσιακής επιθετικότητας δεν επηρεάστηκαν από το επίπεδο σχεσιακής επιθετικότητας στην τάξη τους, γεγονός που σημαίνει ότι παρέμειναν σε υψηλό επίπεδο ακόμη και σε τάξεις στις οποίες το συνολικό επίπεδο επιθετικότητας ήταν χαμηλό. Ομοίως, οι Busching και Krahe (2018) ανέλυσαν διασταυρούμενες αλληλεπιδράσεις μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων ανάμεσα στην ατομική και στην ομαδική αντικοινωνική συμπεριφορά σε ένα δείγμα εφήβων. Σύμφωνα με τις υποθέσεις τους, οι αρχικά μη αντικοινωνικοί συμμετέχοντες έδειχναν τόσο περισσότερη αντικοινωνική συμπεριφορά έναν χρόνο αργότερα όσο υψηλότερο ήταν το επίπεδο αντικοινωνικής συμπεριφοράς της τάξης τους σε ομαδικό επίπεδο στην αρχή της μελέτης. Αντίθετα, οι συμμετέχοντες με αρχικά υψηλά επίπεδα αντικοινωνικής συμπεριφοράς έμειναν σε μεγάλο βαθμό ανεπηρέαστοι από το επίπεδο αντικοινωνικής συμπεριφοράς των συνομηλίκων τους. Σε μια περαιτέρω μελέτη, δείξαμε ότι όχι μόνο η συλλογική συμπεριφορά σε μια τάξη αλλά και η συλλογική κανονιστική πεποιθίση ότι η επιθετικότητα είναι αποδεκτή συμβάλλουν στην ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς σε μεμονωμένα μέλη της τάξης, αυξάνοντας την αποδοχή της επιθετικότητας σε ατομικό επίπεδο (Busching & Krahe, 2015).

Και στις τρεις μελέτες, οι συμμετέχοντες φοιτούσαν σε γενικά σχολεία και το συνολικό επίπεδο επιθετικότητας στις τάξεις βρισκόταν στο χαμηλότερο ήμισυ του εύρους της κλίμακας. Έτσι, η διαπίστωση ότι τα παιδιά που ήταν αρχικά πιο επιθετικά επηρεάζονταν λιγότερο από το επίπεδο επιθετικότητας στην τάξη τους δεν μπορεί να αποδοθεί σε μια επίδραση ανώτατου ορίου που θα μείωνε τις πιθανότητες μεταβλητότητας μεταξύ των πιο επιθετικών ατόμων.

Συνεπώς με τη μεταφορά της επιθετικότητας ως μεταδοτικής ασθένειας, το εύρημα αυτό υποδεικνύει ότι το να είναι κανείς μέρος ενός επιθετικού περιβάλλοντος «μολύνει» αρχικά «υγιή» μέλη της τάξης, τα επίπεδα επιθετικότητας των οποίων τείνουν προς το επίπεδο της τάξης προϊόντος του χρόνου, ενώ έχει μικρή επίδραση σε εκείνους που έχουν ήδη «αρπάξει» την επιθετική συμπεριφορά. Ωστόσο, παρόμοια διασταυρούμενη αλληλεπίδραση μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων δεν στάθηκε δυνατό να παρατηρηθεί όσον αφορά τη σωματική επιθετικότητα στη μελέτη της Rohlf και των συνεργατών της (2016). Γι' αυτή τη μορφή επιθετικότητας βρέθηκε μόνο μια κύρια επίδραση σε επίπεδο τάξης, υποδηλώνο-

ντας ότι οι επιθετικές τάξεις προωθούσαν την επιθετική συμπεριφορά στα μέλη τους ανεξάρτητα από τα ατομικά επίπεδα επιθετικότητάς τους.

Εκτός από τη μεταδοτική επίδραση της επιθετικής συμπεριφοράς των συνομηλίκων, εξετάσαμε επίσης τον αντίκτυπο των κανονιστικών τους πεποιθήσεων σχετικά με την επιθετικότητα, οι οποίες ορίζονται ως υποκειμενικές πεποιθήσεις για την καταλληλότητα και την αποδοχή της επιθετικής συμπεριφοράς σε διαφορετικά είδη κοινωνικών καταστάσεων, στην επιθετική συμπεριφορά των ατόμων. Για παράδειγμα, στην προαναφερθείσα μελέτη των Busching και Krahé (2015), παρατηρήθηκε μια σημαντική διασταυρούμενη αλληλεπίδραση μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων ανάμεσα στις κανονιστικές πεποιθήσεις σε επίπεδο τάξης και στην ατομική σωματική επιθετικότητα. Άτομα με χαμηλά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς στην αρχή της μελέτης έδειξαν περισσότερη σωματική επιθετικότητα 12 μήνες αργότερα αν είχαν βρεθεί σε μια τάξη με υψηλή ανοχή στην επιθετικότητα απ' ό,τι αν είχαν βρεθεί μεταξύ συμμαθητών με χαμηλή ανοχή στην επιθετικότητα. Αντίθετα, άτομα με αρχικά υψηλά επίπεδα σωματικής επιθετικότητας ήταν πιο επιθετικά 10 μήνες αργότερα, ανεξάρτητα από την ανοχή των συνομηλίκων τους απέναντι στη σωματική επιθετικότητα.

Παρατηρήσαμε νωρίτερα ότι τα επιθετικά παιδιά και τα παιδιά με δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού διατρέχουν τον κίνδυνο να υποστούν κοινωνική απόρριψη από τους συνομηλίκους τους. Εξετάζοντας τις διασταυρούμενες αλληλεπιδράσεις μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων στη διαδρομή από την επιθετικότητα προς την κοινωνική απόρριψη μέσα στον χρόνο, καταφέραμε να δείξουμε ότι οι επιθετικοί μαθητές βιώνουν λιγότερη κοινωνική απόρριψη με την πάροδο του χρόνου αν βρίσκονται σε μια τάξη με υψηλό συλλογικό επίπεδο επιθετικότητας (Rohlf et al., 2016). Δεν βρέθηκε καμία επίδραση του επιπέδου της τάξης στην κοινωνική απόρριψη των αρχικά μη επιθετικών μαθητών. Αυτό το εύρημα υποδηλώνει ότι η επιθετική συμπεριφορά κανονικοποιείται στις επιθετικές τάξεις, αλλάζοντας το κανονιστικό και κοινωνικό πλαίσιο προς την κατεύθυνση της αποδοχής της επιθετικής συμπεριφοράς. Ως αποτέλεσμα, τα επιθετικά παιδιά έρχονται αντιμέτωπα με λιγότερη κοινωνική απόρριψη.

Εκτός από τον «κοντινό» παράγοντα της έκθεσης σε επιθετικούς συνομηλίκους, διαπιστώσαμε ότι ο πιο «απομακρυσμένος» παράγοντας της έκθεσης σε επιθετική συμπεριφορά στα μίντια έχει παρόμοιο αποτέλεσμα. Οι έφηβοι με αρχικά χαμηλό επίπεδο επιθετικής συμπεριφοράς έδειξαν τόσο μεγαλύτερη αύξηση της κανονιστικής αποδοχής της επιθετικότητας όσο περισσότερη ήταν η έκθεσή τους στη μιντιακή βία, ενώ για τους αρχικά πιο επιθετικούς συμμετέχοντες έγινε εμφανής μια μικρή μόνο επιρροή της χρήσης μιντιακής βίας (Krahé & Busching, 2015).

Στις προαναφερόμενες μελέτες, εξετάσαμε επίσης τον ρόλο των διαφορών φύλου ως πιθανού ρυθμιστικού παράγοντα των επιδράσεων σε επίπεδο τάξης και

των διασταυρούμενων αλληλεπιδράσεων μεταξύ ιεραρχικών επιπέδων. Παρότι εντοπίστηκαν σημαντικές ρυθμιστικές επιδράσεις του φύλου, τα αποτελέσματα δεν διαμόρφωσαν ένα συνεκτικό πρότυπο. Στο νεότερο δείγμα που μελετήθηκε από τη Rohlf και τους συνεργάτες της (2016), τα μέλη της τάξης επηρεάστηκαν περισσότερο από τα συλλογικά επίπεδα σχεσιακής επιθετικότητας συνομηλίκων του ίδιου φύλου παρά συνομηλίκων του αντίθετου φύλου. Στο δείγμα εφήβων που χρησιμοποίησαν, οι Busching και Krahe (2015) διαπίστωσαν ότι το επίπεδο επιθετικότητας των κοριτσιών σε μια τάξη είχε μεγαλύτερο αντίκτυπο στα μέλη της τάξης και των δύο φύλων απ' ό,τι τα επίπεδα επιθετικότητας των αγοριών όσον αφορά την πρόβλεψη αύξησης της επιθετικής συμπεριφοράς σε διάστημα τριών ετών. Αυτό το εύρημα είναι συμβατό με μια εξελικτική προοπτική που υποστηρίζει ότι τα θηλυκά ελέγχουν την επιλογή συντρόφου. Καθώς τα αγόρια αποκτούν μεγαλύτερο ενδιαφέρον για την αποδοχή τους ως συντρόφων από τα κορίτσια, η μετατόπισή τους προς την κατεύθυνση των συλλογικών νορμών των κοριτσιών σε ό,τι αφορά την επιθετική συμπεριφορά μπορεί να αποτελεί προσαρμοστική στρατηγική (βλ. Van Vugt, de Vries & Li, σε αυτόν τον τόμο, για μια εξελικτική προοπτική γενικότερα). Θα χρειαστούν περισσότερες έρευνες που θα εξετάζουν τις αλληλεπιδράσεις πολλαπλών επιπέδων με κριτήριο το φύλο προκειμένου να εξηγηθούν αυτά τα ευρήματα.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

Η καλύτερη κατανόηση των παραγόντων κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς στο άτομο και στο κοινωνικό πλαίσιο αποτελεί προϋπόθεση για τον σχεδιασμό στρατηγικών παρέμβασης με θετική προοπτική (βλ. Petty & Briñol, και Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο, για περαιτέρω συζητήσεις σχετικά με τις παρεμβάσεις). Τα ευρήματα από το ερευνητικό πρόγραμμά μας έχουν αρκετές επιπτώσεις για τις προσπάθειες παρέμβασης. Για παράδειγμα, τα αποτελέσματα της Rohlf και των συνεργατών της (2018) προτείνουν ότι τα προγράμματα εξάσκησης που βοηθούν τα παιδιά να ρυθμίσουν τον θυμό τους με τρόπο πιο κοινωνικά αποδεκτό θα μπορούσαν να μειώσουν την επιθετικότητά τους. Μια μετα-ανάλυση προγραμμάτων εκπαίδευσης που απευθύνονται σε παιδιά σχολικής ηλικίας με θέμα τη διαχείριση θυμού έδειξε ότι τέτοια προγράμματα μπορούν να αποδειχθούν επιτυχημένα στη μείωση του θυμού και της επιθετικής συμπεριφοράς, παρότι τα μεγέθη επίδρασης σε 60 μελέτες ήταν μέτρια (-0,33 για τον θυμό και -0,34 για την επιθετική συμπεριφορά Candelaria, Fedewa, & Ahn, 2012). Επιπλέον, μια πρόσφατη μετα-ανάλυση έδειξε ότι οι παρεμβάσεις για την προώθηση της εκτελεστικής λειτουργίας μεταξύ τυπικά και μη τυπικά αναπτυσσόμενων παιδιών είναι αποτελεσματικές με μέτρια μεγέθη επίδρασης (Takacs & Kassai, 2019).

Βασισμένο στο μοντέλο της Επεξεργασίας Κοινωνικών Πληροφοριών, ένα πρόγραμμα σχεδιασμένο να μειώσει την κανονιστική αποδοχή της επιθετικότητας ανέφερε επίσης θετικά αποτελέσματα (Dodge & Godwin, 2013). Σε μια επισκόπηση ενός ευρύτερου φάσματος προσεγγίσεων παρέμβασης, οι Hendriks, Bartels, Colins και Finkenauer (2018) κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι επιδράσεις των παρεμβάσεων είναι μεγαλύτερες μεταξύ των παιδιών με υψηλότερα αρχικά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς. Ωστόσο, τα ευρήματά μας έδειξαν με συνέπεια ότι τα αρχικά λιγότερο επιθετικά άτομα επηρεάζονται περισσότερο αρνητικά από ένα υψηλό επίπεδο επιθετικότητας στην τάξη τους, γεγονός που έρχεται σε αντίθεση με την εστίαση των προσπαθειών παρέμβασης στα πιο επιθετικά άτομα. Αντίθετα, ο στόχος των παρεμβάσεων θα πρέπει να είναι να προφυλάξουν τα άτομα αυτά από το να «κολλήσουν» την επιθετική συμπεριφορά των συνομηλίκων τους, εστιάζοντας στην αλλαγή των νορμών και των συμπεριφορών της τάξης και στην ενίσχυση του «ανοσιακού συστήματος» των μη επιθετικών συνομηλίκων, ώστε αυτοί να είναι πιο ικανοί να απορρίψουν τις επιθετικές νόρμες και συμπεριφορές που επικρατούν τριγύρω τους μέσα στην τάξη.

Βασισμένοι στα ευρήματά μας σχετικά με τον αντίκτυπο της χρήσης βίαιων μέσων ψυχαγωγίας στις επιθετικές σκέψεις και συμπεριφορές, στοχεύσαμε συγκεκριμένα τη χρήση βίαιων μέσων ψυχαγωγίας από τους εφήβους, σε μια προσπάθεια μείωσης της επιθετικής συμπεριφοράς και της κανονιστικής αποδοχής της επιθετικότητας ως καθοριστικού προπαρασκευαστικού παράγοντα. Διεξαγάγαμε μια συνδυασμένη πειραματική-διαχρονική μελέτη στην οποία καταναίμαμε τυχαία τους εφήβους συμμετέχοντες είτε σε μια ομάδα που δεχόταν μια παρέμβαση σχεδιασμένη με στόχο τη μείωση της χρήσης μιντιακής βίας είτε σε μια ομάδα ελέγχου που δεν δεχόταν κάποιον χειρισμό, και παρακολουθήσαμε τις επιδράσεις της παρέμβασης στη μείωση της χρήσης μιντιακής βίας στην κανονιστική αποδοχή της επιθετικότητας και στην επιθετική συμπεριφορά σε ένα διάστημα 30 μηνών (Krahé & Busching, 2015). Μετά την παρέμβαση διάρκειας έξι εβδομάδων που εφαρμόστηκε σε σχολικό πλαίσιο, οι συμμετέχοντες στην ομάδα παρέμβασης ανέφεραν σημαντικά λιγότερη χρήση μιντιακής βίας απ' ό,τι οι συμμετέχοντες στην ομάδα ελέγχου, και η διαφορά παρέμεινε σταθερή για τους επόμενους 24 μήνες. Η μειωμένη χρήση μιντιακής βίας προέβλεπε χαμηλότερη κανονιστική αποδοχή της επιθετικότητας και λιγότερη αυτοαναφερόμενη σωματική επιθετικότητα έως και 18 μήνες μετά την ολοκλήρωση της παρέμβασης. Παρότι δεν είναι βέβαια δεοντολογικά εφικτό να αυξήσουμε τη δόση του περιεχομένου μιντιακής βίας στο πλαίσιο ενός πειραματικού σχεδιασμού, η χρήση μιας παρέμβασης για τη μείωση της χρήσης μιντιακής βίας αποτελεί βιώσιμη προσέγγιση (βλ. Blanton, Burrows & Regan, σε αυτόν τον τόμο, για μια παρόμοια προσέγγιση σε σχέση με το κάπνισμα). Είναι πιθανό μια τέτοια παρέμβαση όχι μόνο να σπάσει τον κύκλο που οδηγεί από τη μιντιακή βία

στην επιθετικότητα, αλλά επιπλέον να προσφέρει έναν αυστηρό έλεγχο κάποιων υποθέσεων αιτιότητας σχετικά με τις μακροπρόθεσμες επιδράσεις της χρήσης μιντιακής βίας στην επιθετική συμπεριφορά.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το ερευνητικό πρόγραμμα που παρουσιάστηκε σε αυτό το κεφάλαιο σχεδιάστηκε με στόχο την ταυτοποίηση των παραγόντων κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς στην παιδική και στην εφηβική ηλικία, βασίστηκε στην οπτική της κοινωνικής αλληλεπίδρασης, με επικέντρωση στην αμοιβαία εξάρτηση των προσωπικών και περιβαλλοντικών παραγόντων, αναφορικά με τη διαμόρφωση της κοινωνικής συμπεριφοράς. Χρησιμοποιώντας μια προσέγγιση πολλαπλών μεθόδων, που περιλάμβανε πειραματικές, διαχρονικές και πολυεπίπεδες μελέτες, η έρευνά μας κατέληξε στα ακόλουθα συμπεράσματα.

Πρώτον, μελετώντας τις κύριες επιδράσεις των ενδοπροσωπικών παραγόντων κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικότητας, δείξαμε ότι τα ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία και στη θεωρία του νου, καθώς και η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού προέβλεπαν αύξηση της επιθετικής συμπεριφοράς με την πάροδο του χρόνου. Αναλύσεις διαμεσολαβητικών μεταβλητών υποδεικνύουν τόσο ενδοπροσωπικές όσο και κοινωνικές διαδρομές σε αυτή την αναπτυξιακή διαδικασία: Τα ελλείμματα στην εκτελεστική λειτουργία προέβλεπαν επιθετικότητα διαμεσολαβούμενα από τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού, ενώ η δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού προέβλεπε την επιθετικότητα διαμεσολαβούμενη από την κοινωνική απόρριψη.

Δεύτερον, εξετάσαμε τους κοινωνικούς περιβαλλοντικούς παράγοντες κινδύνου και δείξαμε ότι η κοινωνική απόρριψη από μη επιθετικούς συνομηλίκους και η επακόλουθη σύνδεση με παρεκκλίνοντες συνομηλίκους συνδέονταν με την αύξηση της επιθετικής συμπεριφοράς μέσα στον χρόνο. Επιπλέον, διαπιστώσαμε ότι οι παρεκκλίνουσες ομάδες συνομηλίκων συμβάλλουν στην ανάπτυξη της επιθετικότητας μέσω της κανονιστικής αποδοχής της επιθετικότητας. Η επαναλαμβανόμενη έκθεση στη μιντιακή βία ήταν ακόμη ένας παράγοντας κινδύνου, συνδεδεμένος με το κοινωνικό πλαίσιο, ο οποίος οδηγούσε σε αύξηση της επιθετικότητας με την πάροδο του χρόνου.

Τρίτον, οι αναπτυξιακές τροχιές των ατομικών διαφορών στην επιθετικότητα αποδείχθηκε ότι υφίστανται τη ρυθμιστική επίδραση των κοινωνικών επιρροών που ασκούνται στην ομάδα των συνομηλίκων: όταν κάποιος περιβάλλεται από επιθετικούς συνομηλίκους, η επιθετική συμπεριφορά του θα αυξηθεί με την πάροδο του χρόνου. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για άτομα με αρχικά χαμηλά επίπεδα επιθετικότητας, σύμφωνα με τη μεταφορά της επιθετικότητας ως μεταδοτικής

ασθένειας. Μελετώντας τον αντίκτυπο της επιθετικής συμπεριφοράς ομάδων συνομηλίκων σε κοινότητες σχολικών τάξεων, στις οποίες τα άτομα έχουν κατανεμηθεί κατόπιν απόφασης της διοίκησης του σχολείου, αυτή η επίδραση μεταδοτικότητας θα μπορούσε να αποδειχθεί σε μεγάλο βαθμό ανεπηρέαστη από επιδράσεις ατομικής επιλογής.

Τα ευρήματα παρέχουν ένα σημείο εκκίνησης για θεμελιωμένες στη θεωρία προσπάθειες παρέμβασης στη συναλλακτική διαδικασία των προσωπικών και των περιβαλλοντικών επιρροών. Για παράδειγμα, σε προσωπικό επίπεδο, τα προγράμματα οφείλουν να προωθούν τη ρύθμιση του θυμού με στόχο να κοπεί το νήμα που συνδέει τη δυσπροσαρμοστική ρύθμιση του θυμού με την επιθετική συμπεριφορά διαμέσου της κοινωνικής απόρριψης. Η υπάρχουσα βιβλιογραφία δείχνει ότι τέτοιες προσεγγίσεις μπορεί να αποφέρουν τουλάχιστον μέτρια επιτυχία. Στο επίπεδο του κοινωνικού περιβάλλοντος, οι παρεμβάσεις για τη μείωση της χρήσης μιντιακής βίας ενδέχεται να έχουν διαρκείς επιδράσεις στη μείωση της κανονιστικής αποδοχής της επιθετικότητας, καθώς και της επιθετικής συμπεριφοράς. Τέλος, ο εντοπισμός ατομικών διαφορών επιρρότητας σε παράγοντες κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικότητας στο κοινωνικό περιβάλλον προειδοποιεί ερευνητές και επαγγελματίες για τη μεταδοτική επίδραση των επιθετικών ομάδων συνομηλίκων, ιδιαίτερα στα άτομα εκείνα που εισέρχονται σε τέτοια περιβάλλοντα με χαμηλά αρχικά επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς, και υπογραμμίζει την ανάγκη για στενή παρακολούθηση των νορμών και των προτύπων συμπεριφοράς σε επίπεδο τάξης. Δεδομένων των αρνητικών επιδράσεων της επιθετικής συμπεριφοράς στην υγιή ανάπτυξη κατά την παιδική και την εφηβική ηλικία σε ένα ευρύ φάσμα τομέων, και δεδομένου του πολλαπλού κόστους για την κοινωνία, η αναγνώριση της αλληλεπίδρασης μεταξύ ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς και ο σχεδιασμός κατάλληλων εργαλείων παρέμβασης παραμένουν έργο ύψιστης σημασίας για την ψυχολογική έρευνα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΣ

Είμαι ιδιαίτερα ευγνώμων στους Robert Busching, Janis Jung, Fabian Kirsch, Ingrid Möller και Helena Rohlf για τις σημαντικές συμβολές τους στην έρευνα που παρουσιάστηκε σε αυτό το κεφάλαιο.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2018). Media violence and the General Aggression Model. *Journal of Social Issues, 74*, 386-413. doi:10.1111/josi.12275

- Anderson, C. A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E. L., Bushman, B. J., Sakamoto, A., ... Saleem, M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in Eastern and Western countries: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 136*, 151-173. doi:10.1037/a0018251
- Berkowitz, L. (2008). On the consideration of automatic as well as controlled psychological processes in aggression. *Aggressive Behavior, 34*, 117-129. doi:10.1002/ab.20244
- Busching, R., & Krahé, B. (2013). Charging neutral cues with aggressive meaning through violent video game play. *Societies, 3*, 445-456. doi:10.3390/soc3040445
- Busching, R., & Krahé, B. (2015). The girls set the tone: Gendered classroom norms and the development of aggression in adolescence. *Personality & Social Psychology Bulletin, 41*, 659-676. doi:10.1177/0146167215573212
- Busching, R., & Krahé, B. (2018). The contagious effect of deviant behavior in adolescence. *Social Psychological and Personality Science, 9*, 815-824. doi:10.1177/1948550617725151
- Candelaria, A. M., Fedewa, A. L., & Ahn, S. (2012). The effects of anger management on children's social and emotional outcomes: A meta-analysis. *School Psychology International, 33*, 596-614. doi:10.1177/0143034312454360
- Derksen, D. G., Hunsche, M. C., Giroux, M. E., Connolly, D. A., & Bernstein, D. M. (2018). A systematic review of theory of mind's precursors and functions. *Zeitschrift für Psychologie, 226*, 87-97. doi:10.1027/2151-2604/a000325
- Dill, K., Gentile, D. A., Richter, W. A., & Dill, J. (2005). Violence, sex, race, and age in popular video games: A content analysis. In E. Cole & J. H. Daniel (Eds.), *Featuring females: Feminist analyses of media* (pp. 115-130). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Dishion, T. J. (2015). A developmental model of aggression and violence: Microsocial and macrosocial dynamics within an ecological framework. In M. Lewis & K. D. Rudolph (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 449-465). New York: Springer.
- Dodge, K. A. (2011). Social information processing patterns as mediators of the interaction between genetic factors and life experiences in the development of aggressive behavior. In P. R. Shaver & M. Mikulincer (Eds.), *Human aggression and violence: Causes, manifestations, and consequences* (pp. 165-185). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Dodge, K. A., & Godwin, J. (2013). Social-information-processing patterns mediate the impact of preventive intervention on adolescent antisocial behavior. *Psychological Science, 24*, 456-465. doi:10.1177/0956797612457394
- Godleski, S. A., Kamper, K. E., Ostrov, J. M., Hart, E. J., & Blakely-McClure, S. J. (2015). Peer victimization and peer rejection during early childhood. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 44*, 380-392. doi:10.1080/15374416.2014.940622
- Greitemeyer, T. (2018). The spreading impact of playing violent video games on aggression. *Computers in Human Behavior, 80*, 216-219. doi:10.1016/j.chb.2017.11.022
- Greitemeyer, T., & Mügge, D. O. (2014). Video games do affect social outcomes: A meta-analytic review of the effects of violent and prosocial video game play. *Personality & Social Psychology Bulletin, 40*, 578-589. doi:10.1177/0146167213520459
- Hamaker, E. L., Kuiper, R. M., & Grasman, R. P. P. P. (2015). A critique of the cross-lagged panel model. *Psychological Methods, 20*, 102-116. doi:10.1037/a0038889
- Hendriks, A. M., Bartels, M., Colins, O. F., & Finkenauer, C. (2018). Childhood aggression: A synthesis of reviews and meta-analyses to reveal patterns and opportunities for preven-

- tion and intervention strategies. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *91*, 278-291. doi:10.1016/j.neubiorev.2018.03.021
- Herd, D. (2009). Changing images of violence in rap music lyrics: 1979-1997. *Journal of Public Health Policy*, *30*, 395-406. doi:10.1057/jphp.2009.36
- Holl, A. K., Kirsch, F., Rohlf, H., Krahé, B., & Elsner, B. (2018). Longitudinal reciprocity between theory of mind and aggression in middle childhood. *International Journal of Behavioral Development*, *42*, 257-266. doi:10.1177/0165025417727875
- Huesmann, L. R. (1998). The role of social information processing and cognitive schema in the acquisition and maintenance of habitual aggressive behavior. In R. G. Geen & E. Donnerstein (Eds.), *Human aggression: Theories, research, and implications for social policy* (pp. 73-109). San Diego, CA: Academic Press.
- Huesmann, L. R. (2018). An integrative theoretical understanding of aggression. In B. J. Bushman (Ed.), *Aggression and violence: A social psychological perspective* (pp. 3-21). New York: Routledge.
- Jung, J., Busching, R., & Krahé, B. (2019). Catching aggression from one's peers: A longitudinal and multilevel analysis. *Social and Personality Psychology Compass*, *13*, e12433. doi:10.1111/spc3.12433
- Jung, J., Krahé, B., Bondü, R., Esser, G., & Wyschkon, A. (2018). Dynamic progression of antisocial behavior in childhood and adolescence: A three-wave longitudinal study from Germany. *Applied Developmental Science*, *22*, 74-88. doi:10.1080/10888691.2016.1219228
- Karr, J. E., Areshenkoff, C. N., Rast, P., Hofer, S. M., Iverson, G. L., Garcia-Barrera, M. A. (2018). The unity and diversity of executive functions: A systematic review and re-analysis of latent variable studies. *Psychological Bulletin*, *144*, 1147-1185. doi:10.1037/bul0000160
- Kirsch, F., Busching, R., Rohlf, H., & Krahé, B. (2019). Using behavioral observation for the longitudinal study of anger regulation in middle childhood. *Applied Developmental Science*, *25* (Advance online publication), 1-14. doi:10.1080/10888691.2017.13 25325
- Krahé, B. (1992). *Personality and social psychology: Towards a synthesis*. London: Sage.
- Krahé, B. (2013). *The social psychology of aggression* (2nd ed.). Hove: Psychology Press.
- Krahé, B. (2014). Media violence use as a risk factor for aggressive behaviour in adolescence. *European Review of Social Psychology*, *25*, 71-106. doi:10.1080/10463283.2014.9 23177
- Krahé, B., & Busching, R. (2015). Breaking the vicious cycle of media violence use and aggression: A test of intervention effects over 30 months. *Psychology of Violence*, *5*, 217-226. doi:10.1037/a0036627
- Krahé, B., Busching, R., & Möller, I. (2012). Media violence use and aggression among German adolescents: Associations and trajectories of change in a three-wave longitudinal study. *Psychology of Popular Media Culture*, *1*, 152-166. doi:10.1037/a0028663
- Krahé, B., Möller, I., Huesmann, L., Rowell, Kirwil, L., Felber, J., & Berger, A. (2011). Desensitization to media violence: Links with habitual media violence exposure, aggressive cognitions, and aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *100*, 630-646. doi:10.1037/a0021711
- Laird, R. D., Jordan, K. Y., Dodge, K. A., Pettit, G. S., & Bates, J. E. (2001). Peer rejection in childhood, involvement with antisocial peers in early adolescence, and the development of externalizing behavior problems. *Development and Psychopathology*, *13*, 337-354. doi:10.1017/S0954579401002085
- Lewin, K. (1936). *Principles of topological psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Möller, I., & Krahé, B. (2009). Exposure to violent video games and aggression in German

- adolescents: A longitudinal analysis. *Aggressive Behavior*, 35, 75-89. doi:10. 1002/ab. 20290
- Möller, I., Krahé, B., Busching, R., & Krause, C. (2012). Efficacy of an intervention to reduce the use of media violence and aggression: An experimental evaluation with adolescents in Germany. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 105-120. doi:10.1007/ s10964-011- 9654-6
- Ogilvie, J. M., Stewart, A. L., Chan, R. C. K., & Shum, D. H. K. (2011). Neuropsychological measures of executive function and antisocial behavior: A meta-analysis. *Criminology*, 49, 1063-1107. doi:10.1111/j.1745-9125.2011.00252.x
- Olweus, D. (1979). Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. *Psychological Bulletin*, 86, 852-875. doi:10.1037/0033-2909.86.4.852
- Ostrov, J. M., Murray-Close, D., Godleski, S. A., & Hart, E. J. (2013). Prospective associations between forms and functions of aggression and social and affective processes during early childhood. *Journal of Experimental Child Psychology*, 116, 19-36. doi:10.1016/j. jecp.2012.12.009
- Parker, E. H., Hubbard, J. A., Ramsden, S. R., Relyea, N., Dearing, K. F., Smithmyer, C. M., & Schimmel, K. D. (2001). Children's use and knowledge of display rules for anger following hypothetical vignettes versus following live peer interaction. *Social Development*, 10, 528-557. doi:10.1111/1467-9507.00179
- Patterson, G. R., DeBaryshe, B. D., & Ramsey, E. (1989). A developmental perspective on antisocial behavior. *American Psychologist*, 44, 329-335. doi:10.1037/0003-066X. 44.2.329
- Potts, R., & Belden, A. (2009). Parental guidance: A content analysis of MPAA motion picture rating justifications 1993-2005. *Current Psychology*, 28, 266-283. doi:10.1007/ s12144- 009-9065-y
- Prescott, A. T., Sargent, J. D., & Hull, J. G. (2018). Metaanalysis of the relationship between violent video game play and physical aggression over time. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 115, 9882-9888. doi:10. 1073/pn- as.1611617114
- Rathert, J., Fite, P. J., Gaertner, A. E., & Vitulano, M. (2011). Associations between effortful control, psychological control and proactive and reactive aggression. *Child Psychiatry and Human Development*, 42, 609-621. doi:10.1007/s10578-011-0236-3
- Rohlf, H., Busching, R., & Krahé, B. (2017). Longitudinal links between maladaptive anger regulation, peer problems, and aggression in middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly*, 63, 282. doi:10.13110/merrpalmquar1982.63.2.0282
- Rohlf, H., Holl, A. K., Kirsch, F., Krahé, B., & Elsner, B. (2018). Longitudinal links between executive function, anger, and aggression in middle childhood. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12, 27. doi:10.3389/fnbeh.2018.00027
- Rohlf, H., & Krahé, B. (2015). Assessing anger regulation in middle childhood: Development and validation of a behavioral observation measure. *Frontiers in Psychology*, 6, 453. doi:10.3389/fpsyg.2015.00453
- Rohlf, H., Krahé, B., & Busching, R. (2016). The socializing effect of classroom aggression on the development of aggression and social rejection: A two-wave multilevel analysis. *Journal of School Psychology*, 58, 57-72. doi:10.1016/j.jsp. -2016.05.002
- Rosen, P. J., Milich, R., & Harris, M. J. (2012). Dysregulated negative emotional reactivity as a predictor of chronic peer victimization in childhood. *Aggressive Behavior*, 38, 414-427. doi:10.1002/ab.21434
- Sameroff, A. (2009). The transactional model. In A. Sameroff (Ed.), *The transactional model of*

- development: How children and contexts shape each other* (pp. 3-21). Washington, D.C: American Psychological Association. doi:10.1037/11877-001
- Shor, E. (2018). Age, aggression, and pleasure in popular online pornographic videos. *Violence Against Women*, 1077801218804101. doi:10.1177/1077801218804101
- Takacs, Z. K., & Kassai, R. (2019). The efficacy of different interventions to foster children's executive function skills: A series of meta-analyses. *Psychological Bulletin*. Advance online publication. doi:10.1037/bul0000195
- Wellman, H. M., Cross, D., & Watson, J. (2001). Meta-analysis of theory-of-mind development: The truth about false belief. *Child Development*, 72, 655-684. doi:10.1111/1467-8624.00304

ΘΕΜΕΛΙΩΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Ο ρόλος των προσομοιώσεων κατανάλωσης
και ανταμοιβής στη συμπεριφορά κατανάλωσης
φαγητού και ποτού*Esther K. Papies*

Πώς γεννιέται η επιθυμία στον ανθρώπινο νου; Οι περισσότεροι άνθρωποι βιώνουν ένα ευρύ φάσμα επιθυμιών κατά τη διάρκεια της ημέρας, με επικρατούσες τις επιθυμίες για φαγητό, ποτό και κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (Hofmann, Baumeister, Förster, & Vohs, 2012). Συχνά, αυτές οι επιθυμίες οδηγούν σε μια σύγκρουση αυτοελέγχου, καθώς, αν δρούσαμε με γνώμονα την ικανοποίησή τους, θα παρεμποδίζαμε την επιδίωξη ενός στόχου μακροπρόθεσμης επένδυσης. Τέτοιου είδους συγκρούσεις καταναλώνουν γνωστικούς πόρους και, αργά ή γρήγορα, οδηγούν κατά κανόνα σε αποτυχία στο επίπεδο του αυτοελέγχου (Hofmann, Vohs, & Baumeister, 2012). Επομένως, η επιθυμία μπορεί να έχει μια σειρά από ενδοπροσωπικές και διαπροσωπικές συνέπειες και, ως εκ τούτου, αποτελεί μια θεματική κεντρικής σημασίας για την κοινωνιοψυχολογική έρευνα. Σε αυτό το κεφάλαιο, θα παρουσιάσουμε μια προσέγγιση βασισμένη στη θεμελιωμένη νόηση για την κατανόηση της ανάδυσης της επιθυμίας, την οποία έχουμε ορίσει προηγουμένως ως τη συνειδητή ή ασυνειδητή κατάσταση της παρουσίας ενός κινήτρου για ένα συγκεκριμένο ερέθισμα ή εμπειρία, από τα οποία περιμένουμε να αποκομίσουμε κάποια ανταμοιβή (Papies & Barsalou, 2015). Η θεωρία της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία προσπαθεί να εξηγήσει πώς η επιθυμία και η παρακινούμενη συμπεριφορά αναδύονται ως απόκριση σε εξωτερικές ενδείξεις, χρησιμοποιώντας βασικές γνωστικές διαδικασίες και διαδικασίες μνήμης, οι οποίες είναι συχνά ασυνείδητες (Papies & Barsalou, 2015· Papies, Best, Gelibter, & Barsalou, 2017· Papies, Pronk, Keesman, & Barsalou, 2015). Έτσι, σε αντίθεση με το ερευνητικό έργο που μελετά, για παράδειγμα,

την επιθυμία από τη σκοπιά της θεωρίας της επεξεργασμένης παρείσακτης σκέψης (Kavanagh, Andrade, & May, 2005), η οποία υποστηρίζει ότι η συνειδητή επεξεργασία της αισθητηριακής εικονοποιίας που σχετίζεται με την κατανάλωση παίζει βασικό ρόλο στην επιθυμία, το πλαίσιο της θεμελιωμένης νόησης στηρίζεται στην υπόθεση ότι τόσο η ίδια η επιθυμία όσο και οι διαδικασίες που συμβάλλουν στη διαμόρφωσή της μπορούν να είναι συνειδητές ή ασυνειδητές.

Αφού περιγράψουμε συνοπτικά τη θεωρία, θα επιχειρήσουμε μια επισκόπηση σε στοιχεία που την υποστηρίζουν στους τομείς της συμπεριφοράς κατανάλωσης φαγητού και ποτού. Στη συνέχεια, θα σχολιάσουμε με ποιον τρόπο οι παρεμβάσεις μπορούν να ρυθμίσουν τις προβληματικές επιθυμίες, στοχεύοντας σε προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής. Τέλος, θα αναφερθούμε εν συντομία στον πιθανό ρόλο των προσομοιώσεων στην αυτορρύθμιση και στην κοινωνική ψυχολογία γενικότερα και θα σχολιάσουμε τις κατευθύνσεις που ανοίγονται στη μελλοντική έρευνα.

Η ΘΕΩΡΙΑ ΘΕΜΕΛΙΩΜΕΝΗΣ ΝΟΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Αναφορικά με την επιθυμία, η θεωρία της θεμελιωμένης νόησης υποστηρίζει ότι αυτή προκύπτει από προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, στη βάση προηγούμενων εμπειριών κατανάλωσης, ως απόκριση σε ορεκτικές ενδείξεις. Κάθε φορά που καταναλώνουμε ένα φαγητό ή ένα ποτό, αφήνουμε να ξετυλιχτεί ένας πλούσιος όγκος καταστασιακών αναμνήσεων αυτής της εμπειρίας, η οποία ενσωματώνει διάφορες ροές πληροφορίας και αναφέρεται ως καταστασιακή εννοιολόγηση (Barsalou, 2003, 2009· Papies & Barsalou, 2015). Οι καταστασιακές εννοιολογήσεις αυτού του είδους μπορούν να περιλαμβάνουν, για παράδειγμα, αισθητηριακές πληροφορίες σχετικά με τη γεύση και την υφή του φαγητού ή του ποτού· οπτικές πληροφορίες σχετικά με το φαγητό ή το ποτό και τον περιβάλλοντα χώρο του καταναλωτή τους· ενέργειες όπως το τέντωμα για την προσέγγιση ενός φαγητού, η χρήση μαχαιροπίρουνων και η μάσηση· πληροφορίες για τη φυσική κατάσταση του ατόμου και το κοινωνικό, χρονικό και φυσικό πλαίσιο της κατανάλωσης φαγητού ή ποτού· πληροφορίες σχετικά με συνοδευτικά τρόφιμα ή ποτά· άμεσες (σωματικές, γνωστικές, συναισθηματικές και ηδονικές) συνέπειες της κατανάλωσης· και βραχυπρόθεσμους ή μακροπρόθεσμους στόχους σχετιζόμενους με την κατανάλωση. Όπως περιγράφουν ο Barsalou και οι συνεργάτες του (Barsalou, 2016· Wilson-Mendenhall, Barrett, Simmons, & Barsalou, 2011), αυτές οι «τοπικές» ροές πληροφορίας ενσωματώνονται σε «σφαιρικές» αναπαραστάσεις, οι οποίες διευκολύνουν τις συνεκτικές εννοιολογικές ερμηνείες των συμβάντων σε μια δεδομένη κατάσταση (Papies et al., 2017).

Όταν αργότερα εμφανιστεί μια συναφής ένδειξη, για παράδειγμα μια οπτική ένδειξη φαγητού, θα επανενεργοποιήσει την πιο ταιριαστή από τις καταστασιακές εννοιολογήσεις που είναι διαθέσιμες από προηγούμενες εμπειρίες. Από μια μπασιανή οπτική, η πιο ταιριαστή καταστασιακή εννοιολόγηση είναι αυτή που έχει χρησιμοποιηθεί συχνά στο παρελθόν και φαίνεται να ταιριάζει ικανοποιητικά στις τρέχουσες ενδείξεις της κατάστασης. Επομένως, ο εγκέφαλος προσπαθεί διαρκώς να κατηγοριοποιεί το είδος κατάστασης που βρίσκεται σε εξέλιξη, χαρτογραφώντας τις τρέχουσες πληροφορίες με βάση προγενέστερα αποθηκευμένες εννοιολογήσεις και ενεργοποιώντας την εννοιολόγηση εκείνη που ταιριάζει περισσότερο με την εξελισσόμενη κατάσταση (Barsalou, 2009· Papies et al., 2017). Μη παρόντα στοιχεία της καταστασιακής εννοιολόγησης μπορούν στη συνέχεια να προσομοιωθούν μέσω μιας επιτελεστικής διαδικασίας συναγωγής προτύπων. Ως αποτέλεσμα, μια εξωτερική ένδειξη, όπως η απλή εικόνα ενός φαγητού, μπορεί να ενεργοποιήσει μια ζωνρή αναβίωση της εμπειρίας της κατανάλωσης του συγκεκριμένου φαγητού, συμπεριλαμβανομένων μιας αναπαράστασης της γεύσης και της υφής του, των κινητικών ενεργειών που είναι απαραίτητες για να το φέρουμε στο στόμα μας και να το φάμε, καθώς και άλλων χαρακτηριστικών γνωρισμάτων ενός επεισοδίου κατανάλωσης, παρά το γεγονός ότι δεν υπάρχει στ' αλήθεια κανένα πραγματικό φαγητό. Η θεωρία υποστηρίζει περαιτέρω ότι αυτή η διαδικασία συνταιριάσματος είναι ευαίσθητη στις διαφορές σε επίπεδο κατάστασης και ατομικών χαρακτηριστικών, έτσι ώστε, για παράδειγμα, η εικόνα μιας πίτσας που βλέπει κάποιος όταν πεινάει είναι πιθανό να ενεργοποιήσει μια καταστασιακή εννοιολόγηση της κατανάλωσης πίτσας στο παρελθόν, όταν και πάλι πεινούσε. Αυτό θα κάνει την πίτσα στην εικόνα να φαντάζει υποσχόμενη μια πολύ μεγαλύτερη ανταμοιβή απ' ό,τι αν το άτομο την είχε συναντήσει σε κατάσταση κορεσμού της πείνας του, όταν η κατανάλωση πίτσας στο παρελθόν τού είχε προσφέρει μικρότερη ανταμοιβή.

Οι καταστασιακές εννοιολογήσεις είναι χρήσιμες για την κατανόηση καταστάσεων, την πρόβλεψη πιθανών συμβάντων και τον προγραμματισμό και την εκτέλεση στοχοκατευθυνόμενων ενεργειών (Barsalou, 2009, 2016). Φανταστείτε, για παράδειγμα, να περνάτε μπροστά από μια καφετέρια σε μια νέα πόλη όπου μόλις φτάσατε για ένα συνέδριο. Παρότι δεν έχετε πάει ποτέ στη συγκεκριμένη καφετέρια ή ακόμη και σε αυτή την πόλη, αναγνωρίζετε αυτό το κατάστημα ως έναν χώρο όπου μπορείτε να πιείτε έναν καφέ και να φάτε ένα σνακ. Ξέρετε πώς να μπειτε στην ουρά μπροστά στον πάγκο για να παραγγείλετε, ξέρετε ότι ένας μπάρμαν θα σας προτρέψει να διαλέξετε τι θα πάρετε και ξέρετε ποιον καφέ να επιλέξετε με βάση τις προηγούμενες εμπειρίες σας με παρόμοια ροφήματα. Αυτές οι προβλέψεις και προτιμήσεις μπορούν να παραχθούν πολύ εύκολα μέσω προσομοιώσεων εντός των καταστασιακών εννοιολογήσεων της κατανάλωσης καφέ σε μια καφετέρια.

Είναι σημαντικό ότι οι προσομοιώσεις μέσω των καταστασιακών εννοιολογήσεων όχι μόνο βοηθούν στην ερμηνεία των καταστάσεων κατά την εκτύλιξή τους και στην ευθυγράμμιση της συμπεριφοράς μας με αυτές, αλλά μπορούν επίσης να οδηγήσουν σε νέες –και δυνητικά προβληματικές– επιθυμίες (Papies & Barsalou, 2015; Papies et al., 2017). Φανταστείτε πως μπαίνετε στην καφετέρια του παραπάνω παραδείγματος για να πιείτε έναν καφέ πριν από την έναρξη του συνεδρίου. Καθώς στέκεστε μπροστά στον πάγκο περιμένοντας να παραγγείλετε το ρόφημά σας, βλέπετε μπροστά σας μια ποικιλία από αρτοσκευάσματα. Αυθόρμητα προσομοιώνετε την κατανάλωσή τους, φαντάζεστε τη γεύση, την υφή τους και την επακόλουθη ηδονική εμπειρία. Στον βαθμό στον οποίο οποιαδήποτε πτυχή αυτής της προσομοιωμένης εμπειρίας περιέχει μια ανταμοιβή, θα ενεργοποιήσει το κίνητρο για την πραγμάτωσή της. Μπορείτε συνεπώς να βρεθείτε να αγοράζετε παρορμητικά ένα κομμάτι γλυκό ή να βιώσετε μια συνειδητή λαχτάρα που μπορεί να σας οδηγήσει ή όχι στο να παραγγείλετε ένα γλύκισμα. Οι προσομοιώσεις κατανάλωσης που πυροδοτούνται από την οπτική αντίληψη του γλυκού σας βοηθούν σε μεγάλο βαθμό να προβλέψετε πώς θα είναι να φάτε αυτό το γλυκό και η συσχετιζόμενη ανταμοιβή θα καθορίσει αν θα δημιουργηθεί ή όχι μια επιθυμία. Έτσι, οι προσομοιώσεις κατανάλωσης στο πλαίσιο προγενέστερα αποθηκευμένων καταστασιακών εννοιολογήσεων μπορούν να σας βοηθήσουν να περιηγηθείτε τόσο σε γνωστά όσο και σε λιγότερο γνωστά περιβάλλοντα, και επίσης να δημιουργήσουν νέες επιθυμίες και να οδηγήσουν σε συμπεριφορά ωθούμενη από μη προγραμματισμένα κίνητρα ή σε παρορμήσεις.

Η έρευνα που εξετάζεται στις επόμενες ενότητες υποστηρίζει τα βασικά αξιώματα αυτής της θεωρίας. Δείχνει ότι τα ερεθίσματα φαγητού και ποτού πυροδοτούν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, ιδίως αν είναι ελκυστικά, όπως τεκμηριώνεται τόσο στην αυθόρμητη γλώσσα όσο και στα συμπεριφορικά και νευροαπεικονιστικά ευρήματα. Περαιτέρω στοιχεία δείχνουν ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής οδηγούν σε επιθυμία για τα προσομοιωμένα φαγητά και ποτά, όπως φανερώνουν συμπεριφορικά και φυσιολογικά δεδομένα. Τέλος, οι τεχνικές αυτορρύθμισης που στοχεύουν τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής μπορούν να μειώσουν την επιθυμία.

ΤΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ ΕΡΕΘΙΣΜΑΤΑ ΠΥΡΟΔΟΤΟΥΝ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΕΙΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΑΜΟΙΒΗΣ

Μια σειρά από ερευνητικά ευρήματα προτείνουν ότι οι ενδείξεις φαγητού και ποτού πυροδοτούν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, ιδίως αν πρόκειται για ελκυστικά φαγητά και ποτά. Στις πρώτες μελέτες γύρω από το θέμα, χρησιμοποιήθηκε ένα έργο απαρίθμησης γνωρισμάτων για την αξιολόγηση των

νοητικών αναπαραστάσεων των συμμετεχόντων για φαγητά και ποτά, καθώς και τον πιθανό ρόλο των προσομοιώσεων σε αυτές τις αναπαραστάσεις ή καταστασιακές εννοιολογήσεις (Papiés, 2013). Προηγούμενες έρευνες που χρησιμοποίησαν το υπόδειγμα της απαρίθμησης γνωρισμάτων έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες περιγράφουν τα αντικείμενα απαριθμώντας διάφορα γνωρίσματά τους, όπως συστατικά στοιχεία του αντικειμένου, οπτικές ιδιότητες, ιδιότητες καταστάσεων του περιβάλλοντος και αυτοαναφορικές καταστάσεις (Wu & Barsalou, 2009). Επιπλέον, όταν ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες απλώς να απαριθμήσουν τυπικές ιδιότητες του αντικειμένου, το αποτέλεσμα ήταν να καταγράψουν παρόμοιες ιδιότητες με αυτές που θα κατέγραφαν αν τους είχε ζητηθεί να κατασκευάσουν και να περιγράψουν μια νοητική εικόνα του αντικειμένου. Αυτό σημαίνει ότι οι άνθρωποι καταφεύγουν αυθόρμητα στη συνειδητή παραγωγή νοητικών εικόνων ή σε ασυνείδητες προσομοιώσεις, όταν τους ζητείται να απαριθμήσουν τα γνωρίσματα ενός αντικειμένου (Wu & Barsalou, 2009).

Προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής σχετικές με το φαγητό. Εφαρμόζοντας αυτό το υπόδειγμα στον τομέα του φαγητού (Papiés, 2013), ζητήσαμε από τους συμμετέχοντες να απαριθμήσουν τυπικά γνωρίσματα τεσσάρων ελκυστικών τροφίμων και τεσσάρων ουδέτερων τροφίμων (π.χ. πατατάκια, μπισκότα, αγγούρι, ρύζι), τα οποία παρουσιάστηκαν ως λέξεις αναμειγμένες με συμπληρωματικές λέξεις άσχετες με το φαγητό (π.χ. στρώμα, πρόβατο). Όλα τα γνωρίσματα κωδικοποιήθηκαν στη συνέχεια σε ένα ιεραρχικό σχήμα κωδικοποίησης που τα κατηγοριοποιούσε ως γνωρίσματα προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής όταν αναφέρονταν στις αισθητηριακές ιδιότητες του φαγητού (π.χ. γεύση, υφή, θερμοκρασία), στο πλαίσιο της κατανάλωσης φαγητού (π.χ. χρόνος, κοινωνικό πλαίσιο, φυσικός χώρος) και σε άμεσες θετικές συνέπειες (π.χ. ηδονικές ή σωματικές συνέπειες). Οι κατηγορίες προσομοίωσης που δεν αφορούσαν την κατανάλωση φαγητού περιλάμβαναν οπτικά γνωρίσματα, γνωρίσματα αγοράς, προετοιμασίας και αποθήκευσης, γνωρίσματα που περιγράφουν μακροπρόθεσμες συνέπειες της κατανάλωσης ενός φαγητού, κατηγορικά και γλωσσικά γνωρίσματα και άλλα. Και πάλι, οι συμμετέχοντες δεν λάμβαναν την οδηγία να προσομοιώσουν ή να φανταστούν την εμπειρία κατανάλωσης του φαγητού ή να περιγράψουν μια εμπειρία κατανάλωσης φαγητού, αλλά να απαριθμήσουν απλώς τα γνωρίσματα που χαρακτηρίζουν τυπικά το φαγητό. Επομένως, όταν απαριθμούν λέξεις που περιγράφουν την αίσθηση που αφήνει στο στόμα ένα φαγητό ή μια συγκεκριμένη κατάσταση κατανάλωσης φαγητού, είναι πιθανό ότι προσομοιώνουν την κατανάλωση αυτού του φαγητού σε ένα συναφές πλαίσιο και ότι, κατά το έργο της απαρίθμησης γνωρισμάτων, περιγράφουν χαρακτηριστικά αυτής της εμπειρίας.

Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης συμβαδίζουν με την παραπάνω ανάλυση και υποδηλώνουν ότι οι συμμετέχοντες αυθόρμητα προσομοιώνουν την

κατανάλωση ενός φαγητού που τους ζητείται να περιγράψουν, ιδίως αν αυτό είναι ελκυστικό. Συγκεκριμένα, τα ευρήματα έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες απαρριθμούσαν μεγάλες ποσότητες γνωρισμάτων προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής κατά την περιγραφή των τροφίμων. Αυτό ίσχυε ιδιαίτερα για τα ελκυστικά τρόφιμα, όπου το 53% των χαρακτηριστικών που απαριθμήθηκαν ήταν γνωρίσματα κατανάλωσης και ανταμοιβής, σε σύγκριση με το 26% για τα ουδέτερα τρόφιμα. Από την άλλη πλευρά, τα ουδέτερα τρόφιμα περιγράφονταν σε μεγαλύτερο βαθμό με όρους οπτικών γνωρισμάτων και γνωρισμάτων παραγωγής και προετοιμασίας τους. Για παράδειγμα, για το τρόφιμο «πατατάκια», οι συμμετέχοντες απαρίθμησαν γνωρίσματα όπως *αλμυρά, τραγανά, νόστιμα, τη νύχτα, με ποτά* ενώ για το τρόφιμο «ρύζι», οι συμμετέχοντες απαρίθμησαν γνωρίσματα όπως *λευκό, μικρό, μακρύ, από την Ασία, ουδέτερη γεύση, πρέπει να μαγειρευτεί*. Πρόσθετες αναλύσεις έδειξαν ότι, όσον αφορά τα ελκυστικά τρόφιμα, η αναλογία των γνωρισμάτων προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής συσχετιζόταν με την προσλαμβανόμενη ελκυστικότητα τους. Αυτά τα ευρήματα παρέχουν μια πρώτη υποστήριξη στην υπόθεση ότι τα ελκυστικά τρόφιμα αναπαριστώνται μέσω προσομοιώσεων κατανάλωσης και απόλαυσής τους. Καθώς εξετάζουμε την επιθυμία από τη σκοπιά της θεμελιωμένης νόησης, τα ευρήματα που περιγράφουμε είναι πιθανό να αντικατοπτρίζουν τις εμπειρίες κατανάλωσης φαγητού των συμμετεχόντων, καθώς και την έμμεση μάθηση που προκύπτει από τις εμπειρίες κατανάλωσης φαγητού των άλλων και από τις διαφημίσεις. Πράγματι, έχει αποδειχθεί ότι ακόμη και οι περιγραφές των μενού για ανθυγιεινά πιάτα δίνουν μεγαλύτερη έμφαση σε απολαυστικές, αισθητηριακές εμπειρίες κατανάλωσης φαγητού, σε σύγκριση με τις περιγραφές για τα υγιεινά πιάτα (Turnwald, Jurafsky, Conner, & Crum, 2017), συμβάλλοντας έτσι σε πολιτισμικά κοινές αναπαραστάσεις αυτών των φαγητών.

Προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής σχετικές με τα ποτά. Σε μια πρόσφατη σειρά από μελέτες, επεκτείναμε τα παραπάνω ευρήματα στην κατανόηση των αναπαραστάσεων για τα μη αλκοολούχα ποτά (Rusz, Best, & Papies, 2019). Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ένα έργο απαρίθμησης γνωρισμάτων για δύο ζαχαρούχα αναψυκτικά, εμφιαλωμένο νερό, νερό βρύσης και διάφορα άλλα ποτά που είχαν επιλεγεί ως στοιχεία ελέγχου. Στο ένα πείραμα, η απαρίθμηση των γνωρισμάτων ακολούθησε την κλασική οδηγία «να απαριθμήσετε τα γνωρίσματα που χαρακτηρίζουν τυπικά το...» και τα ποτά παρουσιάστηκαν ως λέξεις· στο άλλο πείραμα, η οδηγία άλλαξε και οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν «Πώς θα περιγράφατε αυτό το ποτό τώρα;» και τους παρουσιάστηκαν εικόνες ποτών. Και στα δύο πειράματα, οι συμμετέχοντες απαρίθμησαν περισσότερα γνωρίσματα κατανάλωσης και ανταμοιβής για τα ζαχαρούχα ποτά παρά για το νερό, με τα αισθητηριακά γνωρίσματα να είναι ιδιαίτερα ευκρινή για τα συγκεκριμένα ποτά. Επιπλέον, η αναλογία των γνωρισμάτων κατανάλωσης και αντα-

μοιβής σχετιζόταν με τη συχνότητα κατανάλωσης, ιδίως για τα ζαχαρούχα ποτά. Έτσι, η συχνότερη κατανάλωση ενός ποτού σχετιζόταν με την απαρίθμηση περισσότερων γνωρισμάτων προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής, γνωρίσματα τα οποία περιέγραφαν τη γεύση, την υφή, την αίσθηση που άφηνε στο στόμα και τις ηδονικές και δροσιστικές ιδιότητές του. Όπως και στα ευρήματα για το φαγητό, βλέπουμε κι εδώ ότι τα ορεκτικά ερεθίσματα αναπαρίστανται με όρους κατανάλωσης και απόλαυσης, καθώς και ότι αυτές οι αναπαραστάσεις είναι προϊόντα μάθησης από προηγούμενες εμπειρίες.

Παρόμοια πρότυπα έχουν παρατηρηθεί όσον αφορά τις αναπαραστάσεις των συμμετεχόντων για τα αλκοολούχα ποτά (Keesman et al., 2018). Εδώ, διαπιστώσαμε ότι οι συμμετέχοντες απαριθμούσαν περισσότερα γνωρίσματα κατανάλωσης και ανταμοιβής για αλκοολούχα ποτά που καταναλώνουν συχνά σε σύγκριση με αλκοολούχα ποτά που δεν συνηθίζουν να καταναλώνουν, καθώς και σε σύγκριση με το νερό (όχι όμως και σε σύγκριση με ζαχαρούχα ποτά, τα οποία αναπαρίσταντο και πάλι σε μεγάλο βαθμό με όρους αισθητηριακών γνωρισμάτων). Τα αλκοολούχα ποτά αναπαρίσταντο κυρίως με όρους αισθητηριακών γνωρισμάτων και με όρους του πλαισίου κατανάλωσης του αλκοόλ περισσότερο απ' ό,τι με όρους άμεσων συνεπειών της κατανάλωσης, στις οποίες περιλαμβάνονται και οι ηδονικές συνέπειες. Εντός της κατηγορίας των γνωρισμάτων του πλαισίου, το κοινωνικό πλαίσιο ήταν συγκεκριμένα αυτό που κυριαρχούσε στις περιγραφές των συμμετεχόντων, με χαρακτηριστικά γνωρίσματα τους φίλους και το να περνάνε ωραία. Με άλλα λόγια, όταν τους ζητήθηκε να απαριθμήσουν γνωρίσματα που «χαρακτηρίζουν τυπικά» το αλκοολούχο ποτό που καταναλώνουν συνήθως, οι συμμετέχοντες ήταν πιο πιθανό να αναφέρουν κοινωνικές καταστάσεις κατανάλωσης αλκοόλ, παρά ότι το ποτό τους έχει ωραία γεύση. Αυτά τα ευρήματα δείχνουν ότι τα αλκοολούχα ποτά αναπαρίστανται σε μεγάλο βαθμό με όρους κατανάλωσής τους σε κοινωνικές καταστάσεις ή μέσω καταστασιακών προσομοιώσεων κατανάλωσης.

Νευροαπεικονιστικά στοιχεία για τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής. Η έρευνα με νευροαπεικονιστικές μεθόδους παρέχει περαιτέρω στοιχεία ότι οι ενδείξεις φαγητού πυροδοτούν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής. Σε διάφορες μελέτες, η επεξεργασία εικόνων φαγητού κατά τη διάρκεια μιας λειτουργικής απεικόνισης μαγνητικού συντονισμού (fMRI) ενεργοποιεί τις ίδιες περιοχές του εγκεφάλου που εμπλέκονται και στην πραγματική κατανάλωση φαγητού (για σχετικές επισκοπήσεις, βλ. Chen, Papies, & Barsalou, 2016· van der Laan, de Ridder, Viergever, & Smeets, 2011). Αυτό το «πυρηνικό δίκτυο κατανάλωσης φαγητού» περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, τον πρωτοταγή οπτικό φλοιό και την ατρακτοειδή έλικα για την οπτική αντίληψη και την αναγνώριση του φαγητού σε μια εικόνα, τη νήσο του Reil (insula) και τη μετωπιαία καλύπτρα της νήσου (operculum) ως πρωτοταγείς περιοχές της γεύσης, την αμυγδαλή για

την απόδοση ευκρίνειας προσοχής, τον κογχομετωπιαίο φλοιό και το κοιλιακό ραβδωτό στρώμα για την πρόβλεψη και την εμπειρία της ανταμοιβής και την παρεγκεφαλίδα για την προσδοκώμενη κινητική δραστηριότητα (Chen et al., 2016). Από την οπτική της θεμελιωμένης νόησης και σύμφωνα με τα ευρήματα της απარიθμησης γνωρισμάτων που εξετάσαμε παραπάνω, αυτό σημαίνει ότι οι άνθρωποι προσομοιώνουν τη γεύση και την ανταμοιβή που παίρνουν από ένα φαγητό όταν επεξεργάζονται μια εικόνα φαγητού. Σε πολλές μελέτες, αυτές οι ενεργοποιήσεις του εγκέφαλου ως απόκριση σε απλές εικόνες φαγητού είναι ιδιαίτερα έντονες για εύγευστα φαγητά, γεγονός που υποδηλώνει και πάλι ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής είναι ιδιαίτερα πιθανές για τα ελκυστικά ερεθίσματα. Και πάλι, αυτό μπορεί εν μέρει να αντικατοπτρίζει άμεσες εμπειρίες κατανάλωσης φαγητού και πολιτισμικά κοινές αναπαραστάσεις (βλ. Turnwald, Jurafsky, et al., 2017), καθώς και μια «εξελικτική αναντιστοιχία», υπό την έννοια ότι ο εγκέφαλός μας έχει εξελιχθεί έτσι ώστε να παράγει έντονες αποκρίσεις σε τρόφιμα υψηλής θερμιδικής αξίας, ενώ η δράση που καθοδηγείται από αυτές τις αποκρίσεις δεν είναι επωφελής στα σημερινά περιβάλλοντα όπου υπάρχει πλεόνασμα τροφής (Stroebe, Papies, & Aarts, 2008· van Vugt, de Vries, & Li, 2020, σε αυτόν τον τόμο).

ΟΙ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΕΙΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΑΜΟΙΒΗΣ ΣΥΜΒΑΛΛΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Οι έρευνες που εξετάσαμε μέχρι τώρα έχουν δείξει ότι τα ελκυστικά τρόφιμα και ποτά μπορούν να προκαλέσουν προσομοιώσεις κατανάλωσης και απόλαυσής τους. Στη συνέχεια, θα εξετάσουμε κάποια ευρήματα που δείχνουν ότι αυτές οι προσομοιώσεις συμβάλλουν με τη σειρά τους στην επιθυμία για αυτά τα ερεθίσματα και ότι αυτό είναι και πάλι ιδιαίτερα πιθανό να συμβεί για τα ελκυστικά τρόφιμα και ποτά.

Συσχετιστικά ευρήματα. Σε έναν αρχικό έλεγχο της σύνδεσης μεταξύ προσομοιώσεων και επιθυμίας, αξιολογήσαμε τη σχέση των γνωρισμάτων προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής που απარიθμήθηκαν για οκτώ λέξεις, οι οποίες δήλωναν ανθυγιεινά τρόφιμα, με την αυτοαναφερόμενη επιθυμία των συμμετεχόντων για τα τρόφιμα αυτά. Διαπιστώσαμε ότι, πράγματι, η αναλογία των γνωρισμάτων προσομοίωσης κατανάλωσης και ανταμοιβής προέβλεπε την επιθυμία (Papies, Tatar, Best, Barsalou, & Tavorlari, 2018). Είναι σημαντικό ότι η σχέση αυτή παρέμεινε και όταν ουδετεροποιούσαμε την επίδραση της τυπικής συχνότητας κατανάλωσης κάθε τροφίμου από τους συμμετέχοντες, η οποία από μόνη της ήταν ένας ισχυρός προβλεπτικός παράγοντας της επιθυμίας κατανάλωσής του. Έτσι, πέρα από τις καταναλωτικές συνήθειες, οι προσομοιώσεις

κατανάλωσης και ανταμοιβής εξηγούσαν από μόνες τους τη διακύμανση όσον αφορά τα κίνητρα κατανάλωσης των ανθρώπων.

Στα πρόσφατα πειράματά μας που αξιολογούσαν τις αναπαραστάσεις μη αλκοολούχων ποτών (Rusz et al., 2019), μετρήσαμε επίσης την επιθυμία, ρωτώντας τους συμμετέχοντες κατά πόσο θα ήθελαν εκείνη τη στιγμή να πιουν καθένα από αυτά τα ποτά. Μετρήσαμε επιπλέον τις καταναλωτικές συνήθειες, ρωτώντας τους συμμετέχοντες πόσο συχνά καταναλώνουν συνήθως καθένα από αυτά τα ποτά. Όπως και στην επιθυμία για το φαγητό που περιγράψαμε παραπάνω, διαπιστώσαμε ότι οι καταναλωτικές συνήθειες ήταν ο ισχυρότερος προβλεπτικός παράγοντας της επιθυμίας κατανάλωσης ενός ποτού. Ωστόσο, σύμφωνα με τις προβλέψεις της θεωρίας της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία, όταν απομονώναμε την επίδραση των καταναλωτικών συνηθειών, οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής προέβλεπαν την επιθυμία για ζαχαρούχα ποτά, όχι όμως και για το νερό. Από κοινού οι μελέτες αυτές υποδεικνύουν ότι τα ελκυστικά τρόφιμα και ποτά όχι μόνο είναι πιο πιθανό να προκαλέσουν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, αλλά ότι οι προσομοιώσεις αυτές είναι επίσης πιο πιθανό να προβλέψουν το κίνητρο για κατανάλωση σε σύγκριση με τα ουδέτερα φαγητά και ποτά.

Αξιολογήσαμε επίσης τη σχέση μεταξύ προσομοιώσεων και επιθυμίας στον τομέα του αλκοόλ. Στη μελέτη απαρίθμησης γνωρισμάτων που περιγράψαμε παραπάνω (Keesman et al., 2018), μετρήσαμε την επιθυμία των συμμετεχόντων να καταναλώσουν αλκοόλ αξιολογώντας την τρέχουσα λαχτάρα τους για αλκοόλ και διερευνώντας την προτίμησή τους για ένα κουπόνι που θα τους έδινε ένα αλκοολούχο ή μη αλκοολούχο ποτό ως επιπλέον ανταμοιβή για τη συμμετοχή τους στη μελέτη. Σε συμφωνία με τα ευρήματά μας, που δείχνουν ότι τα χαρακτηριστικά του κοινωνικού πλαισίου ήταν ιδιαίτερα ευκρινή για τα αλκοολούχα ποτά που καταναλώνονται συχνά, διαπιστώσαμε ότι αυτά τα χαρακτηριστικά συσχετιζόνταν επίσης με τη λαχτάρα για αλκοόλ και με την προτίμηση των συμμετεχόντων για ένα κουπόνι που τους χάριζε ένα αλκοολούχο ποτό ως συμπεριφορικό μέτρο της επιθυμίας για αλκοόλ. Τα γνωρίσματα του κοινωνικού πλαισίου συσχετιζόνταν επίσης με μια υψηλότερη συχνότητα παρείσακτων σκέψεων με θέμα το αλκοόλ στην καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων. Σε συνδυασμό, τα ευρήματα αυτά υποδεικνύουν ότι όταν κάποιος σκέφτεται το αλκοόλ με όρους των κοινωνικών καταστάσεων στις οποίες αυτό καταναλώνεται, τότε το αλκοόλ καθίσταται ιδιαίτερα ελκυστικό και είναι δύσκολο να του αντισταθεί κανείς.

Πειραματικά ευρήματα. Ενώ το ερευνητικό έργο που έχουμε εξετάσει μέχρι τώρα παρέχει συσχετιστικά στοιχεία για τη σχέση ανάμεσα στις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής και στην επιθυμία, υπάρχουν επίσης ορισμένα πειραματικά στοιχεία που υποστηρίζουν αυτή τη σχέση υποδηλώνοντας μια αιτιώδη επίδραση. Σε ένα πρόσφατο πείραμα, χρησιμοποιήσαμε την ποσότητα

σάλιου ως απόκριση στην οπτική αντίληψη φαγητού ως ένα έμμεσο μέτρο της επιθυμίας (Keesman, Aarts, Vermeent, Häfner, & Papies, 2016). Έχει υποστηριχθεί η υπόθεση ότι οι αποκρίσεις έκκρισης σάλιου μπροστά σε φαγητό και σε ενδείξεις φαγητού αντικατοπτρίζουν την προετοιμασία του σώματος για την κατανάλωσή του (Nederkoorn, Smulders, & Jansen, 2000; Tepper, 1992) και, ως εκ τούτου, μπορούν να θεωρηθούν ένα μέτρο της επιθυμίας. Είναι σημαντικό ότι λαμβάνουν χώρα χωρίς προσπάθεια ή πρόθεση εκ μέρους του συμμετέχοντος, και είναι δύσκολο ή και αδύνατο να ελεγχθούν, παρουσιάζοντας έτσι βασικά γνωρίσματα των διαδικασιών αυτόματης μέτρησης και εν γένει των έμμεσων μετρήσεων (De Houwer, Teige-Mocigemba, Spruyt, & Moors, 2009). Έτσι, η απλή μέτρηση της ποσότητας σάλιου, που παράγεται ως απόκριση σε διαφορετικά τρόφιμα, μπορεί να είναι ιδιαίτερα κατάλληλη για τη μελέτη του κινήτρου κατανάλωσης αυτών των τροφίμων, χωρίς τις επιδράσεις της παραγωγής κοινωνικά επιθυμητών αποκρίσεων. Οι συμμετέχοντες σε αυτό το πείραμα εκτέθηκαν σε τρία διαφορετικά ερεθίσματα φαγητού, ένα κάθε φορά, και συγκεκριμένα ένα ουδέτερο τρόφιμο (ψωμί με τυρί), ένα ελκυστικό τρόφιμο (μπολ με πατατάκια) και ένα ξινό τρόφιμο (μια φέτα λεμόνι), ενώ υπήρχε κι ένα ερέθισμα άσχετο με το φαγητό ως μέτρο του επιπέδου αναφοράς για την έκκριση σάλιου (ένα κομμάτι ξύλο). Οι μισοί συμμετέχοντες έλαβαν την οδηγία να κοιτάξουν απλώς το αντικείμενο για ένα λεπτό, ενώ οι άλλοι μισοί έλαβαν την οδηγία να φανταστούν με ζωηρές λεπτομέρειες πως έτρωγαν το αντικείμενο για ένα λεπτό. Όλο αυτό το διάστημα, οι συμμετέχοντες άφηναν όλο τους το σάλιο να συσσωρεύεται στο στόμα, στη συνέχεια το έφτυναν σε ένα κύπελλο και ο πειραματιστής το ζύγιζε. Έπειτα, αξιολογήσαμε τις προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού των συμμετεχόντων ως απόκριση σε κάθε ερέθισμα («Φαντάστηκα ότι έτρωγα το αντικείμενο»), καθώς και την επιθυμία τους («Θα ήθελα να φάω το αντικείμενο»).

Σε συμφωνία με προηγούμενα ευρήματα, διαπιστώσαμε ότι, ακόμη και χωρίς να έχουν λάβει την οδηγία να φανταστούν ότι τρώνε το τρόφιμο, οι συμμετέχοντες ανέφεραν ισχυρότερες προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού για το ελκυστικό παρά για το ουδέτερο και το ξινό τρόφιμο, και επίσης για το ουδέτερο σε σύγκριση με το μη φαγώσιμο αντικείμενο. Αυτό υποδηλώνει και πάλι ότι οι συμμετέχοντες προσομοιώνουν αυθόρμητα την κατανάλωση ενός τροφίμου στο οποίο εκτίθενται, ιδίως αν αυτό είναι ελκυστικό. Το πρότυπο ευρημάτων για την έκκριση σάλιου ήταν παρόμοιο, με υψηλότερη έκκριση σάλιου για τα ελκυστικά απ' ό,τι για τα ουδέτερα τρόφιμα, και υψηλότερη για τα ουδέτερα τρόφιμα απ' ό,τι για τα μη φαγώσιμα αντικείμενα. Το επίπεδο έκκρισης σάλιου ως απόκριση στο ξινό τρόφιμο ήταν το υψηλότερο, αντανakλώντας πιθανότατα την αντίδραση του σώματος για την προστασία των δοντιών από την οξύτητα του λεμονιού. Είναι σημαντικό ότι η οδηγία προς τους συμμετέχοντες να φανταστούν ότι τρώνε το αντικείμενο αύξανε την έκκριση σάλιου για όλα τα ερεθίσματα, πιο έντονα

όμως για το ελκυστικό τρόφιμο. Με άλλα λόγια, οι προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού αύξαναν την προετοιμασία του σώματος για την πρόσληψη τροφής, ιδίως όταν το τρόφιμο που παρουσιαζόταν ήταν ελκυστικό. Επομένως, τόσο συσχετιστικά όσο και πειραματικά στοιχεία καταδεικνύουν ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης αυξάνουν την επιθυμία, ιδίως όταν πρόκειται για ελκυστικά τρόφιμα και ποτά.

Ελέγξαμε επίσης κατά πόσο οι προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού και ποτού μπορούν να επηρεαστούν από ενδείξεις που σηματοδοτούν καταστάσεις κατανάλωσης. Τα ορεκτικά ερεθίσματα συνήθως δεν συναντώνται ούτε μπορεί να τα απολαύσει κανείς σε απομόνωση, αλλά σε πλούσιες σε ερεθίσματα καταστάσεις που, σύμφωνα με τη θεωρία της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία, αποθηκεύονται ως μέρος των καταστασιακών εννοιολογήσεων των ορεκτικών ερεθισμάτων. Επομένως, οι ενδείξεις της κατάστασης θα πρέπει να είναι σε θέση να πυροδοτήσουν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής ή να αυξήσουν την πιθανότητα ένα ορεκτικό ερέθισμα να ενεργοποιήσει μια καταστασιακή εννοιολόγηση της κατανάλωσης και της απόλαυσης ενός φαγητού ή ποτού και, ως εκ τούτου, να αυξήσει τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και την επιθυμία.

Για να ελέγξουμε αν οι πληροφορίες σχετικά με τις καταστάσεις κατανάλωσης μπορούν πράγματι να επηρεάσουν την επιθυμία, πραγματοποιήσαμε ένα πείραμα που συνέκρινε πλαισιοθετημένα και μη πλαισιοθετημένα ερεθίσματα σχετικά με το αλκοόλ. Ο πειραματικός χειρισμός μας αφορούσε το αν μια σειρά από αλκοολούχα ποτά παρουσιάζονταν σε ένα πλαίσιο συμβατό με την κατανάλωση αλκοόλ (π.χ. μια μπύρα σε μια παμπ), σε ένα πλαίσιο μη συμβατό με την κατανάλωση αλκοόλ (π.χ. ένα κοκτέιλ σε μια επαγγελματική συνάντηση) ή χωρίς κανένα πλαίσιο. Οι συμμετέχοντες κατανεμήθηκαν σε μία από αυτές τις συνθήκες και «βυθίστηκαν» για λίγο σε κάθε εικόνα, προτού αξιολογήσουν τις προσομοιώσεις κατανάλωσης («Φαντάστηκα ότι έπινα το...», «Ήταν σαν να μπορούσα να γευτώ το...») και την επιθυμία. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η επιθυμία ήταν υψηλότερη για τα ποτά που παρουσιάζονταν σε ένα συμβατό παρά σε ένα μη συμβατό πλαίσιο, με τη συνθήκη ελέγχου όπου απουσίαζε κάθε πλαίσιο να βρίσκεται κάπου στο ενδιάμεσο. Είναι σημαντικό ότι η επίδραση της συμβατότητας του πλαισίου στην επιθυμία διαμεσολαβούνταν από προσομοιώσεις κατανάλωσης. Με άλλα λόγια, μια εικόνα που παρουσίαζε μια κατάσταση πρόσφορη για την κατανάλωση αλκοόλ αύξανε τις αυθόρμητες προσομοιώσεις των συμμετεχόντων για κατανάλωση του αλκοολούχου ποτού που παρουσιαζόταν, γεγονός που με τη σειρά του αύξανε την επιθυμία των συμμετεχόντων να το πιουν. Σε μια παρόμοια σειρά από πειράματα στον τομέα του φαγητού, διαπιστώσαμε ότι η παρουσίαση ενός φαγητού σε ένα πλαίσιο συμβατό με την κατανάλωσή του, σε σύγκριση με ένα μη συμβατό πλαίσιο ή κανένα απολύτως πλαίσιο, αύξανε τις προσομοιώσεις κατανάλωσης, την αναμενόμενη αρέσκεια, έκκριση σάλιου και

επιθυμία (Papies, Stekelenburg, Smeets, Zandstra, & Dijksterhuis, 2019). Το πλαίσιο είχε μια έμμεση επίδραση στην αναμενόμενη αρέσκεια, την επιθυμία και την πραγματική αρέσκεια, μέσω των προσομοιώσεων κατανάλωσης φαγητού. Με άλλα λόγια, η οπτική αντίληψη ενός τροφίμου σε ένα πλαίσιο ταιριαστό αύξανε τις προσομοιώσεις κατανάλωσής του, γεγονός που αύξανε την επιθυμία κατανάλωσής του και την πραγματική απόλαυση. Αυτό συμβαδίζει με τη θεωρία της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία, καθώς υποδηλώνει ότι οι πληροφορίες που αφορούν την κατάσταση αποθηκεύονται μαζί με τις πληροφορίες για τα αισθητηριακά γνωρίσματα των προϊόντων και μπορούν να συμβάλουν σε απολαυστικές αναβιώσεις της εμπειρίας και στην επιθυμία μέσω μιας διαδικασίας συναγωγής συμπλήρωσης προτύπων. Αυτά τα πειράματα παρέχουν περαιτέρω αποδείξεις ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, οι οποίες μπορούν να ενισχυθούν από γνωρίσματα του πλαισίου, παίζουν βασικό ρόλο στην εμφάνιση της επιθυμίας ως απόκρισης σε ορεκτικές ενδείξεις.

Ευρήματα από το μάρκετινγκ τροφίμων. Στοιχεία από τον τομέα της έρευνας στο μάρκετινγκ δείχνουν ότι συγκεκριμένες προσομοιώσεις κινήσεων, για παράδειγμα της κίνησης που κάνουμε για να πάρουμε ένα τρόφιμο και να το φέρουμε στο στόμα μας, μπορούν επίσης να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην επιθυμία. Αυτά τα ευρήματα επεκτείνουν προηγούμενες εργασίες που δείχνουν ότι οι άνθρωποι προσομοιώνουν αυθόρμητα και με τον συνήθη τρόπο τους την αλληλεπίδρασή τους με αντικείμενα με τα οποία έρχονται σε επαφή, για παράδειγμα φαντάζονται ότι πιάνουν μια τσαγιέρα με το χέρι που χρησιμοποιούν συνήθως (Tucker & Ellis, 1998). Πράγματι, όσον αφορά τις εικόνες τόσο οικιακών αντικειμένων όσο και τροφίμων, οι άνθρωποι προσομοιώνουν αυθόρμητα την κίνηση που θα έκαναν για να τα πιάνουν ή να τα καταναλώσουν με το καλό τους χέρι, και με αυτόν τον τρόπο ενισχύουν στην προτίμησή τους για αυτά τα προϊόντα ή το κίνητρό τους να τα καταναλώσουν (Eelen, Dewitte, & Warlop, 2013· Elder & Krishna, 2012). Για παράδειγμα, όταν το πιρούνι δίπλα σε ένα κομμάτι μηλόπιτα ή το κουτάλι σε ένα μπολ με γιαούρτι βρίσκονται μπροστά στο καλό χέρι του συμμετέχοντος, αυξάνονται οι αυθόρμητες προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού και οι προθέσεις αγοράς για τα επιθυμητά προϊόντα. Ωστόσο, όταν το καλό χέρι δεν είναι ελεύθερο, για παράδειγμα επειδή οι συμμετέχοντες πιέζουν με αυτό έναν σφιγκτήρα, η επίδραση αυτή εξαφανίζεται (Elder & Krishna, 2012) – πιθανότατα επειδή η δέσμευση του φυσικού πόρου που απαιτείται για το σήκωμα του κουταλιού ή του πιρουιού παρεμβαίνει στη νοητική προσομοίωση αυτής της ενέργειας, η οποία με τη σειρά της μειώνει την επιθυμία για το συγκεκριμένο φαγητό. Άλλες έρευνες έχουν δείξει ότι η παρεμπόδιση της προσομοίωσης του κρατήματος ή της αλληλεπίδρασης με ένα φαγητό ή ποτό, απασχολώντας το καλό χέρι του συμμετέχοντος, μπορεί να μειώσει την προσλαμβανόμενη ελκυστικότητα· αντίστροφα, η πραγματοποίηση συναφών κινήσεων (π.χ. η προσέγγιση

μιας εικόνας) ή το κράτημα ενός αντικειμένου που διευκολύνει την αλληλεπίδραση με το φαγητό μπορεί να αυξήσει την επιθυμία (Shen & Sengupta, 2012· Shen, Zhang, & Krishna, 2016). Αυτά τα ευρήματα υποδηλώνουν ότι οι προσομοιώσεις της κίνησης που κάνουμε για να πιάσουμε ένα τρόφιμο και να το φέρουμε στο στόμα μας, ως μια συγκεκριμένη πτυχή των προσομοιώσεων κατανάλωσης, παίζουν σημαντικό ρόλο στην επιθυμία για φαγητό.

Τέλος, η έρευνα για τις ετικέτες σήμανσης και τις περιγραφές των τροφίμων παρέχει επιπλέον στήριξη στον ρόλο των προσομοιώσεων στην επιθυμία, έστω και έμμεσα. Πειράματα πεδίου από τους Turnwald, Boles και Crum (2017) και Turnwald και Crum (2019), για παράδειγμα, έδειξαν ότι η σήμανση πιάτων με βάση τα λαχανικά με όρους εστιασμένους στις αισθήσεις (π.χ. «γλυκά ψητά φρέσκα φασολάκια και τραγανά εσαλότ»), σε σύγκριση με όρους εστιασμένους στην υγεία (π.χ. «ελαφριά και χαμηλά σε υδατάνθρακες φρέσκα φασολάκια και εσαλότ»), αύξησαν τα ποσοστά επιλογής και τις αξιολογήσεις της γεύσης αυτών των πιάτων από τους καταναλωτές. Η έρευνα που πραγματοποιήθηκε στο εργαστήριό μας υποδεικνύει περαιτέρω ότι πίσω από αυτές τις επιδράσεις μπορεί να βρίσκονται οι προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού, καθώς οι αυτοαναφερόμενες προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού ως απόκριση σε αυτού του είδους τη σήμανση συσχετίζονταν έντονα με την επιθυμία (Papies et al., 2018). Αντίστροφα, τα τρόφιμα που φέρουν μια σήμανση με έμφαση στα υγιεινά χαρακτηριστικά τους, δηλώνοντας, για παράδειγμα, ότι έχουν χαμηλή περιεκτικότητα σε αλάτι ή σε λιπαρά, δημιουργούν στους καταναλωτές την προσδοκία ότι θα έχουν λιγότερο αλμυρή και λιπαρή γεύση και ότι θα τους αρέσουν λιγότερο. Κατά συνέπεια, τους αρέσουν πράγματι λιγότερο σε δοκιμές γεύσης σε σύγκριση με τα ίδια προϊόντα που δεν φέρουν αυτού του είδους τη σχετική με την υγεία σήμανση (π.χ. Kahkonen & Tuorila, 1998· Liem, Miremedi, Zandstra, & Keast, 2012). Αυτά τα ευρήματα έχουν νόημα από μια οπτική προσομοίωσης, καθώς υποδηλώνουν ότι οι ετικέτες με έμφαση στην υγεία προκαλούν μια συγκεκριμένη προσομοίωση της κατανάλωσης φαγητού χαμηλής περιεκτικότητας σε αλάτι ή λιπαρά, βασισμένη σε προηγούμενες εμπειρίες, η οποία πιθανόν συνδέεται με μειωμένη ανταμοιβή. Παρόλο που αυτές οι προσομοιώσεις μπορεί να μη φτάνουν στη συνειδητή επίγνωση, επηρεάζουν ωστόσο τις προσδοκίες και τις πραγματικές εμπειρίες με ένα προϊόν.

Προηγούμενες έρευνες υποστηρίζουν πράγματι την ιδέα ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού που δημιουργούνται από τις περιγραφές τροφίμων και τις ετικέτες τροφίμων μπορούν να δημιουργήσουν προσδοκίες γύρω από τις αισθητηριακές και ηδονικές ιδιότητες ενός τροφίμου, οι οποίες στη συνέχεια επηρεάζουν το κίνητρο για κατανάλωση, καθώς και τις πραγματικές εμπειρίες κατανάλωσης. Ο κεντρικός ρόλος των προσδοκιών καταδείχθηκε σε μια πρωτοποριακή μελέτη από τον Yeomans και τους συνεργάτες του (2008), οι οποίοι

προσέφεραν στους συμμετέχοντές τους ένα νέο τρόφιμο· παγωτό με γεύση καπνιστό σολομό. Όταν αυτό παρουσιάστηκε ως «παγωτό», άρεσε πολύ λιγότερο απ' ό,τι όταν παρουσιάστηκε ως «καταψυγμένη αλμυρή μους» ή όταν είχε σημανθεί με τη μη ενημερωτική ετικέτα «Τρόφιμο 386», καθώς η ετικέτα «παγωτό» οδηγούσε στην προσδοκία μιας γλυκιάς και φρουτώδους γεύσης. Έτσι, φαίνεται ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης φαγητού που πυροδοτούνται από τις ετικέτες των τροφίμων μπορούν να βιωθούν ως προσδοκίες για τη γεύση που θα έχει ένα φαγητό, οι οποίες στη συνέχεια επηρεάζουν τις πραγματικές εμπειρίες.

Συνεπώς με αυτό το σκεπτικό, η έρευνα που χρησιμοποιεί νευροαπεικονιστικές τεχνικές (Grabenhorst, Rolls, & Bilderbeck, 2008) έδειξε ότι η κατανάλωση ενός αλμυρού διαλύματος, που έφερε τη σήμανση «πλούσια και νόστιμη γεύση», οδηγεί σε υψηλότερες αξιολογήσεις προσφερόμενης ευχαρίστησης και σε ισχυρότερες σχετιζόμενες ενεργοποιήσεις ανταμοιβής στον εγκέφαλο, σε σύγκριση με την κατανάλωση του ίδιου διαλύματος που έφερε τη σήμανση «βραστό φυτικό νερό». Ομοίως, η γεύση του χυμού πορτοκαλιού που φέρει τη σήμανση «με έξτρα ζάχαρη», σε σύγκριση με τον ίδιο χυμό του οποίου όμως η ετικέτα γράφει «με λιγότερη ζάχαρη», συνδεόταν με ισχυρότερες ενεργοποιήσεις σε πρωτογενείς περιοχές της γεύσης και υψηλότερες αξιολογήσεις της γλυκύτητας (Woods et al., 2011). Συνεπώς, οι ετικέτες τροφίμων είναι σε θέση να πυροδοτήσουν πολύ συγκεκριμένες προσομοιώσεις αισθητηριακών εμπειριών και ανταμοιβής, οι οποίες στη συνέχεια επιβάλλονται στην πραγματική αντίληψη της γεύσης και επηρεάζουν την εμπειρία των καταναλωτών (για παρόμοια αποτελέσματα στον τομέα του χρώματος, βλ. Hansen, Olkkonen, Walter, & Gegenfurtner, 2006). Τέτοιες εμπειρίες, με τη σειρά τους, θα τροφοδοτήσουν με νέες πληροφορίες τις υπάρχουσες εννοιολογήσεις των σχετικών προϊόντων και θα επηρεάσουν τις μελλοντικές αποφάσεις κατανάλωσης.

Η ΣΤΟΧΕΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΕΩΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΑΜΟΙΒΗΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΕΙΩΣΕΙ ΤΗΝ ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Η έρευνα που έχουμε παρουσιάσει έως τώρα περιγράφει πώς οι προσομοιώσεις πυροδοτούνται από εξωτερικές ενδείξεις, πώς βασίζονται σε προηγούμενες εμπειρίες και πώς συμβάλλουν στις επιθυμίες για φαγητά και ποτά. Ποιες είναι οι επιπτώσεις αυτών των ευρημάτων στην αυτορρύθμιση; Δεδομένου ότι οι επιθυμίες συχνά οδηγούν σε ενεργοβόρες συγκρούσεις αυτοελέγχου, πώς μπορούν οι προβληματικές επιθυμίες να προληφθούν ή πώς μπορούν να περιοριστούν όταν έχουν πια κάνει την εμφάνισή τους;

Παρεμβάσεις παροχής ενδείξεων και εξάσκησης. Σε προηγούμενο ερευνητικό έργο μας, εισηγάγαμε τη διάκριση μεταξύ των παρεμβάσεων παροχής εν-

δείξουν και των παρεμβάσεων εξάσκησης για τη στόχευση των μη συνειδητών διαδικασιών οι οποίες συχνά οδηγούν σε αποτυχία αυτοελέγχου (Papies, 2016a, 2016b, 2017b), με σκοπό να διευκολύνουμε έτσι την ανάπτυξη παρεμβάσεων θεμελιωμένων σε ισχυρή θεωρία και βασική έρευνα (Fiedler, 2020, σε αυτόν τον τόμο). Με λίγα λόγια, η προσέγγιση αυτή υποθέτει ότι η αποτυχία υλοποίησης συνειδητών προθέσεων στη συμπεριφορά υγείας (δηλαδή, το χάσμα πρόθεσης-συμπεριφοράς) συχνά απορρέει από καταστασιακές ενδείξεις που πυροδοτούν μη συνειδητές γνωστικές διαδικασίες, οι οποίες με τη σειρά τους επηρεάζουν τη συμπεριφορά έξω από τα όρια της συνειδητής επίγνωσης. Για παράδειγμα, ενώ ένας καταναλωτής μπορεί να έχει την πρόθεση να αγοράσει μόνο υγιεινά, μη επεξεργασμένα τρόφιμα όταν κάνει τα ψώνια του στο παντοπωλείο, μια εξαιρετικά ευκρινής προώθηση αλμυρών σνακ στο κατάστημα μπορεί να οδηγήσει σε μια παρορμητική αγορά ανθυγιεινών τροφίμων, δημιουργώντας έτσι ένα χάσμα πρόθεσης-συμπεριφοράς. Από αυτή την οπτική γωνία, για να αποφευχθούν τέτοιες επιδράσεις και, ως εκ τούτου, να γεφυρωθεί το χάσμα πρόθεσης-συμπεριφοράς, οι παρεμβάσεις θα πρέπει είτε να τροποποιήσουν τις καταστασιακές ενδείξεις (π.χ. να απομακρύνουν τις ευκρινείς προωθήσεις ανθυγιεινών τροφίμων· βλ. Best & Papies, 2017) είτε να αλλάξουν τις γνωστικές δομές που πυροδοτούνται από τέτοιες ενδείξεις και οδηγούν σε ανθυγιεινές συμπεριφορές (π.χ. μείωση του θετικού συναισθήματος ή των παρορμήσεων προσέγγισης που συνδέονται με τα ανθυγιεινά τρόφιμα). Στη συνέχεια θα ασχοληθούμε πιο αναλυτικά με τις παρεμβάσεις παροχής ενδείξεων και εξάσκησης και θα εξετάσουμε τη σχέση τους με τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής.

Θα πρέπει να σχεδιαστούν αποτελεσματικές παρεμβάσεις παροχής ενδείξεων προκειμένου να διασφαλιστεί ότι οι εξωτερικές ενδείξεις θα προκαλούν πλέον προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής που οδηγούν σε προβληματικές επιθυμίες. Σύμφωνα με τους Best και Papies (2017), τέτοιες «παρεμβάσεις παροχής ενδείξεων» έχουν εφαρμοστεί με επιτυχία, για παράδειγμα, στον τομέα του καπνίσματος, όπου η εισαγωγή μιας αδιάφορης συσκευασίας και η προβολή άλλων ανθρώπων που καπνίζουν, καθώς και διάφορων ειδών καπνιστού, μέσω απαγορευτικών πινακίδων καπνίσματος σε δημόσιους χώρους, μείωναν σημαντικά τον επιπολασμό του καπνίσματος και τα ποσοστά χρήσης μεταξύ των εφήβων. Τέτοιες παρεμβάσεις που στοχεύουν το μικρο-περιβάλλον γύρω από την εκδήλωση της καταναλωτικής συμπεριφοράς (Hollands et al., 2017) έχουν το πλεονέκτημα ότι μπορούν εύκολα να κλιμακωθούν, με αποτέλεσμα να επηρεάσουν μεγάλες ομάδες καταναλωτών με σχετικά χαμηλό κόστος. Και πάλι, η αποτελεσματικότητά τους έγκειται στο να διασφαλίσουν ότι οι εξωτερικές ενδείξεις δεν θα προκαλέσουν προβληματικές προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, και αυτό θα συμβεί είτε απομακρύνοντας «δεδειγμένες» ενδείξεις είτε εισάγοντας ενδείξεις που θα υπονομεύσουν την υποσχόμενη ανταμοιβή των ορεκτικών ενδείξεων

(π.χ. ενδείξεις που ενεργοποιούν στόχους υγείας ή επιπτώσεις ενός ορεκτικού ερεθίσματος στην υγεία· βλ. Best & Papies, 2017· Stroebe, van Koningsbruggen, Papies, & Aarts, 2013). Οι παρεμβάσεις παροχής ενδείξεων μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν για να πυροδοτήσουν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής για επιθυμητά τρόφιμα και ποτά, καθώς πρόσφατες έρευνες έχουν δείξει ότι, για παράδειγμα, ετικέτες τροφίμων που πυροδοτούν προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής μπορούν να αυξήσουν την ελκυστικότητα και την επιλογή τροφίμων χωρίς κρέας (Papies, Daneva, & Semyte, 2019· Turnwald & Crum, 2019· βλ. Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο, για άλλες «θετικές» παρεμβάσεις που ενδέχεται να λειτουργούν μέσω της αλλαγής των καταστασιακών εννοιολογήσεων που ενεργοποιούνται για την ερμηνεία μιας κατάστασης).

Εναλλακτικά, μπορούν να σχεδιαστούν «παρεμβάσεις εξάσκησης» για να αλλάξουν τις καταστασιακές εννοιολογήσεις οι οποίες οδηγούν σε προβληματικές επιθυμίες και συμπεριφορές μόλις ενεργοποιηθούν από ενδείξεις της κατάστασης (Papies, 2016b, 2017b). Για παράδειγμα, μια εκπαίδευση μέσω υπολογιστή όπου κάποιος επεξεργάζεται επανειλημμένα αρνητικά συναισθηματικά ερεθίσματα παράλληλα με συγκεκριμένα τρόφιμα ή ποτά (αξιολογική εξαρτημένη μάθηση) ή συγκρατεί επανειλημμένα κινητικές αποκρίσεις προσέγγισης σε δελεαστικά ερεθίσματα (εξάσκηση ανασταλτικού ελέγχου) θα μπορούσε να αλλάξει το περιεχόμενο των καταστασιακών εννοιολογήσεων του ατόμου που περιλαμβάνουν αυτά τα τρόφιμα ή ποτά, έτσι ώστε αργότερα να είναι λιγότερο πιθανό οι εννοιολογήσεις αυτές να προκαλέσουν προβληματικές επιθυμίες ή παρορμήσεις προσέγγισης (π.χ. Hollands & Marteau, 2015· Stice, Lawrence, Kempf, & Veling, 2016). Επομένως, ο στόχος αυτών των τύπων παρεμβάσεων είναι να μειώσουν την πιθανότητα να ενεργοποιηθούν αυτόματα προβληματικές επιθυμίες ή ορεκτικές συμπεριφορές ως απόκριση σε εξωτερικές ενδείξεις.

Παρεμβάσεις εξάσκησης βασισμένες στην ενσυνειδητότητα. Πρόσφατα, διερευνήσαμε συγκεκριμένα τη δυνατότητα που έχουν οι παρεμβάσεις εξάσκησης που βασίζονται στην ενσυνειδητότητα να μειώσουν τις παρορμήσεις, τις επιθυμίες και τις επιλογές ελκυστικών, ανθυγιεινών τροφίμων. Σε αυτές τις σύντομες παρεμβάσεις, παρουσιάζονται στους συμμετέχοντες εικόνες ελκυστικών τροφίμων, μεταξύ άλλων ερεθισμάτων, και τους δίνεται η οδηγία να παρατηρήσουν όλες τις αποκρίσεις που μπορούν να έχουν σε αυτά τα ερεθίσματα ως «απλά νοητικά συμβάντα». Συγκεκριμένα, χωρίς να γίνεται καμία αναφορά στην ενσυνειδητότητα ή στον διαλογισμό, τους ζητείται να παρατηρήσουν απλώς όλες τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις εμπειρίες τους που γεννιούνται ως απόκριση στις εικόνες και να θεωρήσουν όλα αυτά νοητικές καταστάσεις που αναδύονται κι έπειτα διαλύονται, χωρίς να είναι κάποιος υποχρεωμένος να τις κάνει πράξη (Papies, 2017a· Papies, Barsalou, & Custers, 2012· Papies et al., 2015). Ουσιαστικά, λοιπόν, οι συμμετέχοντες εξασκούνται στο να παρατηρούν τις προσομοιώ-

σεις κατανάλωσης και ανταμοιβής τους και να τις παρακολουθούν να έρχονται και να φεύγουν (Keesman, Aarts, Häfner, & Papies, 2017· Papies et al., 2015· Tapper, 2017). Πράγματι, οι απαντήσεις των συμμετεχόντων σε ανοιχτού τύπου ερωτήσεις σε διάφορες μελέτες δείχνουν ότι όντως αυτό συμβαίνει, καθώς οι συμμετέχοντες περιγράφουν την παρατήρηση των σκέψεών τους σχετικά με την κατανάλωση του τροφίμου, την απόλαυση της γεύσης και της υφής του και καταστάσεις κατανάλωσης φαγητού (π.χ. Keesman, Aarts, Häfner, & Papies, 2019). Τα αποτελέσματα από δύο σύνολα πειραμάτων δείχνουν ότι η εφαρμογή σε μια φάση εξάσκησης αυτής της λεγόμενης «αποκεντρωτικής» προοπτικής κατά την επαφή τους με διάφορα ερεθίσματα φαγητού μπορεί να μειώσει, σε μια επόμενη φάση αξιολόγησης, τις αποκρίσεις παρορμητικής προσέγγισης, τις υποθετικές και πραγματικές επιλογές και τη ρητή επιθυμία για ανθυγιεινά τρόφιμα τόσο στα ίδια όσο και σε παρόμοια ερεθίσματα φαγητού (Papies et al., 2012, 2015). Μια παρεμφερής έρευνα έχει προτείνει ότι η εφαρμογή μιας τέτοιας προσέγγισης «αποκέντρωσης» ή «γνωστικής αποσυγχώνευσης» στη σοκολάτα μπορεί να μειώσει την κατανάλωσή της σε ένα χρονικό διάστημα πέντε ημερών (Jenkins & Tapper, 2014) και μπορεί επίσης να μειώσει τη λαχτάρα για εθιστικές ουσίες (π.χ. τσιγάρα· Westbrook et al., 2013). Σε άτομα που έχουν κάποια εμπειρία στον διαλογισμό, ο βαθμός στον οποίο αναφέρουν την αυθόρμητη εφαρμογή μιας «αποκεντρωμένης» προοπτικής στις σκέψεις που έχουν να κάνουν με το φαγητό στην καθημερινότητά τους συνδέεται με μειωμένη αίσθηση λιγούρας (Keesman, Papies, Aarts, & Häfner, 2019· Papies, Winckel, & Keesman, 2016).

Πρόσφατες έρευνες παρέχουν μια βαθύτερη κατανόηση των μηχανισμών που βρίσκονται πίσω από αυτές τις επιδράσεις. Σε μια σειρά από μελέτες (Keesman, Aarts, et al., 2019), οι συμμετέχοντες έλαβαν την οδηγία να ανακαλέσουν πρώτα μια ανάμνηση από ένα ελκυστικό φαγητό ή, σε μια άλλη μελέτη, παρουσιάστηκε στο τραπέζι μπροστά τους ένα νόστιμο σνακ. Στη συνέχεια, τους ζητήθηκε να εφαρμόσουν την προοπτική της «αποκέντρωσης», να δουν δηλαδή τις σκέψεις τους ως απλά νοητικά συμβάντα, ή να εφαρμόσουν μια προοπτική ελέγχου. Στη συνέχεια, μετρήσαμε τη δύναμη και τη ζωντάνια της εικονοποιίας των συμμετεχόντων αναφορικά με την κατανάλωση φαγητού (δηλαδή, τις προσομοιώσεις κατανάλωσης), καθώς και την αίσθηση λιγούρας τους, αξιολογώντας την αυτοαναφερόμενη επιθυμία για φαγητό και την έκκριση σάλιου ως απόκριση στο φαγητό. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η εφαρμογή της αποκεντρωτικής προοπτικής δεν μείωσε τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής σε σύγκριση με την προοπτική ελέγχου, μείωσε όμως την επιθυμία και την έκκριση σάλιου (Keesman, Aarts, et al., 2019). Πράγματι, η εν εξελίξει ερευνητική εργασία μας υποδεικνύει ότι η εφαρμογή της αποκέντρωσης μειώνει τη σχέση ανάμεσα στις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής και στην επιθυμία (Tatar, Barsalou, & Papies, 2019). Με άλλα λόγια, η εφαρμογή της αποκέντρωσης δεν μειώνει τον βαθμό

στον οποίο οι συμμετέχοντες σκέφτονται αυθόρμητα την κατανάλωση και την απόλαυση του φαγητού, αλλά μειώνει τον βαθμό στον οποίο αυτές οι σκέψεις οδηγούν στην επιθυμία πραγματικής κατανάλωσης του φαγητού.

Τα παραπάνω ευρήματα υποδηλώνουν ότι οι μηχανισμοί που βρίσκονται πίσω από τις επιδράσεις της αποκέντρωσης μπορεί να είναι ελαφρώς διαφορετικοί από εκείνους μιας άλλης εξέχουσας τεχνικής για τη μελέτη των προσομοιώσεων ή της εικονοποιίας της κατανάλωσης, και συγκεκριμένα της τεχνικής υπερφόρτωσης της μνήμης εργασίας. Η λαχτάρα για φαγητό και η υποκειμένη συνειδητή εικονοποιία της κατανάλωσης απαιτούν χωρητικότητα της μνήμης εργασίας, ιδίως της οπτικής υποσυνιστώσας της (Harvey, Kemps, & Tiggemann, 2005· Meule, Skirde, Freund, Vögele, & Kübler, 2012). Αυτό συνάδει με τις προβλέψεις της θεωρίας της επεξεργασμένης παρείσακτης σκέψης της επιθυμίας (Kavanagh et al., 2005). Είναι σημαντικό ότι ένας μεγάλος αριθμός ερευνών γύρω από παρεμβάσεις εμπνευσμένες από αυτή τη θεωρία έχουν δείξει ότι, από τη στιγμή που έχει προκύψει μια λιγούρα για φαγητό, η υπερφόρτωση της μνήμης εργασίας, για παράδειγμα, με οδηγίες οπτικής εικονοποιίας ή οπτικά απαιτητικά έργα, μπορεί να μειώσει αποτελεσματικά αυτή τη λιγούρα (π.χ. Andrade, Pears, May, & Kavanagh, 2012· Hamilton, Fawson, May, Andrade, & Kavanagh, 2013· Kemps, Tiggemann, & Christianson, 2008). Είναι πιθανό το φορτίο της μνήμης εργασίας να μειώνει τη λιγούρα για φαγητό, επειδή παρεμβαίνει στην εικονοποιία που τη συντηρεί – σε αντίθεση με τις παρεμβάσεις «αποκέντρωσης», οι οποίες, αντί να μειώνουν την ίδια την εικονοποιία, μειώνουν την επίδρασή της στην επιθυμία.

Από κοινού, η μέχρι τώρα έρευνα για την «αποκέντρωση» και την υπερφόρτωση της μνήμης εργασίας ως εργαλεία παρέμβασης φαίνεται να υποδηλώνει ότι η στόχευση των προσομοιώσεων κατανάλωσης και ανταμοιβής σε πρώιμο στάδιο μπορεί να αποτρέψει την επίδρασή τους στην παραγωγή της λιγούρας και ότι η στόχευση της συνειδητής εικονοποιίας κατανάλωσης και ανταμοιβής μπορεί να μειώσει τη λιγούρα, όταν αυτή έχει προλάβει να αναπτυχθεί πλήρως. Σε κάθε περίπτωση, οι συνειδητές και ασυνείδητες προσομοιώσεις της κατανάλωσης και της απόλαυσης ενός φαγητού συμβάλλουν στη διαμόρφωση προβληματικών επιθυμιών, και τα εργαλεία που έχουν στόχο τους αυτές τις προσομοιώσεις είναι πολλά υποσχόμενα στο πλαίσιο των παρεμβάσεων υγείας.

ΣΥΝΟΨΗ ΚΑΙ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Στο κεφάλαιο αυτό έγινε μια επισκόπηση της έρευνας γύρω από τις σημαντικότερες προβλέψεις της θεωρίας της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία, η οποία προτείνει ότι οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής συμβάλλουν στη διαμόρφωση της επιθυμίας. Οι μελέτες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι περιγράφουν

αυθόρμητα το φαγητό και το ποτό με όρους γνωρισμάτων των αισθήσεων, του πλαισίου και της ηδονής της κατανάλωσής του, ιδίως αν το καταναλώνουν συχνά και ιδίως αν είναι ελκυστικό. Έχει αποδειχθεί πως οι εικόνες ελκυστικών τροφίμων ενεργοποιούν τις ίδιες περιοχές του εγκεφάλου με αυτές που είναι υπεύθυνες για την επεξεργασία της αισθητηριακής διέγερσης και της αίσθησης ανταμοιβής που συνεπάγεται η πραγματική κατανάλωση ελκυστικών τροφίμων, υποδεικνύοντας και πάλι ότι οι άνθρωποι προσομοιώνουν την κατανάλωση φαγητού όταν επεξεργάζονται ανάλογες ενδείξεις. Αυτές οι προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, είτε καταγράφονται από αυθόρμητες περιγραφές ή αυτοαναφορές των συμμετεχόντων είτε προκαλούνται μέσω πειραματικών χειρισμών, συμβάλλουν στο κίνητρο για κατανάλωση των αντίστοιχων φαγητών και ποτών, και πάλι ιδίως αν αυτά είναι ελκυστικά. Η σήμανση προϊόντων με λέξεις που παραπέμπουν σε προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής ή η παρουσίαση προϊόντων σε καταστάσεις που εξελίσσονται στο φόντο ευρύτερων καταστάσεων οι οποίες διευκολύνουν τέτοιου είδους προσομοιώσεις αυξάνει τις προσομοιώσεις αυτές και κατόπιν την επιθυμία. Τέλος, οι παρεμβάσεις που έχουν στόχο τους τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, είτε μέσω της διάδοσής τους ως «απλών νοητικών συμβάντων» είτε μέσω της μείωσης της χωρητικότητας της μνήμης εργασίας που απαιτείται για την υποστήριξή τους ως συνειδητής νοητικής εικονοποιίας μπορούν να αποτρέψουν και να μειώσουν τις προβληματικές λιγούρες.

Οι βασικοί τομείς που προσφέρονται για μελλοντική έρευνα περιλαμβάνουν, λόγω χάρη, τον βαθμό αυτοματοποίησης αυτών των προσομοιώσεων κατανάλωσης και ανταμοιβής. Προηγούμενες έρευνες έχουν υποστηρίξει ότι οι προσομοιώσεις μπορεί να απαιτούν κάποιους γνωστικούς πόρους, καθώς τα ερευνητικά ευρήματα δείχνουν ότι η ηδονική αξία των ελκυστικών τροφίμων δεν ενεργοποιείται πλήρως αν το άτομο έχει να διαχειριστεί ένα υψηλό γνωστικό φορτίο (Van Dillen, Paries, & Hofmann, 2013). Ωστόσο, καμία έρευνα μέχρι τώρα δεν έχει ελέγξει άμεσα αν, για παράδειγμα, η χωρητικότητα της μνήμης εργασίας επηρεάζει τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής με τρόπο παρόμοιο με αυτόν με τον οποίο επηρεάζει τη συνειδητή νοητική εικονοποιία (Harvey et al., 2005). Η μελλοντική έρευνα θα πρέπει επίσης να εξετάσει λεπτομερέστερα πώς μπορούν να διεγερθούν πιο αποτελεσματικά οι προσομοιώσεις ανταμοιβής που προέρχονται από την επιδίωξη μακροπρόθεσμων στόχων (Andrade, Khalil, Dickson, May, & Kavanagh, 2016), καθώς και αν οι τεχνικές που έχουν αποδειχθεί ότι επικυρώνουν ή ακυρώνουν τις στάσεις, για παράδειγμα, το γνέψιμο ή το απλό κούνημα του κεφαλιού που κάνει κάποιος όταν επεξεργάζεται μηνύματα στάσεων, επηρεάζουν παρόμοια τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι σχετίζονται με τις προσομοιώσεις (βλ. Petty & Briñol, 2020, σε αυτόν τον τόμο). Σχετικά με αυτό, γνωρίζουμε πολύ λίγα για το πώς οι ατομικές διαφορές στα κίνητρα υγείας επηρεάζουν τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής, καθώς

και πώς οι εξωτερικές υπενθυμίσεις μακροπρόθεσμων στόχων (π.χ. ερεθίσματα προέγερσης στόχων υγείας) επηρεάζουν τις προσομοιώσεις, που κατά κανόνα συμβάλλουν στη διαμόρφωση προβληματικών επιθυμιών.

Τέλος, η μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να ενσωματώσει αυτή την προοπτική στη σχετική έρευνα για τις προσομοιώσεις στην κοινωνική ψυχολογία γενικότερα. Οι προσομοιώσεις θα μπορούσαν να διαδραματίσουν κάποιον ρόλο, για παράδειγμα στη μείωση των προκαταλήψεων, στη φιλοκοινωνική συμπεριφορά, στον έλεγχο της δράσης, στην επεισοδιακή μελλοντική σκέψη, στην προσδοκία ανταμοιβής από τη συμπεριφορά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή τη χρήση ουσιών, στην απόφαση για το αν κάποιος θα ταιριάζει σε έναν πιθανό χώρο εργασίας ή στην πρόληψη της επιθετικής συμπεριφοράς αν κάποιος προβλέπει ότι η επιθετικότητα δεν θα γίνει αποδεκτή από την ομάδα του (π.χ. Atance & O'Neill, 2001· Blanton, Burrows, & Regan, 2020, σε αυτόν τον τόμο· Crisp & Turner, 2009· Gaesser, Shimura, & Cikara, 2019· Krahe, 2020, σε αυτόν τον τόμο· Kross & Chandhok, 2020, σε αυτόν τον τόμο· Martiny-Huenger, Martiny, Parks-Stamm, Pfeiffer, & Gollwitzer, 2017· Schmader, Bergsieker, & Hall, 2020, σε αυτόν τον τόμο). Η διεξοδικότερη ανάλυση αυτών των μηχανισμών θα μπορούσε να συμβάλει στη δημιουργία μιας πιο περιεκτικής περιγραφής του ρόλου των προσομοιώσεων στην παρακινούμενη συμπεριφορά και με αυτόν τον τρόπο να διευκολύνει τη δράση αποτελεσματικών, εμπειρικά θεμελιωμένων παρεμβάσεων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Andrade, J., Khalil, M., Dickson, J., May, J., & Kavanagh, D. J. (2016). Functional Imagery Training to reduce snacking: Testing a novel motivational intervention based on Elaborated Intrusion theory. *Appetite*, *100*, 256-262. doi.org/10.1016/j.appet.2016.02.015
- Andrade, J., Pears, S., May, J., & Kavanagh, D. J. (2012). Use of a clay modeling task to reduce chocolate craving. *Appetite*, *58*(3), 955-963. doi.org/10.1016/j.appet.2012.02.044
- Atance, C. M., & O'Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, *5*(12), 533-539. doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01804-0
- Barsalou, L. W. (2003). Situated simulation in the human conceptual system. *Language and Cognitive Processes*, *18*, 513-562.
- Barsalou, L. W. (2009). Simulation, situated conceptualization, and prediction. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *364*(1521), 1281-1289. doi.org/10.1098/rstb.2008.0319
- Barsalou, L. W. (2016). Situated conceptualization offers a theoretical account of social priming. *Current Opinion in Psychology*, *12*, 6-11.
- Best, M., & Papies, E. K. (2017). Right here, right now: Situated interventions to change consumer habits. *Journal of the Association for Consumer Research*, *2*(3), 333-358.
- Blanton, H., Burrows, C. N., & Regan, T. (2020). Call of duty - The tobacco wars. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 107-123). New York: Routledge.

- Chen, J., Papies, E. K., & Barsalou, L. W. (2016). A core eating network and its modulations underlie diverse eating phenomena. *Brain and Cognition*, *110*, 20-42. doi.org/10.1016/j.bandc.2016.04.004
- Crisp, R. J., & Turner, R. N. (2009). Can imagined interactions produce positive perceptions? Reducing prejudice through simulated social contact. *American Psychologist*, *64*(4), 231-240. doi.org/10.1037/a0014718
- De Houwer, J., Teige-Mocigemba, S., Spruyt, A., & Moors, A. (2009). Implicit measures: A normative analysis and review. *Psychological Bulletin*, *135*(3), 347-368.
- Eelen, J., Dewitte, S., & Warlop, L. (2013). Situated embodied cognition: Monitoring orientation cues affects product evaluation and choice. *Journal of Consumer Psychology*, *23*(4), 424-433. doi.org/10.1016/j.jcps.2013.04.004
- Elder, R. S., & Krishna, A. (2012). The “visual depiction effect” in advertising: Facilitating embodied mental simulation through product orientation. *Journal of Consumer Research*, *38*(6), 988-1003. doi.org/10.1086/661531
- Fiedler, K. (2020). Grounding applied social psychology in translational research. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 23-39). New York: Routledge.
- Gaesser, B., Shimura, Y., & Cikara, M. (2019). Episodic simulation reduces intergroup bias in prosocial intention and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Grabenhorst, F., Rolls, E. T., & Bilderbeck, A. (2008). How cognition modulates affective responses to taste and flavor: Top-down influences on the orbitofrontal and pregenual cingulate cortices. *Cerebral Cortex*, *18*(7), 1549-1559. doi.org/10.1093/cercor/bhm185
- Hamilton, J., Fawson, S., May, J., Andrade, J., & Kavanagh, D. J. (2013). Brief guided imagery and body scanning interventions reduce food cravings. *Appetite*, *71*, 158-162. doi.org/10.1016/j.appet.2013.08.005
- Hansen, T., Oikkonen, M., Walter, S., & Gegenfurtner, K. R. (2006). Memory modulates color appearance. *Nature Neuroscience*, *9*(11), 1367-1368. doi.org/10.1038/nn1794
- Harvey, K., Kemp, E., & Tiggemann, M. (2005). The nature of imagery processes underlying food cravings. *British Journal of Health Psychology*, *10*(1), 49-56. doi.org/10.1348/135910704X14249
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: An experience sampling study of desire, conflict, and self-control. *Journal of Personality and Social Psychology*, *102*(6), 1318-1335. doi.org/10.1037/a0026545
- Hofmann, W., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2012). What people desire, feel conflicted about, and try to resist in everyday life. *Psychological Science*, *23*(6), 582-588. doi.org/10.1177/0956797612437426
- Hollands, G. J., Bignardi, G., Johnston, M., Kelly, M. P., Ogilvie, D., Petticrew, M., ... Marteau, T. M. (2017). The TIPPME intervention typology for changing environments to change behaviour. *Nature Human Behaviour*, *1*, 1-9. doi.org/10.1038/s41562-017-0140
- Hollands, G. J., & Marteau, T. M. (2016). Pairing images of unhealthy and healthy foods with images of negative and positive health consequences: Impact on attitudes and food choice. *Health Psychology*, *35*(8), 847-851. doi.org/10.1037/hea0000293
- Jenkins, K. T., & Tapper, K. (2014). Resisting chocolate temptation using a brief mindfulness strategy. *British Journal of Health Psychology*, *19*(3), 509-522. doi.org/10.1111/bjhp.12050
- Kahkonen, P., & Tuorila, H. (1998). Effect of reduced-fat information on expected and actual hedonic and sensory ratings of sausage. *Appetite*, *30*(1), 13-23. doi.org/10.1006/appe.1997.0104

- Kavanagh, D. J., Andrade, J., & May, J. (2005). Imaginary relish and exquisite torture: The elaborated intrusion theory of desire. *Psychological Review*, *112*(2), 446-467.
- Keesman, M., Aarts, H., Häfner, M., & Papies, E. K. (2017). Mindfulness reduces reactivity to food cues: Underlying mechanisms and applications in daily life. *Current Addiction Reports*, *4*(2), 151-157. doi.org/10.1007/s40429-017-0134-2
- Keesman, M., Aarts, H., Häfner, M., & Papies, E. K. (2019). Decentering reduces reactions to mental imagery. *Motivation Science*.
- Keesman, M., Aarts, H., Ostafin, B. D., Verweij, S., Häfner, M., & Papies, E. K. (2018). Alcohol representations are socially situated: An investigation of beverage representations by using a property generation task. *Appetite*, *120*, 654-665. doi.org/10.1016/j.appet.2017.10.019
- Keesman, M., Aarts, H., Vermeent, S., Häfner, M., & Papies, E. K. (2016). Consumption simulations induce salivation to food cues. *PLoS One*, *11*(11), e0165449. doi.org/10.1371/journal.pone.0165449
- Keesman, M., Papies, E. K., Aarts, H., & Häfner, M. (2019). *Benefits of meditation experience on resilience and craving occur through decentering but not awareness*. Manuscript in preparation.
- Kemps, E., Tiggemann, M., & Christianson, R. (2008). Concurrent visuo-spatial processing reduces food cravings in prescribed weight-loss dieters. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, *39*(2), 177-186. doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.03.001
- Krahé, B. (2020). The development of aggressive behavior in childhood and adolescence: A social interactionist perspective. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 124-141). New York: Routledge.
- Kross, E., & Chandhok, S. (2020). How do online social networks influence people's emotional lives? In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 250-263). New York: Routledge.
- Liem, D. G., Miremadi, F., Zandstra, E. H., & Keast, R. S. (2012). Health labelling can influence taste perception and use of table salt for reduced-sodium products. *Public Health Nutrition*, *15*(12), 2340-2347. doi.org/10.1017/S136898001200064X
- Martiny-Huenger, T., Martiny, S. E., Parks-Stamm, E. J., Pfeiffer, E., & Gollwitzer, P. M. (2017). From conscious thought to automatic action: A simulation account of action planning. *Journal of Experimental Psychology: General*, *146*(10), 1513-1525. doi.org/10.1037/xge0000344
- Meule, A., Skirde, A. K., Freund, R., Vögele, C., & Kübler, A. (2012). High-calorie food-cues impair working memory performance in high and low food cravers. *Appetite*, *59*(2), 264-269. doi.org/10.1016/j.appet.2012.05.010
- Nederkoorn, C., Smulders, F. T. Y., & Jansen, A. (2000). Cephalic phase responses, craving and food intake in normal subjects. *Appetite*, *35*(1), 45-55. doi.org/10.1006/appet.2000.0328
- Papies, E. K. (2013). Tempting food words activate eating simulations. *Frontiers in Psychology*, *4*, 838. doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00838
- Papies, E. K. (2016a). Goal priming as a situated intervention tool. *Current Opinion in Psychology*, *12*, 12-16. doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.008
- Papies, E. K. (2016b). Health goal priming as a situated intervention tool: How to benefit from nonconscious motivational routes to health behaviour. *Health Psychology Review*, *10*(4), 408-424. doi.org/10.1080/17437199.2016.1183506
- Papies, E. K. (2017a). Mindfulness and health behavior: Examining the roles of attention regulation and decentering. In *Current issues in social psychology. Mindfulness in social psychology* (pp. 94-108). London: Routledge.

- Papies, E. K. (2017b). Situating interventions to bridge the intention-behaviour gap: A framework for recruiting nonconscious processes for behaviour change. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(7), e12323. doi.org/10.1111/spc3.12323
- Papies, E. K., & Barsalou, L. W. (2015). Grounding desire and motivated behavior: A theoretical framework and review of empirical evidence. In *The psychology of desire* (pp. 36-60). New York, NY: Guilford Press.
- Papies, E. K., Barsalou, L. W., & Custers, R. (2012). Mindful attention prevents mindless impulses. *Social Psychological and Personality Science*, 3(3), 291-299. doi.org/10.1177/1948550611419031
- Papies, E. K., Best, M., Gelibter, E., & Barsalou, L. W. (2017). The role of simulations in consumer experiences and behavior: Insights from the grounded cognition theory of desire. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(4), 402-418. doi.org/10.1086/693110
- Papies, E. K., Daneva, T., & Semyte, G. (2019). *Using consumption and reward simulations to increase sustainable food choices*. Manuscript in preparation.
- Papies, E. K., Pronk, T. M., Keesman, M., & Barsalou, L. W. (2015). The benefits of simply observing: Mindful attention modulates the link between motivation and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(1), 148-170. doi.org/10.1037/a0038032
- Papies, E. K., Stekelenburg, A. van, Smeets, M. A. M., Zandstra, L., & Dijksterhuis, G. B. (2019). *Context cues increase desire for food through eating simulations*. Manuscript under review.
- Papies, E. K., Tatar, B., Best, M., Barsalou, L. W., & Tavoulari, A. (2018). *Consumption and reward simulations lead to desire*. Manuscript in preparation.
- Papies, E. K., Winckel, M. van, & Keesman, M. (2016). Food-specific decentering experiences are associated with reduced food cravings in meditators: A preliminary investigation. *Mindfulness*, 7(5), 1123-1131. doi.org/10.1007/s12671-016-0554-4
- Petty, R. E., & Briñol, P. (2020). A process approach to influencing attitudes and changing behavior: Revisiting classic findings in persuasion and popular interventions. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 82-103). New York: Routledge.
- Rusz, D., Best, M., & Papies, E. K. (2019). *The role of consumption and reward simulations in the motivation for sugar-sweetened beverages*. Manuscript in preparation.
- Schmader, T., Bergsieker, H. B., & Hall, W. M. (2020). Cracking the culture code: A tri-level model for cultivating inclusion in organizations. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 334-355). New York: Routledge.
- Shen, H., & Sengupta, J. (2012). If you can't grab it, it won't grab you: The effect of restricting the dominant hand on target evaluations. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(2), 525-529. doi.org/10.1016/j.jesp.2011.11.003
- Shen, H., Zhang, M., & Krishna, A. (2016). Computer interfaces and the "direct-touch" effect: Can iPads increase the choice of hedonic food? *Journal of Marketing Research*, 53(5), 745-758. doi.org/10.1509/jmr.14.0563
- Stice, E., Lawrence, N. S., Kemps, E., & Veling, H. (2016). Training motor responses to food: A novel treatment for obesity targeting implicit processes. *Clinical Psychology Review*, 49, 16-27. doi.org/10.1016/j.cpr.2016.06.005
- Stroebe, W., Papies, E. K., & Aarts, H. (2008). From homeostatic to hedonic theories of eating: Self-regulatory failure in food-rich environments. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 57, 172-193.
- Stroebe, W., van Koningsbruggen, G. M., Papies, E. K., & Aarts, H. (2013). Why most dieters

- fail but some succeed: A goal conflict model of eating behavior. *Psychological Review*, 120(1), 110-138. doi.org/10.1037/a0030849
- Tapper, K. (2017). Can mindfulness influence weight management related eating behaviors? If so, how? *Clinical Psychology Review*, 53, 122-134. doi.org/10.1016/j.cpr.2017.03.003
- Tatar, B., Barsalou, L. W., & Papies, E. K. (2019). *The effects of domain-specific and general decentering inductions on food cravings*. Manuscript in preparation.
- Tepper, B. J. (1992). Dietary restraint and responsiveness to sensory-based food cues as measured by cephalic phase salivation and sensory specific satiety. *Physiology and Behavior*, 52(2), 305-311.
- Tucker, M., & Ellis, R. (1998). On the relations between seen objects and components of potential actions. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 24(3), 830-846. doi.org/10.1037/0096-1523.24.3.830
- Turnwald, B. P., Boles, D. Z., & Crum, A. J. (2017). Association between indulgent descriptions and vegetable consumption: Twisted carrots and dynamite beets. *JAMA Internal Medicine*, 177(8), 1216-1218. doi.org/10.1001/jamainternmed.2017.1637
- Turnwald, B. P., & Crum, A. J. (2019). Smart food policy for healthy food labeling: Leading with taste, not healthiness, to shift consumption and enjoyment of healthy foods. *Preventive Medicine*, 119, 7-13. doi.org/10.1016/j.ypmed.2018.11.021
- Turnwald, B. P., Jurafsky, D., Conner, A., & Crum, A. J. (2017). Reading between the menu lines: Are restaurants' descriptions of "healthy" foods unappealing? *Health Psychology*, 36(11), 1034-1037. doi.org/10.1037/hea0000501
- van der Laan, L. N., de Ridder, D. T. D., Viergever, M. A., & Smeets, P. A. M. (2011). The first taste is always with the eyes: A meta-analysis on the neural correlates of processing visual food cues. *NeuroImage*, 55(1), 296-303. doi.org/10.1016/j.neuroimage.2010.11.055
- Van Dillen, L. F., Papies, E. K., & Hofmann, W. (2013). Turning a blind eye to temptation: How task load can facilitate self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(3), 427-443.
- van Vugt, M., de Vries, L. P., & Li, N. P. (2020). The evolutionary mismatch hypothesis: Implications for applied social psychology. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 40-57). New York: Routledge.
- Walton, G. M., & Brady, S. T. (2020). "Bad" things reconsidered. In J. Fargas, W. D. Kano, and K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 58-81). New York: Routledge.
- Westbrook, C., Creswell, J. D., Tabibnia, G., Julson, E., Kober, H., & Tindle, H. A. (2013). Mindful attention reduces neural and self-reported cue-induced craving in smokers. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 8(1), 73-84. doi.org/10.1093/scan/nsr076
- Wilson-Mendenhall, C. D., Barrett, L. F., Simmons, W. K., & Barsalou, L. W. (2011). Grounding emotion in situated conceptualization. *Neuropsychologia*, 49(5), 1105-1127. doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2010.12.032
- Woods, A. T., Lloyd, D. M., Kuenzel, J., Poliakoff, E., Dijksterhuis, G. B., & Thomas, A. (2011). Expected taste intensity affects response to sweet drinks in primary taste cortex: *NeuroReport*, 22(8), 365-369. doi.org/10.1097/WNR.0b013e3283469581
- Wu, L., & Barsalou, L. W. (2009). Perceptual simulation in conceptual combination: Evidence from property generation. *Acta Psychologica*, 132(2), 173-189. doi.org/10.1016/j.actpsy.2009.02.002
- Yeomans, M. R., Chambers, L., Blumenthal, H., & Blake, A. (2008). The role of expectancy in sensory and hedonic evaluation: The case of smoked salmon ice-cream. *Food Quality and Preference*, 19(6), 565-573. doi.org/10.1016/j.foodqual.2008.02.009

ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΤΕΙΤΕ ΜΕ ΤΟΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗ ΣΑΣ

Θεμελιώνοντας την ψυχοθεραπεία
στον διαπροσωπικό συγχρονισμό

*Sander L. Koole, Dana Atzil-Slonim, Emily Butler,
Suzanne Dikker, Wolfgang Tschacher και Tom Wilderjans*

Καθημερινά, εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο στρέφονται στην ψυχοθεραπεία για να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν μια μακρά σειρά από προβλήματα ψυχικής υγείας, όπως η κατάθλιψη, οι αγχώδεις διαταραχές, οι ψυχωτικές διαταραχές, οι διατροφικές διαταραχές, οι διαταραχές της προσωπικότητας και η κατάχρηση ουσιών (βλ. επίσης Crano & Ruybal· Walton· και Rapiès, σε αυτόν τον τόμο). Μολονότι υπάρχουν περισσότερα από χίλια διαφορετικά είδη ψυχοθεραπείας, σχεδόν όλα περιλαμβάνουν δομημένες αλληλεπιδράσεις ανάμεσα σε έναν ασθενή (ή ασθενείς) και έναν ψυχοθεραπευτή. Η σχέση εργασίας ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή αποτελεί επομένως κεντρικό κομμάτι της ψυχοθεραπείας. Πράγματι, η ποιότητα της θεραπευτικής σχέσης κατατάσσεται μεταξύ των πιο ισχυρών προβλεπτικών παραγόντων για καλύτερα αποτελέσματα στην ψυχοθεραπεία (Horvath, Del Rey, Flückiger, & Symonds, 2011).

Τι καθορίζει αν ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής θα εδραιώσουν μια καλή σχέση εργασίας στην ψυχοθεραπεία; Στο παρόν κεφάλαιο, προτείνουμε ότι η απάντηση σε αυτό το ερώτημα μπορεί να ανιχνευτεί σε βασικές διαδικασίες της κοινωνικής ψυχολογίας, του επιστημονικού κλάδου που μελετά τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι σχετίζονται μεταξύ τους (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο). Ειδικότερα, υπογραμμίζουμε τη σημασία του *διαπροσωπικού συγχρονισμού* ως θεμελιώδους αρχής για τη δημιουργία μιας ευεργετικής σχέσης εργασίας ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή. Ο διαπροσωπικός συγχρονισμός ορίζεται εδώ ως ο χρονικός συντονισμός των αμοιβαίων συμπεριφορικών, φυσιολογικών και νευρολογικών λειτουργιών των κοινωνικών δρώντων. Συγχρο-

νίζοντας τη λειτουργία τους, ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής έχουν μια πιθανότητα να βρεθούν «στο ίδιο μήκος κύματος» και κυριολεκτικά «στον ίδιο ρυθμό» ο ένας με τον άλλον. Η επίτευξη αυτή μπορεί, με τη σειρά της, να συμβάλει στους θεραπευτικούς στόχους και στις δεξιότητες αυτορρύθμισης του ασθενή, ιδίως όταν πρόκειται για την ικανότητά του να αυτορρυθμίζει τις συναισθηματικές καταστάσεις του.

Το υπόλοιπο κεφάλαιο είναι οργανωμένο σε πέντε μέρη. Στο πρώτο μέρος, ξεκινάμε με μια σύντομη επισκόπηση της έρευνας γύρω από την ψυχοθεραπεία από τη σκοπιά της κλινικής ψυχολογίας. Σε αυτή την επισκόπηση, εστιάζουμε ιδιαίτερα την προσοχή μας στην έρευνα που σχετίζεται με τη σχέση εργασίας ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή, γνωστή και ως *θεραπευτική συμμαχία*. Στο δεύτερο μέρος, στρεφόμαστε στην κοινωνιοψυχολογική έρευνα γύρω από τον διαπροσωπικό συγχρονισμό, επικεντρωνόμενοι στο ερώτημα του πώς αυτή η βασική έρευνα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την κατανόηση της συμμαχίας ανάμεσα στον ασθενή και τον ψυχοθεραπευτή. Στο τρίτο μέρος, δείχνουμε πώς η βιβλιογραφία της κλινικής και της κοινωνικής ψυχολογίας ενσωματώνονται στο μοντέλο ψυχοθεραπείας του Διαπροσωπικού Συγχρονισμού (INTERpersonal SYNChrony: IN-SYNC) (Koole & Tschacher, 2016). Στο τέταρτο μέρος, εξετάζουμε την εμπειρική έρευνα που βασίζεται στο μοντέλο IN-SYNC. Τέλος, στο πέμπτο μέρος, συνοψίζουμε τα κύρια συμπεράσματά μας και στοχεύουμε γύρω από τις ευρύτερες επιπτώσεις αυτής της εργασίας για την κοινωνική ψυχολογία και τις εφαρμογές της.

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ: Η ΣΥΜΜΑΧΙΑ

Η συνεργατική σχέση ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή έχει εμπνεύσει μια εκτεταμένη εργογραφία στην κλινική ψυχολογία, όπου αποδίδεται με ποικίλους όρους, όπως συμμαχία, θεραπευτικός δεσμός, θεραπευτική σχέση, συμμαχία θεραπευτικής αντιμετώπισης, συμμαχία παροχής βοήθειας ή συμμαχία εργασίας. Η έρευνα γύρω από τη συμμαχία έχει μακρά και πλούσια ιστορία, μια ιστορία που εξακολουθεί να προσδίδει χρώμα σε επιστημονικές συζητήσεις έως τις μέρες μας. Συνεπώς, εξετάζουμε εν συντομία την ιστορική εξέλιξη της έρευνας γύρω από τη συμμαχία και στη συνέχεια μελετάμε τα κύρια ευρήματα της σύγχρονης έρευνας στο ίδιο θέμα.

Ιστορική αναδρομή

Η σημασία της σχέσης ασθενή-ψυχοθεραπευτή έχει επισημανθεί από τότε που επιχειρήθηκαν από πρωτοπόρους ψυχαναλυτές οι πρώτες ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, γύρω στις αρχές του 20ού αιώνα (Elvins & Green, 2008). Ο ιδρυτής

του ψυχαναλυτικού κινήματος, ο Sigmund Freud, σχολίασε τη σημασία τού να διατηρεί ο αναλυτής μια υποστηρικτική στάση απέναντι στον ασθενή (Freud, 1912). Ο Freud παρατήρησε περαιτέρω ότι ο ασθενής μπορεί να μεταφέρει στις επαφές του με τον ψυχοθεραπευτή εμπειρίες από προηγούμενες σχέσεις. Αυτές οι πρώτες παρατηρήσεις, ιδιαίτερα η έννοια της μεταβίβασης, στη συνέχεια αναπτύχθηκαν και μεταφράστηκαν σε θεωρητικά μοντέλα της σχέσης ασθενή-ψυχοθεραπευτή (Shedler, 2010). Η ψυχαναλυτική παράδοση έχει λοιπόν τονίσει τη συμβολή του ασθενή στη συμμαχία.

Η ανάπτυξη της πειραματικής ψυχολογίας κατά τη διάρκεια του 20ού αιώνα οδήγησε στην ανάπτυξη νέων συμπεριφορικών ψυχοθεραπειών κατά τη δεκαετία του 1950, οι οποίες συμπληρώθηκαν από γνωστικές ψυχοθεραπείες κατά τις δεκαετίες του 1960 και του 1970 (Keegan & Holas, 2009). Η γνωστική-συμπεριφορική παράδοση που διαμορφώθηκε επικεντρώθηκε στις προβληματικές συμπεριφορές και στα δυσπροσαρμοστικά στιλ σκέψης του κάθε ασθενή ξεχωριστά, τα οποία έπρεπε να αντιμετωπιστούν με μια σειρά από συμπεριφορικές και γνωστικές παρεμβάσεις (βλ. επίσης Walton, σε αυτόν τον τόμο). Στο πλαίσιο της γνωστικής-συμπεριφορικής παράδοσης, τουλάχιστον αρχικά, οι ψυχολόγοι δεν προχώρησαν στη ρητή παραγωγή θεωρίας σχετικής με τα πιθανά θεραπευτικά οφέλη της σχέσης ασθενή-ψυχοθεραπευτή.

Περισσότερη προσοχή στη σχέση ασθενή-ψυχοθεραπευτή δόθηκε από τους ψυχοθεραπευτές της ανθρωπιστικής ή της υπαρξιακής σχολής, μιας θεραπευτικής παράδοσης που αναδύθηκε περίπου την ίδια περίοδο με τη γνωστική-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία. Σε αντίθεση με τους ψυχαναλυτές, ωστόσο, οι ψυχολόγοι του ανθρωπιστικού-υπαρξιακού ρεύματος έδωσαν έμφαση στη συμβολή στη συμμαχία από την πλευρά του ψυχοθεραπευτή (Cain, 2002· Van Deurzen, 2012· Yalom, 1980). Ιδιαίτερη επιρροή άσκησε η πελατοκεντρική ψυχοθεραπεία (Rogers, 1951), η οποία προτείνει ότι ο ψυχοθεραπευτής πρέπει να σχετίζεται αυθεντικά με τον ασθενή, προσφέροντας παράλληλα αποδοχή και ενσυναίσθηση για την οπτική του.

Από τη δεκαετία του 1980 κι έπειτα, η έννοια της συμμαχίας κατάφερε να κατακτήσει όλο και πιο σημαντική θέση στο κυρίαρχο ρεύμα της ψυχολογίας. Δύο εξελίξεις αξίζει να σημειωθούν εδώ. Πρώτον, οι ψυχαναλυτικές και ανθρωπιστικές έννοιες της συμμαχίας συγχωνεύτηκαν σε μια «συναλλακτική αντίληψη», σύμφωνα με την οποία η συμμαχία είναι το προϊόν των αλληλεπιδράσεων μεταξύ ασθενή και ψυχοθεραπευτή (Hougaard, 1994). Δεύτερον, η έννοια της συμμαχίας επεκτάθηκε όλο και περισσότερο σε όλες τις ψυχοθεραπείες (Bordin, 1979). Οι ορισμοί της συμμαχίας απεκδύθηκαν τα στοιχεία εκείνα που την κατέτασσαν σε μια συγκεκριμένη θεραπευτική παράδοση. Πράγματι, η συμμαχία αναδείχθηκε σε μια «πανθεωρητική κατασκευή» που συγκέντρωνε όλα τα στοιχεία συνεργασίας μέσα στη θεραπευτική σχέση (Horvath & Luborsky, 1993). Για

παράδειγμα, μια διατύπωση που άσκησε μεγάλη επιρροή όρισε τη συμμαχία ως αποτελούμενη από έναν ασθενή και έναν ψυχοθεραπευτή (1) που συμφωνούν όσον αφορά τους στόχους της ψυχοθεραπείας· (2) που διαμοιράζουν μεταξύ τους τα έργα της ψυχοθεραπείας· και (3) αναπτύσσουν δεσμούς μεταξύ τους (Bordin, 1979). Αυτές οι αντιλήψεις άσκησαν επιρροή στην ανάπτυξη εμπειρικών μεθόδων αξιολόγησης της συμμαχίας.

Η μεγάλη διαμάχη γύρω απο την ψυχοθεραπεία

Καθώς η έρευνα για τη συμμαχία διευρυνόταν και αποκτούσε ολοένα και μεγαλύτερη δημοτικότητα, βρέθηκε να εμπλέκεται σε αυτό που κάποιοι αποκάλεσαν «η μεγάλη διαμάχη γύρω από την ψυχοθεραπεία» (Wampold & Imel, 2015). Αυτή η διαμάχη στρέφεται γύρω από το ερώτημα του τι κάνει την ψυχοθεραπεία αποτελεσματική. Οι δύο πλευρές της διαμάχης έχουν προτείνει διαφορετικές απαντήσεις σε αυτό το ερώτημα. Η μία πλευρά υποστηρίζει ότι η ψυχοθεραπεία είναι αποτελεσματική λόγω των επιδράσεων συγκεκριμένων μεθόδων θεραπευτικής αντιμετώπισης. Για παράδειγμα, η γνωστική-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία μπορεί να θεραπεύσει την κατάθλιψη διότι αντικαθιστά τα δυσπροσαρμοστικά πρότυπα σκέψης με άλλα πρότυπα πιο προσαρμοστικά. Η άλλη πλευρά της διαμάχης πιστεύει ότι η ψυχοθεραπεία αποδεικνύεται αποτελεσματική λόγω διαδικασιών που είναι κοινές σε διαφορετικούς παράγοντες της ψυχοθεραπείας, όπως η ελπίδα των ασθενών ότι η ψυχοθεραπεία θα είναι αποτελεσματική.

Η μεγάλη διαμάχη γύρω απο την ψυχοθεραπεία αντιπαρέθεσε την αποτελεσματικότητα συγκεκριμένων ψυχοθεραπειών στις ευεργετικές επιδράσεις της συμμαχίας, η οποία λειτουργεί σε διαφορετικές ψυχοθεραπείες και, ως εκ τούτου, μπορεί να θεωρηθεί κοινός τους παράγοντας. Ωστόσο, αυτός ο τρόπος πλαισίωσης της διαμάχης είναι από μόνος του διαφιλονικούμενος (Norcross & Lambert, 2011). Πρώτον, οι θεραπευτικές μέθοδοι και η συμμαχία έχουν μεταξύ τους βαθιά συνέργεια. Όταν η συμμαχία λειτουργεί καλά, οι ασθενείς έχουν πιο ισχυρό κίνητρο να μείνουν πιστοί στη θεραπεία. Αντίστροφα, συγκεκριμένες θεραπείες θα επηρεάσουν αναπόφευκτα τη συμμαχία και, ως εκ τούτου, μπορούν να θεωρηθούν σχεσιακές ενέργειες. Ακόμα και όταν μια συγκεκριμένη θεραπεία αφενός και η συμμαχία αφετέρου έχουν διακριτές επιδράσεις, δεν υπάρχει κανένας εγγενής λόγος για τον οποίο οι επιδράσεις της μίας θα πρέπει να αποβούν σε βάρος των επιδράσεων της άλλης. Η αντιπαράθεση της συμμαχίας με συγκεκριμένες ψυχοθεραπείες είναι λοιπόν τεχνητή και παραπλανητική.

Δεύτερον, η μεγάλη διαμάχη γύρω απο την ψυχοθεραπεία δημιούργησε μια πόλωση στον χώρο, οδηγώντας σε ένα φαινόμενο παρόμοιο με τους πολέμους πολιτισμών (Norcross & Lambert, 2011). Τα αντίπαλα στρατόπεδα έχουν δημοσιεύσει ατελείωτες κριτικές πηγαίνοντας μπρος πίσω και καταλήγοντας εκατέρω-

θεν σε παγιωμένες θέσεις. Το πρόβλημα επιδεινώθηκε από την πολυπλοκότητα του να προσδιορίσει κανείς τι κάνει την ψυχοθεραπεία αποτελεσματική, κάτι που απαιτεί πολλαπλές εκτενείς μελέτες με σύνθετους ερευνητικούς σχεδιασμούς, μαζί με πειραματικές μελέτες και παραγωγή θεωρίας (Cuijpers, Reijnders, & Huibers, 2019· Kazdin, 2007). Αυτό σημαίνει ότι θα μπορούσαν να χρειαστούν ολόκληρες δεκαετίες ώσπου να καθοριστεί η σχετική σημασία της συμμαχίας και των συγκεκριμένων ψυχοθεραπειών (στον βαθμό στον οποίο κάτι τέτοιο μπορεί φυσικά να καθοριστεί).

Παρά τις δυσκολίες αυτές, οι προηγούμενες διαμάχες δεν αναιρούν την ευρύτερη συμφωνία στην οποία κατέληξαν οι κλινικοί ψυχολόγοι σχετικά με τη σημασία της συμμαχίας. Οπωσδήποτε, ορισμένοι κλινικοί ψυχολόγοι δίνουν μεγαλύτερη σημασία στη συμμαχία απ' ό,τι άλλοι. Ωστόσο, οι συγγραφείς αυτού του κεφαλαίου δεν έχουμε συναντήσει ποτέ κάποιον ψυχοθεραπευτή που να πιστεύει πως η συμμαχία είναι παντελώς άσχετη με το κλινικό έργο του, παρόλο που καθένας από εμάς βρίσκεται στον χώρο εδώ και δεκαετίες. Υπάρχει λοιπόν μια σχεδόν καθολική συναίνεση μεταξύ των κλινικών ψυχολόγων ότι μια καλή σχέση εργασίας μεταξύ ασθενή και ψυχοθεραπευτή είναι επιθυμητή και πρόσφορη για καλά αποτελέσματα στην ψυχοθεραπεία. Αυτή η συναίνεση παρέχει ένα γερό θεμέλιο για τη σύγχρονη έρευνα γύρω από τη συμμαχία.

Σύγχρονη έρευνα γύρω από τη συμμαχία

Δεν είναι πολύ απλό να κατανεμηθούν πειραματικά οι ασθενείς σε διαφορετικά επίπεδα συμμαχίας. Κατά συνέπεια, η έρευνα γύρω από τη συμμαχία τις περισσότερες φορές χρησιμοποιεί συσχετιστικούς σχεδιασμούς. Συνήθως, ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής (ή μερικές φορές ένας εξωτερικός παρατηρητής) αξιολογούν τη συμμαχία βάσει ενός τυποποιημένου ερωτηματολογίου. Για παράδειγμα, η ευρέως χρησιμοποιούμενη κλίμακα Working Alliance Scale αποτελείται από προτάσεις όπως «Ο ψυχοθεραπευτής μου κι εγώ καταλαβαίνουμε ο ένας τον άλλον» και «Συμφωνούμε για το τι είναι σημαντικό να επεξεργαστώ» (Horvath & Greenberg, 1989). Η έρευνα με ανάλυση παραγόντων δείχνει ότι ο πυρήνας του τρόπου με τον οποίο οι ασθενείς βλέπουν τη συμμαχία συνίσταται στην αίσθηση εμπιστοσύνης και δέσμευσης σε μια διαδικασία που φαίνεται ελπιδοφόρα και βοηθητική (Hatcher & Barends, 1996). Οι προτάσεις της κλίμακας που σχετίζονται με τους στόχους και τα έργα της ψυχοθεραπείας τείνουν να συσχετίζονται (Elvins & Green, 2008), υποδεικνύοντας έτσι ότι η διάκριση στόχου-έργου μπορεί να μην έχει τόσο μεγάλη σημασία σε ψυχολογικό επίπεδο.

Σε μια μετα-ανάλυση 190 ανεξάρτητων μελετών, ο Horvath και οι συνεργάτες του (2011) εντόπισαν μια θετική συσχέτιση ανάμεσα στη συμμαχία και στην έκβαση της ψυχοθεραπείας. Έτσι, ισχυρότερες συμμαχίες συνδέονται με καλύ-

τερη έκβαση της ψυχοθεραπείας. Η σύνδεση συμμαχίας-έκβασης έχει αποδειχθεί ισχυρή σε μελέτες διάφορων ειδών (τυχαίοποιημένες ελεγχόμενες δοκιμές ή άλλες), διαφορετικά είδη ψυχοθεραπείας (γνωστικές-συμπεριφορικές ψυχοθεραπείες ή άλλες), διαφορετικούς τρόπους μέτρησης της συμμαχίας και διαφορετικά είδη έκβασης (π.χ. υποχώρηση συγκεκριμένων συμπτωμάτων ή γενική αίσθηση ευημερίας). Η σύνδεση συμμαχίας-έκβασης καθίσταται έτσι ένα από τα πιο ισχυρά ευρήματα στη σύγχρονη κλινική ψυχολογία. Η ισχύς της σύνδεσης συμμαχίας-έκβασης είναι, στατιστικά μιλώντας, μέτρια. Υπολογίζεται γύρω στο 0,28, που σημαίνει ότι η συμμαχία εξηγεί κατά μέσο όρο το 7,5% της έκβασης της ψυχοθεραπείας. Ωστόσο, η στατιστική ισχύς μιας επίδρασης είναι δύσκολο να ερμηνευτεί και είναι σε γενικές γραμμές κατανοητό ότι στατιστικά μικρές επιδράσεις μπορούν κάλλιστα να εξακολουθούν να είναι σημαντικές από κλινική σκοπιά (Cuijpers, Turner, Koole, Van Dijke, & Smit, 2014).

Επειδή η σύνδεση συμμαχίας-έκβασης είναι συσχετιστικής φύσης, είναι ανοιχτή σε διάφορες ερμηνείες, πέραν αυτής που υποστηρίζει απλώς πως μια καλύτερη συμμαχία συντείνει σε μια καλή έκβαση της ψυχοθεραπείας. Μια προφανής εναλλακτική εξήγηση είναι ότι οι ασθενείς αναφέρουν μια καλύτερη συμμαχία, αφού πρώτα παρατηρήσουν ότι έχουν ωφεληθεί από την ψυχοθεραπεία. Ωστόσο, μελέτες που χρησιμοποιούν αυτοπαλινδρομική μοντελοποίηση διασταυρούμενων καθυστερήσεων και άλλες παρόμοιες αναλύσεις έχουν δείξει ότι η συμμαχία συνήθως προηγείται της ελάττωσης των συμπτωμάτων (Zilcha-Mano, 2017). Κατά συνέπεια, η σύνδεση συμμαχίας-έκβασης φαίνεται να είναι κάτι περισσότερο από μια παράπλευρη συνέπεια της θεραπευτικής επιτυχίας.

Μια δεύτερη εναλλακτική εξήγηση είναι ότι οι ασθενείς που είναι ευκολότερο να θεραπευτούν ενδέχεται να συνάψουν μια καλύτερη συμμαχία με τον ψυχοθεραπευτή. Για να εξετάσουν αυτή την ιδέα, πρόσφατες μελέτες έχουν αρχίσει να χρησιμοποιούν προηγμένες στατιστικές τεχνικές προκειμένου να διαχωρίσουν τις ιδιοσυγκρασιακού τύπου ατομικές διαφορές στον σχηματισμό της συμμαχίας από τις παραλλαγές της συμμαχίας που οφείλονται σε χαρακτηριστικά της κατάστασης και αφορούν ειδικά τη θεραπευτική σχέση (βλ. Zilcha-Mano, 2017). Η συνιστώσα των χαρακτηριστικών της κατάστασης σχετίζεται με τη θεραπευτική φύση της συμμαχίας ως δραστικού συστατικού στοιχείου που επαρκεί προκειμένου να φέρει αφ' εαυτού τη θεραπευτική αλλαγή. Η συνιστώσα των ιδιοσυγκρασιακών χαρακτηριστικών σχετίζεται με τη γενική ικανότητα του ασθενή να δημιουργεί ισχυρές και ικανοποιητικές σχέσεις. Η συνιστώσα που αφορά τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του ασθενή μπορεί να ενισχύσει τη χρήση άλλων πτυχών της ψυχοθεραπείας που ενδέχεται να επιφέρουν την αλλαγή, για παράδειγμα αποτελεσματικές τεχνικές. Είναι σημαντικό πως η έρευνα υποδεικνύει ότι οι αλλαγές σε επίπεδο κατάστασης που επηρεάζουν τη συμμαχία καθ' όλη τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας είναι σε θέση να προβλέψουν την έκβαση

της ψυχοθεραπείας ανεξάρτητα από τη γενική ιδιοσυγκρασιακή ικανότητα του ασθενή να σχηματίσει μια ισχυρή και ικανοποιητική συμμαχία. Συνεπώς, ο δεσμός συμμαχίας-έκβασης δεν προκύπτει απλώς επειδή οι «ευκολότεροι» ασθενείς σχηματίζουν ισχυρότερη συμμαχία.

Περίληψη και γενική εικόνα

Οι κλινικοί ψυχολόγοι έχουν επιτύχει σημαντική πρόοδο στη μελέτη της θεραπευτικής συμμαχίας. Κατ' αρχάς, οι ερευνητές έχουν συγκλίνει σε έναν υπερθεωρητικό ορισμό της συμμαχίας. Επιπλέον, τα στοιχεία υποστηρίζουν μια ισχυρή σχέση ανάμεσα στη συμμαχία και στην έκβαση της ψυχοθεραπείας, η οποία δεν μπορεί να αποδοθεί σε αντίστροφη αιτιότητα ή σε παραλλαγές των ιδιοσυγκρασιακών χαρακτηριστικών που σχετίζονται με την ικανότητα δημιουργίας ωφέλιμων σχέσεων. Ταυτόχρονα, η έρευνα γύρω από τη συμμαχία έχει τους περιορισμούς της: Πρώτον, έχει βασιστεί σε μεγάλο βαθμό σε υποκειμενικές αξιολογήσεις, αγνοώντας αντικειμενικές πτυχές της συμμαχίας. Δεύτερον, η έρευνα γύρω από τη συμμαχία έχει έρθει ελάχιστα σε επαφή με επιστημονικούς κλάδους εκτός της κλινικής ψυχολογίας. Τρίτον, η μέχρι τώρα έρευνα γύρω από τη συμμαχία στερείται ενός θεωρητικού πλαισίου που θα μπορούσε να εξηγήσει γιατί και πώς λειτουργεί η συμμαχία. Για να αντιμετωπίσουμε αυτούς τους περιορισμούς, στρεφόμαστε στην κοινωνική ψυχολογία.

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ: ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΟΣ

Οι κοινωνικοί ψυχολόγοι έχουν παρατηρήσει από καιρό την καθολική τάση των ανθρώπων να δένονται και να δημιουργούν σχέσεις μεταξύ τους (Baumeister & Leary, 1995· Bowlby, 1969· Butler, 2011) (βλ. επίσης Mikulincer & Shaver, σε αυτόν τον τόμο). Μια θεμελιώδης αρχή στη ρύθμιση των σχέσεων είναι ο διαπροσωπικός συγχρονισμός (Feldman, 2007· Koole & Tschacher, 2016· Semin & Cacioppo, 2008). Ο διαπροσωπικός συγχρονισμός μπορεί να οριστεί ως ο χρονικός συντονισμός των αμοιβαίων συμπεριφορικών, φυσιολογικών και νευρολογικών λειτουργιών των ανθρώπων. Καθημερινά παραδείγματα διαπροσωπικού συγχρονισμού αποτελούν περιπτώσεις στις οποίες οι άνθρωποι ξεκινούν αυθόρμητα να βαδίζουν με τον ίδιο ρυθμό (van Ulzen, Lamothe, Daffertshofer, Semin, & Beek, 2008), συμμετέχουν σε μια συζήτηση που ρέει με φυσικό τρόπο (Koudenburg, Postmes, & Gordijn, 2017) ή χορεύουν μαζί (Koch & Fischman, 2011).

Η ανάδυση του διαπροσωπικού συγχρονισμού είναι χαρακτηριστική των θετικών, αμοιβαία επωφελών κοινωνικών ανταλλαγών. Εν μέρει, αυτό συμβαίνει επειδή οι άνθρωποι συγχρονίζονται πιο εύκολα με άλλους με τους οποίους

επιδιώκουν να αναπτύξουν θετικές σχέσεις (Miles, Lumsden, Richardson, & Macrae, 2011). Ωστόσο, ο ίδιος ο διαπροσωπικός συγχρονισμός συμβάλλει επίσης στην απρόσκοπτη ροή της κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Τα κοινωνιοψυχολογικά πειράματα έχουν δείξει ότι, όταν οι άνθρωποι παρακινούνται να συγχρονιστούν, προάγονται η συνεργασία και η παροχή βοήθειας (Wiltermuth & Heath, 2009), ενώ αυξάνονται η συμπάθεια, η συμπόνια και η ουσιαστική επαφή μεταξύ τους (Hove & Risen, 2009· Vacharkulksemsuk & Fredrickson, 2012· Valdesolo & DeSteno, 2011), καθώς και η ευαισθησία απόκρισης στα άλλα εμπλεκόμενα μέρη της αλληλεπίδρασης (Valdesolo, Ouyang, & DeSteno, 2010). Ο διαπροσωπικός συγχρονισμός φαίνεται λοιπόν ότι αποτελεί θεμελιώδη μηχανισμό για την προώθηση του κοινωνικού συντονισμού.

Περαιτέρω απόδειξη της θεμελιώδους φύσης του διαπροσωπικού συγχρονισμού συνιστά το ότι αυτός έχει παρατηρηθεί σε πολλαπλές τροπικότητες της απόκρισης. Οι τέσσερις πιο σημαντικές τροπικότητες της απόκρισης στον διαπροσωπικό συγχρονισμό είναι: (α) η κίνηση, (β) οι φυσιολογικές αποκρίσεις, (γ) η γλώσσα και (δ) η απόκριση εγκεφάλου προς εγκέφαλο. Αυτές οι τροπικότητες της απόκρισης είναι κατά σημαντικό τρόπο αλληλένδετες μεταξύ τους (Koole & Tschacher, 2016· Shamay-Tsoory, Saporta, Marton-Alper, & Gvirts, 2019). Εντούτοις, έχουν κυρίως μελετηθεί ξεχωριστά στην επιστήμη της κίνησης/κοινωνική ψυχολογία, στην ψυχοφυσιολογία, στη γνωστική γλωσσολογία και στην κοινωνιογνωστική νευροεπιστήμη αντίστοιχα. Θα εξετάσουμε επομένως καθεμία από τις τροπικότητες της απόκρισης με τη σειρά.

Συγχρονισμός της κίνησης

Ο πρώτος και πιο εύκολα αναγνωρίσιμος τύπος διαπροσωπικού συγχρονισμού εμφανίζεται στις σωματικές κινήσεις των ανθρώπων. Έχει τεκμηριωθεί επαρκώς ότι, σε ελεγχόμενα εργαστηριακά περιβάλλοντα, οι άνθρωποι συγχρονίζουν γρήγορα και αποτελεσματικά τις κινήσεις τους, όπως όταν πρόκειται για έργα κρούσεων δαχτύλων (Repp & Su, 2013). Τα τελευταία χρόνια, νέες τεχνολογίες έχουν επιτρέψει τη μη επεμβατική καταγραφή της κίνησης κατά τη διάρκεια κοινωνικών αλληλεπιδράσεων ρεαλιστικού χαρακτήρα (Leclère et al., 2016). Χρησιμοποιώντας αυτές τις τεχνολογίες και εξοπλισμένοι με διαρκώς πιο εξελιγμένες στατιστικές τεχνικές (Moulder, Boker, Ramseyer, & Tschacher, 2018· Ramseyer & Tschacher, 2010), οι ερευνητές μπόρεσαν να δείξουν ότι οι άνθρωποι συγχρονίζουν αυθόρμητα τις κινήσεις τους σε ελεύθερες και μη δομημένες καταστάσεις, τόσο με ξένους όσο και με οικείους άλλους (Feldman, 2007· Richardson, Marsh, Isenhower, Goodman, & Schmidt, 2007· van Ulzen et al., 2008). Επιπλέον, ο συγχρονισμός της κίνησης συνδέεται με την αίσθηση αμοιβαίου συντονισμού σε ένα κοινό παρόν (Tschacher, Ramseyer, & Koole, 2018).

Τα πιο πρόσφατα ευρήματα έχουν συμπληρωθεί και επεκταθεί από πειραματικές μελέτες, οι οποίες έχουν δείξει ότι η συγχρονισμένη κίνηση ενισχύει τον κοινωνικό δεσμό και τη συνεργασία (Tarr, Launay, & Dunbar, 2016· Wiltermuth & Heath, 2009). Πειραματικές μελέτες κατάφεραν περαιτέρω να διακρίνουν τον συγχρονισμό από τον μιμητισμό (Chartrand & Lakin, 2013). Ο συγχρονισμός και ο μιμητισμός προϋποθέτουν και οι δύο μια αντιστοίχιση συμπεριφορών, διαφέρουν όμως ως προς το τι είναι αυτό που αντιστοιχίζεται. Στον μιμητισμό, οι άνθρωποι αντιστοιχίζουν την ταυτότητα των πράξεών τους. Αντίθετα, στον συγχρονισμό, οι άνθρωποι αντιστοιχίζουν τη χρονική ακολουθία των ενεργειών τους, ανεξάρτητα από το ποιες είναι οι εμπλεκόμενες ενέργειες. Για να διαπιστώσουν αν ο συγχρονισμός έχει επιδράσεις πέρα και πάνω από τον μιμητισμό, πολλοί πειραματικοί χειρισμοί έχουν μελετήσει αν οι συμμετέχοντες εμφανίζουν την ίδια συμπεριφορά εντός ή εκτός συγχρονισμού (Hove & Risen, 2009· Valdesolo et al., 2010· Wiltermuth & Heath, 2009). Τα αποτελέσματα έχουν δείξει με συνέπεια ότι οι συμμετέχοντες συνδέονται περισσότερο με κάποιον άλλον όταν κινούνται εντός (και όχι εκτός) συγχρονισμού. Αυτές και άλλες συναφείς μελέτες υποδεικνύουν ότι ο συγχρονισμός προάγει τις συνδετικές αποκρίσεις, ακόμη και όταν τα επίπεδα μιμητισμού διατηρούνται σταθερά.

Συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων

Ένας δεύτερος τύπος διαπροσωπικού συγχρονισμού εμφανίζεται στον τομέα των φυσιολογικών αποκρίσεων. Ήδη από τη μήτρα τα βρέφη υιοθετούν τους βιολογικούς ρυθμούς της μητέρας τους (Ivanov, Ma, & Bartsch, 2009· Van Leeuwen et al., 2009). Μετά τη γέννηση, ο συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων φροντιστή και παιδιού θέτει τα θεμέλια για την αυτόνομη ρύθμιση του συναισθήματος (Feldman, 2007). Επιπλέον, οι ενήλικες συγχρονίζονται σε επίπεδο φυσιολογίας στις στενές σχέσεις τους (Palumbo et al., 2017). Ο συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων μπορεί επιπλέον να λάβει χώρα ανάμεσα σε ξένους μεταξύ τους ανθρώπους, για παράδειγμα, όταν αυτοί παρατηρούν ή εκτελούν ένα συλλογικό τελετουργικό (Konvalinka et al., 2011). Η έρευνα για τον συγχρονισμό των φυσιολογικών αποκρίσεων έχει επικεντρωθεί έως τώρα στο αυτόνομο νευρικό σύστημα, το οποίο χωρίζεται στο συμπαθητικό σύστημα –το οποίο υποστηρίζει την ενεργοποίηση ή την απόκριση «μάχης ή φυγής»– και στο παρασυμπαθητικό σύστημα (PNS), το οποίο υποστηρίζει την αποκατάσταση ή την απόκριση «ξεκούρασης και πέψης».

Οι ερευνητές διέκριναν τρία κύρια πρότυπα διαπροσωπικής ρύθμισης των φυσιολογικών αποκρίσεων (Butler & Randall, 2013). Το πρώτο πρότυπο είναι η *συναισθηματική μετάδοση* και λαμβάνει χώρα όταν ένα μέρος της αλληλεπίδρασης υιοθετεί άμεσα τα επίπεδα διέγερσης ενός άλλου. Η συναισθηματική μετά-

δοση μπορεί να θεωρηθεί μια μορφή διαπροσωπικού συγχρονισμού. Παρ' όλα αυτά, η συναισθηματική μετάδοση μπορεί να οδηγήσει σε υπερβολική διέγερση όταν κάποιο μέρος της αλληλεπίδρασης υφίσταται μεγάλη πίεση. Πιθανότατα γι' αυτόν τον λόγο η συνδιακύμανση της κορτιζόλης, μιας σημαντικής ορμόνης του στρες, μεταξύ των εμπλεκόμενων μερών σε μια αλληλεπίδραση, έχει βρεθεί ότι σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση από τη σχέση (Timmons, Margolin, & Saxbe, 2015). Το δεύτερο πρότυπο είναι η ανάσχεση του στρες και προκύπτει όταν ένα μέρος της αλληλεπίδρασης μειώνει το επίπεδο διέγερσης του άλλου μέρους. Παρόλο που η ανάσχεση του στρες έχει πιθανότατα προσαρμοστική λειτουργία (Coan & Sbarra, 2015), δεν είναι μια αμοιβαία διαδικασία και, ως εκ τούτου, δεν χαρακτηρίζεται ως μια μορφή συγχρονισμού. Το τρίτο και τελευταίο πρότυπο είναι η συρρύθμιση και λαμβάνει χώρα όταν τα μέρη της αλληλεπίδρασης συγχρονίζουν τις συναισθηματικές αντιδράσεις τους μέσα σε ένα σταθερό εύρος. Η συρρύθμιση θεωρητικά αντιπροσωπεύει μια ευεργετική μορφή διαπροσωπικής ρύθμισης που συμβάλλει στη φυσιολογική προσαρμοστικότητα του ατόμου σε μεταβαλλόμενες συνθήκες. Σε συνέπεια με τον παραπάνω ορισμό, οι στατιστικοί δείκτες της συρρύθμισης συνδέονται θετικά με την ικανοποίηση από τη σχέση (Helm, Sbarra, & Ferrer, 2014).

Γλωσσικός συγχρονισμός

Ένας τρίτος τύπος διαπροσωπικού συγχρονισμού εμφανίζεται στη γλώσσα. Μέρος των ρυθμιστικών επιδράσεων της γλώσσας λαμβάνουν χώρα μέσω των τροπικοτήτων του διαπροσωπικού συγχρονισμού που εκφράζονται μέσω της συμπεριφοράς και της φυσιολογίας: οι συνομιλητές συντονίζουν την ταλάντευση της στάσης του σώματός τους και συνταιριάζουν το βλέμμα τους, ακόμη κι όταν δεν έχουν οπτική επαφή (Shockley, Richardson, & Dale, 2009). Επιπλέον, η συζήτηση συγχρονίζει τους ρυθμούς αναπνοής (McFarland, 2001), οι οποίοι με τη σειρά τους ρυθμίζουν την καρδιαγγειακή απόκριση (Lehrer & Gevitz, 2014).

Οι γνωστικοί γλωσσολόγοι έχουν τεκμηριώσει επιπλέον πώς οι γλωσσικές αναπαραστάσεις των συνομιλητών ευθυγραμμίζονται ως αποτέλεσμα αυτόματων, κατά κύριο λόγο, διαδικασιών (Pickering & Garrod, 2004). Μια τέτοια γλωσσική ευθυγράμμιση περιλαμβάνει ένα μείγμα μιμητισμού (δηλαδή, αντιστοίχισης της ταυτότητας των γλωσσικών εκφωνημάτων του άλλου) και συγχρονισμού (δηλαδή, αντιστοίχισης της χρονικής ακολουθίας αυτών των εκφωνημάτων). Συχνά είναι δύσκολο να διακρίνουμε ανάμεσα στον γλωσσικό μιμητισμό και στον γλωσσικό συγχρονισμό. Ωστόσο, φαίνεται δίκαιο να αναγνωρίσουμε ότι ο συγχρονισμός αποτελεί βασική πτυχή της γλωσσικής ευθυγράμμισης. Συγκεκριμένα, η γλωσσική ευθυγράμμιση είναι μια σύνθετη διαδικασία, καθώς λαμβάνει χώρα ταυτόχρονα σε πολλαπλά επίπεδα, με αποτέλεσμα οι συνομιλητές να ευθυγραμμίζονται ως

προς τον επιτονισμό, τους φθόγγους, την προφορά, τη χρήση λέξεων και τη γραμματική. Αυτά τα επίπεδα φαίνονται να αλληλοενισχύονται, με αποτέλεσμα η γλωσσική ευθυγράμμιση σε ένα επίπεδο να διευκολύνει την ευθυγράμμιση σε άλλα επίπεδα (Pickering & Garrod, 2004). Για παράδειγμα, οι συνομιλητές που χρησιμοποιούν τις ίδιες γραμματικές δομές έχουν περισσότερες πιθανότητες να καταλήξουν σε μια κοινή κατανόηση της κατάστασης. Αντίστροφα, οι συνομιλητές που έχουν καταλήξει σε μια αμοιβαία κατανόηση έχουν επίσης περισσότερες πιθανότητες να χρησιμοποιήσουν τις ίδιες γραμματικές δομές.

Συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο

Τέλος, ένας τέταρτος τύπος διαπροσωπικού συγχρονισμού εμφανίζεται μεταξύ των εγκεφάλων των ανθρώπων που αλληλεπιδρούν. Η έννοια του συγχρονισμού εγκεφάλου προς εγκέφαλο μπορεί εκ πρώτης όψεως να φαντάζει εσωτεριστική, δεδομένου ότι η σύγχρονη νευροεπιστήμη έχει παραδοσιακά επικεντρωθεί στον ατομικό εγκέφαλο. Εντούτοις, ο συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο δεν απαιτεί εξωαισθητηριακές ικανότητες, εφόσον βασίζεται στην ικανότητα του εγκεφάλου να συνδέεται με σήματα από τον φυσικό κόσμο (Hasson, Ghazanfar, Galantucci, Garrod, & Keysers, 2012· Konvalinka & Roepstorff, 2012) Nummenmaa, Lahnakoski, & Glerean, 2018). Στον συγχρονισμό εγκεφάλου προς εγκέφαλο, το σήμα παράγεται από το εν ζωή σώμα και εγκέφαλο ενός άλλου προσώπου (ή προσώπων) και όχι τόσο από άψυχα αντικείμενα.

Περισσότερο απ' ό,τι η έρευνα για άλλες τροπικότητες του συγχρονισμού, η έρευνα για τον συγχρονισμό εγκεφάλου προς εγκέφαλο έχει εξαρτηθεί από τις πρόσφατες τεχνολογικές καινοτομίες. Στις λεγόμενες μελέτες υπερσάρωσης (hyperscanning), οι συμβατικές τεχνικές νευροαπεικόνισης του ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος (HEΓ) και της λειτουργικής απεικόνισης μαγνητικού συντονισμού (fMRI) έχουν προσαρμοστεί ώστε να καταγράφουν ταυτόχρονα την εγκεφαλική δραστηριότητα των προσώπων που μετέχουν σε μια αλληλεπίδραση (Babiloni & Astolfi, 2014· Dikker et al., 2017· Mu, Cerritos, & Khan, 2018). Και οι δύο τεχνικές εξακολουθούν να παρουσιάζουν μειονεκτήματα. Για παράδειγμα, η fMRI απαιτεί από τους ανθρώπους να μείνουν ξαπλωμένοι ανάσκελα με το κεφάλι ακίνητο μέσα σε έναν στενό, πολύ θορυβώδη μαγνήτη. Ο εξοπλισμός του HEΓ μπορεί να μετακινηθεί, αλλά η κίνηση και η ομιλία προκαλούν παράσιτα στα σήματα του HEΓ. Τα προβλήματα αυτά μπορούν να επιλυθούν χάρη σε νέες τεχνολογικές εξελίξεις. Για παράδειγμα η λειτουργική φασματοσκοπία εγγύς υπέρυθρης ακτινοβολίας (fNIRS), η οποία επιτρέπει τη νευροαπεικόνιση ενόσω οι άνθρωποι βρίσκονται καθισμένοι χωρίς ακινητοποίηση του κεφαλιού ή του σώματος, παρότι η fNIRS μπορεί προς το παρόν να μετρήσει τη φλοιική δραστηριότητα μόλις σε βάθος 4 εκατοστών στον εγκέφαλο (Ferrari & Quaresima, 2012).

Μέχρι σήμερα, μελέτες υπερσάρωσης έχουν καταφέρει να δείξουν ότι η κοινή δράση οδηγεί σε συγχρονισμό εγκεφάλου προς εγκέφαλο, για παράδειγμα, ανάμεσα σε κιθαρίστες που παίζουν μαζί (Müller, Sängler, & Lindenberger, 2018) και σε φοιτητές που παρακολουθούν την ίδια διάλεξη (Dikker et al., 2017). Ο συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο εμφανίζεται επιπλέον σε συναισθηματικά φορτισμένες σχέσεις, όπως στις δυάδες γονιού-παιδιού (Reindl, Gerloff, Scharke, & Konrad, 2018) και μεταξύ ερωτικών συντρόφων (Kinreich, Djalovski, Kraus, Louzoun, & Feldman, 2017). Ένας μηχανισμός που προωθεί τον συγχρονισμό εγκεφάλου προς εγκέφαλο φαίνεται να είναι η κοινή χρήση προοπτικών, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για συναισθηματικά γεγονότα. Αυτό αποδείχθηκε σε μια σειρά από μελέτες «ψευδο-υπερσάρωσης», στις οποίες καταγράφεται ο συγχρονισμός των εγκεφάλων των συμμετεχόντων ενώ παρακολουθούν ή ακούνε ένα προμαγνητοσκοπημένο βίντεο ή ένα προηχογραφημένο ηχητικό αρχείο. Σε μία από αυτές τις μελέτες, οι συμμετέχοντες που παρακολουθούσαν παρόμοια συναισθηματικά συμβάντα σε μια ταινία έδειξαν συγχρονισμένη εγκεφαλική δραστηριότητα σε αισθητηριακές περιοχές κατώτερης και ανώτερης τάξης και στα κυκλώματα του συναισθήματος στον μεταιχμιακό φλοιό (Nummenmaa et al., 2012). Ανάλογες επιδράσεις έχουν βρεθεί για τη συναισθηματική ομιλία (Nummenmaa et al., 2014). Αυτού του είδους ο συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο φτάνει στον μέγιστο βαθμό όταν οι συμμετέχοντες οδηγούνται στην υιοθέτηση μιας παρόμοιας ψυχολογικής οπτικής στα πράγματα (Lahnakoski et al., 2014). Ο συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο αντανακλά έτσι κοινά συναισθήματα και μια κοινή κατανόηση της κατάστασης.

Περίληψη και γενική εικόνα

Ολοένα και περισσότερες έρευνες τεκμηριώνουν τον διαπροσωπικό συγχρονισμό στις κινήσεις, στη φυσιολογία, στη γλώσσα και στις νευρωνικές ενεργοποιήσεις. Το ερευνητικό αυτό έργο συγκλίνει στην ιδέα ότι ο συγχρονισμός είναι ένας θεμελιώδης μηχανισμός κοινωνικού συντονισμού. Ταυτόχρονα, η έρευνα γύρω από τον συγχρονισμό έχει υπάρξει έως τώρα κάπως κατακερματισμένη, δεδομένου ότι έχει διεξαχθεί σε ποικίλους διαφορετικούς επιστημονικούς κλάδους, συμπεριλαμβανομένων της επιστήμης της κίνησης/κοινωνικής ψυχολογίας, της ψυχοφυσιολογίας, της γνωστικής γλωσσολογίας και των κοινωνιογνωστικών νευροεπιστημών. Η έρευνα σε αυτούς τους κλάδους έχει μέχρι στιγμής προχωρήσει σε μεγάλο βαθμό παράλληλα, με πολύ λίγες ανταλλαγές μεταξύ των παραδοσιακών ορίων των διάφορων επιστημονικών κλάδων. Η εξέλιξη αυτή είναι ατυχής, δεδομένου ότι θεωρητικά είναι εύλογο να υπάρχει διάλογος μεταξύ των διάφορων τύπων διαπροσωπικού συγχρονισμού. Επιπλέον, σε εφαρμοσμένους τομείς, οι διαφορετικοί τύποι διαπροσωπικού συγχρονισμού δεν είναι δυνατόν να διαχωρι-

στούν με σαφήνεια, καθώς στις καταστάσεις της πραγματικής ζωής πρέπει πάντα να συνεργάζονται. Συνεπώς, στην επόμενη ενότητα, εξετάζουμε την ενοποίηση των διαφορετικών τύπων διαπροσωπικού συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία.

ΤΡΙΤΟ ΜΕΡΟΣ: ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ IN-SYNC

Για την ενοποίηση των διαφορετικών τύπων συγχρονισμού, προτείναμε το μοντέλο ψυχοθεραπείας Διαπροσωπικού Συγχρονισμού (Interpersonal Synchrony: IN-SYNC) (Kooze & Tschacher, 2016). Το μοντέλο IN-SYNC είναι ένα θεωρητικό πλαίσιο που συνδυάζει διαδικασίες που παραδοσιακά έχουν μελετηθεί στην επιστήμη της κίνησης, στην κοινωνική ψυχολογία, στην ψυχοφυσιολογία, στην κοινωνιογνωστική νευροεπιστήμη και στη γνωστική γλωσσολογία. Επιπλέον, το μοντέλο IN-SYNC αντλεί ιδέες από την επιστήμη της ανάπτυξης, την επιστήμη των σχέσεων και την επιστήμη των συναισθημάτων. Το μοντέλο IN-SYNC αναπτύχθηκε ως ένα έναυσμα για την ενοποίηση των διαφορετικών βιβλιογραφιών σχετικά με τον διαπροσωπικό συγχρονισμό. Επιπλέον, το μοντέλο IN-SYNC επιδιώκει να προωθήσει κλινικές εφαρμογές που αξιοποιούν τις ευεργετικές επιδράσεις της σχέσης ασθενή-ψυχοθεραπευτή.

Μια οπτική επισκόπηση του μοντέλου IN-SYNC παρέχεται στο Σχήμα 9.1. Εν συντομία, το μοντέλο υποστηρίζει ότι: (1) ο στιγμή προς στιγμή συγχρονισμός της κίνησης και των φυσιολογικών αποκρίσεων θέτει τη βάση για (2) μια καλή σχέση εργασίας μεταξύ ασθενή και ψυχοθεραπευτή, η οποία, στην πορεία των συνεδριών, (3) ενισχύει τις δεξιότητες ρύθμισης του συναισθήματος του ασθενή. Το μοντέλο IN-SYNC διακρίνει έτσι τις διαδικασίες ψυχοθεραπείας σε τρεις διαφορετικές χρονικές κλίμακες. Για λόγους απλότητας, η συζήτησή μας εδώ καλύπτει μόνο την αιτιώδη ροή από τα ταχύτερα (στοιχειώδη) στα βραδύτερα (πιο σύνθετα) επίπεδα. Στην πραγματικότητα, ωστόσο, τα υψηλότερα επίπεδα μπορούν επίσης να ρυθμίζουν τα χαμηλότερα επίπεδα. Αυτοί οι βρόχοι διπλής κατεύθυνσης αναπαρίστανται ως βέλη διπλής όψης στο Σχήμα 9.1.

Επίπεδο 1: Φασικές διαδικασίες

Στο Επίπεδο 1, οι διαδικασίες συγχρονισμού λειτουργούν σε μια φασική χρονική κλίμακα, η οποία κυμαίνεται από εκατοντάδες χιλιοστά του δευτερολέπτου έως περίπου ένα λεπτό. Οι αυτόματες αντιληπτικές-κινητικές διαδικασίες σε αυτό το επίπεδο (Hommel, Müssele, Aschersleben, & Prinz, 2001) δημιουργούν τον συγχρονισμό της κίνησης. Οι περισσότερες διαδικασίες σε αυτό το επίπεδο δεν βιώνονται συνειδητά. Εντούτοις, ο συγχρονισμός της κίνησης συνδέεται με μια υπογλωσσική μορφή του συγχρονισμού εγκεφάλου προς εγκεφάλο (Shamay-

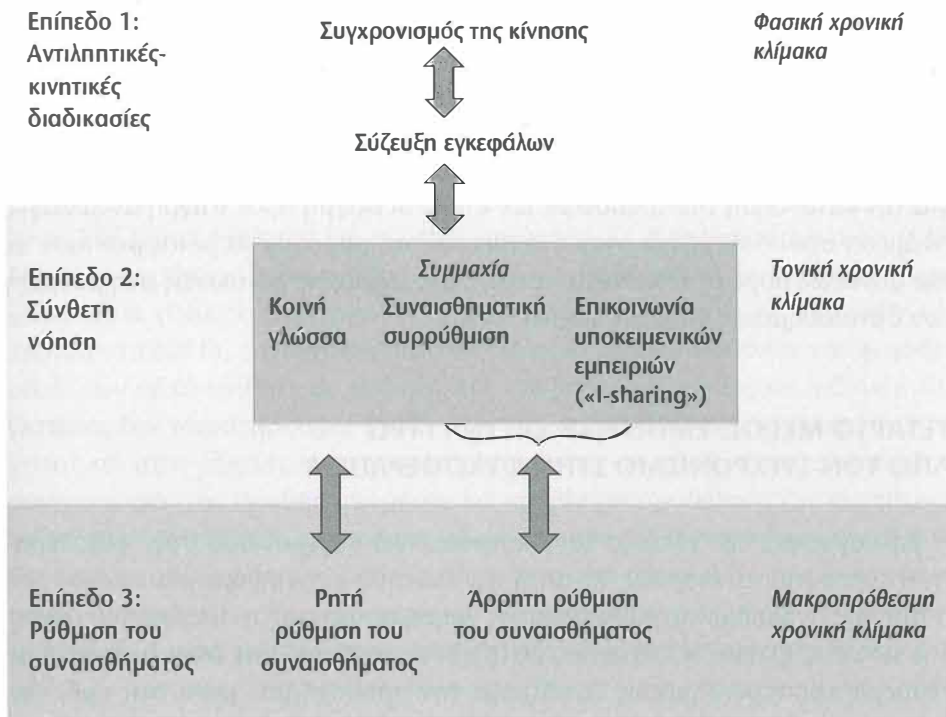
Tsoory et al., 2019). Αυτό ο τελευταίος συγχρονισμός μπορεί εν μέρει να βιωθεί υποκειμενικά ως συμμερισμός της παρούσας στιγμής (Tschacher et al., 2018) ή ως μια κατάσταση αμοιβαίου συντονισμού (Geller & Porges, 2014). Παρότι έχουμε στη διάθεσή μας πολύ λίγα στοιχεία για τις φυσιολογικές επιδράσεις του συγχρονισμού της κίνησης, έχει ήδη τεκμηριωθεί ότι ο συγχρονισμός της κίνησης μπορεί να ενισχύσει τη συναισθηματική ασφάλεια (Tschacher, Rees, & Ramseyer, 2014) και μπορεί ακόμη να αυξήσει τους ουδούς του πόνου (Tarr et al., 2016). Σύμφωνα με το μοντέλο IN-SYNC, οι τελευταίες επιδράσεις δείχνουν ότι ο συγχρονισμός της κίνησης μπορεί να προκαλέσει αμοιβαία ενεργοποίηση του παρασυμπαθητικού συστήματος (του συστήματος «ξεκούρασης και πέψης»), η οποία αντιπροσωπεύει μια σημαντική μορφή συγχρονισμού των φυσιολογικών αποκρίσεων στο Επίπεδο 1.

Επίπεδο 2: Τονικές διαδικασίες

Ο συγχρονισμός στο Επίπεδο 1 θέτει τη βάση για τον πιο σύνθετο διαπροσωπικό συντονισμό στο Επίπεδο 2, ο οποίος λειτουργεί σε τονική χρονική κλίμακα, από αρκετά λεπτά έως μία ή περισσότερες ώρες. Οι τονικές διαδικασίες είναι πιο προσιτές στη συνειδητή επίγνωση, επομένως μπορούν να αποτυπωθούν (εν μέρει τουλάχιστον) σε κλίμακες αυτοαναφοράς που αξιολογούν την ποιότητα της σχέσης ασθενή-ψυχοθεραπευτή (Horvath et al., 2011). Το μοντέλο IN-SYNC διακρίνει ανάμεσα σε τρεις διαδικασίες που συγκροτούν τη συμμαχία. Η πρώτη διαδικασία είναι η γλωσσική ευθυγράμμιση (Pickering & Garrod, 2004), η οποία δημιουργεί μια κοινή γλώσσα που διευκολύνει τις πτυχές της συμμαχίας που είναι συναφείς με το έργο και τους στόχους της (Bordin, 1979). Η δεύτερη διαδικασία συνίσταται στην αίσθηση του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή ότι μοιράζονται υποκειμενικές εμπειρίες («I-sharing») (Pinel, Bernecker, & Rampry, 2015), αίσθηση η οποία προωθεί τον κοινωνικό δεσμό και τις προσωπικές πτυχές της συμμαχίας (Bordin, 1979). Η τρίτη και τελευταία διαδικασία είναι η συρρύθμιση (Butler & Randall, 2013) ή η αμοιβαία ρύθμιση των συναισθηματικών αποκρίσεων εντός ενός σταθερού εύρους. Οι αποτελεσματικοί ψυχοθεραπευτές θα φροντίσουν να διατηρήσουν μια αμοιβαία φυσιολογική διέγερση κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας εντός ομοιοστατικών ορίων.

Επίπεδο 3: Χρόνιες διαδικασίες

Τέλος, στο Επίπεδο 3, οι επιδράσεις πολλαπλών ψυχοθεραπευτικών συνεδριών συσσωρεύονται σε μια μακροπρόθεσμη χρονική κλίμακα, σε ημέρες, εβδομάδες, μήνες, ακόμη και χρόνια. Στον βαθμό στον οποίο η σχέση εργασίας ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή έχει υπάρξει επιτυχής, ο ασθενής θα πρέ-



ΣΧΗΜΑ 9.1 Το μοντέλο ψυχοθεραπείας IN-SYNC

πει να επιδείξει αισθητές βελτιώσεις. Το μοντέλο IN-SYNC υποθέτει ότι αυτές οι βελτιώσεις αφορούν ιδιαίτερα την ικανότητα του ασθενή για ρύθμιση του συναισθήματος. Αυτό συμβαίνει διότι η διαπροσωπική δυναμική της ψυχοθεραπείας εξελίσσεται παράλληλα με τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι αποκτούν δεξιότητες ρύθμισης του συναισθήματος στην καθημερινή ζωή μέσω αλληλεπιδράσεων με φροντιστές (Feldman, 2007) και αγαπημένα πρόσωπα (Butler & Randall, 2013). Οι βελτιώσεις στη ρύθμιση του συναισθήματος του ασθενή μπορεί να αφορούν συνειδητές ή ρητές μορφές ρύθμισης του συναισθήματος, οι οποίες βρίσκονται παραδοσιακά στο επίκεντρο της έρευνας γύρω από την ψυχοθεραπεία (Gratz, Weiss, & Tull, 2015). Ωστόσο, οι βελτιώσεις των ασθενών δεν αποκλείεται επίσης να επεκταθούν σε πιο άρρητες μορφές ρύθμισης του συναισθήματος (Kooze, Webb, & Sheeran, 2015; Remmers et al., 2018).

Περίληψη και γενική εικόνα

Το μοντέλο IN-SYNC εξετάζει τον ρόλο του διαπροσωπικού συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία. Σύμφωνα με το μοντέλο, ο διαπροσωπικός συγχρονισμός στις κι-

νήσεις, τη φυσιολογία, τη γλώσσα και τις νευρωνικές ενεργοποιήσεις (στη φασική χρονική κλίμακα) γίνεται το θεμέλιο της σχέσης εργασίας του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή στην ψυχοθεραπεία (στην τονική χρονική κλίμακα). Η εξέλιξη αυτή προάγει, με τη σειρά της, θεραπευτικά οφέλη (στη μακροπρόθεσμη χρονική κλίμακα), ειδικά όσον αφορά τις δεξιότητες ρύθμισης του συναισθήματος του ασθενή. Το μοντέλο IN-SYNC παρέχει επομένως ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι στιγμιαίες ανταλλαγές ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή μπορούν να μεταφραστούν σε πιο σύνθετες μορφές κοινωνικής νόησης και, τελικά, σε βελτιώσεις στη ρύθμιση του συναισθήματος και στην ψυχική υγεία.

ΤΕΤΑΡΤΟ ΜΕΡΟΣ: ΕΜΠΕΙΡΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΟ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η βιβλιογραφία που εξετάζει τον διαπροσωπικό συγχρονισμό στην ψυχοθεραπεία εμπλουτίζεται διαρκώς. Σε αυτή την ενότητα, επιχειρούμε μια επισκόπηση αυτής της αναδυόμενης βιβλιογραφίας χρησιμοποιώντας το πλαίσιο του μοντέλου IN-SYNC (Koole & Tschacher, 2016). Η επισκόπησης μας είναι επιλεκτική με τέσσερις τρόπους. Πρώτον, εστιάζουμε την προσοχή μας μόνο στις εμβριθέστερα μελετημένες σχέσεις στο μοντέλο IN-SYNC. Δεύτερον, η συζήτησή μας καλύπτει μόνο τις κύριες μελέτες από όσες συμπεριλήφθηκαν στην προηγούμενη επισκόπησης μας του 2016. Τρίτον, δίνουμε προτεραιότητα σε έρευνες που έχουν δημοσιευτεί από το 2016 κι έπειτα, το έτος της πρώτης δημοσίευσής μας για το μοντέλο IN-SYNC. Τέταρτον, για κάθε σημείο που σχολιάζουμε, επισημαίνουμε βασικά ερωτήματα που απαιτούν μελλοντική έρευνα για να απαντηθούν.

Επίπεδο 1: Συγχρονισμός της κίνησης

Η πρώτη ολοκληρωμένη μελέτη του συγχρονισμού της κίνησης στην ψυχοθεραπεία πραγματοποιήθηκε από τους Ramseyer και Tschacher (2011). Οι ερευνητές αυτοί επέλεξαν 104 συνεδρίες από ένα αρχείο βιντεοσκοπημένων ψυχοθεραπειών σε μια εξωτερική κλινική ψυχοθεραπείας στην Ελβετία. Οι ασθενείς υπέφεραν από ένα ευρύ φάσμα προβλημάτων, μεταξύ των οποίων και από αγχώδεις και συναισθηματικές διαταραχές. Αυτοματοποιημένες αναλύσεις βίντεο έδειξαν ότι ο συγχρονισμός της κίνησης ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή ήταν σημαντικά υψηλότερος απ' ό,τι θα περιμέναμε σε τυχαίες συνθήκες. Επιπλέον, ο συγχρονισμός της κίνησης, ο οποίος αξιολογήθηκε στην αρχή της ψυχοθεραπείας, ήταν σε θέση να προβλέψει την ποιότητα της συμμαχίας όπως αυτή αξιολογούνταν από τους ασθενείς στο τέλος κάθε συνεδρίας. Τέλος, ο συγχρο-

νισμός της κίνησης ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή συνιστούσε έναν διαχρονικό προγνωστικό παράγοντα μείωσης των συμπτωμάτων στο τέλος της ψυχοθεραπείας. Τα ευρήματα αυτά παρέχουν κάποια από τα ισχυρότερα έως σήμερα στοιχεία για τη συμβολή του συγχρονισμού της κίνησης στη συμμαχία και στην έκβαση της ψυχοθεραπείας.

Σε μια εννοιολογική αναπαραγωγή της έρευνας των Ramseyer και Tschacher (2011), ο Paulick και οι συνεργάτες του διεξήγαγαν μια αυτοματοποιημένη ανάλυση 136 βιντεοσκοπημένων συνεδριών μεταξύ 27 ψυχοθεραπευτών και 143 Γερμανών ασθενών που λάμβαναν συνδυασμένη γνωστική-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία (Paulick, Deisenhofer, et al., 2018). Όπως και στους Ramseyer και Tschacher (2011), ο συγχρονισμός της κίνησης μεταξύ ασθενών και ψυχοθεραπευτών αξιολογήθηκε σε επίπεδα που υπερέβαιναν την τυχαία πιθανότητα. Ωστόσο, δεν παρατηρήθηκε καμία σχέση ανάμεσα στον συγχρονισμό της κίνησης και στην αξιολογούμενη από τους ασθενείς συμμαχία. Παρ' όλα αυτά, ο συγχρονισμός της κίνησης μπορούσε να προβλέψει την έκβαση της ψυχοθεραπείας, όταν εξεταζόταν σε συνδυασμό με τα ποσοστά εγκατάλειψης της ψυχοθεραπείας: ο χαμηλότερος βαθμός συγχρονισμού της κίνησης παρατηρήθηκε μεταξύ ασθενών που δεν παρουσίασαν βελτίωση και εγκατέλειψαν την ψυχοθεραπεία. Ένα μέσο επίπεδο συγχρονισμού της κίνησης εντοπίστηκε μεταξύ των ασθενών που είχαν παρουσιάσει βελτίωση. Τέλος, ο υψηλότερος συγχρονισμός της κίνησης εντοπίστηκε μεταξύ μη βελτιωμένων ασθενών που διέκοψαν την ψυχοθεραπεία συναινετικά. Το τελευταίο εύρημα θα μπορούσε να μας ειδοποιεί πως ελλοχεύει ο κίνδυνος ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής να το «παρακάνουν» όσον αφορά τον συγχρονισμό των κινήσεών τους, αν και απαιτείται περαιτέρω έρευνα για να επιβεβαιωθεί αυτή η ιδέα.

Σε πιο γενικές γραμμές, η μελέτη του Paulick και των συνεργατών του υποστηρίζει ότι ο συγχρονισμός της κίνησης στις πρώτες συνεδρίες μπορεί να προβλέψει τον πρόωρο τερματισμό της ψυχοθεραπείας. Η επίδραση αυτή επιβεβαιώθηκε στη συνέχεια σε μια μελέτη με 267 Γερμανούς ασθενείς που βρίσκονταν σε γνωστική-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία ή ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία για διαταραχή κοινωνικού άγχους (Schoenherr et al., 2019). Αυτά τα ευρήματα υποδηλώνουν ότι ο συγχρονισμός της κίνησης μπορεί να παίξει σημαντικό ρόλο στην παρακίνηση των ασθενών να συνεχίσουν την ψυχοθεραπεία. Σύμφωνα με το μοντέλο IN-SYNC (Kooole & Tschacher, 2016), η τελευταία επίδραση μπορεί να οφείλεται στη βελτιωμένη συμμαχία που είναι πιθανό να ενισχύεται από τον συγχρονισμό της κίνησης.

Μια άλλη μελέτη (Paulick, Rubel, et al., 2018) εξέτασε τον συγχρονισμό της κίνησης σε 173 συνεδρίες γνωστικής-συμπεριφορικής ψυχοθεραπείας μεταξύ 23 εκπαιδευόμενων ψυχοθεραπευτών και ασθενών που είχαν διαγνωστεί είτε με καταθλιπτικές διαταραχές ($N = 68$) είτε με αγχώδεις διαταραχές ($N = 25$). Και

πάλι, ο συγχρονισμός της κίνησης αναδύθηκε μέσα στις συνεδρίες ψυχοθεραπείας σε επίπεδα που υπερέβαιναν σημαντικά την τυχαία πιθανότητα. Ωστόσο, οι συσχετίσεις ανάμεσα στον συγχρονισμό της κίνησης και στα αποτελέσματα της ψυχοθεραπείας δεν ήταν οι αναμενόμενες. Η συσχέτιση ήταν στατιστικά μη σημαντική (αν και στην προβλεφθείσα κατεύθυνση) για τους ασθενείς με αγχώδεις διαταραχές, γεγονός που θα μπορούσε να οφείλεται στο μικρό μέγεθος του δείγματος των 25 ασθενών. Για τους ασθενείς με καταθλιπτικές διαταραχές, η συσχέτιση ήταν στατιστικά σημαντική, αλλά προς την αντίθετη κατεύθυνση από αυτήν που αναμενόταν: ασθενέστερος συγχρονισμός της κίνησης στην αρχή της ψυχοθεραπείας συνδεόταν με μεγαλύτερη μείωση των συμπτωμάτων.

Τα ευρήματα των Paulick, Rubel και των συνεργατών τους (2018) παραμένουν κάπως δυσερμήνευτα. Μια πιθανότητα είναι ότι τα ευρήματα προέκυψαν από μια στατιστική σύγχυση. Στη μελέτη των Paulick, Rubel και των συνεργατών τους (2018), οι αξιολογήσεις του συγχρονισμού της κίνησης από τη στιγμή που ο ασθενής άρχιζε την ψυχοθεραπεία χρησιμοποιήθηκαν για να εκτιμηθεί η συσχέτισή του με την έκβαση της ψυχοθεραπείας. Αυτή η ανάλυση συγχέει τις διαφορές μεταξύ ασθενών, οι οποίες βασίζονται σε χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους, και τις δυναμικές εντός ασθενών, οι οποίες αποτελούν αντανάκλαση της συμμαχίας που αφορά ειδικά τη συγκεκριμένη σχέση (Zilcha-Mano, 2017). Πρέπει να σημειωθεί ότι αυτή η σύγχυση ισχύει και για τους Ramseyer και Tschacher (2011). Απ' όσο γνωρίζουμε, έχει πραγματοποιηθεί μόνο μία μελέτη για τις εντός ασθενών διακυμάνσεις του συγχρονισμού της κίνησης: μια μελέτη μεμονωμένων περιπτώσεων (Ramseyer & Tschacher, 2016) παρατήρησε ότι ο συγχρονισμός ασθενή-ψυχοθεραπευτή ως προς τις κινήσεις των χεριών (που μετρήθηκε με επιταχυνσιόμετρο) κατά τη διάρκεια 27 συνεδριών ψυχοθεραπείας ήταν στατιστικά σημαντικά μεγαλύτερος και θετικά συνδεδεμένος με τη θεραπευτική πρόοδο μετά τις συνεδρίες. Αυτή είναι μια πρώτη ένδειξη ότι οι εντός ασθενών δυναμικές αποτελούν ίσως την κινητήρια δύναμη που οδηγεί στα θεραπευτικά οφέλη του συγχρονισμού της κίνησης. Ωστόσο, θα χρειαστούν μεγαλύτερα δείγματα για να διαχωριστούν στατιστικά οι συνιστώσες των μεταξύ και των εντός ασθενών διακυμάνσεων και οι συσχετίσεις τους με τη συμμαχία και τα κλινικά αποτελέσματα.

Μια άλλη πιθανότητα είναι ο συγχρονισμός της κίνησης να μην είναι πάντα ωφέλιμος για την ψυχοθεραπεία. Όταν οι ασθενείς βρίσκονται σε αρνητική συναισθηματική κατάσταση (όπως οι καταθλιπτικοί ασθενείς στη μελέτη των Paulick, Rubel και των συνεργατών τους, 2018), δεν αποκλείεται ο συγχρονισμός της κίνησης με τον ψυχοθεραπευτή να εξυπηρετεί εντέλει τη διατήρηση αυτού του αρνητικού συναισθήματος. Μελέτες που δείχνουν ευεργετικά αποτελέσματα του συγχρονισμού της κίνησης ενδέχεται να είχαν περιοριστεί σε ασθενείς που βρίσκονταν σε καλύτερη συναισθηματική κατάσταση. Προκειμένου να ελεγχθεί

η βιωσιμότητα αυτής της δεύτερης πιθανότητας, η μελλοντική έρευνα θα πρέπει να μελετήσει από κοινού τα συναισθήματα και τον συγχρονισμό της κίνησης των ασθενών. Αν αποδειχθεί ότι τα συναισθήματα των ασθενών καθορίζουν την κατεύθυνση των επιδράσεων του συγχρονισμού της κίνησης, το μοντέλο IN-SYNC (Kooze & Tschacher, 2016) θα πρέπει να αναθεωρηθεί.

Επίπεδο 2: Γλώσσα, επικοινωνία υποκειμενικών εμπειριών και συρρύθμιση

Το μοντέλο IN-SYNC (Kooze & Tschacher, 2016) διακρίνει τρεις αντικειμενικές συνιστώσες της συμμαχίας ασθενή-ψυχοθεραπευτή: κοινή γλώσσα, επικοινωνία υποκειμενικών εμπειριών («I-Sharing») και συρρύθμιση. Δεδομένου ότι οι κλινικοί ψυχολόγοι συνήθως αξιολογούσαν τη συμμαχία μόνο με κλίμακες αυτοαναφοράς, οι αντικειμενικές συνιστώσες της συμμαχίας δεν έχουν μελετηθεί επαρκώς. Πρόσφατες εργασίες έχουν, ωστόσο, αρχίσει να κάνουν σημαντική πρόοδο προς αυτή την κατεύθυνση.

Γλωσσική ευθυγράμμιση. Η πρώτη αντικειμενική συνιστώσα της συμμαχίας είναι η γλωσσική ευθυγράμμιση ανάμεσα στον ασθενή και στον ψυχοθεραπευτή. Σε ένα βασικό επίπεδο (στενά συνδεδεμένο με τις αντιληπτικές-κινητικές διαδικασίες του Επιπέδου 1), αυτή η γλωσσική ευθυγράμμιση μπορεί να γίνει εμφανής στον συγχρονισμό των ρυθμών ομιλίας του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή. Σχετική με αυτή την ιδέα, μια μελέτη εξέτασε τους ρυθμούς ομιλίας σε 30 κλινικές συνεδρίες πέντε ασθενών σε μια δομή ψυχικής υγείας στην Ιταλία (Rocco et al., 2018). Όπως ήταν αναμενόμενο, οι ρυθμοί ομιλίας του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή συγχρονίζονταν στην πορεία των συνεδριών. Σε ένα πιο αφηρημένο επίπεδο, ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής μπορούν να συγχρονίσουν επίσης τη χρήση λέξεων. Αυτή η ιδέα ελέγχθηκε σε μια μελέτη γραπτών μεταγραφών 122 συνεδριών από 122 ψυχοθεραπευτές στις ΗΠΑ (Lord, Sheng, Imel, Baer, & Atkins, 2015). Ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής βρέθηκαν να συγκλίνουν στη χρήση παρόμοιων λειτουργικών λέξεων (π.χ. προσωπικές αντωνυμίες, προθέσεις) κάθε φορά που ένας από αυτούς έπαιρνε τον λόγο. Επιπλέον, αυτή η μορφή συγχρονισμού του γλωσσικού ύφους συσχετιζόταν θετικά με την ενσυναίσθηση του ψυχοθεραπευτή όπως αυτή αξιολογούνταν από τον παρατηρητή.

Επικοινωνία υποκειμενικών εμπειριών («I-Sharing»). Η δεύτερη αντικειμενική συνιστώσα της συμμαχίας είναι η επικοινωνία υποκειμενικών εμπειριών («I-Sharing»), δηλαδή η ανταλλαγή βαθιά ριζωμένων εμπειριών (Pinel et al., 2015). Η αξιολόγηση της επικοινωνίας υποκειμενικών εμπειριών στην ψυχοθεραπεία κάνει ακόμη τα πρώτα της βήματα. Παρ' όλα αυτά, μια πρόσφατη μελέτη του συγχρονισμού εγκεφάλου προς εγκέφαλο (Zhang, Meng, Hou, Pan, & Hu, 2018) φαίνεται δυνητικά συναφής εδώ. Χρησιμοποιώντας την τεχνική fNIRS (βλ.

Ενότητα 2), η μελέτη αυτή εξέτασε τον συγχρονισμό εγκεφάλου προς εγκέφαλο μεταξύ 34 συμμετεχόντων που είχαν κατανεμηθεί τυχαία είτε σε μια συνθήκη ψυχοθεραπείας είτε σε μια συνθήκη χαλαρής κουβέντας με μία από τρεις γυναίκες επαγγελματίες συμβούλους ψυχικής υγείας. Η μελέτη έδειξε ότι ο συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο ενισχύθηκε κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας (σε αντίθεση με τη χαλαρή κουβέντα) στη δεξιά κροταφοβρεγματική συμβολή, μια περιοχή που σχετίζεται με την κοινωνική συνδεσιμότητα και τη νοητικοποίηση (Cacioppo & Cacioppo, 2012). Συγκεκριμένα, ο μεγαλύτερος συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο συνδεόταν με καλύτερη ποιότητα της συμμαχίας, όπως αυτή αξιολογούνταν από τους ασθενείς. Παρότι πρόκειται απλώς για κάποια πρώτα αποτελέσματα, αυτά υποδηλώνουν ωστόσο ότι οι μετρήσεις του συγχρονισμού εγκεφάλου προς εγκέφαλο κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας ενδέχεται να αποδειχθούν χρήσιμες για την αξιολόγηση της ποιότητας της επικοινωνίας υποκειμενικών εμπειριών.

Συρρήθμιση. Τέλος, η τρίτη αντικειμενική συνιστώσα της συμμαχίας είναι η συρρήθμιση· η αμοιβαία ρύθμιση των συναισθημάτων του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή εντός των ορίων ενός σταθερού εύρους (Butler & Randall, 2013). Μια πρωτοποριακή μελέτη παρατήρησε ότι η συμβατότητα της δερματικής ηλεκτρικής αγωγιμότητας σε 20 ζεύγη ασθενή-ψυχοθεραπευτή συνδεόταν με υψηλότερη ενσυναίσθηση του ψυχοθεραπευτή και πιο θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ ασθενή και ψυχοθεραπευτή (Marcí, Ham, Moran, & Orr, 2007). Μια πιο πρόσφατη μελέτη διαπίστωσε στατιστικά σημαντικό συγχρονισμό των φυσιολογικών αποκρίσεων σε διάφορους καρδιαγγειακούς δείκτες που καταγράφηκαν σε 55 συνεδρίες ψυχοθεραπείας ανάμεσα σε τέσσερις πελάτες και μία ψυχοθεραπεύτρια (Tschacher & Meier, 2019). Επιπλέον, η συμμαχία, όπως αξιολογούνταν από τον πελάτη ή τον ψυχοθεραπευτή, συνδεόταν θετικά με τον συγχρονισμό των φυσιολογικών αποκρίσεων.

Μια άλλη πρόσφατη μελέτη εξέτασε τον συγχρονισμό στην αγωγιμότητα του δέρματος σε 31 ασθενείς σε πέντε συνεδρίες με δέκα διαφορετικούς ψυχοθεραπευτές (Bar-Kalifa et al., 2019). Η μελέτη αυτή αντιπαρέθεσε τμήματα των ψυχοθεραπειών κατά τα οποία χρησιμοποιούνταν μια τεχνική εστιασμένη στο συναίσθημα (η εικονοποιία συναισθηματικά φορτισμένων καταστάσεων) με τμήματα που περιλάμβαναν τεχνικές λιγότερο εστιασμένες στο συναίσθημα (π.χ. ψυχοεκπαίδευση). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων ήταν ισχυρός μεταξύ ασθενών και ψυχοθεραπευτών κατά τη διάρκεια των τμημάτων εκείνων της ψυχοθεραπείας που ήταν εστιασμένα στο συναίσθημα, απουσίαζε όμως από τα πιο ουδέτερα τμήματα. Επιπλέον, ο συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων κατά τη διάρκεια των τμημάτων της ψυχοθεραπείας που ήταν εστιασμένα στο συναίσθημα ήταν συνδεδεμένος με τις θεραπευτικές πτυχές της συμμαχίας, όχι όμως και με τις πτυχές έργου/

στόχου της συμμαχίας. Τα πολύ ενδιαφέροντα αυτά ευρήματα υποδηλώνουν ότι ο συγχρονισμός των φυσιολογικών αποκρίσεων σχετίζεται ιδιαίτερα με τις συναισθηματικά φορτισμένες πτυχές της ψυχοθεραπείας, και η ιδέα αυτή είναι σύμφωνη με τις προβλέψεις του μοντέλου IN-SYNC (Kooze & Tschacher, 2016).

Ένας εναλλακτικός τρόπος εγχειρηματοποίησης της συρρύθμισης θα μπορούσε να είναι η εκτίμηση του βαθμού στον οποίο οι ασθενείς και οι ψυχοθεραπευτές συγκλίνουν ως προς τα βιωμένα συναισθήματά τους. Μια πρόσφατη μελέτη εξέτασε μια τέτοια συναισθηματική σύγκλιση μεταξύ 109 Ισραηλινών ασθενών που βρίσκονταν σε ψυχοθεραπεία με 62 ψυχοθεραπευτές (Atzil-Slonim et al., 2018). Οι αξιολογήσεις των συναισθημάτων των ασθενών και των ψυχοθεραπευτών πραγματοποιούνταν έπειτα από κάθε συνεδρία. Όταν ασθενείς και ψυχοθεραπευτές παρουσίαζαν ασύμβατα συναισθήματα, η ασυμβατότητα αυτή μπορούσε να προβλέψει μια επιδείνωση στα συμπτώματα των ασθενών κατά την επόμενη συνεδρία. Άλλες μελέτες, ωστόσο, έχουν παρατηρήσει ότι η συμβατότητα των συναισθηματικών αποκρίσεων του ασθενή και του ψυχοθεραπευτή συνδέεται αρνητικά με την ενσυναίσθηση του ψυχοθεραπευτή και με την έκβαση της ψυχοθεραπείας (Reich, Berman, Dale, & Levitt, 2014).

Το πρότυπο συμβατότητας (βλ. Atzil-Slonim et al., 2018· Marci et al., 2007· Tschacher & Meier, 2019) και τα πρότυπα ασυμβατότητας (όπως στο Reich et al., 2014) εκ πρώτης όψης φαίνονται αντικρουόμενα. Ωστόσο, και τα δύο πρότυπα συνάδουν με μια εξήγηση βασισμένη στην έννοια της συρρύθμισης, σύμφωνα με την οποία οι αποτελεσματικοί ψυχοθεραπευτές συντονίζονται συναισθηματικά με τους ασθενείς τους, ενώ μερικές φορές αποφορτίζουν τα συναισθήματα του ασθενή για να αποτρέψουν τη συναισθηματική κλιμάκωση (Butler & Randall, 2013). Η μελλοντική έρευνα σε αυτό το πεδίο θα μπορούσε να ωφεληθεί από τη χρήση πιο εξελιγμένων στατιστικών μοντέλων, τα οποία είναι ικανά να διακρίνουν τη συρρύθμιση από εναλλακτικά πρότυπα, όπως η συναισθηματική μετάδοση και η ανάσχεση του στρες (π.χ. μοντέλα συζευγμένων ταλαντωτών βλ. Butler, 2017).

Επίπεδο 3: Μακροπρόθεσμη έκβαση της ψυχοθεραπείας

Καθ' όλη τη συζήτησή μας για την έρευνα στα Επίπεδα 1 και 2, παρατηρήσαμε ότι αρκετές μελέτες για τον συγχρονισμό στην ψυχοθεραπεία εστιάζουν την προσοχή τους στην έκβαση της ψυχοθεραπείας, είτε σε συγχρονικές είτε σε διαχρονικές μελέτες. Τα αποτελέσματα αυτών των μελετών προσφέρουν μια πρώτη υποστήριξη σε κάποιες από τις βασικές αρχές του μοντέλου IN-SYNC (Kooze & Tschacher, 2016). Ωστόσο, η διαθέσιμη έρευνα σχετικά με την κλινική έκβαση έχει υπάρξει μέχρι στιγμής περιορισμένη από σημαντικές απόψεις. Πρώτον, οι μελέτες σχετικά με την έκβαση της ψυχοθεραπείας έχουν μέχρι τώρα αξιολογήσει μόνο έναν τύπο συγχρονισμού κάθε φορά. Με βάση το μοντέλο IN-SYNC, εί-

να πιθανό διαφορετικοί τύποι συγχρονισμού (δηλαδή, της κίνησης, των φυσιολογικών αποκρίσεων, της γλώσσας, των συναισθημάτων, του εγκεφάλου προς εγκέφαλο) να συμβάλλουν με ξεχωριστούς (αν και αλληλένδετους) τρόπους στην ψυχοθεραπεία. Είναι επομένως σημαντικό να αξιολογηθούν πολλαπλοί τύποι συγχρονισμού σε μία μόνο μελέτη. Δεύτερον, μελέτες σχετικά με την έκβαση της ψυχοθεραπείας έχουν μέχρι τώρα διεξαχθεί καλύπτοντας ένα περιορισμένο χρονικό διάστημα, συνήθως κάποιες εβδομάδες ή λίγους μήνες. Θα ήταν σημαντικό να μελετηθούν οι επιδράσεις του συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία σε πιο μακροπρόθεσμη χρονική κλίμακα. Τρίτον, οι μέχρι τώρα μελέτες σχετικά με τα αποτελέσματα έχουν χρησιμοποιήσει σχετικά μικρά δείγματα, γεγονός που περιορίζει την πληροφοριακή αξία τους (Lakens & Evers, 2014).

Οι μελλοντικοί ερευνητές θα πρέπει ιδανικά να μπορέσουν να αντεπεξέλθουν στις προκλήσεις των τριών προαναφερθέντων περιορισμών σε μία μόνο μελέτη. Ένα παράδειγμα μιας τέτοιας μελέτης μπορεί να αναζητηθεί στην αναπτυξιακή έρευνα που παρακολούθησε τις συσχετίσεις μεταξύ ποικίλων κοινωνιογνωστικών αποτελεσμάτων και πολλαπλών τύπων συγχρονισμού μεταξύ των παιδιών και των φροντιστών τους σε μια περίοδο δέκα ετών (Feldman, 2015). Θα ήταν πολύ λογικό η διεξαγωγή ενός ανάλογου ερευνητικού έργου μεταξύ ενήλικων ασθενών που βρίσκονται σε ψυχοθεραπεία να προσέφερε βαθιές νέες γνώσεις για τον ρόλο του διαπροσωπικού συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία.

Περίληψη και γενική εικόνα

Ο συγχρονισμός στην ψυχοθεραπεία βρίσκεται ολοένα και συχνότερα στο επίκεντρο ερευνητικών προσπαθειών. Υπάρχουν πλέον ισχυρές ενδείξεις ότι ασθενείς και ψυχοθεραπευτές εμφανίζουν υψηλά επίπεδα συγχρονισμού στις κινήσεις, στις φυσιολογικές αποκρίσεις, στη γλώσσα, στα συναισθήματα και στην ενεργοποίηση του εγκεφάλου τους. Έχει επίσης διαπιστωθεί ότι αυτοί οι διαφορετικοί τύποι συγχρονισμού έχουν ουσιαστικές (συνήθως θετικές) σχέσεις με τη συμμαχία ασθενή-ψυχοθεραπευτή και θεραπευτικά οφέλη. Αυτά τα ευρήματα παρέχουν ορισμένα πρώτα στοιχεία για την εγκυρότητα του μοντέλου IN-SYNC (Koole & Tschacher, 2016).

ΠΕΜΠΤΟ ΜΕΡΟΣ: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ

Στο παρόν κεφάλαιο, έχουμε αναδείξει τη σημασία του διαπροσωπικού συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία. Κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας, ο ασθενής και ο ψυχοθεραπευτής συγχρονίζουν αυθόρμητα τις κινήσεις, τη γλώσσα, τις φυσιολογικές αποκρίσεις και την ενεργοποίηση της νευρωνικής δραστηριότη-

τας. Η έκταση αυτού του συγχρονισμού ασθενή-ψυχοθεραπευτή προβλέπει την ποιότητα της θεραπευτικής σχέσης και την επιτυχή έκβαση της ψυχοθεραπείας. Η σχέση ασθενή-ψυχοθεραπευτή φαίνεται ότι στηρίζεται στον διαπροσωπικό συγχρονισμό ως θεμελιώδη μηχανισμό του κοινωνικού συντονισμού. Υπό αυτή την έννοια, μπορούμε να πούμε πως η ψυχοθεραπεία είναι θεμελιωμένη στον διαπροσωπικό συγχρονισμό.

Η επεξήγηση του ρόλου του συγχρονισμού στην ψυχοθεραπεία δεν είναι μόνο χρήσιμη για επιστημονικούς λόγους, αλλά μπορεί επίσης να οδηγήσει σε νέους τρόπους βελτίωσης της ψυχοθεραπείας. Για παράδειγμα, υπάρχουν επί του παρόντος τεράστιες διαφορές μεταξύ των ψυχοθεραπευτών ως προς την επιτυχία που έχουν με τους ασθενείς τους (Wampold & Imel, 2015). Οι λόγοι για αυτές τις διαφορές είναι ελάχιστα κατανοητοί. Από την παρούσα προοπτική, φαίνεται πιθανό ότι οι διαφορές στην αποτελεσματικότητα των ψυχοθεραπευτών οφείλονται τουλάχιστον εν μέρει στις διαφορές τους ως προς την ικανότητα συγχρονισμού με τους ασθενείς τους. Το μοντέλο IN-SYNC (Kooole & Tschacher, 2016) προσφέρει πολλές δυνατότητες προσδιορισμού των συγκεκριμένων κοινωνιογνωστικών δεξιοτήτων που μπορεί να εμπλέκονται, καθώς και των τρόπων με τους οποίους μπορούμε να τις αξιολογήσουμε και να τις βελτιώσουμε. Ακολουθώντας μια παρεμφερή λογική, το μοντέλο IN-SYNC μπορεί να υποδείξει νέους τρόπους αξιολόγησης και ενίσχυσης της κλινικής-θεραπευτικής ειδημοσύνης, ένα θέμα που διαφεύγει εδώ και πολύ καιρό την επιστημονική ανάλυση (Tracey, Wampold, Lichtenberg, & Goodyear, 2014).

Στρέφοντας το βλέμμα μας στο μέλλον, βλέπουμε να διαγράφεται μια πολύ σημαντική νέα πρόκληση αναδυόμενη από την εξάπλωση των σύγχρονων τρόπων κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν μεταξύ τους ολοένα και περισσότερο διαδικτυακά (βλ. επίσης Blanton, Burrows, & Regan, σε αυτόν τον τόμο), και υπάρχουν σημαντικές προσπάθειες σε εξέλιξη για την ανάπτυξη διαδικτυακών προγραμμάτων ψυχοθεραπείας (Donker & Kleiboer, 2018). Η διαδικτυακή ψυχοθεραπεία φαίνεται να είναι αποτελεσματική (Karyotaki et al., 2017). Παρ' όλα αυτά, η αλληλεπίδραση μέσω του διαδικτύου και η πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση διαφέρουν σε σημαντικά σημεία, μεταξύ αυτών και στον τρόπο με τον οποίο μπορούν να επηρεάσουν τη ρύθμιση του συναισθήματος (βλ. Kross & Chandhok, σε αυτόν τον τόμο). Το μοντέλο IN-SYNC (Kooole & Tschacher, 2016) μπορεί να παρέχει ένα πλαίσιο για την ανάλυση των ομοιοτήτων και των διαφορών ανάμεσα στη διαδικτυακή και στην πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση. Μια τέτοια ανάλυση θα μπορούσε να αποδειχθεί χρήσιμη για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η ψυχοθεραπεία μπορεί να παρασχεθεί με τον βέλτιστο δυνατό τρόπο.

Δεδομένου ότι ο διαπροσωπικός συγχρονισμός συνιστά μια θεμελιώδη κοινωνιοψυχολογική αρχή, οι γνώσεις που αποκομίζουμε από την έρευνα σχετικά

με τον συγχρονισμό στην ψυχοθεραπεία θα μπορούσαν επίσης να φανούν βοηθητικές στην έρευνα γύρω από άλλα είδη διαπροσωπικών σχέσεων (βλ. επίσης Mikulincer & Shaver, σε αυτόν τον τόμο). Στο σημείο αυτό διακρίνουμε μια σημαντική δυναμική ενοποιητική λειτουργία για την έρευνα γύρω από την ψυχοθεραπεία. Ο συγχρονισμός στην κίνηση, στη φυσιολογία, στο συναίσθημα, στη γλώσσα και μεταξύ εγκεφάλων έχει μελετηθεί έως τώρα σε μεγάλο βαθμό ξεχωριστά για καθέναν από αυτούς τους τομείς. Παρ' όλα αυτά, αυτοί οι τύποι διαπροσωπικού συγχρονισμού συγκλίνουν όλοι στην ψυχοθεραπεία. Η ψυχοθεραπεία μπορεί έτσι να επιτρέψει στους ερευνητές που μελετούν τον συγχρονισμό από την οπτική γωνία που προσφέρουν διαφορετικοί επιστημονικοί κλάδοι να συνενώσουν τις δυνάμεις τους, ώστε να αναπτύξουν και να ελέγξουν ιδέες σχετικά με την αλληλεπίδραση διάφορων τύπων διαπροσωπικών συγχρονισμών. Οι πληροφορίες που θα αντληθούν από εκεί μπορούν να φανούν χρήσιμες σε πολλούς άλλους διαπροσωπικούς τομείς, από τις στενές σχέσεις έως τα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα και τις επιχειρηματικές διαπραγματεύσεις.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Στο κεφάλαιο αυτό είχαμε πολλές ευκαιρίες να διαπιστώσουμε ότι η έρευνα για τον διαπροσωπικό συγχρονισμό βαδίζει σε έναν δρόμο που θα οδηγήσει κάποια στιγμή σε έναν μετασχηματισμό της επιστήμης της κλινικής ψυχολογίας. Αν αυτή η τάση συνεχίσει την πορεία της, δεν αποκλείεται να έρθει η ημέρα που ο διαπροσωπικός συγχρονισμός θα θεωρείται πρωτίστως ένα φαινόμενο που ανήκει στην αρμοδιότητα της κλινικής ψυχολογίας. Όταν φτάσουμε σε αυτό το σημείο, θα είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι ο διαπροσωπικός συγχρονισμός σχεδιάστηκε αρχικά ως ένας βασικός κοινωνιοψυχολογικός μηχανισμός και διερευνήθηκε αυστηρά χρησιμοποιώντας ελεγχόμενα πειράματα (π.χ. Repp & Su, 2013). Η έρευνα γύρω από τον συγχρονισμό στην ψυχοθεραπεία μαρτυρά επομένως την αξία των βασικών κοινωνιοψυχολογικών πειραμάτων στην παραγωγή γνώσεων που μπορούν να αποτελέσουν τα θεμέλια για πρακτικές παρεμβάσεις (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο).

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Atzil-Slonim, D., Bar-Kalifa, E., Fisher, H., Peri, T., Lutz, W., Rubel, J., & Rafaeli, E. (2018). Emotional congruence between clients and therapists and its effect on treatment outcome. *Journal of Counseling Psychology, 65*(1), 51.
- Babiloni, F., & Astolfi, L. (2014). Social neuroscience and hyperscanning techniques: Past, present and future. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 44*, 76-93.

- Bar-Kalifa, E., Prinz, J. N., Atzil-Slonim, D., Rubel, J. A., Lutz, W., & Rafaeli, E. (2019). Physiological synchrony and therapeutic alliance in an imagery-based treatment. *Journal of Counseling Psychology, 66*(4), 508.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497-529.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice, 16*(3), 252-260.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss v. 3* (Vol. 1). New York: Random House.
- Butler, E. A. (2011). Temporal interpersonal emotion systems: The "TIES" that form relationships. *Personality and Social Psychology Review, 15*, 367-393.
- Butler, E. A. (2017). Emotions are temporal interpersonal systems. *Current Opinion in Psychology, 17*, 129-134.
- Butler, E. A., & Randall, A. K. (2013). Emotional coregulation in close relationships. *Emotion Review, 5*(2), 202-210.
- Cacioppo, S., & Cacioppo, J. T. (2012). Decoding the invisible forces of social connections. *Frontiers in Integrative Neuroscience, 6*, 51.
- Cain, D. J. (2002). *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Chartrand, T. L., & Lakin, J. L. (2013). The antecedents and consequences of human behavioral mimicry. *Annual Review of Psychology, 64*, 285-308.
- Coan, J. A., & Sbarra, D. A. (2015). Social baseline theory: The social regulation of risk and effort. *Current Opinion in Psychology, 1*, 87-91.
- Cuijpers, P., Reijnders, M., & Huibers, M. J. H. (2019). The role of common factors in psychotherapy outcomes. *Annual Review of Clinical Psychology, 15*, 207-231.
- Cuijpers, P., Turner, E. H., Koole, S. L., Van Dijke, A., & Smit, F. (2014). What is the threshold for a clinically relevant effect? The case of major depressive disorders. *Depression and Anxiety, 31*(5), 374-378.
- Dikker, S., Wan, L., Davidesco, I., Kaggen, L., Oostrik, M., McClintock, J., ... Poeppel, D. (2017). Brain-to-brain synchrony tracks real-world dynamic group interactions in the classroom. *Current Biology, 27*(9), 1375-1380. doi.org/10.1016/j.cub.2017.04.002
- Donker, T., & Kleiboer, A. (2018). e-health innovations for global mental health. *Global Mental Health, 5*.
- Elvins, R., & Green, J. (2008). The conceptualization and measurement of therapeutic alliance: An empirical review. *Clinical Psychology Review, 28*(7), 1167-1187.
- Feldman, R. (2007). Parent-infant synchrony: Biological foundations and developmental outcomes. *Current Directions in Psychological Science, 16*, 340-345.
- Feldman, R. (2015). Mutual influences between child emotion regulation and parent-child reciprocity support development across the first 10 years of life: Implications for developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 27*(4pt1), 1007-1023.
- Ferrari, M., & Quaresima, V. (2012). A brief review on the history of human functional near-infrared spectroscopy (fNIRS) development and fields of application. *Neuroimage, 63*(2), 921-935.
- Freud, S. (1912). The dynamics of transference. In *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Volume XII (1911-1913): The case of Schreber, papers on technique and other works* (pp. 97-108). London: Hogarth Press.
- Geller, S. M., & Porges, S. W. (2014). Therapeutic presence: Neurophysiological mechanisms

- mediating feeling safe in therapeutic relationships. *Journal of Psychotherapy Integration*, 24(3), 178.
- Hasson, U., Ghazanfar, A. A., Galantucci, B., Garrod, S., & Keysers, C. (2012). Brainto-brain coupling: A mechanism for creating and sharing a social world. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(2), 114-121.
- Hatcher, R. L., & Barends, A. W. (1996). Patients' view of the alliance in psychotherapy: Exploratory factor analysis of three alliance measures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1326-1336.
- Helm, J. L., Sbarra, D. A., & Ferrer, E. (2014). Coregulation of respiratory sinus arrhythmia in adult romantic partners. *Emotion*, 14(3), 522.
- Hommel, B., Müsseler, J., Aschersleben, G., & Prinz, W. (2001). The theory of event coding (TEC): A framework for perception and action planning. *Behavioral and Brain Sciences*, 24(5), 849-878.
- Horvath, A. O., Del Rey, A. C., Flückiger, C., & Symonds, D. (2011). Alliance in individual psychotherapy. *Psychotherapy*, 48(1), 9-16.
- Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the Working Alliance Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 223-233.
- Horvath, A. O., & Luborsky, L. (1993). The role of the therapeutic alliance in psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(4), 561-573.
- Hougaard, E. (1994). The therapeutic alliance—A conceptual analysis. *Scandinavian Journal of Psychology*, 35(1), 67-85.
- Hove, M. J., & Risen, J. L. (2009). It's all in the timing: Interpersonal synchrony increases affiliation. *Social Cognition*, 27(6), 949-960.
- Ivanov, P. C., Ma, Q. D. Y., & Bartsch, R. P. (2009). Maternal-fetal heartbeat phase synchronization. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(33), 13641-13642.
- Karyotaki, E., Riper, H., Twisk, J., Hoogendoorn, A., Kleiboer, A., Mira, A., ... Littlewood, E. (2017). Efficacy of self-guided internet-based cognitive behavioral therapy in the treatment of depressive symptoms: A meta-analysis of individual participant data. *JAMA Psychiatry*, 74(4), 351-359.
- Kazdin, A. E. (2007). Mediators and mechanisms of change in psychotherapy research. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 1-27.
- Keegan, E., & Holas, P. (2009). Cognitive-behavior therapy. Theory and practice. In R. Carlstedt (Ed.), *Integrative clinical psychology, psychiatry and behavioral medicine* (pp. 605-643). New York: Springer.
- Kinreich, S., Djalovski, A., Kraus, L., Louzoun, Y., & Feldman, R. (2017). Brain-to-brain synchrony during naturalistic social interactions. *Scientific Reports*, 7(1), 17060.
- Koch, S. C., & Fischman, D. (2011). Embodied enactive dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 33(1), 57.
- Konvalinka, I., & Roepstorff, A. (2012). The two-brain approach: How can mutually interacting brains teach us something about social interaction? *Frontiers in Human Neuroscience*, 6, 215.
- Konvalinka, I., Xygalatas, D., Bulbulia, J., Schjødt, U., Jegindø, E.-M., Wallot, S., ... Roepstorff, A. (2011). Synchronized arousal between performers and related spectators in a fire-walking ritual. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(20), 8514-8519.
- Koole, S. L., & Tschacher, W. (2016). Synchrony in psychotherapy: A review and an integrative framework for the therapeutic alliance. *Frontiers in Psychology*, 7(862), 1-17.
- Koole, S. L., Webb, T. L., & Sheeran, P. L. (2015). Implicit emotion regulation: Feeling better without knowing why. *Current Opinion in Psychology*, 3, 6-10.

- Koudenburg, N., Postmes, T., & Gordijn, E. H. (2017). Beyond content of conversation: The role of conversational form in the emergence and regulation of social structure. *Personality and Social Psychology Review, 21*(1), 50-71.
- Lahnakoski, J. M., Glerean, E., Jääskeläinen, I. P., Hyönä, J., Hari, R., Sams, M., & Nummenmaa, L. (2014). Synchronous brain activity across individuals underlies shared psychological perspectives. *NeuroImage, 100*, 316-324.
- Lakens, D., & Evers, E. R. K. (2014). Sailing from the seas of chaos into the corridor of stability: Practical recommendations to increase the informational value of studies. *Perspectives on Psychological Science, 9*(3), 278-292.
- Leclère, C., Avril, M., Viaux-Savelon, S., Bodeau, N., Achard, C., Missonnier, S., ... Cohen, D. (2016). Interaction and behaviour imaging: A novel method to measure mother-infant interaction using video 3D reconstruction. *Translational Psychiatry, 6*(5), e816.
- Lehrer, P. M., & Gevirtz, R. (2014). Heart rate variability biofeedback: How and why does it work? *Frontiers in Psychology, 5*, 756.
- Lord, S. P., Sheng, E., Imel, Z. E., Baer, J., & Atkins, D. C. (2015). More than reflections: Empathy in motivational interviewing includes language style synchrony between therapist and client. *Behavior Therapy, 46*(3), 296-303.
- Marci, C. D., Ham, J., Moran, E., & Orr, S. P. (2007). Physiologic correlates of perceived therapist empathy and social-emotional process during psychotherapy. *Journal of Nervous and Mental Disease, 195*(2), 103-111.
- McFarland, D. H. (2001). Respiratory markers of conversational interaction. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research, 44*(1), 128-143.
- Miles, L. K., Lumsden, J., Richardson, M. J., & Macrae, C. N. (2011). Do birds of a feather move together? Group membership and behavioral synchrony. *Experimental Brain Research, 211*(3-4), 495-503.
- Moulder, R. G., Boker, S. M., Ramseyer, F., & Tschacher, W. (2018). Determining synchrony between behavioral time series: An application of surrogate data generation for establishing falsifiable null-hypotheses. *Psychological Methods, 23*(4), 757.
- Mu, Y., Cerritos, C., & Khan, F. (2018). Neural mechanisms underlying interpersonal coordination: A review of hyperscanning research. *Social and Personality Psychology Compass, 12*(11), e12421.
- Müller, V., Sängler, J., & Lindenberger, U. (2018). Hyperbrain network properties of guitarists playing in quartet. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1423*(1), 198-210.
- Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2011). Psychotherapy relationships that work. *Psychotherapy, 48*, 4-8.
- Nummenmaa, L., Glerean, E., Viinikainen, M., Jääskeläinen, I. P., Hari, R., & Sams, M. (2012). Emotions promote social interaction by synchronizing brain activity across individuals. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 109*(24), 9599-9604.
- Nummenmaa, L., Lahnakoski, J. M., & Glerean, E. (2018). Sharing the social world via inter-subject neural synchronisation. *Current Opinion in Psychology, 24*, 7-14.
- Nummenmaa, L., Saarimäki, H., Glerean, E., Gotsopoulos, A., Jääskeläinen, I. P., Hari, R., & Sams, M. (2014). Emotional speech synchronizes brains across listeners and engages large-scale dynamic brain networks. *NeuroImage, 102*, 498-509.
- Palumbo, R. V., Marraccini, M. E., Weyandt, L. L., Wilder-Smith, O., McGee, H. A., Liu, S., & Goodwin, M. S. (2017). Interpersonal autonomic physiology: A systematic review of the literature. *Personality and Social Psychology Review, 21*(2), 99-141.
- Paulick, J., Deisenhofer, A.-K., Ramseyer, F., Tschacher, W., Boyle, K., Rubel, J., & Lutz, W.

- (2018). Nonverbal synchrony: A new approach to better understand psychotherapeutic processes and drop-out. *Journal of Psychotherapy Integration*, 28(3), 367.
- Paulick, J., Rubel, J. A., Deisenhofer, A.-K., Schwartz, B., Thielemann, D., Altmann, U., ... Lutz, W. (2018). Diagnostic features of nonverbal synchrony in psychotherapy: Comparing depression and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 42, 539-551.
- Pickering, M. J., & Garrod, S. (2004). Toward a mechanistic psychology of dialogue. *Behavioral and Brain Sciences*, 27(2), 169-190.
- Pinel, E. C., Bernecker, S. L., & Rampy, N. M. (2015). I-sharing on the couch: On the clinical implications of shared subjective experience. *Journal of Psychotherapy Integration*, 25(2), 59.
- Ramseyer, F., & Tschacher, W. (2010). Nonverbal synchrony or random coincidence? How to tell the difference. In *Development of multimodal interfaces: Active listening and synchrony* (pp. 182-196). New York: Springer.
- Ramseyer, F., & Tschacher, W. (2011). Nonverbal synchrony in psychotherapy: Coordinated body movement reflects relationship quality and outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(3), 284-295.
- Ramseyer, F., & Tschacher, W. (2016). Movement coordination in psychotherapy: Synchrony of hand movements is associated with session outcome. A single-case study. *Nonlinear Dynamics, Psychology, and Life Sciences*, 20, 145-166.
- Reich, C. M., Berman, J. S., Dale, R., & Levitt, H. M. (2014). Vocal synchrony in psychotherapy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(5), 481-494.
- Reindl, V., Gerloff, C., Scharke, W., & Konrad, K. (2018). Brain-to-brain synchrony in parent-child dyads and the relationship with emotion regulation revealed by fNIRS-based hyperscanning. *Neuroimage*, 178, 493-502.
- Remmers, C., Zimmermann, J., Buxton, A., Unger, H. P., Koole, S. L., Knaevelsrud, C., & Michalak, J. (2018). Emotionally aligned: Preliminary results on the effects of a mindfulness-based intervention for depression on congruence between implicit and explicit mood. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(6), 818-826.
- Repp, B. H., & Su, Y.-H. (2013). Sensorimotor synchronization: A review of recent research (2006-2012). *Psychonomic Bulletin & Review*, 20(3), 403-452.
- Richardson, M. J., Marsh, K. L., Isenhower, R. W., Goodman, J. R. L., & Schmidt, R. C. (2007). Rocking together: Dynamics of intentional and unintentional interpersonal coordination. *Human Movement Science*, 26(6), 867-891.
- Rocco, D., Pastore, M., Gennaro, A., Salvatore, S., Cozzolino, M., & Scorza, M. (2018). Beyond verbal behavior: An empirical analysis of speech rates in psychotherapy sessions. *Frontiers in Psychology*, 9, 978.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Schoenherr, D., Paulick, J., Worrack, S., Strauss, B. M., Rubel, J. A., Schwartz, B., ... Altmann, U. (2019). Quantification of nonverbal synchrony using linear time series analysis methods: Lack of convergent validity and evidence for facets of synchrony. *Behavior Research Methods*, 1-23.
- Semin, G. R., & Cacioppo, J. T. (2008). *Grounding social cognition: Synchronization, coordination, and co-regulation*. New York: Cambridge University Press.
- Shamay-Tsoory, S. G., Saporta, N., Marton-Alper, I. Z., & Gvirts, H. Z. (2019). Herding brains: A core neural mechanism for social alignment. *Trends in Cognitive Sciences*, 23, 174-186.
- Shedler, J. (2010). The efficacy of psychodynamic psychotherapy. *American Psychologist*, 65(2), 98-108.

- Shockley, K., Richardson, D. C., & Dale, R. (2009). Conversation and coordinative structures. *Topics in Cognitive Science, 1*(2), 305-319.
- Tarr, B., Launay, J., & Dunbar, R. I. M. (2016). Silent disco: Dancing in synchrony leads to elevated pain thresholds and social closeness. *Evolution and Human Behavior, 37*(5), 343-349.
- Timmons, A. C., Margolin, G., & Saxbe, D. E. (2015). Physiological linkage in couples and its implications for individual and interpersonal functioning: A literature review. *Journal of Family Psychology, 29*(5), 720.
- Tracey, T. J. G., Wampold, B. E., Lichtenberg, J. W., & Goodyear, R. K. (2014). Expertise in psychotherapy: An elusive goal? *American Psychologist, 69*(3), 218.
- Tschacher, W., & Meier, D. (2019). Physiological synchrony in psychotherapy sessions. *Psychotherapy Research, 1*-16.
- Tschacher, W., Ramseyer, F., & Koole, S. L. (2018). Sharing the now in the social present: Duration of nonverbal synchrony is linked with personality. *Journal of Personality, 86*(2), 129-138.
- Tschacher, W., Rees, G. M., & Ramseyer, F. (2014). Nonverbal synchrony and affect in dyadic interactions. *Frontiers in Psychology, 5*, 1323.
- Vacharkulksemsuk, T., & Fredrickson, B. L. (2012). Strangers in sync: Achieving embodied rapport through shared movements. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*(1), 399-402.
- Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2011). Synchrony and the social tuning of compassion. *Emotion, 11*(2), 262-266.
- Valdesolo, P., Ouyang, J., & DeSteno, D. (2010). The rhythm of joint action: Synchrony promotes cooperative ability. *Journal of Experimental Social Psychology, 46*(4), 693-695.
- Van Deurzen, E. (2012). *Existential counselling & psychotherapy in practice*. London: Sage.
- Van Leeuwen, P., Geue, D., Thiel, M., Cysarz, D., Lange, S., Romano, M. C., ... Grönemeyer, D. H. (2009). Influence of paced maternal breathing on fetal-maternal heart rate coordination. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 106*(33), 13661-13666.
- van Ulzen, N. R., Lamoth, C. J. C., Daffertshofer, A., Semin, G. R., & Beek, P. J. (2008). Characteristics of instructed and uninstructed interpersonal coordination while walking side-by-side. *Neuroscience Letters, 432*(2), 88-93.
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York: Routledge.
- Wiltermuth, S. S., & Heath, C. (2009). Synchrony and cooperation. *Psychological Science, 20*(1), 1-5.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Zhang, Y., Meng, T., Hou, Y., Pan, Y., & Hu, Y. (2018). Interpersonal brain synchronization associated with working alliance during psychological counseling. *Psychiatry Research: Neuroimaging, 282*, 103-109.
- Zilcha-Mano, S. (2017). Is the alliance really therapeutic? Revisiting this question in light of recent methodological advances. *American Psychologist, 72*(4), 311-325.



■ Γ' ΜΕΡΟΣ ■

Βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων
και της επικοινωνίας



ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΟΥ ΔΕΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΣΧΕΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Η άνθηση της επιστήμης των σχέσεων

Mario Mikulincer και Phillip R. Shaver

Η θεωρία του δεσμού, ως ένα από σύγχρονα εννοιολογικά πλαίσια που ασκούν πολύ σημαντική επίδραση, συμβάλλει στην κατανόηση της ψυχικής υγείας, της ψυχολογικής λειτουργίας και της κοινωνικής συμπεριφοράς. Στην πρωτοποριακή παρουσίαση της θεωρίας του, ο Bowlby (1982) εξήγησε γιατί η δημιουργία σχέσεων με άτομα πρόθυμα να προσφέρουν φροντίδα και αγάπη, ήδη από τη βρεφική ηλικία, είναι τόσο σημαντική για την ανάπτυξη μιας αίσθησης σιγουριάς και ασφάλειας (βλ. επίσης Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο). Αυτή η αίσθηση διευκολύνει τη συναισθηματική ρύθμιση, προάγει τις αρμονικές και ικανοποιητικές διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις και διατηρεί την ψυχολογική ευημερία και την ψυχική υγεία. Σε αυτό το κεφάλαιο, κάνουμε μια σύντομη επισκόπηση των βασικών εννοιών της θεωρίας του δεσμού, εστιάζοντας στον κύκλο «διεύρυνσης και επαύξησης» της ασφάλειας του δεσμού (Mikulincer & Shaver, 2003), καθώς και στη συμβολή των ασφαλών δεσμών στην ενίσχυση της ανάπτυξης. Στη συνέχεια, εξετάζουμε και αξιολογούμε εμπειρικά ευρήματα σχετικά με τους τρόπους με τους οποίους η θεωρία του δεσμού εφαρμόζεται στα πεδία της ψυχοθεραπείας, της εκπαίδευσης, της υγείας και της ιατρικής, αλλά και της ηγεσίας και της διεύθυνσης.

ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΔΕΣΜΟΥ: ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Σύμφωνα με τη θεωρία του δεσμού ή θεωρία της προσκόλλησης (Bowlby, 1982), τα ανθρώπινα όντα γεννιούνται με ένα έμφυτο και εξελικτικά καθορισμένο ψυχοβιολογικό σύστημα (το *συμπεριφορικό σύστημα του δεσμού*) που

τα ωθεί να αναζητούν εγγύτητα σε προστατευτικούς άλλους (*πρόσωπα προσκόλλησης*) σε στιγμές ανάγκης (βλ. επίσης van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο). Σύμφωνα με τον Bowlby (1988), τα πρόσωπα προσκόλλησης λειτουργούν ως «ασφαλές καταφύγιο» σε στιγμές ανάγκης –παρέχοντας δηλαδή προστασία, παρηγοριά και ανακούφιση– αλλά και ως «ασφαλής βάση», ενθαρρύνοντας την αυτόνομη επιδίωξη στόχων που δεν σχετίζονται με τον δεσμό και παραμένοντας διαθέσιμα σε περίπτωση που χρειαστεί η συνδρομή τους. Με αυτόν τον τρόπο, τα πρόσωπα προσκόλλησης παρέχουν μια αίσθηση ασφάλειας (καλλιεργείται δηλαδή στο άτομο η αίσθηση πως είναι άξιο και αγαπητό και ότι οι άλλοι θα είναι υποστηρικτικοί στην περίπτωση που θα τους χρειαστεί). Η παροχή αυτής της αίσθησης ασφάλειας κανονικά θέτει ένα τέλος στις απόπειρες αναζήτησης εγγύτητας και επιτρέπει στο άτομο να λειτουργεί καλύτερα σε ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων εκτός των ορίων του δεσμού, όπως η εξερεύνηση, η μάθηση, οι διαπροσωπικές ανταλλαγές και η αναζήτηση ερωτικού συντρόφου.

Ο Bowlby (1973) περιέγραψε, επίσης, σημαντικές ατομικές διαφορές στον βαθμό στον οποίο κάθε άτομο έχει μια σταθερή αίσθηση ασφάλειας. Κατά την άποψή του, αφετηρία αυτών των ατομικών διαφορών συνιστούν οι αντιδράσεις των προσώπων δεσμού στις απόπειρες του ατόμου να αισθανθεί εγγύτητα και να λάβει υποστήριξη σε στιγμές ανάγκης, καθώς και η ενσωμάτωση αυτών των αντιδράσεων σε νοητικές αναπαραστάσεις του εαυτού και των άλλων (*εσωτερικά μοντέλα εργασίας*). Οι αλληλεπιδράσεις με πρόσωπα προσκόλλησης που επιδεικνύουν ευαισθησία και ανταποκρίνονται στις απόπειρες αναζήτησης εγγύτητας του ατόμου διευκολύνουν την ομαλή, φυσιολογική λειτουργία του συστήματος του δεσμού, προάγουν μια αίσθηση συνδεσιμότητας και ασφάλειας και συμβάλλουν σε θετικά μοντέλα εργασίας του εαυτού και των άλλων. Ωστόσο, όταν τα πρόσωπα προσκόλλησης δεν είναι αξιόπιστα ως προς τη διαθεσιμότητά τους και την ετοιμότητά τους να φανούν υποστηρικτικά σε στιγμές ανάγκης, οι ανησυχίες του ατόμου για την κοινωνική αξία του και για τις βλαπτικές προθέσεις των άλλων ενδυναμώνονται, με αποτέλεσμα το άτομο να αισθάνεται λιγότερη σιγουριά στις διαπροσωπικές σχέσεις του, χάνοντας παράλληλα την εμπιστοσύνη του στην ικανότητά του να αντιμετωπίζει επιτυχώς απειλές και προκλήσεις (Bowlby, 1973).

Μεταφέροντας αυτές τις θεωρητικές ιδέες στην ενήλικη ζωή, οι ερευνητές έχουν επικεντρωθεί στην έννοια του *προσανατολισμού δεσμού* ενός προσώπου, ενός συστηματικού προτύπου σχεσιακών προσδοκιών, συναισθημάτων και συμπεριφορών που προκύπτει από ένα συγκεκριμένο ιστορικό αλληλεπιδράσεων με πρόσωπα προσκόλλησης (Fraley & Shaver, 2000). Τα διάφορα είδη προσανατολισμού γίνονται αντιληπτά ως περιοχές σε έναν συνεχή διδιάστατο χώρο (π.χ. Brennan, Clark, & Shaver, 1998). Η μία διάσταση, η σχετιζόμενη με τον δεσμό *αποφυγή*, αντιπροσωπεύει τον βαθμό στον οποίο κάποιος δυσπιστεί απέναντι

στις προθέσεις των άλλων και αμυντικά προσπαθεί να διατηρήσει υπερβολική συμπεριφορική και συναισθηματική ανεξαρτησία. Η άλλη διάσταση, η οποία αφορά το άγχος που σχετίζεται με την προσκόλληση, αντιπροσωπεύει τον βαθμό στον οποίο κάποιος ανησυχεί ότι οι άλλοι δεν θα είναι διαθέσιμοι τις στιγμές που θα τους χρειαστεί και αναζητά αγωνιωδώς αγάπη και φροντίδα. Ο γενικός προσανατολισμός δεσμού ενός ατόμου μπορεί να θεωρηθεί ο κορυφαίος κόμβος σε ένα πολύπλοκο δίκτυο αναπαραστάσεων δεσμού, ορισμένες εκ των οποίων ισχύουν μόνο για συγκεκριμένα άτομα και σχέσεις, ενώ άλλες ισχύουν μόνο σε ορισμένα σχεσιακά πλαίσια (Collins & Read, 1994). Αυτές οι πιο ειδικές νοητικές αναπαραστάσεις μπορούν να ενεργοποιηθούν από πραγματικές ή φανταστικές συναντήσεις με υποστηρικτικούς ή μη υποστηρικτικούς άλλους, ακόμη και αν αυτές είναι ασύμβατες με τον κυρίαρχο προσανατολισμό δεσμού (Mikulincer & Shaver, 2007).

Έχουμε υποστηρίξει (Mikulincer & Shaver, 2003) ότι η θέση που καταλαμβάνουν τα άτομα στον διδιάστατο χώρο άγχους-αποφυγής αντικατοπτρίζει τόσο την αίσθησή τους για την ασφάλεια του δεσμού όσο και τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίζουν απειλές και προκλήσεις. Οι άνθρωποι που συγκεντρώνουν χαμηλή βαθμολογία και στις δύο διαστάσεις ανασφάλειας αισθάνονται σε γενικές γραμμές ασφαλείς, έχουν θετικά μοντέλα εργασίας για τον εαυτό τους και τους άλλους και τείνουν να χρησιμοποιούν εποικοδομητικές και αποτελεσματικές στρατηγικές συναισθηματικής ρύθμισης. Οι άνθρωποι που συγκεντρώνουν υψηλή βαθμολογία στη διάσταση του άγχους ή της αποφυγής, ή και στις δύο διαστάσεις, υποφέρουν από ανασφάλειες και ανησυχίες σχετικές με τον ίδιο τον δεσμό και τείνουν να χρησιμοποιούν δευτερεύουσες στρατηγικές δεσμού τις οποίες εμείς, ακολουθώντας τους Cassidy και Kobak (1988), προσδιορίζουμε ως «υπερ-ενεργοποίηση» ή «απενεργοποίηση» του συστήματος δεσμού ενόψει απειλών, απογοητεύσεων, απορρίψεων και απωλειών. Οι άνθρωποι που συγκεντρώνουν υψηλή βαθμολογία στη διάσταση του σχετιζόμενου με τον δεσμό άγχους στηρίζονται σε στρατηγικές υπερ-ενεργοποίησης – ενεργητικές προσπάθειες με σκοπό τη λήψη υποστήριξης και αγάπης σε συνδυασμό με έλλειψη εμπιστοσύνης ότι θα τους προσφερθούν τελικά αυτά τα επιθυμητά βοηθητικά μέσα, καθώς και με αισθήματα θυμού και απόγνωσης, όταν δεν προσφέρονται (Cassidy & Kobak, 1988). Αντίθετα, οι άνθρωποι που συγκεντρώνουν υψηλή βαθμολογία στη διάσταση που αφορά τη σχετική με τον δεσμό αποφυγή τείνουν να χρησιμοποιούν στρατηγικές απενεργοποίησης, προσπαθώντας να μην αναζητούν εγγύτητα όταν αισθάνονται απειλή, αρνούμενοι την ευαλωτότητα και τις ανάγκες των άλλων και αποφεύγοντας την οικειότητα και την αλληλεξάρτηση στις σχέσεις. Οι άνθρωποι που συγκεντρώνουν υψηλή βαθμολογία και στις δύο διαστάσεις (αυτοί που χαρακτηρίζονται ως «μετά τρόπο αποφευκτικό» από τον Bartholomew, 1990) προτιμούν ασυνεπείς και αντικρουόμενες σχεσιακές

στρατηγικές, βασιζόμενες στην επιθυμία τους για παρηγοριά και εγγύτητα, τις οποίες ταυτόχρονα φοβούνται.

Ο ΚΥΚΛΟΣ ΔΙΕΥΡΥΝΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΥΞΗΣΗΣ ΤΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΟΥ ΔΕΣΜΟΥ

Σύμφωνα με το μοντέλο μας για τη λειτουργία του συστήματος δεσμού στους ενήλικες (Mikulincer & Shaver, 2003, 2016), η αξιολόγηση σχετικά με τη διαθεσιμότητα και την υποστηρικτικότητα ενός προσώπου προσκόλλησης σε στιγμές ανάγκης ενεργοποιεί αυτόματα τις νοητικές αναπαραστάσεις της ασφάλειας του δεσμού. Αυτές οι αναπαραστάσεις περιλαμβάνουν εξίσου τη δηλωτική και τη διαδικαστική γνώση που οργανώνεται γύρω από ένα σχεσιακό πρότυπο ή ένα «σενάριο ασφαλούς βάσης» (Waters & Waters, 2006), αποτελούμενο από προτάσεις που ακολουθούν τη δομή «αν-τότε», για παράδειγμα: «Αν συναντήσω ένα εμπόδιο ή/και αισθανθώ πίεση, μπορώ να προσεγγίσω έναν σημαντικό άλλον για να του ζητήσω βοήθεια» είναι πιθανό να είναι διαθέσιμος και υποστηρικτικός· θα αισθανθώ ανακούφιση και παρηγοριά ως αποτέλεσμα της εγγύτητας με αυτό το άτομο· στη συνέχεια θα μπορέσω να επιστρέψω σε άλλες δραστηριότητες». Για ένα άτομο που έχει βιώσει πολλές εμπειρίες, που συμβάλλουν στην κατασκευή αυτού του είδους σεναρίου, είναι πιο εύκολο να αντιμετωπίζει αγχωτικές καταστάσεις διατηρώντας την αισιοδοξία του και να αισθάνεται σχετική ηρεμία όσο προσπαθεί να τα βγάλει πέρα με ένα πρόβλημα. Πράγματι, οι έφηβοι και οι ενήλικες που βαθμολογούνται χαμηλότερα στις κλίμακες άγχους ή αποφυγής δεσμού (που αισθάνονται δηλαδή πιο ασφαλείς) είναι περισσότερο πιθανό να έχουν κατά νου πλούσια και πλήρως αναπτυγμένα σενάρια ασφαλούς βάσης, όταν αφηγούνται ιστορίες ή όνειρα που περιλαμβάνουν κάποια απειλή (π.χ. Mikulincer, Shaver, Sapir-Lavid, & Avihou-Kanza, 2009).

Η διαθεσιμότητα των προσώπων προσκόλλησης προάγει επίσης αυτό που εμείς, ακολουθώντας τον Fredrickson (2001), ονομάζουμε κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού, ο οποίος ενισχύει την ανθεκτικότητα ενός ατόμου και διευρύνει τις προοπτικές του, την ευελιξία των μηχανισμών αντιμετώπισης, καθώς και τις δεξιότητες και τις ικανότητές του. Μεταδίδοντας μια διάχυτη αίσθηση ασφάλειας, κατευνάζοντας τη δυσφορία και προκαλώντας θετικά συναισθήματα, οι αλληλεπιδράσεις με πρόσωπα προσκόλλησης υψηλής αποκρισιμότητας στις ανάγκες του άλλου επιτρέπουν στα άτομα που αισθάνονται γενικά ασφαλή να παραμένουν σχετικά ατάραχα σε περιόδους στρες και να βιώνουν για μεγαλύτερες περιόδους θετικά συναισθήματα, γεγονός που συμβάλει στη σταθερή συναισθηματική ευημερία και την καλή ψυχική υγεία τους (βλ. επίσης Crano & Ruybal· Kross· και Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο). Αυτή η αυξημένη ανθεκτικότητα διατηρείται ακόμη περισσότερο χάρη σε ένα απόθεμα

βασικών θετικών νοητικών αναπαραστάσεων και αναμνήσεων, προερχόμενων από αλληλεπιδράσεις με πρόσωπα προσκόλλησης υψηλής αποκρισιμότητας. Κατά τη διάρκεια αυτών των αλληλεπιδράσεων, οι άνθρωποι μαθαίνουν ότι η δυσφορία είναι διαχειρίσιμη και ότι οι άλλοι είναι καλοπροαίρετοι, αξιόπιστοι και ευγενικοί. Μαθαίνουν, επίσης, να βλέπουν τον εαυτό τους ως ισχυρό και ικανό, επειδή μπορούν να κινητοποιήσουν αποτελεσματικά την υποστήριξη ενός σημαντικού άλλου, όταν χρειάζεται, αλλά και να λειτουργήσουν αυτόνομα, όταν οι συνθήκες το απαιτούν. Επιπλέον, αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους ως πολύτιμο, αξιαγάπητο και ιδιαίτερο, χάρη στο γεγονός ότι τα πρόσωπα προσκόλλησης, που νοιάζονται γι' αυτούς, τους εκτιμούν, τους αγαπούν και τους θεωρούν ξεχωριστούς. Η έρευνα έχει δείξει επανειλημμένα ότι η ελπίδα, η αισιοδοξία και οι θετικές σκέψεις για τον εαυτό και τους άλλους είναι χαρακτηριστικά εκείνων που έχουν κατακτήσει ένα γενικό αίσθημα ασφάλειας (π.χ. Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel, & Thomson, 1993· Collins & Read, 1990· Mikulincer & Florian, 1998).

Εκτός από το ότι ενισχύουν τη δύναμη και την ανθεκτικότητα του ατόμου, οι εμπειρίες διαθεσιμότητας των προσώπων δεσμού επιδρούν ευεργετικά στις φιλο-σχεσιακές γνώσεις (πεποιθήσεις ότι η εγγύτητα προσφέρει πλούσια συναισθηματική ανταμοιβή και ότι μπορεί κανείς να εμπιστευτεί τους άλλους με τους οποίους έχει αναπτύξει κάποια σχέση), αυξάνοντας κατ' αυτόν τον τρόπο τις πιθανότητες των ανθρώπων με ασφαλή δεσμό να δημιουργήσουν και να διατηρήσουν στενές και αρμονικές σχέσεις. Επιπλέον, αυτή η αυξημένη ανθεκτικότητα επιτρέπει στους ανθρώπους με ασφαλή δεσμό να αισθάνονται σιγουριά και προστασία, χωρίς να χρειάζεται να επιστρατεύσουν αμυντικές στρατηγικές ικανές να στρεβλώσουν την αντίληψη και να προκαλέσουν ένταση και σύγκρουση (βλ. επίσης Krahe, σε αυτόν τον τόμο). Αντίθετα, μπορούν να αφιερώσουν νοητικούς πόρους, οι οποίοι διαφορετικά θα καταναλώνονταν σε προληπτικούς, αμυντικούς ελιγμούς, στην επιδίωξη άλλων στόχων που δεν αφορούν τον δεσμό (π.χ. εξερεύνηση, σύνδεση). Περαιτέρω, πιστεύοντας ότι η υποστήριξη θα είναι διαθέσιμη σε περίπτωση ανάγκης, οι άνθρωποι με ασφαλή δεσμό μπορούν να πάρουν προσεκτικά μελετημένα ρίσκα και να αποδεχτούν σημαντικές προκλήσεις, ικανές να συμβάλουν στη διεύρυνση των προοπτικών τους και στη διευκόλυνση της επιδίωξης της αυτοπραγμάτωσης. Πράγματι, η έρευνα έχει δείξει ότι οι ενήλικες που βαθμολογούνται χαμηλότερα στις κλίμακες άγχους ή/και αποφυγής σχετικά με τον δεσμό δημιουργούν πιο σταθερές και αμοιβαία ικανοποιητικές στενές σχέσεις, έχοντας, ταυτόχρονα, την τάση να συμμετέχουν πλήρως, να απολαμβάνουν και να διαπρέπουν σε δραστηριότητες ανεξάρτητες του δεσμού, όπως η μάθηση, η παροχή φροντίδας και οι σεξουαλικές σχέσεις (βλ. Feeney, 2016· Mikulincer & Shaver, 2016, για επισκοπήσεις).

Θεωρητικά, ο κύκλος διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού ανανεώνεται κάθε φορά που ένα άτομο παρατηρεί ότι ένα πραγματικό ή φα-

ντασιακό περιποιοητικό πρόσωπο προσκόλλησης είναι διαθέσιμο σε περιόδους πίεσης. Εξετάζοντας αυτή την υπόθεση, οι ερευνητές προκάλεσαν πειραματικά την προέγερση των αναπαραστάσεων ενός προσώπου προσκόλλησης υψηλής αποκρισιμότητας, εκθέτοντας τους συμμετέχοντες στο όνομα ή την εικόνα αυτού του προσώπου ή, εναλλακτικά, ζητώντας τους να φέρουν στον νου τους την εικόνα αυτού του προσώπου ή να φανταστούν μια αλληλεπίδραση μαζί του που ενισχύει το αίσθημα ασφάλειας (βλ. Mikulincer & Shaver, 2016, για μια επισκόπηση των τεχνικών προέγερσης· βλ. επίσης Papies, σε αυτόν τον τόμο, για τις επιδράσεις της προέγερσης ενδείξεων τροφής στην κατανάλωση φαγητού). Τα ευρήματα έχουν δείξει με συνέπεια ότι η δημιουργία ενός πλαισίου στηριζόμενου στην αίσθηση ασφάλειας (*προέγερση ασφάλειας*) έχει θετικές επιδράσεις στις κοινωνικές γνώσεις, στη διάθεση και στην ψυχολογική λειτουργία (π.χ. Luke, Sedikides, & Carnelley, 2012· Mikulincer, Shaver, Gillath, & Nitzberg, 2005· Otway, Carnelley, & Rowe, 2014).

Αυτά τα εργαστηριακά ευρήματα ενέπνευσαν τους ερευνητές που ασχολούνται με το θέμα του δεσμού ώστε να εξετάσουν την ανανέωση του κύκλου διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού σε σχεσιακά πλαίσια της πραγματικής ζωής (βλ. Fiedler, σε αυτόν τον τόμο, για την ανάγκη υψηλά ελεγχόμενων εργαστηριακών πειραμάτων, προτού περάσουμε στις μελέτες πεδίου). Αυτές οι μελέτες πεδίου έχουν διαπιστώσει με συνέπεια ότι, όταν οι υποστηρικτικές συμπεριφορές του άλλου σε μια σχέση είναι εμφανείς, σημαντικές σε προσωπικό επίπεδο και επαναλαμβανόμενες σε βάθος χρόνου, αλλά και από τη μία κατάσταση στην άλλη, οι χρόνια ανασφαλείς άνθρωποι τείνουν να αναπτύσσουν έναν αποτελεσματικότερο τρόπο αντιμετώπισης των προβλημάτων και των αντιξοοτήτων της ζωής, καθώς και να επενδύουν νοητικούς πόρους σε άλλες δραστηριότητες που δεν σχετίζονται με τον δεσμό (βλ. Mikulincer & Shaver, 2016, για μια επισκόπηση). Αυτές οι θεωρητικές ιδέες και τα ευρήματα εξασφαλίζουν τη θεμελίωση της εφαρμογής της θεωρίας του δεσμού σε μια ευρεία ποικιλία τομέων της ζωής, όπως οι συζυγικές σχέσεις, τα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα και τα πλαίσια παροχής ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης, με στόχο τη βελτίωση της ψυχολογικής λειτουργίας και της ποιότητας ζωής σε καθέναν από αυτούς τους τομείς. Στην επόμενη ενότητα, εξετάζουμε εν συντομία κάποιες από αυτές τις εφαρμογές της θεωρίας του δεσμού.

ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΤΟΥ ΔΕΣΜΟΥ

Αρχικά, η θεωρία του δεσμού (Bowlby, 1982) διατυπώθηκε για να εξηγήσει το συναισθηματικό δέσιμο βρέφους-γονιού αλλά και τους μηχανισμούς που ρυθμίζουν το άγχος και προάγουν την ανάπτυξη κατά την πρώιμη παιδική ηλικία.

Ωστόσο, με βάση τον ισχυρισμό του Bowlby (1979, σ. 129), σύμφωνα με τον οποίο οι ανάγκες δεσμού είναι ενεργές «από την κούνια έως τον τάφο», οι ερευνητές στον τομέα του δεσμού έχουν επεκτείνει τη θεωρία για να εξετάσουν τον κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού και τα ψυχολογικά προβλήματα που δημιουργούνται από τις σχετιζόμενες με τον δεσμό ανασφάλειες τόσο σε άλλα σχεσιακά πλαίσια όσο και σε άλλες ηλικίες και αναπτυξιακά στάδια (βλ. Mikulincer & Shaver, 2016, για μια επισκόπηση). Η διευρυμένη θεωρία χρησιμοποιείται για να εξηγήσει την ψυχολογική λειτουργία και ευημερία σε πολλούς διαφορετικούς τομείς της ζωής, καθώς και για να κατασκευάσει προγράμματα παρέμβασης που ενισχύουν τον κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού σε αυτούς τους τομείς. Αυτού του είδους οι εφαρμογές βασίζονται σε τρεις αρχές:

- (α) Οι απειλές και τα συμβάντα που προκαλούν δυσφορία σε έναν δεδομένο τομέα της ζωής ενεργοποιούν το σύστημα δεσμού και τα κυρίαρχα μοντέλα εργασίας ενός ατόμου για τον εαυτό του και τους άλλους, γεγονός που με τη σειρά του διαμορφώνει τα κίνητρα, τις γνώσεις και τις συμπεριφορές του σε αυτόν τον τομέα.
- (β) Οι αποκρίσεις ενός ατόμου στο στρες και στη δυσφορία σε έναν δεδομένο τομέα της ζωής επηρεάζονται, επίσης, από την ποιότητα των αλληλεπιδράσεων με άλλους, οι οποίοι εκπληρώνουν τον ρόλο των προσώπων προσκόλλησης σε αυτό το πλαίσιο· δηλαδή, αλληλεπιδράσεις με πρόσωπα που αποτελούν στόχο αναζήτησης εγγύτητας σε στιγμές ανάγκης και δυνητικούς παρόχους ενός σίγουρου καταφυγίου ή/και μιας ασφαλούς βάσης σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο.
- (γ) Οι αλληλεπιδράσεις με ένα ευαίσθητο πρόσωπο προσκόλλησης, που ανταποκρίνεται πρόθυμα στις ανάγκες του ατόμου σε έναν δεδομένο τομέα της ζωής, ενεργοποιούν έναν κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού στο συγκεκριμένο πλαίσιο, καθώς και την αλληλουχία θετικών αποτελεσμάτων, όπως αυτή προκύπτει από τον κύκλο.

Λαμβάνοντας υπόψη αυτές τις αρχές, η θεωρία του δεσμού μπορεί να εφαρμοστεί σε κάθε τομέα της ζωής στον οποίο οι άνθρωποι αισθάνονται απειλή ή δυσφορία και στον οποίο υπάρχει ένα πραγματικό ή συμβολικό πρόσωπο που μπορεί να προσφέρει ένα σίγουρο καταφύγιο και μια ασφαλή βάση. Το πρόσωπο αυτό μπορεί να διατηρεί στενή συναισθηματική σχέση με το απειλούμενο άτομο (π.χ. γονιός, φίλος, σύζυγος) ή μπορεί να κατέχει τον τυπικό ρόλο ενός «ισχυρότερου και σοφότερου» φροντιστή σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο (π.χ. εκπαιδευτικός, θεραπευτής, διευθυντής, ιερέας). Σε τέτοιες περιπτώσεις, ο κυρίαρχος προσανατολισμός δεσμού ενός ατόμου μπορεί να προβληθεί στον δυνητικό πάροχο ασφάλειας, με αποτέλεσμα να επηρεάσει το πρότυπο της σχέσης και τις

αποκρίσεις του ατόμου προς το πρόσωπο προσκόλλησης. Ωστόσο, η αποκρισιμότητα αυτού του προσώπου στις απόπειρες του ατόμου για αναζήτηση εγγύτητας και υποστήριξης μπορεί να αντισταθμίσει αυτή την προβολή και να προκαλέσει ουσιαστικές αλλαγές στην ψυχολογική λειτουργία ενός αποδέκτη φροντίδας. Ως εκ τούτου, παρεμβάσεις βασισμένες στον δεσμό που έχουν σχεδιαστεί ώστε να επιφέρουν μια θετική ψυχολογική αλλαγή σε έναν ορισμένο τομέα της ζωής (α) στοχεύουν στον πάροχο ασφάλειας ως φορέα αλλαγής και (β) προσπαθούν να αυξήσουν την αποκρισιμότητα και την ικανότητά του να παρέχει ενσυναισθητική και αποτελεσματική φροντίδα, υποστηρίζοντας την αυτόνομη ανάπτυξη και ευημερία του ατόμου που βιώνει μια κατάσταση δυσφορίας.

Η θεωρία του δεσμού εφαρμόστηκε καταρχήν στη σχέση παιδιού-γονιού. Πολυάριθμες συγχρονικές και προοπτικές διαχρονικές μελέτες διαπίστωσαν σταθερά ότι η αποκρισιμότητα των γονιών στα σήματα και στις ανάγκες των βρεφών τους συνέβαλλε στον βαθμό στον οποίο τα παιδιά αισθάνονταν ασφαλή σε σχέση με τους γονείς τους (στο *Strange Situation* της Ainsworth· Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978), αλλά και σε πιο ευνοϊκά αναπτυξιακά αποτελέσματα (βλ. Thompson, 2015, για μια επισκόπηση· βλ. επίσης Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο). Υπάρχουν, επίσης, εκτενή στοιχεία που συνηγορούν υπέρ της υπόθεσης ότι οι προσανατολισμοί δεσμού των γονιών συμβάλλουν στην ασφάλεια του δεσμού του παιδιού τους, όπως και στην ευνοϊκή ψυχολογική ανάπτυξή του (βλ. Verhage et al., 2016, για μια επισκόπηση και μετα-ανάλυση). Διαχρονικές μελέτες έχουν αποκαλύψει ότι αυτές οι επιδράσεις συνήθως επιβιώνουν στο πέρασμα του χρόνου και συμβάλλουν στην ευημερία και τη λειτουργικότητα του ατόμου τόσο στην εφηβική ηλικία όσο και στην ενήλικη ζωή (π.χ. Haydon, Collins, Salvatore, Simpson, & Roisman, 2012).

Με βάση αυτά τα ευρήματα, οι παιδοψυχολόγοι έχουν δημιουργήσει προγράμματα παρέμβασης βασιζόμενα στον δεσμό, τα οποία στοχεύουν στην αύξηση της αποκρισιμότητας των γονιών ως μέσου προώθησης της θετικής ανάπτυξης των παιδιών. Ορισμένα από αυτά τα προγράμματα περιλαμβάνουν βραχυπρόθεσμες παρεμβάσεις (διάρκειας 5-16 εβδομάδων), βασισμένες κυρίως στην ψυχοεκπαίδευση των γονιών και την ανατροφοδότηση μέσω της μαγνητοσκόπησης της συμπεριφοράς τους κατά τη διάρκεια αλληλεπιδράσεων με τα βρέφη τους. Τα ερευνητικά ευρήματα δείχνουν με σαφήνεια ότι η ασφάλεια του δεσμού των βρεφών ενισχύεται όταν οι γονείς συμμετέχουν σε αυτά τα βραχυπρόθεσμα προγράμματα, ιδίως όταν οι ίδιοι δείχνουν βελτιωμένη αποκρισιμότητα μετά την παρέμβαση (βλ. Mountain, Cahill, & Thorpe, 2017, για μια επισκόπηση και μετα-ανάλυση). Παρόμοιες θετικές επιδράσεις παρατηρήθηκαν σε μελέτες πιο εντατικών και μεγαλύτερης διάρκειας (διάρκειας από 20 εβδομάδες έως 1 έτος) προγραμμάτων παρέμβασης (π.χ. Hoffman, Marvin, Cooper, & Powell, 2006· Lieberman, Ippen, & Van Horn, 2006· Slade, Sadler, & Mayes,

2005). Οι περισσότερες από αυτές τις παρεμβάσεις περιλαμβάνουν, πέραν της ψυχοεκπαίδευσης και της ανατροφοδότησης μέσω μαγνητοσκοπημένων αλληλεπιδράσεων, ψυχοθεραπευτικές τεχνικές στοχευμένες στο να διορθώσουν φόβους και άμυνες των γονιών σχετικές με τον δεσμό που παρεμποδίζουν την παροχή συναισθηματικής φροντίδας.

Στην ενήλικη ζωή, ένας ρομαντικός σύντροφος ή σύζυγος αποτελεί συχνά το πρωταρχικό πρόσωπο προσκόλλησης ενός ατόμου (π.χ. Zeifman & Hazan, 2016). Ως εκ τούτου, η θεωρία του δεσμού εφαρμόζεται στον τομέα της συμβουλευτικής που απευθύνεται σε ζευγάρια και συζύγους. Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 40 ετών, εκατοντάδες μελέτες έχουν τεκμηριώσει την καθοριστικής σημασίας συμβολή του κυρίαρχου προσανατολισμού προσκόλλησης ενός ατόμου στα κίνητρα, στις γνώσεις, στα συναισθήματα και στη συμπεριφορά του, στο πλαίσιο συντροφικών και συζυγικών σχέσεων (βλ. Feeney, 2016· και Mikulincer & Shaver, 2016, για επισκοπήσεις). Ταυτόχρονα, ολοένα και περισσότερα στοιχεία υποστηρίζουν ότι ένας ευαίσθητος και με υψηλή αποκρισιμότητα ρομαντικός σύντροφος μπορεί να αντισταθμίσει την καταστρεπτική παρέμβαση των σχετιζόμενων με τον δεσμό ανασφαλειών του άλλου συντρόφου στη σχέση του ζευγαριού, ανακόπτοντας τις επιζήμιες συνέπειες του άγχους και της αποφυγής του δεσμού (βλ. Arriaga, Kumashiro, Simpson, & Overall, 2018, για μια επισκόπηση). Επιπλέον, έχει διαπιστωθεί ότι οι υποστηρικτικές και τρυφερές αλληλεπιδράσεις των ζευγαριών μετριάζουν τη δυσφορία των συντρόφων και συμβάλλουν στην ψυχολογική ευημερία, στη σωματική υγεία και στη μακροζωία (βλ. Holt-Lunstad & Smith, 2012· Taylor & Broffman, 2011, για επισκοπήσεις). Συσχετιστικές και πειραματικές μελέτες έχουν, επίσης, δείξει ότι οι πραγματικές ή φανταστικές αλληλεπιδράσεις με έναν ή μία σύντροφο ή σύζυγο υψηλής αποκρισιμότητας στις ανάγκες του άλλου προωθούν μια μεγάλη ποικιλία φιλο-σχεσιακών σκέψεων και συμπεριφορών που αυξάνουν τη σταθερότητα της σχέσης και την ικανοποίηση που αντλείται από αυτή (βλ. Reis, 2014, για μια επισκόπηση).

Το αυξανόμενο σύνολο στοιχείων που υπογραμμίζουν τον ενισχυτικό για την ανάπτυξη ρόλο της αποκρισιμότητας ενός συντρόφου στη σχέση του ζευγαριού οδήγησε τη Sue Johnson (2003) να εφαρμόσει τη θεωρία του δεσμού στο πεδίο της θεραπείας ζεύγους και να αναπτύξει μια παρέμβαση βασισμένη στον δεσμό – την Εστιασμένη στο Συναίσθημα Θεραπεία (Emotion-Focused Therapy, EFT). Η Johnson (2003) προσεγγίζει τη δυσφορία της σχέσης ως απόρροια της έλλειψης αποκρισιμότητας του ενός συντρόφου στις απόπειρες αναζήτησης υποστήριξης του άλλου συντρόφου, αλλά και ως αποτέλεσμα των μη αναγνωρισμένων και μη εκπληρωμένων αναγκών δεσμού κάθε συντρόφου (*τραύματα δεσμού*). Η θεραπεία EFT βοηθά τους συντρόφους να αναγνωρίσουν βασικές ανάγκες, ανασφάλειες και τραύματα σχετικά με τον δεσμό και να βελτιώσουν την ικανότητά τους να αποκρίνονται ο ένας στον άλλον με φροντίδα, που χαρακτηρίζεται από υψηλή

ευαισθησία και αποκρισιμότητα, με αποτέλεσμα πιο θετικές και φιλο-σχεσιακές αλληλεπιδράσεις (βλ. επίσης Walton & Brady, για τις θετικές αλληλεπιδράσεις, σε αυτόν τον τόμο). Υπάρχουν σημαντικές ενδείξεις πως με την ενίσχυση της λειτουργίας των συντρόφων ως ασφαλούς βάσης μειώνεται δραστικά η δυσφορία εντός της σχέσης και βελτιώνεται η ποιότητά της (βλ. Greenman, Johnson, & Wiebe, 2019, για μια επισκόπηση).

Εκτός από αυτά τα δύο σχεσιακά πλαίσια γονιών-παιδιών και ζεύγους, η θεωρία του δεσμού έχει εφαρμοστεί και σε άλλους τομείς της ζωής, στους οποίους ένα πρόσωπο κατέχει τυπικά ή αναμένεται να αναλάβει τον ρόλο του παρόχου ασφάλειας (π.χ. εκπαιδευτικός, θεραπευτής, επόπτης). Στις επόμενες ενότητες, εξετάζουμε ορισμένες από αυτές τις εφαρμογές στη συμβουλευτική και στην ψυχοθεραπεία, στην εκπαίδευση, στην υγεία και στην ιατρική, καθώς και στην ηγεσία και στη διεύθυνση.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Εφαρμόζοντας τη θεωρία του δεσμού στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία, ο Bowlby (1988) έδωσε έμφαση στο γεγονός ότι οι πελάτες συνήθως ξεκινούν θεραπεία ενόσω βιώνουν μια κατάσταση ματαιώσης, δυσφορίας και ψυχολογικής οδύνης, η οποία, ενεργοποιώντας αυτόματα το σύστημα δεσμού τους, τους κάνει να αναζητήσουν υποστήριξη και ανακούφιση. Οι ανάγκες δεσμού είναι εύκολο να κατευθυνθούν προς τους θεραπευτές, διότι οι θεραπευτές, τουλάχιστον όταν ο πελάτης πιστεύει στις θεραπευτικές δυνάμεις τους, γίνονται αντιληπτοί ως «ισχυρότεροι και σοφότεροι» φροντιστές. Οι θεραπευτές αναμένεται να γνωρίζουν καλύτερα απ' ό,τι οι πελάτες τους πώς πρέπει να αντιμετωπιστούν τα προβλήματα των πελατών τους, κατέχοντας τον κυρίαρχο ρόλο στη σχέση, εκείνον της παροχής φροντίδας. Ως αποτέλεσμα, ο θεραπευτής μπορεί εύκολα να αναχθεί σε δυνητικό πάροχο ασφάλειας και να γίνει στόχος της προβολής των σχετιζόμενων με τον δεσμό ανησυχιών και αμυνών του πελάτη. Επιπλέον, η αποκρισιμότητα του θεραπευτή στις απόπειρες αναζήτησης υποστήριξης των πελατών αποκτά καθοριστική σημασία για τη διευκόλυνση του κύκλου διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού των πελατών, καθώς και για την αύξηση των πιθανοτήτων θετικής έκβασης της θεραπείας (βλ. επίσης Koole et al., σε αυτόν τον τόμο). Βάσει αυτού, ο Bowlby (1988) ανέπτυξε ένα μοντέλο θεραπευτικής αλλαγής εστιασμένο στην ικανότητα ενός θεραπευτή με υψηλή αποκρισιμότητα να παρέχει μια ασφαλή βάση μέσω της οποίας οι πελάτες μπορούν να εξερευνήσουν και να κατανοήσουν τις επώδυνες εμπειρίες δεσμού τους, να εντοπίσουν και να επανεξετάσουν ανασφαλή μοντέλα εργασίας του εαυτού τους και των άλλων και να αποκτήσουν πιο προσαρμοστικά πρότυπα δημιουργίας σχέσεων.

Ο Bowlby (1988) ανέλυσε πέντε θεραπευτικά βήματα, ικανά να συμβάλουν στην αναθεώρηση νοητικών αναπαραστάσεων, εστιασμένων στην ανασφάλεια και στην επίτευξη θετικών θεραπευτικών αποτελεσμάτων. Σύμφωνα με το πρώτο βήμα, οι ψυχοθεραπευτές οφείλουν να παρέχουν στους πελάτες ένα ασφαλές καταφύγιο και μια ασφαλή βάση από την οποία μπορούν να αρχίσουν να εξερευνούν οδυνηρές αναμνήσεις, συναισθήματα και δυσπροσαρμοστικές πεποιθήσεις και συμπεριφορές. Αυτό συνιστά προϋπόθεση για τα υπόλοιπα στάδια της θεραπευτικής διαδικασίας. Το δεύτερο και το τρίτο βήμα που πρέπει να κάνουν οι ψυχοθεραπευτές είναι να ενθαρρύνουν τους πελάτες να εξετάσουν πώς οι πεποιθήσεις και οι προσδοκίες για τον εαυτό τους και τους άλλους επηρεάζουν το πώς σκέφτονται, αισθάνονται και δρουν στις σχέσεις, συμπεριλαμβανομένης της ίδιας της θεραπευτικής σχέσης. Το τέταρτο βήμα αφορά την ενθάρρυνση των πελατών να εκτιμήσουν πώς οι τρέχουσες σκέψεις, συμπεριφορές και συναισθήματα πιθανόν σχετίζονται με τις σχέσεις της παιδικής ηλικίας με τους γονείς ή με άλλους φροντιστές. Το πέμπτο βήμα είναι να βοηθήσουν τους πελάτες να κατανοήσουν ότι οι προηγούμενοι τρόποι σκέψης και συμπεριφοράς μπορεί να μην προσαρμόζονται αρμονικά στην παρούσα φάση της ζωής τους και να φανταστούν και να εφαρμόσουν εναλλακτικούς, πιο υγιείς τρόπους αντιμετώπισης και δημιουργίας σχέσεων. Κατ' αυτόν τον τρόπο, η ενθάρρυνση των ψυχοθεραπευτών προς την κατεύθυνση της εσωτερικής εξερεύνησης σε ένα ασφαλές περιβάλλον μπορεί να προωθήσει τον κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας των πελατών και να διευκολύνει εξίσου τη θεραπευτική αλλαγή και την προσωπική ανάπτυξη (βλ. επίσης Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο).

Η έρευνα έχει καταλήξει σε στοιχεία που υποστηρίζουν αυτή την εστιασμένη στον δεσμό εννοιολόγηση της ψυχοθεραπείας. Πολυάριθμες μελέτες έχουν δείξει ότι ο προσανατολισμός των προ-υπαρχόντων της θεραπείας δεσμών επηρεάζει τις στάσεις των πελατών απέναντι στους ψυχοθεραπευτές και στην ψυχοθεραπεία, θέτει τις βάσεις για την εδραίωση μιας καλής συμμαχίας εργασίας και επηρεάζει τα θεραπευτικά αποτελέσματα (βλ. Bernecker, Levy, & Ellison, 2014· Levy, Kivity, Johnson, & Gooch, 2018· και Mikulincer & Shaver, 2016, για επισκοπήσεις και μετα-αναλύσεις). Επιπλέον, υπάρχουν στοιχεία ότι οι πελάτες τείνουν να αντιλαμβάνονται τους ψυχοθεραπευτές ως παρόχους ασφάλειας (Parish & Eagle, 2003) και ότι η αποκρισιμότητα των ψυχοθεραπευτών έχει ευεργετικές επιδράσεις στην έκβαση της θεραπείας (π.χ. Hånås, Svartberg, & Ulvenes, 2015). Μελέτες έχουν, επίσης, διαπιστώσει ότι ο σχηματισμός ενός ασφαλούς δεσμού από τους πελάτες προς τον ψυχοθεραπευτή έχει ευεργετικές επιδράσεις στη θεραπευτική αλλαγή (βλ. Mallinckrodt & Jeong, 2015, για μια μετα-ανάλυση· βλ. επίσης Koole et al., σε αυτόν τον τόμο, για τον σημαντικό ρόλο που διαδραματίζει ο σχεσιακός συγχρονισμός ψυχοθεραπευτή-πελάτη στην προώθηση της θεραπευτικής αλλαγής). Υπάρχουν, παράλληλα, αυξανόμενα στοιχεία ότι η

θεραπεία μπορεί να απομακρύνει τους πελάτες από ανασφαλώς προσανατολισμένα είδη δεσμού και να τους κατευθύνει προς ασφαλώς προσανατολισμένα είδη δεσμού, μετατόπιση που αποτελεί καλή ένδειξη αποτελεσματικότητας της θεραπείας. Για παράδειγμα, οι Travis, Bliwise, Binder και Horne-Moyer (2001) διαπίστωσαν αύξηση στις αναφορές των πελατών για ασφαλή δεσμό κατά τη διάρκεια της αυστηρά οριοθετημένης χρονικά δυναμικής ψυχοθεραπείας, άμεσα συνδεδεμένης με τη μείωση της σοβαρότητας των ψυχιατρικών συμπτωμάτων. Ομοίως, οι Maxwell, Tasca, Ritchie, Balfour και Bissada (2014) διαπίστωσαν ότι οι σχετιζόμενες με τον δεσμό ανασφάλειες μειώθηκαν κατά τη διάρκεια της ομαδικής ψυχοθεραπείας και ότι αυτή η μείωση προέβλεπε βελτίωση της ευημερίας και της λειτουργικότητας των πελατών έως και 12 μήνες μετά τη θεραπεία.

Αρκετές τεκμηριωμένες θεραπείες έχουν ενσωματώσει τις αρχές της θεραπευτικής αλλαγής του Bowlby (1988) τόσο στην ατομική όσο και στην ομαδική ψυχοθεραπεία. Μεταξύ αυτών των θεραπειών συγκαταλέγονται οι ακόλουθες: Θεραπεία Βασισμένη στη Νοητικοποίηση (Mentalization-Based Therapy, MBT· Bateman & Fonagy, 2004), Επιταχυνόμενη Βιωματική-Δυναμική Ψυχοθεραπεία (Accelerated Experiential-Dynamic Psychotherapy, AEDP· Fosha, 2000), Ομαδική Ψυχοθεραπεία Βασισμένη στον Δεσμό (Attachment-Based Group Psychotherapy, ABGP· Marmarosh, Markin, & Spiegel, 2013) και Ομαδική Ψυχοδυναμική Διαπροσωπική Ψυχοθεραπεία (GPIP, Tasca, Mikail, & Hewitt, 2005). Αυτές οι παρεμβάσεις, βασισμένες στη θεωρία του δεσμού, αναγνωρίζουν ρητά το τραύμα που προκαλείται από την απόρριψη, τον αποχωρισμό και την απώλεια, τον αντίκτυπο αυτών των βιωμάτων στην ψυχική υγεία, όπως και τον αυτοεκπληρούμενο χαρακτήρα των μοντέλων εργασίας του δεσμού, αλλά και τα θετικά θεραπευτικά αποτελέσματα των παρεμβάσεων που επικεντρώνονται στην ανάπτυξη ασφαλών συναισθηματικών συνδέσεων στην ψυχοθεραπεία ή σε άλλες σχέσεις. Επιπλέον, υπογραμμίζουν πόσο σημαντικό είναι ο ψυχοθεραπευτής να παρέχει ένα σίγουρο καταφύγιο και μια ασφαλή βάση για τη διερεύνηση και την αναθεώρηση των δυσπροσαρμοστικών μοντέλων εργασίας. Υπάρχουν ολόένα και περισσότερα στοιχεία ότι αυτές ακριβώς οι προσεγγίσεις που βασίζονται στον δεσμό είναι πιο αποτελεσματικές από άλλες γνωστικές-συμπεριφορικές ή ψυχοδυναμικές προσεγγίσεις για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής λειτουργίας του ατόμου (π.χ. Bateman & Fonagy, 2008· Marmarosh et al., 2013· Maxwell et al., 2014).

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Η θεωρία του δεσμού έχει εφαρμοστεί στο πεδίο της εκπαίδευσης, όπου παρέχει ένα εννοιολογικό πλαίσιο για την κατανόηση της σχεσιακής βάσης της ακαδη-

μαϊκής απόδοσης και της κοινωνικοσυναισθηματικής προσαρμογής στο σχολείο (π.χ. Ladd, Kochenderfer-Ladd, & Rydell, 2014· Pianta, 2016). Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι ένα παιδί που διατηρεί έναν πιο ασφαλή δεσμό με τους γονείς του τείνει να θεωρεί ότι οι εκπαιδευτικοί ανταποκρίνονται σε μεγαλύτερο βαθμό στις ανάγκες του και να εκμαιεύει από αυτούς περισσότερη συμπεριφορά παροχής φροντίδας (βλ. Ahnert, Piquart, & Lamb, 2006, και Williford, Carter, & Pianta, 2016, για επισκοπήσεις και μετα-αναλύσεις). Επιπλέον, η ασφάλεια του δεσμού των παιδιών προς τους γονείς έχει συνδεθεί αξιόπιστα με μεγαλύτερη σχολική ετοιμότητα και καλύτερη κοινωνικοσυναισθηματική προσαρμογή στο σχολείο κατά τα πρώτα σχολικά χρόνια (βλ. Williford et al., 2016, για μια επισκόπηση).

Υπάρχει, επίσης, πλούσια θεωρητική και εμπειρική βιβλιογραφία σχετικά με τις επιδράσεις της αποκρισιμότητας των εκπαιδευτικών στην προσαρμογή των παιδιών στο σχολείο (βλ. Ladd et al., 2014· Pianta, 2016, για επισκοπήσεις). Θεωρητικά, οι εκπαιδευτικοί, κυρίως στις βαθμίδες του νηπιαγωγείου και του δημοτικού σχολείου, λειτουργούν ως πρόσωπα προσκόλλησης, τα οποία μπορούν να παρέχουν άνεση και υποστήριξη μέσα στο σχολικό περιβάλλον. Επιπλέον, μπορούν να λειτουργήσουν ως ασφαλής βάση από την οποία τα παιδιά μπορούν να εξερευνήσουν και να μάθουν, να ρισκάρουν, ακόμη και να κάνουν λάθη, όντας σίγουρα πως η υποστήριξη του εκπαιδευτικού τους θα είναι διαθέσιμη όταν τη χρειαστούν (Wentzel, 2016). Έτσι, τα παιδιά των οποίων ο εκπαιδευτικός λειτουργεί ως πάροχος ασφάλειας μπορούν να διατηρήσουν μια ανοιχτή και σίγουρη στάση απέναντι στη μάθηση και να παραμείνουν ήρεμα τη στιγμή που αντιμετωπίζουν απειλές και προκλήσεις σχετιζόμενες με το σχολείο. Προς επίρρωση αυτής της άποψης, πολλές μελέτες έχουν δείξει ότι παιδιά των οποίων ο εκπαιδευτικός χαρακτηρίζεται από μεγαλύτερη θέρμη και υψηλότερη συναισθηματική αποκρισιμότητα τείνουν να εκδηλώνουν καλύτερη κοινωνικοσυναισθηματική και ακαδημαϊκή προσαρμογή στο σχολείο (βλ. Roorda, Jak, Zee, Oort, & Koomen, 2017, για μια επισκόπηση και μετα-ανάλυση). Επιπλέον, πειράματα πεδίου έχουν διαπιστώσει ότι η βελτίωση της αποκρισιμότητας των εκπαιδευτικών στις ανάγκες των μαθητών βελτιώνει τη λειτουργία στο ακαδημαϊκό πλαίσιο και την προσαρμογή των μαθητών στο σχολείο (π.χ. Murray & Malmgren, 2005· Webster-Stratton, Reid, & Hammond, 2004).

Με βάση αυτά τα ερευνητικά ευρήματα, οι Pianta, La Paro και Hamre (2008) ανέπτυξαν μια συστηματική μέθοδο παρατήρησης τάξης, η οποία καταγράφει τον βαθμό στον οποίο ένας εκπαιδευτικός δείχνει αποκρισιμότητα στις απόπειρες αναζήτησης υποστήριξης των παιδιών και παρέχει ένα ασφαλές κλίμα για εξερεύνηση και μάθηση: το Σύστημα Βαθμολόγησης για την Αξιολόγηση της Τάξης (Classroom Assessment Scoring System, CLASS). Οι κύριοι τομείς που αξιολογούνται στο CLASS είναι η συναισθηματική υποστήριξη (η ικανότητα του

εκπαιδευτικού να διαχειρίζεται τις συναισθηματικές ανάγκες των μαθητών), η οργάνωση της τάξης (η ικανότητα του εκπαιδευτικού να διαχειρίζεται τις συμπεριφορές των μαθητών) και η διδακτική υποστήριξη (η ικανότητα του εκπαιδευτικού να παρέχει εποικοδομητική και υποστηρικτική ανατροφοδότηση για τις ακαδημαϊκές προσπάθειες και την απόδοση των μαθητών). Έχει διαπιστωθεί ότι το CLASS έχει καλές ψυχομετρικές ιδιότητες και ότι προβλέπει τη λειτουργία των μαθητών στο ακαδημαϊκό πλαίσιο και την προσαρμογή τους στο σχολείο (π.χ. Hamre, Hatfield, Pianta, & Jamil, 2014; Mashburn et al., 2008).

Το CLASS έχει, επίσης, χρησιμοποιηθεί για την αξιολόγηση του βαθμού στον οποίο ένας εκπαιδευτικός λειτουργεί ως ασφαλής βάση για τη βελτίωση των αλληλεπιδράσεων μαθητή-εκπαιδευτικού. Για παράδειγμα, το Head Start¹ χρησιμοποιεί τις βαθμολογίες του συστήματος CLASS για να καθορίσει την αποτελεσματικότητα των νέων εκπαιδευτικών προσχολικής ηλικίας (Hamre et al., 2014). Επιπλέον, τεκμηριωμένα προγράμματα επαγγελματικής ανάπτυξης, όπως το My Teaching Partner (MTP, Pianta, Mashburn, Downer, Hamre, & Justice, 2008), χρησιμοποιούν το πλαίσιο CLASS για να αναλύσουν βιντεοσκοπημένες αλληλεπιδράσεις εκπαιδευτικών-μαθητών και να προσφέρουν ανατροφοδότηση στους εκπαιδευτικούς σχετικά με τον βαθμό στον οποίο καταφέρνουν να λειτουργούν ως ασφαλής βάση. Στο πρόγραμμα MTP, για παράδειγμα, οι εκπαιδευτικοί συνεργάζονται με έναν προσωπικό εκπαιδευτή καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος, οπότε και τους δίνεται η ευκαιρία να παρακολουθήσουν τις βιντεοσκοπημένες αλληλεπιδράσεις εκπαιδευτικών-μαθητών με εκπαιδευτικούς με ιδιαίτερα υψηλή αποκρισιμότητα, να εντοπίσουν τις αποκρίσεις στις ανάγκες των μαθητών που ενισχύουν την ασφάλεια και να λάβουν συνεχή εποικοδομητική ανατροφοδότηση από τον εκπαιδευτή τους σχετικά με τις αλληλεπιδράσεις με τους μαθητές. Ο εκπαιδευτής, σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό, δημιουργεί στη συνέχεια ένα σχέδιο δράσης βάσει του οποίου ο εκπαιδευτικός θα μπορέσει να αλλάξει τις αλληλεπιδράσεις του με τους μαθητές και να αυξήσει τον βαθμό στον οποίο λειτουργεί ως ασφαλής βάση. Μελέτες έχουν διαπιστώσει ότι το πρόγραμμα MTP είναι αποτελεσματικό για τη βελτίωση της αποκρισιμότητας των εκπαιδευτικών και την ενίσχυση της λειτουργίας των μαθητών στο ακαδημαϊκό πλαίσιο και της προσαρμογής τους στο σχολείο (βλ. Williford et al., 2016, για μια επισκόπηση).

1. Το Head Start είναι ένα πρόγραμμα του Υπουργείου Υγείας και Ανθρώπινων Υπηρεσιών των ΗΠΑ που παρέχει ένα ολοκληρωμένο σύνολο υπηρεσιών σε παιδιά πρώτης παιδικής ηλικίας προερχόμενα από μη προνομιούχα κοινωνικοοικονομικά περιβάλλοντα: εκπαίδευση, διατροφή, ιατροφαρμακευτική περίθαλψη κ.ά.

ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗ

Από την οπτική γωνία της θεωρίας του δεσμού, ο σωματικός πόνος, οι τραυματισμοί και οι ασθένειες μπορούν να προκαλέσουν φόβο και δυσφορία, συναισθήματα τα οποία ενεργοποιούν αυτόματα το σύστημα του δεσμού. Ως αποτέλεσμα, οι ανάγκες για προστασία και υποστήριξη, καθώς και χαρακτηριστικοί προσανατολισμοί του δεσμού, συμπεριλαμβανομένων των μοντέλων εργασίας του εαυτού και των άλλων, ενεργοποιούνται και κατευθύνονται προς άτομα που μπορούν να μειώσουν τις ανησυχίες και τη δυσφορία που σχετίζονται με την ασθένεια. Σύμφωνα με τους Maunder και Hunter (2015), αυτό το είδος ενεργοποίησης του συστήματος δεσμού είναι πιθανό να κατευθυνθεί προς τους γιατρούς και άλλους παρόχους ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης σε ιατρικά περιβάλλοντα, επειδή ταυτοποιούνται ως πηγή γνώσης, ίασης και φυσικής ασφάλειας. Με άλλα λόγια, καταλαμβάνουν συνήθως τον ρόλο των «ισχυρότερων και σοφότερων» φροντιστών στη σχέση γιατρού-πελάτη. Έτσι, μπορούμε να περιμένουμε από τους πελάτες να αξιολογήσουν τους γιατρούς βάσει του εάν εκπληρώνουν ή δεν εκπληρώνουν τις λειτουργίες δεσμού ενός σίγουρου καταφύγιου και μιας ασφαλούς βάσης. Επιπλέον, μπορούμε να υποθέσουμε ότι οι πελάτες θα προβάλλουν τις σχετικές με τον δεσμό ανησυχίες και τους προσανατολισμούς της προσκόλλησής τους στις σχέσεις του με τους γιατρούς, το οποίο εν μέρει εξηγεί τις ατομικές διαφορές στη διαδικασία της ίασης. Επιπλέον, η αποκρισιμότητα των γιατρών στις απόπειρες αναζήτησης υποστήριξης των πελατών αναμένεται να συμβάλει στη διαχείριση της δυσφορίας των ασθενών, στη συμμόρφωσή τους προς τη θεραπεία και στη διαδικασία της ίασης συνολικά.

Με βάση αυτό το σκεπτικό, οι Maunder και Hunter (2016) δημιούργησαν μια κλίμακα αυτοαναφοράς που αξιολογεί κατά πόσο ένας πάροχος υπηρεσιών υγείας λειτουργεί ως σίγουρο καταφύγιο (π.χ. «Σε ορισμένες περιπτώσεις, θα μπορούσα να βασιστώ σε αυτό το άτομο για να με βοηθήσει να αισθανθώ καλύτερα») και ως ασφαλής βάση (π.χ. «Αυτό το άτομο με κάνει να αισθάνομαι πιο σίγουρος για την υγεία μου»). Οι ασθενείς κλήθηκαν να κατονομάσουν τους παρόχους υπηρεσιών υγείας «που μετράνε για εσάς περισσότερο απ' ό,τι άλλοι» και να συμπληρώσουν την κλίμακα για καθέναν από τους αναγνωρισμένους παρόχους. Το 91% των συμμετεχόντων μπόρεσαν να προσδιορίσουν τουλάχιστον έναν πάροχο υπηρεσιών υγείας που μετρούσε περισσότερο γι' αυτούς, και η πλειονότητα αξιολόγησε αυτούς τους παρόχους υπηρεσιών υγείας υψηλά ως προς τον βαθμό στον οποίο εκείνοι λειτουργούσαν ως σίγουρο καταφύγιο και ως ασφαλής βάση.

Η έρευνα παρέχει, επίσης, στοιχεία σύμφωνα με τα οποία ο προσανατολισμός της προσκόλλησης εξηγεί τις ατομικές διακυμάνσεις στις συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία. Για παράδειγμα, το άγχος και η αποφυγή που συν-

δέονται με τον δεσμό έχουν συσχετιστεί με χαμηλότερη υιοθέτηση συμπεριφορών που προάγουν την υγεία, όπως η επιλογή υγιεινής διατροφής ή σωματικής άσκησης, και με υψηλότερη εμπλοκή σε επιβλαβείς για την υγεία δραστηριότητες, όπως το κάπνισμα, η κατανάλωση αλκοόλ, η κατάχρηση ναρκωτικών και οι διατροφικές διαταραχές (π.χ. Ahrens, Ciechanowski, & Katon, 2012· Davis et al., 2014, βλ. επίσης Papiès, σε αυτόν τον τόμο). Για παράδειγμα, οι Ciechanowski, Walker, Katon και Russo (2002) αξιολόγησαν τους προσανατολισμούς προσκόλλησης σε ένα μεγάλο δείγμα ασθενών πρωτοβάθμιας περίθαλψης και διαπίστωσαν ότι οι γυναίκες που είχαν υψηλότερη βαθμολογία στις ανασφάλειες δεσμού ήταν λιγότερο πιθανό να επισκεφτούν υπηρεσίες υγείας μέσα σε ένα διάστημα έξι μηνών, παρά το γεγονός ότι ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα συμπτωμάτων.

Υπάρχουν επίσης σταθερές ενδείξεις ότι οι ανασφάλειες που αφορούν τον δεσμό μπορούν να εισβάλουν και να παρέμβουν στην ιατρική θεραπεία, στη σχέση γιατρού-πελάτη και στη διαδικασία της ίασης. Πρώτον, έχει διαπιστωθεί ότι οι ανασφάλειες που αφορούν τον δεσμό παρεμβαίνουν στη συμμόρφωση με τα θεραπευτικά σχήματα μεταξύ ατόμων που έχουν διαγνωστεί με ποικίλα σωματικά προβλήματα (π.χ. Tuck & Consedine, 2015). Δεύτερον, έχει διαπιστωθεί ότι οι ανασφάλειες αυτές ενισχύουν την κατανόηση της ασθένειας με όρους καταστροφής, γεγονός που με τη σειρά του παρεμβάλλεται στη διαδικασία της ίασης (π.χ. Vilchinsky, Dekel, Asher, Leibowitz, & Mosseri, 2013). Τρίτον, φάνηκε πως οι σχετικές με τον δεσμό ανασφάλειες παρεμβαίνουν στις βιολογικές διαδικασίες αποκατάστασης (π.χ. Robles, Brooks, Kane, & Schetter, 2013) και ενισχύουν τις φλεγμονώδεις αποκρίσεις που σχετίζονται με το άγχος και είναι ικανές να εξουδετερώσουν την ίδια τη θεραπευτική διαδικασία (π.χ. Kidd, Hamer, & Steptoe, 2013).

Παράλληλα, η έρευνα δείχνει ότι οι ανασφάλειες των ασθενών που αφορούν τον δεσμό σχετίζονται με περισσότερο αρνητικές στάσεις απέναντι στους γιατρούς, καθώς και με λιγότερη εμπιστοσύνη σε αυτούς (π.χ. Calvo, Palmieri, Marinelli, Bianco, & Kleinbub, 2014). Ο Maunder και οι συνεργάτες του (2006) ζήτησαν από γιατρούς (που αγνοούσαν πόσο θετικά ή αρνητικά αξιολογούσαν τον δεσμό τους οι πελάτες) να αξιολογήσουν τη δυσκολία των σχέσεών τους με συγκεκριμένους ασθενείς. Οι γιατροί ανέφεραν ότι είχαν πιο προβληματικές σχέσεις με ασθενείς με ανασφαλή παρά με ασφαλή δεσμό. Με άλλα λόγια, τα σχεσιακά προβλήματα των ανασφαλών ασθενών ήταν εμφανή στις σχέσεις γιατρού-ασθενή.

Παρά τα συσσωρευμένα στοιχεία που υπογραμμίζουν τη συνάφεια της θεωρίας δεσμού για την υγεία και την ιατρική, δεν υπάρχει κάποιο συστηματικό ερευνητικό πρόγραμμα που να εξετάζει τη συμβολή της αποκρισιμότητας των γιατρών και της ικανότητάς τους να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τις συναισθηματικές ανάγκες του πελάτη στην υγεία και στη φυσική του αποκατάσταση. Στην επισκόπηση της βιβλιογραφίας, βρήκαμε μόνο μία μελέτη που ανέφερε ότι

οι ανασφάλειες δεσμού των γιατρών, οι οποίες πιθανόν μειώνουν την αποκρισιμότητά τους στους πελάτες, συνδέονταν με χαμηλότερη ικανοποίηση των πελατών από τη θεραπεία (Kafetsios, Hantzara, Anagnostopoulos, & Niakas, 2016). Επιπλέον, δεν υπάρχει κανένα τεκμηριωμένο πρόγραμμα ιατρικής κατάρτισης που να αποσκοπεί στην καλλιέργεια της αποκρισιμότητας των γιατρών και της λειτουργίας τους ως ασφαλούς βάσης (βλ. Blanton, Burrows, & Regan, σε αυτόν τον τόμο, για βιντεοσκοπημένες προσομοιώσεις στο πεδίο της υγείας και της ιατρικής). Ωστόσο, στο πρωτοποριακό βιβλίο τους *Love, Fear, and Health*, οι Maunder και Hunter (2015) προσέφεραν πρακτικές συστάσεις στους παρόχους υπηρεσιών υγείας για το πώς να διαχειρίζονται τις ανησυχίες και τις άμυνες των πελατών τους σε θέματα δεσμού και πώς να βοηθούν τους πελάτες να αισθάνονται πιο ασφαλείς. Ελπίζουμε ότι αυτές οι προσπάθειες θα οδηγήσουν τελικά σε σημαντικές αλλαγές στην ιατρική εκπαίδευση και στην ανάπτυξη προγραμματών κατάρτισης βασισμένων στον δεσμό, τα οποία θα μπορούσαν να βοηθήσουν τη θεραπευτική διαδικασία και να μειώσουν τα έξοδα τόσο για τους πελάτες όσο και για το ιατρικό σύστημα.

ΗΓΕΣΙΑ ΚΑΙ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Από την οπτική γωνία της θεωρίας του δεσμού, υπάρχει στενή αντιστοιχία μεταξύ ηγετών και προσώπων προσκόλλησης (π.χ. διευθυντές, πολιτικές και θρησκευτικές αυθεντίες, επόπτες και στρατιωτικοί αξιωματικοί). «Οι ηγέτες, όπως οι γονείς, είναι πρόσωπα των οποίων ο ρόλος περιλαμβάνει την καθοδήγηση, την παροχή οδηγιών, την ανάληψη ευθύνης και τη φροντίδα άλλων λιγότερο ισχυρών απ' ό,τι οι ίδιοι και των οποίων η μοίρα εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από αυτούς» (Porper & Mayselless, 2003, σ. 42). Με άλλα λόγια, οι ηγέτες συχνά αναλαμβάνουν τον ρόλο των «ισχυρότερων και σοφότερων» φροντιστών και μπορούν να παρέχουν μια ασφαλή βάση για τους υφισταμένους τους (Mayselless & Porper, 2007). Όπως άλλες μορφές δεσμού που ενισχύουν την ασφάλεια, οι αποτελεσματικοί ηγέτες είναι πιθανό να μπορούν να αποκριθούν στις ανάγκες των υφισταμένων τους· να παρέχουν δηλαδή συμβουλές, καθοδήγηση, αλλά και συναισθηματικούς και εργαλειακούς πόρους στα μέλη της ομάδας, επιβεβαιώνοντας την ικανότητα των υφισταμένων τους να ανταποκρίνονται επιτυχώς στις προκλήσεις και ενθαρρύνοντας τη μάθηση και την προσωπική ανάπτυξη (Haslam, Reicher, & Platow, 2015).

Έπειτα από αυτή τη βασισμένη στον δεσμό εννοιολόγηση της ηγεσίας, ένας ηγέτης με υψηλή αποκρισιμότητα μπορεί να υποστηρίξει τον κύκλο διεύρυνσης και επαύξησης της ασφάλειας του δεσμού στους υφισταμένους του, αυξάνοντας την αυτοεκτίμησή τους, τις ικανότητές τους, την αυτονομία τους και την

ευημερία τους. Με την ίδια λογική, όπως και σε άλλες περιπτώσεις προσώπων προσκόλλησης με χαμηλά επίπεδα αποκρισιμότητας, η αδυναμία ή η απροθυμία ενός ηγέτη να αποκριθεί με ευαισθησία και υποστήριξη στις ανάγκες των υφισταμένων μπορεί να μεγεθύνει τα άγχη τους και να οδηγήσει σε συναισθηματικά αποθάρρυνσης και σε μια γενικότερη τάση απεμπλοκής. Σε αυτές τις περιπτώσεις, ένας ηγέτης με χαμηλά επίπεδα αποκρισιμότητας μπορεί να αλλάξει ριζικά τη σχέση ηγέτη-υφισταμένου και να μετατρέψει αυτό που ξεκίνησε με την υπόσχεση μιας ασφαλούς βάσης σε μια καταστροφική, συγκρουσιακή, εχθρική σχέση που βλάπτει τον ηγέτη, τους υφισταμένους του, καθώς και την οργάνωση στην οποία υπάγονται.

Δύο μελέτες που διεξήχθησαν με Ισραηλινούς στρατιώτες και τους υπεύθυνους αξιωματικούς τους, οι Davidovitz, Mikulincer, Shaver, Ijzak και Popper (2007) κατέληξαν σε εμπειρικά στοιχεία που υποστηρίζουν αυτή την εστιασμένη στον δεσμό εννοιολόγηση της ηγεσίας. Σε μια μελέτη, η ικανότητα ενός αξιωματικού να παρέχει αποτελεσματική συναισθηματική και εργαλειακή υποστήριξη στους στρατιώτες του σε περιόδους ανάγκης (όπως εκτιμήθηκε από τον ίδιο και τους στρατιώτες του) συνέβαλε θετικά στη εργαλειακή και κοινωνικοσυναισθηματική λειτουργία τους. Σε μια δεύτερη μελέτη, ο Davidovitz και οι συνεργάτες του (2007) διαπίστωσαν ότι η εκτίμηση των στρατιωτών σχετικά με τον βαθμό στον οποίο ο αξιωματικός τους λειτουργούσε ως ασφαλής βάση για τους ίδιους κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης (δηλαδή, η ικανότητα και η προθυμία του αξιωματικού να αποδέχεται και να φροντίζει τους στρατιώτες του ή να τους απορρίπτει και να τους επικρίνει) προκάλεσε θετικές αλλαγές στην ψυχική υγεία των στρατιωτών δύο και τέσσερις μήνες αργότερα. Αυτά τα ευρήματα τονίζουν τη σημασία της αποκρισιμότητας ενός ηγέτη στη διατήρηση της ψυχικής υγείας των υφισταμένων του.

Μεταγενέστερες μελέτες που βασίστηκαν στη μελέτη του Davidovitz και των συνεργατών του (2007) επέκτειναν τα ευρήματά της στις επιχειρηματικές οργανώσεις, δείχνοντας ότι η αποκρισιμότητα των διευθυντών συμβάλλει θετικά στην ικανοποίηση από την εργασία, τη δέσμευση στην οργάνωση και την ψυχολογική ευημερία των εργαζομένων (π.χ. Lavy, 2014· Ronen & Mikulincer, 2012· Wu & Parker, 2017). Εννοιολογικά παρόμοια ευρήματα έχουν αναφερθεί σε μελέτες σχέσεων μεταξύ διευθυντών σχολείων και εκπαιδευτικών (π.χ. Kafetsios, Athanasiadou, & Dimou, 2014), καθώς και μεταξύ προπονητών και αθλητών (π.χ. Davis, Jowett, & Lafrenière, 2013). Χρησιμοποιώντας πειραματικό χειρισμό της συμπεριφοράς του επόπτη, η Game (2008) διαπίστωσε ότι οι λιγότερο ασφαλείς εργαζόμενοι αντέδρασαν με μεγαλύτερη δυσφορία στην ψυχρή και απορριπτική συμπεριφορά ενός διευθυντή.

Μολονότι αυτά τα ευρήματα υποστηρίζουν μια εννοιολόγηση των εποπτών και των διευθυντών ως παρόχων ασφάλειας, ο ρόλος αυτός εξακολουθεί να

υποτιμάται σε ένα ποσοστό της σύγχρονης βιβλιογραφίας σχετικής με θέματα μάνατζμεντ, η οποία υποστηρίζει ότι πρέπει να δημιουργηθούν οργανωσιακές κουλτούρες με χαλαρή ως προς τους κανόνες και ενδιαφέρουσα συναρπαστική ατμόσφαιρα προκειμένου να αυξηθούν η συμμετοχή και η ικανοποίηση των εργαζομένων (Rheem, 2017). Δεν γνωρίζουμε κανένα τεκμηριωμένο πρόγραμμα ανάπτυξης ηγεσίας βασισμένο στις αρχές της θεωρίας του δεσμού για την ενίσχυση της ικανότητας των ηγετών να συνυπολογίζουν τις συναισθηματικές ανάγκες των υφισταμένων τους και να αντιδρούν αποτελεσματικά σε αυτές. Αυτά τα προγράμματα μπορεί να είναι ζωτικής σημασίας σε οργανωσιακά πλαίσια, όπου ένας κοινωνικά προσανατολισμένος ηγέτης μπορεί να είναι πιο αποτελεσματικός από έναν ηγέτη προσανατολισμένο στο έργο. Ωστόσο, ορισμένες αρχές της θεωρίας του δεσμού μπορούν να βρεθούν σε προγράμματα θετικής ηγεσίας, που εκπαιδεύουν τους ηγέτες να είναι συναισθηματικά διαθέσιμοι, να καθοδηγούν τους υφισταμένους τους, να φροντίζουν και να σταθμίζουν τις ανάγκες των υφισταμένων τους, να αναγνωρίζουν τα επιτεύγματά τους και να ενθαρρύνουν την αυτόνομη ανάπτυξή τους (π.χ. Cameron, 2012, βλ. επίσης Schmader, Bergsieker, & Hall, σε αυτόν τον τόμο, για θετικές παρεμβάσεις που αποσκοπούν στην αύξηση της ένταξης στις οργανώσεις). Στην πραγματικότητα, οι επιστήμονες και οι επαγγελματίες του πεδίου των οργανώσεων κατανοούν όλο και περισσότερο τη σημασία της θεωρίας του δεσμού, καθώς και των οφελημάτων που μπορούν να προκύψουν από τη διαμόρφωση συναισθηματικά ασφαλών οργανώσεων και τη μετατροπή των διευθυντών σε πρόσωπα προσκόλλησης ικανών να ενισχύσουν το αίσθημα ασφάλειας.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σε αυτό το κεφάλαιο, επιχειρήσαμε μια σύντομη επισκόπηση της θεωρίας και των ερευνητικών ευρημάτων σχετικά με την εφαρμογή της θεωρίας του δεσμού στους τομείς της γονικής μέριμνας, της συμβουλευτικής-ψυχοθεραπείας, της εκπαίδευσης, της υγείας και της ιατρικής, καθώς και της ηγεσίας και του μάνατζμεντ. Πρόκειται για μερική μόνο απαρίθμηση των εφαρμογών της θεωρίας και της έρευνας στον τομέα του δεσμού. Λόγω περιορισμών χώρου, δεν συμπεριλάβαμε ευρήματα που δείχνουν τη συνάφεια της θεωρίας του δεσμού με την κατανόηση των ατομικών διαφορών στην εξέλιξη της σταδιοδρομίας, στη δέσμευση στην εργασία, στις οικονομικές αποφάσεις, στην καταναλωτική συμπεριφορά, στις ηθικές κρίσεις, στις στάσεις και τις συμπεριφορές που σχετίζονται με την ομάδα, στους θρησκευτικούς προσανατολισμούς, στην πνευματική ανάπτυξη, στις πολιτικές στάσεις και συμπεριφορές (Mikulincer & Shaver, 2016). Επιπλέον, δεν ασχοληθήκαμε με το πώς η θεωρία και η έρευνα στο πεδίο

του δεσμού θέτουν νέες βάσεις για την κοινωνική πολιτική που σχετίζεται με την ενδοοικογενειακή βία, το διαζύγιο, την επιμέλεια των παιδιών, την κακομεταχείριση των παιδιών, την αναδοχή, την υιοθεσία, τη φυλάκιση και την επανένταξη παραβατικών εφήβων και ενήλικων εγκληματιών (Shaver, Mikulincer, & Feeney, 2009). Επίσης, δεν είχαμε το περιθώριο να εξετάσουμε τις συνέπειες της θεωρίας και της έρευνας στο πεδίο του δεσμού στα πολιτικά συστήματα (π.χ. το κράτος πρόνοιας ως πάροχος ασφάλειας: Gruneau Brulin, Hill, Laurin, Mikulincer, & Granqvist, 2018), την τρομοκρατία, τη διομαδική βία και τον πόλεμο, τη διομαδική συμφιλίωση και την εκπαίδευση στην ειρήνη (Mikulincer & Shaver, 2016).

Μολαταύτα, ελπίζουμε ότι μπορέσαμε να αναδείξουμε την ευρύτατη σύνδεση της θεωρίας και της έρευνας στο πεδίο του δεσμού με πολλούς τομείς της ζωής, όπου τόσο οι ευκαιριακές σχέσεις όσο και εκείνες που έχουν διάρκεια στον χρόνο έχουν μεγάλη σημασία για την ευημερία των ατόμων, των οικογενειών, των ομάδων και των οργανώσεων. Τα ανθρώπινα όντα είναι, πρωτίστως, κοινωνικά όντα· ο ανθρώπινος νους είναι ένας πολύπλοκος, εξαιρετικά εξελιγμένος μηχανισμός ικανός να αντιμετωπίζει τις κοινωνικές σχέσεις· και οι διαδικασίες του δεσμού που γίνονται εμφανείς ήδη από τη γέννηση και κατά τα πρώτα χρόνια της ζωής συνεχίζουν να εκδηλώνονται, όπως υποστήριξε ο Bowlby (1979), «από την κούνια έως τον τάφο». Η παρατήρηση και η ανάπτυξη των διαστάσεων της προσκόλλησης σε όλες τις σχέσεις θα μπορούσαν να συμβάλουν καθοριστικά στη βελτίωση της ψυχικής και σωματικής υγείας των ατόμων, καθώς και στην ποιότητα και στα οφέλη των ποικίλων σχέσεών τους. Υπάρχει πλέον επαρκής βασική και εφαρμοσμένη έρευνα ικανή να εμπνεύσει μελλοντικές εφαρμογές και παρεμβάσεις.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Ahnert, L., Pinquart, M., & Lamb, M. E. (2006). Security of children's relationships with non-parental care providers: A meta-analysis. *Child Development, 77*, 664-679.
- Ahrens, K. R., Ciechanowski, P., & Katon, W. (2012). Associations between adult attachment style and health risk behaviors in an adult female primary care population. *Journal of Psychosomatic Research, 72*, 364-370.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: Assessed in the strange situation and at home*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Arriaga, X. B., Kumashiro, M., Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2018). Revising working models across time: Relationship situations that enhance attachment security. *Personality and Social Psychology Review, 22*, 71-96.
- Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M., & Thomson, D. W. (1993). An exploration of the relational schemata underlying attachment styles: Self-report and lexical decision approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin, 19*, 746-754.

- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2004). *Psychotherapy for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Bateman A., & Fonagy, P. (2008). 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment versus treatment as usual. *American Journal of Psychiatry*, 165, 631-638.
- Bernecker, S. L., Levy, K. N., & Ellison, W. D. (2014). A meta-analysis of the relation between patient adult attachment style and the working alliance. *Psychotherapy Research*, 24, 12-24.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books. (Original ed. 1969)
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Calvo, V., Palmieri, A., Marinelli, S., Bianco, F., & Kleinbub, J. R. (2014). Reciprocal empathy and working alliance in terminal oncological illness: The crucial role of patients' attachment style. *Journal of Psychosocial Oncology*, 32, 517-534.
- Cameron, K. (2012). *Positive leadership: Strategies for extraordinary performance*. San Francisco, CA: Berrett-Koehler.
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relationship with other defensive processes. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical implications of attachment* (pp. 300-323). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ciechanowski, P. S., Walker, E. A., Katon, W. J., & Russo, J. E. (2002). Attachment theory: A model for health care utilization and somatization. *Psychosomatic Medicine*, 64, 660-667.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood* (Vol. 5, pp. 53-92). London: Jessica Kingsley.
- Davidovitz, R., Mikulincer, M., Shaver, P. R., Ijzack, R., & Popper, M. (2007). Leaders as attachment figures: Their attachment orientations predict leadership-related mental representations and followers' performance and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 632-650.
- Davis, C. R., Usher, N., Dearing, E., Barkai, A. R., Crowell-Doom, C., Neupert, S. D., Mantzoros, C. S., & Crowell, J. A. (2014). Attachment and the metabolic syndrome in midlife: The role of interview-based discourse patterns. *Psychosomatic Medicine*, 76, 611-621.
- Davis, L., Jowett, S., & Lafrenière, M. K. (2013). An attachment theory perspective in the examination of relational processes associated with coach-athlete dyads. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35, 155-167.
- Feeney, J. A. (2016). Adult romantic attachment: Developments in the study of couple rela-

- tionships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 435-463). New York: Guilford Press.
- Fosha, D. (2000). *The transforming power of affect: A model for accelerated change*. New York: Basic Books.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*, 132-154.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*, 218-226.
- Game, A. (2008). Negative emotions in supervisory relationships: The role of relational models. *Human Relations, 61*, 355-393.
- Greenman, P. S., Johnson, S. M., & Wiebe, S. (2019). Emotionally focused therapy for couples: At the heart of science and practice. In B. H. Fiese, M. Celano, K. Deater-Deckard, E. N. Jouriles, & M. A. Whisman (Eds.), *APA handbook of contemporary family psychology* (pp. 291-305). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Gruneau Brulin, J., Hill, P. C., Laurin, K., Mikulincer, M., & Granqvist, P. (2018). Religion vs. the welfare state—The importance of cultural context for religious schematicity and priming. *Psychology of Religion and Spirituality, 10*, 276-287.
- Hamre, B., Hatfield, B., Pianta, R., & Jamil, F. (2014). Evidence for general and domain-specific elements of teacher-child interactions: Associations with preschool children's development. *Child Development, 85*, 1257-1274.
- Haslam, S. A., Reicher, S. D., & Platow, M. J. (2015). Leadership: Theory and practice. In M. Mikulincer, P. R. Shaver, J. F. Dovidio, & J. A. Simpson (Eds.), *APA handbook of personality and social psychology: Group processes* (pp. 67-94). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Håvås, E., Svartberg, M., & Ulvenes, P. (2015). Attuning to the unspoken: The relationship between therapist nonverbal attunement and attachment security in adult psychotherapy. *Psychoanalytic Psychology, 32*, 235-254.
- Haydon, K. C., Collins, W. A., Salvatore, J. E., Simpson, J. A., & Roisman, G. I. (2012). Shared and distinctive origins and correlates of adult attachment representations: The developmental organization of romantic functioning. *Child Development, 83*, 1689-1702.
- Hoffman, K. T., Marvin, R. S., Cooper, G., & Powell, B. (2006). Changing toddlers' and preschoolers' attachment classifications: The Circle of Security intervention. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 1017-1026.
- Holt-Lunstad, J., & Smith, T. B. (2012). Social relationships and mortality. *Social and Personality Psychology Compass, 6*, 41-53.
- Johnson, S. M. (2003). Attachment theory: A guide for couple therapy. In S. M. Johnson & V. E. Whiffen (Eds.), *Attachment processes in couple and family therapy* (pp. 103-123). New York: Guilford Press.
- Kafetsios, K., Athanasiadou, M., & Dimou, N. (2014). Leaders' and subordinates' attachment orientations, emotion regulation capabilities and affect at work: A multilevel analysis. *The Leadership Quarterly, 25*, 512-527.
- Kafetsios, K., Hantzara, K., Anagnostopoulos, F., & Niakas, D. (2016). Doctors' attachment orientations, emotion regulation strategies, and patient satisfaction: A multilevel analysis. *Health Communication, 31*, 772-777.
- Kidd, T., Hamer, M., & Steptoe, A. (2013). Adult attachment style and cortisol responses across the day in older adults. *Psychophysiology, 50*, 841-847.

- Ladd, G. W., Kochenderfer-Ladd, B., & Rydell, A. (2014). Children's interpersonal skills and school-based relationships. In P. K. Smith & C. H. Hart (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of childhood social development* (pp. 181-206). New York: Wiley-Blackwell.
- Lavy, S. (2014). Supervisor security provision: Correlates and related mechanisms. *Psychological Reports, 114*, 758-783.
- Levy, K. N., Kivity, Y., Johnson, B. N., & Gooch, C. V. (2018). Adult attachment as a predictor and moderator of psychotherapy outcome: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology, 74*, 1996-2013.
- Lieberman, A. F., Ippen, C. G., & Van Horn, P. J. (2006). Child-parent psychotherapy: Six-month follow-up of a randomized control trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 45*, 913-918.
- Luke, M. A., Sedikides, C., & Carnelley, K. (2012). Your love lifts me higher! The energizing quality of secure relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin, 38*, 721-733.
- Mallinckrodt, B., & Jeong, J. (2015). Meta-analysis of client attachment to therapist: Associations with working alliance and client pretherapy attachment. *Psychotherapy, 52*, 134-139.
- Marmarosh, C., Markin, R., & Spiegel, E. (2013). *Attachment in group psychotherapy*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Mashburn, A. J., Pianta, R. C., Hamre, B. K., Downer, J. T., Barbarin, O. A., Bryant, D., ... Howes, C. (2008). Measures of classroom quality in prekindergarten and children's development of academic, language, and social skills. *Child Development, 79*, 732-749.
- Maunder, R. G., & Hunter, J. J. (2015). *Love, fear, and health*. Toronto, Canada: Toronto University Press.
- Maunder, R. G., & Hunter, J. J. (2016). Can patients be "attached" to healthcare providers? An observational study to measure attachment phenomena in patient-provider relationships. *BMJ Open, 6*, e011068.
- Maunder, R. G., Panzer, A., Viljoen, M., Owen, J., Human, S., & Hunter, J. J. (2006). Physicians' difficulty with emergency department patients is related to patients' attachment style. *Social Science and Medicine, 63*, 552-562.
- Maxwell, H., Tasca, G. A., Ritchie, K., Balfour, L., & Bissada, H. (2014). Change in attachment insecurity is related to improved outcomes 1-year post group therapy in women with binge eating disorder. *Psychotherapy, 51*, 57-65.
- Mayselless, O., & Popper, M. (2007). Reliance on leaders and social institutions: An attachment perspective. *Attachment & Human Development, 9*, 73-93.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143-165). New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 35, pp. 53-152). New York: Academic Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry, 18*, 139-156.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: Boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*, 817-839.

- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Sapir-Lavid, Y., & Avihou-Kanza, N. (2009). What's inside the minds of securely and insecurely attached people? The secure-base script and its associations with attachment-style dimensions. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*, 615-633.
- Mountain, G., Cahill, J., & Thorpe, H. (2017). Sensitivity and attachment interventions in early childhood: A systematic review and meta-analysis. *Infant Behavior & Development, 46*, 14-32.
- Murray, C., & Malmgren, K. (2005). Implementing a teacher-student relationship program in a high-poverty urban school: Effects on social, emotional, and academic adjustment and lessons learned. *Journal of School Psychology, 43*, 137-152.
- Otway, L. J., Carnelley, K. B., & Rowe, A. C. (2014). Texting "boosts" felt security. *Attachment & Human Development, 16*, 93-101.
- Parish, M., & Eagle, M. N. (2003). Attachment to the therapist. *Psychoanalytic Psychology, 20*, 271-286.
- Pianta, R. C. (2016). Classroom processes and teacher-student interaction: Integrations with a developmental psychopathology perspective. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Risk, resilience, and intervention* (pp. 770-814). Hoboken, NJ: Wiley.
- Pianta, R. C., La Paro, K. M., & Hamre, B. K. (2008). *Classroom Assessment Scoring System Manual K-3*. Baltimore, MD: Brookes Publishing.
- Pianta, R. C., Mashburn, A. J., Downer, J. T., Hamre, B. K., & Justice, L. (2008). Effects of web-mediated professional development resources on teacher-child interactions in pre-kindergarten classrooms. *Early Childhood Research Quarterly, 23*, 431-451.
- Popper, M., & Mayseless, O. (2003). Back to basics: Applying a parenting perspective to transformational leadership. *Leadership Quarterly, 14*, 41-65.
- Reis, H. T. (2014). Responsiveness: Affective interdependence in close relationships. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Mechanisms of social connection: From brain to group* (pp. 255-271). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Rheem, D. (2017). *Thrive by design*. Charleston, SC: Forbes Books.
- Robles, T. F., Brooks, K. P., Kane, H. S., & Schetter, C. D. (2013). Attachment, skin deep? Relationships between adult attachment and skin barrier recovery. *International Journal of Psychophysiology, 88*, 241-252.
- Ronen, S. & Mikulincer, M. (2012). Predicting employees' satisfaction and burnout from managers' attachment and caregiving orientations. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 21*, 828-849.
- Roorda, D. L., Jak, S., Zee, M., Oort, F. J., & Koomen, H. M. (2017). Affective teacher-student relationships and students' engagement and achievement: A metaanalytic update and test of the mediating role of engagement. *School Psychology Review, 46*, 239-261.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., & Feeney, B. C. (2009). What's love got to do with it? Insecurity and anger in attachment relationships. *Virginia Journal of Social Policy & the Law, 16*, 491-513.
- Slade, A., Sadler, L. S., & Mayes, L. C. (2005). Minding the baby: Enhancing parental reflective functioning in a nursing/mental health home visiting program. In L. J. Berlin, Y. Ziv, L. Amaya-Jackson, & M. T. Greenberg (Eds.), *Enhancing early attachments: Theory, research, intervention, and policy* (pp. 152-177). New York: Guilford Press.
- Tasca, G. A., Mikail, S., & Hewitt, P. (2005). Group psychodynamic interpersonal psychotherapy: Summary of a treatment model and outcomes for depressive symptoms. In

- M. E. Abehan (Ed.), *Focus on psychotherapy research* (pp. 159-188). New York: Nova Science.
- Taylor, S. E., & Broffman, J. I. (2011). Psychosocial resources: Functions, origins, and links to mental and physical health. In J. M. Olson & M. P. Zanna (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 1-57). New York: Academic Press.
- Thompson, R. A. (2015). Relationships, regulation, and early development. In M. E. Lamb & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Socioemotional processes* (pp. 201-246). Hoboken, NJ: Wiley.
- Travis, L. A., Bliwise, N. G., Binder, J. L., & Horne-Moyer, H. (2001). Changes in clients' attachment styles over the course of time-limited dynamic psychotherapy. *Psychotherapy, 38*, 149-159.
- Tuck, N. L., & Consedine, N. S. (2015). Breast cancer screening: The role of attachment. *Psychology, Health & Medicine, 20*, 400-409.
- Verhage, M. L., Schuengel, C., Madigan, S., Fearon, R. M. P., Oosterman, M., Cassibba, R., ... van Ijzendoorn, M. H. (2016). Narrowing the transmission gap: A synthesis of three decades of research on intergenerational transmission of attachment. *Psychological Bulletin, 142*, 337-366.
- Vilchinsky, N., Dekel, R., Asher, Z., Leibowitz, M., & Mosseri, M. (2013). The role of illness perceptions in the attachment-related process of affect regulation. *Anxiety, Stress & Coping, 26*, 314-329.
- Waters, H. S., & Waters, E. (2006). The attachment working models concept: Among other things, we build script-like representations of secure base experiences. *Attachment & Human Development, 8*, 185-198.
- Webster-Stratton, C., Reid, M. J., & Hammond, M. (2004). Treating children with early-onset conduct problems: Intervention outcomes for parent, child, and teacher training. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 33*, 105-124.
- Wentzel, K. R. (2016). Teacher-student relationships. In K. R. Wentzel & D. B. Miele (Eds.), *Handbook of motivation at school* (2nd ed., pp. 211-230). New York: Routledge.
- Williford, A. P., Carter, L. M. & Pianta, R. C. (2016). Attachment and school readiness. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 966-982). New York: Guilford.
- Wu, C. H., & Parker, S. K. (2017). The role of leader support in facilitating proactive work behavior: A perspective from attachment theory. *Journal of Management, 43*, 1025-1049.
- Zeifman, D., & Hazan, C. (2016). Pair bonds as attachments: Mounting evidence in support of Bowlby's hypothesis. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 416-434). New York: Guilford Press.



Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΜΒΛΥΝΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

William D. Crano και Andrea L. Ruybal

Η κοινωνιοψυχολογική έρευνα μπορεί να έχει συμβάλει στη βελτίωση της κοινωνίας με πολλούς τρόπους, ωστόσο η συμβολή της επί του παρόντος στην πρόληψη της εφηβικής κατάθλιψης, μία από τις κύριες αιτίες αυτοκτονίας εφήβων και νέων, δεν έχει ακόμη αποφέρει το επιθυμητό αποτέλεσμα. Κλινικοί επιστήμονες και επαγγελματίες έχουν ασχοληθεί εντατικότερα με την έρευνα και τη θεραπεία της κατάθλιψης σε εφήβους και νέους ενήλικες, χωρίς όμως η παρατήρηση αυτή να αναιρεί την πιθανή συνεισφορά της κοινωνικής ψυχολογίας στην πρόληψη της βλάβης που συνεπάγεται αυτό το καθοριστικής σημασίας ζήτημα, το οποίο εμπίπτει, τουλάχιστον σε κάποιον βαθμό, στη σφαίρα της κοινωνικής ψυχολογίας. Σε αυτό το κεφάλαιο, θα εξετάσουμε τους τρόπους με τους οποίους οι κοινωνικοί ψυχολόγοι έχουν συνεισφέρει στη μείωση της κατάθλιψης και της επακόλουθης αυτοκτονίας νέων ανθρώπων. Επιπλέον, θα μελετήσουμε την έρευνα σχετικά με τον ρόλο που παίζουν οι ψυχοδραστικές ουσίες στις απόπειρες αυτοκτονίας και θα προσπαθήσουμε να ενσωματώσουμε ευρήματα για στοιχεία που προκύπτουν από την εφαρμογή καθιερωμένων θεωριών πειθούς στο θέμα της πρόληψης της χρήσης ναρκωτικών ουσιών, οι οποίες θα μπορούσαν να μετριάσουν τις τρομερές απώλειες που προκαλούνται, όταν τα άτομα αφαιρούν τα ίδια τη ζωή τους.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ

Είναι ελάχιστη η ανάγκη να αποδειχθεί η σημαντικότητα της σχετιζόμενης με την κατάθλιψη αυτοκτονίας στην εφηβική ηλικία στη σύγχρονη κοινωνία. Ακόμα και ασήμαντα ποσοστά αυτοκτονιών είναι απαράδεκτα, και η σημερινή έρευνα δείχνει ότι η συχνότητα της εφηβικής αυτοκαταστροφής είναι κάθε άλλο πα-

ρά αμελητέα. Για να αποδείξουμε τη σημαντικότητα σε αυτή την περίπτωση, αλλά και τον δυνητικά σημαντικό ρόλο της κοινωνικής ψυχολογίας, θα πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη έμφαση στο κόστος και στα οφέλη των κοινωνιοψυχολογικών παρεμβάσεων παρά στην τεκμηρίωση του βάθους του προβλήματος. Για την κοινωνική ψυχολογία, το ζήτημα που τίθεται είναι κατά πόσο η δυνητική συμβολή του πεδίου στη ρύθμιση της επίλυσης του προβλήματος της εφηβικής αυτοκτονίας δικαιολογεί ή όχι το άμεσο ή έμμεσο (δηλαδή, ευκαιρίες για την πραγματοποίηση τέτοιων παρεμβάσεων) κόστος που συνεπάγεται η προσπάθεια. Η κλινική ψυχολογία και η ψυχιατρική είναι μήπως καλύτερα εξοπλισμένες για να χειριστούν εξαιρετικές παρεμβάσεις που αντιμετωπίζουν οξείες εκδηλώσεις ακραίας κατάθλιψης; Δεν θα ήταν σοφότερο να επενδυθούν οι διαθέσιμοι πόροι στη θεραπεία των εφήβων με κατάθλιψη παρά σε κοινωνιοψυχολογικές προσπάθειες πρόληψης; Κατά την άποψή μας, η απάντηση στο πρώτο από αυτά τα ερωτήματα είναι καταφατική. Όταν το σπίτι έχει πιάσει φωτιά, η ανάγκη για άμεση πυρόσβεση σαφώς προηγείται της ασαφούς εικοτολογίας γύρω από την έννοια της φωτιάς. Η απάντηση στο δεύτερο ερώτημα είναι, ωστόσο, αμφίβολη. Η συμβολή της κοινωνικής ψυχολογίας στη λύση του προβλήματος της σοβαρής κατάθλιψης των εφήβων, εκτός από τις κλινικές παρεμβάσεις, μπορεί να αποδειχθεί μια σοφή στρατηγική για την αντιμετώπιση αυτού του σύνθετου προβλήματος, το οποίο προκαλεί τεράστια σύγχυση. Παρακάτω, σχολιάζουμε ορισμένες πιθανές κοινωνιοψυχολογικές συνεισφορές στην κατανόηση της εφηβικής κατάθλιψης και καλούμε τον αναγνώστη να τις εξετάσει προσεκτικά αλλά με ευρύτητα πνεύματος, αξιολογώντας τη βιωσιμότητά τους, ή να προτείνει εναλλακτικές λύσεις που θα μπορούσαν να επαυξήσουν τη δυνητική χρησιμότητά τους. Ωστόσο, προτού ξεκινήσουμε, λογικό είναι να εκτιμήσουμε πρώτα τη σοβαρότητα του προβλήματος. Στη συνέχεια, θα εξετάσουμε τη συνεισφορά της κοινωνικής ψυχολογίας στην επίλυσή του, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στην εφαρμογή της πρόληψης διά της πειθούς, καθώς και στον ρόλο των γονιών και στη χρήση ναρκωτικών τόσο από τα παιδιά όσο και από τους γονείς τους, τα οποία έχει αποδειχθεί ότι επηρεάζουν σημαντικά την πιθανότητα έναρξης της χρήσης ναρκωτικών κατά την εφηβική ηλικία, όπως και τα επακόλουθα αποτελέσματά της, στα οποία μπορεί να συγκαταλεχθεί και η εφηβική αυτοκτονία. Δεδομένου, λοιπόν, ότι οι επιδράσεις τόσο των γονιών όσο και των ναρκωτικών έχουν αναγνωριστεί από την έρευνα γύρω από την αυτοκτονία των εφήβων, σε αυτό το πλαίσιο, η κοινωνική ψυχολογία μπορεί να διαδραματίσει αποφασιστικό ρόλο.

ΕΦΗΒΙΚΗ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑ

Η κατάθλιψη είναι μια παθολογική κατάσταση της ψυχικής υγείας που έχει ως αποτέλεσμα επίμονη θλίψη και απώλεια των συνήθων ενδιαφερόντων. Μπορεί

να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο σκέφτεται, αισθάνεται και συμπεριφέρεται ένας άνθρωπος, οδηγώντας σε σοβαρά συναισθηματικά, σωματικά και λειτουργικά προβλήματα. Η κατάθλιψη είναι διαδεδομένη στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής και όχι μόνο. Σε παγκόσμιο επίπεδο, η κατάθλιψη είναι η δεύτερη πιο κοινή ασθένεια μετά τις αγχώδεις διαταραχές. Μεταξύ των εφήβων, η κατάθλιψη γίνεται όλο και πιο διαδεδομένη. Το Εθνικό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας (National Institute of Mental Health, NIMH, 2011) διαπίστωσε ότι οι έφηβοι με κατάθλιψη διατρέχουν σημαντικά υψηλότερο κίνδυνο απ' ό,τι οι συνομηλικοί τους χωρίς κατάθλιψη να βιώσουν σοβαρά επεισόδια κατάθλιψης στην ενήλικη ζωή, ενώ, παράλληλα, είναι περισσότερο πιθανό να έχουν μπλεξίματα με το σύστημα ποινικού δικαίου ως ενήλικες.

Σύμφωνα με την έκθεση της μη κερδοσκοπικής οργάνωσης Mental Health America (2010), το 12,5% των εφήβων έχουν βιώσει κλινική κατάθλιψη, ενώ το 67% αυτών έχουν αναφέρει μείζονα καταθλιπτικά επεισόδια, τα οποία τους έχουν προκαλέσει προβλήματα με το σχολείο, την εργασία, τους φίλους ή την οικογένεια. Οι αλλαγές στις στάσεις ή τις συμπεριφορές σχετικά με το σχολείο και τις κοινωνικές δραστηριότητες, καθώς και τα προβλήματα στο σπίτι μπορεί να συνιστούν ενδείξεις κατάθλιψης στους νέους. Σε σύγκριση με την κατάθλιψη στους ενήλικες, η εφηβική κατάθλιψη μπορεί να εκδηλωθεί με εντυπωσιακά διαφορετικούς τρόπους. Οι νέοι αυτής της ηλικιακής ομάδας τείνουν να αντιμετωπίζουν προβλήματα τα οποία δεν απασχολούν τους ενήλικες, όπως έντονες και πολύ σημαντικές για τους ίδιους πιέσεις από τους συνομηλίκους, τις προσδοκίες για ακαδημαϊκή επίτευξη και παράλληλες ορμονικές και σωματικές αλλαγές. Αν και τα καταθλιπτικά συμπτώματα μπορεί να διαφέρουν πολύ από το ένα άτομο στο άλλο, κοινές συναισθηματικές και συμπεριφορικές αλλαγές στους εφήβους μπορεί να είναι προειδοποιητικά σημάδια ενεργής ή επικείμενης κατάθλιψης. Σύμφωνα με ευρήματα που δημοσίευσε η κλινική Mayo (Hall-Flavin & McKean, 2018), ορισμένες συναισθηματικές αλλαγές περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, αισθήματα θλίψης, απελπισίας, αναξιότητας, ενοχής και απαισιοδοξίας. Οι έφηβοι που βιώνουν κατάθλιψη μπορεί, επίσης, να εμφανίσουν ξεσπάσματα αναίτιου κλάματος, απογοήτευση ή θυμού δυσανάλογα με την κατάσταση, καθώς και ευερεθιστότητα, απώλεια ενδιαφέροντος ή ευχαρίστησης σε σχέση με συνήθειες δραστηριοτήτές τους, συγκρούσεις με τους φίλους ή με την οικογένεια, χαμηλή αυτοεκτίμηση, ιδεομηρυκασμό ή καθηλώσεις σε αποτυχίες και αυτοκατηγορίες, δυσκολίες συγκέντρωσης, αδυνατότητα ή δυσκολία λήψης αποφάσεων και συχνές σκέψεις θανάτου ή τερματισμού της ζωής. Οι συμπεριφορικές αλλαγές μπορεί να περιλαμβάνουν κόπωση, αλλαγές στα πρότυπα ύπνου και στην όρεξη, συνοδευόμενες από αλλαγές στο βάρος, ανησυχία, κοινωνική απόσυρση, κακή σχολική απόδοση ή αδικαιολόγητες απουσίες από το σχολείο, λιγότερη προσοχή στην εμφάνιση του εαυτού, διαταρακτική συμπεριφορά, χρήση αλκοόλ ή

ναρκωτικών, αυτοτραυματισμούς και αυτοκτονικές συμπεριφορές (Hall-Flavin & McKean, 2018).

Τα ποσοστά αυτοκτονίας αυξάνονται. Είναι σημαντικό η κατάθλιψη να αντιμετωπίζεται σε κάθε ηλικία, ώστε να βελτιώνεται η κατάσταση του ατόμου και να προλαμβάνεται η προοδευτική επιδείνωση των συνεχιζόμενων προβλημάτων. Ευτυχώς, οι περισσότεροι έφηβοι που λαμβάνουν θεραπεία ξεπερνούν την κατάθλιψη. Ωστόσο, αν δεν λάβουν κάποια θεραπεία, οι έφηβοι διατρέχουν σημαντικά μεγαλύτερο κίνδυνο αυτοκτονίας απ' ό,τι οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, η αυτοκτονία είναι η δεύτερη συχνότερη αιτία θανάτου σε άτομα ηλικίας 10 έως 34 ετών (NIMH, 2018). Μεταξύ των εφήβων και των νεαρών ενηλίκων, η αυτοκτονία είναι συχνότερη απ' ό,τι ο καρκίνος, τα καρδιαγγειακά νοσήματα, οι συγγενείς ανωμαλίες, η πνευμονία και η γρίπη μαζί (Kann et al., 2018).

Η αυτοκτονία, προφανώς, δεν περιορίζεται στους εφήβους· είναι κάτι που μπορεί να συμβεί οποιαδήποτε στιγμή της ζωής. Σε παγκόσμια κλίμακα, η αυτοκτονία είναι η δεύτερη κύρια αιτία θανάτου σε άτομα ηλικίας 15 έως 29 ετών. Σε αυτή την ηλικιακή ομάδα, η αυτοκτονία είναι η δεύτερη συχνότερη αιτία θανάτου για τους άνδρες, καθώς μόνο τα τροχαία δυστυχήματα ευθύνονται για υψηλότερα ποσοστά θανάτου. Για τις γυναίκες, η αυτοκτονία έρχεται δεύτερη μετά τους θανάτους που σχετίζονται με τον τοκετό (WHO, 2016). Σε όλες τις ηλικιακές ομάδες, στις Ηνωμένες Πολιτείες, το συνολικό ποσοστό των αυτοκτονιών αυξήθηκε κατά 31% από το 2001 έως το 2017, με τους άνδρες να παρουσιάζουν ένα ποσοστό αυτοκτονιών τέσσερις φορές υψηλότερο σε σχέση με αυτό των γυναικών (NIMH, 2018). Η αυτοκτονία αυξήθηκε σε όλες σχεδόν τις πολιτείες κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Σε παγκόσμιο επίπεδο, εκτιμάται ότι ετησίως καταγράφονται 793.000 αυτοκτονίες από ανθρώπους όλων των ηλικιών. Σύμφωνα με το παραπάνω στοιχείο, κάθε 40 δευτερόλεπτα ένας άνθρωπος αυτοκτονεί σε κάποιο σημείο του πλανήτη μας (WHO, 2018).

Δεδομένα συγχρονικής φύσης προερχόμενα από μία από τις μεγαλύτερες σε διάρκεια εν εξελίξει έρευνες για τα ποσοστά των αυτοκτονιών εφήβων στις ΗΠΑ είναι διαθέσιμα στα αρχεία της Εθνικής Έρευνας για τις Συμπεριφορές Διακινδύνευσης των Νέων (Youth Risk Behavior Survey, YRBS: Kann et al., 2018), η οποία από το 1991 παρακολουθεί τις συμπεριφορές υγείας των νέων Αμερικανών, χρησιμοποιώντας αντιπροσωπευτικά, σε εθνικό επίπεδο, δείγματα εφήβων που φοιτούν σε λυκειακές τάξεις¹ δημόσιων και ιδιωτικών σχολείων (Kann et al., 2018). Η πηγή αυτή δημοσιεύει τα δεδομένα που συλλέγει κάθε δεύτερο χρόνο, από τότε που συστάθηκε. Ας εξετάσουμε τα δεδομένα από την έρευνα του 2017,

1. Τάξεις 9-12: σε πολλές πολιτείες, ιδίως στη Βόρεια Αμερική, το λύκειο αποτελείται από τέσσερις σχολικές χρονιές. (Σ.τ.Μ.)

η οποία διαπίστωσε ότι το προηγούμενο έτος περίπου το ένα τρίτο όλων των μαθητών λυκείου στο εθνικά αντιπροσωπευτικό δείγμα αισθάνονταν λυπημένοι ή αβοήθητοι σχεδόν κάθε ημέρα για μια χρονική περίοδο τουλάχιστον δύο εβδομάδων, σε τέτοιο βαθμό μάλιστα, που αναγκάζονταν να διακόψουν τις συνήθεις δραστηριότητές τους. Αυτό το ποσοστό αντιπροσωπεύει λίγο περισσότερο από το 20% των αγοριών του δείγματος και το 40% των κοριτσιών. Το συγκεκριμένο αποτέλεσμα αντανακλάται, επίσης, σε παραλλαγές στην αυτοαναφερόμενη σοβαρότητα της κατάθλιψης. Μεταξύ των ίδιων αυτών μαθητών, το 17,2% είχαν σκεφτεί σοβαρά το ενδεχόμενο της απόπειρας αυτοκτονίας. Με βάση το φύλο, το ποσοστό αυτό περιλάμβανε το 11,9% των αγοριών και το 22,1% των κοριτσιών που συμμετείχαν. Αρκετές έρευνες υποδεικνύουν ότι η κατάσταση ενός σχεδίου αυτοκτονίας προβλέπει σε πολύ μεγάλο βαθμό την επικείμενη αυτοκτονία ή την ήδη πραγματοποιημένη απόπειρα αυτοκτονίας. Διαπιστώθηκε ότι το 13,6% όλων των μαθητών στις ΗΠΑ είχαν καταστρώσει ένα σχέδιο αυτοκτονίας. Στο σύνολο του δείγματος, το 9,7% του συνόλου των αγοριών και το 17,1% του συνόλου των κοριτσιών που συμμετείχαν στο δείγμα είχαν καταστρώσει σχέδια αυτοκτονίας, ενώ το 7,4% των μαθητών αποπειράθηκαν πράγματι να αυτοκτονήσουν. Από το συνολικό δείγμα, το 5,1% των αγοριών και το 9,3% των κοριτσιών αποπειράθηκαν να δώσουν τέλος στη ζωή τους. Στις ΗΠΑ, το 2,4% των εφήβων αυτοτραυματίστηκαν, δηλητηριάστηκαν ή πήραν υπερβολική δόση κάποιας ουσίας, με αποτέλεσμα να χρειαστούν ιατρική βοήθεια, επειδή ακριβώς προέβησαν σε απόπειρα αυτοκτονίας. Είναι αξιοσημείωτο ότι μεταξύ των μαθητών αυτών τα αγόρια αντιπροσώπευαν το 1,5% και οι γυναίκες το 3,1% των σοβαρών τραυματισμών. Παρότι τα κορίτσια έχουν περισσότερες πιθανότητες να εξετάσουν το ενδεχόμενο της αυτοκτονίας, να καταστρώσουν σχέδια αυτοκτονίας, να αποπειραθούν να αυτοκτονήσουν και να τραυματιστούν εξαιτίας μιας απόπειρας, τα αγόρια παρουσιάζουν υψηλότερα ποσοστά επιτυχημένων αποπειρών αυτοκτονίας (NIMH, 2018).

Τα ποσοστά θλίψης και αβοηθησίας αυξήθηκαν σημαντικά στον εφηβικό πληθυσμό από το 2009 έως σήμερα (Kann et al., 2018). Επί μία δεκαετία, από το 2007 έως το 2017, το YRBS ανέφερε μια αύξηση της τάξης περίπου του 3% στους εφήβους που σκέφτονται σοβαρά το ενδεχόμενο της αυτοκτονίας. Τα στοιχεία υποδεικνύουν ότι τα ποσοστά απόπειρας αυτοκτονίας και τα ποσοστά απόπειρας αυτοκτονίας που οδηγεί τελικά σε σοβαρό τραυματισμό παρέμειναν σχετικά σταθερά από το 1991, με ελάχιστες διακυμάνσεις μέσα στα χρόνια που ακολούθησαν. Είναι αξιοσημείωτο ότι κατά μέσο όρο στις Ηνωμένες Πολιτείες 3.041 μαθητές στις τρεις τάξεις του λυκείου αποπειρώνται να αυτοκτονήσουν.

Το 80% των εφήβων που αποπειρώνται να αυτοκτονήσουν εκπέμπουν σαφή προειδοποιητικά σήματα προτού το επιχειρήσουν (Kann et al., 2018). Έχουν καταγραφεί πολλά από αυτά τα προειδοποιητικά σήματα, συμπεριλαμβανομένων

των συμπτωμάτων σοβαρής κατάθλιψης· άλλα σήματα περιλαμβάνουν την παραγωγή προφορικού ή γραπτού λόγου και σχεδίων/ζωγραφιών σχετικών με τον θάνατο, τη διανομή αντικειμένων που ανήκουν στο άτομο, την εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς, τη φυγή από το σπίτι, την υιοθέτηση ριψοκίνδυνων συμπεριφορών ή δραστηκές αλλαγές στην προσωπικότητα (HealthLinkBC, 2018).

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑ

Αρκετοί παράγοντες μπορούν να συμβάλουν στην απόφαση ενός ανθρώπου να βάλει τέλος στη ζωή του, μεταξύ αυτών και τα σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας και τα υψηλά επίπεδα χρήσης ψυχοτρόπων ουσιών. Έχει υπολογιστεί ότι σχεδόν το 30% των ατόμων που πεθαίνουν από αυτοκτονία αντιμετωπίζουν προβλήματα που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών (CDC, 2018). Σύμφωνα με την Υπηρεσία Κατάχρησης Ουσιών και Παροχής Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA, 2013), η αυτοκτονία είναι η πιο κοινή αιτία θανάτου για άτομα με διαταραχές λόγω χρήσης ουσιών. Επιπλέον, η ψυχική ασθένεια σε συνδυασμό με διαταραχές εξαιτίας της χρήσης ουσιών αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο αυτοκτονίας. Μόνο το 2011, περισσότερες από 200.000 επισκέψεις στα επείγοντα περιστατικά οφείλονταν σε απόπειρες αυτοκτονίας που σχετίζονταν με ναρκωτικά και από το 2004 έως το 2011 οι απόπειρες αυτές αυξήθηκαν κατά 41% (SAMHSA, 2013). Η κατάθλιψη διαπιστώθηκε ότι είναι πρόδρομος τόσο της χρήσης ουσιών για μη ενδεδειγμένους λόγους όσο και της αυτοκτονίας, καθώς και ότι η συνεχιζόμενη χρήση ουσιών για μη ενδεδειγμένους λόγους επιδεινώνει την κατάθλιψη.

Η σύνδεση της κατάθλιψης και των προβλημάτων που συνδέονται με τη χρήση ουσιών υποχρεώνει ουσιαστικά την προσοχή της κοινωνιοψυχολογικής έρευνας να στραφεί στην κατανόηση και ενδεχομένως στην προσπάθεια ανακούφισης των συμπτωμάτων της κατάθλιψης που οδηγούν στην αυτοκτονία. Η κοινωνική ψυχολογία έχει αποδειχθεί ιδιαίτερα βοηθητική για την έρευνα που έχει σχεδιαστεί με σκοπό να βοηθήσει στην καταπολέμηση της χρήσης επικίνδυνων ψυχοτρόπων ουσιών (π.χ. Crano, Alvaro, Tan, & Siegel, 2017· Lac, Crano, Berger, & Alvaro, 2013· Griffin & Botvin, 2000· Hawkins, Catalano, & Miller, 1992· Lochman & van den Steenhoven, 2002· Newcomb & Locke, 2005· Siegel et al., 2014· Sloboda, Petras, Hingson, & Robertson, 2019· Sussman & Ames, 2008). Η κοινωνιοψυχολογική θεωρία και έρευνα που έχουν σχεδιαστεί ώστε να γίνουν κατανοητοί εις βάθος οι κίνδυνοι της χρήσης ουσιών είναι αρκετά συνηθισμένες αλλά και πολύ κατατοπιστικές, τη στιγμή που η συμβολή του πεδίου στην κατανόηση είναι εντυπωσιακή. Η έρευνα αυτή έχει χρησιμοποιηθεί εκτενώς

για την ανάπτυξη εφαρμογών ικανών να μετριάζουν ή να εξαλείφουν τους πιθανούς κινδύνους που συνεπάγεται η χρήση επικίνδυνων ψυχοτρόπων ουσιών για λόγους πέραν των ενδεδειγμένων. Η εφαρμογή των αρχών και της έρευνας της κοινωνικής ψυχολογίας σε σημαντικούς τομείς που αφορούν το δημόσιο καλό δεν αποτελεί καινούργιο φαινόμενο (π.χ. βλ. Lewin, 1943, 1946, 1947), καθώς με την πάροδο των χρόνων η εφαρμογή των κοινωνιοψυχολογικών αρχών σε σημαντικά ζητήματα γίνεται με ολοένα πιο εντατικούς ρυθμούς, έπειτα από μια σύντομη παύση που ακολούθησε τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο (Crano & Lac, 2012· McGuire, 1973· Prislis & Crano, 2012).

Κατάθλιψη και αυτοχορήγηση φαρμακευτικής αγωγής. Όταν αντιμετωπίζουμε το πρόβλημα της συνδεδεμένης με την κατάθλιψη αυτοκτονίας, η σύγχρονη εφαρμοσμένη έρευνα για τη συνάφεια της κοινωνιοψυχολογικής θεωρίας καθιστά σαφείς τις δυνατότητες του πεδίου να συμβάλει στην ευημερία των νέων. Έρευνες έχουν διαπιστώσει ότι οι έφηβοι που βιώνουν συνθήκες στρες συχνά αναζητούν τρόπους αυτοϊασης με τη χρήση μαριχουάνας· στην περίπτωση της κατάθλιψης, ωστόσο, η χρήση μαριχουάνας φαίνεται να εντείνει και όχι να κατευνάζει τα υποκείμενα συμπτώματα της κατάθλιψης (Shrier, Ross, & Blood, 2014· Wilkinson et al., 2016). Έρευνα σε νεαρό ενήλικο πληθυσμό υποστηρίζει αυτό το εύρημα. Υποδεικνύει ότι η χρήση μαριχουάνας ως αυτοχορηγούμενη φαρμακευτική αγωγή μείωσε τα αρνητικά συμπτώματα άγχους, αλλά με τη σειρά της οδήγησε σε περισσότερα προβλήματα ακριβώς λόγω της χρήσης μαριχουάνας (Buckner, Bonn-Miller, Zvolensky, & Schmidt, 2007).

Η μαριχουάνα έχει αποδειχθεί επικίνδυνη και αναποτελεσματική λύση για την εφηβική κατάθλιψη. Παρόλο που η έρευνα είναι περιορισμένη σε πληθυσμούς συμμετεχόντων κάτω των 18 ετών, πολλές έρευνες σε ενήλικες παρατηρούν σταθερά τη σχέση κατάθλιψης, αυτοκτονίας και διαταραχών λόγω χρήσης ουσιών. Τα αποτελέσματα αυτά υποδηλώνουν ισχυρούς, αν όχι απαραίτητα αιτιώδεις, συσχετισμούς μεταξύ αυτών των παραγόντων. Η κατανόηση της σχέσης ανάμεσα στη χρήση ναρκωτικών και στην αυτοκτονία είναι σημαντική, δεδομένου ότι περισσότεροι από το 90% των ανθρώπων που χάνουν τη ζωή τους αυτοκτονώντας διαπιστώνεται ότι αντιμετώπιζαν προβλήματα είτε λόγω κατάθλιψης είτε λόγω χρήσης ψυχοτρόπων ουσιών ή εξαιτίας και των δύο (Juergens & Hampton, 2018). Η αυτοχορήγηση ψυχοδραστικών ουσιών φαίνεται συχνά να χρησιμοποιείται ως μέσο για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης, για τον κατευνασμό του πόνου ή για την ελάττωση των αρνητικών συναισθημάτων. Η αυτοκτονία σπάνια προκαλείται από μια συγκεκριμένη πάθηση ή συγκυρία. Ωστόσο, μια σειρά από αλληλεπιδραστικές μεταβλητές έχουν ταυτοποιηθεί ως κοινά εμφανιζόμενες στην αυτοκτονία, συμπεριλαμβανομένων μάλιστα παραγόντων όπως η κατάθλιψη, ο αυτοκτονικός ιδεασμός, οι απόπειρες αυτοκτονίας στο παρελθόν, η κατάχρηση ναρκωτικών, η κατάχρηση αλκοόλ, οι κακές οικογενειακές σχέσεις ή ένα προβλη-

ματικό οικογενειακό παρελθόν (Juergens & Hampton, 2018). Οι σχέσεις μεταξύ αυτών των αλληλεπιδραστικών χαρακτηριστικών αξίζουν προσεκτικό έλεγχο, αν και οι πειραματικοί σχεδιασμοί που θα επιτρέψουν μια σαφέστερη κατανόηση των αιτιωδών σχέσεων του κύκλου χρήσης ουσιών-κατάθλιψης-αυτοκτονίας παραμένουν ασαφείς, λόγω της ίδιας της φύσης των εμπλεκόμενων μεταβλητών.

ΕΦΗΒΙΚΗ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ, ΧΡΗΣΗ ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑΣ ΚΑΙ ΝΟΜΙΜΟΠΟΙΗΣΗ

Η σύνδεση της μαριχουάνας με την εφηβική κατάθλιψη παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον, τόσο λόγω της δημοτικότητας του ναρκωτικού μεταξύ των νέων όσο και εξαιτίας του γεγονότος ότι πρόσφατα πολλές πολιτείες των ΗΠΑ ιατροκοίτησαν, νομιμοποίησαν ή αποποινικοποίησαν (στην πράξη ή διά του νόμου) τη χρήση της ουσίας. Αυτές οι πρόσφατες αλλαγές καθιστούν τη μαριχουάνα πιο προσιτή από ποτέ άλλοτε στους ενήλικες και, έμμεσα, στους νέους, οι οποίοι είναι οι αποδέκτες της νόμιμης μαριχουάνας που δεν χρησιμοποιείται από αυτούς στους οποίους έχει πράγματι συνταγογραφηθεί. Οι αλλαγές αυτές συμπίπτουν με μια χαλάρωση της προηγούμενης δεκαετίας όσον αφορά τις αντιλήψεις των εφήβων σχετικά με τον κίνδυνο που ενέχει η χρήση μαριχουάνας, αλλά και τα ποσοστά αποδοκμασίας της συναναστροφής με συστηματικούς χρήστες μαριχουάνας (Johnston, O'Malley, Miech, Bachman, & Schulenberg, 2016· Siegel, Alvaro, Patel, & Crano, 2009).

Οι ερευνητές και οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής παρουσιάζουν ένα ολοένα διευρυνόμενο ενδιαφέρον για τους τρόπους με τους οποίους η αυξημένη προσβασιμότητα στη μαριχουάνα μπορεί να επηρεάσει τους εφήβους (π.χ. Hayatbakhsh, Williams, Bor, & Najman, 2013). Η θέση μας υποστηρίζει ότι η νομιμοποίηση έχει αυξήσει σημαντικά τον κίνδυνο κατάθλιψης που συνδέεται με τη μαριχουάνα στους νέους και, ως εκ τούτου, αξίζει ιδιαίτερη προσοχή. Για παράδειγμα, ο Johnston και οι συνεργάτες του (2016) ταυτοποίησαν τη μαριχουάνα ως την παράνομη ουσία που χρησιμοποιούσαν συχνότερα οι έφηβοι στις ΗΠΑ στην τελευταία τάξη του γυμνασίου, καθώς και στη δεύτερη και τέταρτη τάξη του λυκείου. Περίπου το 14% των εφήβων δηλώνουν ότι κάνουν χρήση μαριχουάνας μεταξύ 14 και 16 ετών (Wilkinson et al., 2016), με μέση ηλικία έναρξης της μαριχουάνας τα 15 έτη (Hayatbakhsh et al., 2013). Η βαριά και συστηματική χρήση μαριχουάνας μπορεί να επηρεάσει τη γνωστική ανάπτυξη, παρεμποδίζοντας τις διαδικασίες συνειρμικής μάθησης και τη βραχυπρόθεσμη μνήμη (National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2017· WHO, 2014). Επιπλέον, η χρήση μαριχουάνας στους εφήβους έχει συσχετιστεί με σημαντικά υψηλότερες πιθανότητες μη ιατρικής χρήσης διεγερτικών και οπιοειδών, σε περίπτωση που η χρήση μαριχουάνας ξεκινήσει νωρίς και γίνει συστηματική

(Nakawaki & Crano, 2012, 2015). Όπως και οι έφηβοι με κατάθλιψη, αυτοί που ξεκινούν νωρίς τη μαριχουάνα είναι, επίσης, πιθανό να αποδίδουν σε εκπαιδευτικά πλαίσια σε επίπεδα πολύ χαμηλότερα των δυνατοτήτων τους και να είναι πιο επιρρεπείς στην παραβατικότητα και σε άλλες διαταραχές της συμπεριφοράς και της ψυχικής υγείας (Copeland, Rooke, & Swift, 2013· Siegel et al., 2014). Δεδομένου ότι οι έφηβοι που βιώνουν κατάθλιψη έχουν τις διπλάσιες πιθανότητες να καταφύγουν στη χρήση μαριχουάνας σε σχέση με τους εφήβους που δεν αντιμετωπίζουν κατάθλιψη (Office of National Drug Control Policy [ONDCP], 2008), θα έλεγε κανείς ότι οι κοινωνικοί ψυχολόγοι είναι σχεδόν υποχρεωμένοι να διερευνήσουν πιο συστηματικά αυτή τη σχέση. Σε μια μεγάλη επισκόπηση της βιβλιογραφίας για τη σχέση ανάμεσα στη χρήση μαριχουάνας και στην ψύχωση, οι Radhakrishnan, Wilkinson και D'Souza (2014, σ. 5) διαπίστωσαν το εξής:

Η οξεία έκθεση τόσο στην κάνναβη όσο και στα συνθετικά κανναβινοειδή (Spice/K2) μπορεί να προκαλέσει ένα μεγάλο φάσμα από παροδικά ψυχωσικομιμητικά συμπτώματα, γνωστικά ελλείμματα και ψυχοφυσιολογικές ανωμαλίες που φέρουν μια εντυπωσιακή ομοιότητα με τα συμπτώματα της σχιζοφρένειας [...] Η έκθεση σε κανναβινοειδή στην εφηβεία συνεπάγεται υψηλότερο κίνδυνο εκδήλωσης συμπτωμάτων ψύχωσης στη μετέπειτα ζωή και ο κίνδυνος είναι ανάλογος των καταναλωμένων δόσεων.

Η έρευνα του Radhakrishnan και των συνεργατών του, η οποία υποδεικνύει μια ισχυρή και σταθερή συσχέτιση κατάθλιψης και μαριχουάνας, έχει ενισχυθεί από μεταγενέστερες μελέτες (π.χ. Gobbi et al., 2019· Hser et al., 2017· Ketcherside & Filbey, 2015· Wilkinson et al., 2016). Παρόλο που αυτές οι μελέτες δεν μπορούν να ερμηνευτούν αιτιολογικά με βεβαιότητα, ούτε αναγκαστικά συνεπάγονται ή εντοπίζουν μια διαδρομή από τη μαριχουάνα στην κατάθλιψη και από εκεί στην αυτοκτονία στους εφήβους, δεν υπάρχουν παρά ελάχιστες αμφιβολίες όσον αφορά τη συσχέτιση μεταξύ των υψηλών επιπέδων χρήσης μαριχουάνας και της κατάθλιψης. Το αν η μαριχουάνα προηγείται ή έπεται της κατάθλιψης παραμένει ένα ανοιχτό ερώτημα, αλλά η σπουδαιότητα του ερωτήματος επιβάλλει μια προσπάθεια να δοθεί μια ορθά ενημερωμένη και επιστημονικά τεκμηριωμένη απάντηση. Μια τέτοια προσπάθεια θα παρουσιάσουμε στις σελίδες που ακολουθούν.

ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΧΟΡΗΓΗΣΗ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Ενώ παλιότερα υπήρχε η πεποίθηση ότι χρησιμοποιούνταν κοινωνικά, προκειμένου να μπορέσει ένα άτομο να ταιριάζει με τους φίλους του, ή ως μια μορφή εξέγερσης, η τρέχουσα έρευνα δείχνει ότι η μαριχουάνα και το αλκοόλ χρησιμο-

ποιούνται συχνά από τους εφήβους ως ένα αυτοχορηγούμενο θεραπευτικό μέσο σε μια προσπάθεια να μειώσουν τα συμπτώματα της κατάθλιψης (Grunberg, Cordova, Bidwell, & Ito, 2015· Wilkinson et al., 2016). Αυτά τα ευρήματα και οι παρατηρήσεις καθιστούν τη σύνδεση μαριχουάνας-κατάθλιψης ακόμη πιο ενδιαφέρουσα και ταυτόχρονα ακόμη πιο δυσοίωνη. Η έρευνα σε αυτόν τον τομέα έχει περιοριστεί σε μεγάλο βαθμό στους ενήλικες και δεν έχει ασχοληθεί τόσο με τους εφήβους (Buu et al., 2009· Consoli et al., 2013· Pacek, Martins, & Crum, 2013), αλλά η ιδέα της επέκτασης της έρευνας στη χρήση μαριχουάνας από άτομα στην εφηβεία φαίνεται εύστοχη και δικαιολογημένη. Ο στόχος της είναι να αποκαλύψει τις ψυχολογικές διαδικασίες που εμπλέκονται στη διαδικασία της αυτοχορήγησης φαρμακευτικών ουσιών, καθώς και τη χρονική σχέση που συνδέει τη χρήση μαριχουάνας με την κατάθλιψη. Οι έφηβοι χρησιμοποιούν τη μαριχουάνα για να αντεπεξέλθουν καλύτερα σε ένα καταθλιπτικό επεισόδιο ή μήπως οι χρήστες μαριχουάνας είναι πιο επιρρεπείς στο πέρασμα από την καθημερινή θλίψη, που φαίνεται να αποτελεί μέρος της φυσιολογικής εφηβικής ζωής, στην πιο σοβαρή κατάθλιψη; Και οι δύο ακολουθίες είναι πιθανές, αλλά η υπόθεση της αυτοχορηγούμενης φαρμακευτικής αγωγής υποστηρίζει ότι πρώτα εμφανίζονται τα συμπτώματα της ψυχικής ασθένειας και ότι η χρήση ουσιών υιοθετείται για να ανακουφίσει τα συμπτώματα αυτά (Khantzian, 1985· Womack, Shaw, Weaver, & Forbes, 2016). Ορισμένα στοιχεία, λοιπόν, υποστηρίζουν αυτή την προτεινόμενη χρονική ακολουθία. Άτομα που εξελίσσονται σε τακτικούς χρήστες μαριχουάνας έχουν αναφέρει ότι ένα βασικό κίνητρο για την κατανάλωση της ουσίας είναι η ανακούφιση συναισθηματικών συμπτωμάτων, όπως η κατάθλιψη και το άγχος (Bottorff, Johnson, Moffat, & Mulvogue, 2009). Η διαχρονική μελέτη του Repetto και των συνεργατών του διαπίστωσε ότι τα καταθλιπτικά συμπτώματα προέβλεπαν τη μεταγενέστερη χρήση μαριχουάνας σε ένα δείγμα Αφροαμερικανών μαθητών της πρώτης τάξης του λυκείου, χωρίς το αποτέλεσμα αυτό να επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες που αφορούσαν το υπόβαθρο του ατόμου, όπως η χρήση μαριχουάνας στο παρελθόν, η χρήση άλλων ουσιών, ο μέσος όρος βαθμολογίας και η κοινωνικοοικονομική κατάσταση.

Παρόλο που τα στοιχεία αυτά προσδίδουν κάποια αξιοπιστία στην υπόθεση της αυτοχορηγούμενης φαρμακευτικής αγωγής, άλλες μελέτες δεν έχουν βρει καμία απολύτως συσχέτιση εξετάζοντας τη μακροπρόθεσμη σύνδεση της κατάθλιψης με τη χρήση μαριχουάνας. Ως αποτέλεσμα, ορισμένοι ψυχολόγοι που εξετάζουν την αλληλεπίδραση της κατάθλιψης και της χρήσης μαριχουάνας έχουν αναπτύξει την έννοια του *φαινομένου της κάνναβης* (*cannabis effect*, Womack et al., 2016), η οποία υποστηρίζει ότι η επίμονη και βαριά χρήση μαριχουάνας μπορεί να οδηγήσει στην εμφάνιση κατάθλιψης, και όχι μόνο στην έξαρσή της. Σημαντικό κομμάτι της έρευνας υποστηρίζει, επίσης, αυτή την πιθανότητα (π.χ. Radhakrishnan et al., 2014). Πολλοί διαφορετικοί παράγοντες έχουν εμπλακεί

στην εμφάνιση της εφηβικής κατάθλιψης. Στοιχεία που προκύπτουν από μια νευρολογική σκοπιά δείχνουν ότι οι ανωμαλίες της λευκής ουσίας του μετωπιαίου λοβού στους εφήβους που κάνουν τακτική χρήση μαριχουάνας μπορούν να προβλέψουν συμπτώματα κατάθλιψης (Medina, Nagel, Park, McQueeney, & Tapert, 2007). Ο Shonesy και οι συνεργάτες του (2014) υποστηρίζουν ότι η καταθλιπτική συμπτωματολογία μπορεί να προκληθεί από «ανεπάρκεια ενδοκανναβινοειδών», η οποία μπορεί να οδηγήσει τα άτομα στη χρήση μαριχουάνας για να κατευνάσουν τα συμπτώματα. Τα νευρολογικά στοιχεία είναι πολύ ενδιαφέροντα, αλλά είναι σαφές ότι μένει ακόμη να γίνουν πολλά βήματα προς αυτή την κατεύθυνση, προτού επιτευχθούν αποτελεσματικές λύσεις. Ωστόσο, δεδομένου του ρυθμού της έρευνας σε αυτόν τον τομέα, δεν αποκλείεται οι λύσεις αυτές να δοθούν πιο γρήγορα απ' ό,τι αναμένεται.

Μια εναλλακτική στην υπόθεση της αυτοχορήγησης φαρμακευτικής αγωγής υποστηρίζει ότι η χρήση μαριχουάνας οδηγεί σε κοινωνικά προβλήματα (π.χ. απομόνωση, κακές σχέσεις με τους συνομηλίκους και τους γονείς, χαμηλή σχολική επίτευξη) που μπορούν να οδηγήσουν τους εφήβους σε κατάθλιψη. Ωστόσο, μεγάλο κομμάτι αυτής της έρευνας υπήρξε σημαντικά λιγότερο κατευθυντικό, υποδηλώνοντας μια συσχετιστική και όχι αιτιώδη σχέση ανάμεσα στη βαριά χρήση μαριχουάνας και στην κατάθλιψη. Ίσως η πιο επιστημονικά αποδεκτή ερμηνεία των διαθέσιμων δεδομένων είναι ότι αυτοί οι παράγοντες μπορούν να λειτουργήσουν ως διαμεσολαβητές που συνδέουν τη βαριά χρήση μαριχουάνας και την κατάθλιψη στην πρώιμη ενήλικη ζωή. Τα δεδομένα είναι συνεπή με αυτή τη δυνατότητα. Για παράδειγμα, μια περιεκτική μετα-ανάλυση στο θέμα διαπίστωσε ότι η κατανάλωση μαριχουάνας στην εφηβεία σχετίζεται με την εμφάνιση κατάθλιψης, καθώς και με τον αυτοκτονικό ιδεασμό στη νεαρή ενήλικη ζωή (Gobbi et al., 2019). Οι ερευνητές πρότειναν ότι περισσότερες από 400.000 περιπτώσεις εφηβικής κατάθλιψης θα μπορούσαν να είναι αποτέλεσμα της χρήσης μαριχουάνας. Οι Fairman και Anthony (2012) διαπίστωσαν ότι η πρώιμη χρήση μαριχουάνας στην εφηβεία και την πρώιμη ενήλικη ζωή οδήγησε σε αύξηση των ποσοστών κατάθλιψης κατά 10% στην ενήλικη ζωή, ακόμη και όταν αποκλείονταν πολλοί άλλοι ευλογοφανείς παράγοντες κινδύνου, ενώ το ONDCP (Office of National Drug Control Policy, 2008) ανέφερε ότι έφηβοι με κατάθλιψη που ήταν τακτικοί χρήστες μαριχουάνας διέτρεχαν μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης άλλων ψυχικών ασθενειών. Οι Marmorstein και Iacono (2011) ανέφεραν συμπληρωματικά αποτελέσματα. Εντόπισαν σημαντικές συσχετίσεις ανάμεσα στη χαμηλότερη εκπαιδευτική επίτευξη, στην εργασιακή απασχόληση και στα μπλεξίματα με τον νόμο σχετικά με τις διαταραχές λόγω χρήσης κάνναβης στην εφηβεία με μεταγενέστερη εμφάνιση κατάθλιψης στην ενήλικη ζωή. Αυτή η άποψη υποστηρίζει μια διάταξη χρονικής ακολουθίας, στην οποία η χρήση μαριχουάνας επηρεάζει μεταγενέστερα την ψυχική κατάσταση. Επαληθεύοντας την υπόθεση αυτή, η Hser και

οι συνεργάτες της (2017) διαπίστωσαν σε μια έρευνα που χρησιμοποίησε ένα δείγμα ενηλίκων ότι η μείωση της κατανάλωσης μαριχουάνας συνδεόταν με βελτίωση των επιπέδων άγχους, κατάθλιψης, καθώς και της ποιότητας του ύπνου σε άτομα με ανάλογες παθήσεις. Αυτά τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την ιδέα ότι η μαριχουάνα μπορεί να επιδεινώσει την τάση για κατάθλιψη σε βάθος χρόνου.

Καθώς υπάρχουν στοιχεία τόσο για την *υπόθεση αυτοχορήγησης φαρμακευτικής αγωγής* όσο και για το *φαινόμενο της κάνναβης*, ο Womack και οι συνεργάτες του (2016) υποστήριξαν ότι η σχέση μεταξύ κατάθλιψης και χρήσης μαριχουάνας μπορεί να είναι αμφίδρομη, τροφοδοτώντας με αυτόν τον τρόπο έναν φαύλο κύκλο, με τη μαριχουάνα να χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης και την κατάθλιψη να γίνεται πιο σοβαρή ως αποτέλεσμα της χρήσης μαριχουάνας (βλ. Pacek et al., 2013, για στοιχεία που συνηγορούν υπέρ μιας αμφίδρομης σχέσης στους ενήλικες). Η Taylor (2011) διαπίστωσε ότι η χρήση μαριχουάνας ήταν αποτέλεσμα προσπαθειών αντιμετώπισης των συναισθημάτων θλίψης και η έρευνα του Moreira (2007) έδειξε ότι οι ποσότητες μαριχουάνας που καταναλώνονταν συσχετιζόνταν σταθερά με τη σοβαρότητα της κατάθλιψης.

Φαίνεται λογικό να καταλήξουμε στο συμπέρασμα ότι οι προσπάθειες αυτοϊασης μέσω της χρήσης μαριχουάνας είναι πιθανό να οδηγήσουν σε επιδείνωση της κατάθλιψης, καθώς και σε αύξηση της χρήσης μαριχουάνας σε μια προσπάθεια αντιμετώπισης της απορρέουσας επιδείνωσης των καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Ο κυκλικός χαρακτήρας αυτής της διαδικασίας θα μπορούσε να προκαλεί σύγχυση σε πολλές από τις τυπικές μη πειραματικές μεθόδους μας που έχουν σχεδιαστεί για τον προσδιορισμό της αιτιώδους προτεραιότητας (π.χ. μοντέλα δομικών εξισώσεων, ανάλυση διαδρομών κ.λπ.), καθώς τα αποτελέσματα των αναλύσεων θα ήταν σε μεγάλο βαθμό συνάρτηση ενός αυθαίρετου προσδιορισμού του σημείου εκκίνησης της διαδικασίας. Πρακτικοί και δεοντολογικοί περιορισμοί όσον αφορά την τυχαία κατανομή εφήβων με ή χωρίς κατάθλιψη σε μια συνθήκη βαριάς χρήσης μαριχουάνας ή σε μια συνθήκη ελέγχου (όπου δεν προβλέπεται χρήση μαριχουάνας) έχουν καθυστερήσει τη δυνατότητά μας να εντοπίσουμε την κυρίαρχη αιτία μέσω πειραματισμού (δηλαδή, η βαριά χρήση μαριχουάνας προκαλεί κατάθλιψη στους εφήβους ή η εφηβική κατάθλιψη οδηγεί σε βαριά χρήση μαριχουάνας σε μια προσπάθεια αυτοϊασης;).

Η σχετική αδυναμία μας να λύσουμε τον γρίφο της αιτιώδους προτεραιότητας στη σχέση μαριχουάνας-κατάθλιψης μπορεί να μην είναι τόσο επιβλαβερή όσο φαίνεται με την πρώτη ματιά. Πιστεύουμε ότι ένας οριστικός προσδιορισμός της αιτιώδους αλληλουχίας ενδεχομένως να μην είναι απαραίτητος, αν επικεντρωθούμε αντίθετα σε προσεγγίσεις που θα μπορούσαν να μετριάσουν τη χρήση μαριχουάνας. Αν η χρήση μαριχουάνας αποτραπεί ή περιοριστεί, τότε ένας σημαντικός κρίκος στην αιτιώδη αλυσίδα μαριχουάνας-κατάθλιψης ή κατά-

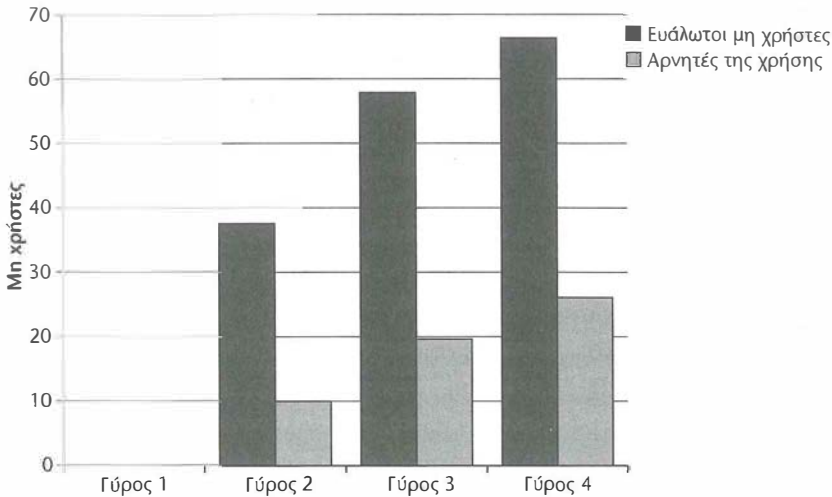
θλιψης-μαριχουάνας μπορεί να σπάσει και, για πρακτικούς λόγους, αυτό μπορεί να είναι αρκετό για να ανακόψει την τελική και τραγική έκβασή της. Η κοινωνιο-ψυχολογική έρευνα είναι η πλέον κατάλληλη για αυτό το έργο. Με αυτόν τον τρόπο η κοινωνική ψυχολογία μπορεί να συμβάλει καθοριστικά σε ένα μείζον, και μέχρι τώρα δυσεπίλυτο και εντεινόμενο, κοινωνικό πρόβλημα. Στις σελίδες που ακολουθούν, εξετάζουμε κάποιες κοινωνιοψυχολογικές προσεγγίσεις που έχουν σχεδιαστεί για να μας βοηθήσουν να κατανοήσουμε τη σχέση ανάμεσα στη χρήση μαριχουάνας και στην κατάθλιψη στους εφήβους.

ΓΟΝΙΚΕΣ ΕΠΙΡΡΟΕΣ ΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

Οι γονικές επιρροές επηρεάζουν καθοριστικά την ανάπτυξη των εφήβων (Castro-Schilo et al., 2013· Crano & Donaldson, 2018· Donaldson, Handren, & Crano, 2016). Δύο κομβικές γονικές επιρροές που έχουν μελετηθεί εκτενώς είναι η γονική θέρμη και η γονική παρακολούθηση. Η γονική παρακολούθηση περιλαμβάνει την επιτήρηση. Αναφέρεται στο κατά πόσο οι γονείς γνωρίζουν πού βρίσκονται τα παιδιά τους, τι κάνουν και με ποιον είναι μαζί (Dishion & McMahon, 1998· Donaldson, Nakawaki, & Crano, 2015). Η μετα-ανάλυση των Lac και Crano (2009) που εξέτασε την πρόληψη της χρήσης μαριχουάνας αποκάλυψε ότι η γονική παρακολούθηση ήταν προγνωστικός παράγοντας της χαμηλότερης χρήσης μαριχουάνας. Η έρευνα εντόπισε, επίσης, μεγαλύτερα μεγέθη επίδρασης για τις γυναίκες απ' ό,τι για τους άνδρες, υποδηλώνοντας ότι οι γονείς παρακολουθούσαν τις κόρες τους πιο στενά απ' ό,τι τους γιους τους. Αυτό το αποτέλεσμα υποστηρίζει τις υποθέσεις σχετικά με τη μεγαλύτερη πιθανότητα των αγοριών να εμπλακούν σε παραβατικές συμπεριφορές, επειδή δεν παρακολουθούνται εξίσου στενά με τα κορίτσια (Pedersen, Mastekaasa, & Wichstrøm, 2001· Peters, 1994). Στην έρευνα των Lac and Crano (2009), η πιο έντονη παρακολούθηση συνδεόταν με χαμηλότερη χρήση μαριχουάνας σε 23 διαφορετικά δείγματα, τα οποία περιλάμβαναν περισσότερες από 35.000 ανεξάρτητες παρατηρήσεις – όποια κι αν ήταν η ηλικία των εφήβων. Έτσι, η γονική παρακολούθηση αντιμετωπίζεται ως ένας προστατευτικός παράγοντας για τη χρήση μαριχουάνας σε δείγματα εφήβων. Έρευνα σχετικά με τη χρήση μαριχουάνας στους εφήβους διαπίστωσε ότι τα υψηλά επίπεδα γνώσης εκ μέρους των γονιών συνδέονταν με λιγότερο θετικές στάσεις απέναντι στη μαριχουάνα στους εφήβους. Επίσης, η πεποίθηση των εφήβων ότι ασκούσαν συμπεριφορικό έλεγχο στη χρήση μαριχουάνας και οι υποκειμενικές νόρμες που απαγόρευαν τη χρήση μαριχουάνας συσχετιζόνταν, επίσης, με χαμηλότερη χρήση μαριχουάνας (Lac, Alvaro, Crano, & Siegel, 2009).

Ένας δεύτερος παράγοντας που καθορίζει τη γονική επιρροή είναι η *θέρμη*, η οποία περιγράφει πώς οι έφηβοι ερμηνεύουν τα συναισθήματα των γονιών τους απέναντί τους. Η *θέρμη* περιλαμβάνει την προσλαμβανόμενη αγάπη και φροντίδα, καθώς και την αποκρισιμότητα στις ανάγκες των παιδιών (Lowe & Dotterer, 2013). Η γονική *θέρμη* μπορεί, επίσης, να γίνει αντιληπτή ως προσλαμβανόμενη αποδοχή, υποστήριξη, θετική ενίσχυση, στοργή και δέσμευση εκ μέρους των γονιών, καθώς και ως καθορισμός λογικών ορίων για τη συμπεριφορά (Donaldson et al., 2016· Morrill, Hawrilenko, & Córdova, 2016). Η προσλαμβανόμενη αίσθηση της *θέρμης* των γονιών από τους εφήβους συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα ικανοποίησης από τη ζωή και ευημερίας (Schwarz et al., 2011), ενώ μπορεί, παράλληλα, να λειτουργήσει ως ένας τρόπος ανάσχεσης της παραβατικότητας (Menting, Van Lier, Koot, Pardini, & Loeber, 2016), παράγοντες που σχετίζονται με την εφηβική κατάθλιψη. Η γονική *θέρμη* έχει, επίσης, συσχετιστεί αντιστρόφως ανάλογα με στάσεις και υποκειμενικές νόρμες υπέρ της μαριχουάνας. Οι νέοι που θεωρούσαν τους γονείς τους ψυχρούς απέναντί τους είχαν περισσότερες πιθανότητες να προτιμήσουν την κατανάλωση μαριχουάνας, ενώ, συγχρόνως, αισθάνονταν ότι άλλοι σημαντικοί άνθρωποι στη ζωή τους ήταν επίσης θετικοί προς τη χρήση μαριχουάνας (Lac, Alvaro, Crano, & Siegel, 2009). Στην έρευνά μας για την πρόληψη της χρήσης ουσιών από εφήβους, οι συμμετέχοντες συνήθως χωρίζονται σε χρήστες, ευάλωτους μη χρήστες και αρνητές της χρήσης. Βρήκαμε αυτή την κατηγοριοποίηση χρήσιμη για την ανάπτυξη της έρευνας με στόχο την πρόληψη της έναρξης ή της συνέχισης της χρήσης ουσιών (τυπικά, μαριχουάνας). Το σύστημα κατηγοριοποίησής μας διέκρινε τους *αρνητές της χρήσης*, οι οποίοι δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ μια συγκεκριμένη ουσία (π.χ. μαριχουάνα, εισπνεόμενα κ.λπ.) και δηλώνουν ότι *σε καμία περίπτωση* δεν θα ξεκινήσουν τη χρήση της, από τους *ευάλωτους μη χρήστες*, οι οποίοι επίσης δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ μια συγκεκριμένη ουσία, αλλά οι οποίοι δεν απαντούν «σε καμία περίπτωση», όταν ρωτούνται, αν ενδέχεται να ξεκινήσουν κάποια μέρα τη χρήση της ουσίας. Αυτή η ταξινόμηση αποδείχθηκε χρήσιμη για τον διαχωρισμό των εφήβων που είναι πιθανό να ξεκινήσουν τη χρήση ουσιών από τους εφήβους που είναι πιο πιθανό να διατηρήσουν μια στάση αποχής. Η έρευνα σχετικά με τη χρήση μαριχουάνας έχει υποδείξει ότι οι αρνητές της χρήσης ανέφεραν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα γονικής *θέρμης* απ' ό,τι οι ευάλωτοι μη χρήστες και οι χρήστες (Crano, Siegel, Alvaro, Lac, & Hemovich, 2008· βλ. Σχήμα 11.1).

Παρόλο που η έρευνα σχετικά με τις συμπεριφορές διακινδύνευσης που υιοθετούν οι έφηβοι έχει καταδείξει εδώ και πολύ καιρό τη σημασία της επιρροής των γονιών στην εξέλιξη των παιδιών τους σε πολλούς τομείς της ζωής, πιο πρόσφατες μελέτες έχουν επικεντρωθεί στην αύξουσα επιρροή των συνομηλίκων, μια εστίαση της προσοχής οπωσδήποτε πολύ σωστή. Ωστόσο, η έμφαση στους συνομηλίκους συνεπάγεται συχνά την υποτίμηση των γονικών επιρροών.



ΣΧΗΜΑ 11.1 Ποσοστό των νέων που αρχικά απείχαν από τη χρήση μαριχουάνας αλλά ξεκίνησαν τη χρήση της μέσα σε ένα διάστημα τριών ετών (με προσαρμογές από το Crano et al., 2008).

Σημαντικός αριθμός ερευνών δείχνουν ότι, καλώς ή κακώς, οι γονικές επιρροές καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής είναι πολύ πιο ισχυρές απ' ό,τι θα μπορούσαμε να συμπεράνουμε βασιζόμενοι σε μια υπερβολική εστίαση στην επιρροή των συνομηλίκων, και το εύρημα αυτό έχει αποτελέσει το έναυσμα για προσπάθειες ανάπτυξης μιας πιο εκλεπτυσμένης κατανόησης των γονικών επιδράσεων.

Το έργο των Kerr, Stattin και των συνεργατών τους παραμένει ένα ορόσημο εξαιρετικής έρευνας σε αυτό το πεδίο (Kerr & Stattin, 2000· Kerr, Stattin, & Burk, 2010· Kerr, Stattin, & Engels, 2008· Stattin & Kerr, 2000). Αυτό το ερευνητικό ρεύμα υποστηρίζει ότι δεν είναι η παρακολούθηση αυτή καθαυτή που επηρεάζει τη συμπεριφορά των εφήβων, αλλά μάλλον η ποιότητα της παρακολούθησης. Η γνώση τού πώς συμπεριφέρονται τα παιδιά μπορεί να αποκτηθεί με απλή παρακολούθηση. Ωστόσο, το αν η γνώση που προέρχεται από την παρακολούθηση είναι πολύτιμη αμφισβητήθηκε σοβαρά από τον Kerr και τους συνεργάτες του (2010), οι οποίοι διαπίστωσαν σε μια διετή διαχρονική έρευνα με περισσότερα από 900 ζεύγη γονιών-παιδιών ότι ο απλός έλεγχος (επιτήρηση) ή η απαίτηση να μάθουν πληροφορίες για τη ζωή τους, τις σχέσεις τους κ.λπ. δεν προέβλεπαν την ακριβή γνώση των γονιών για τη συμπεριφορά των παιδιών τους. Ωστόσο, οι αποκαλύψεις των νέων για τις δραστηριότητές τους, όταν οι γονείς τους δεν τους άκουγαν (ή δεν τους έβλεπαν), συνδέονταν σημαντικά με την ακρίβεια της γνώσης των γονιών.

Τι θα παρακινούσε ένα παιδί να αποκαλύψει *ιδιωτικές* πράξεις του όταν δεν το παρατηρούν οι γονείς; Η απάντηση που προκύπτει από μεγάλο αριθμό ερευ-

νών είναι απλή – η θέρμη των γονιών σε συνδυασμό με λογικές και εύλογα εφαρμοσμένες κατευθυντήριες οδηγίες για σωστή συμπεριφορά (Donaldson, Handren, & Crano, 2016). Σε μια σειρά από πρόσφατες μελέτες, η σημασία του τρόπου με τον οποίο τα παιδιά προσλαμβάνουν τη θέρμη των γονιών ή η ισχύς του δεσμού γονιού-παιδιού έχουν αναγνωριστεί ως ισχυροί προβλεπτικοί παράγοντες της συμπεριφοράς τους, τουλάχιστον όσον αφορά τη χρήση επικίνδυνων ουσιών (αλκοόλ, εισπνεόμενα, μαριχουάνα κ.λπ.). Για παράδειγμα, η Donaldson και οι συνεργάτες της (2016) εντόπισαν ζωτικής σημασίας και συνεχείς επιπτώσεις της πρώιμης γονικής θέρμης στον έλεγχο της κατανάλωσης αλκοόλ από τους εφήβους (βλ. επίσης Crano & Donaldson, 2018· Handren, Donaldson, & Crano, 2016· Lac et al., 2009). Μια σειρά από διαχρονικές αναλύσεις διαδρομών από τη Hemovich και τους συνεργάτες της ανέδειξαν, επίσης, τις καθοριστικές επιδράσεις της θέρμης των γονιών παράλληλα με την απλή παρακολούθηση ως έμμεσες επιρροές στη χρήση μιας ποικιλίας απαγορευμένων ουσιών από τα παιδιά (Hemovich & Crano, 2009· Hemovich, Lac, & Crano, 2011). Αυτές οι μελέτες ανάλυσης διαδρομών κατέδειξαν την έμμεση επιρροή της γονικής παρακολούθησης και της θέρμης στις στάσεις των παιδιών απέναντι σε διάφορες ουσίες και τις επιλογές φίλων τους που είχαν άμεση εμπλοκή στη χρήση ουσιών.

Αυτή η έρευνα ενισχύθηκε από ευρήματα που δείχνουν τη σημασία των σχέσεων παιδιών-γονιών όσον αφορά την έναρξη της χρήσης μαριχουάνας από τα παιδιά. Σημαντικός αριθμός ερευνών δείχνουν ότι η αρχική χρήση απαγορευμένων ουσιών εκδηλώνεται ως αντίδραση στην προσφορά της ουσίας από έναν φίλο ή έναν γνωστό. Αυτή η *ευκαιρία έκθεσης* έχει αποδεχθεί ισχυρός προγνωστικός παράγοντας της έναρξης χρήσης ουσιών (Frost, 1927· Wagner & Anthony, 2002). Πέρα από την ευκαιρία, τα άτομα που έχουν μια προδιάθεση να ξεκινήσουν τη χρήση είναι, επίσης, πιο πιθανό να δεχτούν την προσφορά ενός ναρκωτικού (Voelkl & Frone, 2000). Οι Siegel, Tan, Navarro, Alvaro και Crano (2015) διαπίστωσαν ότι οι έφηβοι που είχαν καλλιεργήσει στενές θετικές σχέσεις με τους γονείς τους είχαν πολύ λιγότερες πιθανότητες να ξεκινήσουν τη χρήση ουσιών ως αποτέλεσμα μιας ευκαιρίας έκθεσης. Ο λόγος για τον οποίο η επίδραση της γονικής επιρροής είναι τόσο ισχυρή, όπως αποτυπώνεται στη βιβλιογραφία, φαίνεται αρκετά αληθοφανής εκ των υστέρων, δεν είναι ωστόσο αυτός που μας έρχεται κατευθείαν στο μυαλό. Η θετική γονική παρακολούθηση μετρίασε την επίδραση της ευκαιρίας έκθεσης στην έναρξη της χρήσης μαριχουάνας από εφήβους, περιορίζοντας τον αριθμό προσφορών των οποίων γινόταν αποδέκτης ο έφηβος. Οι επιλογές φίλων των εφήβων που βίωναν συνθήκες καλής παρακολούθησης από τους γονείς τους λειτουργούσαν διαμεσολαβητικά στην πιθανότητα να τους προσφερθεί μια απαγορευμένη ουσία, επειδή οι ομάδες φίλων τους ήταν λιγότερο πιθανό να περιλαμβάνουν χρήστες. Το εύρημα αυτό είναι συμ-

βατό με τα ευρήματα της Hemovich και των συνεργατών της (2011), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι τα αποτελέσματα της γονικής παρακολούθησης και της γονικής θέρμης επηρέαζαν έμμεσα τη χρήση ουσιών από τους εφήβους μέσω της στάσης που καλλιεργούσαν οι ίδιοι οι έφηβοι απέναντι στην ουσία και την επιλογή φίλων τους. Τα παιδιά με φίλους που έμπλεκαν σε προβληματικές καταστάσεις είχαν περισσότερες πιθανότητες να μπλεχτούν και τα ίδια σε προβλήματα. Η μητέρα σας, λοιπόν, είχε δίκιο όταν σας προειδοποιούσε για τους κινδύνους της συναναστροφής με φίλους με παραβατική συμπεριφορά.

Η χρήση ουσιών από τους ίδιους τους γονείς έχει, επίσης, αποδειχθεί ισχυρός προβλεπτικός παράγοντας της χρήσης ουσιών από τα παιδιά τους (Miller, Siegel, Hohman, & Crano, 2013). Η χρήση μαριχουάνας από τους γονείς στο παρελθόν, αλλά και το κατά πόσο πρόσφατη ήταν αυτή η χρήση προέβλεπαν σε σημαντικό επίπεδο τη χρήση μαριχουάνας από τα παιδιά τους. Αυτή η επίδραση διαμεσολαβούνταν από τρεις καθοριστικούς παράγοντες που έχουν μελετηθεί σε προηγούμενες έρευνες σχετικές με τη χρήση μαριχουάνας από εφήβους – προσδοκία τιμωρίας λόγω της χρήσης, προσδοκίες για τη θετικότητα της εμπειρίας της χρήσης μαριχουάνας και στάσεις απέναντι στη μαριχουάνα.

Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα της επίδρασης της συμπεριφοράς των γονιών στη χρήση ουσιών από τα παιδιά τους, η οποία σαφώς συνδέεται με την κατάθλιψη και τις συνέπειές της, αν δεν μπορούμε να πούμε ότι ευθύνεται για αυτές, δόθηκε από τους Lamb και Crano (2014) στη δευτερογενή αναλυτική έρευνά τους σε ένα εθνικά αντιπροσωπευτικό δείγμα εφήβων από τις ΗΠΑ. Η μελέτη σχεδιάστηκε με σκοπό να ελέγξει τις επιδράσεις των αυτοεκπληρούμενων προφητειών των γονιών γύρω από τη χρήση ουσιών από τα παιδιά τους. Οι ερευνητές ρώτησαν τα παιδιά αν είχαν κάνει ποτέ χρήση μαριχουάνας. Ξεχωριστά, ζήτησαν, επίσης, από τους γονείς να αναφέρουν τι πίστευαν σχετικά με το αν το παιδί τους έχει κάνει ή όχι χρήση της ουσίας. Έναν χρόνο αργότερα, τα παιδιά ρωτήθηκαν αν είχαν κάνει χρήση μαριχουάνας τους τελευταίους 12 μήνες. Τα αποτελέσματα ήταν εντυπωσιακά. Οι πιθανότητες ενός αυτοπροσδιοριζόμενου ως απέχοντος παιδιού να ξεκινήσει τη χρήση μαριχουάνας τον δεύτερο χρόνο ήταν 4,4 φορές μεγαλύτερες, αν ο γονιός εξέφραζε την εντύπωση ότι το παιδί είχε χρησιμοποιήσει ναρκωτικά κατά τη φάση συλλογής δεδομένων έναν χρόνο νωρίτερα. Η απόδοση αυτού του αποτελέσματος στις επιδράσεις της κοινωνικής επιθυμητότητας στην απόκριση (δηλαδή, οι γονείς το πρώτο έτος είχαν απαντήσει σωστά τα παιδιά απλώς έδωσαν μια κοινωνικά επιθυμητή απάντηση στον εξεταστή) εγείρει ερωτήματα σχετικά με τους λόγους για τους οποίους το παιδί έγινε ξαφνικά ειλικρινές το δεύτερο έτος. Ένας άλλος τρόπος για να εξεταστεί το ζήτημα μιας δυνητικής μεροληψίας αυτοπαρουσίασης στην αυτοαναφορά του παιδιού κατά τον πρώτο χρόνο της μελέτης είναι να εξεταστούν οι απαντήσεις που δόθηκαν τον δεύτερο χρόνο από τους εφήβους εκεί-

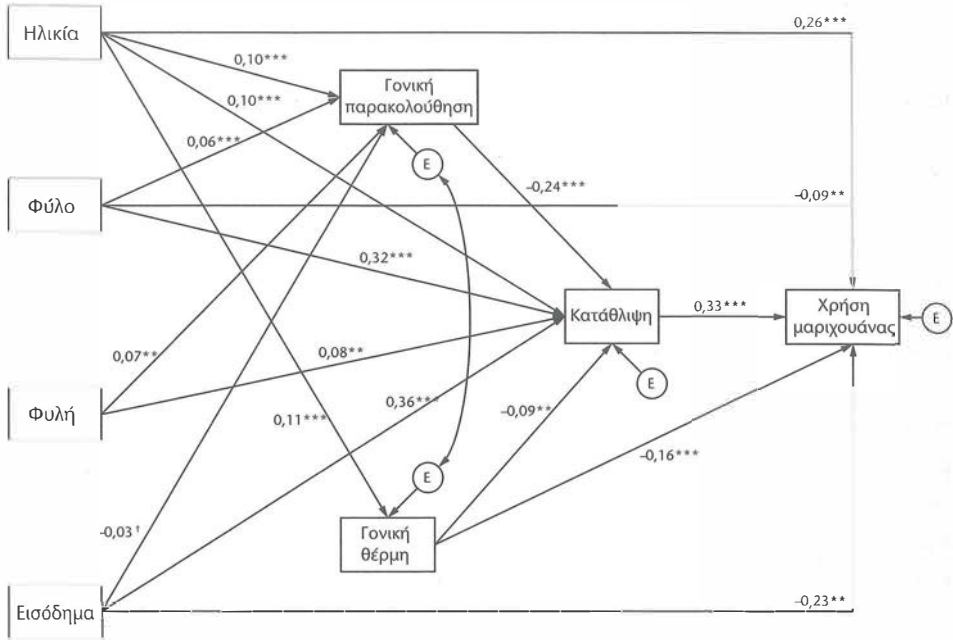
νους που τον πρώτο χρόνο παραδέχτηκαν ότι είχαν κάνει χρήση ναρκωτικών στο παρελθόν. Τους συγκεκριμένους ερωτηθέντες δεν τους απασχολούσε προφανώς ιδιαίτερα η παρουσίαση μιας θετικής (δηλαδή, κοινωνικά επιθυμητής) εικόνας στην αρχική συνέντευξη. Σε αυτή την ανάλυση, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα παιδιά των οποίων οι γονείς είχαν την πεποίθηση έναν χρόνο νωρίτερα ότι το παιδί τους δεν είχε κάνει ποτέ χρήση ναρκωτικών είχαν 2,7 φορές λιγότερες πιθανότητες να συνεχίσουν τη χρήση μαριχουάνας απ' ό,τι οι συνομήλικοί τους των οποίων οι γονείς τον πρώτο χρόνο πίστευαν ότι το παιδί τους είχε ήδη ξεκινήσει τη χρήση ναρκωτικών (κάτι που το παιδί τους είχε όντως παραδεχτεί σε ξεχωριστή συνέντευξη έναν χρόνο νωρίτερα).

Η έρευνα αυτή, καθώς και οι άλλες που εξετάσαμε μέχρι εδώ αποδεικνύουν πόσο μάταιη είναι η προσέγγιση της γονικότητας που βασίζεται στο σκεπτικό «μην κάνεις ό,τι κάνω, κάνε ό,τι λέω», σαν να χρειάζεται πραγματικά ένα άλλο παράδειγμα εκτός από το να δείχνει πώς διακριτικά σήματα που εκπέμπουν οι γονείς ενδέχεται να έχουν σημαντικές επιπτώσεις στη συμπεριφορά των παιδιών. Σε αυτή την περίπτωση, οι συνέπειες των ενεργειών των γονιών, πέρα από τις συμβουλές τους, έχουν μεγάλο βάρος. Αν η χρήση ουσιών από τα παιδιά επηρεάζεται από τη συμπεριφορά των γονιών, ακόμη και από διακριτικές συμπεριφορές, και αν η χρήση των γονιών επηρεάζει την ψυχική υγεία των απογόνων τους, τότε προκύπτει αναπόφευκτα το συμπέρασμα ότι οι ενέργειες των γονιών που σχετίζονται με τα ναρκωτικά επηρεάζουν τις πιθανότητες τα παιδιά να βιώσουν κατάθλιψη και τους επακόλουθους κινδύνους της. Δεν απορρίπτουμε την πιθανότητα να υπάρχουν πολλοί παράγοντες που μπορούν να οδηγήσουν έναν έφηβο στη χρήση επικίνδυνων ουσιών, ούτε απορρίπτουμε την πιθανότητα οι γενετικές προδιαθέσεις να επηρεάζουν την πιθανότητα ένα άτομο να ξεκινήσει τη χρήση επικίνδυνων ναρκωτικών και ότι αυτή η χρήση μπορεί αποδειχτεί εξαιρετικά διαταρακτική από ψυχολογική σκοπιά. Συνιστούμε, ωστόσο, έντονα την εξέταση της έρευνας για τη γονική συμπεριφορά και τον αντίκτυπό της στην ψυχική υγεία των παιδιών με μεγάλη περισκεψη.

Οι θετικές σχέσεις μεταξύ γονιών και εφήβων περιορίζουν τις ριψοκίνδυνες συμπεριφορές, προάγουν την ευημερία (π.χ. Hemovich et al., 2011· Lac et al., 2009) και συνδέονται με χαμηλότερα επίπεδα άγχους στα παιδιά (Lippold, Davis, McHale, Buxton, & Almeida, 2016). Όσον αφορά την κατάθλιψη, η αδιαφορία των γονιών προς τους εφήβους έχει συσχετιστεί με πιο υψηλά επίπεδα κατάθλιψης (Long et al., 2014), ενώ η μεγαλύτερη γονική θέρμη έχει συσχετιστεί με χαμηλότερα επίπεδα κατάθλιψης στους εφήβους (Ozer, Flores, Tschann, & Pasch, 2013). Οι κακές σχέσεις ανάμεσα στους γονείς και στα παιδιά έχουν, επίσης, συσχετιστεί με εντονότερο αυτοκτονικό ιδεασμό σε εφήβους με κλινική κατάθλιψη (Field, Diego, & Sanders, 2001). Οι συζητήσεις γονιών-παιδιών σχετικά με τη χρήση ουσιών έχουν συνδεθεί με μειωμένη χρήση στους εφήβους

(Huansuriya, Siegel, & Crano, 2014· ONDCP, 2008). Οι Stattin και Kerr (2000) έχουν υποστηρίξει ότι η βασισμένη στη γνώση γονική παρακολούθηση που στηρίζεται στην αυτοαποκάλυψη του παιδιού, ένα αποτέλεσμα των θερμών σχέσεων γονιών-παιδιών, είναι εξίσου ένας καθοριστικός παράγοντας για τις θετικές συμπεριφορές του παιδιού. Τα άτομα με κατάθλιψη που είχαν κακές σχέσεις με τους γονείς τους έκαναν, επίσης, περισσότερη χρήση μαριχουάνας συγκριτικά με τα αντίστοιχα άτομα που δεν είχαν κατάθλιψη (Field et al., 2001). Η ολοένα αυξανόμενη έρευνα στο πεδίο των γονικών επιρροών ενδέχεται να βελτιώσει την κατανόησή μας για τη σχέση κατάθλιψης-μαριχουάνας, αλλά και για το πώς οι γονείς μπορούν να χρησιμεύσουν ως παράγοντες ανάσχεσης των αρνητικών αποτελεσμάτων (Consoli et al., 2013· Lac et al., 2009· Ozer et al., 2013). Η κατάληξη όλων αυτών είναι ότι οι συμπεριφορές των γονιών παίζουν σημαντικό ρόλο στην ψυχική υγεία των παιδιών τους. Ακόμη και οι πιο ήπιες αλληλεπιδράσεις επηρεάζουν σημαντικά τις συμπεριφορές των παιδιών τους, με θετικό ή αρνητικό τρόπο. Η πρόληψη της χρήσης ουσιών από τους εφήβους μπορεί να εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τις σωστές γονικές αποκρίσεις στα παιδιά. Αυτό συνεπάγεται όχι μόνο την αναγκαιότητα παροχής κατάλληλων μοντέλων συμπεριφοράς, αλλά και την ενεργητική δημιουργία και τη διατήρηση ενός σαφούς συνόλου λογικών απαιτήσεων ορθής συμπεριφοράς, όπως και την εξασφάλιση ενός περιβάλλοντος που παρέχει εξίσου θέρμη και εγγήγορη προς τις ανάγκες και τις συμπεριφορές του παιδιού. Από τις μελέτες που συμπεριλήφθηκαν στην επισκόπησή μας διαπιστώνεται ότι η χρήση ουσιών από τους γονείς έχει επιβλαβείς επιδράσεις στις πράξεις των παιδιών. Η έλλειψη σωστής παρακολούθησης, η οποία προϋποθέτει όχι μόνο προσοχή στις ενέργειες του παιδιού, αλλά και ενός ζεστού περιβάλλοντος στο οποίο τα παιδιά αισθάνονται ελεύθερα να αποκαλύψουν ζητήματα που έχουν σημασία για τα ίδια, εκθέτει το παιδί τόσο στον κίνδυνο της χρήσης ουσιών όσο και των επακόλουθων ψυχολογικών επιπτώσεων της χρήσης ουσιών στην ψυχική υγεία. Η κοινωνική ψυχολογία είναι σε θέση να παρέχει πειστικές πληροφορίες που θα είναι χρήσιμες για τη διευκόλυνση της ορθής συμπεριφοράς των γονιών προς τα παιδιά τους.

Αν και η αιτιώδης προτεραιότητα είναι δύσκολο να καθοριστεί σε αυτόν τον τομέα έρευνας, οι Ruysal και Crano (2020) προσπάθησαν να εντοπίσουν τις δομικές σχέσεις που συνδέουν τη γονική παρακολούθηση και θέρμη με την κατάθλιψη των παιδιών. Αυτή η μελέτη ανάλυσης διαδρομών χρησιμοποίησε δεδομένα από την Εθνική Έρευνα για τη Χρήση Ναρκωτικών και την Υγεία (National Survey on Drug Use and Health, NSDUH). Στην ανάλυση συμπεριλήφθηκαν νέοι 12-17 ετών ($N = 12.115$). Αυτοί οι ερωτηθέντες, οι οποίοι για τις ανάγκες της έρευνας επιλέχθηκαν με κριτήριο το αν είχαν περάσει ένα μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο τον περασμένο χρόνο, είχαν βιώσει χαμηλότερα επίπεδα γονικής θέρμης και παρακολούθησης και είχαν κάνει αυξημένη χρήση



ΣΧΗΜΑ 11.2 Μοντέλο ανάλυσης διαδρομών των σχέσεων που περιλαμβάνουν τη γονική θέρμη, τη γονική παρακολούθηση, την κατάθλιψη και τη χρήση μαριχουάνας με συμμεταβλητές την ηλικία, το φύλο, τη φυλή και το εισόδημα ($N = 12.115$). Οι μη στατιστικά σημαντικές διαδρομές αφαιρέθηκαν για λόγους σαφήνειας: $p = 0,07'$, $p < 0,05^*$, $p < 0,01^{**}$, $p < 0,001^{***}$.

μαριχουάνας (βλ. Σχήμα 11.2). Όλες οι διαδρομές στο μοντέλο ήταν στατιστικά σημαντικές, κάτι που μαρτυρά την καλή προσαρμογή των δεδομένων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η γονική θέρμη και παρακολούθηση παρουσίαζαν μεταξύ τους στατιστικά σημαντική συσχέτιση. Η γονική θέρμη δεν συνδεόταν άμεσα με τη χρήση μαριχουάνας, αλλά η γονική παρακολούθηση συνδεόταν με χαμηλή παρακολούθηση συνδεόταν με μεγαλύτερη χρήση μαριχουάνας. Η προβλεφθείσα έμμεση επίδραση της κατάθλιψης στη γονική θέρμη και της γονικής παρακολούθησης στη χρήση μαριχουάνας ήταν στατιστικά σημαντικές. Όπως φαίνεται στο Σχήμα 11.2, τα χαμηλά επίπεδα γονικής θέρμης και παρακολούθησης έχουν σημαντική επίδραση στην κατάθλιψη, η οποία με τη σειρά της συνδέεται με τη χρήση μαριχουάνας. Αυτά τα αποτελέσματα πρέπει να ερμηνευτούν με μεγάλη επιφύλαξη, δεδομένου ότι το NSDUH παρέχει μόνο συγχρονικά δεδομένα. Αν υπήρχαν διαθέσιμα διαχρονικά δεδομένα, ο αιτιώδης συμπερασματικός λογισμός θα μπορούσε να γίνει με μεγαλύτερο βαθμό αξιοπιστίας (Crano, Brewer, & Lac, 2015).

ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΑ ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Σε έρευνα που πλαισιώθηκε από τη θεωρία της προσχεδιασμένης συμπεριφοράς (TPB) των Fishbein και Ajzen, η Huansuriya και οι συνεργάτες της (2014) διερεύνησαν την έκθεση των γονιών σε μηνύματα πρόληψης της χρήσης ουσιών τα οποία παρουσιάστηκαν σε μια μεγάλης κλίμακας εκστρατεία των μέσων μαζικής ενημέρωσης για την πρόληψη της χρήσης ναρκωτικών, διάρκειας τεσσάρων ετών. Η έρευνα αποκάλυψε ότι οι γονείς που είχαν εκτεθεί περισσότερο στα μηνύματα της εκστρατείας κατά των ναρκωτικών κατά τον πρώτο χρόνο της εκστρατείας είχαν ευνοϊκότερες στάσεις απ' ό,τι οι λιγότερο εκτεθειμένοι στα μηνύματα πρόληψης γονείς, οι οποίοι, όσον αφορά το να μιλήσουν στα παιδιά τους για τη μαριχουάνα, αισθάνονταν ότι οι σημαντικοί άλλοι θα εκτιμούσαν αυτή τη συμπεριφορά πιο θετικά και, ως εκ τούτου, σκόπευαν να κάνουν τη «συζήτηση για τα ναρκωτικά» με τα παιδιά τους. Όταν τα παιδιά των γονιών αυτών κλήθηκαν σε συνέντευξη έναν χρόνο αργότερα, οι έφηβοι των οποίων οι γονείς είχαν εκτεθεί περισσότερο στην εκστρατεία ανέφεραν υψηλότερη συχνότητα συζητήσεων για τα ναρκωτικά με τους γονείς, λιγότερο θετικές στάσεις απέναντι στα ναρκωτικά και χαμηλότερες προθέσεις για χρήση μαριχουάνας.² Όταν η ανάλυση αυτή διεξήχθη με δεδομένα από τα δύο τελευταία χρόνια της εκστρατείας, τα αποτελέσματα ήταν ίδια με την πρώτη ανάλυση. Αν τα ναρκωτικά συνδέονται με την κατάθλιψη και την αυτοκτονία στην εφηβική ηλικία, τότε αυτά τα αποτελέσματα υποδεικνύουν μια ξεκάθαρη διαδρομή, την οποία μπορούν να ακολουθήσουν οι γονείς για να βοηθήσουν να σπάσει ο κύκλος της κατάθλιψης-μαριχουάνας.

Οι προσπάθειες να πειστούν άμεσα τα άτομα που βιώνουν κατάθλιψη να αναζητήσουν βοήθεια έχουν αποδειχθεί ανεπιτυχείς σε πολλές περιπτώσεις (Costin et al., 2009· Gulliver et al., 2012· Klimes Dougan & Lee, 2010· Lienemann & Siegel, 2016· Lienemann, Siegel, & Crano, 2013). Η έρευνα που είναι αφιερωμένη στις διαδικασίες πειθούς που απευθύνονται σε άτομα με καταθλιπτική συμπτωματολογία δεν είναι εύκολη εξαιτίας της ίδιας της φύσης της κατάθλιψης. Πολλά άτομα που πάσχουν από κατάθλιψη φαίνεται να τρέφουν μια αρνητική μεροληψία προς τις προσπάθειες που έχουν σχεδιαστεί για να τους πείσουν να αναζητήσουν βοήθεια (Siegel, Lienemann, & Rosenberg, 2017). Φαίνεται ότι όσο πιο σοβαρά γίνονται τα συμπτώματα της κατάθλιψης, τόσο λιγότερο πιθανό είναι οι ασθενείς να ζητήσουν βοήθεια (Keeler, Siegel, & Alvaro, 2013). Η έρευνα έχει διατυπώσει την υπόθεση ότι μια αρνητική μεροληψία χαρακτηρίζει την επεξεργασία της πληροφορίας των ατόμων με κατάθλιψη, όταν τους προσφέρονται χρήσιμες πληρο-

2. Σε αυτή την πρόταση, ο όρος «ναρκωτικά» αναφέρεται στη μαριχουάνα, καθώς αυτή ήταν η ουσία που μετρήθηκε στο τέλος κάθε έτους της έρευνας χρονοσειρών.

φορίες. Είναι σαν να συμπεραίνουν: «Ναι, αυτή η θεραπευτική επιλογή μπορεί πράγματι να βοηθήσει τους περισσότερους άλλους ανθρώπους, αλλά όχι εμένα» (Beck, 2008· Bradley & Mathews, 1983· Watters & Williams, 2011).

Ένας τρόπος για να ξεπεραστεί αυτή η μεροληψία βασίστηκε στην τεχνική «της επικοινωνίας που ακούμε τυχαία» των Walster και Festinger (1962). Οι Crano, Siegel, Alvaro και Patel (2007) υπέθεσαν ότι οι απευθείας στοχευμένες επικοινωνίες πειθούς με θέμα την πρόληψη θα αντιμετώπιζονταν με κάποιον βαθμό αντίστασης, ειδικά από ευάλωτους μη χρήστες ή χρήστες. Για να ξεπεράσουν τα αντεπιχειρήματα, υπέθεσαν ότι μια επικοινωνία φαινομενικά απευθυνόμενη σε κάποιον άλλον θα προκαλούσε λιγότερη αντίσταση, μεγαλύτερη ανοιχτότητα στην πειθώ και, έτσι, θα είχε θετικό αποτέλεσμα σε επίπεδο πρόληψης. Σε ένα δείγμα σχεδόν 900 μαθητών γυμνασίου, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι τα μηνύματα των μέσων μαζικής ενημέρωσης που αφορούσαν την πρόληψη της χρήσης εισπνεόμενων ναρκωτικών ουσιών και φαινομενικά προορίζονταν για τους γονείς των παιδιών ήταν σημαντικά πιο αποτελεσματικά απ' ό,τι οι απευθείας στοχευμένες επικοινωνίες για τους ευάλωτους μη χρήστες και τους χρήστες. Τα άτομα αυτά αξιολόγησαν τα έμμεσα στοχευμένα μηνύματα πιο ευνοϊκά και η αξιολόγηση των μηνυμάτων συσχετιζόταν σημαντικά με τις προθέσεις χρήσης εισπνεόμενων ναρκωτικών ουσιών.

Ο Siegel και οι συνεργάτες του εφάρμοσαν αυτή την προσέγγιση σε έρευνα με άτομα με κατάθλιψη. Η έρευνά τους έδειξε ότι τα άτομα με κατάθλιψη αντιστέκονταν στις προσφορές βοήθειας, ενώ όσο πιο σοβαρή ήταν η κατάθλιψη, τόσο περισσότερο αντιστέκονταν. Σκέφτηκαν ότι, για να πείσουν άτομα με αυξημένη καταθλιπτική συμπτωματολογία, οι ανακοινώσεις των δημόσιων υπηρεσιών που φαίνονταν να στοχεύουν έναν φίλο κάποιου με κατάθλιψη (π.χ. «Έχετε κάποιον φίλο με κατάθλιψη;») θα μπορούσαν να έχουν περισσότερες πιθανότητες επιτυχίας, αν φυσικά η επίδραση της παραπλανητικής κατεύθυνσης διατηρούνταν, καθώς έτσι θα ήταν πιο πιθανό να παρακάμψουν την αντεπιχειρηματολογία ή τις αρνητικές μεροληψίες του εαυτού (Siegel, Lienemann, & Tan, 2015). Ως εκ τούτου, οι άνθρωποι με κατάθλιψη, ο πραγματικός στόχος του μηνύματος, θα είχαν περισσότερες πιθανότητες να επεξεργαστούν τις πληροφορίες αναζήτησης βοήθειας και να προβάλουν σε αυτές λιγότερο σθεναρή αντίσταση (γιατί να αντιπαρεταθούν σε ένα μήνυμα που προορίζεται για τη μητέρα τους ή έναν φίλο τους;) απ' ό,τι θα συνέβαινε αν οι ίδιοι ήταν ο άμεσος στόχος της επικοινωνίας. Η παραπλανητική κατεύθυνση λειτούργησε όπως ελπίζαμε. Σε μια έρευνα βασισμένη στα μέσα ενημέρωσης, η παραπλανητική κατεύθυνση οδήγησε σε πιο θετικές στάσεις σχετικά με την αναζήτηση βοήθειας και αύξησε τις προθέσεις για αναζήτηση βοήθειας απ' ό,τι μια άμεση ανακοίνωση δημόσιας υπηρεσίας (Siegel et al., 2015). Αυτή η προσέγγιση έχει σημαντική απήχηση σε μοντέλα πειθούς με θέμα την πρόληψη. Θα τη δούμε, μάλιστα, να χρησιμοποιεί-

ται με αυξανόμενη συχνότητα σε μια σειρά από προσεγγίσεις σχεδιασμένες για να αποτρέπουν την έναρξη ή τη συνέχιση αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών.

ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΣΟΥΜΕ ΑΠΟ ΕΔΩ ΚΑΙ ΠΕΡΑ: ΕΙΚΑΣΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

Παρόλο που για την ώρα δεν είμαστε σε θέση να καταλήξουμε σε μια αξιόπιστη αιτιώδη ερμηνεία σχετικά με την αλληλεπίδραση της γονικής παρακολούθησης, της γονικής θέρμης και της χρήσης ψυχοτρόπων ουσιών στην κατάθλιψη, δεν υπάρχει αμφιβολία ότι αυτοί οι παράγοντες είναι στενά αλληλένδετοι σε έναν κύκλο που ενδέχεται να προμηνύει μια κακή έκβαση για πολλούς εφήβους. Μολονότι θα ξεδιαλύνουμε βέβαια κάποια στιγμή αυτό το αίνιγμα, όσο προσπαθούμε να πετύχουμε κάτι τέτοιο, ερχόμαστε αντιμέτωποι με την αναμφισβήτητη πιθανότητα μια αποδεδειγμένα επικίνδυνη και καταστροφική ουσία να έχει γίνει το προνομιακό προϊόν μιας σειράς πολιτειακών νομοθετικών αρχών στις ΗΠΑ, χωρίς αυτές να βασίζονται σε επαρκή επιστημονικά στοιχεία, ιδιαίτερα μάλιστα τη στιγμή που άφθονα ευρήματα προερχόμενα από τους καλύτερους και πιο διακεκριμένους ερευνητές υποστηρίζουν την αντίθετη θέση. Το αν αυτή η κρίση που εξυπηρετεί ρητά οικονομικά συμφέροντα θα αποδειχθεί ή όχι ότι άξιζε το ρίσκο παραμένει άγνωστο, είναι όμως βέβαιο ότι τα παιδιά αυτής της γενιάς θα πληρώσουν το τίμημα, αν αυτό το κοινωνικό πείραμα αποτύχει.

Η νομιμοποίηση, η οποία καθιστά μια ναρκωτική ουσία πολύ πιο διαθέσιμη στους νέους, δεν θα μπορούσε παρά να συμβάλει στην επιδείνωση της θλιβερής κατάληξης που επιφυλάσσεται σε πολλούς από αυτούς. Τα επιχειρήματα σχετικά με την κατεύθυνση της αιτιώδους σχέσης δεν παίζουν ρόλο. Είναι αδιάφορο αν η μαριχουάνα προκαλεί κατάθλιψη στους εφήβους ή αν η χρήση μαριχουάνας οφείλεται στην κατάθλιψη. Η ουσία είναι κομμάτι του κύκλου μαριχουάνα-κατάθλιψη-αυτοκτονία. Το σημείο στο οποίο κάποιος καταφέρνει να σπάσει τον κύκλο μπορεί να μην είναι τόσο σημαντικό όσο το γεγονός ότι ο κύκλος μπορεί να σπάσει ή να μετριαστεί η επίδρασή του, αν ένα από τα κεντρικά συστατικά του, η μαριχουάνα, δεν είναι διαθέσιμο ή αν η διαθεσιμότητά του είναι πολύ περιορισμένη. Η νομιμοποίηση θα πετύχει οτιδήποτε άλλο εκτός από αυτό. Οι νομοθέτες που δεν έχουν υποκύψει στη γοητεία της νομιμοποίησης πρέπει να συνειδητοποιήσουν τη σοβαρότητα αυτού του ζητήματος και να αποφασίσουν αν είναι πρόθυμοι να υπονομεύσουν το μέλλον, ίσως και τη ζωή ακόμα, μιας μεγάλης μερίδας των ψηφοφόρων τους με αντάλλαγμα τα πρόσθετα υποσχόμενα έσοδα που μπορούν ή όχι να γίνουν πραγματικότητα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *American Journal of Psychiatry*, *165*, 969-977. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1176/appi.ajp.2008.08050721
- Bottorff, J. L., Johnson, J. L., Moffat, B. M., & Mulvogue, T. (2009). Relief-oriented use of marijuana by teens. *Substance Abuse Treatment, Prevention & Policy*, *4*, 1-10. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1186/1747-597X-4-7
- Bradley, B., & Mathews, A. (1983). Negative self-schema in clinical depression. *British Journal of Clinical Psychology*, *22*, 173-181. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/j.2044-8260.1983.tb00598.x
- Buckner, J. D., Bonn-Miller, M. O., Zvolensky, M. J., & Schmidt, N. B. (2007). Marijuana use motives and social anxiety among marijuana using young adults. *Addictive Behaviors*, *32*, 2238-2252. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.addbeh.2007.04.004
- Buu, A., DiPiazza, C., Wang, J., Puttler, L. I., Fitzgerald, H. E., & Zucker, R. A. (2009). Parent, family, and neighborhood effects on the development of child substance use and other psychopathology from preschool to the start of adulthood. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, *70*, 489-498. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.15288/jsad.2009.70.489
- Castro-Schilo, L., Taylor, Z. E., Ferrer, E., Robins, R. W., Conger, R. D., & Widaman, K. F. (2013). Parents' optimism, positive parenting, and child peer competence in Mexican-origin families. *Parenting: Science and Practice*, *13*, 95-112. doi:10.1080/15295192.2012.709151
- Center for Disease and Control. (2018). CDC's national violent death reporting system, data from 27 states participating in 2015. Retrieved from: www.cdc.gov/vitalsigns/suicide/infographic.html#graphic3
- Consoli, A., Peyre, H., Speranza, M., Hassler, C., Falissard, B., Touchette, E., Cohen, D., Moro, M. R., & Révah-Lévy, A. (2013). Suicidal behaviors in depressed adolescents: Role of perceived relationships in the family. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *7*. doi:10.1186/1753-2000-7-8
- Copeland, J., Rooke, S., & Swift, W. (2013). Changes in cannabis use among young people: Impact on mental health. *Current Opinions in Psychiatry*, *26*, 325-329. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1097/YCO.0b013e328361eae5
- Costin, D. L., Mackinnon, A. J., Griffiths, K. M., Batterham, P. J., Bennett, A. J., Bennett, K., & Christensen, H. (2009). Health e-cards as a means of encouraging help seeking for depression among young adults: Randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, *11*, 1-14. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.2196/jmir.1294
- Crano, W. D., Alvaro, E. M., Tan, C. N., & Siegel, J. T. (2017). Social mediation of persuasive media in adolescent substance prevention. *Psychology of Addictive Behaviors*, *31*, 479-487. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/adb0000265
- Crano, W. D., Brewer, M. B., & Lac, A. (2015). *Principles and methods of social research*. New York, NY: Routledge.
- Crano, W. D., & Donaldson, C. D. (2018). Positive parenting, adolescent substance use prevention, and the good life. In J. P. Forgas & R. Baumeister (Eds.), *Social psychology of living well* (pp. 277-297). New York, NY: Routledge.
- Crano, W. D., & Lac, A. (2012). The evolution of research methodologies in social psychology: A historical analysis. In A. W. Kruglanski & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of the history of social psychology* (pp. 159-174). New York, NY: Taylor & Francis.

- Crano, W. D., Siegel, J. T., Alvaro, E. M., Lac, A., & Hemovich, V. (2008). The at-risk adolescent marijuana nonuser: Expanding the standard distinction. *Prevention Science, 9*, 129-137. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1007/s11121-008-0090-0
- Crano, W. D., Siegel, J., Alvaro, E. M., & Patel, N. M. (2007). Overcoming adolescents' resistance to anti-inhalant messages. *Psychology of Addictive Behaviors, 21*, 516-524. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/0893-164X.21.4.516
- Dishion, T. J., & McMahon, R. J. (1998). Parental monitoring and the prevention of child and adolescent problem behavior: A conceptual and empirical formulation. *Clinical Child and Family Psychology Review, 1*, 61-75. doi:10.1023/A:1021800432380
- Donaldson, C. D., Handren, L. M., & Crano, W. D. (2016). The enduring impact of parents' monitoring, warmth, expectancies, and alcohol use on their children's future binge drinking and arrests: A longitudinal analysis. *Prevention Science, 17*, 606-614. doi:10.1007/s11121-016-0656-1
- Donaldson, C. D., Nakawaki, B., & Crano, W. D. (2015). Variations in parental monitoring and predictions of adolescent prescription opioid and stimulant misuse. *Addictive Behaviors, 45*, 14-21. doi:10.1016/j.addbeh.2015.01.022
- Fairman, B. J., & Anthony, J. C. (2012). Are early-onset cannabis smokers at an increased risk of depression spells? *Journal of Affective Disorders, 138*, 54-62. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.jad.2011.12.031
- Field, T., Diego, M., & Sanders, C. (2001). *Adolescent depression and risk factors*. US: Libra Publishers.
- Frost, W. H. (1927). *Public health and preventive medicine* (Vol. 2). London: Nelson.
- Gobbi, G., Atkin, T., Zytynski, T., Wang, S., Askari, S., Boruff, J., ... Mayo, N. (2019). Association of cannabis use in adolescence and risk of depression, anxiety, and suicidality in young adulthood: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry, 76*, 426-434. doi:10.1001/jamapsychiatry.2018.4500
- Griffin, K. W., & Botvin, G. (2000). Evidence-based interventions for preventing substance use disorders in adolescents. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics, 19*, 505-526.
- Grunberg, V. A., Cordova, K. A., Bidwell, L. C., & Ito, T. A. (2015). Can marijuana make it better? Prospective effects of marijuana and temperament on risk for anxiety and depression. *Psychology of Addictive Behaviors, 29*, 590-602. doi:10.1037/adb0000109.1037/adb0000109.supp (Supplemental).
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., Christensen, H., Mackinnon, A., Calear, A. L., Parsons, A., ... Stanimirovic, R. (2012). Internet-based interventions to promote mental health help-seeking in elite athletes: An exploratory randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research, 14*, 120-137. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.2196/jmir.1864
- Hall-Flavin, D. K., & McKean, A. J. (2018). Teen depression. *The Mayo Clinic*. Retrieved from www.mayoclinic.org/diseases-conditions/teen-depression/symptomscauses/syc-20350985
- Handren, L., Donaldson, C. D., & Crano, W. D. (2016). Adolescent alcohol use: Protective and predictive parent, peer, and self-related factors. *Prevention Science, 17*, 862-871. doi:10.1007/s11121-016-0695-7
- Hawkins, J. D., Catalano, R. F., & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin, 112*, 64-105. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/0033-2909.112.1.64
- Hayatbakhsh, R., Williams, G. M., Bor, W., & Najman, J. M. (2013). Early childhood predictors

- of age of initiation to use of cannabis: A birth prospective study. *Drug and Alcohol Review*, 32, 232-240. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/j.1465-3362.2012.00520.x
- HealthLinkBC. (2018). Warning signs of suicide in children and teens. Retrieved from www.healthlinkbc.ca/health-topics/ty6090
- Hemovich, V., & Crano, W. D. (2009). Family structure and adolescent drug use: Findings from a national study. *Substance Use and Misuse*, 44, 1099-2013. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.3109/10826080902858375
- Hemovich, V., Lac, A., & Crano, W. D. (2011). Understanding early-onset drug and alcohol outcomes among youth: The role of family structure, social factors, and interpersonal perceptions of use. *Psychology, Health & Medicine*, 16, 249-267. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1080/13548506.2010.532560
- Hser, Y.-I., Mooney, L. J., Huang, D., Zhu, Y., Tomko, R. L., McClure, E., ... Gray, K. M. (2017). Reductions in cannabis use are associated with improvements in anxiety, depression, and sleep quality, but not quality of life. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 81, 53-58. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.jsat.2017.07.012
- Huansuriya, T., Siegel, J. T., & Crano, W. D. (2014). Parent-child drug communication: Pathway from parents' ad exposure to youth's marijuana use intention. *Journal of Health Communication*, 19, 244-259. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1080/10810730.2013.811326
- Johnston, L. D., O'Malley, P. M., Miech, R. A., Bachman, J. G., & Schulenberg, J. E. (2016). *Monitoring the Future national survey results on drug use, 1975-2015: Overview, key findings on adolescent drug use*. Ann Arbor, MI: Institute for Social Research, The University of Michigan.
- Juergens, J., & Hampton, D. (2018). Suicide and substance abuse and addiction. *Addiction Center*. Retrieved from: www.addictioncenter.com/addiction/addiction-and-suicide/
- Kann, L., McManus, T., Harris, W. A., Shanklin, S. L., Flint, K. H., Queen, B., ... Ethier, K. A. (2018). Youth risk behavior surveillance — United States, 2017. *Surveillance Summaries*, 8, 1-114.
- Keeler, A. R., Siegel, J. T., & Alvaro, E. M. (2013). Depression and help seeking among Mexican-Americans: The mediating role of familism. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 16, 1225-1231. doi:10.1007/s10903-013-9824-6
- Kerr, M., & Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 36, 366-380. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/0012-1649.36.3.366
- Kerr, M., Stattin, H., & Burk, W. J. (2010). A reinterpretation of parental monitoring in longitudinal perspective. *Journal of Research on Adolescence*, 20, 39-64.
- Kerr, M., Stattin, H., & Engels, R. C. (2008). Introduction: What's changed in research on parenting and adolescent problem behavior and what needs to change? In M. Kerr, H. Stattin, & R. C. Engels (Eds.), *What can parents do?* doi:10.1002/9780470774113.ch
- Ketcherside, A., & Filbey, F. M. (2015). Mediating processes between stress and problematic marijuana use. *Addictive Behaviors*, 45, 113-118. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.addbeh.2015.01.015
- Khantzian, E. J. (1985). The self-medication hypothesis of addictive disorders: Focus on heroin and cocaine dependence. *The American Journal of Psychiatry*, 142, 1259-1264. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1176/ajp.142.11.1259
- Klimes-Dougan, B., & Lee, C. S. (2010). Suicide prevention public service announcements. Perceptions of young adults. *Crisis*, 31, 247-254. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1027/0227-5910/a000032

- Lac, A., Alvaro, E. M., Crano, W. D., & Siegel, J. T. (2009). Pathways from parental knowledge and warmth to adolescent marijuana use: An extension to the theory of planned behavior. *Prevention Science, 10*, 22-32. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1007/s11121-008-0111-z
- Lac, A., & Crano, W. D. (2009). Monitoring matters: Meta-analytic review reveals the reliable linkage of parental monitoring with adolescent marijuana use. *Perspectives on Psychological Science, 4*, 578-586. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01166.x
- Lac, A., Crano, W. D., Berger, D. E., & Alvaro, E. M. (2013). Attachment theory and theory of planned behavior: An integrative model predicting underage drinking. *Developmental Psychology, 49*, 1579-1590. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/a0030728
- Lamb, C. S., & Crano, W. D. (2014). Parents' beliefs and children's marijuana use: Evidence for a self-fulfilling prophecy effect. *Addictive Behaviors, 39*, 127-132. doi:10.1016/j.add-beh.2013.09.009
- Lewin, K. (1943). *The relative effectiveness of a lecture method and a method of group decision for changing food habits*. Washington, D.C: National Research Council, Committee on Food Habits.
- Lewin, K. (1946). Action research and minority problems. *Journal of Social Issues, 34-46*. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/j.1540-4560.1946.tb02295.x
- Lewin, K. (1947). Frontiers in group dynamics II. Channels of group life; social planning and action research. *Human Relations, 1*, 143-153. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1177/001872674700100201
- Lienemann, B. A., & Siegel, J. T. (2016). State psychological reactance to depression public service announcements among people with varying levels of depressive symptomatology. *Health Communication, 31*, 102-116. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1080/10410236.2014.940668
- Lienemann, B. A., Siegel, J. T., & Crano, W. D. (2013). Persuading people with depression to seek help: Respect the boomerang. *Health Communication, 28*, 718-728. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1080/10410236.2012.712091
- Lippold, M. A., Davis, K. D., McHale, S. M., Buxton, O. M., & Almeida, D. M. (2016). Daily stressor reactivity during adolescence: The buffering role of parental warmth. *Health Psychology, 9*, 1027-1035. doi:10.1037/hea0000352
- Lochman, J. E., & van den Steenhoven, A. (2002). Family-based approaches to substance abuse prevention. *Journal of Primary Prevention, 23*, 49-114. doi.org/10.1023/A:1016591216363
- Long, K., Fan, F., Chen, S., Tang, K., Wang, H., Zhang, Y., & Wang, Z. (2014). Parenting styles and depressive symptoms in senior high school students: The mediating effect of gratitude. *Chinese Journal of Clinical Psychology, 22*, 864-867.
- Lowe, K., & Dotterer, A. M. (2013). Parental monitoring, parental warmth, and minority youths' academic outcomes: Exploring the integrative model of parenting. *Journal of Youth and Adolescence, 42*, 1413-1425. doi:10.1007/s10964-013-9934-4
- Marmorstein, N. R., & Iacono, W. G. (2011). Explaining associations between cannabis use disorders in adolescence and later major depression: A test of the psychosocial failure model. *Addictive Behaviors, 36*, 773-776. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.add-beh.2011.02.006
- McGuire, W. J. (1973). The yin and yang of progress in social psychology: Seven koan. *Journal of Personality and Social Psychology, 26*, 446-456. doi.org/10.1037/h0034345
- Medina, K. L., Nagel, B. J., Park, A., McQueeney, T., & Tapert, S. F. (2007). Depressive symptoms in adolescents: Associations with white matter volume and marijuana use. *Journal of*

- Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 48, 592-600. doi:10.1111/j.1469-7610.2007.01728.x.
- Mental Health America. (2010) Factsheet: Depression in children. Retrieved from www.mentalhealthamerica.net.
- Menting, B., Van Lier, P. A. C., Koot, H. M., Pardini, D., & Loeber, R. (2016). Cognitive impulsivity and the development of delinquency from late childhood to early adulthood: Moderating effects of parenting behavior and peer relationships. *Development and Psychopathology*, 28, 167-183. doi:10.1017/S095457941500036X
- Miller, S. M., Siegel, J. T., Hohman, Z., & Crano, W. D. (2013). Factors mediating the association of the recency of parent's marijuana use and their adolescent children's subsequent initiation. *Psychology of Addictive Behaviors*, 27, 848-853. doi:10.1037/a0032201
- Moreira, F. A. (2007). Serotonin, the prefrontal cortex, and the antidepressant-like effect of cannabinoids. *Journal of Neuroscience*, 27, 13369-13370. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1523/JNEUROSCI.4867-07.2007
- Morrill, M. I., Hawrilenko, M., & Córdova, J. V. (2016). A longitudinal examination of positive parenting following an acceptance-based couple intervention. *Journal of Family Psychology*, 30, 104-113. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1037/fam0000162
- Nakawaki, B., & Crano, W. D. (2012). Predicting adolescents' persistence, nonpersistence, and recent onset of nonmedical use of opioids and stimulants. *Addictive Behaviors*, 37, 716-721. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.addbeh.2012.02.011
- Nakawaki, B., & Crano, W. D. (2015). Patterns of substance use, delinquency, and risk factors among adolescent inhalant users. *Substance Use & Misuse*, 50, 114-122. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.3109/10826084.2014.961611
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2017). *The health effects of cannabis and cannabinoids: The current state of evidence and recommendations for research*. Washington, D.C: The National Academies Press. doi:10.17226/24635.
- National Institute of Mental Health. (2011). Depression. *U.S. Department of Health & Human Services*, 3511-3561.
- National Institute of Mental Health. (2018). Suicide. *U.S. Department of Health & Human Services*. Retrieved from: www.nimh.nih.gov/health/statistics/suicide.shtml
- Newcomb, M. D. & Locke, T. (2005). Health, social, and psychological consequences of drug use and abuse. In Z. Sloboda (Ed.), *Epidemiology of drug abuse* (pp. 45-59). New York, NY: Springer.
- National Institute of Mental Health. (2018). Suicide: Leading cause of death in the United States (2017). Retrieved from: www.nimh.nih.gov/health/statistics/suicide.shtml
- Office of National Drug Control Policy. (2008). *National drug control strategy: 2008 annual report*. The White House.
- Ozer, E. J., Flores, E., Tschann, J. M., & Pasch, L. A. (2013). Parenting style, depressive symptoms, and substance use in Mexican American adolescents. *Youth and Society*, 45, 365-388. doi:10.1177/0044118X11418539
- Pacek, L. R., Martins, S. S., & Crum, R. M. (2013). The bidirectional relationship between alcohol, cannabis, co-occurring alcohol and cannabis use disorders with major depressive disorder: Results from a national sample. *Journal of Affective Disorders*, 148, 188-195. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1016/j.jad.2012.11.059
- Pedersen, W., Mastekaasa, A., & Wichstrøm, L. (2001). Conduct problems and early cannabis initiation: A longitudinal study of gender differences. *Addiction*, 96, 415-431. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1046/j.1360-0443.2001.9634156.x

- Peters, J. F. (1994). Gender socialization of adolescents in the home: Research and discussion. *Adolescence*, 29, 913-934. Retrieved from <http://search.ebscohost.com.ccl.idm.oclc.org/login.aspx?direct=true&db=psych&AN=1995-17060-001&site=ehost-live&scope=site>
- Prislin, R., & Crano, W. D. (2012). A history of social influence research. In A. Kruglanski & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of the history of social psychology* (pp. 321-339). New York, NY: Psychology Press.
- Radhakrishnan, R., Wilkinson, S. T., & D'Souza, D. C. (2014). Gone to pot – A review of the association between cannabis and psychosis. *Frontiers in Psychiatry*, 5-54. doi.org/10.3389/fpsyt.2014.00054
- Repetto, P. B., Zimmerman, M. A., & Caldwell, C. H. (2008). A longitudinal study of depressive symptoms and marijuana use in a sample of inner-city African Americans. *Journal of Research on Adolescence*, 18, 421-447. doi:10.1111/j.1532-7795.2008.00566.x.
- Ruybal, A. L. & Crano, W. D. (2020). *Parental influences on adolescent major depressive symptoms and marijuana usage*. Manuscript under review.
- Schwarz, B., Mayer, B., Trommsdorff, G., Ben-Arieh, A., Friedlmeier, M., Lubiewska, K. ... Peltzer, K. (2011). Does the importance of parent and peer relationships for adolescents' life satisfaction vary across cultures? *The Journal of Early Adolescence*, 32, 55-80. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1177/0272431611419508
- Shonesy, B. C., Bluett, R. J., Ramikie, T. S., Baldi, R., Hermanson, D. J., Kingsley, P. J., ... Patel, S. (2014). Genetic disruption of 2-arachidonoylglycerol synthesis reveals a key role for endocannabinoid signaling in anxiety modulation. *Cell Reports*, 9, 1644-1653. doi.org/10.1016/j.celrep.2014.11.001
- Shrier, L. A., Ross, C. S., & Blood, E. A. (2014). Momentary positive and negative affect preceding marijuana use events in youth. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 75, 781-789. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.15288/jsad.2014.75.781
- Siegel, J. T., Alvaro, E. A., Patel, N., & Crano, W. D. (2009). "... you would probably want to do it. Cause that's what made them popular": Exploring perceptions of inhalant utility among young adolescent non-users and occasional users. *Substance Use and Misuse*, 44, 597-615. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.1080/10826080902809543
- Siegel, J. T., Crano, W. D., Alvaro, E. M., Lac, A., Hackett, J. D., & Hohman, Z. P. (2014). Differentiating common predictors and outcomes of marijuana initiation: A retrospective longitudinal analysis. *Substance Use & Misuse*, 49, 30-40. doi.org.ccl.idm.oclc.org/10.3109/10826084.2013.817427
- Siegel, J. T., Lienemann, B. A., & Rosenberg, B. D. (2017). Resistance, reactance, and misinterpretation: Highlighting the challenge of persuading people with depression to seek help. *Social and Personality Psychology Compass*, 11. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/spc3.12322
- Siegel, J. T., Lienemann, B. A., & Tan, C. N. (2015). Influencing help-seeking among people with elevated depressive symptomatology: Mistargeting as a persuasive technique. *Clinical Psychological Science*, 3, 242-255. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1177/2167702614542846
- Siegel, J. T., Tan, C. A., Navarro, M. N., Alvaro E. A., Crano, W. D. (2015). The power of the proposition: Frequency of marijuana offers, parental monitoring, and adolescent marijuana use. *Drug Use and Dependence*, 148, 34-39. doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2014.11.035
- Sloboda, Z., Petras, H., Hingson, R. W., & Robertson, E. B. (Eds.). (2019). *Prevention of substance use*. New York: Springer.

- Stattin, H., & Kerr, M. (2000). Parental monitoring: A reinterpretation. *Child Development, 71*, 1072-1085. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.1111/1467-8624.00210
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2013). *Drug Abuse Warning Network, 2011: National estimates of drug-related emergency department visits*. HHS Publication No. (SMA) 13-4760, DAWN Series D-39. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2019). *Behavioral health barometer: United States, Volume 5: Indicators as measured through the 2017 National Survey on Drug Use and Health and the National Survey of Substance Abuse Treatment Services*. HHS Publication No. SMA-19-Baro-17-US. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2019.
- Sussman, S., & Ames, S. L. (2008). *Drug abuse: Concepts, prevention, and cessation*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Taylor, O. D. (2011). Adolescent depression as a contributing factor to the development of substance use disorders. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 21*, 696-710. doi:10.1080/10911359.2011.583519
- Voelkl, K. E., & Frone, M. R. (2000). Predictors of substance use at school among high school students. *Journal of Educational Psychology, 92*, 583-592. doi:10.1037/00220663.92.3.583
- Wagner, A., & Anthony, J. C. (2002). Into the world of illegal drug use: Exposure opportunity and other mechanisms linking the use of alcohol, tobacco, marijuana, and cocaine. *American Journal of Epidemiology, 155*, 918-925. doi.org/10.1093/aje/155. 10.918
- Walster, E., & Festinger, L. (1962). The effectiveness of "overheard" persuasive communications. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 65*, 395-402. doi:10.1037/h0041172
- Watters, A. J., & Williams, L. M. (2011). Negative biases and risk for depression; integrating self-report and emotion task markers. *Depression and Anxiety, 28*, 703-718. doi:10.1002/da.20854
- Wilkinson, A. L., Halpern, C. T., Herring, A. H., Shanahan, M., Ennett, S. T., Hussey, J. M., & Harris, K. M. (2016). Testing longitudinal relationships between binge drinking, marijuana use, and depressive symptoms and moderation by sex. *Journal of Adolescent Health, 60*, 101-107. doi:10.1016/j.jadohealth.2016.07.010
- Womack, S. R., Shaw, D. S., Weaver, C. M., & Forbes, E. E. (2016). Bidirectional associations between cannabis use and depressive symptoms from adolescence through early adulthood among at-risk young men. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs, 77*, 287-297. doi-org.ccl.idm.oclc.org/10.15288/jsad.2016.77.287
- World Health Organization. (2014). Cannabis. Retrieved from www.who.int/substance_abuse/facts/cannabis/en/
- World Health Organization. (2016). Suicide data. Retrieved from www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/
- World Health Organization. (2018). Mental Health: Suicide. Data Retrieved from www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/

ΟΤΑΝ Η ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΥΦΛΗ

Οι επιδράσεις των προσδοκιών στις κοινωνικές
αλληλεπιδράσεις και κρίσεις σε νομικά πλαίσια

Margaret Bull Kovera

Τα άτομα που εργάζονται για το σύστημα του ποινικού δικαίου αναμένεται να είναι αντικειμενικά και να λαμβάνουν αποφάσεις για τα εκδικαζόμενα ζητήματα χωρίς να μεροληπτούν. Πράγματι, τα άτομα που αναλαμβάνουν κάποιον νομικό ρόλο βασίζονται, τουλάχιστον εν μέρει, σε νομικά συναφείς πληροφορίες κατά τη λήψη αποφάσεων. Για παράδειγμα, ο καλύτερος προγνωστικός δείκτης των αποφάσεων των ενόρκων είναι οι διακυμάνσεις στην ισχύ των αποδεικτικών στοιχείων σε βάρος του κατηγορούμενου (Visher, 1987). Οι δικηγόροι χρησιμοποιούν τη διακριτική ευχέρειά τους ώστε να αποτρέψουν την πιθανή συμμετοχή ακραία μεροληπτικών ενόρκων στα σώματα των ενόρκων (Johnson & Haney, 1994). Οι αυτόπτες μάρτυρες είναι πιο πιθανό να προβούν στην ορθή αναγνώριση ενός ενόχου παρά ενός αθώου υπόπτου (Wells, Yang, & Smalarz, 2015).

Παρά τα στοιχεία που υποστηρίζουν ότι τα άτομα με νομικό ρόλο κάνουν συχνά επιλογές που θα έπρεπε λογικά να ενισχύουν την πίστη μας στην ικανότητά τους να εκτελούν αντικειμενικά τα καθήκοντά τους, η ύπαρξη μεροληψιών έχει τεκμηριωθεί σε όλα τα είδη νομικών αποφάσεων. Η προδικαστική δημοσιότητα επηρεάζει τις ετυμηγορίες των ενόρκων (Stebly, Besirevic, Fulero, & Jimenez-Lorente, 1999), ακόμη και όταν λαμβάνουν οδηγίες να την αγνοήσουν (Fein, McCloskey, & Tomlinson, 1997). Οι εισαγγελείς είναι πιο πιθανό να απορρίψουν μαύρους αντί λευκούς υποψήφιους ένορκους (Sommers & Norton, 2007). Οι αυτόπτες μάρτυρες είναι πιο πιθανό να αναγνωρίσουν εσφαλμένα ένα άτομο από τη δική τους φυλή παρά ένα άτομο άλλης φυλής (Meissner & Brigham, 2001· Platz & Hosch, 1988). Σε καθεμία από τις παραπάνω περιπτώσεις, οι υπεύθυνοι λήψης αποφάσεων (ένορκοι, δικηγόροι ή μάρτυρες) λάμβαναν παθητικά πλη-

ροφορίες (προδικαστική δημοσιότητα και αποδεικτικά στοιχεία, το προφίλ ενός ενόρκου, ένα έγκλημα) και στη συνέχεια λάμβαναν αποφάσεις (κατέληγαν σε μια ετυμηγορία, αμφισβητούσαν την καταλληλότητα ενός ενόρκου, ταυτοποιούσαν κάποιον από μια αναγνωριστική παράταξη υπόπτων).

Ίσως λόγω μιας προτίμησης για την ευκολία των πειραματικών υποδειγμάτων με χαμηλό αντίκτυπο, στα οποία οι συμμετέχοντες είναι παθητικοί αποδέκτες πληροφοριών στις οποίες στηρίζουν τις αποφάσεις τους, οι μελετητές που εργάζονται στο σημείο τομής της κοινωνικής ψυχολογίας και του δικαίου έχουν παραμελήσει σχετικά το ενδεχόμενο οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις να προκαλούν μεροληψίες στην έκβαση των νομικών υποθέσεων. Συγκεκριμένα, οι μελέτες για τη λήψη αποφάσεων από σώματα ενόρκων σπάνια περιλαμβάνουν διαδικασίες διαβούλευσης (Bornstein, 2017), το κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο οι ένορκοι αναλύουν διαδραστικά τα αποδεικτικά στοιχεία της δίκης και τι προβλέπει ο νόμος. Ομοίως, οι μελέτες σχετικά με την επιλογή ενόρκων σπάνια μόνο έχουν εξετάσει την αλληλεπίδραση μεταξύ δικηγόρων και δυνητικών ενόρκων κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων (κατά την οποία προκρίνονται κατόπιν ερωτήσεων και όχι μέσω κλήρωσης τα μέλη του σώματος ενόρκων· Kovera & Austin, 2016). Μόλις πρόσφατα, οι ερευνητές διερεύνησαν τους τρόπους με τους οποίους η αλληλεπίδραση ανάμεσα στον διαχειριστή μιας αναγνωριστικής παράταξης υπόπτων και σε έναν μάρτυρα μπορεί να επηρεάσει τις αποφάσεις των μαρτύρων (Kovera & EVELO, 2017). Αντίθετα, νεότερα πειραματικά υποδείγματα, τα οποία παρέχουν στους συμμετέχοντες ευκαιρίες να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, επιτρέπουν την εξέταση του τρόπου με τον οποίο οι προσδοκίες των υποκειμένων που εκτελούν κάποιο νομικό καθήκον επηρεάζουν τις αλληλεπιδράσεις τους στο πλαίσιο υποθέσεων του ποινικού δικαίου, παρεμβαίνοντας κατά συνέπεια στις νομικές αποφάσεις. Η επανένταξη του κοινωνικού πλαισίου στην ψυχολογική εξέταση αυτών των νομικών καταστάσεων έχει παραγάγει νέες γνώσεις σχετικά με το πώς οι προσδοκίες προκαλούν μεροληψίες στη λήψη αποφάσεων σε νομικούς τομείς.

Στις υπόλοιπες ενότητες αυτού του κεφαλαίου, θα προβούμε σε μια επισκόπηση της έρευνας που αφορά τις επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών, υπογραμμίζοντας τρόπους με τους οποίους οι διαπροσωπικές προσδοκίες παίζουν πιθανότατα ρόλο στις νομικές αποφάσεις. Στη συνέχεια, θα περιγράψουμε δύο ερευνητικά προγράμματα στα οποία εξετάσαμε πώς η τοποθέτηση ερευνητικών πειραματικών υποδειγμάτων εντός των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων επιτρέπει την ανάδειξη των διαπροσωπικών προσδοκιών ως παράγοντα που ενισχύει τη μεροληψία στη λήψη νομικών αποφάσεων. Το πρώτο ερευνητικό πρόγραμμα εξετάζει πώς οι προσδοκίες των δικηγόρων σχετικά με τις στάσεις των δυνητικών ενόρκων επηρεάζουν τη διαδικασία επιλογής των μελών του σώματος των ενόρκων. Το δεύτερο ερευνητικό πρόγραμμα δείχνει πώς οι προσδο-

κίες των διαχειριστών των αναγνωριστικών παρατάξεων υπόπτων επηρεάζουν τις αποφάσεις αναγνώρισης των αυτοπτών μαρτύρων. Τέλος, θα επιχειρήσουμε να υποστηρίξουμε πως οι ερευνητές, προκειμένου να μπορέσουν να κατανοήσουν πληρέστερα τον τρόπο λήψης νομικών αποφάσεων, θα πρέπει να προσδιορίσουν τις κοινωνικές καταστάσεις στις οποίες λαμβάνονται συχνά αυτές οι αποφάσεις, αλλά και να εξετάσουν τον βαθμό στον οποίο οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις επηρεάζουν τη διαδικασία λήψης αποφάσεων.

ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΡΟΣΔΟΚΙΩΝ

Η μελέτη των επιδράσεων των διαπροσωπικών προσδοκιών έχει τις ρίζες της στην πρώιμη αναγνώριση του Orne (1962) ότι τα άτομα που λαμβάνουν μέρος στα πειράματα δεν είναι απλώς παθητικά υποκείμενα, αλλά ενεργοί συμμετέχοντες. Οι ενεργοί συμμετέχοντες υποθέτουν ότι κάθε έρευνα έχει έναν σκοπό και προσπαθούν να μαντέψουν την υπόθεση. Ο Orne επινόησε τον όρο *πειραματικές απαιτήσεις* (*demand characteristics*) για να αναφερθεί σε κάθε ένδειξη που αποκαλύπτει τον κρυφό σκοπό ενός πειράματος στους συμμετέχοντες. Όταν οι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι έχουν μαντέψει σωστά την υπόθεση της έρευνας, προσαρμόζουν τη συμπεριφορά τους σε αυτή την υπόθεση, σε μια προσπάθεια να φανούν ικανοί (Weber & Cook, 1972).

Όταν οι πειραματιστές έχουν προσδοκίες για το πώς θα συμπεριφερθούν οι συμμετέχοντες στην έρευνα, είναι πιθανό να εκπέμπουν διακριτικά σήματα τα οποία γνωστοποιούν τις υποθέσεις τους στους συμμετέχοντες, έστω κι αν οι ίδιοι δεν το συνειδητοποιούν (για μια περίληψη των σχετικών ερευνών, βλ. Rosenthal, 2002). Όταν κάποιος εκπαιδευτικός ενημερώθηκε ότι ορισμένοι μαθητές σύντομα θα βελτιώνονταν εντυπωσιακά, οι μαθητές αυτοί είχαν καλύτερη απόδοση κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς, παρόλο που είχαν επιλεγεί τυχαία από το σύνολο των μαθητών (Rosenthal & Jacobson, 1968). Όταν σε μεταπτυχιακούς φοιτητές καλλιεργήθηκε η προσδοκία ότι κάποιος από τους αρουραίους τους ήταν έξυπνοι και άλλοι ανόητοι, οι έξυπνοι αρουραίοι έκαναν λιγότερα λάθη, όταν μάθαιναν έναν λαβύρινθο σχήματος T απ' ό,τι οι υποτιθέμενοι ανόητοι αρουραίοι, παρόλο που οι δύο ομάδες αρουραίων ήταν γενετικά πανομοιότυπες (Rosenthal & Fode, 1963b). Όταν δόθηκε σε πειραματιστές η εντύπωση ότι τα ερεθίσματα του προσώπου εξέφραζαν είτε επιτυχία είτε αποτυχία (ενώ τα ερεθίσματα ήταν, στην πραγματικότητα, ουδέτερα), οι συμμετέχοντες έκριναν ότι το συναίσθημα των προσώπων ήταν συνεπές με τις προσδοκίες των πειραματιστών (Rosenthal & Fode, 1963a). Ουσιαστικά, οι επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών εμφανίζονται όταν οι προσδοκίες ενός ατόμου επηρεάζουν τη συμπεριφορά ενός άλλου ατόμου (ή αρουραίου) (Trusz & Babel, 2016).

Οι διαπροσωπικές προσδοκίες επηρεάζουν τη συμπεριφορά ενός στόχου επηρεάζοντας κατ' αρχάς τη συμπεριφορά του ατόμου που τρέφει μια προσδοκία (Rosenthal, 2002· Trusz & Babel, 2016). Όταν διατηρούμε μια προσδοκία για κάποιο άλλο άτομο, η συμπεριφορά μας προς τον στόχο της προσδοκίας αλλάζει. Οι αλλαγές στη συμπεριφορά του ατόμου που διατηρεί μια προσδοκία αναγκάζουν τους στόχους να επιβεβαιώσουν αυτή την προσδοκία μέσω της συμπεριφοράς τους, μια διαδικασία γνωστή ως συμπεριφορική επιβεβαίωση. Οι διαμεσολαβητικές συμπεριφορές μπορούν να λάβουν πολλές μορφές (Harris & Rosenthal, 1985) και πιθανόν εξαρτώνται από το πλαίσιο στο οποίο επιβεβαιώνεται η συμπεριφορά. Σε συμπεριφορικές και ιατρικές μελέτες, οι ερευνητές χρησιμοποιούν συστηματικά διπλά τυφλές διαδικασίες για να μπορέσουν να ελέγξουν τις επιδράσεις των προσδοκιών. Με τις διπλά τυφλές μεθόδους, ούτε οι ερευνητές που αλληλεπιδρούν με τους συμμετέχοντες ούτε οι ίδιοι οι συμμετέχοντες γνωρίζουν σε ποια συνθήκη του πειράματος έχει κατανεμηθεί ο κάθε συμμετέχων (Rosenthal & Rosnow, 1984· Shadish, Cook, & Campbell, 2002· Weber & Cook, 1972), απομονώνοντας έτσι την πιθανότητα οι διαπροσωπικές προσδοκίες να μπορέσουν να θέσουν σε κίνηση τη διαδικασία της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης.

Οι τυπικοί ερευνητικοί σχεδιασμοί που χρησιμοποιούνται για τη μελέτη της λήψης αποφάσεων από ένα σώμα ενόρκων, της επιλογής των μελών ενός σώματος ενόρκων και των αναγνώρισεων υπόπτων από αυτόπτες μάρτυρες αποκλείουν τη διερεύνηση των επιδράσεων των διαπροσωπικών προσδοκιών στη λήψη αποφάσεων σε νομικά πλαίσια. Ωστόσο, οι επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών παρατηρούνται σε πολλά διαφορετικά πλαίσια, και τα νομικά πλαίσια θα μπορούσαν κάλλιστα να συγκαταλέγονται μεταξύ αυτών. Πράγματι, έχουν γίνει σποραδικές προσπάθειες διερεύνησης των διαδικασιών της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης σε νομικά περιβάλλοντα. Για παράδειγμα, οι πεποιθήσεις των δικαστών σχετικά με την ενοχή ενός κατηγορούμενου επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο διαβάζουν τις πρότυπες οδηγίες προς το σώμα ενόρκων, με αποτέλεσμα οι ένορκοι να καταλήγουν σε ετυμηγορίες που επιβεβαιώνουν τις πεποιθήσεις των δικαστών (Halverson, Hallahan, Hart, & Rosenthal, 1997· Hart, 1995). Παρόλο που οι επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών στο πλαίσιο της λήψης αποφάσεων από ένα σώμα ενόρκων έχουν επιβεβαιωθεί, οι έρευνες αυτές δεν έχουν αλλάξει ουσιαστικά την κατανόησή μας για τη λήψη των νομικών αποφάσεων ή τη λειτουργία των νομικών διαδικασιών.

Αντίθετα, τα δύο ερευνητικά προγράμματα που εξετάζουν τον ρόλο των διαπροσωπικών προσδοκιών σε νομικά πλαίσια απαιτούν μια εκ νέου αξιολόγηση του βαθμού στον οποίο οι δύο νομικές διαδικασίες λειτουργούν όπως προβλέπεται. Το πρώτο ερευνητικό πρόγραμμα εξέτασε τον βαθμό στον οποίο οι διαπροσωπικές προσδοκίες των δικηγόρων σχετικά με τις στάσεις και τις πεποιθή-

σεις των υποψήφιων ενόρκων παρεμβάλλονται στον στόχο της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων, η οποία, αν και προτίθεται να αποκαλύψει τις ενδεχόμενες μεροληψίες των υποψηφίων, καταλήγει αντίθετα να προκαλεί μεροληψίες στις ετυμηγορίες των ενόρκων. Το δεύτερο ερευνητικό πρόγραμμα διερεύνησε αν οι προσδοκίες των διαχειριστών των αναγνωριστικών παρατάξεων υπόπτων όσον αφορά το ποιο μέλος της παράταξης θα αναγνωρίσουν οι μάρτυρες επηρεάζουν τις αποφάσεις αναγνώρισης των μαρτύρων. Στις ενότητες που ακολουθούν, θα περιγράψουμε τα τυπικά πειραματικά υποδείγματα που χρησιμοποιούνται για τη μελέτη της λήψης αποφάσεων από το σώμα ενόρκων, της επιλογής ενόρκων και της ταυτοποίησης υπόπτων από αυτόπτες μάρτυρες, και πώς τελικά χρειάστηκαν νέα πειραματικά υποδείγματα τα οποία επέτρεπαν την κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων στην έρευνα, με στόχο να καταδειχθεί ο ρόλος των διαπροσωπικών προσδοκιών στη λήψη αποφάσεων νομικού χαρακτήρα.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΡΟΣΔΟΚΙΩΝ ΣΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΝΟΡΚΩΝ ΚΑΙ ΣΤΗ ΛΗΨΗ ΝΟΜΙΚΩΝ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ

Οι περισσότεροι μελετητές που ασχολούνται με τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων έχουν επικεντρώσει την προσοχή τους στον εντοπισμό εκείνων των χαρακτηριστικών των υποψήφιων ενόρκων (π.χ. δημογραφικά στοιχεία, χαρακτηριστικά γνώρισμα και στάσεις) που είναι σε θέση να προβλέψουν τις προτιμήσεις τους ως προς την τελική ετυμηγορία (Kovera & Cutler, 2013). Στην τυπική μελέτη, οι συμμετέχοντες αξιολογούνται ως προς ένα χαρακτηριστικό γνώρισμα που ενδιαφέρει την έρευνα, διαβάζουν μια γραπτή περίληψη των αποδεικτικών στοιχείων μιας δίκης ή παρακολουθούν τη βιντεοσκοπημένη προσομοίωση μιας δίκης και καταλήγουν σε μια ετυμηγορία. Στη συνέχεια, οι ερευνητές εξετάζουν πιθανές συσχετίσεις μεταξύ των χαρακτηριστικών των ενόρκων και των ετυμηγοριών τους. Ομοίως, οι μελέτες για τη λήψη αποφάσεων των ενόρκων συνήθως περιλαμβάνουν την έκθεση των συμμετεχόντων σε μια προσομοίωση δίκης που περιλαμβάνει τον χειρισμό κάποιας πτυχής των αποδεικτικών στοιχείων ή της διαδικασίας της δίκης και, κατόπιν, την αξιολόγηση των ετυμηγοριών τους (Kovera & Levett, 2015). Υπάρχουν ορισμένες εξαιρέσεις σε αυτή την περιγραφή της βιβλιογραφίας, καθώς λίγες μόνο μελέτες εξετάζουν τις επιδράσεις διαφόρων ειδών υποβολής ερωτήσεων κατά τη διαδικασία επιλογής ενόρκων (Crocker & Kovera, 2010· Dexter, Cutler, & Moran, 1992· Jones, 1987· Middendorf & Luginbuhl, 1995), ενώ κάποιες άλλες επιτρέπουν στους ενόρκους να εμπλακούν σε διαβουλεύσεις προτού εκδώσουν τις τελικές ετυμηγορίες τους (για μια ανάλυση της συχνότητας των διαβουλεύσεων σε μελέτες προσομοίωσης του σώματος ενόρκων, βλ. Bornstein, 2017). Εκτός από ορισμένες εξαιρέσεις, οι περισσότερες

μελέτες σχετικά με την επιλογή των ενόρκων και τη σχέση της με τη λήψη αποφάσεων από το σώμα ενόρκων έχουν προσπαθήσει να απαντήσουν σε ένα σχετικά απλό ερώτημα: μπορούν τα χαρακτηριστικά των ενόρκων να προβλέψουν τις ετυμηγορίες τους;

Την περασμένη δεκαετία, ίσως λόγω μιας υπερβολικής εξάρτησης από ένα μοναδικό πειραματικό υπόδειγμα –ένα υπόδειγμα που δεν δίνει ιδιαίτερη σημασία στην κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ δικηγόρου και υποψήφιου ενόρκου, η οποία, ωστόσο, βρίσκεται στο επίκεντρο της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων–, σημειώθηκε μικρή πρόοδος στην κατανόησή μας για την αλληλοσυσχέτιση της διαδικασίας υποβολής ερωτήσεων στους υποψήφιους ενόρκους, της επιλογής των μελών του σώματος ενόρκων και της λήψης αποφάσεων από το σώμα ενόρκων. Παρότι ο πρωτοπόρος στα πεδία της ψυχολογίας και του δικαίου Larry Wrightsman (1987) επισήμανε, πριν από χρόνια, ότι η διαδικασία εξέτασης των υποψήφιων ενόρκων μπορεί να χρησιμεύσει ως πηγή μεροληψίας, η έννοια αυτή έχει λάβει ελάχιστη εμπειρική προσοχή. Είναι αλήθεια ότι κάποιες μελέτες έχουν πράγματι ασχοληθεί με το κατά πόσο η έκθεση στη διαδικασία εξέτασης των υποψήφιων ενόρκων επηρεάζει την έκφραση της μεροληψίας των ενόρκων στις ετυμηγορίες (Greathouse, Sothmann, Levett, & Kovera, 2011· Haney, 1984· Vitriol & Kovera, 2018). Ωστόσο, οι μελέτες αυτές μεταχειρίστηκαν τους συμμετέχοντες ως παθητικούς αποδέκτες της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων, εστιάζοντας τον πειραματικό χειρισμό στο περιεχόμενο μιας βιντεοσκοπημένης προσομοίωσης της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων που παρακολουθούσαν οι συμμετέχοντες, παρά ως ενεργούς συμμετέχοντες στη διαδικασία της δίκης.

Στο εργαστήριό μας, στρέψαμε την προσοχή μας στη διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο οι διαπροσωπικές προσδοκίες επηρεάζουν την αλληλεπίδραση μεταξύ δικηγόρων και υποψήφιων ενόρκων κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων, επηρεάζοντας έτσι στη συνέχεια τις ετυμηγορίες των ενόρκων. Συγκεκριμένα, μελετήσαμε κατά πόσο οι προσδοκίες των δικηγόρων όσον αφορά τις στάσεις των υποψήφιων ενόρκων επηρεάζουν τις ερωτήσεις που θέτουν στους υποψηφίους κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων, τις απαντήσεις που λαμβάνουν από τους υποψήφιους ενόρκους, τις αξιολογήσεις τους για το τι σημαίνουν αυτές οι απαντήσεις, καθώς και τις ετυμηγορίες που εκδίδονται από τους ενόρκους. Ουσιαστικά, σε μια σειρά από πέντε μελέτες διερευνήσαμε αν οι προσδοκίες των δικηγόρων τούς ωθούν στον έλεγχο μεροληπτικών υποθέσεων, με αποτέλεσμα οι ένορκοι να επιβεβαιώνουν συμπεριφορικά τις προσδοκίες τους. Τρεις από αυτές τις μελέτες χρησιμοποίησαν μεθόδους υψηλού αντίκτυπου, οι οποίες είναι σχεδιασμένες έτσι ώστε να προσομοιώνουν τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις κατά τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων μεταξύ δικηγόρων και υποψήφιων ενόρκων.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΜΕΡΟΛΗΠΤΙΚΩΝ ΥΠΟΘΕΣΕΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΝΟΡΚΩΝ

Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων, οι δικηγόροι κατασκευάζουν υποθέσεις σχετικά με το ποιοι υποψήφιοι ενόρκοι μπορεί να είναι πιο ευνοϊκοί προς τη δική τους πλευρά, θέτουν ερωτήσεις σχεδιασμένες έτσι ώστε να εκμαιεύσουν ενδείξεις μεροληψίας από εκείνους που οι δικηγόροι θεωρούν αρνητικά προδιατεθειμένους προς την πλευρά τους και, στη συνέχεια, προσπαθούν να απομακρύνουν εκείνους τους υποψήφιους που φαίνονται λιγότερο ευνοϊκοί προς την υπόθεσή τους. Μπορούν να απομακρύνουν τους υποψήφιους ενόρκους με δύο τρόπους. Οι δικηγόροι μπορούν να αμφισβητήσουν την καταλληλότητα των υποψηφίων ενόρκων για σπουδαίο λόγο, υποστηρίζοντας ότι επέδειξαν μεροληψία που δεν τους καθιστά κατάλληλους για το σώμα ενόρκων. Θεωρητικά, ο αριθμός των ενστάσεων για σπουδαίο λόγο περιορίζεται μόνο από την ικανότητα ενός δικηγόρου να πείσει τον δικαστή ότι ένας υποψήφιος ενόρκος είναι «ανεπανόρθωτα» μεροληπτικός. Η δεύτερη μέθοδος για την απομάκρυνση ενός υποψηφίου ενόρκου είναι η αυθαίρετη ένσταση. Οι αυθαίρετες ενστάσεις είναι περιορισμένες σε αριθμό, με το ακριβές επιτρεπόμενο όριό τους να ποικίλλει ανάλογα με τη δικαιοδοσία, το είδος της δίκης (ποινικό ή αστικό δίκαιο) και άλλους παράγοντες της δίκης, όπως η σοβαρότητα της κατηγορίας. Στις περισσότερες περιπτώσεις, οι δικηγόροι δεν χρειάζεται να διευκρινίσουν τον λόγο για τον οποίο απορρίπτουν έναν συγκεκριμένο ενόρκο, χρησιμοποιώντας μια αυθαίρετη ένσταση, εκτός αν υπάρχουν κατηγορίες ότι η απόρριψη του γίνεται με κριτήριο τη φυλή ή το φύλο, διαστάσεις που αποτελούν νομικά απαγορευμένες βάσεις για την αξιολόγηση της καταλληλότητας ενός υποψηφίου ενόρκου (*Batson v. Kentucky*, 1986· *J.E.B. v. Alabama*, 1994).

Οι δικηγόροι είναι επιφορτισμένοι με την υποβολή αυτών των ενστάσεων με τέτοιο τρόπο, ώστε να μεγιστοποιείται η πιθανότητα οι υποψήφιοι ενόρκοι που θα λάβουν τελικά μέρος στο σώμα των ενόρκων να είναι θετικά διακείμενοι προς τα επιχειρήματα που θα εκθέσουν οι δικηγόροι. Για να φέρουν σε πέρας με επιτυχία αυτό το καθήκον, οι δικηγόροι κατασκευάζουν υποθέσεις για τη σχέση ανάμεσα στα χαρακτηριστικά των ενόρκων και τις προτιμήσεις τους ως προς την ετυμηγορία. Μόλις διαμορφώσουν τις υποθέσεις τους, διατυπώνουν ερωτήσεις που θα τους επιτρέψουν να συλλέξουν πληροφορίες από τους υποψήφιους ενόρκους που επαληθεύουν ή όχι αυτές τις υποθέσεις. Μόλις οι υποψήφιοι ενόρκοι απαντήσουν στις ερωτήσεις, οι δικηγόροι εξετάζουν αν οι απαντήσεις υποστηρίζουν τις υποθέσεις τους και αποφασίζουν αν θα επιδιώξουν την απομάκρυνση συγκεκριμένων ενόρκων. Αυτά τα στάδια της διαδικασίας συλλογής πληροφοριών κατά την επιλογή ενόρκων ισοδυναμούν, σε αρκετά υψηλό βαθμό, με τα προτεινόμενα στάδια των κοινωνικών ψυχολόγων για τον έλεγχο των

υποθέσεων: κατασκευή υποθέσεων, συλλογή πληροφοριών και εξαγωγή συμπερασμάτων (Trope & Liberman, 1996).

Οι διαπροσωπικές προσδοκίες των δικηγόρων για τους υποψήφιους ενόρκους ενδέχεται να επηρεάσουν τις αποφάσεις τους ως προς την τελική επιλογή των ενόρκων. Αν αυτές οι προσδοκίες είναι ανακριβείς, θα μπορούσαν να οδηγήσουν στην αναποτελεσματική χρήση αυθαίρετων ενστάσεων. Πράγματι, ένας μικρός μόνο αριθμός δημογραφικών και ιδιοσυγκρασιακών χαρακτηριστικών επηρεάζει τις εκτιμήσεις των δικηγόρων σχετικά με το ποιοι υποψήφιοι θα μπορούσαν να είναι ευνοϊκοί προς την πλευρά τους, τη στιγμή μάλιστα που οι πεποιθήσεις τους σχετικά με τα χαρακτηριστικά εκείνα που προβλέπουν την ευνοϊκή στάση των υποψηφίων αποδεικνύονται συχνά εσφαλμένες (Olczak, Kaplan, & Penrod, 1991). Πιθανότατα οι δικηγόροι μπορούν να συλλέξουν πληροφορίες κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής υποψηφίων που θα τους βοηθήσουν να αναγνωρίσουν αν υποστηρίζονται οι αρχικές τους υποθέσεις σχετικά με τους υποψήφιους ενόρκους. Για παράδειγμα, οι δικηγόροι θα μπορούσαν να συλλέξουν πληροφορίες που θα τους επέτρεπαν να ελέγξουν, έως έναν βαθμό, κατά πόσο οι προσδοκίες τους είναι έγκυρες, αν έθεταν στους υποψηφίους διαγνωστικά ερωτήματα σχεδιασμένα να προσφέρουν διαφορική υποστήριξη στις δικές τους υποθέσεις αλλά και σε εναλλακτικές υποθέσεις (Skon & Sherman, 1986). Ωστόσο, στο στάδιο της συλλογής πληροφοριών, οι άνθρωποι έχουν την τάση να θέτουν ερωτήσεις που είναι μεροληπτικές υπέρ της επιβεβαίωσης της δικής τους υπόθεσης, παρά ερωτήσεις που είναι σχεδιασμένες να ελέγξουν πράγματι την ακρίβεια της υπόθεσής τους (Snyder & Swann, 1978).

Κατά τη διάρκεια του σταδίου της εξαγωγής συμπερασμάτων, οι δικηγόροι αξιολογούν αν οι πληροφορίες που έλαβαν από τους υποψήφιους ενόρκους στηρίζουν τις υποθέσεις τους. Τρία διαφορετικά είδη μεροληψίας –ανάλογα με τις ερωτήσεις που έθεσαν και τις απαντήσεις που έλαβαν– ενδέχεται να επηρεάσουν τα συμπεράσματα των δικηγόρων (Hodgins & Zuckerman, 1993). Η μεροληψία της υπόθεσης εμφανίζεται όταν οι δικηγόροι συμπεραίνουν ότι η υπόθεσή τους είναι πιο πιθανό να είναι αληθής, διότι (σε σύγκριση με την εναλλακτική υπόθεση) είναι πιο άμεσα διαθέσιμη στη μνήμη. Η μεροληψία της ερώτησης εμφανίζεται όταν οι δικηγόροι συμπεραίνουν ότι οι υποψήφιοι ένορκοι έχουν στάσεις οι οποίες συνάδουν με την ερώτηση που τους έθεσαν. Για παράδειγμα, οι δικηγόροι είναι περισσότερο πιθανό να συμπεράνουν ότι οι υποψήφιοι ένορκοι ασπάζονται το τεκμήριο αθωότητας, αν ρωτήσουν τους υποψήφιους ενόρκους: «Πιστεύετε ότι ένας κατηγορούμενος είναι αθώος μέχρι να αποδειχθεί η ενοχή του;» Τέλος, η μεροληψία της απάντησης εμφανίζεται όταν τα συμπεράσματα των δικηγόρων επηρεάζονται υπερβολικά από τις απαντήσεις που λαμβάνουν στις ερωτήσεις τους, υπερεπιβεβαιώνοντας έτσι τις υποθέσεις τους, όταν λαμβάνουν επιβεβαιωτικές απαντήσεις, και υπερακυρώνοντας τις υποθέσεις τους, όταν

λαμβάνουν ακυρωτικές απαντήσεις. Συνεπώς, το κατά πόσο οι δικηγόροι καταφέρνουν να ανιχνεύσουν τυχόν μεροληψίες κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων είναι πιθανό να περιορίζεται από τις υποθέσεις που θέλουν να ελέγξουν, τις ερωτήσεις που θέτουν για να ελέγξουν αυτές τις υποθέσεις, τις απαντήσεις που δίνουν οι υποψήφιοι ένορκοι, καθώς και τα συμπεράσματα στα οποία καταλήγουν τελικά βάσει των πληροφοριών που συγκεντρώνουν.

Στο εργαστήριό μου, πραγματοποιήσαμε δύο μελέτες που ελέγχουν τις επιδράσεις που έχουν οι προσδοκίες των δικηγόρων στις ερωτήσεις που προτείνονται να υποβάλουν στους υποψήφιους ενόρκους, προκειμένου να διακρίνουν αν οι στάσεις τους είναι ευνοϊκές προς την πλευρά τους. Σε μια μελέτη (Πείραμα 1· Otis, Greathouse, Kennard, & Kovera, 2014), κατήγοροι και συνήγοροι υπεράσπισης διάβασαν το προφίλ ενός υποθετικού υποψήφιου ενόρκου σε μια υπόθεση στην οποία η ενοχή θα επέσυρε τη θανατική ποινή. Η περιγραφή του υποψήφιου ενόρκου διαφοροποιούνταν έτσι ώστε να περιλαμβάνει τον πειραματικό χειρισμό των προσδοκιών των συμμετεχόντων σχετικά με τον βαθμό στον οποίο ο υποψήφιος ένορκος υποστήριζε τη θανατική ποινή. Οι δικηγόροι έγραψαν, στη συνέχεια, δύο ερωτήσεις που θα έθεταν στον υποψήφιο ένορκο κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων, προκειμένου να ελέγξουν μία από δύο υποθέσεις: ο υποψήφιος ένορκος υποστηρίζει τη θανατική ποινή ή ο υποψήφιος ένορκος αντιτίθεται στη θανατική ποινή. Για καθμία από τις δύο ερωτήσεις, πρότειναν εκτιμήσεις σχετικές με το ποσοστό των ατόμων που θα ήταν υπέρ και κατά της θανατικής ποινής, οπότε, αν απαντούσαν «ναι» στην ερώτηση της επιλογής ενόρκων, αποφαίνονταν σχετικά με το αν ο υποψήφιος ένορκος υποστήριζε ή αντιτίθετο στη θανατική ποινή απαντώντας ναι ή όχι στην ερώτηση, και εκτιμούσαν την πιθανότητα ο υποψήφιος ένορκος να υποστηρίζει τη θανατική ποινή βάσει της απάντησής του. Αυτές οι απαντήσεις υποβλήθηκαν σε μια μπαρσιανή ανάλυση, στην οποία οι απαντήσεις των δικηγόρων συγκρίθηκαν με τις απαντήσεις που θα έπρεπε να είχαν δώσει αν κατέληγαν σε κανονιστικά ορθά συμπεράσματα.

Παρόλο που οι δικηγόροι σε αυτή τη μελέτη δεν έκαναν ερωτήσεις προορισμένες να επιβεβαιώσουν την υπόθεσή τους, έκαναν περισσότερες διαγνωστικές ερωτήσεις, όταν οι στάσεις του υποψήφιου ενόρκου απέναντι στη θανατική ποινή δεν συμφωνούσαν με την υπόθεση την οποία είχαν λάβει την οδηγία να ελέγξουν. Οι δικηγόροι κατέληξαν, επίσης, σε συμπεράσματα τα οποία ήταν μεροληπτικά λόγω των ερωτήσεων που είχαν εξαρχής θέσει, αλλά και εξαιτίας των απαντήσεων που περίμεναν να λάβουν σε αυτές τις ερωτήσεις. Για παράδειγμα, αν οι δικηγόροι έκαναν μια ερώτηση που έλεγχε κατά πόσο ο υποψήφιος ένορκος ήταν αντίθετος στη θανατική ποινή, θα υπερεκτιμούσαν την πιθανότητα ο υποψήφιος ένορκος να είναι αντίθετος στη θανατική ποινή. Οι δικηγόροι θα είχαν, ταυτόχρονα, περισσότερες πιθανότητες να υπερεκτιμήσουν την πιθανό-

τητα ένας υποψήφιος ένορκος να είναι αντίθετος στη θανατική ποινή, αν ο υποψήφιος ένορκος απαντούσε «ναι» σε μια ερώτηση που έλεγχε τον βαθμό στον οποίο το άτομο ήταν αντίθετο στη θανατική ποινή και «όχι» σε μια ερώτηση που έλεγχε την εναλλακτική υπόθεση, δηλαδή ότι ο υποψήφιος ένορκος υποστήριζε τη θανατική ποινή.

Δεδομένου ότι οι δικηγόροι είναι πολύ πιθανό να έχουν επίγνωση του γεγονότος ότι το βασικό ποσοστό της αντίθεσης στη θανατική ποινή στο ευρύ κοινό είναι χαμηλό, δεν αποκλείεται αυτή η γνώση να είναι σε θέση επηρεάσει τα συμπεράσματα των δικηγόρων σχετικά με τις στάσεις των υποψηφίων ενόρκων. Η πιθανότητα αυτή φαντάζει εύλογη, καθώς, όταν οι δικηγόροι διάβαζαν το προφίλ ενός υποψηφίου ενόρκου που πιθανότατα ήταν πολέμιος της θανατικής ποινής, είχαν την τάση να υπερεκτιμούν τις πιθανότητες ο υποψήφιος ένορκος να είναι υπέρ της θανατικής ποινής. Έτσι, επιδιώξαμε να ελέγξουμε τις υποθέσεις μας χρησιμοποιώντας ένα διαφορετικό σύνολο από προφίλ υποψηφίων ενόρκων, αλλά και μια διαφορετική στάση-στόχο. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήσαμε μια δεύτερη μελέτη στην οποία ζητήσαμε από δικηγόρους και φοιτητές της νομικής να ελέγξουν κατά πόσο αληθεύει η υπόθεση ότι ένας υποψήφιος ένορκος ήταν υπέρμαχος της αυθεντίας του νόμου, του ελευθερισμού των πολιτών, ή είτε της αυθεντίας του νόμου είτε του ελευθερισμού των πολιτών (η διπλή υπόθεση· Πείραμα 2· Otis et al., 2014). Εκτός από τον πειραματικό χειρισμό της υπόθεσης που έλεγξαν οι δικηγόροι, χειριστήκαμε πειραματικά το βασικό ποσοστό υποστήριξης της αυθεντίας του νόμου μεταξύ των δυνητικών ενόρκων (πιθανότητα 80%, 50% ή 20%). Η υπόλοιπη διαδικασία ήταν όμοια με αυτή της προηγούμενης μελέτης.

Σε αυτή τη δεύτερη μελέτη, οι δικηγόροι απάντησαν με τρόπο συνεπή με την προηγούμενη έρευνα στον έλεγχο της μεροληπτικής υπόθεσης, (Hodgins & Zuckerman, 1993), θέτοντας ερωτήσεις που σκοπό είχαν να επιβεβαιώσουν την υπόθεσή τους. Επιπλέον, τα συμπεράσματα που οι δικηγόροι άντλησαν για τις στάσεις των υποψηφίων ενόρκων ήταν μεροληπτικά με προβλέψιμους τρόπους. Για άλλη μια φορά, τα συμπεράσματα των δικηγόρων ήταν μεροληπτικά λόγω της υπόθεσης την οποία έπρεπε να ελέγξουν, βάσει της οδηγίας που τους δόθηκε, με τους δικηγόρους που έλεγχαν την υπόθεση περί αυθεντίας του νόμου να υπερεκτιμούν την πιθανότητα ο υποψήφιος ένορκος να είναι υπέρμαχος αυτής της θέσης. Η ερώτηση που έθεταν στ' αλήθεια οι δικηγόροι ενίσχυε, επίσης, τη μεροληψία στα συμπεράσματά τους, με τους δικηγόρους να υπερεκτιμούν την πιθανότητα ο υποψήφιος ένορκος να έχει στάσεις συνεπείς με την υπόθεση που επιθυμούσαν να ελέγξουν με την ερώτησή τους. Όπως και στην προηγούμενη μελέτη, έτσι κι εδώ οι δικηγόροι υπερεκτιμούσαν την αξία μιας θετικής απάντησης που εξέταζε την υπόθεση και υποεκτιμούσαν την αξία των αρνητικών απαντήσεων που εξέταζαν την αντίθετη υπόθεση. Αυτές οι μελέτες, αν ληφθούν

υπόψη συνδυαστικά, υποδηλώνουν ότι οι δικηγόροι είναι ευάλωτοι στη μεροληψία ελέγχου της υπόθεσης κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων. Αυτές οι μεροληπτικές στρατηγικές για τον έλεγχο των υποθέσεων τους καθιστούν μεροληπτικά τα συμπεράσματα στα οποία καταλήγουν σχετικά με το αν η πρόκριση ενός συγκεκριμένου υποψήφιου ενόρκου κατά τη διαδικασία συγκρότησης του σώματος των ενόρκων θα ωφελήσει τη δική τους πλευρά.

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΕΝΟΡΚΩΝ

Πολλές μελέτες με θέμα τις δυαδικές αλληλεπιδράσεις καταδεικνύουν ότι, όταν ένας συμμετέχων (το πρόσωπο που είναι επιφορτισμένο με την αντίληψη της κατάστασης) καλλιεργεί μια προσδοκία για έναν άλλον συμμετέχοντα (το πρόσωπο στόχο), ο στόχος της προσδοκίας τείνει να συμπεριφέρεται με τρόπο συνεπή με την προσδοκία του πρώτου προσώπου – μια διαδικασία που ονομάζεται συμπεριφορική επιβεβαίωση (π.χ. Snyder, Tanke, & Berscheid, 1977· Stukas & Snyder, 2002). Ομοίως, οι προσδοκίες των δικηγόρων σχετικά με τους υποψήφιους ενόρκους ενδέχεται να τροποποιήσουν τη συμπεριφορά των πρώτων προς τους δεύτερους κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της επιλογής των μελών που θα συγκροτήσουν το σώμα ενόρκων, επηρεάζοντας, κατά συνέπεια, τις απαντήσεις των υποψήφιων ενόρκων στις ερωτήσεις των δικηγόρων και εντέλει τις ετυμηγορίες στις οποίες θα κατέληγαν, αν τελικά συμμετείχαν στο σώμα ενόρκων. Ωστόσο, οι βασισμένοι στα κίνητρα στόχοι των δικηγόρων και των υποψήφιων ενόρκων είναι πιθανό να επηρεάσουν το κατά πόσο θα προκύψει τελικά η συμπεριφορική επιβεβαίωση. Η συμπεριφορική επιβεβαίωση ήταν συνηθέστερη όταν τα πρόσωπα που ήταν επιφορτισμένα με την αντίληψη της κατάστασης καλούνταν να συλλέξουν πληροφορίες σχετικά με τον στόχο οι οποίες θα τους βοηθούσαν να σχηματίσουν μια σταθερή, αξιόπιστη εντύπωση για αυτό το πρόσωπο, παρά όταν είχαν αναλάβει να εμπλακούν σε μια ομαλή κοινωνική αλληλεπίδραση με τον στόχο (Snyder & Haugen, 1994). Επομένως, κατά την επιλογή ενόρκων, η συμπεριφορική επιβεβαίωση μπορεί να εκδηλώνεται σε μεγαλύτερο βαθμό όταν οι δικηγόροι χρησιμοποιούν την επιλογή ενόρκων ως μια διαδικασία συλλογής πληροφοριών κατά την οποία ο στόχος των δικηγόρων είναι να διαμορφώσουν μια αξιόπιστη αξιολόγηση των στάσεων των ενόρκων και των κλίσεων που θα επιδείξουν κατά την έκδοση των ετυμηγοριών. Εναλλακτικά, αν ο στόχος των δικηγόρων κατά την επιλογή ενόρκων είναι να κερδίσουν την εύνοιά τους, η συμπεριφορική επιβεβαίωση είναι ενδεχομένως λιγότερο πιθανό να προκύψει. Ομοίως, τα κίνητρα των υποψήφιων ενόρκων να πετύχουν ορισμένα αποτελέσματα θα πρέπει να επηρεάζουν το αν θα προκύψει τελικά η συμπεριφορική επι-

βεβαίωση. Για παράδειγμα, οι υποψήφιοι ένορκοι των οποίων το κίνητρο είναι να απαλλαγούν απλώς από το καθήκον της συμμετοχής σε ένα σώμα ενόρκων μπορεί να είναι λιγότερο πιθανό να επιβεβαιώσουν με τη συμπεριφορά τους την προσδοκία του δικηγόρου απ' ό,τι οι ένορκοι το κίνητρο των οποίων είναι να ευχαριστήσουν το δικαστήριο.

Για να εξετάσουν κατά πόσο οι διαδικασίες της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης είναι ενεργές κατά τη διάρκεια της επιλογής ενόρκων, κάποιοι φοιτητές της νομικής προχωρημένων ετών ετοίμασαν ερωτήσεις που θα υποβάλλονταν σε μέλη της κοινότητας κατά τη διάρκεια μιας προσομοίωσης επιλογής ενόρκων σε μια υπόθεση στην οποία θα μπορούσε να επιβληθεί η θανατική ποινή ως τιμωρία (Kovera, Greathouse, Otis, Kennard, & Chorn, 2019). Προσφέραμε στον δικηγόρο πληροφορίες σχετικά με τις στάσεις των υποψήφιων ενόρκων απέναντι στο ποινικό δίκαιο, ώστε να μπορέσουμε να χειριστούμε πειραματικά τις προσδοκίες των υποτιθέμενων δικηγόρων σχετικά με την ευνοϊκή στάση των υποτιθέμενων υποψήφιων ενόρκων προς τη δίωξη ή την υπεράσπιση του κατηγορούμενου. Αντί να δώσουμε στους δικηγόρους πληροφορίες για τις στάσεις των υποψηφίων που είχαμε συλλέξει από τα μέλη της κοινότητας, καταναίμαμε τυχαία τους δικηγόρους σε δύο συνθήκες, όπου θα λάμβαναν την πληροφορία ότι ο υποψήφιος ένορκος με τον οποίο θα αλληλεπιδρούσαν είχε στάσεις υπέρ της δίωξης ή υπέρ της υπεράσπισης. Επιπλέον, χειριστήκαμε πειραματικά το κίνητρο των δικηγόρων (αν δηλαδή επιδίωκε να κερδίσει την εύνοια του υποψήφιου ενόρκου ή να συλλέξει ακριβείς πληροφορίες), όπως και το κίνητρο των υποψηφίων ενόρκων (αν δηλαδή επιδίωκε να λάβει ή όχι μέρος στο σώμα των ενόρκων). Μετά την αλληλεπίδραση με το μέλος της κοινότητας, οι δικηγόροι αξιολόγησαν τον βαθμό στον οποίο ο υποψήφιος ένορκος επιθυμούσε την εμπλοκή του σε υπόθεση στην οποία διακυβευόταν η θανατική ποινή, οπότε και τα μέλη της κοινότητας συμπλήρωσαν ένα εργαλείο μέτρησης με θέμα τη θανατική ποινή. Παρατηρητές που αγνοούσαν τον διαχωρισμό των συνθηκών παρακολούθησαν τα βίντεο με τις απαντήσεις των υποψήφιων ενόρκων στις ερωτήσεις των δικηγόρων και αξιολόγησαν τον βαθμό στον οποίο οι υποψήφιοι επέδειξαν μια συμπεριφορά υπέρ της δίωξης.

Είναι ενδιαφέρον ότι οι δικηγόροι είχαν την τάση να κάνουν γενικές ερωτήσεις σχετικά με το υπόβαθρο του υποψήφιου ενόρκου και όχι ερωτήσεις που αξιολογούσαν άμεσα τις στάσεις του σχετικά με τη θανατική ποινή. Όταν οι δικηγόροι έκαναν όντως ερωτήσεις σχεδιασμένες για να ελέγξουν υποθέσεις σχετικά με την υποστήριξη/αντίθεση προς τη θανατική ποινή, έτειναν να κάνουν ερωτήσεις που επιβεβαίωναν την υπόθεσή τους. Συγκεκριμένα, οι δικηγόροι που είχαν καλλιεργήσει την προσδοκία ότι ο υποψήφιος ένορκος που έπρεπε να εξετάσουν είχε στάσεις θετικές προς τη δίωξη του κατηγορούμενου έθεταν περισσότερες ερωτήσεις ικανές να ελέγξουν την υπόθεση υπέρ της δίωξης, ενώ

όσοι δικηγόροι είχαν καλλιεργήσει προσδοκίες θετικές προς την υπεράσπιση έθεταν περισσότερες ερωτήσεις που υποστήριζαν την υπόθεση υπέρ της υπεράσπισης. Όχι μόνο οι δικηγόροι έθεσαν ερωτήσεις που επιβεβαίωναν την υπόθεσή τους, αλλά και οι ίδιοι οι υποψήφιοι ένορκoi επιβεβαίωσαν τις προσδοκίες των δικηγόρων με τη συμπεριφορά τους κατά τη διάρκεια της προσομοιωμένης διαδικασίας επιλογής ενόρκων, όπως αποδεικνύεται από τις αξιολογήσεις της συμπεριφοράς των υποψήφιων ενόρκων από τους παρατηρητές που είχαν άγνοια των πειραματικών συνθηκών. Επιπρόσθετα, η υποβολή ερωτήσεων κατά τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων επηρέασε τις στάσεις των ενόρκων μετά την πρόκρισή τους: οι προσδοκίες του δικηγόρου σχετικά με τη στάση του υποψήφιου ενόρκου έκαναν τις αυτοαναφερόμενες στάσεις των υποψήφιων ενόρκων απέναντι στη θανατική ποινή να στραφούν προς την κατεύθυνση των προσδοκιών των δικηγόρων. Τέλος, οι προσδοκίες των δικηγόρων πριν από την επιλογή των ενόρκων εξηγούσαν σημαντικό ποσοστό της διακύμανσης στις αξιολογήσεις των δικηγόρων σχετικά με τις στάσεις του υποψήφιου ενόρκου μετά τη διαδικασία επιλογής, ακόμη και αφού απομονώθηκε η επίδραση των στάσεων απέναντι στη θανατική ποινή μετά τη διαδικασία της επιλογής, καθώς και των αξιολογήσεων των ανεξάρτητων παρατηρητών («τυφλών» στις συνθήκες) για την ενθαρρυντική προς τη δίωξη του κατηγορούμενου συμπεριφορά των ενόρκων. Να επισημάνουμε ότι η επίδραση των προσδοκιών που προϋπήρχαν της διαδικασίας επιλογής επέμενε και αφότου δόθηκε στους δικηγόρους η ευκαιρία να συλλέξουν πληροφορίες κατά τη διάρκεια μιας πρόσωπο με πρόσωπο κοινωνικής αλληλεπίδρασης.

Σε μια άλλη μελέτη, εξετάσαμε αν οι διαδικασίες της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης επηρέαζαν αρνητικά τις ικανότητες των δικηγόρων να λαμβάνουν αποφάσεις για την επιλογή ενόρκων που ωφελούσαν τη δική τους πλευρά (Kovera, Kennard, Otis, Chorn, & Zimmerman, 2019). Χρησιμοποιώντας την τεχνική της δειγματοληψίας χιονοστιβάδας, ζητήσαμε από 40 δικηγόρους του ποινικού δικαίου από την περιοχή της Νέας Υόρκης (20 δημόσιους κατηγορούς, 20 δημόσιους συνήγορους) να διεξαγάγουν τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων για 12 μέλη της κοινότητας τα οποία είχαν κριθεί επιλέξιμα για το σώμα ενόρκων. Όπως και στην προηγούμενη μελέτη, χειριστήκαμε πειραματικά τις προσδοκίες των δικηγόρων για τις στάσεις (υπέρ της δίωξης ή υπέρ της υπεράσπισης του κατηγορουμένου) καθενός από τα μέλη της κοινότητας: η προσδοκία που συνδεόταν με κάθε μέλος της κοινότητας κατανεμήθηκε τυχαία. Βάσει αυτής της προσδοκίας, η οποία είχε γίνει αντικείμενο πειραματικού χειρισμού, αλλά και των γενικών δημογραφικών πληροφοριών που συλλέχθηκαν από τα μέλη της κοινότητας, οι δικηγόροι έκαναν υποθέσεις για καθέναν από τους υποψήφιους ενόρκους, διατύπωσαν ερωτήσεις για να μπορέσουν να ελέγξουν τις υποθέσεις τους και, στη συνέχεια, διεξήγαγαν μια εικονική διαδικασία επιλογής ενόρκων

με τα 12 μέλη της κοινότητας. Οι δικηγόροι διεξήγαγαν τη διαδικασία επιλογής ενόρκων με στόχο να αποκλείσουν έξι υποψηφίους, δημιουργώντας έτσι ένα σώμα ενόρκων αποτελούμενο από έξι μέλη. Μετά τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων, τα μέλη της κοινότητας εξέτασαν τα αποδεικτικά στοιχεία για μια υπόθεση στην οποία ο κατηγορούμενος, αν κρινόταν ένοχος, θα τιμωρούνταν με θανατική ποινή και εξέδωσαν μια ετυμηγορία.

Όπως και στην προηγούμενη μελέτη, η τυχαία κατανομημένη προσδοκία σχετικά με τις στάσεις των ενόρκων επηρέασε τις αποφάσεις των δικηγόρων. Οι κατηγοροί απέρριψαν περισσότερους υποψηφίους από τους οποίους αναμενόταν να είναι με την πλευρά της υπεράσπισης και οι συνήγοροι υπεράσπισης απέρριψαν περισσότερους υποψηφίους από τους οποίους αναμενόταν να είναι υπέρ της δίωξης. Και πάλι, η επίδραση της προσδοκίας στάσης στις αποφάσεις απόρριψης παρατηρήθηκε και μετά την υποβολή ερωτήσεων στους υποψήφιους ενόρκους από τους δικηγόρους. Η επίδραση της προσδοκίας στάσης δεν μετριάστηκε από τη στάση των υποψήφιων ενόρκων πριν από τη διαδικασία επιλογής. Συνεπώς, η διαδικασία επιλογής μπορεί να μην είναι αποτελεσματική μέθοδος για τον εντοπισμό των μεροληψιών των ενόρκων. Τέλος, βρήκαμε και πάλι στοιχεία συμπεριφορικής επιβεβαίωσης στη διαδικασία της επιλογής ενόρκων. Οι υποψήφιοι ένορκοι κατέληγαν σε περισσότερες ετυμηγορίες υπέρ της ενοχής, όταν ο δικηγόρος είχε την προσδοκία ότι ο ένορκος θα είναι ευνοϊκά προσκείμενος στην ποινική δίωξη, παρά όταν ο δικηγόρος περίμενε ότι ο υποψήφιος ένορκος θα τασσόταν με το πλευρό της υπεράσπισης.

Συμπεριφορική επιβεβαίωση και γνωστική ασυμφωνία. Όταν οι δικηγόροι προσπάθησαν να ελέγξουν μια μεροληπτική υπόθεση, εκμαίευσαν από τους ένορκους απαντήσεις που ήταν συνεπείς με τις προσδοκίες τους για τους υποψήφιους ενόρκους (δηλαδή, συμπεριφορική επιβεβαίωση). Για ένα ποσοστό αυτών των υποψήφιων ενόρκων, οι στάσεις που εκφράζουν, και οι οποίες επιβεβαιώνουν συμπεριφορικά τις προσδοκίες των δικηγόρων, έρχονται σε αντίθεση με τις στάσεις που είχαν προτού ξεκινήσουν τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων. Αυτή η ασυνέπεια μεταξύ στάσης συμπεριφοράς μπορεί να προκαλέσει στους υποψήφιους ενόρκους μια γνωστική ασυμφωνία (Festinger, 1957). Δεδομένου ότι οι άνθρωποι επιθυμούν τη συμφωνία των στάσεών τους με τη συμπεριφορά τους, ενδέχεται να βιώνουν μια άβολη ψυχολογική κατάσταση (δηλαδή, ασυμφωνία), όταν οι στάσεις και η συμπεριφορά βρίσκονται σε σύγκρουση. Από τη στιγμή που οι άνθρωποι υιοθετούν μια συμπεριφορά αντίθετη προς τις στάσεις τους, εκδηλώνουν, στη συνέχεια, την τάση να υποστηρίζουν τις στάσεις εκείνες που είναι συνεπείς με τη συγκεκριμένη συμπεριφορά, προκειμένου να μειώσουν το δυσάρεστο αυτό αίσθημα που πηγάζει από την ασυμφωνία που προκλήθηκε. Στην περίπτωση της διαδικασίας της επιλογής ενόρκων, φανταστείτε ότι ένας δικηγόρος προσπαθεί να ελέγξει την υπόθεση σύμφωνα με την οποία ένας υποψήφιος

ένορκος είναι υπέρ της δίωξης και του θέτει την εξής ερώτηση που επιβεβαιώνει την υπόθεσή του: «Αν ένα άτομο διαπράξει φόνο εκ προμελέτης, πιστεύετε ότι πρέπει να διωχθεί με όλα τα μέσα που προσφέρει ο νόμος;» Πολλοί άνθρωποι θα απαντούσαν πιθανότατα καταφατικά σε αυτή την ερώτηση. Η συγκεκριμένη ερώτηση όχι μόνο δεν λειτουργεί διαγνωστικά για τον βαθμό στον οποίο ένας υποψήφιος ένορκος έχει την τάση να υποστηρίζει περισσότερο την πλευρά της δίωξης ή της υπεράσπισης, αλλά οι ένορκοι που είναι υπέρ της υπεράσπισης ενδέχεται να βιώσουν κάποια δυσφορία με την απάντησή τους. Οι υποψήφιοι ένορκοι που δεν αισθάνονται άνετα να δώσουν μια απάντηση η οποία αντιβαίνει τις στάσεις τους είναι πιθανό αργότερα να προσπαθήσουν να ανακουφίσουν τη δυσφορία τους εκδίδοντας μια ετυμηγορία που είναι συνεπής με τη στάση που εξέφρασαν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων.

Για να ελέγξουμε αν η βιωμένη ασυμφωνία διαδραμάτιζε διαμεσολαβητικό ρόλο στις επιδράσεις που ασκούσαν στις ετυμηγορίες των ενόρκων οι ερωτήσεις που επιβεβαιώναν τις υποθέσεις των δικηγόρων κατά τη διάρκεια της διαδικασίας επιλογής ενόρκων, όπως είδαμε σε προηγούμενες μελέτες, πραγματοποιήσαμε μια τελευταία μελέτη η οποία χειριζόταν πειραματικά το αν οι υποψήφιοι ένορκοι απαντούσαν σε ανοιχτές ή κλειστές ερωτήσεις υπέρ της δίωξης κατά τη διάρκεια μιας προσομοιωμένης διαδικασίας επιλογής ενόρκων (Πείραμα 2: Zimmerman, Otis, Kennard, Chorn, & Kovera, 2019). Οι άνθρωποι πρέπει να αισθάνονται προσωπική ευθύνη για τη συμπεριφορά τους που αντιβαίνει τις στάσεις τους, προκειμένου να βιώσουν γνωστική ασυμφωνία (Cooper & Fazio, 1984). Έτσι, περιμέναμε ότι οι υποψήφιοι ένορκοι που έδωσαν μια πιο λεπτομερή, αντίθετη προς τις στάσεις τους, απάντηση θα είχαν περισσότερες πιθανότητες να βιώσουν γνωστική ασυμφωνία και τελικά να μετατοπίσουν τις ετυμηγορίες τους προς την αντίθετη προς τις στάσεις τους κατεύθυνση, απ' ό,τι οι υποψήφιοι ένορκοι που έδωσαν μια απλή απάντηση «ναι» ή «όχι», αντίθετη προς τις προσωπικές στάσεις τους, σε μια ερώτηση κατά τη διαδικασία επιλογής ενόρκων.

Σε μια ακόμη προσομοίωση της διαδικασίας επιλογής ενόρκων, πειραματικοί συνεργοί παρουσιάστηκαν ως δικηγόροι και ζήτησαν από μέλη της κοινότητας που ήταν επιλέξιμα για να συμμετάσχουν σε σώμα ενόρκων, τα οποία μάλιστα σε γενικές γραμμές ήταν αντίθετα στη θανατική ποινή, να απαντήσουν σε κλειστού ή ανοιχτού τύπου ερωτήσεις επιλογής ενόρκων οι οποίες εξέταζαν μια υπόθεση υπέρ της δίωξης. Οι υποτιθέμενοι υποψήφιοι ένορκοι συμπλήρωσαν, στη συνέχεια, μια μέτρηση του βαθμού ασυμφωνίας που είχαν βιώσει (Elliott & Devine, 1994) και παρακολούθησαν μια δίκη που διαφοροποιούνταν ως προς την ισχύ των αποδεικτικών στοιχείων (ισχυρά, αμφιλεγόμενα ή αδύναμα). Αφού παρακολούθησαν τη δίκη, οι συμμετέχοντες κατέληξαν σε μια ετυμηγορία και συμπλήρωσαν ξανά την κλίμακα γνωστικής ασυμφωνίας. Προβλέψαμε ότι οι

υποψήφιοι ένορκοι που απάντησαν σε ανοιχτού τύπου ερωτήσεις θα βίωναν γνωστική ασυμφωνία ως αποτέλεσμα της ελεύθερα επιλεγμένης αντίθετης προς τις στάσεις που προηγουμένως είχαν υπερασπιστεί μέσω της εκτενούς απάντησής τους, ενώ εκείνοι που απάντησαν σε ερωτήσεις κλειστού τύπου δεν θα βίωναν αυτή την ψυχική κατάσταση. Ως αποτέλεσμα, προβλέψαμε ότι οι υποψήφιοι ένορκοι που απάντησαν σε ανοιχτού τύπου ερωτήσεις υπέρ της δίωξης θα έδιναν μια ετυμηγορία συνεπή με την υπόθεση που ήθελε να ελέγξει ο δικηγόρος-πειραματικός συνεργός, μόνο, όμως, όταν η ισχύς των αποδείξεων ήταν αμφιλεγόμενη. Δηλαδή, αν τα αποδεικτικά στοιχεία δικαιολογούσαν σαφώς μια ετυμηγορία αθωότητας ή ενοχής, οι συμμετέχοντες δεν θα έπρεπε να αισθανθούν ασυμφωνία επειδή η απάντησή τους ήταν αντίθετη προς τις στάσεις τους και έτσι θα έπρεπε να καταλήξουν σε μια ετυμηγορία συνεπή με τα αποδεικτικά στοιχεία. Ωστόσο, όταν τα στοιχεία ήταν αμφιλεγόμενα, οι συμμετέχοντες θα έπρεπε να βιώσουν γνωστική ασυμφωνία, ως αποτέλεσμα της συμπεριφοράς τους κατά τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων, και άρα να καταλήξουν σε μια ετυμηγορία συνεπή με την υπόθεση που έλεγχε ο δικηγόρος.

Το κατά πόσο οι υποτιθέμενοι ένορκοι επιβεβαίωναν συμπεριφορικά την υπόθεση η οποία ελεγχόταν κατά την υποβολή ερωτήσεων στη διαδικασία επιλογής ενόρκων βρισκόταν σε άμεση εξάρτηση από το αν ο υποτιθέμενος δικηγόρος υπέβαλλε ανοιχτού ή κλειστού τύπου ερωτήσεις, καθώς και από την ισχύ των αποδεικτικών στοιχείων. Όταν τα αποδεικτικά στοιχεία της δίκης ήταν αμφιλεγόμενα και οι δικηγόροι-πειραματικοί συνεργοί έκαναν ανοιχτού τύπου ερωτήσεις υπέρ της δίωξης, θέλοντας να ελέγξουν μια υπόθεση, οι ένορκοι κατέληγαν σε περισσότερες ετυμηγορίες υπέρ της ενοχής συγκριτικά με τις περιπτώσεις στις οποίες οι δικηγόροι τούς έκαναν ερωτήσεις κλειστού τύπου και τα στοιχεία ήταν αμφιλεγόμενα. Σύμφωνα με τις προβλέψεις μας, δεν υπήρχαν επιδράσεις του ελέγχου της υπόθεσης υπέρ της δίωξης όταν η δίκη περιλάμβανε ισχυρά ή αδύναμα αποδεικτικά στοιχεία σε βάρος του κατηγορούμενου. Μιλώντας με όρους μείωσης της ασυμφωνίας, οι ένορκοι ανέφεραν υψηλότερα επίπεδα γνωστικής ασυμφωνίας μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας επιλογής ενόρκων, παρά μετά την έκδοση της ετυμηγορίας, χωρίς η μέθοδος υποβολής ερωτήσεων των δικηγόρων ή η ισχύς των αποδεικτικών στοιχείων να επηρεάσουν τον βαθμό γνωστικής ασυμφωνίας που βίωναν οι συμμετέχοντες. Μετά τη δίκη οι ένορκοι εξέφρασαν μεγαλύτερη υποστήριξη προς τη θανατική ποινή και οι στάσεις τους ήταν πιο θετικές υπέρ της δίωξης, μετά τη δίκη από ό,τι πριν από τη δίκη, επαληθεύοντας τα προηγούμενα ευρήματά μας, σύμφωνα με τα οποία οι ετυμηγορίες μετατοπίζονται προς την υπόθεση που ελέγχεται από την υποβολή ερωτήσεων κατά τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΠΡΟΣΔΟΚΙΩΝ ΣΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΥΠΟΠΤΩΝ ΑΠΟ ΑΥΤΟΠΤΕΣ ΜΑΡΤΥΡΕΣ

Επί ολόκληρες δεκαετίες, οι ερευνητές που μελετούσαν την ακρίβεια της αναγνώρισης υπόπτων από αυτόπτες μάρτυρες βασίζονταν σε ένα πειραματικό υπόδειγμα στο οποίο οι συμμετέχοντες παρακολουθούν την αναπαράσταση ενός εγκλήματος και, στη συνέχεια, προσπαθούν να αναγνωρίσουν τον δράστη αυτού του εγκλήματος (Cutler & Kovera, 2010). Η αναπαράσταση του εγκλήματος μπορεί να γίνεται ζωντανά ή να παρουσιάζεται καταγεγραμμένη σε βίντεο. Η διαδικασία της αναγνώρισης ενδέχεται να διαφέρει ως προς τις οδηγίες που δίνονται στον μάρτυρα, ανάλογα δηλαδή με το αν ο μάρτυρας βλέπει μόνο τον ύποπτο ή τον ύποπτο μαζί με έναν ορισμένο αριθμό γνωστών αθών ανθρώπων, αν τα μέλη της αναγνωριστικής παράταξης υπόπτων εμφανίζονται ταυτόχρονα ή διαδοχικά, καθώς και αν ο ύποπτος είναι ο ένοχος ή κάποιος αθώος. Μέχρι πρόσφατα, η διαδικασία αναγνώρισης γινόταν υπό εξαιρετικά ελεγχόμενες συνθήκες: κάποιες φορές παρουσιαζόταν σε συνεδρίες μαζικών δοκιμών, προβάλλοντας μια σειρά φωτογραφιών σε μια οθόνη ή σε μεμονωμένα άτομα από πειραματιστές που ακολουθούσαν αυστηρά πρωτόκολλα, ελαχιστοποιώντας δραστικά οποιαδήποτε αλληλεπίδραση του διαχειριστή της αναγνωριστικής παράταξης υπόπτων με τους αυτόπτες μάρτυρες. Ολοένα και συχνότερα διεξάγονται διαδικτυακές μελέτες με έναν υπολογιστή που παρουσιάζει μια σειρά φωτογραφιών στους συμμετέχοντες, εξαλείφοντας έτσι εντελώς κάθε πιθανότητα ο διαχειριστής μιας αναγνωριστικής παράταξης υπόπτων να αλληλεπιδράσει με έναν μάρτυρα, πόσο μάλλον να επηρεάσει την κρίση του.

Οι συνθήκες αυτές δεν μιμούνται τις συνθήκες των διαδικασιών αναγνώρισης που διεξάγονται στο πεδίο. Σε πραγματικές περιπτώσεις, οι διαδικασίες αναγνώρισης σπάνια διεξάγονται με τη χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή, με εξαίρεση ορισμένες μελέτες πεδίου από ψυχολόγους, οι οποίοι είχαν την πρόθεση να ελαχιστοποιήσουν την επαφή διαχειριστή/αυτόπτη μάρτυρα (για παράδειγμα, Wells, Steblay, & Dysart, 2015). Αντίθετα, τις περισσότερες αναγνωριστικές παρατάξεις υπόπτων και σειρές φωτογραφιών τις διαχειρίζονται αστυνομικοί που έχουν την ευκαιρία να αλληλεπιδράσουν με τους μάρτυρες κατά τη διάρκεια της διαδικασίας. Πώς επηρεάζει αυτή η γνώση τις προσδοκίες που έχει ο αστυνομικός για τον μάρτυρα; Αν ο αστυνομικός είναι βέβαιος ότι ο ύποπτος είναι ο ένοχος, είναι πιθανό ο αστυνομικός να περιμένει ότι (α) ο μάρτυρας θα κάνει μια θετική αναγνώριση (δηλαδή, θα αναγνωρίσει ένα από τα μέλη της αναγνωριστικής παράταξης ως τον ένοχο) και (β) ότι το μέλος της αναγνωριστικής παράταξης που θα αναγνωριστεί θα είναι ο ύποπτος.

Μπορούν αυτές οι προσδοκίες να αλλάξουν τον τρόπο συμπεριφοράς του διαχειριστή κατά τη διεξαγωγή της διαδικασίας αναγνώρισης; Στοιχεία από

προηγούμενες έρευνες σχετικές με τις διαπροσωπικές προσδοκίες και τη συμπεριφορική επιβεβαίωση δείχνουν πως είναι πιθανό οι διαχειριστές που γνωρίζουν ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης είναι ο ύποπτος (μη τυφλοί διαχειριστές) να συμπεριφέρονται διαφορετικά απ' ό,τι οι διαχειριστές που δεν γνωρίζουν ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης είναι ο ύποπτος (τυφλοί διαχειριστές), προσανατολίζοντας ενδεχομένως τον μάρτυρα στο να επιλέξει τον ύποπτο. Για παράδειγμα, ένας διαχειριστής που γνωρίζει ποιος είναι ο ύποπτος μπορεί να υποδείξει στους μάρτυρες να κοιτάζουν πιο προσεκτικά ή να μη βιαστούν να αποφασίσουν, όταν φαίνεται ότι κοιτάζουν τον ύποπτο, αλλά να τους επισημάνει να φροντίσουν να κοιτάξουν όλες τις φωτογραφίες, όταν φαίνεται ότι έχουν επικεντρωθεί σε κάποιο άσχετο άτομο. Αν ένας μάρτυρας διστάζει να επιλέξει ανάμεσα σε ένα άσχετο άτομο και στον ύποπτο, ένας διαχειριστής που γνωρίζει τον ύποπτο μπορεί να ρωτήσει τον μάρτυρα τι του φαίνεται οικείο στη φωτογραφία του υπόπτου, αλλά να μην κάνει μια παρόμοια ερώτηση για τη φωτογραφία ενός άσχετου ατόμου. Μήπως ο μάρτυρας είναι πιο πιθανό να αναγνωρίσει τον ύποπτο, αν ένας διαχειριστής, έστω και άθελά του, υιοθετήσει αυτές τις συμπεριφορές;

Έτσι, στο πλαίσιο αυτών των αναγνωριστικών παρατάξεων, οι προσδοκίες των διαχειριστών (δηλαδή, ότι ο μάρτυρας θα επιλέξει τον ύποπτο) ενδέχεται να οδηγήσουν τους μάρτυρες στην επιλογή του υπόπτου από την αναγνωριστική παράταξη. Προτού εκδοθούν κατευθυντήριες γραμμές που συνιστούν την τυφλή διεξαγωγή αναγνωριστικών παρατάξεων (Wells, Kovera, Douglass, Meissner, Brewer, & Wixted, 2020· Wells et al., 1998), σχεδόν όλοι οι διαχειριστές αναγνωριστικών διαδικασιών γνώριζαν ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης (ή ποια φωτογραφία σε μια σειρά φωτογραφιών) ήταν ο ύποπτος για τη διάπραξη του εγκλήματος που είχε παρακολουθήσει ο αυτόπτης μάρτυρας. Ακόμη και σήμερα, οι μισές μόνο από τις πολιτείες των ΗΠΑ απαιτούν –όταν είναι επικτό– οι διαδικασίες αναγνώρισης να είναι διπλά τυφλές, δηλαδή να διεξάγονται από διαχειριστές και να απευθύνονται σε μάρτυρες που αγνοούν εξίσου ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης είναι ο ύποπτος (Kovera & Evelo, 2017). Η μονά τυφλή διεξαγωγή της αναγνωριστικής παράταξης είναι προβληματική, διότι είναι πιθανό ο μάρτυρας να μη βασίσει την απόφαση αναγνώρισης μόνο στη μνήμη του –όπως προβλέπεται από τη νόμιμη διαδικασία– αλλά σε συμπεριφορικά σήματα που εκπέμπει ο διαχειριστής. Με άλλα λόγια, οι διαχειριστές που γνωρίζουν την ταυτότητα του υπόπτου ενδέχεται να επηρεάσουν ασυνείδητα και ακούσια τη διαδικασία αναγνώρισης (βλ. Fiedler, σε αυτόν τον τόμο, για μια συζήτηση γύρω από άλλες προτεινόμενες διαδικασίες βασισμένες σε αναγνωριστικές παρατάξεις).

Παρόλο που έχουν αναπτυχθεί αρκετά παραδείγματα για να ελεγχθεί ο βαθμός στον οποίο η γνώση του διαχειριστή για την ταυτότητα του υπόπτου

επηρεάζει τις αποφάσεις αναγνώρισης των αυτοπτών μαρτύρων, το πειραματικό υπόδειγμα που προτυποποιεί με τον πλέον αξιόπιστο τρόπο τον πλήρη κύκλο των επιδράσεων των διαπροσωπικών προσδοκιών και της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης είναι το *διπλά τυφλό πειραματικό υπόδειγμα* (Kovera & Evelo, 2017). Σε αυτό το πειραματικό υπόδειγμα, οι μισοί από τους συμμετέχοντες εκπαιδεύονται ώστε να αναλάβουν τον ρόλο διαχειριστή· οι μισοί από αυτούς τους διαχειριστές ενημερώνονται για το ποιος είναι ο ύποπτος (μονά τυφλή συνθήκη) και οι άλλοι μισοί αγνοούν αυτή την πληροφορία (διπλά τυφλή συνθήκη). Στη συνέχεια, οι διαχειριστές αυτοί εκθέτουν μια σειρά φωτογραφιών σε άλλους συμμετέχοντες που υπήρξαν αυτόπτες μάρτυρες ενός εγκλήματος (Evelo, Zimmerman, Rhead, Chorn, & Kovera, 2019· Greathouse & Kovera, 2009· Zimmerman, Chorn, Rhead, Evelo, & Kovera, 2017). Αυτές οι παρουσιάσεις σειρών φωτογραφιών βιντεοσκοπούνται κρυφά, επιτρέποντας έτσι σε παρατηρητές που δεν γνωρίζουν ποιος ανήκει σε ποια συνθήκη να κωδικοποιήσουν τις συμπεριφορές των διαχειριστών ως προς τα συμπεριφορικά σήματα που εκπέμπουν και με τα οποία υποδηλώνουν ποιο μέλος της παράταξης είναι ο ύποπτος. Έτσι, το πειραματικό υπόδειγμα επιτρέπει έναν έλεγχο του κατά πόσο η γνώση της ταυτότητας του υπόπτου αλλάζει τη συμπεριφορά των διαχειριστών κατά τη διαδικασία αναγνώρισης, καθώς και αν αυτές οι συμπεριφορικές αλλαγές επηρεάζουν, στη συνέχεια, την πιθανότητα οι μάρτυρες να αναγνωρίσουν τον ύποπτο σε αντίθεση με ένα άλλο άσχετο άτομο (δηλαδή, μια φωτογραφία ενός γνωστού αθώου προσώπου).

Σε μία από τις πρώτες έρευνες που χρησιμοποίησαν αυτό το πειραματικό υπόδειγμα (Greathouse & Kovera, 2009), εξετάσαμε αν η επίδραση της διεξαγωγής μονά τυφλών παρουσιάσεων σειρών φωτογραφιών ήταν μεγαλύτερη όταν υπήρχαν ταυτόχρονα άλλες συνθήκες που ενθάρρυναν τους μάρτυρες να κάνουν εικασίες (δηλαδή, οι μάρτυρες είναι πιθανό να επιλέξουν τελικά ένα άτομο από μια διαδικασία αναγνώρισης παρά το σχετικά αδύναμο μνημονικό ίχνος που διατηρούν σχετικά με τον δράστη του εγκλήματος): η ταυτόχρονη (σε αντίθεση με τη διαδοχική) παρουσίαση των φωτογραφιών και οι μεροληπτικές οδηγίες σχετικά με την αναγνωριστική παράταξη που υποδηλώνουν ότι ο ένοχος είναι ένας από τους εικονιζόμενους στις φωτογραφίες της σειράς. Πράγματι, οι διαχειριστές που γνωρίζουν τον ένοχο είχαν περισσότερες πιθανότητες απ' ό,τι εκείνοι που δεν τον γνωρίζουν να εκμαιεύσουν μια θετική αναγνώριση υπόπτου από τους μάρτυρες, ανεξάρτητα από το αν ο ύποπτος ήταν ο ένοχος ή αθώος, ειδικά υπό συνθήκες που ευνοούσαν την επιλογή.

Συνεπείς με τις προβλέψεις της θεωρίας για τις επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών, οι αλλαγές στις συμπεριφορές των διαχειριστών κατά την παρουσίαση της σειράς φωτογραφιών συνέβαλαν στην αύξηση του ποσοστού αναγνωρίσεων του υπόπτου. Οι διαχειριστές που γνώριζαν τους υπόπτους ήταν

πιο πιθανό απ' ό,τι οι διαχειριστές που δεν τους γνώριζαν να συμπεριφερθούν με τρόπους δυνητικά ικανούς να προκαλέσουν τη μεροληπτική κρίση των μαρτύρων (π.χ. να πουν στον μάρτυρα να ρίξει ακόμη μια ματιά, αν δεν κατάφερε να κάνει μια αναγνώριση: Greathouse & Kovera, 2009). Δεδομένης της οπτικής γωνίας αυτής της μελέτης, δεν καταφέραμε να προσδιορίσουμε αν οι συμπεριφορές αυτές κατευθύνονταν προς υπόπτους ή προς άσχετα άτομα της αναγνωριστικής παράταξης. Ωστόσο, παρατηρητές που αγνοούσαν αν ο διαχειριστής γνώριζε ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης ήταν ο ύποπτος ανέφεραν ότι οι διαχειριστές που γνώριζαν ασκούσαν μεγαλύτερη πίεση στον μάρτυρα να επιλέξει κάποιον απ' ό,τι εκείνοι που δεν γνώριζαν (Greathouse & Kovera, 2009).

Μελετήσαμε, επίσης, το αν οι μάρτυρες με χαμηλότερα επίπεδα μνήμης είναι πιο πιθανό να αποδειχθούν επιρρεπείς στην επιρροή των διαχειριστών απ' ό,τι οι μάρτυρες με ισχυρότερα επίπεδα μνήμης (Zimmerman et al., 2017). Στο πλαίσιο του διπλά τυφλού πειραματικού υποδείγματος, χειριστήκαμε την ισχύ της μνήμης μεταβάλλοντας το διάστημα συγκράτησης ανάμεσα στην παρακολούθηση του εγκλήματος και σε μια απόπειρα αναγνώρισης (Deffenbacher, Bornstein, McGorty, & Penrod, 2008): 30 λεπτά ή μία εβδομάδα. Άλλος ένας πειραματικός χειρισμός ήταν η ταυτόχρονη ή διαδοχική παρουσίαση των φωτογραφιών. Οι διαχειριστές που γνώριζαν τον ύποπτο δεν επηρέασαν το ποσοστό στο οποίο οι μάρτυρες επέλεξαν τον ύποπτο από διαδοχικές αναγνωριστικές παρατάξεις και στα δύο χρονικά διαστήματα συγκράτησης· δεν επηρέασαν ούτε το ποσοστό στο οποίο οι μάρτυρες επέλεξαν τον ύποπτο από μια ταυτόχρονη σειρά φωτογραφιών με καθυστέρηση μόνο 30 λεπτών. Αντίθετα, όταν παρουσιάστηκε στους μάρτυρες μια ταυτόχρονη σειρά φωτογραφιών έπειτα από καθυστέρηση μίας εβδομάδας, οι μάρτυρες ήταν πιο πιθανό να επιλέξουν τον ύποπτο όταν ο διαχειριστής γνώριζε ποια φωτογραφία τον απεικόνιζε παρά όταν ο διαχειριστής αγνοούσε κι αυτός τον ύποπτο. Για άλλη μια φορά, παρατηρήσαμε στοιχεία υποβολής στη συμπεριφορά των διαχειριστών που γνώριζαν τον ύποπτο. Όταν οι διαχειριστές ρωτούσαν τους μάρτυρες για μια συγκεκριμένη φωτογραφία της σειράς, οι διαχειριστές που γνώριζαν τον ύποπτο ήταν πιο πιθανό απ' ό,τι οι διαχειριστές που δεν γνώριζαν τον ύποπτο να ρωτήσουν κάτι για τη φωτογραφία του υπόπτου ή να στρέψουν την προσοχή σε αυτή, καταδεικνύοντας έτσι τις προσπάθειες των πρώτων να εστιάσουν την προσοχή των μαρτύρων στον ύποπτο παρά στα άσχετα άτομα.

Μια ανάλυση του προτύπου των αποφάσεων αναγνώρισης σε αυτές τις μελέτες αποκαλύπτει ότι η επιρροή του διαχειριστή δεν δρα αλλάζοντας τα ποσοστά στα οποία οι μάρτυρες κάνουν μια θετική αναγνώριση βασισμένοι σε μια φωτογραφία. Οι μάρτυρες αναφέρουν ότι ο ένοχος δεν συγκαταλέγεται μεταξύ των φωτογραφιών σε ίσα ποσοστά, ανεξάρτητα από το αν ο διαχειριστής αγνοεί ποιο μέλος της αναγνωριστικής παράταξης είναι ο ύποπτος. Η αύξηση των ανα-

γνωρίσεων υπόπτων στις μονά τυφλές δοκιμασίες συνοδεύεται από μείωση των αναγνωρίσεων άσχετων ατόμων (Kovera & EVELO, 2017). Ουσιαστικά, οι μάρτυρες που θα είχαν επιλέξει ένα άσχετο άτομο, αν δεν είχαν επηρεαστεί από τον διαχειριστή, επιλέγουν τελικά τον ύποπτο όταν ο διαχειριστής γνωρίζει ποιος είναι ο ύποπτος.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Συνολικά, οι μελέτες των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων σε δύο προσομοιωμένα νομικά πλαίσια, τη διαδικασία της επιλογής ενόρκων και τη διεξαγωγή διαδικασιών αναγνώρισης υπόπτων από αυτόπτες μάρτυρες, εισήγαγαν μεροληψία στη λήψη νομικών αποφάσεων μέσω των προσδοκιών των άλλων. Στη διαδικασία της επιλογής ενόρκων, οι προσδοκίες των δικηγόρων σχετικά με τις στάσεις που είχαν οι δυνητικοί ενόρκοι άλλαξαν τις αυτοαναφερόμενες στάσεις των ενόρκων απέναντι στη θανατική ποινή. Αυτές οι τυχαία κατανεμημένες προσδοκίες επηρέασαν, επίσης, τις αντιλήψεις των δικηγόρων σχετικά με τις μεροληψίες των υποψήφιων ενόρκων, παρά το γεγονός ότι οι δικηγόροι είχαν τη δυνατότητα να συλλέξουν πληροφορίες που θα μπορούσαν όντως να έχουν επιβεβαιώσει τις προσδοκίες τους. Πράγματι, οι προσδοκίες των δικηγόρων επηρέασαν τον τρόπο με τον οποίο έγιναν αντιληπτές οι στάσεις των υποψήφιων ενόρκων, ακόμη και όταν απομονώσαμε την αλλαγή των στάσεων των υποψήφιων ενόρκων, που ήταν ένα υποπροϊόν της υποβολής ερωτήσεων κατά τη διαδικασία επιλογής ενόρκων, καθώς και των αξιολογήσεων των παρατηρητών για την προτίμηση που μαρτυρά η συμπεριφορά των υποψήφιων ενόρκων στο συζητητικό νομικό σύστημα (υπέρ της δίωξης ή υπέρ της υπεράσπισης του κατηγορούμενου). Στις διαδικασίες αναγνώρισης, οι προσδοκίες των διαχειριστών των αναγνωριστικών παρατάξεων υπόπτων αύξησαν τα ποσοστά της εσφαλμένης αναγνώρισης αθώων υπόπτων. Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι απαιτούνται μεταρρυθμίσεις –όπως η διπλά τυφλή διεξαγωγή της δοκιμασίας της αναγνωριστικής παράταξης υπόπτων– για να μειωθεί η επιρροή των διαπροσωπικών προσδοκιών στις νομικές αποφάσεις.

Επιπλέον, τα δύο αυτά ερευνητικά προγράμματα μας υπενθυμίζουν τη σπουδαιότητα της μελέτης του ρόλου της κοινωνικής αλληλεπίδρασης στη λήψη αποφάσεων στο νομικό πλαίσιο. Εκτός από το μικρό μερίδιο των μελετών που βασίζονται σε μια προσομοίωση του σώματος ενόρκων και περιλαμβάνουν διαδικασίες διαβούλευσης, πολύ λίγες μελέτες στο σημείο σύγκλισης της κοινωνικής ψυχολογίας και του δικαίου επιτρέπουν την κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων. Είναι δύσκολο να βρούμε μελέτες που περιλαμβάνουν τη συμπεριφορά είτε ως χειρισμό ανεξάρτητης μεταβλητής είτε ως εξαρτημένη μεταβλητή. Αυτή η παραμέληση της συμπεριφοράς στον σχεδιασμό πειραματικών

μελετών δεν αφορά αποκλειστικά την κοινωνιοψυχολογική μελέτη του δικαίου. Μια παρόμοια παραμέληση είναι έκδηλη γενικότερα στον κλάδο (Baumeister, Vohs, & Funder, 2007). Δεδομένου ότι βασιζόμαστε ολοένα περισσότερο σε σύντομες διαδικτυακές έρευνες που διεξάγονται με δείγματα από το Mechanical Turk της Amazon, ως εμπειρικά στοιχεία συγκεντρωμένα για τον έλεγχο κοινωνιοψυχολογικών υποθέσεων (Anderson, Allen, Plante, Quigley-McBride, Lovett, & Rokkum, 2019), κινδυνεύουμε να παραβλέψουμε την επιρροή σημαντικών μεταβλητών που επηρεάζουν τα φαινόμενα που φιλοδοξούμε να κατανοήσουμε. Είναι ενθαρρυντικό ότι πολλά κεφάλαια σε αυτόν τον τόμο περιγράφουν ερευνητικά προγράμματα που είτε αναγνώρισαν τη σημασία της κοινωνικής αλληλεπίδρασης για την κατανόηση συγκεκριμένων φαινομένων (π.χ. οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις με πρόσωπα δεσμού δημιουργούν πρότυπα προσδοκιών, συναισθημάτων και συμπεριφορών αναφορικά με τις σχέσεις· Mikulincer & Shaver, σε αυτόν τον τόμο· ο ρόλος της διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης στην επικοινωνία της κουλτούρας ενός χώρου εργασίας όσον αφορά στην ένταξη· Schmader, Bergsieker, & Hall, σε αυτόν τον τόμο) είτε μέτρησαν ιδιότητες της κοινωνικής αλληλεπίδρασης με σκοπό την πρόβλεψη της συμπεριφοράς (π.χ. διαπροσωπικός συγχρονισμός μεταξύ θεραπευτή και πελάτη· Kooze, σε αυτόν τον τόμο· η κοινωνική απόρριψη από μη επιθετικούς συνομηλικούς σχετίζεται με την επιθετική συμπεριφορά· Krahe, Tschacher, Butler, Dikker, & Wilderjans, σε αυτόν τον τόμο). Πάνω απ' όλα, προσπαθούμε να εισαγάγουμε στους πειραματικούς σχεδιασμούς χειρισμούς της συμπεριφοράς που αναμένεται να επηρεάσουν τις συμπεριφορές και τις νομικές αποφάσεις. Λαμβάνοντας εμπρόθετα την απόφαση να εισαγάγουμε τη συμπεριφορά στα πειράματά μας και να εγγράψουμε τις διερευνήσεις μας στο πλαίσιο των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων, διευρύνουμε τα ερευνητικά ερωτήματά μας πέρα από εκείνα που μπορούν να μελετηθούν με εύκολα πειραματικά υποδείγματα που απαιτούν από τους συμμετέχοντες απλώς να διαβάσουν κάποια ερευνητικά ερεθίσματα και να κυκλώσουν αριθμούς σε ένα ερωτηματολόγιο, και αποκτούμε έτσι νέες γνώσεις σχετικά με τη λήψη αποφάσεων σε ένα νομικό πλαίσιο.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΣ

Το υλικό αυτού του κεφαλαίου βασίζεται σε εργασίες που υποστηρίχθηκαν από το Εθνικό Ίδρυμα Επιστημών (National Science Foundation· Grant Numbers SBE# 0520617, 0921408, 0922314 και 1728938). Οι απόψεις, τα ευρήματα, τα συμπεράσματα ή οι συστάσεις που εκφράζονται σε αυτό το κεφάλαιο ανήκουν στη συγγραφέα και δεν αντιπροσωπεύουν απαραίτητα τις απόψεις του Εθνικού Ιδρύματος Επιστημών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Anderson, C. A., Allen, J. J., Plante, C., Quigley-McBride, A., Lovett, A., & Rokkum, J. N. (2019). The MTurkification of social and personality psychology. *Personality and Social Psychology Bulletin, 45*, 842-850.
- Batson v. Kentucky, 476 U.S. 79 (1986).
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Funder, D. C. (2007). Psychology as the science of self-reports and finger movements: Whatever happened to actual behavior? *Perspectives on Psychological Science, 2*, 396-403.
- Bornstein, B. H. (2017). Jury simulation research: Pros, cons, trends, and alternatives. In M. B. Kovera (Ed.), *The psychology of juries* (pp. 207-226). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Cooper, J., & Fazio, R. H. (1984). A new look at dissonance theory. *Advances in Experimental Social Psychology, 17*, 229-266. doi:10.1016/S0065-2601(08)60121-5
- Crocker, C. B., & Kovera, M. B. (2010). The effects of rehabilitative voir dire on juror bias and decision making. *Law and Human Behavior, 34*, 212-226. doi:10.1007/s10979-009-9193-9
- Cutler, B. L., & Kovera, M. B. (2010). *Evaluating eyewitness identification*. New York: Oxford University Press.
- Deffenbacher, K. A., Bornstein, B. H., McGorty, E. K., & Penrod, S. D. (2008). Forgetting the once-seen face: Estimating the strength of an eyewitness's memory representation. *Journal of Experimental Psychology: Applied, 14*, 139-150. doi:10.1037/1076-898X.14.2.139.
- Dexter, H. R., Cutler, B. L., & Moran, G. (1992). A test of voir dire as a remedy for the prejudicial effects of pretrial publicity. *Journal of Applied Social Psychology, 22*, 819-832. doi:10.1111/j.1559-1816.1992.tb00926.x
- Elliot, A. J., & Devine, P. G. (1994). On the motivational nature of cognitive dissonance: Dissonance as psychological discomfort. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 382-394. doi:10.1037/0022-3514.67.3.382
- Evelo, A. J., Zimmerman, D. A., Rhead, L. M., Chorn, J. A., & Kovera, M. B. (2019). *Administrators in single-blind lineups bias results toward the suspect despite cognitive constraints* (Unpublished manuscript). City University of New York.
- Fein, S., McCloskey, A. L., & Tomlinson, T. M. (1997). Can the jury disregard that information? The use of suspicion to reduce the prejudicial effects of pretrial publicity and inadmissible testimony. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*, 1215-1226.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Greathouse, S. M., & Kovera, M. B. (2009). Instruction bias and lineup presentation moderate the effects of administrator knowledge on eyewitness identification. *Law and Human Behavior, 33*, 70-82. doi:10.1007/s10979-008-9136-x
- Greathouse, S. M., Sothmann, F. C., Levett, L. M., & Kovera, M. B. (2011). The potentially biasing effects of voir dire in juvenile waiver cases. *Law and Human Behavior, 35*, 427-439. doi:10.1007/s10979-010-9247-z
- Halverson, A. M., Hallahan, M., Hart, A. J., & Rosenthal, R. (1997). Reducing the biasing effects of judges' nonverbal behavior with simplified jury instruction. *Journal of Applied Psychology, 82*, 590-598. doi:10.1037/0021-9010.82.4.590
- Haney, C. (1984). On the selection of capital juries: The biasing effects of the deathqualification process. *Law and Human Behavior, 8*, 121-132. doi:10.1007/BF01044355
- Harris, M. J. & Rosenthal, R. (1985). Mediation of interpersonal expectancy effects: 31 meta-analyses. *Psychological Bulletin, 97*, 363-386. doi:10.1037/0033-2909.97.3.363

- Hart, A. J. (1995). Naturally occurring expectancy effects. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 109-115. doi:0.1037/0022-3514.68.1.109
- Hodgins, H., & Zuckerman, M. (1993). Beyond selecting information: Biases in spontaneous questions and resultant conclusions. *Journal of Experimental Social Psychology, 5*, 387-407. doi:10.1006/jesp.1993.1018
- J. E. B. v. Alabama ex rel. T. B., 511 U.S. 127 (1994).
- Johnson, C., & Haney, C. (1994). Felony voir dire: An exploratory study of its content and effect. *Law and Human Behavior, 18*, 487-506.
- Jones, S. E. (1987). Judgeversus attorney-conducted voir dire: An empirical investigation of juror candor. *Law and Human Behavior, 11*, 131-146. doi:10.1007/BF01040446
- Kovera, M. B., & Austin, J. L. (2016). Juror bias: Moving from assessment and prediction to a new generation of jury selection research. In C. Willis-Esqueda & B. H. Bornstein (Eds.), *The witness stand and Lawrence S. Wrightsman, Jr.* (pp. 75-94). New York: Springer.
- Kovera, M. B. & Cutler, B. L. (2013). *Jury selection*. New York: Oxford University Press.
- Kovera, M. B., & Evelo, A. J. (2017). The case for double-blind lineup administration. *Psychology, Public Policy and Law, 23*, 421-437. doi:10.1037/law0000139
- Kovera, M. B., Greathouse, S. M., Otis, C. C., Kennard, J. B., Chorn, J. L., & Kovera, M. B. (2014). *Attorney expectations influence the voir dire process* (Unpublished manuscript). City University of New York.
- Kovera, M. B., Kennard, J. B., Otis, C. C., Chorn, J. L., & Zimmerman, D. M. (2019). *Behavioral confirmation in voir dire: Effects on jury selection and verdict choices* (Unpublished manuscript). City University of New York.
- Kovera, M. B., & Levett, L. M. (2015). Jury decision making. In B. L. Cutler & P. A. Zapf (Eds.), *APA handbook of forensic psychology, Vol. 2: Criminal investigation, adjudication, and sentencing outcomes* (pp. 271-311). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Meissner, C. A., & Brigham, J. C. (2001). Thirty years of investigating the own-race bias in memory for faces: A meta-analytic review. *Psychology, Public Policy, and Law, 7*, 972-984.
- Middendorf, K., & Luginbuhl, J. (1995). The value of a nondirective voir dire style in jury selection. *Criminal Justice and Behavior, 22*, 129-151. doi:10.1177/009385489502 2002003
- Olczak, P. V., Kaplan, M. F., & Penrod, S. (1991). Attorneys' lay psychology and its effectiveness in selecting jurors: Three empirical studies. *Journal of Social Behavior & Personality, 6*, 431-452.
- Orne, M. T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. *American Psychologist, 17*, 776-783. doi:10.1037/h0043424
- Otis, C. C., Greathouse, S. M., Kennard, J. B., & Kovera, M. B. (2014). Hypothesis testing in attorney-conducted voir dire. *Law and Human Behavior, 38*, 392-404. doi:10.1037/lhb0000092
- Platz, S. J., & Hosch, H. M. (1988). Cross-racial/ethnic eyewitness identification: A field study. *Journal of Applied Social Psychology, 18*, 972-984.
- Rosenthal, R. (2002). Covert communication in classrooms, clinics, courtrooms, and cubicles. *American Psychologist, 57*, 839-849. doi:10.1037/0003-066X.57.11.839
- Rosenthal, R. & Fode, K. L. (1963a). Psychology of the scientist: V. Three experiments in experimenter bias. *Psychological Reports, 12*, 491-511. doi:10.2466/pr0.1963.12.2.491
- Rosenthal, R., & Fode, K. L. (1963b). The effect of experimenter bias on the performance of the albino rat. *Behavioral Science, 8*, 183-189. doi:10.1002/bs.3830080302

- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). Pygmalion in the classroom. *The Urban Review*, 3, 16-20. doi:10.1007/BF02322211
- Rosenthal, R., & Rosnow, R. L. (1984). *Essentials of behavioral research: Methods and data analysis*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasiexperimental designs for generalized causal inference*. Boston, MA: Wadsworth Publishing.
- Skov, R. B., & Sherman, S. J. (1986). Information-gathering processes: Diagnosticity, hypothesis-confirmatory strategies, and perceived hypothesis confirmation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 93-121. doi:10.1016/0022-1031(86)90031-4
- Snyder, M., & Haugen, J. A. (1994). Why does behavioral confirmation occur? A functional perspective on the role of the perceiver. *Journal of Experimental Social Psychology*, 30, 218-246. doi:10.1006/jesp.1994.1011
- Snyder, M., & Swann, W. B. (1978). Hypothesis-testing processes in social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 1202-1212. doi:10.1037/0022-3514.36.1.1202
- Snyder, M., Tanke, E. D., & Berscheid, E. (1977). Social perception and interpersonal behavior: On the self-fulfilling nature of social stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 656-666. doi:10.1037/0022-3514.35.9.656
- Sommers, S. R., & Norton, M. I. (2007). Race-based judgments, race-neutral justifications: Experimental examination of peremptory use and the Batson Challenge procedure. *Law and Human Behavior*, 31, 261-273.
- Stebly, N. M., Besirevic, J., Fulero, S. M., & Jimenez-Lorente, B. (1999). The effects of pretrial publicity on juror verdicts: A meta-analytic review. *Law and Human Behavior*, 23, 219-235.
- Stukas, A., & Snyder, M. (2002). Targets' awareness of expectations and behavioral confirmation in ongoing interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38, 31-40. doi:10.1006/jesp.2001.1487
- Trope, Y., & Liberman, A. (1996). Social hypothesis-testing: Cognitive and motivational mechanisms. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 239-270). New York: Guilford Press.
- Trusz, S., & Bąbel, P. (2016). Two perspectives on expectancies. In S. Trusz & P. Bąbel (Eds.), *Interpersonal and intrapersonal expectancies* (pp. 1-19). New York, NY: Routledge.
- Visher, C. A. (1987). Juror decision making: The importance of evidence. *Law and Human Behavior*, 11, 1-17.
- Vitriol, J. A., & Kovera, M. B. (2018). Exposure to capital voir dire may not increase convictions despite increasing pretrial presumption of guilt. *Law and Human Behavior*, 42, 472-483. doi:10.1037/lhb0000304
- Weber, S. J., & Cook, T. D. (1972). Subject effect in laboratory research: An examination of subject roles, demand characteristics, and valid inference. *Psychological Bulletin*, 4, 273-295. doi:10.1037/h0032351
- Wells, G. L., Kovera, M. B., Douglass, A. B., Brewer, N., Meissner, C. A., & Wixted, J. (2020). Policy and procedure recommendations for the collection and preservation of eyewitness identification evidence. *Law and Human Behavior*.
- Wells, G. L., Small, M., Penrod, S., Malpass, R. S., Fulero, S. M., & Brimacombe, C. A. E. (1998). Eyewitness identification procedures: Recommendations for lineups and photospreads. *Law and Human Behavior*, 22, 603-647.
- Wells, G. L., Steblay, N. K., & Dysart, J. E. (2015). Double-blind photo lineups using actual eyewitnesses: An experimental test of a sequential versus simultaneous lineup procedure. *Law and Human Behavior*, 39, 1-14.

- Wells, G. L., Yang, Y., & Smalarz, L. (2015). Eyewitness identification: Bayesian information gain, base-rate effect equivalency curves, and reasonable suspicion. *Law and Human Behavior, 39*, 99-122. doi:10.1037/lhb0000125
- Wrightsmann, L. S. (1987). The jury on trial: Comparing legal assumptions with psychological evidence. In N. E. Grunberg, R. E. Nisbett, J. Rodin, & J. E. Singer (Eds.), *A distinctive approach to psychological research: The influence of Stanley Schachter* (pp. 27-45). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Zimmerman, D. M., Chorn, J. A., Rhead, L. M., Evelo, A. J., & Kovera, M. B. (2017). Memory strength and lineup presentation moderate effects of administrator influence on mistaken identifications. *Journal of Experimental Psychology: Applied, 23*, 460-473. doi:10.1037/xap0000147
- Zimmerman, D. M., Otis, C. C., Kennard, J. B., Chorn, J. A., & Kovera, M. B. (2019). *Behavioral confirmation during voir dire: The effects of biased voir dire questions on juror decision-making* (Unpublished manuscript). City University of New York.

ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΑ ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ;

Ethan Kross και Susannah Chandhok

Η εμφάνιση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Facebook, άλλαξε ταχύτατα τον τρόπο αλληλεπίδρασης των ανθρώπων. Με το πάτημα ενός κουμπιού, οι άνθρωποι μπορούν πλέον να μοιραστούν τις πιο βαθιές σκέψεις τους και τα πιο προσωπικά συναισθήματά τους με άπειρους ανθρώπους. Με μια ανεπαίσθητη σάρωση της οθόνης του smartphone προς τα κάτω, μια ανεξάντλητη σειρά από ενημερώσεις για τη ζωή άλλων ανθρώπων ξεπηδά από μια απίστευτα πολυπληθή ροή ειδήσεων.

Αυτά τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα των μέσων κοινωνικής δικτύωσης δεν αφορούν αποκλειστικά μια κλειστή ομάδα φανατικών οπαδών της τεχνολογίας: έχουν υιοθετηθεί ευρύτατα από ολόκληρη την ανθρωπότητα. Πράγματι, τη στιγμή που γράφουμε αυτό το κεφάλαιο, περίπου 2,8 δισεκατομμύρια άνθρωποι χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, κι ο αριθμός αυτός προβλέπεται ότι θα συνεχίσει να αυξάνεται (Statista, 2019). Επιπλέον, ο μέσος χρήστης αφιερώνει περίπου 50 λεπτά την ημέρα στο Facebook, το Instagram και το Facebook Messenger (Stewart, 2016).

Ποια είναι, όμως, η συνέπεια –αν υπάρχει κάποια συνέπεια– της εμπλοκής με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στο πώς αισθάνονται οι άνθρωποι; Όταν αυτό το ζήτημα κίνησε την περιέργεια τόσο τη δική μας όσο κι εκείνη των συνεργατών μας, στα τέλη της δεκαετίας του 2000, κάναμε αυτό που κάνουν οι περισσότεροι ερευνητές όταν αποκτούν ενδιαφέρον για ένα νέο θέμα: πραγματοποιήσαμε μια βιβλιογραφική επισκόπηση. Τότε ήρθαμε αντιμέτωποι με αυτό που τώρα αποκαλούμε *Ο Γρίφος*.

Από τη μία πλευρά, αρκετές μελέτες αποκάλυψαν αρνητικές συγχρονικές συσχετίσεις ανάμεσα στην αυτοαναφερόμενη χρήση του Facebook και στη συναι-

σθηματική ευημερία (Farahani, Kazemi, Aghamohamadi, Bakhtiarvand, & Ansari, 2011· Labrague, 2014· Pantic et al., 2012). Άλλες μελέτες, βέβαια, αποκάλυψαν το αντίθετο (Datu, Valdez, & Datu, 2012· Ellison, Steinfield, & Lampe, 2007· Nabi, Prestin, & So, 2013· Valenzuela, Park, & Kee, 2009). Κάποιες εργασίες πάλι υποστήριξαν ότι η σχέση ανάμεσα στη χρήση του Facebook και στην ευημερία χαρακτηρίζεται από πιο έντονες διαφοροποιήσεις, καθώς εξαρτάται από πρόσθετους παράγοντες, όπως οι ατομικές διαφορές στο θέμα της μοναξιάς (Kim, LaRose, & Peng, 2009) ή ο αριθμός φίλων στο Facebook που έχει ο καθένας (Manago, Taylor, & Greenfield, 2012). Στο τέλος της βιβλιογραφικής επισκόπησης, βρεθήκαμε με περισσότερα ερωτήματα παρά απαντήσεις.

Σε αυτό το κεφάλαιο, θα κάνουμε μια επισκόπηση των εργασιών που έχουμε πραγματοποιήσει εμείς και άλλοι συνάδελφοι σε μια συστηματική προσπάθεια να λύσουμε αυτόν τον γρίφο την τελευταία δεκαετία. Ξεκινάμε παρέχοντας μια σύντομη επισκόπηση της έρευνας σχετικά με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και την ευημερία, τονίζοντας τις εννοιολογικές και μεθοδολογικές προκλήσεις που εμπόδισαν τις πρώτες προσπάθειες να προβούν σε αξιόπιστα συμπεράσματα σχετικά με τις συσχετίσεις μεταξύ αυτών των μεταβλητών. Στη συνέχεια, θα περιγράψουμε ένα ερευνητικό πρόγραμμα σχεδιασμένο για να δώσει απαντήσεις σε αυτούς τους προβληματισμούς, εστιάζοντας στους μηχανισμούς που κρύβονται πίσω από τον τρόπο με τον οποίο δύο διαφορετικά είδη χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης –η ενεργητική και η παθητική χρήση– διαμορφώνουν τα συναισθήματα που βιώνουν οι άνθρωποι μέσα και έξω από το εργαστήριο. Στην προσπάθειά μας να μελετήσουμε εις βάθος αυτά τα ζητήματα, θα επικεντρώσουμε τη συζήτησή μας κυρίως στο Facebook, το μεγαλύτερο μέσο κοινωνικής δικτύωσης στον κόσμο, μιας κι έχει απασχολήσει το συντριπτικό κομμάτι της εμπειρικής προσοχής. Θα κλείσουμε το κεφάλαιο συζητώντας (α) πώς οι ερευνητές μπορούν να αντλήσουν συμπεράσματα σχετικά με το συναίσθημα βασιζόμενοι στα «μεγάλα δεδομένα» και (β) αν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να αξιοποιηθούν στρατηγικά για την πρόωθηση της ευημερίας.

ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ FACEBOOK ΚΑΙ ΕΥΗΜΕΡΙΑ: ΟΙ ΠΡΩΤΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ

Η χρήση του Facebook επηρεάζει την ψυχολογική ευημερία των ανθρώπων; Η επισκόπησης μας των πρώτων ερευνών που επικεντρώθηκαν σε αυτό το ερώτημα έφερε στην επιφάνεια δύο ζητήματα που δυσκόλεψαν την απάντηση. Πρώτον, σχεδόν όλες οι μελέτες που είχαν πραγματοποιηθεί γύρω από αυτό το θέμα περιλάμβαναν ένα στάδιο κατά το οποίο οι συμμετέχοντες καλούνταν να αναφέρουν οι ίδιοι πόσο χρησιμοποιούσαν το Facebook και πώς αισθάνονταν γενικά. Παρόλο που η χρήση μετρήσεων αυτοαναφοράς για τη μελέτη ορισμένων ειδών

ερωτημάτων έχει αδιαμφισβήτητη αξία, εξίσου καλά τεκμηριωμένοι είναι και οι προβληματισμοί σχετικά με τη χρήση τους για τη μέτρηση των συμπεριφορών και των συναισθημάτων των ανθρώπων από στιγμή σε στιγμή (για μια συζήτηση, βλ. Kahneman & Deaton, 2010· Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz, & Stone, 2004). Δεύτερον, η πλειονότητα των μελετών γύρω από αυτό το θέμα είχαν χρησιμοποιήσει συγχρονικούς, συσχετιστικούς ερευνητικούς σχεδιασμούς, που καθιστούσαν αδύνατη την εξαγωγή συμπερασμάτων σχετικά με την αιτιώδη ή πιθανή αιτιώδη σχέση ανάμεσα στη χρήση του Facebook και την ευημερία.

Ως ένα πρώτο βήμα για την υπέρβαση αυτών των περιορισμών, χρησιμοποιήσαμε την τεχνική της βιωματικής δειγματοληψίας (*experience sampling*), μια μεθοδολογία που θεωρείται ευρέως ο «χρυσός κανόνας» για την εκτίμηση της *in vivo* συμπεριφοράς και των ψυχολογικών εμπειριών μέσα στον χρόνο, καθώς και για την εξαγωγή συμπερασμάτων σχετικά με την πιθανή αιτιώδη αλληλουχία των συμβάντων μεταξύ των μεταβλητών (Bolger, Davis, & Rafaeli, 2003· Larson & Csikszentmihalyi, 2014). Συγκεκριμένα, επί αρκετούς μήνες, στέλναμε μηνύματα στο κινητό σε 82 συμμετέχοντες πέντε φορές την ημέρα από τις 10 π.μ. έως τα μεσάνυχτα, για 14 συνεχόμενες ημέρες, με αποτέλεσμα να συγκεντρώσουμε ένα σύνολο δεδομένων αποτελούμενο από 4.589 παρατηρήσεις. Κάθε φορά που στέλναμε ένα μήνυμα στους συμμετέχοντες, τους ζητούσαμε να αξιολογήσουν πόσο θετικά ή αρνητικά αισθάνονταν. Τους ζητούσαμε, επίσης, να αξιολογήσουν πόσο είχαν χρησιμοποιήσει το Facebook από την τελευταία φορά που τους στείλαμε μήνυμα. Στη συνέχεια, εξετάσαμε αν ο χρόνος που αφιέρωσαν οι συμμετέχοντες στη χρήση του Facebook προέβλεπε συστηματικά αλλαγές στο πώς αισθάνονταν από την αρχή εκείνης της χρονικής περιόδου έως το τέλος της.

Τα αποτελέσματά μας έδειξαν ότι όσο περισσότερο οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι χρησιμοποιούσαν το Facebook, για ένα ορισμένο χρονικό διάστημα, για παράδειγμα μεταξύ 9 π.μ. και 11 π.μ., τόσο περισσότερο η θετική διάθεσή τους μειωνόταν κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Διαπιστώσαμε, επίσης, ότι το αντίστροφο πρότυπο αποτελεσμάτων δεν ίσχυε –δηλαδή, το να μην αισθάνεται κάποιος καλά μια συγκεκριμένη στιγμή δεν προέβλεπε αύξηση της μετέπειτα χρήσης του Facebook. Ομοίως, καμία άλλη από τις ατομικές διαφορές που αξιολογήσαμε –π.χ. αριθμός φίλων στο Facebook, κίνητρο χρήσης του Facebook, ο τρόπος με τον οποίο αντιλαμβάνονταν το δίκτυό τους στο Facebook, το φύλο, η αυτοεκτίμηση, η μοναξιά ή τα συμπτώματα κατάθλιψης– δεν έπαιζε ρόλο ρυθμιστικής μεταβλητής.

Είναι σημαντικό ότι κάθε φορά που στέλναμε ένα μήνυμα στους συμμετέχοντες τους ζητούσαμε, επίσης, να αξιολογήσουν τον βαθμό στον οποίο είχαν αλληλεπιδράσει άμεσα με άλλα άτομα –π.χ. διά ζώσης ή μέσω τηλεφώνου– από την τελευταία φορά που τους στείλαμε μήνυμα, ώστε να αποκλειστεί το ενδε-

χόμενο τα αποτελέσματα να οφείλονται στις γενικότερες αλληλεπιδράσεις των συμμετεχόντων. Στην πραγματικότητα, οι αναλύσεις μας έδειξαν ότι η άμεση αλληλεπίδραση με άλλους ανθρώπους προέβλεπε το ακριβώς αντίθετο σύνολο αποτελεσμάτων – όσο περισσότερο οι άνθρωποι ανέφεραν ότι αλληλεπιδρούν άμεσα με άλλους ανθρώπους κατά τη διάρκεια μιας χρονικής περιόδου, τόσο περισσότερο η θετική διάθεσή τους αυξανόταν από την αρχή έως το τέλος αυτής της περιόδου (Kross et al., 2013).

Το άρθρο που ανέφερε αυτά τα αποτελέσματα πυροδότησε μια σειρά από σχόλια (π.χ. Bohannon, 2013· Konnikova, 2013). Στη συνέχεια, ανέκυψε ένα βασικό ερώτημα: πώς η χρήση του Facebook υπονομεύει την υποκειμενική ευημερία των χρηστών; Για να απαντήσουμε σε αυτό το ερώτημα, στρέψαμε την προσοχή μας στους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν στο Facebook και πώς αυτοί οι τρόποι μπορούν να επηρεάσουν διαφορετικά το πώς αισθάνονται οι χρήστες.

Προηγούμενες έρευνες είχαν διακρίνει δύο μεγάλες κατηγορίες χρήσης του Facebook: παθητική και ενεργητική χρήση (Burke, Marlow, & Lento, 2010· Deters & Mehl, 2013· Krasnova, Wenninger, Widjaja, & Buxmann, 2013). Η παθητική χρήση αναφέρεται στην ηδονοβλεπτική κατανάλωση πληροφοριών σε ένα μέσο κοινωνικής δικτύωσης – για παράδειγμα, όταν περιηγείστε στη ροή ειδήσεων για να ρίξετε μια ματιά στη ζωή των άλλων, χωρίς εσείς οι ίδιοι να παράγετε κάποια πληροφορία. Η ενεργητική χρήση, από την άλλη πλευρά, περιλαμβάνει την παραγωγή πληροφοριών στον ιστότοπο, καθώς και την εμπλοκή σε άμεσες ανταλλαγές με τους άλλους – για παράδειγμα, συνομιλίες στο τσατ, μεταφόρτωση αναρτήσεων και εικόνων. Περνώντας στην επόμενη φάση της μελέτης, προβλέψαμε ότι η παθητική χρήση του Facebook μπορεί να ευθύνεται για τις αρνητικές συναισθηματικές επιπτώσεις του.

Βασίσαμε αυτή την πρόβλεψη στην ιδέα ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επιτρέπουν στους ανθρώπους να επιλέγουν τον τρόπο με τον οποίο παρουσιάζονται στους άλλους σε έναν βαθμό που δεν είναι εφικτός στην καθημερινή ζωή. Φυσικά, όλοι οι άνθρωποι προσέχουμε πάντα το πώς θα παρουσιάσουμε τον εαυτό μας στους άλλους σε διαφορετικούς βαθμούς (Goffman, 1956, 1963, 1967). Πράγματι, σε πολλές πρωτοποριακές μελέτες στην κοινωνιολογία, ο Goffman (1956, 1963, 1967) υποστήριξε ότι τα ανθρώπινα όντα έχουν την τάση να παρουσιάζουν τον εαυτό τους με κολακευτικούς όρους. Για παράδειγμα, οι περισσότεροι άνθρωποι σκέφτονται στρατηγικά τι ρούχα πρέπει να φορέσουν ανάλογα με το με ποιον πρόκειται να αλληλεπιδράσουν αργότερα μέσα στην ημέρα. Μια σημαντική συνάντηση μπορεί να απαιτεί επίσημο ένδυμα, ενώ μια συγκέντρωση φίλων πιο χαλαρό ντύσιμο. Ωστόσο, στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης η δυνατότητα διαχείρισης του τρόπου με τον οποίο παρουσιάζουμε τον εαυτό μας στους άλλους λαμβάνει μια νέα μορφή. Μας επιτρέπει να επιμεληθού-

με τον τρόπο με τον οποίο θα εμφανιστούμε στους άλλους σε βαθμό που στην πραγματικότητα δεν είναι δυνατός. Μπορούμε να προσθέσουμε φίλτρα στις φωτογραφίες μας, να επεξεργαστούμε προσεκτικά τις αναρτήσεις μας ή ακόμη και να τις στείλουμε σε φίλους μας, για να μας δώσουν την έγκρισή τους προτού τις κοινοποιήσουμε. Πράγματι, μια μελέτη διαπίστωσε ότι ένας βασικός λόγος για τον οποίο οι άνθρωποι χρησιμοποιούν το Facebook είναι για να εξυπηρετήσουν ανάγκες αυτοπαρουσίασης (Nadkarni & Hofmann, 2012).

Ποιος μπορεί να είναι, όμως, οι πραγματικές συναισθηματικές συνέπειες της περιήγησης σε έναν κόσμο γεμάτο στιγμιότυπα από τις καλοστημένες ζωές των άλλων ανθρώπων; Η κλασική έρευνα γύρω από τις κοινωνικές συγκρίσεις (Festinger, 1954· Goethals, 1986· Wood, 1996) δίνει μια σαφή απάντηση σε αυτό το ερώτημα: Όταν βρισκόμαστε εκτεθειμένοι στις απροσπέλαστες ωραιοποιημένες ζωές των άλλων, προβαίνουμε σε ανοδικές κοινωνικές συγκρίσεις οι οποίες καλλιεργούν τον φθόνο και μας κάνουν να αισθανόμαστε χειρότερα (Salovey & Rodin, 1984). Όπως υποστηρίζουν οι Blanton, Burrows και Regan (σε αυτόν τον τόμο) στο κεφάλαιό τους σχετικά με την ενσωμάτωση μηνυμάτων που θα μπορούσαν να προάγουν την υγεία στα ηλεκτρονικά παιχνίδια, ακόμη και μια υπερβολική ή «εξωπραγματική» εμπειρία με την τεχνολογία μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά στον πραγματικό κόσμο. Έτσι, ακόμη και όταν οι άνθρωποι γνωρίζουν ότι ένα προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης περιλαμβάνει προσθήκες που υπερβαίνουν κατά πολύ αυτό που μπορεί να επιτευχθεί στην πραγματικότητα, τέτοιες εμπειρίες μπορούν και πάλι να έχουν σημαντικές συνέπειες στην ευημερία.

Ελέγξαμε αυτές τις υποθέσεις διεξάγοντας δύο μελέτες (Verduyn et al., 2015). Στην πρώτη μελέτη, οι συμμετέχοντες, αφού προσήλθαν στο εργαστήριο, κατανεμήθηκαν τυχαία σε καθεμία από τις δύο συνθήκες: ενεργητική ή παθητική χρήση του Facebook για δέκα λεπτά. Στη συνέχεια, αξιολογήσαμε πώς αισθάνονταν οι συμμετέχοντες τόσο αμέσως μετά τον πειραματικό χειρισμό όσο και στο τέλος της ημέρας (με μια έρευνα γνώμης την οποία κλήθηκαν να συμπληρώσουν μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου).

Αμέσως μετά τον χειρισμό της ενεργητικής ή παθητικής χρήσης του Facebook, οι συμμετέχοντες στις δύο ομάδες δεν διέφεραν ως προς το πώς αισθάνονταν. Ωστόσο, μέχρι το τέλος της ημέρας, οι συμμετέχοντες στην ομάδα της παθητικής χρήσης του Facebook εμφάνισαν σημαντική πτώση του θετικού συναισθήματος σε σύγκριση τόσο με τα βασικά επίπεδα συναισθήματός τους όσο και με τα επίπεδα συναισθήματος που χαρακτηρίζαν στο τέλος της ημέρας τους ενεργητικούς χρήστες του Facebook. Η συνθήκη της ενεργητικής χρήσης του Facebook, αντίθετα, δεν παρουσίασε στατιστικώς σημαντικές διαφορές κατά τη διάρκεια των τριών αξιολογήσεων ως προς το πώς αισθάνονταν οι συμμετέχοντες.

Θα μπορούσε η μείωση των θετικών συναισθημάτων των παθητικών χρη-

στών του Facebook να οφείλεται στον φθόνο; Επίσης, θα μπορούσαν αυτά τα ευρήματα να αναπαραχθούν σε πλαίσια που θα μπορούσαν να εξασφαλίσουν μεγαλύτερη οικολογική εγκυρότητα; Επιστρέψαμε στη μέθοδο της βιωματικής δειγματοληψίας για να προσπαθήσουμε να απαντήσουμε σε αυτά τα ερωτήματα. Συγκεκριμένα, επαναλάβαμε την εφαρμογή του πρωτοκόλλου της βιωματικής δειγματοληψίας, το οποίο είχαμε χρησιμοποιήσει στην αρχική μελέτη μας (Kross et al., 2013), αλλά αυτή τη φορά ζητήσαμε από τους συμμετέχοντες να αξιολογήσουν τον βαθμό στον οποίο είχαν χρησιμοποιήσει το Facebook ενεργητικά και παθητικά από την τελευταία φορά που τους είχαμε στείλει ένα μήνυμα. Τους ζητήσαμε, επίσης, να αξιολογήσουν σε ποιον βαθμό ένιωθαν να φθονούν τους άλλους κάθε φορά που τους στέλναμε ένα μήνυμα.

Τα ευρήματά μας έδειξαν ότι τις περισσότερες φορές που οι άνθρωποι χρησιμοποιούσαν το Facebook το χρησιμοποιούσαν παθητικά. Στην πραγματικότητα, οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούσαν το Facebook παθητικά 50% περισσότερο απ' ό,τι ενεργητικά. Εκ των υστέρων, το εύρημα αυτό εξήγησε για ποιον λόγο παρατηρήσαμε μια φθίνουσα πορεία της συναισθηματικής ευημερίας σε σχέση με τη συνολική χρήση του Facebook στην πρώτη μελέτη μας (Kross et al. 2013) – με άλλα λόγια, τον περισσότερο χρόνο που οι άνθρωποι αφιέρωναν στο Facebook, το χρησιμοποιούσαν πιθανότατα με τρόπο επιζήμιο για τους ίδιους. Είναι πολύ σημαντικό ότι διαχρονικές αναλύσεις διαμεσολάβησης έδειξαν ότι η παθητική χρήση του Facebook μπορούσε να προβλέψει μια φθίνουσα πορεία της συναισθηματικής ευημερίας, και αυτό συνέβαινε μέσω της υποκίνησης αισθημάτων φθόνου. Αναπαράγοντας το εννοιολογικό πρότυπο των εργαστηριακών αποτελεσμάτων, η ενεργητική χρήση του Facebook, για άλλη μια φορά, δεν είχε κανέναν αντίκτυπο στα συναισθήματα των ανθρώπων.

Στο σύνολό τους, τα αποτελέσματα που προέκυψαν από αυτές τις αρχικές μελέτες άρχισαν να σκιαγραφούν ένα πορτρέτο που έδειχνε πώς η χρήση του Facebook επηρέαζε τη συναισθηματική ζωή των ανθρώπων: μια εικόνα που υποδήλωνε ότι τις περισσότερες φορές που οι άνθρωποι χρησιμοποιούν το Facebook το κάνουν παθητικά, κάτι που με τη σειρά του κάνει τους ανθρώπους να αισθάνονται φθόνο και προβλέπει μείωση της θετικής τους διάθεσης με την πάροδο του χρόνου.

Η ΚΑΤΑΜΕΤΡΗΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΦΟΡΤΙΣΜΕΝΩΝ ΛΕΞΕΩΝ ΠΡΟΑΓΕΙ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΓΕΝΙΚΑ;

Τα ευρήματα αυτά αμφισβητήθηκαν πρώτη φορά το 2014, όταν μια ομάδα ερευνητών δημοσίευσε ένα αμφιλεγόμενο πείραμα στο οποίο ο χειρισμός αφορούσε το ποσοστό των συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων με αρνητικό ή θετι-

κό πρόσημο που περιέχονταν στη ροή ειδήσεων 689.003 χρηστών του Facebook για μία εβδομάδα (Kramer, Guillory, & Hancock, 2014).¹ Οι ερευνητές, που ήταν επικεφαλής της μελέτης, ενδιαφέρονταν να εξετάσουν τον τρόπο με τον οποίο επικοινωνούνται τα συναισθήματα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης – δηλαδή, την ιδέα ότι τα συναισθήματα θα μπορούσαν να εξαπλωθούν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως μεταδίδονται οι ασθένειες μεταξύ των ανθρώπων που έρχονται σε φυσική επαφή. Προέβλεψαν ότι η επαφή, σε διαφορετικό βαθμό, με θετικές (ή αρνητικές) πληροφορίες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης θα έπρεπε να έχει ως αποτέλεσμα οι άνθρωποι να βιώνουν περισσότερα θετικά ή αρνητικά συναισθήματα στη ζωή τους. Πρότειναν επιπλέον ότι θα μπορούσαν να καταρτίσουν έναν κατάλογο με τις συναισθηματικές αντιδράσεις των ανθρώπων μετρώντας τον αριθμό των συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων που περιέχονται στις αναρτήσεις τους στο Facebook.

Ο Kramer και οι συνεργάτες του (2014) έλεγξαν την πρόβλεψή τους, χειριζόμενοι πειραματικά την ποσότητα των θετικά και αρνητικά συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων που περιέχονταν στη ροή ειδήσεων του Facebook των συμμετεχόντων για μία εβδομάδα. Όπως είχαν προβλέψει, παρατήρησαν μια στατιστικά σημαντική επίδραση του χειρισμού τους. Οι συμμετέχοντες που εκτέθηκαν σε ροές ειδήσεων που περιλάμβαναν περισσότερες (ή λιγότερες) θετικές (ή αρνητικές) λέξεις κατέληξαν να χρησιμοποιούν περισσότερες (ή λιγότερες) θετικές (ή αρνητικές) λέξεις στη δική τους ροή ειδήσεων. Οι ερευνητές θεώρησαν πως τα ευρήματά τους επαλήθευαν τις προβλέψεις τους, επισημαίνοντας πως «τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι τα συναισθήματα που εκφράζονται από άλλους στο Facebook επηρεάζουν τα δικά μας συναισθήματα, αποδεικνύοντας πειραματικά ότι τα κοινωνικά δίκτυα μπορούν πράγματι να αποτελέσουν κανάλι μετάδοσης συναισθημάτων, σε μαζικό επίπεδο» (Kramer et al., 2014).

Με μια πρώτη ματιά, τα ευρήματα αυτά διέψευδαν ευθέως τα ευρήματα που είχαν συγκεντρωθεί έως τότε (Kross et al., 2013· Turkle, 2011· Verduyn et al., 2015· Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015). Τα αποτελέσματα των δικών μας μελετών πρότειναν ότι η έκθεση σε θετικές πληροφορίες από τη ροή ειδήσεων άλλων ανθρώπων υποκινεί μια διαδικασία κοινωνικής σύγκρισης που κάνει τους ανθρώπους να αισθάνονται χειρότερα, όχι μια διαδικασία συναισθηματικής μετάδοσης που ενισχύει το πόσο καλά αισθάνονται οι άνθρωποι.

Ωστόσο, υπήρχε μια σημαντική διαφορά στη διαμόρφωση των δύο ερευνητικών κατευθύνσεων. Σε προηγούμενες μελέτες για το Facebook και την ευημερία, η συναισθηματική ευημερία αξιολογούνταν ρωτώντας ευθέως τους συμμετέχο-

1. Ο αμφιλεγόμενος χαρακτήρας του πειράματος είχε να κάνει με το γεγονός ότι οι χρήστες του Facebook αγνοούσαν ότι συμμετείχαν σε αυτό το πείραμα (Kosinski, Matz, Gosling, Popov, & Stillwell, 2015· Puschmann & Bozdag, 2014· Shaw, 2016).

ντες πώς αισθάνονταν. Παρ' όλες τις επιφυλάξεις σχετικά με τα εργαλεία μέτρησης τα οποία βασίζονται στην αυτοαναφορά, το να ρωτάμε τους ανθρώπους πώς αισθάνονται παραμένει το τυπικό εργαλείο για την αξιολόγηση των υποκειμενικών εμπειριών (Kahneman et al., 2004· Kahneman & Riis, 2005). Στην προαναφερθείσα μελέτη, ωστόσο, οι συγγραφείς υπέθεσαν ότι η καταμέτρηση του αριθμού των λέξεων με συναισθηματική φόρτιση που περιέχονταν στις αναρτήσεις των συμμετεχόντων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης θα παρείχε ένα εξίσου έγκυρο εργαλείο για την εξαγωγή συμπερασμάτων σχετικών με τη συναισθηματική εμπειρία των ανθρώπων. Ήταν, όμως, εύλογη αυτή η υπόθεση; Λίγο μετά τη δημοσίευση της μελέτης του Kramer, παρατηρήσαμε ότι υπήρχαν τρεις βασικοί λόγοι για να αμφισβητήσουμε την εγκυρότητά της.

Πρώτον, οι μέθοδοι καταμέτρησης λέξεων δεν λαμβάνουν υπόψη τους το πλαίσιο. Σκεφτείτε, για παράδειγμα, τις ακόλουθες δύο δηλώσεις: «Νιώθω τόσο υπέροχα» και «Δεν αισθάνομαι υπέροχα». Ένας αλγόριθμος καταμέτρησης λέξεων που μετράει το ποσοστό θετικών λέξεων που περιέχονται σε καθεμία από αυτές τις δηλώσεις θα παρήγαγε το ίδιο αποτέλεσμα -20% (μία στις πέντε λέξεις σε κάθε δήλωση είναι μια λέξη με θετικό συναισθηματικό πρόσημο)-, παρόλο που οι δύο δηλώσεις μεταφέρουν το αντίθετο νόημα.

Δεύτερον, έχει τεκμηριωθεί επαρκώς ότι οι άνθρωποι τείνουν να αυτοπαρουσιάζονται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με τρόπους που μπορεί να μην είναι ακριβείς ή αυθεντικοί (Nadkarni & Hofmann, 2012· Walther, Van Der Heide, Ramirez, Burgoon, & Peña, 2015). Για παράδειγμα, ως αντίδραση στην πληροφορία ότι ένας συνάδελφος πήρε προαγωγή στη δουλειά του, κάποιος μπορεί να γράψει: «Τι τέλεια νέα», αλλά στην πραγματικότητα να μην αισθάνεται καθόλου χαρούμενος για τον συνάδελφό του. Είναι, επίσης, εξίσου πιθανό οι άνθρωποι να προσπαθούν απλώς να μιμηθούν το πρόσωπο με το οποίο αλληλεπιδρούν, για να ενισχύσουν τη μεταξύ τους σύνδεση, μια κοινή τεχνική στις πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπιδράσεις (Chartrand & Bargh, 1999· Chartrand & Jefferis, 2003). Επομένως, υποστηρίξαμε ότι ήταν επίσης πιθανό κάποιος να πει κάτι στο διαδίκτυο το οποίο εκ πρώτης όψεως να μεταφέρει ένα θετικό (ή αρνητικό) συναίσθημα, αλλά να μη συσχετίζεται με το πώς πραγματικά αισθάνεται.

Τέλος, οι παραπάνω εννοιολογικοί προβληματισμοί επιβαρύνονταν από το γεγονός ότι δεν υπήρχαν στοιχεία που να επιβεβαιώνουν την ιδέα ότι η καταμέτρηση των συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποτυπώνει πώς πραγματικά αισθάνονται οι άνθρωποι. Ορισμένες μελέτες, μάλιστα, είχαν εξετάσει τη συσχέτιση ανάμεσα στη χρήση συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στις αξιολογήσεις των κριτών όσον αφορά τη συναισθηματικότητα των αναρτήσεων των συμμετεχόντων. Αν όμως οι αναρτήσεις των συμμετεχόντων δεν εκφράζουν με ειλικρίνεια

το πώς αισθάνονται, τότε δεν υπάρχει κανένας λόγος να περιμένουμε από τους κριτές να μπορούν να κατηγοριοποιήσουν με ακρίβεια τις αναρτήσεις των συμμετεχόντων (για πρόσθετους προβληματισμούς γύρω από την επικύρωση, βλ. Kross et al., 2018).

Επομένως, η χρήση συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων στις αναρτήσεις αντικατοπτρίζει πραγματικά το πώς αισθάνονται οι άνθρωποι; Για να απαντήσουμε σε αυτό το ερώτημα, συνδυάσαμε συνολικά δεδομένα τεσσάρων βιωματικών δειγματοληψιών, τα οποία περιείχαν δύο είδη πληροφοριών: (α) αυτοαναφορές των συμμετεχόντων για το πώς αισθάνονταν κατά τη διάρκεια της ημέρας και (β) τις αναρτήσεις τους στον τοίχο τους στο Facebook, που αντιστοιχούσαν στην ίδια χρονική περίοδο για την οποία είχαν αξιολογήσει τα συναισθήματά τους (Kross et al., 2018). Για κάθε συμμετέχοντα, υπολογίσαμε το ποσοστό των θετικών ή αρνητικών φορτισμένων λέξεων που περιείχονταν στις αναρτήσεις και, στη συνέχεια, εξετάσαμε αν αυτές συσχετιζόνταν με το πώς οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι αισθάνονταν την ίδια περίπου ώρα που έκαναν καθεμία από τις αναρτήσεις. Ανεξάρτητα από το πώς αναλύσαμε τα δεδομένα, τα αποτελέσματά μας δεν αποκάλυψαν καμία στατιστικώς σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στη χρήση συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων από τους συμμετέχοντες στις αναρτήσεις τους στο Facebook και στις αυτοαναφορές τους για το πώς ένιωθαν – ένα σύνολο ευρημάτων τα οποία αμφισβητούν το κατά πόσο είναι δυαντόν οι ερευνητές να εξάγουν συμπεράσματα σχετικά με τις συναισθηματικές καταστάσεις των ανθρώπων απλώς και μόνο μετρώντας τον αριθμό των συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων που περιέχονται στις διαδικτυακές αναρτήσεις τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (για μια εννοιολογική αναπαραγωγή της έρευνας, βλ. Sun, Schwartz, Son, Kern, & Vazire, υπό έκδοση).

ΤΟ ΕΥΡΥΤΕΡΟ ΤΟΠΙΟ

Μεταξύ 2004 και 2012, δημοσιεύτηκαν 412 μελέτες με θέμα το Facebook. Ωστόσο, κανένα από αυτά τα άρθρα δεν εξετάζει τη σχέση ανάμεσα στη χρήση του Facebook και στις αλλαγές στην ευημερία των ανθρώπων με την πάροδο του χρόνου. Έκτοτε, η βιβλιογραφία γύρω από το θέμα έχει αυξηθεί σημαντικά. Το 2017, μελετήσαμε εκ νέου αυτή τη βιβλιογραφία, εστιάζοντας συγκεκριμένα στις διαχρονικές και πειραματικές μελέτες που είχαν εξετάσει τη σχέση ανάμεσα στη χρήση του Facebook και στην ευημερία έως τότε (Verduyn, Ybarra, Résibois, Jonides, & Kross, 2017). Καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι η παθητική χρήση του Facebook ήταν ισχυρός προγνωστικός δείκτης της μείωσης της συναισθηματικής ευημερίας, ενώ η σχέση ανάμεσα στην ενεργητική χρήση του Facebook και στην ευημερία ήταν πιο ισχνή. Παρόλο που σε κάποιες περιπτώσεις παρατηρήθηκε

θετική συσχέτιση ανάμεσα στην ενεργητική χρήση του Facebook και τη βελτίωση της ευημερίας, πολλές έρευνες φάνηκε να καταλήγουν σε διαφορετικό αποτέλεσμα.

Από την επισκόπησή μας του 2017, έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές συμπληρωματικές μεγάλης κλίμακας μελέτες, τα αποτελέσματα των οποίων ευθυγραμμίζονται σε μεγάλο βαθμό με τα παραπάνω συμπεράσματα. Για παράδειγμα, ο Tromholtz (2016) κατένειμε τυχαία πάνω από χίλιους Δανούς συμμετέχοντες είτε σε μια συνθήκη χρήσης του Facebook με τον συνήθη τρόπο είτε σε μια συνθήκη στην οποία έπαιαν εντελώς να το χρησιμοποιούν. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η αποχή από το Facebook οδήγησε σε αύξηση τόσο της γνωστικής όσο και της συναισθηματικής ευημερίας (βλ. επίσης Mosquera, Odunowo, McNamara, Guo, & Petrie, 2018· και Allcott, Braghieri, Eichmeyer, & Gentzkow, 2019).

Το 2018, οι ερευνητές στο Πανεπιστήμιο της Πενσυλβάνια υιοθέτησαν μια ελαφρώς διαφορετική προσέγγιση, για να εξετάσουν πειραματικά τις επιδράσεις της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στη συναισθηματικότητα (Hunt, Marx, Lipson, & Young, 2018). Αντί να χρησιμοποιήσουν ένα πειραματικό υπόδειγμα αποστέρησης, που διακόπτει εξ ολοκλήρου τη χρήση του Facebook από τους συμμετέχοντες, κατένειμαν τυχαία 143 συμμετέχοντες σε δύο συνθήκες, όπου είτε συνέχιζαν να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ως συνήθως είτε περιόριζαν τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στα δέκα λεπτά την ημέρα για τρεις εβδομάδες. Τα αποτελέσματά τους έδειξαν ότι η ομάδα που έκανε περιορισμένη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης παρουσίασε σημαντική μείωση των επιπέδων μοναξιάς και κατάθλιψης κατά τη διάρκεια της υπό μελέτης περιόδου. Ωστόσο, δεν υπήρξαν στατιστικά σημαντικές επιδράσεις στα επίπεδα κοινωνικής υποστήριξης, αυτοεκτίμησης ή ψυχολογικής ευημερίας – πρόκειται για ένα πρότυπο διαφορικών αποτελεσμάτων το οποίο υπογραμμίζει την ανάγκη στο μέλλον να εξεταστεί αν και κατά πόσο η φύση και η διάρκεια των παρεμβάσεων στη χρήση του Facebook θα μπορούσαν να επηρεάσουν συστηματικά διαφορετικές μεταβλητές (Hunt et al., 2018).

Τέλος, σε μια ιδιαίτερα πειστική μελέτη, οι Shakya και Christakis (2017) χρησιμοποιήσαν δεδομένα καταγραφής του Facebook σε συνδυασμό με τρία κύματα εθνικά αντιπροσωπευτικών δεδομένων για να εξετάσουν τη διαχρονική σχέση ανάμεσα στη χρήση του Facebook και στις αλλαγές στη συναισθηματική ευημερία, με την πάροδο του χρόνου σε ένα δείγμα 5.208 συμμετεχόντων. Τα ευρήματα της μελέτης έδειξαν ότι η χρήση του Facebook προέβλεπε μείωση της ευημερίας με την πάροδο του χρόνου (Shakya & Christakis, 2017). Είναι ενδιαφέρον ότι οι συγγραφείς διαπίστωσαν ότι όσο πιο συχνά οι συμμετέχοντες υιοθετούσαν συμπεριφορές ενεργητικής χρήσης, όπως να ενημερώνουν την κατάστασή τους ή να κάνουν like στην ανάρτηση κάποιου άλλου, τόσο πιο πιθανό ήταν να έχουν χαμηλότερη αυτοαναφερόμενη ευημερία – ένα εύρημα που ενι-

σχύει ακόμη περισσότερο τον ισχυρισμό ότι η φύση της σχέσης ανάμεσα στην ενεργητική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και στην ευημερία είναι ενδεχομένως περισσότερο πολύπλοκη από όσο νομίζουμε.

ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Δεδομένης της ευρύτατης χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και της κάπως μη αναμενόμενης φύσης των ευρημάτων που υποδηλώνουν ότι μια τεχνολογία σχεδιασμένη για να συνδέει τους ανθρώπους συχνά καταλήγει να υπονομεύει παρά να τονώνει τη θετική τους διάθεση, ίσως δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι οι άνθρωποι συχνά έχουν πολλά ερωτήματα σχετικά με τα προαναφερθέντα ευρήματα. Στη συνέχεια εξετάζουμε δύο συχνές ερωτήσεις.

Συχνή ερώτηση 1: Γιατί οι άνθρωποι συνεχίζουν να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, παρόλο που, όταν το κάνουν συστηματικά, αισθάνονται χειρότερα; Είναι επαρκώς τεκμηριωμένο ότι οι άνθρωποι δρουν με κίνητρο την επιδίωξη της ευχαρίστησης και την αποφυγή του πόνου (π.χ. Freud, 1920· Higgins, 1997). Δεδομένου αυτού του χαρακτηριστικού γνωρίσματος της ανθρώπινης κατάστασης, γιατί οι άνθρωποι εξακολουθούν να επιδίδονται σε μια συμπεριφορά που υπονομεύει τη θετική τους διάθεση; Παρότι δεν έχει ακόμη δοθεί μια οριστική απάντηση σε αυτό το ερώτημα, προτείνουμε στη συνέχεια τρεις πιθανές απαντήσεις.

Πρώτον, η ανθρώπινη συμπεριφορά καθορίζεται από πολλαπλούς παράγοντες· υπάρχουν διάφοροι στόχοι, που ενεργοποιούνται ανά πάσα στιγμή. Στο πλαίσιο των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, για παράδειγμα, μπορεί να έχουμε το κίνητρο να εμπλακούμε σε μια συμπεριφορά που βελτιώνει το πώς αισθανόμαστε. Μπορεί όμως επίσης να μας παρακινούν κοινωνικοί στόχοι που μας ωθούν να είμαστε ενήμεροι για το πώς λειτουργούν τα κοινωνικά δίκτυά μας. Στο ίδιο πνεύμα, μια άλλη μελέτη διαπίστωσε ότι το 88% των ανθρώπων αναφέρουν ότι χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ώστε να διατηρούν κοινωνικές σχέσεις (Whiting & Williams, 2013). Έτσι, είναι πιθανό οι άνθρωποι πράγματι να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρά τις αρνητικές συναισθηματικές επιδράσεις τους, διότι με αυτόν τον τρόπο έχουν τη δυνατότητα να παραμένουν ενήμεροι για το τι συμβαίνει στα κοινωνικά δίκτυά τους.

Δεύτερον, έχει αποδειχθεί ότι οι άνθρωποι επιδίδονται σε συμπεριφορές στις οποίες είναι εθισμένοι ακόμη και όταν υφίστανται τις αρνητικές συνέπειές τους – ένα φαινόμενο στο οποίο έχει ρίξει φως η έρευνα της νευροεπιστήμης, υπογραμμίζοντας το γεγονός ότι διάφορα εγκεφαλικά συστήματα ενεργοποιούνται όταν θέλουμε ή όταν μας αρέσει κάτι (Robinson & Berridge, 2001). Τα ευρήματα αυτά είναι αξιοσημείωτα στο τρέχον πλαίσιο διότι ένα αυξανόμενο πλήθος

στοιχείων υποδηλώνουν ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν εθιστικές ιδιότητες (Alter, 2017· Andreassen, 2015· Ryan, Chester, Reece, & Xenos, 2014). Περαιτέρω έρευνα θα μπορούσε να εξετάσει τον ρόλο της επιθυμίας και της συμπεριφοράς που καθορίζεται από τη χρήση των μέσων κοινωνικών δικτύωσης (για περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τις εφαρμογές αυτής της γνωστικής θεωρίας στον πραγματικό κόσμο, βλ. Paries, σε αυτόν τον τόμο).

Τέλος, κάποιες έρευνες προτείνουν ότι οι άνθρωποι κάνουν εσφαλμένες προβλέψεις σχετικά με το πώς η χρήση του Facebook θα τους κάνει να αισθανθούν. Για παράδειγμα, μια μελέτη διαπίστωσε ότι οι συμμετέχοντες προέβλεπαν πως θα αισθάνονταν καλύτερα, αφότου θα χρησιμοποιούσαν το Facebook για 20 λεπτά. Στην πραγματικότητα, αισθάνονταν χειρότερα μετά τη χρήση του (Sagieoglou & Greitemeyer, 2014). Αυτή η εσφαλμένη πρόβλεψη μπορεί να αποδοθεί σε μια εξελικτική αναντιστοιχία ανάμεσα στον τρόπο με τον οποίο ο εγκέφαλός μας εξελίχθηκε, ώστε να αναζητά τις κοινωνικές συνδέσεις και τις αρνητικές συνέπειες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (βλ. Van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο, για μια συζήτηση γύρω από την έννοια της εξελικτικής αναντιστοιχίας).

Συνδυαστικά, τα διαφορετικά αυτά ευρήματα αρχίζουν να εξηγούν για ποιον λόγο οι άνθρωποι ενδέχεται να συνεχίσουν να συμμετέχουν σε μια συμπεριφορά που ζημιώνει τη συναισθηματική ευημερία τους. Ωστόσο, απαιτείται περαιτέρω έρευνα, προκειμένου να εξεταστεί ο ρόλος που διαδραματίζει καθένας από αυτούς και άλλους παράγοντες, μεμονωμένα και σε αλληλεπίδραση, στην πρόβλεψη των ειδών χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Συχνή ερώτηση 2: Υπάρχουν τρόποι αξιοποίησης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης για τη βελτίωση της ευημερίας; Πολλές προσπάθειες να απαντηθεί το σημαντικό αυτό ερώτημα βρίσκονται σε εξέλιξη. Μια μέθοδος που ακολουθήσαμε για να εξετάσουμε αυτό το ζήτημα περιλαμβάνει την εστίαση σε άτομα που πάσχουν από κατάθλιψη. Μια πλούσια βιβλιογραφία, που ξεκινάει από τη δεκαετία του 1980, δείχνει ότι τα άτομα με κατάθλιψη χαρακτηρίζονται από αποδυναμωμένα δίκτυα κοινωνικής υποστήριξης (Fiore, Becker, & Coppel, 1983· Rook, 1984). Μία από τις εξηγήσεις που έχει προτείνει η έρευνα στο γιατί τα άτομα με κατάθλιψη χαρακτηρίζονται από χαμηλή κοινωνική υποστήριξη είναι επειδή μιλούν συχνά για τα αρνητικά συναισθήματά τους (Blumberg & Hokanson, 1983· Kuiper & McCabe, 1985) με τρόπους που καταλήγουν να απομακρύνουν από κοντά τους όλους όσοι νοιάζονται για αυτούς (Teichman & Teichman, 1990). Με άλλα λόγια, μπορεί να υπάρχει κακός διαπροσωπικός συγχρονισμός ανάμεσα στα άτομα με κατάθλιψη και στους άλλους (για περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τον διαπροσωπικό συγχρονισμό, ανατρέξτε στο κεφάλαιο του Koole και των συνεργατών του, σε αυτόν τον τόμο).

Ο Park και οι συνεργάτες του (2016) ενδιαφέρθηκαν να δουν αν τα ευρήματα αυτά μπορούσαν να γενικευτούν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Δεδομέ-

νης της ψυχολογικής απόστασης που επιβάλλουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στους ανθρώπους, οι ερευνητές αναρωτήθηκαν μήπως τα κοινωνικά δίκτυα των καταθλιπτικών ατόμων ανταποκρίνονται ενδεχομένως καλύτερα στις επιταγές του διαδικτύου παρά του πραγματικού κόσμου. Προσπάθησαν να απαντήσουν σε αυτό το ερώτημα σε δύο μελέτες (Park et al., 2016).

Στη Μελέτη 1, επικεντρώθηκαν σε ένα μη επιλεγμένο δείγμα συμμετεχόντων με διαφορετικά επίπεδα καταθλιπτικών συμπτωμάτων· στη Μελέτη 2, απευθύνθηκαν σε άτομα με ψυχιατρική διάγνωση μείζονος καταθλιπτικής διαταραχής, αντιστοιχίζοντας ηλικιακά τους συμμετέχοντες με άτομα τα οποία δεν έπασχαν από κατάθλιψη και αποτελούσαν, ως εκ τούτου, την ομάδα ελέγχου. Και στις δύο μελέτες, οι πειραματιστές ζήτησαν από κριτές να κωδικοποιήσουν πόσο υποστηρικτικές ήταν οι αναρτήσεις των φίλων των συμμετεχόντων στο Facebook ως απόκριση σε κάθε αρνητική εμπειρία που περιέγραφαν οι συμμετέχοντες στους λογαριασμούς τους στο Facebook επί έναν μήνα. Στη συνέχεια, συνέκριναν τον βαθμό υποστήριξης που δέχονταν οι καταθλιπτικοί σε σχέση με τους μη καταθλιπτικούς συμμετέχοντες, κρατώντας σταθερό τον αριθμό των αρνητικών δηλώσεων που έκαναν οι συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια του μήνα. Όπως ήταν αναμενόμενο, οι συμμετέχοντες με κατάθλιψη αποκάλυπταν, μέσω των προφίλ τους στο Facebook, περισσότερες αρνητικές πληροφορίες σχετικά με τον εαυτό τους, παρά θετικές. Ωστόσο, σε ρητή αντίθεση με προηγούμενες έρευνες που εξέταζαν τους δεσμούς ανάμεσα στην κοινωνική υποστήριξη εκτός διαδικτύου και στην κατάθλιψη, οι συμμετέχοντες με κατάθλιψη λάμβαναν *περισσότερη* κοινωνική υποστήριξη από τους φίλους τους στο Facebook.

Αυτά τα ευρήματα δείχνουν πώς τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να εξασφαλίσουν μια πλατφόρμα για την παροχή κοινωνικής στήριξης σε άτομα τα οποία διαφορετικά θα δυσκολεύονταν να την αποκτήσουν, τονίζοντας την ανάγκη για μελλοντική έρευνα που θα επεκτείνει αυτά τα ευρήματα σε άλλους ευάλωτους πληθυσμούς. Συγκεκριμένα, μια εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας σε αυτή την ερευνητική κατεύθυνση θα ήταν ο έλεγχος των πτυχών εκείνων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης που θα μπορούσαν να αποτελέσουν αντικείμενο χειρισμού ώστε να παρέχεται αποτελεσματικότερη κοινωνική στήριξη στα μέλη των διαδικτυακών κοινοτήτων.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Το διαδίκτυο, σε αντίθεση με αυτό που πιστεύει σήμερα η κοινή γνώμη, δεν έχει από μόνο του τη δύναμη ή την ικανότητα να ελέγχει τους ανθρώπους, να τους μετατρέπει σε «εθισμένα ζόμπι» ή να τους καλλιεργεί την προδιάθεση για θλίψη ή μοναχικότητα... το διαδίκτυο είναι ένας από τους διάφορους κοινωνικούς τομείς στους οποίους

ένα άτομο μπορεί να ζήσει τη ζωή του και να προσπαθήσει να εκπληρώσει τις ανάγκες και τις επιδιώξεις του, όποιες κι αν είναι αυτές.

McKenna & Bargh, 2000

Στην αλλαγή της χιλιετίας, οι McKenna και Bargh κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι το γενικό αίσθημα απέναντι στο διαδίκτυο ήταν αρνητικό, αν όχι «αποκαλυπτικό» (McKenna & Bargh, 2000). Στην πορεία των λίγων επόμενων χρόνων, τεκμηρίωσαν τις ευεργετικές πτυχές της χρήσης του διαδικτύου, υπογραμμίζοντας πώς μπορεί να ενισχύσει τις κοινωνικές σχέσεις και να προσφέρει στους ανθρώπους ουσιαστικούς τρόπους αυθεντικής έκφρασης (Bargh, McKenna, & Fitzsimons, 2002· Bargh & McKenna, 2004).

Το έργο τους δημοσιεύτηκε πριν από τη δημιουργία του Facebook το 2004. Από τότε, οι περισσότερες έρευνες έχουν πάψει να εξετάζουν την ίδια τη χρήση του διαδικτύου και έχουν, αντίθετα, εστιάσει την προσοχή τους στις συνδέσεις ανάμεσα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στην ευημερία. Βλέπουμε, ωστόσο, να αναδύεται ένα παρόμοιο πρότυπο. Κάποιοι έχουν εκφράσει την ανησυχία ότι η ψηφιακή τεχνολογία καταστρέφει την κοινωνία (Twenge, 2017). Άλλοι έχουν υποστηρίξει ότι ο εθισμός στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης θα πρέπει να αναχθεί σε μια κλινικά διαγνώσιμη διαταραχή και έχουν αναπτύξει μια Κλίμακα Εθισμού στο Facebook (Facebook Addiction Scale: Andreassen et al., 2012· Karaiskos et al., 2010· Ryan et al., 2014· βλ. επίσης Alter, 2017).

Στόχος αυτού του κεφαλαίου δεν είναι να παρουσιάσει τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ως απόλυτα καλά ή κακά. Ο κόσμος των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι πολύπλευρος. Κατ' αντιστοιχία με τον πραγματικό κόσμο, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επιτρέπουν στους ανθρώπους να βιώσουν έναν τεράστιο αριθμό υγιών και επιβαρυντικών συναισθηματικών εμπειριών. Μια ζωτικής σημασίας πρόκληση για τη μελλοντική έρευνα είναι να ρίξει φως στους μηχανισμούς που προβλέπουν συστηματικά αυτά τα διαφορετικά είδη συναισθηματικών εμπειριών. Με αυτόν τον τρόπο θα εμπλουτίσουμε την κατανόησή μας για το πώς μια πανταχού παρούσα τεχνολογία μπορεί να αξιοποιηθεί ώστε να προωθηθεί και όχι να υπονομεύσει τη συναισθηματική ευημερία μας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Allcott, H., Braghieri, L., Eichmeyer, S., & Gentzkow, M. (2019). *The welfare effects of social media*. 116.
- Alter, A. (2017). *Irresistible: The rise of addictive technology and the business of keeping us hooked*. New York, NY: Penguin Press.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9

- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports, 110*(2), 501-517.
- Bargh, J. A., & McKenna, K. Y. (2004). The Internet and social life. *Annual Review of Psychology, 55*, 573-590.
- Bargh, J. A., McKenna, K. Y., & Fitzsimons, G. M. (2002). Can you see the real me? Activation and expression of the "true self" on the Internet. *Journal of Social Issues, 58*(1), 33-48.
- Blumberg, S. R., & Hokanson, J. E. (1983). The effects of another person's response style on interpersonal behavior in depression. *Journal of Abnormal Psychology, 92*(2), 196-209. doi.org/10.1037/0021-843X.92.2.196
- Bohannon, J. (2013, August 14). ScienceShot: Facebook is making you sad. *Science Magazine*. Retrieved from www.sciencemag.org/news/2013/08/scienceshot-facebook-making-you-sad.
- Bolger, N., Davis, A., & Rafaeli, E. (2003). Diary methods: Capturing life as it is lived. *Annual Review of Psychology, 54*(1), 579-616. doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145030
- Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010, April). Social network activity and social well-being. In *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* (pp. 1909-1912). ACM.
- Chartrand, T. L., & Bargh, J. A. (1999). The chameleon effect: The perception-behavior link and social interaction. *Journal of Personality & Social Psychology, 76*(6), 893-9101.
- Chartrand, T. L., & Jefferis, V. E. (2003). Consequences of automatic goal pursuit and the case of nonconscious mimicry. In J. P. Forgas & K. D. Williams (Eds.), *Social judgments: Implicit and explicit processes* (pp. 290-305). New York: Cambridge University Press.
- Datu, J. A. D., Valdez, J. P., & Datu, N. (2012). Does Facebooking make us sad? Hunting relationship between Facebook use and depression among Filipino adolescents. *International Journal of Research Studies in Educational Technology, 1*(2). doi.org/10.5861/ijrset.2012.202
- Deters, F. große, & Mehl, M. R. (2013). Does posting Facebook status updates increase or decrease loneliness? An online social networking experiment. *Social Psychological and Personality Science, 4*(5), 579-586. doi.org/10.1177/1948550612469233
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends": Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1143-1168. doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x
- Farahani, H. A., Kazemi, Z., Aghamohamadi, S., Bakhtiarvand, F., & Ansari, M. (2011). Examining mental health indices in students using Facebook in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 28*, 811-814. doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.148
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*(2), 117-140. doi.org/10.1177/001872675400700202
- Fiore, J., Becker, J., & Coppel, D. B. (1983). Social network interactions: A buffer or a stress. *American Journal of Community Psychology; New York, 11*(4), 423-439.
- Freud, S. (1920). Beyond the pleasure principle. In J. Strachey, A. Freud, A. Strachey, & A. Tyson (Trans.), *Beyond the pleasure principle, group psychology and other works (1925-1926)* (pp. 1-64).
- Goethals, G. R. (1986). Social comparison theory: Psychology from the lost and found. *Personality and Social Psychology Bulletin, 12*, 261-278. doi.org/10.1177/0146167286123001
- Goffman, E. (1956). *The presentation of self in everyday life*. New York, NY: Anchor Books.

- Goffman, E. (1963). *Behavior in public places*. New York: Free Press.
- Goffman, E. (1967). *Interaction ritual*. New York: Pantheon.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, *52*(12), 1280-1300. doi.org/10.1037/0003-066X.52.12.1280
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., & Young, J. (2018). No more FOMO: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *37*(10), 751-768. doi.org/10.1521/jscp.2018.37.10.751
- Karaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos, T. (2010). Social network addiction: A new clinical disorder? *European Psychiatry*, *25*, 855.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *107*(38), 16489-16493. doi.org/10.1073/pnas.1011492107
- Kahneman, D., & Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: The day reconstruction method. *Science*, *306*(5702), 1776-1780. doi.org/10.1126/science.1103572
- Kahneman, D., & Riis, J. (2005). Living, and thinking about it: Two perspectives on life. In F. A. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne (Eds.), *The science of well-being* (pp. 284-305). doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198567523.003.0011
- Kim J., LaRose R., Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, *12*, 451-455.
- Konnikova, M. (2013, September 10). How Facebook makes us unhappy. *The New Yorker*. Retrieved from www.newyorker.com/tech/annals-of-technology/how-facebook-makes-us-unhappy
- Kosinski, M., Matz, S. C., Gosling, S. D., Popov, V., & Stillwell, D. (2015). Facebook as a research tool for the social sciences: Opportunities, challenges, ethical considerations, and practical guidelines. *American Psychologist*, *70*(6), 543-556. doi.org/10.1037/a0039210
- Kramer, A. D. I., Guillory, J. E., & Hancock, J. T. (2014). Experimental evidence of massive-scale emotional contagion through social networks. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *111*(24), 8788-8790. doi.org/10.1073/pnas.1320040111
- Krasnova, H., Wenninger, H., Widjaja, T., & Buxmann, P. (2013). *Envy on Facebook: A hidden threat to users' life satisfaction?* 11th International Conference on Wirtschaftsinformatik (WI).
- Kross, E., Verduyn, P., Boyer, M., Drake, B., Gainsburg, I., Vickers, B., ... Jonides, J. (2018). Does counting emotion words on online social networks provide a window into people's subjective experience of emotion? A case study on Facebook. *Emotion*, *19*, 97-107. doi.org/10.1037/emo0000416
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS One*, *8*(8), e69841. doi.org/10.1371/journal.pone.0069841
- Kuiper, N. A., & McCabe, S. B. (1985). The appropriateness of social topics: Effects of depression and cognitive vulnerability on self and other judgments. *Cognitive Therapy and Research*, *9*(4), 371-379. doi.org/10.1007/BF01173087
- Labrague, L. J. (2014). Facebook use and adolescents' emotional states of depression, anxiety, and stress. *Health Science Journal*, *8*(1), 80-89.
- Larson, R., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The experience sampling method. In M.

- Csikszentmihalyi, *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 21-34). doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_2
- Manago, A. M., Taylor, T., & Greenfield, P. M. (2012). Me and my 400 friends: The anatomy of college students' Facebook networks, their communication patterns, and well-being. *Developmental Psychology, 48*(2), 369-380.
- McKenna, K. Y., & Bargh, J. A. (2000). Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review, 4*(1), 57-75.
- Mosquera, R., Odunowo, M., McNamara, T., Guo, X., & Petrie, R. (2018). The economic effects of Facebook. *SSRN Electronic Journal*. doi.org/10.2139/ssrn.3312462
- Nabi, R. L., Prestin, A., & So, J. (2013). Facebook friends with (health) benefits? Exploring social network site use and perceptions of social support, stress, and wellbeing. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(10), 721-727. doi.org/10.1089/cyber.2012.0521
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences, 52*(3), 243-249. doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.007
- Pantic, I., Damjanovic, A., Todorovic, J., Topalovic, D., Bojovic-Jovic, D., Ristic, S., & Pantic, S. (2012). Association between online social networking and depression in high school students: Behavioral physiology viewpoint. *Psychiatria Danubina, 24*(1), 90-93.
- Park, J., Lee, D. S., Shablack, H., Verduyn, P., Deldin, P., Ybarra, O., ... Kross, E. (2016). When perceptions defy reality: The relationships between depression and actual and perceived Facebook social support. *Journal of Affective Disorders, 200*, 37-44. doi.org/10.1016/j.jad.2016.01.048
- Puschmann, C., & Bozdog, E. (2014). Staking out the unclear ethical terrain of online social experiments. *Internet Policy Review*. Retrieved from <https://policyreview.info/articles/analysis/staking-out-unclear-ethical-terrain-online-social-experiments>
- Robinson, T. E., & Berridge, K. C. (2001). Incentive-sensitization and addiction. *Addiction, 96*(1), 103-114. doi.org/10.1046/j.1360-0443.2001.9611038.x
- Rook, K. S. (1984). The negative side of social interaction: Impact on psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(5), 1097-1108. doi.org/10.1037/0022-3514.46.5.1097
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions, 3*(3), 133-148. doi.org/10.1556/JBA.3.2014.016
- Sagioglou, C., & Greitemeyer, T. (2014). Facebook's emotional consequences: Why Facebook causes a decrease in mood and why people still use it. *Computers in Human Behavior, 35*, 359-363. doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.003
- Salovey, P., & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*(4), 780-792. doi.org/10.1037/0022-3514.47.4.780
- Shakya, H. B., & Christakis, N. A. (2017). Association of Facebook use with compromised well-being: A longitudinal study. *American Journal of Epidemiology*. doi.org/10.1093/aje/kww189
- Shaw, D. (2016). Facebook's flawed emotion experiment: Antisocial research on social network users. *Research Ethics, 12*(1), 29-34. doi.org/10.1177/1747016115579535
- Statista. (2019). Number of social media users worldwide from 2010 to 2021 (in billions). Retrieved May 6, 2019 from www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/

- Stewart, J. B. (2016). Facebook has 50 minutes of your time each day. It wants more. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/2016/05/06/business/facebook-bends-the-rules-of-audience-engagement-to-its-advantage.html>. Retrieved October 12, 2016.
- Sun, J., Schwartz, H. A., Son, Y., Kern, M. L., & Vazire, S. (in press). The language of well-being: Tracking fluctuations in emotion experience through everyday speech. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Teichman, Y., & Teichman, M. (1990). Interpersonal view of depression: Review and integration. *Journal of Family Psychology*, 3(4), 349-367. doi.org/10.1037/h0080549
- Tromholt, M. (2016). The Facebook experiment: Quitting Facebook leads to higher levels of well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(11), 661-666.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York, NY: Basic Books.
- Twenge, J. M. (2017, September). Have smartphones destroyed a generation? *The Atlantic*. Retrieved from www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/
- Valenzuela, S., Park, N., & Kee, K. F. (2009). Is there social capital in a social network site? Facebook use and college students' life satisfaction, trust, and participation. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(4), 875-901. doi.org/10.1111/j.1083-6101.2009.01474.x
- Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., ... Kross, E. (2015). Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(2), 480-488. doi.org/10.1037/xge0000057
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274-302. doi.org/10.1111/sipr.12033
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86, 249-256. doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.026
- Walther, J. B., Van Der Heide, B., Ramirez, A., Burgoon, J. K., & Peña, J. (2015). Interpersonal and hyperpersonal dimensions of computer-mediated communication. In S. S. Sundar (Ed.), *The handbook of the psychology of communication technology* (pp. 1-22). doi.org/10.1002/9781118426456.ch1
- Whiting, A., & Williams, D. (2013). Why people use social media: A uses and gratifications approach. *Qualitative Market Research: An International Journal*, 16(4), 362-369. doi.org/10.1108/QMR-06-2013-0041
- Wood, J. V. (1996). What is social comparison and how should we study it? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 520-537. doi.org/10.1177/0146167296225009

■ Δ' ΜΕΡΟΣ ■

Δημόσιες υποθέσεις και πολιτική συμπεριφορά



ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΟΝ ΛΑΪΚΙΣΜΟ

Συλλογικός ναρκισσισμός και η κατάρρευση
της δημοκρατίας στην Ουγγαρία*Joseph P. Forgas και Dorottya Lantos*

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Τον Μάιο του 2019, ο Βικτόρ Όρμπαν (Viktor Orbán), πρωθυπουργός της Ουγγαρίας, δήλωσε στην αυστριακή εφημερίδα *Kleine Zeitung*: «Αν είσαι Ούγγρος, η βασική σου ψυχική κατάσταση είναι το αίσθημα της προδοσίας» (*Kleine Zeitung*, 2019). Το καθεστώς του και η χώρα που κυβερνάει κατηγορήθηκαν με τη σειρά τους ότι επιδεικνύουν «τον ίδιο αυταρχικό εθνικισμό που ασκούσαν οι τραμπούκοι και οι τσαρλατάνοι σε ολόκληρο τον 20ό αιώνα – συμπεριλαμβανομένου του φιλοναζιστικού καθεστώτος της Ουγγαρίας κατά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο». Ο κύριος Όρμπαν έχει εξαιρέσει τον εαυτό του από τη δημοκρατική Δύση: αυτός και η κυβέρνησή του θα πρέπει να αντιμετωπιστούν αναλόγως» (*Washington Post*, 2014). Υπάρχει κάποια σύνδεση μεταξύ των δύο αυτών ισχυρισμών; Μπορεί μια τραυματισμένη αίσθηση εθνικής ταυτότητας να διευκολύνει την εγκαθίδρυση αυταρχικών αντιδημοκρατικών πολιτικών συστημάτων; Η διερεύνηση αυτού του ερωτήματος είναι ένας από τους κύριους στόχους αυτού του κεφαλαίου.

Τις τελευταίες δεκαετίες γίναμε μάρτυρες της ανάδυσης, σε μια σειρά από χώρες, λαϊκίστικων, αντιφιλελεύθερων πολιτικών κινήματων, τα οποία αιφνιδίασαν τους πολιτικούς επιστήμονες και τους πολιτικούς ψυχολόγους (Gusterson, 2017· Inglehart & Norris, 2016· Zakaria, 2016). Η απόρριψη του φιλελεύθερου δημοκρατικού μοντέλου είναι αινιγματική, δεδομένου ότι οι δυτικές φιλελεύθερες δημοκρατίες έχουν παραγάγει μέχρι πρότινος ασύλληπτα επίπεδα ελευθερίας, δικαιοσύνης, αμεροληψίας, ισότητας, ευημερίας, ανεκτικότητας και ευπρέπειας (Acemoglu & Robinson, 2013· Pinker, 2018· Rosling, 2019).

Αν λοιπόν η υπεροχή του δυτικού φιλελεύθερου μοντέλου έναντι των αντιφιλελεύθερων συστημάτων είναι αδιαμφισβήτητη, τότε γιατί τεράστιες μάζες ψηφοφόρων γυρίζουν την πλάτη τους σε μια τόσο επιτυχημένη και δοκιμασμένη συνταγή; Αυτή η στροφή προς τον αντιφιλελεύθερο λαϊκισμό λαμβάνει χώρα την ίδια στιγμή που εκατομμύρια επίδοξοι μετανάστες «ψηφίζουν με τα πόδια τους», επιδιώκοντας απεγνωσμένα να εγκαταλείψουν αυταρχικά, αντιφιλελεύθερα καθεστώτα και να μεταβούν στα επιτυχημένα έθνη του δυτικού *φιλελευθερισμού*. Η άνοδος του λαϊκισμού και του αντιφιλελευθερισμού παρατηρήθηκε τόσο σε πολύ αναπτυγμένες δυτικές χώρες (ΗΠΑ, Βρετανία, Γαλλία, Αυστρία) όσο και σε λιγότερο αναπτυγμένα έθνη (Ουγγαρία, Πολωνία, Τουρκία, Ρωσία). Η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία είναι σε θέση να προσφέρει κάποιες εξηγήσεις, και αυτός είναι ο στόχος του παρόντος κεφαλαίου. Πιο συγκεκριμένα, θα μας απασχολήσει η διερεύνηση των ψυχολογικών δεσμών που οδηγούν από τα αισθήματα προδοσίας και κατωτερότητας που υποδεικνύονται στην πρώτη δήλωσή του κυρίου Όρμπαν στην ανάπτυξη του αυταρχικού εθνικισμού που περιγράφεται στο δεύτερο απόσπασμα.

ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

Η κατανόηση των ψυχολογικών λόγων για την άνοδο του ανελευθερισμού είναι μια μείζων πρόκληση για τις εφαρμοσμένες κοινωνικές επιστήμες, οι οποίες είναι μοναδικά κατάλληλες για να προσφέρουν υπεύθυνη εμπειρική ανάλυση αυτού του φαινομένου. Η σημαντική αυτή αποστολή απαιτεί ένα νέο είδος επιστημονικής προσέγγισης και μεθοδολογίας. Η εργαστηριακή έρευνα και η θεωρητική ανάλυση είναι μάλλον απίθανο να καταφέρουν από μόνες τους να προσφέρουν μια πειστική εξήγηση για σύνθετα μακρο-κοινωνικά φαινόμενα, όπως η άνοδος του πολιτικού λαϊκισμού. Μια εναλλακτική προσέγγιση, η οποία υποστηρίζεται εδώ, είναι ο συνδυασμός της ιστορικής ανάλυσης και του εννοιολογικού οπλοστασίου της εμπειρικής κοινωνικής ψυχολογίας για την κατανόηση και την ερμηνεία της ψυχολογικής σημασίας των πρόσφατων αλλαγών στη συμπεριφορά των ψηφοφόρων. Ένα τέτοιο έργο απαιτεί αναγκαστικά μια προσέγγιση που συνδυάζει πολλαπλές μεθόδους και καθοδηγείται από τη θεωρία (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο), βασισμένη σε έναν συνδυασμό από δεδομένα συγκεντρωμένα από δημοσκοπήσεις, την ανάλυση γλωσσικών αφηγήσεων και τη μελέτη των θεμάτων που χρησιμοποιεί η κυβερνητική προπαγάνδα για να εξηγήσει τις αλλαγές στη συμπεριφορά των ψηφοφόρων.

Γνωρίζουμε τουλάχιστον από την εποχή που ο Πλάτωνας έγραψε τη θεμελιώδη πραγματεία του για την *Πολιτεία* ότι όλα τα πολιτικά συστήματα αναδύονται

ή καταρρέουν ανάλογα με το πόσο καλά εξυπηρετούν τις ψυχικές απαιτήσεις των πολιτών τους. Θα μπορούσε να υπάρχει κάποιος υποκείμενος, κοινός ψυχολογικός μηχανισμός ικανός να εξηγήσει την άνοδο ενός ναρκισσιστικού και συχνά ανέντιμου υποψηφίου, όπως ο Τραμπ στην προεδρία των Ηνωμένων Πολιτειών, την απροσδόκητη απόφαση των Βρετανών ψηφοφόρων να αποχωρήσουν από την Ευρωπαϊκή Ένωση πηγαίνοντας ενάντια στα ίδια τα προφανή συμφέροντά τους ή τη δραματική απομάκρυνση από το φιλελεύθερο δημοκρατικό μοντέλο σε χώρες ιστορικά αντιμέτωπες με προκλήσεις, όπως η Ρωσία, η Πολωνία, η Τουρκία και η Ουγγαρία;

Το κεφάλαιο αυτό θα υποστηρίξει ότι υπάρχουν κάποια κοινά ψυχολογικά γνωρίσματα σε αυτά τα συμβάντα. Ειδικότερα, η ανάγκη για θετική ομαδική ταυτότητα –ο συλλογικός ναρκισσισμός– μπορεί να συμβάλει στην αυξανόμενη δεκτικότητα των ψηφοφόρων απέναντι στην παραπλανητική αλλά εξαιρετικά αποτελεσματική λαϊκίστικη προπαγάνδα που έχει να κάνει την εμφάνισή της από την εποχή του Μουσολίνι, του Χίτλερ και του Στάλιν (Albright, 2018). Η έρευνα προτείνει ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός –η πεποίθηση ότι η ομάδα μας αποτελεί κάτι το εξαιρετικό και δικαιούται προνομιακή μεταχείριση, αλλά ότι δεν αναγνωρίζεται επαρκώς από τους άλλους– βρίσκεται στον πυρήνα πολλών λαϊκίστικων πεποιθήσεων (για μια επισκόπηση, βλ. Golec de Zavala, Dyduch-Hazar, & Lantos, 2019). Θα εξετάσουμε στοιχεία που δείχνουν ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός σχετίζεται με την υποστήριξη των λαϊκίστικων πεποιθήσεων διαπολιτισμικά, στις ΗΠΑ (Federico & Golec de Zavala, 2018), στη Βρετανία (Golec de Zavala, Guerra, & Simão, 2017), στην Πολωνία (Marchlewska, Cichocka, Panayiotou, Castellanos, & Batayneh, 2017) και στην Ουγγαρία (Lantos & Forgas, 2019). Θα εστιάσουμε το ενδιαφέρον μας στην περίπτωση της Ουγγαρίας, καθώς η συγκεκριμένη χώρα γνώρισε ίσως την πιο δραματική κατάρρευση της δημοκρατίας τα τελευταία δέκα χρόνια. Ιδιαίτερη προσοχή θα δοθεί στον ρόλο της κυβερνητικής προπαγάνδας στην εκμετάλλευση του συλλογικού ναρκισσισμού και των αισθημάτων εθνικής κατωτερότητας.

Ο ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΜΕΤΑΞΥ ΝΟΗΤΙΚΩΝ ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Υπάρχει μια πραγματική παράδοση στην κοινωνική ψυχολογία που θέλει τη μεταγραφική έρευνα να συνδέει θεωρητικούς και πρακτικούς προβληματισμούς (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο) και να επικεντρώνεται ιδιαίτερα στις νοητικές αναπαραστάσεις των εθνών ή των πολιτισμών, με τις ρίζες της να φτάνουν πίσω στο κλασικό έργο του Wundt για τη «Voelkerpsychologie» (Borgida, Federico, & Sullivan, 2009· Forgas, 1980· Wundt, 1911). Οι άνθρωποι έχουν

μια έντονη τάση να πιστεύουν σε διάφορες κοινές μυθοπλασίες (Harari, 2014) και σχεδόν κάθε συμβολική αφήγηση μπορεί να επηρεάσει την πολιτική συμπεριφορά (László, 2014· βλ. επίσης Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο). Κατά τη διάρκεια της ιστορίας τους, τα έθνη πλάθουν αφηγήσεις που εξυπηρετούν διάφορες ενοποιητικές, ψυχολογικές και ταυτοτικές λειτουργίες (Harari, 2014· Hobsbawm, 1992· Koestler, 1959).

Υπάρχει μεγάλη αφθονία στοιχείων για το φαινόμενο που θα μπορούσαμε να ονομάσουμε *συναινετικές αυταπάτες*. Επί αιώνες, πολλοί πολιτισμοί της Κεντρικής Αμερικής πίστευαν ότι το να ξεριζώνουν μέσα σε μια μέρα τις καρδιές χιλιάδων αιχμαλώτων όσο αυτές ακόμη χτυπούσαν ήταν αναγκαίο για να εξασφαλίσουν μια καλή σοδειά και για να κρατήσουν τον θεό Ήλιο ευτυχισμένο. Στη Δύση, η πίστη στη μαγεία και το τελετουργικό κάψιμο ανθρώπων για χάρη της αιώνιας ψυχής τους θεωρούνταν από καιρό απαραίτητα βήματα για την προστασία της κοινότητας από κακόβουλες επιρροές. Ελάχιστα διακριτά μεταξύ τους παρακλάδια του χριστιανισμού πολέμησαν το ένα το άλλο μέχρι εξόντωσης επί εκατοντάδες χρόνια, όπως συνεχίζουν να κάνουν σήμερα οι Σουνίτες και οι Σίιτες μουσουλμάνοι. Πολλές από τις θεμελιώδεις πεποιθήσεις του χριστιανικού πολιτισμού μας είναι επίσης εξ ολοκλήρου πλασματικές και, στην πραγματικότητα, παράλογες (παρθενογένεση, ανάσταση, βιβλικά θαύματα, μετουσίωση κ.λπ.).

Θα έπρεπε συνεπώς να εξετάσουμε τον συλλογικό ναρκισσισμό υπό αυτό το πρίσμα: ως μια ακόμη μυθοπλαστική αφήγηση που εξυμνεί τις αρετές της ενδοομάδας (Rosling, 2019). Τέτοιες αφηγήσεις, από τη στιγμή που υποδαυλίζονται, ενδέχεται να αποδειχθούν ικανές να υπονομεύσουν ακόμη και καλά σχεδιασμένα δημοκρατικά συστήματα (Myers, 2019). Ο στόχος μας να αναλύσουμε τον συλλογικό ναρκισσισμό ως ένα γνώρισμα του λαϊκισμού εμπίπτει σε αυτή την ερευνητική παράδοση.

ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΣ

Ο συλλογικός ναρκισσισμός μπορεί να οριστεί ως πεποίθηση ανθεκτική στον χρόνο και ως αίσθημα δυσαρέσκειας ότι η ομάδα μας (η ενδοομάδα) γίνεται αντικείμενο άδικης μεταχείρισης και ότι δεν αναγνωρίζεται επαρκώς, παρά το γεγονός ότι έχει εξαιρετικές ιδιότητες που θα έπρεπε να της κατοχυρώνουν το δικαίωμα να απολαμβάνει μια προνομιακή μεταχείριση (Golec de Zavala, 2018· Golec de Zavala, Cichocka, Eidelson, & Jayawickreme, 2009). Ιστορικά, η έννοια του ναρκισσισμού έχει ψυχαναλυτική προέλευση. Η πιθανότητα ολόκληρες ομάδες, συλλογικότητες, ακόμη και έθνη να αποκτήσουν ναρκισσιστικό χαρακτήρα διατυπώθηκε πρώτη φορά από κοινωνικούς επιστήμονες που άντλησαν

την έμπνευσή τους από ψυχαναλυτικές ιδέες και συνδέθηκαν με τη Σχολή της Φραγκφούρτης (Adorno, 1997). Για παράδειγμα, ο Fromm (1964/2010) κατανοούσε τον ναρκισσισμό ως αυτοθαυμασμό και υπερεκτίμηση του ατόμου για την υποκειμενική οπτική γωνία του, που επίσης χαρακτηρίζεται από μια «τυφλότητα» απέναντι στην αντικειμενική πραγματικότητα.

Υιοθετώντας μια κάπως διαφορετική προοπτική, ο Adorno (1997) σκέφτηκε ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός συνεπάγεται την απόδοση στην ενδοομάδα των χαρακτηριστικών εκείνων που θαυμάζουν περισσότερο τα μέλη της, στα οποία όμως τα ίδια αυτά μέλη υπολείπονται. Και οι δύο στοχαστές υποστήριξαν ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός αναδύεται ειδικά σε απαιτητικές καταστάσεις που υπονομεύουν την αυτοαξία και την ικανοποίηση από τη ζωή και συχνά καταλήγουν σε διομαδική εχθρότητα. Ωστόσο, η σύγχρονη κατανόηση του συλλογικού ναρκισσισμού διαφέρει από την ψυχαναλυτική προσέγγιση και δεν διατυπώνει υποθέσεις που αφορούν παθολογικές ενδοψυχικές συγκρούσεις (Cichocka, 2016). Περισσότερο θα λέγαμε ότι μπορούμε να προσεγγίσουμε τον συλλογικό ναρκισσισμό ως την εμπειρική εκδήλωση ενός συνόλου αλληλοσυσχετιζόμενων κοινωνικών ψυχολογικών πεποιθήσεων και ιδεών για την ενδοομάδα που αντικατοπτρίζει τον τρόπο με τον οποίο τα ναρκισσιστικά άτομα σκέφτονται για τον εαυτό τους σε σχέση με τους άλλους.

Θα χρησιμοποιήσουμε μια σειρά από υψηλού επιπέδου ονοματικούς όρους σε αυτό το άρθρο, όπως συλλογικός ναρκισσισμός, λαϊκισμός, αντιφιλευθερισμός, υποβάθμιση του συστήματος, συλλογική θυματική ταυτότητα, συλλογική νοσταλγία, πολιτική υστερία κ.λπ. Δεν συνοδεύονται όλοι αυτοί οι όροι από έναν καθολικά αποδεκτό και εμπειρικά επικυρωμένο ορισμό, ενώ η πιθανότητα σύγχυσης δεν μπορεί να αποκλειστεί. Θα θεωρήσουμε εν προκειμένω τον συλλογικό ναρκισσισμό ως τη βασική ενοποιητική έννοια, καθώς διαθέτει έναν σαφή ορισμό και μια εμπειρική εγχειρηματοποίηση.

Θα πρέπει επίσης να επισημάνουμε ότι όροι όπως ο συλλογικός ναρκισσισμός δεν είναι καθαρά περιγραφικοί, αλλά έχουν επίσης ατυχείς υποτιμητικές συνδηλώσεις (Kooze, προσωπική επικοινωνία). Πρόκειται φυσικά για κάτι ανεπιθύμητο, αλλά υπερβολικά συνηθισμένο στον τρέχοντα πολιτικό λόγο, όπου έχουν δημιουργηθεί πολυάριθμοι όροι, όχι για να φωτίσουν αυθεντικές διαδικασίες, αλλά πρωτίστως για να καταδικάσουν εκείνους των οποίων οι απόψεις θεωρούνται απαράδεκτες με όρους πολιτικής ορθότητας (π.χ. ομοφοβικός, ισλαμοφοβικός, αρνητής της κλιματικής αλλαγής, πατριαρχικός κ.λπ.). Λόγω έλλειψης μιας καλύτερης εναλλακτικής, θα χρησιμοποιήσουμε εδώ την καθιερωμένη ορολογία του συλλογικού ναρκισσισμού (Golec de Zavala et al., 2009).

ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ

Η πολιτική προπαγάνδα μπορεί συχνά να εκμεταλλεύεται τον συλλογικό ναρκισσισμό (Albright, 2018, βλ. επίσης Jussim και Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο). Οι δικτάτορες συχνά βασίζονται σε μια διαστρεβλωμένη ερμηνεία της εθνικής ιστορίας για να καλλιεργήσουν τον συλλογικό ναρκισσισμό και μια επίφαση νομιμότητας (Skarżyńska, Przybyła, & Wójcik, 2012). Για παράδειγμα, η πρόσφατη ουγγρική κρατική προπαγάνδα ισχυρίζεται ότι η Ουγγαρία (επί του παρόντος μια κοσμική χώρα με χαμηλά επίπεδα εκκλησιασμού μεταξύ των πολιτών της) είναι ένα προπύργιο που υπερασπίζεται τις χριστιανικές αξίες ενάντια στη διπλή επέλαση της μουσουλμανικής μετανάστευσης και του άθεου δυτικού φιλελευθερισμού, όπως μαρτυρούν τόσα παραδείγματα από την ΕΕ (βλ. επίσης Σχήμα 14.3). Μαρτύρια, οδύνη και χαμένες μάχες (Ουγγαρία, Πολωνία, Σερβία) προσφέρουν εξίσου γόνιμο έδαφος για αισθήματα συλλογικού ναρκισσισμού με τις περασμένες νίκες και τη στρατιωτική ισχύ (Ρωσία). Οι θρησκευτικές «ιερές πεποιθήσεις» μπορεί να είναι ιδιαίτερα ισχυρές (Ginges, 2014). Τόσο οι Πολωνοί όσο και οι Ούγγροι (και κάποιοι άλλοι επίσης) πιστεύουν ότι η Παρθένος Μαρία τρέφει μια ιδιαίτερη αγάπη για το δικό τους έθνος. Αξιώσεις εξαιρετικών ηθικών αρετών, όπως η ειλικρίνεια, η ευπρέπεια, η αμεροληψία, η ευγένεια ή η φιλοξενία, χρησιμοποιούνται συχνά για την ενίσχυση του συλλογικού ναρκισσισμού (Żemojtel-Piotrowska et al., 2019).

ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΝΔΟΟΜΑΔΙΚΗ ΕΥΝΟΙΟΚΡΑΤΙΑ

Ο συλλογικός ναρκισσισμός σχετίζεται στενά με την αρχική εξήγηση του Tajfel για την ενδοομαδική ευνοιοκρατία στα πειράματα που χρησιμοποιούν το υπόδειγμα των ελάχιστων ομάδων (Tajfel & Forgas, 1981). Σύμφωνα με αυτή την άποψη, οι διομαδικές διακρίσεις είναι απόρροια της καθολικής ανάγκης για θετική αυτοαξία, η οποία επιτυγχάνεται μέσω της μεγιστοποίησης της θετικής ενδοομαδικής διακριτότητας. Το επιχείρημα αυτό υποστηρίζεται από ευρήματα σύμφωνα με τα οποία οι καταμερισμοί που μεγιστοποιούν τις ενδοομαδικές/διομαδικές διαφορές συχνά προτιμώνται σε σχέση με τους καταμερισμούς που απλώς μεγιστοποιούν τις ενδοομαδικές ανταμοιβές (Crocker & Park, 2004· Emmons, 1987· Tajfel & Forgas, 1981).

Ο συλλογικός ναρκισσισμός είναι επίσης στενά συνδεδεμένος με γνωστές (και στο εξελικτικό παρελθόν μας υψηλής προσαρμοστικής αξίας) τάσεις κινήτρων για στρεβλώσεις αυτοεπιδεικτικότητας, αυτοδικαιολόγησης και αυτοεξυπηρέτησης, οι οποίες μπορούν να γενικευτούν στο πώς αισθάνεται κάποιος για την ενδοομάδα του (Putnam, Ross, Soter, & Roediger, 2018· Zaromb et al., 2018· von

Hippel, 2018). Σύμφωνα με το συμπέρασμα στο οποίο καταλήγουν οι Golec de Zavala, Dyduch-Hazar και οι συνεργάτες τους (2019), ακριβώς όπως

οι άνθρωποι μπορούν να απαιτήσουν ειδική αναγνώριση και προνόμια για τον εαυτό τους (όπως κάνουν οι ατομικοί ναρκισσιστές), το ίδιο μπορούν να διεκδικήσουν και για τις ομάδες στις οποίες ανήκουν (όπως κάνουν οι συλλογικοί ναρκισσιστές). [...] οι διομαδικές συνέπειες του συλλογικού ναρκισσισμού συχνά παραλληλίζονται με τις διαπροσωπικές συνέπειες του ατομικού ναρκισσισμού: εχθρότητα, υπερβολικές αντιδράσεις στην κριτική και στην αρνητική ανατροφοδότηση ή στην έλλειψη ενσυναίσθησης (σ. 38).

Ο συλλογικός ναρκισσισμός υπήρξε κοινό γνώρισμα των φασιστικών ιδεολογιών: στη δεκαετία του 1930, οι Γερμανοί, οι Ιταλοί και οι Ιάπωνες πίστευαν όλοι στην εγγενή φυλετική και πολιτισμική ανωτερότητα και αξιοσύνη τους (Albright, 2018). Ο συλλογικός ναρκισσισμός είναι επίσης χαρακτηριστικός διάφορων τζιχαντιστικών κινημάτων, που θεωρούν την ιερή θρησκεία και τον ιερό πολιτισμό τους εγγενώς ανώτερα από αυτά των άλλων ομάδων (Ginges, 2014· Kruglanski & Fishman, 2009).

Η ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΥ

Ο συλλογικός ναρκισσισμός μπορεί να μετρηθεί εμπειρικά χρησιμοποιώντας δοκιμασίες όπως η Κλίμακα Συλλογικού Ναρκισσισμού (Collective Narcissism Scale, CNS), προσαρμόζοντας ψυχολογικά εργαλεία μέτρησης του ατομικού ναρκισσισμού σε ομαδικό επίπεδο. Για παράδειγμα, οι ερωτήσεις από το Ερωτηματολόγιο Ναρκισσιστικής Προσωπικότητας (Narcissistic Personality Inventory, NPI· Emmons, 1987· Raskin & Terry, 1988) και οι ερωτήσεις που σχετίζονταν με τον ναρκισσισμό από το Κλινικό Πολυαξονικό Ερωτηματολόγιο-III του Millon (Clinical Multiaxial Inventory-III· Millon, 2006) ξαναγράφηκαν με τρόπο ώστε να αναφέρονται σε πεπειθηθείσες που αφορούσαν πλέον την ομάδα και όχι το άτομο (π.χ. η πρόταση «Επιμένω να λαμβάνω τον σεβασμό που μου οφείλεται» μετατράπηκε σε «Επιμένω η ομάδα μου να λαμβάνει τον σεβασμό που της οφείλεται»· Golec de Zavala et al., 2009). Τα άτομα που συγκεντρώνουν υψηλή βαθμολογία στην Κλίμακα Συλλογικού Ναρκισσισμού πιστεύουν ότι η σημασία της ενδοομάδας τους δεν αναγνωρίζεται επαρκώς από τους άλλους και ότι η ομάδα τους αξίζει ειδική μεταχείριση.

ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΛΑΪΚΙΣΜΟΣ ΣΤΙΣ ΗΠΑ ΚΑΙ ΣΤΗ ΒΡΕΤΑΝΙΑ

Τόσο η εκστρατεία του Τραμπ όσο και το δημοψήφισμα για το Brexit του 2016 χρησιμοποίησαν συνθήματα σχεδιασμένα έτσι ώστε να κινητοποιήσουν τα άτομα εκείνα που έτρεφαν συλλογικές ναρκισσιστικές πεποιθήσεις, δίνοντας έμφαση στο γεγονός ότι η εγγενής αξία της εθνικής ενδοομάδας έχει υπονομευτεί και ότι είναι καιρός να αποκατασταθεί το μεγαλείο της ενδοομάδας (Golec de Zavala, Federico, et al., 2019· Golec de Zavala, Cichocka, & Iskra-Golec, 2013· Golec de Zavala, Peker, Guerra, & Baran, 2016).

Οι Αμερικανοί πολίτες που αισθάνονταν ότι το κοινωνικό καθεστώς της ομάδας αναφοράς τους (ειδικά οι λευκοί άνδρες) και η διεθνής θέση του έθνους τους αμφισβητούνταν έδειξαν ιδιαίτερα υψηλά επίπεδα αποκρισιμότητας στα συνθήματα που υπόσχονταν να δώσουν προτεραιότητα στην ενδοομάδα, όπως «Πρώτα η Αμερική» («America First») και «Να κάνουμε την Αμερική ξανά σπουδαία» («Make America Great Again»). Μια εθνική αντιπροσωπευτική δημοσκόπηση σε Αμερικανούς πριν και μετά τις εκλογές έδειξε ότι όσοι συγκέντρωναν υψηλή βαθμολογία στον συλλογικό ναρκισσισμό είχαν πιο ευνοϊκές απόψεις υπέρ του Ντόναλντ Τραμπ και ήταν πιο πιθανό να τον ψηφίσουν (Federico & Golec de Zavala, 2018). Η μελέτη έλεγξε μια σειρά από δημογραφικές και ψυχολογικές μεταβλητές και διαπίστωσε ότι, με εξαίρεση την πολιτική στράτευση, ο συλλογικός ναρκισσισμός αποδείχθηκε ο ισχυρότερος προβλεπτικός παράγοντας των πολιτικών προτιμήσεων.

Άλλη μια αντιπροσωπευτική μελέτη στις ΗΠΑ εξέτασε την πίστη στις θεωρίες συνωμοσίας (π.χ. van Prooijen, 2019) και διαπίστωσε ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός σχετιζόταν σημαντικά με την πίστη στις θεωρίες συνωμοσίας τόσο πριν όσο και μετά τις εκλογές του 2016 (Golec de Zavala & Federico, 2018). Οι θεωρίες συνωμοσίας μπορεί να είναι ιδιαίτερα ελκυστικές στους συλλογικούς ναρκισσιστές, καθώς αντιπροσωπεύουν στα μάτια τους μια εξήγηση για την ανεπαρκή αναγνώριση της ομάδας τους, και οι εκλογές του 2016 στις ΗΠΑ ήταν στιγματισμένες από ένα ασυνήθιστο επίπεδο πεποιθήσεων συνωμοσίας (Cichocka, Marchlewska, & Golec de Zavala, 2016· Golec de Zavala & Cichocka, 2012· Samuelsohn, 2016· van Prooijen, 2019).

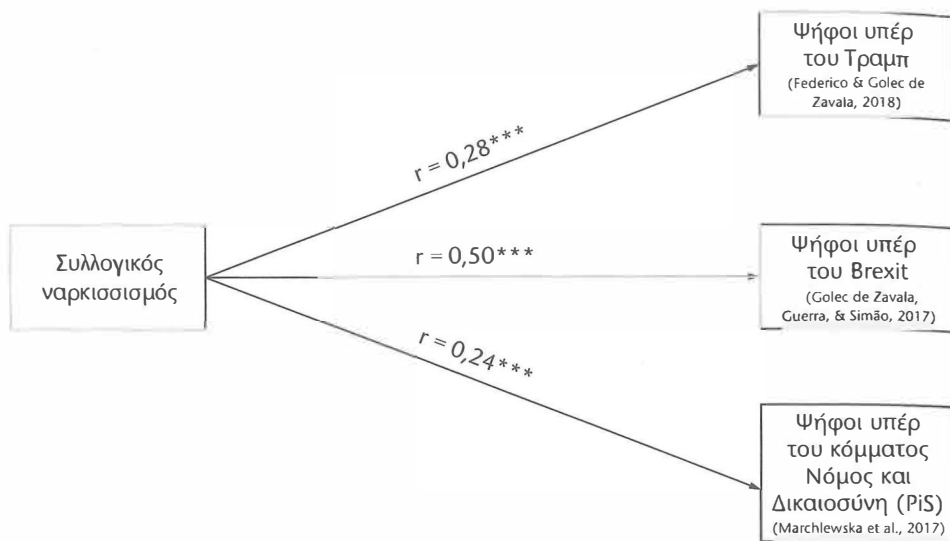
Το αποτέλεσμα του δημοψηφίσματος για το Brexit το 2016 μπορεί επίσης να ερμηνευτεί μέσω της κινητοποίησης των συλλογικών ναρκισσιστών, οι οποίοι θεώρησαν ότι η ΕΕ υπονόμει το πολιτικό καθεστώς και την αυτονομία της χώρας τους. Η έμφαση στην απειλή που αντιπροσώπευαν οι εξωομάδες και οι «μετανάστες» ήταν ένα κοινό γνώρισμα τόσο της εκστρατείας του Τραμπ όσο και της εκστρατείας για το Brexit (π.χ. Clarke, Goodwin & Whiteley, 2016). Μια πρόσφατη μελέτη διαπίστωσε ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός, ο προσανατο-

λισμός στην κοινωνική κυριαρχία και ο δεξιός αυταρχισμός ήταν παράμετροι που μπορούσαν να προβλέψουν την ξενοφοβία και την ψήφο υπέρ του Brexit (Golec de Zavala et al., 2017), ακόμη κι όταν οι δημογραφικοί παράγοντες δεν επηρέαζαν τα αποτελέσματα. Ο συλλογικός ναρκισσισμός σχετίζεται πιο άμεσα με ανησυχίες που έχουν να κάνουν με την εικόνα της εθνικής ομάδας, την καθαρότητα, το μεγαλείο και τη μοναδικότητά της.

Μια άλλη πειραματική μελέτη (Marchlewska et al., 2017) διαπίστωσε ότι όσο περισσότερο κάποιος διάβαζε σχετικά με τα μακροπρόθεσμα οικονομικά μειονεκτήματα που η ΕΕ προκαλούσε στο Ηνωμένο Βασίλειο τόσο περισσότερο ασπάζοταν συλλογικές ναρκισσιστικές πεποιθήσεις, σε σύγκριση με όσους συμμετείχαν σε μια συνθήκη ελέγχου. Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι τα λαϊκίστικα μηνύματα που δίνουν έμφαση στη μακροπρόθεσμη απειλή και παρακμή είναι πολύ πιθανό να τύχουν ιδιαίτερα ενθουσιώδους υποδοχής μεταξύ ψηφοφόρων που τρέφουν συλλογικές ναρκισσιστικές πεποιθήσεις (Σχήμα 14.1). Ένα πολύ παρεμφερές πρότυπο έχει παρατηρηθεί επίσης στην Πολωνία, όπου ο συλλογικός ναρκισσισμός ήταν σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας της υποστήριξης προς το δεξιό λαϊκίστικο κόμμα του Γιαροσλάβ Κατσίνσκι (Jaroslaw Kaczynski) στις προεδρικές εκλογές (Marchlewska et al., 2017).

Η ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗ ΤΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ ΣΤΗΝ ΟΥΓΓΑΡΙΑ: ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Η Ουγγαρία αποτελεί ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα περίπτωση για την ανάλυση του ρόλου του συλλογικού ναρκισσισμού στην πολιτική συμπεριφορά. Η Ουγγαρία σήμερα δεν είναι πλέον δημοκρατική χώρα και είναι η μόνη χώρα μέλος της ΕΕ που συγκαταλέγεται μεταξύ των χωρών που έχουν μερικώς μόνο ελεύθερο Τύπο σύμφωνα με την ταξινόμηση του Freedom House (2018). Από την εκλογή τους το 2010, ο πρωθυπουργός Βίκτορ Όρμπαν και το κόμμα του Φιντέζ (Fidesz) ίδρυσαν ένα *de facto* μονοκομματικό κράτος, αποκαλούμενο «Σύστημα Εθνικής Συνεργασίας», το οποίο έχει αποξηλώσει συστηματικά τους δημοκρατικούς θεσμούς και έχει εξαλείψει τους συνήθεις ελέγχους και τις παραδοσιακές ισορροπίες που οριοθετούν την εκτελεστική εξουσία. Ψήφισαν ένα νέο σύνταγμα το οποίο παγιώνει την εξουσία του κυβερνώντος κόμματος, άλλαξαν τον εκλογικό νόμο έτσι ώστε να διαιωνίζει την εξουσία τους, έθεσαν το εισαγγελικό σύστημα υπό άμεσο κομματικό έλεγχο και υποχρέωσαν τα περισσότερα μέσα μαζικής ενημέρωσης να λειτουργούν υπό καθεστώς μονοκομματικής υποτέλειας. Τα τελευταία οχτώ χρόνια, η Ουγγαρία έχει κατακυλήσει από την 23η στην 87η θέση στον διεθνή κατάλογο της ελευθερίας του Τύπου – κάτω από τη Σιέρα Λεόνε (Majtényi & Miklosi, 2013· Scheppele, 2013· Tóth, 2013).



ΣΧΗΜΑ 14.1 Ο σύνδεσμος ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στην τάση για υποστήριξη των λαϊκίστικων κινημάτων διεθνώς.

Σημείωση: $*** p < 0,001$.

Σε μια απίθανη ομιλία του στις 26 Ιουλίου 2014, ο Όρμπαν δήλωσε ανοιχτά ότι η Ουγγαρία γυρίζει την πλάτη της στη φιλελεύθερη δημοκρατία. Επαινώντας αυταρχικά κράτη, όπως η Σιγκαπούρη, η Κίνα, η Τουρκία και η Ρωσία, δήλωσε ότι «πρέπει να εγκαταλείψουμε τις φιλελεύθερες μεθόδους και αρχές για την οργάνωση της κοινωνίας, καθώς και τον φιλελεύθερο τρόπο να βλέπουμε τον κόσμο [...] διότι οι φιλελεύθερες αξίες σήμερα ενσωματώνουν τη διαφθορά, το σεξ και τη βία» (Orbán, 2014). Ο Όρμπαν συχνά αντιπαραβάλλει τη «ζωτικότητα της οικονομίας που βασίζεται στην εργασία των υγιών λαών της Ανατολής σε σχέση με τους εξαντλημένους, ανήθικους, δυτικούς πολίτες που έχουν γίνει υποζύγια του χρηματοπιστωτικού καπιταλισμού» (Tolgyessy, 2013, σ. 2).

Όπως κατέληξε ο Timothy Garton Ash στον *Guardian*, ο κύριος Όρμπαν έχει κάνει συντρίμια τη φιλελεύθερη δημοκρατία στη χώρα του. Έχει καταχραστεί κονδύλια της ΕΕ για να εδραιώσει το αντιφιλελεύθερο καθεστώς του. Τα φιλαράκια του και οι συγγενείς του συνάπτουν κρατικές συμβάσεις, ενώ οι ΜΚΟ και οι υποστηρικτές της αντιπολίτευσης παρενοχλούνται με αυθαίρετους φορολογικούς ελέγχους. Κρατικοί πόροι χρησιμοποιούνται τακτικά για την προπαγάνδα του κόμματος Φιντέζ. Ο Όρμπαν έχει ουσιαστικά καταργήσει την ανεξαρτησία της δικαστικής εξουσίας, όπως τεκμηριώνεται επίσης σε μια εκτενή έκθεση της Judith Sargentini για το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Εκθέσεις της Διεθνούς Διαφάνειας και της Ευρωπαϊκής Επιτροπής έχουν διαπιστώσει ότι στο 50% περίπου των διαδικασιών δημόσιων προμηθειών υπήρξε μόνο ένας υποψήφιος που κα-

τέθεσε προσφορά, και ότι οι διαδικασίες είναι βαθιά διεφθαρμένες (Garton Ash, 2019). Σε μια παρόμοια λογική, η *Washington Post*, στο άρθρο της ομάδας σύνταξης στις 16 Αυγούστου 2014, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι αυτό που προσφέρει ο κύριος Όρμπαν

είναι κάτι λίγο περισσότερο από τον ίδιο αυταρχικό εθνικισμό που ασκούσαν οι τραμπούκοι και οι τσαρλατάνοι ολόκληρο τον 20ό αιώνα – συμπεριλαμβανομένου του φιλοναζιστικού καθεστώτος της Ουγγαρίας κατά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο [...] Ο κύριος Όρμπαν έχει εξαιρέσει τον εαυτό του από τη δημοκρατική Δύση· αυτός και η κυβέρνησή του θα πρέπει να αντιμετωπιστούν αναλόγως.

Η διαφθορά αυτή που θυμίζει το πώς είναι οργανωμένη η μαφία αποτελεί κεντρικό γνώρισμα του συστήματος, το οποίο τροφοδοτείται από κονδύλια της ΕΕ, τα οποία τακτικά τα σφετερίζονται τα φιλαράκια του Όρμπαν. Ο παιδικός του φίλος, μέχρι το 2010 ταπεινός τεχνικός υγραερίου, έχει γίνει μέσα σε λίγα μόλις χρόνια ένας από τους πλουσιότερους ανθρώπους στην Ουγγαρία. Ο γαμπρός του Όρμπαν έχει ταυτοποιηθεί από την OLAF, την υπηρεσία καταπολέμησης της διαφθοράς της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ως εμπλεκόμενος σε δραστηριότητες οργανωμένου εγκλήματος που στόχο έχουν την κλοπή κονδυλίων της ΕΕ, αλλά οι Ούγγροι εισαγγελείς δεν έχουν προβεί σε καμία απολύτως ενέργεια. Παρότι η πρόσοψη της δημοκρατίας διατηρείται, στην πραγματικότητα οι θεσμοί διοικούνται πλέον από πιστούς εντεταλμένους του κόμματος. Η κριτική που ασκήθηκε από το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, την Επιτροπή της Βενετίας και την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και πιο πρόσφατα, μετά την έκθεση Sargentini, η έναρξη των κυρώσεων της ΕΕ κατά της Ουγγαρίας σύμφωνα με το Άρθρο 7 του Συντάγματος της ΕΕ δεν είχαν κανένα αισθητό αποτέλεσμα.

Η αμείωτη κυβερνητική προπαγάνδα που επικαλείται ναρκισσιστικές πεποιθήσεις έπαιξε κρίσιμο ρόλο στη νομιμοποίηση αυτής της διαδικασίας (Albright, 2018· βλ. επίσης Εικόνα 14.1). Η επιμελώς τροφοδοτούμενη αίσθηση του εθνικισμού, της μνησικακίας για μια υποτιθέμενη αδικία και του συλλογικού ναρκισσισμού συγκροτεί μια συνιστώσα καθοριστικής σημασίας, εκμεταλλευόμενη την τραυματική ιστορία της Ουγγαρίας, όπως θα υποστηρίξουμε παρακάτω.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΙΣΤΟΡΙΚΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ

Τα τραύματα που επαναλαμβάνονται μέσα στην ιστορία προσφέρουν γόνιμο έδαφος για την καλλιέργεια του συλλογικού ναρκισσισμού, και η ουγγρική ιστορία είναι διάσπαρτη με τέτοια γεγονότα. Ουγγρικές φυλές εγκαταστάθηκαν στη λεκάνη των Καρπαθίων το 898 μ.Χ., υιοθέτησαν τον χριστιανισμό και σχημάτισαν ενιαίο κράτος γύρω στο 1000. Ωστόσο, το 1526, η διαρκώς εκτεινόμενη

Οθωμανική Αυτοκρατορία κατέκτησε την Ουγγαρία, με αποτέλεσμα 150 χρόνια κατοχής, ακολουθούμενης από αιώνες κυριαρχίας των Αψβούργων και αρκετές αποτυχημένες επαναστάσεις, οι οποίες προκάλεσαν ενδημικά αισθήματα θυματοποίησης, προδοσίας και αδικίας (Bibó, 1991· László & Fülöp, 2010).

Ενώ στη δυτική Ευρώπη το έθνος και το κράτος εξελίχθηκαν μαζί, σε χώρες όπως η Ουγγαρία (καθώς και στην Πολωνία) το συμβολικό «έθνος» παραδοσιακά κινητοποιούνταν *ενάντια* σε κράτη καταπιεστικής εξωτερικής κατοχής (Bibó, 1986). Το αποτέλεσμα είναι μια ρομαντική ιδέα ιερού και απαραβίαστου εθνικισμού να έχει αποκτήσει μια συναισθηματική βαρύτητα που δεν έχει όμοιο της αλλού (Lendvai, 2012). Οι κυρίαρχες ιδεολογικές αξίες του Διαφωτισμού, όπως ο ατομισμός, ο φιλελευθερισμός και η ανάδυση μιας αυτόνομης και ανεξάρτητης αστικής τάξης, άργησαν να φτάσουν στην Ουγγαρία, ενώ η όποια αστική τάξη εμφανίστηκε αποδεκατίστηκε ξανά και ξανά από τους πολέμους και το Ολοκαύτωμα (Bibó, 1986· Lendvai, 2004, 2012).

Η ουγγρική γλώσσα ήταν μια ισχυρή αιτία πολιτισμικής απομόνωσης, παράδοξως, όμως, υπήρξε επίσης μια πολύ σημαντική πηγή διακριτής πολιτισμικής ταυτότητας. Μετά την επανάσταση του 1848, που καταπνίγηκε, το 1876, μια ιστορική συνθήκη με τους Αψβούργους δημιούργησε την Αυστροουγγρική Μοναρχία, υπό την οποία κύλησαν 50 χρόνια άνευ προηγουμένου οικονομικής, πολιτικής και πολιτισμικής προόδου μέχρι τον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο. Μετά την ήττα της στον πόλεμο, η Ουγγαρία υπέστη ίσως το μεγαλύτερο εθνικό τραύμα της, την απώλεια των δύο τρίτων της ιστορικής επικράτειάς της σύμφωνα με τη Συνθήκη του Τριανόν (Mihályi, 2010). Τα χρόνια του Μεσοπολέμου σηματοδεύτηκαν από μια αιματηρή αλλά βραχύβια κομμουνιστική δικτατορία, ακολουθούμενη από ένα αυταρχικό, εθνικιστικό, δεξιό καθεστώς τις δεκαετίες του 1920 και του 1930. Έχοντας χάσει επίσης τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο στο πλευρό του Χίτλερ, η Ουγγαρία στη συνέχεια έγινε κομμουνιστική δικτατορία επί 45 χρόνια υπό σοβιετική στρατιωτική κατοχή.

Μετά την κατάρρευση του κομμουνισμού το 1989, κι άλλα τραύματα ακολούθησαν τη μετάβαση σε μια δημοκρατία ελεύθερης αγοράς (Andorka, Kolosi, Rose, & Vukovich, 1999· Kolosi & Tóth, 2008· Lendvai, 2012· Mihályi, 2010). Πολλές επιχειρήσεις κατέρρευσαν και η ανεργία εκτινάχθηκε στα ύψη, ενώ μεγάλα τμήματα του πληθυσμού βίωσαν την απόλυτη ή μια σχετική φτωχοποίηση. Τα κόμματα συχνά ακολούθησαν βραχυπρόθεσμες, ευκαιριακές ατζέντες ζωτικής σημασίας οικονομικές, εκπαιδευτικές, υγειονομικές και διοικητικές μεταρρυθμίσεις παραμελήθηκαν και το εθνικό χρέος ανήλθε σε μη διαχειρίσιμα επίπεδα (Andorka et al., 1999· Inotai, 2007· Tölgyessy, 2013). Από το 2008, η Ουγγαρία έχει σημειώσει μικρή πρόοδο στην προσπάθειά της να καλύψει τη διαφορά που τη χωρίζει από τα πιο αναπτυγμένα δυτικοευρωπαϊκά έθνη (Inotai, 2007· Lendvai, 2012· Mihályi, 2010). Είναι εντυπωσιακό ότι πολλοί ψηφοφόροι αναφέ-

ρουν νοσταλγία για το πρώην δικτατορικό, οπωσδήποτε ωστόσο χαρακτηριζόμενο από υψηλότερη ισότητα και ισονομία, κομμουνιστικό καθεστώς (βλ. Ερώτηση 2 στον Πίνακα 14.2).

Αυτή η τραυματική ιστορία των τελευταίων 500 χρόνων παρήγαγε μια βαθιά αίσθηση ότι μια αδικία έχει διαπραχθεί σε βάρος του έθνους, καθώς και μια ναρκισσιστική αίσθηση εθνικής ταυτότητας. Έρευνες δείχνουν ότι πολλοί Ούγγροι ψηφοφόροι μπορούν ακόμα να χαρακτηριστούν ως πολίτες μιας προ-νεωτερικής εποχής, νιώθοντας εξοικειωμένοι με τον αυταρχισμό και τους ισχυρούς ηγέτες και μένοντας πιστοί σε μια αρχαϊκή ρομαντική, εθνικιστική και εθνοκεντρική αίσθηση ταυτότητας (Kelemen et al., 2014· Lendvai, 2004). Σε μια πρόσφατη έρευνα, το 67% των Ούγγρων της ανώτερης μεσαίας τάξης δήλωναν ικανοποιημένοι με το αυταρχικό καθεστώς και η πλειονότητα αξιολογούσε επίσης θετικά το παλαιότερο δικτατορικό κομμουνιστικό καθεστώς (Πίνακας 14.2).

Για να συνοψίσουμε, λοιπόν, η Ουγγαρία είχε μια ασυνήθιστα τραυματική ιστορία, η οποία μέχρι σήμερα δεν έχει γίνει σε βάθος κατανοητή. Οι επαναλαμβανόμενες τραυματικές εμπειρίες απαιτούν μια αφηγηματική εξήγηση και συχνά οι ναρκισσιστικές αφηγήσεις κατασκευάζονται γύρω από τους άξονες της αδικίας, της προδοσίας, της αδυναμίας και της θυματικής ταυτότητας (Bibó, 1986· László & Ehmann, 2013· László & Fülöp, 2010).

ΟΥΓΓΡΙΚΗ ΕΘΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ: ΣΤΑΣΕΙΣ, ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΡΟΜΑΝΤΙΚΟΣ ΕΘΝΙΚΙΣΜΟΣ

Σε αντίθεση με τις περισσότερες δυτικές δημοκρατίες, οι Ούγγροι ζουν σε έναν ψυχικό κόσμο που χαρακτηρίζεται από απαισιοδοξία, παράπονα για τις αδικίες που έχουν διαπραχθεί σε βάρος τους και ένα στενόμυαλο γνωστικό ύφος (Keller, 2010), που υποστηρίζεται από μια κακώς επεξεργασμένη κατανόηση των αιτιακών δυνάμεων που έχουν διαμορφώσει την ιστορία του έθνους τους (László, 2014). Για παράδειγμα, ο Csepeli (2018) συνέκρινε πρόσφατα το κείμενο του εθνικού ύμνου της Ουγγαρίας με αυτό των γειτονικών χωρών (βλ. Πίνακα 14.1). Ενώ οι ύμνοι των γειτονικών χωρών επικεντρώνονται σε θετικά, αισιόδοξα και δυναμικά χαρακτηριστικά, οι φράσεις στον εθνικό ύμνο της Ουγγαρίας αφορούν κυρίως τα βάρη, τη θυματική ταυτότητα, την απόγνωση και την αδικία. Πολλές εθνικές εορτές της Ουγγαρίας γιορτάζουν επίσης τραυματικά παρά ένδοξα και επιτυχημένα ιστορικά συμβάντα (πρβλ. Csepeli, 2018).

Δεδομένα από την Παγκόσμια Έρευνα Αξιών επιβεβαιώνουν επίσης ότι οι Ούγγροι είναι πιο στενόμυαλοι, ανασφαλείς και δείχνουν λιγότερη εμπιστοσύνη σε σύγκριση με τους πολίτες των δυτικών εθνών (Keller, 2010). Ενώ οι περισσότερες δυτικές χώρες τείνουν να υπερδικαιολογούν τα πολιτικά συστήματά τους

ΠΙΝΑΚΑΣ 14.1 Σύγκριση της εικονοποιίας στους εθνικούς ύμνους (από το Cserpei, 2018, ομιλία TedX www.youtube.com/watch?v=Up9ry4AHbdY).

Γειτονικές χώρες	Ουγγαρία
Ευχαρίστηση, Χαρά, Υγεία, Δόξα, Ζωή, Αστραπή, Αυγή, Ελευθερία, Αγάπη, Τύχη, Απόλαυση Πίστη, Εμπιστοσύνη, Πλούτος, Υπερηφάνεια, Αλληλεγγύη, Νίκη, Ανταγωνισμός, Ευτυχία, Ικανότητα, Δύναμη, Καρδιά, Πίστη.	Αμαρτία, Εξιλέωση, Ήττα, Ζυγός, Σκλαβιά, Αλληλοσπαραγμός, Κακή μοίρα, Βάσανα, Τάφος, Θυμός, Σύννεφα που βροντούν, Πτώματα, Νεκρική τεφροδόχος, Ελευθερία, Φυγιάς, Σπαθί, Θλίψη, Απόγνωση, Αίμα, Ωκεανός από φλόγες, Σωρός από πέτρες, Επιθανάτια βογητιά.

(Jost & Banaji, 1994), σε μια εθνική έρευνα ($N = 1.000$) οι Ούγγροι δείχνουν την αντίθετη τάση· υποβάθμιση του συστήματος (Kelemen, 2010· Πίνακας 14.2). Παραδόξως, παρά αυτή την τόσο διάχυτη απαισιοδοξία, περίπου το 80% των ερωτηθέντων ισχυρίζονται ότι η Ουγγαρία εξακολουθεί να είναι το πιο ωραίο μέρος στον κόσμο, υποδεικνύοντας ένα είδος ρομαντικού, ναρκισσιστικού, πλασματικού εθνικισμού τον οποίο έχουν επίσης εντοπίσει οι Bibó (1991), László (2014) και Lendvai (2004) (βλ. Ερώτηση 8 στον Πίνακα 14.2).

Οι Ούγγροι (όπως και οι Πολωνοί) συγκεντρώνουν χαμηλότερες βαθμολογίες στις δοξασίες περί δίκαιου κόσμου απ' ό,τι οι πολίτες των δυτικών εθνών (Sallay & Krotos, 2004· Dolinski, 1996) και αναφέρουν χαμηλότερη προσλαμβανόμενη δικαιοσύνη και εμπιστοσύνη στο κατεστημένο (Kelemen, 2010). Μια μεροληψία «υποβάθμισης του συστήματος» που υποδεικνύει μια σταθερή ψυχολογική τάση των πολιτών να προσλαμβάνουν τα κοινωνικοπολιτικά συστήματα ως εγγενώς κακά, μεροληπτικά, άδικοι και παράνομα μπορεί επίσης να εξυπηρετεί σημαντικούς αμυντικούς ψυχολογικούς στόχους. Αν το σύστημα είναι θεμελιωδώς άδικο, τότε οι ατομικές αποτυχίες μπορούν να αποδοθούν με ασφάλεια σε ένα κακό σύστημα (Dolinski, 1996).

Σε μια εθνική αντιπροσωπευτική έρευνα, διαπιστώσαμε ότι οι συμμετέχοντες που εκδήλωναν την προτίμησή τους υπέρ ενός δεξιού κόμματος ($b = -0,101, SE = 0,024, \beta = -0,200, p < 0,001$) είχαν χαμηλότερο εισόδημα ($b = 0,057, SE = 0,014, \beta = 0,186, p < 0,001$) και βρισκόνταν σε χειρότερη οικονομική κατάσταση ($b = -0,097, SE = 0,030, \beta = -0,140, p = 0,001$) εκδήλωναν την πιο ισχυρή υποβάθμιση του συστήματος σε σύγκριση με τους ψηφοφόρους των αριστερών κομμάτων και τους συμμετέχοντες με υψηλότερο εισόδημα ($R^2 = 0,105, F(8, 579) = 8,53, p < 0,001$) (Forgas, Kelemen, & László, 2014). Η υποβάθμιση του συστήματος μπορεί να έχει διαβρωτικές πολιτικές συνέπειες, υπονομεύοντας την εμπιστοσύνη και αυξάνοντας την προδιάθεση εγκατάλειψης της δημοκρατίας υπέρ αυταρχικών εναλλακτικών. Η πρόθυμη αποδοχή της ενδημικής διαφθοράς μπορεί να είναι ακόμη ένα σύμπτωμα του σκεπτικισμού του συστήματος.

ΠΙΝΑΚΑΣ 14.2 Ουγγρικές στάσεις: Απογοήτευση και απαισιοδοξία σε ένα εθνικό αντιπροσωπευτικό δείγμα και σε ένα μικρότερο δείγμα δικηγόρων (από το Kelemen, 2010).

	Αντιπροσωπευτικό εθνικό δείγμα N = 1000	
	(N = 1000)	Δικηγόροι (N = 100)
1. Η δημοκρατία δεν πρόκειται να λειτουργήσει όπως πρέπει στην Ουγγαρία για αρκετές ακόμη δεκαετίες.		
Διαφωνώ	21%	29%
Συμφωνώ	79%	71%
2. Οι άνθρωποι ζούσαν καλύτερα πριν από την αλλαγή του πολιτικού συστήματος.		
Διαφωνώ	24%	40%
Συμφωνώ	76%	60%
3. Θεωρώ ότι η ουγγρική κοινωνία είναι ειλικρινής.		
Διαφωνώ	70%	49%
Συμφωνώ	30%	51%
4. Τα πολιτικά κόμματα δεν δρουν με γνώμονα τα συμφέροντα της χώρας.		
Διαφωνώ	18%	29%
Συμφωνώ	82%	71%
5. Ένας ισχυρός πολιτικός ηγέτης θα πρέπει να έχει τον έλεγχο για την επίλυση των προβλημάτων της χώρας.		
Διαφωνώ	16%	19%
Συμφωνώ	84%	81%
6. Στην Ουγγαρία, όλοι έχουν ίσες πιθανότητες να είναι πλούσιοι και ευτυχημένοι.		
Διαφωνώ	76%	69%
Συμφωνώ	24%	31%
7. Οι κοινωνικές συνθήκες χειροτερεύουν χρόνο με τον χρόνο.		
Διαφωνώ	14%	22%
Συμφωνώ	86%	78%
8. Για εμένα, η Ουγγαρία είναι το ωραιότερο μέρος στον κόσμο.		
Διαφωνώ	22%	18%
Συμφωνώ	78%	82%

Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι οι Ούγγροι έχουν χαμηλές προσδοκίες και μια έντονα σκεπτικιστική εικόνα για το κοινωνικοπολιτικό σύστημά τους και θεωρούν τον κόσμο έναν τόπο κατά βάση άδικο και άνισο. Παραδόξως, οι στάσεις αυτές συνυπάρχουν με μια υπέρμετρη αίσθηση της αξίας του έθνους τους, ένα πρότυπο που συνάδει με έναν ναρκισσιστικό τρόπο θέασης της ενδοομάδας (Bibó, 1986· Tölgyessy, 2013). Η ανάλυση της αφηγηματικής γλώσσας που χρησιμοποιείται κατά την περιγραφή των εθνικών συμβάντων προσφέρει μια

επιπλέον σημαντική εμπειρική μέθοδο για την ανάλυση τέτοιου είδους ναρκισσιστικών πεποιθήσεων στη «λαϊκή ψυχολογία», όπως θα δείξουν οι επόμενες ενότητες (Allport, 1924· Wundt, 1911).

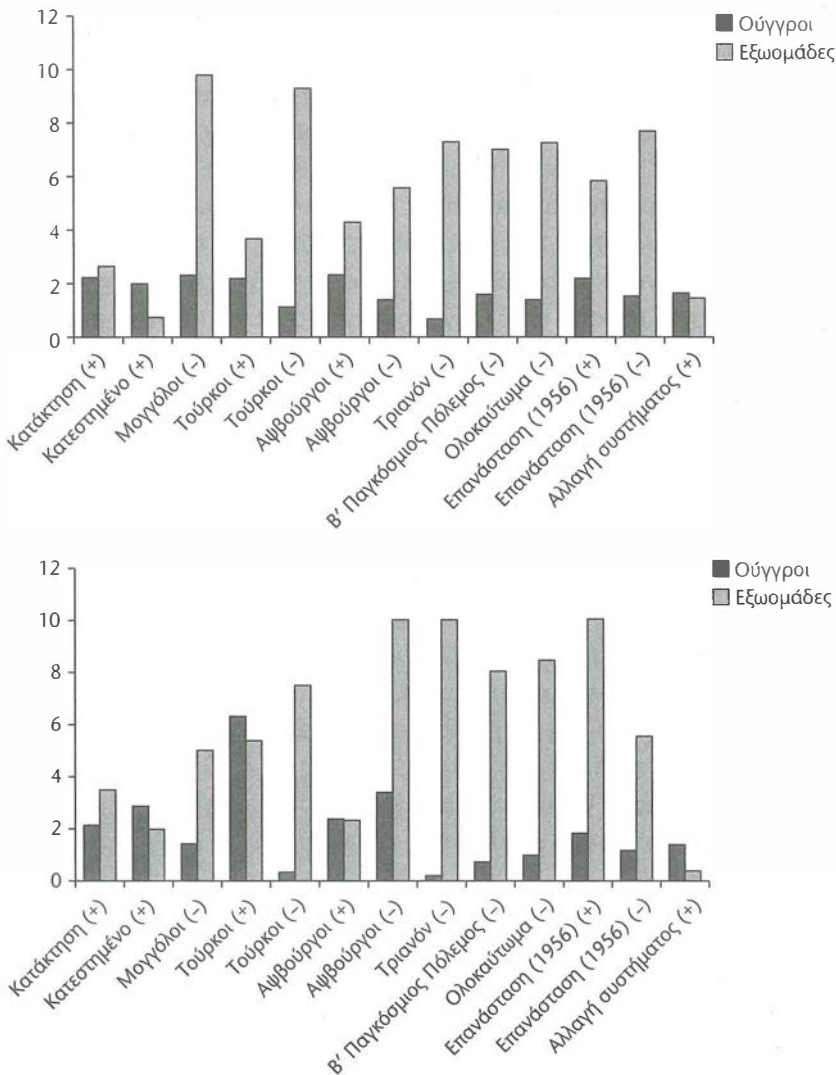
Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΥ

Πρόσφατες κειμενικές αναλύσεις ιστορικών αφηγήσεων σε συγγρικά σχολικά βιβλία, λογοτεχνικά έργα και καθημερινές συνομιλίες από τον László (2014) και τους συνεργάτες του προσφέρουν διαφωτιστικές εμπειρικές γνώσεις για το πώς οι Ούγγροι σκέφτονται τον εαυτό τους, αναδεικνύοντας ένα πρότυπο θυματικής ταυτότητας, δυσπιστίας προς τους ξένους και ρομαντικοποιημένων ιδεών μιας υπέρμετρης αίσθησης εθνικής ταυτότητας και μοίρας (László, 2005, 2014· László & Ehmann, 2013). Χρησιμοποιώντας μια ποσοτική μηχανογραφημένη μέθοδο ανάλυσης περιεχομένου (László & Ehmann, 2013), οι μελέτες αυτές ανέλυσαν περιγραφές της ιστορίας σε σχολικά βιβλία ιστορίας, ιστορικά μυθιστορήματα, κείμενα εφημερίδων και καθημερινές προφορικές αφηγήσεις από ερωτηθέντες ενός στρωματοποιημένου δείγματος 500 συμμετεχόντων.

Για παράδειγμα, οι λέξεις που χρησιμοποιούνται για την περιγραφή ιστορικών συμβάντων στα σχολικά βιβλία και στις λαϊκές αφηγήσεις μπορεί να είναι αποκαλυπτικές σχετικά με τις αντιλήψεις για την *αυτενέργεια* ή το αντίθετό της, τη *θυματική ταυτότητα* (László, 2013· László, Szalai, & Ferenczhalmy, 2010). Οι συγγραφείς ανακάλυψαν μια συντριπτική τάση των Ούγγρων να περιγράφουν την ενδοομάδα τους ως παθητική και τις εξωομάδες ως αυτενεργές και κυρίαρχες στην παραγωγή ιστορικών συμβάντων (Σχήμα 14.2), υποδηλώνοντας μια νοοτροπία θύματος και την ανεπαρκή γνωστική επεξεργασία των ιστορικών τραυμάτων.

Οι *συναισθηματικές αντιδράσεις* που εκφράζονται σε προφορικές αφηγήσεις αποτελούν επίσης πτυχή καθοριστικής σημασίας της «λαϊκής ψυχολογίας» (Allport, 1924· László & Fülöp, 2010). Οι αναλύσεις των περιγραφών ιστορικών γεγονότων που χρησιμοποιούνται σε σχολικά βιβλία, λογοτεχνικά έργα και προσωπικές αφηγήσεις που πραγματοποιήθηκαν από τον László (2014) εντόπισαν 57 είδη συναισθημάτων που εμφανίστηκαν σε 918 περιστάσεις. Η *θλίψη* και η *ελπίδα* ήταν τα δύο συναισθήματα που διέκριναν περισσότερο τους Ούγγρους από άλλα έθνη, όπως επίσης έδειξε ο Csepeli (2018) αναλύοντας τον εθνικό ύμνο (Πίνακας 14.1). Οι László και Ehmann (2013, σ. 216-217) κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι

τα αποτελέσματα απεικονίζουν μια ευάλωτη συγγρική εθνική ταυτότητα και μια μακροπρόθεσμη υιοθέτηση του ρόλου του συλλογικού θύματος [...] Η συναισθηματική και γνωστική οργάνωση της συγγρικής εθνικής ταυτότητας όπως εκφράζεται στις



ΣΧΗΜΑ 14.2 Η χρήση αφηγηματικών λέξεων που υποδεικνύουν αυτενέργεια για 13 κομβικά ιστορικά συμβάντα σε (1) σχολικά βιβλία (πάνω) και (2) σε λαϊκές αφηγήσεις.

ιστορικές αφηγήσεις δείχνει βαθιά προσκόλληση στο ένδοξο παρελθόν και σχετικά χαμηλό επίπεδο γνωστικής και συναισθηματικής επεξεργασίας των συμβάντων του 20ού αιώνα και προηγούμενων τραυμάτων [...] υποδηλώνοντας ότι αυτή η ιστορική τροχιά δεν είναι το πιο ευνοϊκό έδαφος για την οικοδόμηση μιας συναισθηματικά σταθερής ταυτότητας.

Αυτό το είδος συλλογικής συναισθηματικής προδιάθεσης που χαρακτηρίζεται από συλλογική νοσταλγία και συλλογικό ναρκισσισμό έχει εντοπιστεί επίσης

και από άλλους (Bibó, 1986, 1991· Lendvai, 2004, 2012· βλ. επίσης Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο).

Παρά την προσλαμβανόμενη έλλειψη αυτενέργειας και την αρνητική συναισθηματικότητα, οι αυτοαξιολογήσεις των Ούγγρων ήταν παραδόξως και σταθερά πιο θετικές για τους ίδιους παρά για τις εξωομάδες, συνεπείς και πάλι με μια ναρκισσιστική νοοτροπία. Στις λαϊκές αφηγήσεις και στα σχολικά βιβλία, οι Ούγγροι αξιολογούσαν τους εαυτούς τους θετικά για τα επιθυμητά συμβάντα, αλλά δεν αναλάμβαναν καμία ευθύνη για τα αρνητικά. Τέτοιες διογκωμένες αυτοαξιολογήσεις απάλλασσαν τους Ούγγρους από την υπαιτιότητα, ακόμη και για συμβάντα όπου αυτοί ήταν ξεκάθαρα οι επιτιθέμενοι και οι δράστες (όπως το Ολοκαύτωμα, οι χαμένοι πόλεμοι κ.λπ.). Η προπαγάνδα του σημερινού αυταρχικού καθεστώτος προωθεί σταθερά παραπλανητικές ιστορικές αφηγήσεις που εκμεταλλεύονται αυτή την τάση (π.χ. οι Γερμανοί εμφανίζονται ως αποκλειστικοί υπεύθυνοι για το Ολοκαύτωμα), απαλλάσσοντας έτσι τους Ούγγρους από κάθε ευθύνη. Ο Bar-Tal (2000) περιέγραψε αυτή την κατάσταση ταυτότητας ως συλλογική θυματική ταυτότητα. Οι εμπειρίες ιστορικών τραυμάτων δυσκολεύουν τη διατήρηση θετικών ομαδικών πεποιθήσεων και οι ιδέες περί συλλογικής θυματικής ταυτότητας, νοσταλγίας και ναρκισσισμού μπορεί να λειτουργήσουν ως προστατευτικοί ψυχολογικοί μηχανισμοί που συντηρούν τη θετική ομαδική ταυτότητα, δίνοντας έμφαση στην ηθική ανωτερότητα, απορρίπτοντας την ευθύνη, αποφεύγοντας την κριτική και εκμαιεύοντας συμπάθεια από άλλες ομάδες (László, 2014· βλ. επίσης Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο).

Με βάση την εκτεταμένη έρευνά του, ο László (2014, σ. 95) καταλήγει στο συμπέρασμα ότι

η συναισθηματική και γνωστική οργάνωση της συγγκρικής εθνικής ταυτότητας είναι βαθιά δεμένη με [...] ένα μακρινό ένδοξο παρελθόν και μια επακόλουθη αλληλουχία από ήττες και απώλειες [...] τα χαρακτηριστικά συναισθήματα της συγγκρικής εθνικής ταυτότητας είναι ο φόβος, η λύπη, η απογοήτευση, ο ενθουσιασμός και η ελπίδα [...] Η αίσθηση της συγγκρικής αυτενέργειας είναι πολύ χαμηλή.

Επιπλέον, το συναισθηματικό τοπίο των Ούγγρων «περιλαμβάνει διογκωμένες αυτοαξιολογήσεις που συνοδεύονται από μια υποτίμηση προς τις εξωομάδες» (σ. 96), ένα πρότυπο που υποδεικνύει συλλογικό ναρκισσισμό και συλλογική θυματική ταυτότητα (Bar-Tal, 2000). Αυτή η ναρκισσιστική αφήγηση «παρέχει ηθική δικαίωση [...] και εξασφαλίζει μια αίσθηση ηθικής ανωτερότητας, νομιμοποιώντας την επιθετικότητα» (σ. 96, βλ. επίσης Krahe, σε αυτόν τον τόμο). Μια τέτοια συναισθηματική διάθεση, ως άμεσο αποτέλεσμα των ιστορικών τραυμάτων, παράγει επίσης μια ανικανότητα για ενσυναίσθηση με τα βάσανα μιας άλλης ομάδας. Είναι κάτι ανάλογο με τον ναρκισσισμό και τον εγωκεντρισμό (László, 2014). Αυτές οι ψυχολογικές διεργασίες είχαν αναγνωριστεί νωρίτερα

και από τον Bibó (1991), ο οποίος πρότεινε ότι τα επαναλαμβανόμενα ιστορικά τραύματα διαστρεβλώνουν την πρόσληψη της πραγματικότητας, παράγοντας πολιτικές ψευδαισθήσεις και δημιουργώντας μια παθολογική κατάσταση την οποία προσδιόρισε ως κλίση προς την «πολιτική υστερία».

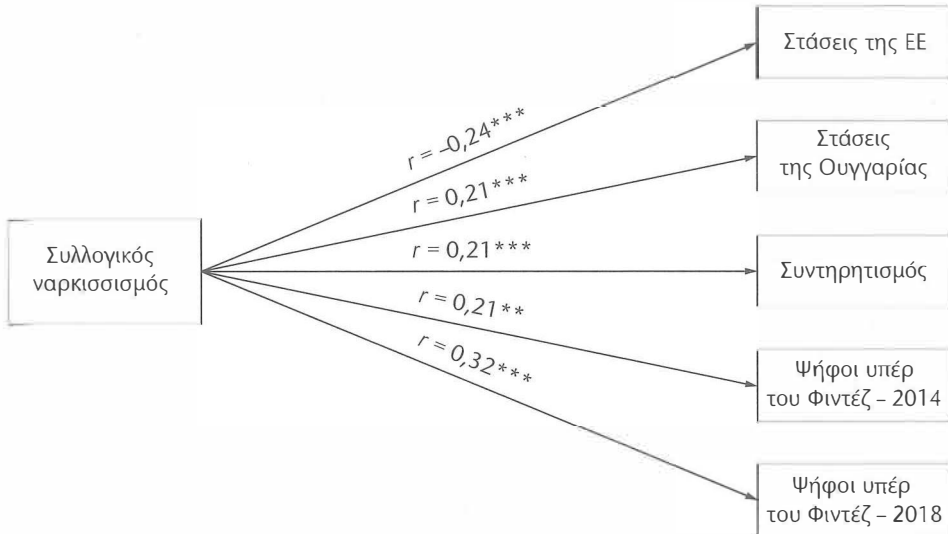
Ο ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΣ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟΣ ΠΡΟΒΛΕΠΕΙ ΤΙΣ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΟΥΓΓΑΡΙΑ

Τα αυταρχικά καθεστώτα χρησιμοποιούν συστηματικά την προπαγάνδα για να επικαλεστούν μια αίσθηση αδικίας που διακατέχει τους πολίτες και τον συλλογικό ναρκισσισμό τους. Το ίδιο ακριβώς συμβαίνει και στην Ουγγαρία (Albright, 2018). Συστηματικές εκστρατείες προπαγάνδας περιλάμβαναν διαφημιστικές πινακίδες σε όλη τη χώρα που προωθούσαν την ανάγκη «να σταλούν μηνύματα στις Βρυξέλλες», συμπεριλαμβανομένου του αιτήματος μεγαλύτερου σεβασμού προς τους Ούγγρους (βλ. Εικόνα 14.1). Ο στόχος της ουγγρικής κρατικής προπαγάνδας ήταν να εκμεταλλευτεί το αίσθημα θυματικής ταυτότητας και ναρκισσισμού και να το μετατρέψει σε πολιτικό κεφάλαιο για να υποστηρίξει τη νομιμότητα του κυβερνώντος κόμματος. Συγκεκριμένα, η αδιάκοπη προώθηση ανορθολογικών και παραπλανητικών θεωριών συνωμοσίας (π.χ. η παρουσίαση του Τζορτζ Σόρος, ενός επιχειρηματία με φιλανθρωπική δράση, ως χειριστή των αντιουγγρικών πολιτικών της ΕΕ και του Γιούνκερ ως μαριονέτας του) είναι πρωφανής σε μια χώρα της ΕΕ (Εικόνα 14.1δ).

Το ξαναγράψιμο της ιστορίας αποτελεί επίσης σήμα κατατεθέν του αυταρχικού καθεστώτος της Ουγγαρίας. Πολλά νέα «ιστορικά ινστιτούτα» χρηματοδοτήθηκαν από ταμεία των φορολογούμενων πολιτών, διαδίδοντας μια προπαγάνδα που απαλλάσσει τους Ούγγρους από την παραμικρή ευθύνη για τις πολεμικές ήττες και το Ολοκαύτωμα. Μια άλλη στρατηγική προπαγάνδας είναι η δημιουργία παράλογων ιστοριών για τις αρχαίες αρετές και δόξες των Ούγγρων. Για παράδειγμα, η *Magyar Hírlap*, η καθημερινή εφημερίδα του Φιντέζ, δημοσιεύει συχνά άρθρα αυτοαποκαλούμενων «ιστορικών» που υποστηρίζουν ότι ο ουγγρικός πολιτισμός προηγήθηκε του αιγυπτιακού, ότι οι Ούγγροι επινόησαν τη γραφή και πολλά άλλα πράγματα άλλωστε, και ότι όλα αυτά τα «επιτεύγματα» δεν αναγνωρίζονται επαρκώς λόγω κάποιας συνωμοσίας εξυφασμένης από εχθρούς και επικριτές. Αντί να προκαλούν τον χλευασμό που τους αξίζει, τέτοιες θεωρίες βρίσκουν γόνιμο έδαφος. Για παράδειγμα, πολλά μέρη της Ουγγαρίας τώρα παρουσιάζουν περήφανα τα τοπωνύμια γραμμένα με ρουνικούς χαρακτήρες τους οποίους κανείς δεν μπορεί να διαβάσει (υποτίθεται ότι είναι μια αρχαία ουγγρική εφεύρεση), ως μια ορατή επιβεβαίωση της ανωτερότητας του έθνους (Εικόνα 14.1ε).

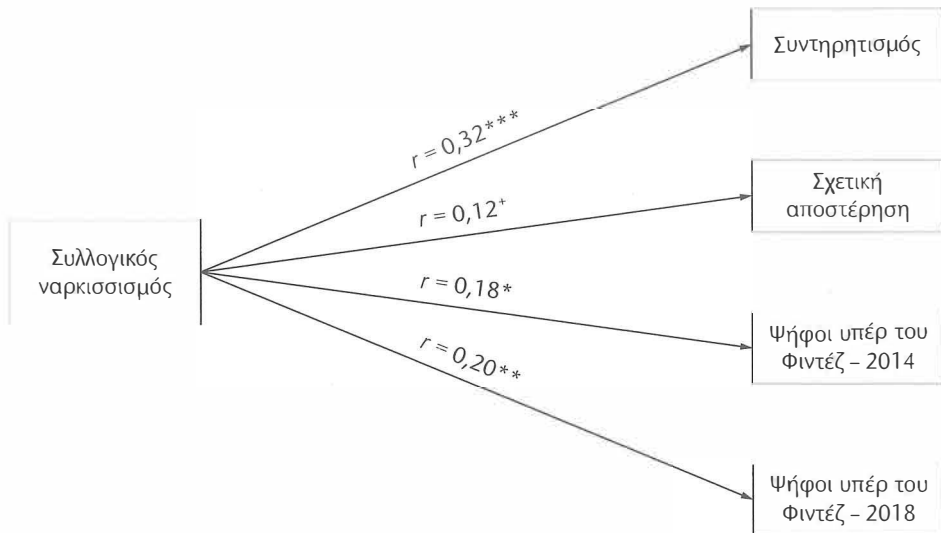


EIKONA 14.1 Παραδείγματα προπαγάνδας της συγγκρικής κυβέρνησης: Επάνω αριστερά: «Το μήνυμά μας στις Βρυξέλλες: Απαιτούμε σεβασμό για τους Ούγγρους!» Επάνω δεξιά: «Ας μην επιτρέψουμε στον Σόρος να γελάσει τελευταίος!» Μέση αριστερά: «Ας μην υποκύψουμε στον εκβιασμό: Υπερασπιστείτε την Ουγγαρία». Μέση δεξιά: «Έχετε δικαίωμα να ξέρετε τι σχεδιάζουν οι Βρυξέλλες για λογαριασμό σας». Κάτω αριστερά: Ρουνική γραφή τοπωνυμίων. Κάτω δεξιά: «Η Ουγγαρία δεν θα υποχωρήσει!»



ΣΧΗΜΑ 14.3 Η σχέση ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στις λαϊκίστικες πεποιθήσεις στην Ουγγαρία το 2016.

Σημείωση: ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$.



ΣΧΗΜΑ 14.4 Η σχέση ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στους προβλεπτικούς παράγοντες του λαϊκισμού στην Ουγγαρία το 2018.

Σημείωση: + $p = 0,06$ * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$.

Από κάθε άποψη, αυτή η συστηματική εκμετάλλευση μιας πληγωμένης αίσθησης της εθνικής ταυτότητας και ενός συλλογικού ναρκισσισμού αποδείχθηκε εξαιρετικά αποτελεσματική. Δύο πρόσφατες μελέτες που διερεύνησαν δύο δείγματα Ούγγρων ενηλίκων ($N1 = 284$, $N2 = 265$), τα οποία συγκεντρώθηκαν με τη βοήθεια των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, επιβεβαίωσαν ότι ο συλλογικός ναρκισσισμός σχετιζόταν σημαντικά με την υποστήριξη του λαϊκίστικου κόμματος Φιντέζ και του Βίκτορ Όρμπαν (Lantos & Forgas, 2019). Οι συμμετέχοντες που συγκέντρωναν υψηλότερη βαθμολογία στον συλλογικό ναρκισσισμό ήταν πιο πιθανό να ψηφίσουν υπέρ του Φιντέζ και του Όρμπαν στις εθνικές εκλογές του 2014 και του 2018. Οι συμμετέχοντες με τον ισχυρότερο ναρκισσισμό είχαν επίσης πιο συντηρητικές απόψεις, έτρεφαν πιο ευνοϊκές απόψεις για την Ουγγαρία και πιο αρνητικές απόψεις για την ΕΕ (Σχήμα 14.3).

Περαιτέρω δεδομένα, που συλλέχθηκαν λίγο πριν από τις ουγγρικές εκλογές του 2018, αναπαράγουν αυτά τα αποτελέσματα (Lantos & Forgas, 2019, Μελέτη 2, βλ. Σχήμα 14.4). Ο συλλογικός ναρκισσισμός συνδέθηκε και πάλι σημαντικά με τον συντηρητισμό, με μεγαλύτερη υποστήριξη για τον Όρμπαν και το Φιντέζ και με υψηλότερα επίπεδα σχετικής αποστέρησης (φτώχεια· βλ. Σχήμα 14.4).

Όπως συνέβη στις εκστρατείες για το Brexit και του Τραμπ, έτσι και η ουγγρική κυβέρνηση τονίζει επίσης την απειλή των μεταναστών να δημιουργήσουν αρνητικές στάσεις προς την ΕΕ. Η αποτυχία της ΕΕ να αντιμετωπίσει το πρόβλημα της ανεξέλεγκτης μετανάστευσης έχει γίνει ένα δυνατό χαρτί στα χέρια του Όρμπαν. Η απειλή που αντιπροσωπεύουν οι μετανάστες έχει παραμείνει το επίκεντρο της ξενοφοβικής κυβερνητικής προπαγάνδας τα τελευταία χρόνια, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα φόβου και μίσους και μετατρέποντας την Ουγγαρία σε μια από τις πιο ξενοφοβικές χώρες στην Ευρώπη. Η έρευνα έχει επαληθεύσει μια αύξηση της ρητορικής μίσους και των εγκλημάτων μίσους μετά τις εκστρατείες του Τραμπ το 2016 στις ΗΠΑ (Levin, Nolan, & Reitzel, 2018), το Brexit στο Ηνωμένο Βασίλειο (Agerholm, 2016), το κόμμα Φιντέζ στην Ουγγαρία (Wallen, 2018) και επίσης μετά την εκλογή του υπερσυντηρητικού κόμματος Νόμος και Δικαιοσύνη (PiS) στην Πολωνία (Flückiger, 2017).

Υπάρχει επομένως ένα ξεκάθαρο πρότυπο που υποδεικνύει μια ισχυρή σχέση ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στην υποστήριξη του λαϊκισμού σε πολλά έθνη, όπως φαίνεται στον Πίνακα 14.3. Πραγματοποιήσαμε επίσης μια μετα-ανάλυση για να συνοψίσουμε αυτά τα αποτελέσματα χρησιμοποιώντας το εργαλείο Meta-Essentials (βλ. Πίνακα 14.4· Suurmond, van Rhee, & Hak, 2017), επιβεβαιώνοντας μια σαφή και σημαντική σχέση ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στον λαϊκισμό σε όλες τις δημοσιευμένες μελέτες, με συνολική μέτρια θετική συσχέτιση 0,30.

ΠΙΝΑΚΑΣ 14.3 Σύνοψη των ευρημάτων που αφορούν τη σχέση ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό, μετρημένο με την Κλίμακα Συλλογικού Ναρκισσισμού (ΚΣΝ), και στην υποστήριξη λαϊκίστικων πολιτικών κινήματων στις ΗΠΑ, τη Βρετανία, την Πολωνία και την Ουγγαρία.

Πηγή	Μελέτη	N	Χώρα	Μέτρηση ΣΝ	α	Μέτρο λαϊκισμού	r
1. Federico & Golec de Zavala, 2018	–	1730	ΗΠΑ	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,83	Ψήφος υπέρ του Τραμπ	0,28***
2. Golec de Zavala, Guerra, & Simão, 2017	1	280	ΗΒ	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,87	Ψήφος υπέρ του Brexit	0,50***
3. Golec de Zavala, Guerra, & Simão, 2017	2	226	ΗΒ	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,88	Ψήφος υπέρ του Brexit	0,37***
4. Lantos & Forgas, 2019	1	194	Ουγγαρία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,82	Ψήφος υπέρ του Όρμπαν το 2014	0,21**
5. Lantos & Forgas, 2019	1	240	Ουγγαρία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,82	Ψήφος υπέρ του Όρμπαν το 2018	0,32***
6. Lantos & Forgas, 2019	2	155	Ουγγαρία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,73	Ψήφος υπέρ του Φιντέζ το 2014	0,18*
7. Lantos & Forgas, 2019	2	207	Ουγγαρία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,73	Ψήφος υπέρ του Φιντέζ το 2018	0,20**
8. Marchlewska et al., 2017	1	1007	Πολωνία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,87	Ψήφος υπέρ του Νόμος και Δικαιοσύνη	0,24***
9. Marchlewska et al., 2017	1	1007	Πολωνία	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,87	Ψήφος υπέρ του Γιαροσλάβ Κατσίνσκι	0,18***
10. Marchlewska et al., 2017	2	497	ΗΒ	ΚΣΝ 9 ερωτήσεων	0,91	Στήριξη προς το Brexit	0,47***
11. Marchlewska et al., 2017	3	403	ΗΠΑ	ΚΣΝ 5 ερωτήσεων	0,88	Στήριξη προς τον Τραμπ	0,29***

Σημείωση: * $p < 0,05$. ** $p < 0,01$. *** $p < 0,001$.

ΠΙΝΑΚΑΣ 14.4 Μετα-αναλυτική σύνοψη της σχέσης ανάμεσα στον συλλογικό ναρκισσισμό και στην υποστήριξη προς τα λαϊκίστικα κινήματα στις δέκα μελέτες που περιλαμβάνονται στον Πίνακα 14.3.

<i>N</i>	<i>k</i>	<i>r</i>	<i>T</i>	<i>Q</i>	<i>I</i> ²
5.946	11	0,30	0,10	63,37***	84%

Σημειώσεις: *N* = μέσο μέγεθος δείγματος ανά μελέτη \times *k*. *k* = αριθμός μελετών. *r* = συνοπτικοί συντελεστές συσχέτισης. *T* = εκτίμηση της τυπικής απόκλισης της κατανομής των αληθινών μεγεθών επίδρασης, βάσει της υπόθεσης ότι αυτά τα αληθινά μεγέθη επίδρασης είναι κανονικά κατανομημένα. *Q* = ετερογένεια. *I*² = ποσοστό μη εξηγούμενης διακύμανσης. *** $p < 0,001$.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στο κεφάλαιο αυτό διερευνήσαμε τους δεσμούς ανάμεσα στις ψυχολογικές αναπαραστάσεις και στην πολιτική συμπεριφορά και, πιο συγκεκριμένα, τον ρόλο του συλλογικού ναρκισσισμού ως παράγοντα στην άνοδο του λαϊκισμού σε διάφορα έθνη. Εστίασαμε ιδιαίτερα την προσοχή μας στην περίπτωση της Ουγγαρίας, μιας χώρας που έχει ίσως υιοθετήσει ενεργά περισσότερο από κάθε άλλο έθνος μια λαϊκίστικη, εθνικιστική και αντιφιλελεύθερη πολιτική ατζέντα. Για να αποκτήσουμε μια βαθύτερη κατανόηση αυτών των εξελίξεων, εξετάσαμε ορισμένους από τους ιστορικούς, ψυχολογικούς και γνωστικούς παράγοντες που είναι ίσως σε θέση να εξηγήσουν γιατί η δημοκρατία, σε ορισμένες πρόσφατα δημοκρατικές χώρες, όπως η Ουγγαρία, φαίνεται τόσο εύθραυστος θεσμός.

Η καλλιέργεια συλλογικής αίσθησης εθνικής αδικίας και θυματικής ταυτότητας σε συνδυασμό με μια ναρκισσιστική υπερεκτίμηση της ενδοομάδας έχει αποτελέσει μια συστηματική στρατηγική προπαγάνδας που χρησιμοποιήθηκε από λαϊκιστές ηγέτες, όπως ο Μουσολίνι, ο Χίτλερ, ο Πούτιν, ο Ερντογάν και ο Όρμπαν, με σκοπό να θεσπίσουν μια πολιτική νομιμότητα (Albright, 2018· Golec de Zavala et al., 2013· 2016). Φαίνεται πως μια ευάλωτη ομαδική ταυτότητα είναι ικανή να αυξήσει την αποτελεσματικότητα της λαϊκίστικης και εθνικιστικής προπαγάνδας στην Ουγγαρία και σε άλλες χώρες. Οι αξιώσεις ότι η Ουγγαρία δίνει έναν αγώνα ζωής και θανάτου για την αναγνώρισή της, προσπαθεί να περισώσει τον χριστιανισμό και αντιστέκεται στις αποικιοκρατικές τάσεις της ΕΕ και των διεθνών Εβραίων συνωμοτών μπορεί να φαίνονται παράλογες, ωστόσο αυτού του είδους οι αξιώσεις έχουν απήχηση σε σημαντικές μερίδες του συγγρικού εκλογικού σώματος (Kelemen, 2010· László, 2014). Αυτό συμβαίνει αποκλειστικά επειδή η κατανόησή τους για την ιστορία έχει διαποτιστεί από ιστορικές αφηγήσεις και μεταφορές που δίνουν έμφαση στη θυματική ταυτότητα, την εκμετάλλευση και τη συνωμοσία εναντίον ενός μικρού αλλά γενναίου λαού (βλ. επίσης Landau & Keefer, 2014· van Prooijen, 2019).

Για να ανθήσει η δημοκρατία, είναι σημαντικό καθένας από τους πολίτες να έχει ατομικά εμπιστοσύνη στο «σύστημα» και να σκέφτεται και να ενεργεί

με ανεξάρτητο, αυτόνομο, σίγουρο, ατομιστικό και διεκδικητικό τρόπο. Χώρες όπως η Ουγγαρία υπέστησαν το πλήγμα ενός τραυματικού παρελθόντος που δεν κατάφερε να εφοδιάσει τους πολίτες με όσους λόγους χρειάζονταν για να προσπαθήσουν να αντλήσουν μια γνήσια θετική ταυτότητα και διακριτότητα από την τραυματισμένη ιστορία τους. Αιώνες καταπίεσης καλλιέργησαν μια απαισιόδοξη νοοτροπία θύματος, ενώ η ιδεολογία και οι νοητικές συνήθειες του ισχυρού ατομισμού δεν είχαν την ευκαιρία να εδραιωθούν. Αντιπροσωπευτικά εθνικά δείγματα έδειξαν ότι οι Ούγγροι χαρακτηρίζονται από υψηλό βαθμό σκεπτικισμού απέναντι στο σύστημα και υποβάθμισης του συστήματος, καθώς και από γενικές δοξασίες για έναν άδικο κόσμο (Kelemen, 2010· Kelemen, Szabó, Mészáros, László, & Forgas, 2014). Οι γλωσσικές αναλύσεις των ιστορικών αφηγήσεων επιβεβαίωσαν ότι αυτές οι στάσεις έχουν τις ρίζες τους σε ιστορικές εμπειρίες, αποδεικνύοντας έτσι μια έλλειψη αυτενέργειας και μια θυματική ταυτότητα, καθώς και μια αδυναμία ανάληψης της ευθύνης για τα ιστορικά τραύματα, σε συνδυασμό με μια αμυντική, μη ρεαλιστικά θετική και ανεπαρκώς επεξεργασμένη αξιολόγηση της ενδοομάδας και του έθνους (Keller, 2010· Kelemen, 2010· László, 2014).

Τα δεδομένα αυτά είναι συνεπή με αυτό που μπορούμε να ονομάσουμε «ναρκισσιστική νοοτροπία». Παρουσιάσαμε επίσης άμεσα εμπειρικά στοιχεία που δείχνουν ότι οι υψηλότερες βαθμολογίες στην Κλίμακα Συλλογικού Ναρκισσισμού συσχετίζονται σημαντικά με τη δεξιά ιδεολογία και με μια προτίμηση για το κυβερνών αυταρχικό κόμμα. Η κυβερνητική προπαγάνδα που κυριαρχεί πλέον τόσο στο δημόσιο ραδιοτηλεοπτικό πεδίο όσο και στα περισσότερα έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης δίνει σταθερά έμφαση σε ναρκισσιστικά θέματα, όπως το αίτημα για αναγνώριση, οι ηρωικές αρετές και το ιστορικό μεγαλείο. Φαίνεται λοιπόν ότι ο συνδυασμός μη επουλωμένων ιστορικών τραυμάτων, μιας ευάλωτης αίσθησης εθνικής ταυτότητας και της απουσίας αυτόνομου ατομισμού είναι πιθανότερα ικανός να καταστήσει μια κοινωνία επιρρεπή σε απλουστευτικά κυβερνητικά μηνύματα που εκμεταλλεύονται τον συλλογικό ναρκισσισμό και δίνουν έμφαση σε εξωτερικούς εχθρούς και σε μια θυματική ταυτότητα.

Η εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία πρέπει να υιοθετήσει νέες μεθόδους για να σταθεί στο ύψος των απαιτήσεων τόσο σύνθετων ιστορικών και ψυχολογικών διαδικασιών. Σε αυτό το άρθρο δείξαμε πώς μια προσέγγιση στηριζόμενη σε πολλαπλές μεθόδους, η οποία χρησιμοποιεί την ιστορική ανάλυση, εμπειρικά δεδομένα από αντιπροσωπευτικές έρευνες, αφηγηματικές γλωσσικές αναλύσεις και μελέτες ερωτηματολογίων, μπορεί να αξιοποιηθεί για να παραχθούν συγκλίνοντα δεδομένα που τεκμηριώνουν ότι η κοινωνική σκέψη και η πολιτική συμπεριφορά είναι άρρηκτα συνδεδεμένες μεταξύ τους.

Όπως επισήμανε ο Πλάτωνας πριν από περισσότερα από 2.000 χρόνια, ένας από τους μεγαλύτερους κινδύνους για τη δημοκρατία σχετίζεται με το ότι οι

απλοί άνθρωποι επηρεάζονται πολύ εύκολα από τη συναισθηματική και παραπειστική ρητορική των φιλόδοξων πολιτικών. Η έρευνα της εξελικτικής ψυχολογίας γύρω από τα θεμελιώδη χαρακτηριστικά της ανθρώπινης νόησης επιβεβαιώνει τώρα ότι οι άνθρωποι διακατέχονται πράγματι από μια πολύ ισχυρή προδιάθεση να ενστερνιστούν πλασματικά συμβολικά συστήματα πεποιθήσεων ως μέσο ενίσχυσης της συνοχής και του συντονισμού της ομάδας (Harari, 2014· von Hippel, 2018· βλ. επίσης van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο). Ο λαϊκισμός είναι σχεδιασμένος έτσι ώστε να εκμεταλλεύεται αυτές τις τάσεις. Προκειμένου να λειτουργήσει η δημοκρατία και να τεθεί υπό έλεγχο ο συλλογικός ναρκισσισμός, είναι κεφαλαιώδους σημασίας για τα έθνη να αντιμετωπίσουν τα ιστορικά τραύματά τους, να αναπτύξουν μια ρεαλιστική αίσθηση της εθνικής ταυτότητάς τους και να επικυρώσουν εκ νέου τις διαφωτιστικές αξίες του αυτόνομου ατομισμού. Δυστυχώς, αυτή η δύσκολη πορεία φαίνεται σήμερα, σε χώρες όπως η Ουγγαρία, να έχει αναχαιτιστεί, πιθανόν κατά δεκαετίες ολόκληρες.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Acemoglu, D., & Robinson, J. A. (2013). *Why nations fail: The origins of power, prosperity, and poverty*. New York, NY: Crown Books.
- Adorno, T. (1997). *Gesammelte Schriften in zwanzig Bänden [Collected writings in 20 volumes]* (Vols. 8-9). Berlin, Germany: Suhrkamp/Insel.
- Agerholm, H. (2016, June 26). Brexit: Wave of hate crime and racial abuse reported following EU referendum. *The Independent*. Retrieved from www.independent.co.uk/news/uk/home-news/brexit-eu-referendum-racial-racism-abuse-hate-crime-reported-latest-leave-immigration-a7104191.html
- Albright, M. (2018). *Fascism: A warning*. New York, NY: Harper Collins Press.
- Allport, F. H. (1924). *Social psychology*. Boston: Houghton Mifflin.
- Andorka, R., Kolosi, T., Rose, R., & Vukovich, G. (1999). *A society transformed: Hungary in time-space perspective*. Budapest: CEU Press.
- Bar-Tal, D. (2000). *Shared beliefs in a society: Social psychological analysis*. London: Sage.
- Bibó I. (1986). A Kelet-európai kisállamok nyomorúsága. *Válogatott tanulmányok*, 185-266.
- Bibó, I. (1991). *Democracy, revolution, self determination*. Budapest: Eastern European Monographs.
- Borgida, E., Federico, C. M., & Sullivan, J. L. (Eds.). (2009). *The political psychology of democratic citizenship*. New York: Oxford University Press.
- Cichočka, A. (2016). Understanding defensive and secure in-group positivity: The role of collective narcissism. *European Review of Social Psychology*, 27, 283-317.
- Cichočka, A., Marchlewska, M., & Golec de Zavala, A. (2016). Does self-love or selfhate predict conspiracy beliefs? Narcissism, self-esteem, and the endorsement of conspiracy theories. *Social Psychological and Personality Science*, 7(2), 157-166.
- Clarke, H. D., Goodwin, M., & Whiteley, P. (2016). *Why Britain voted for Brexit: An individual-level analysis of the 2016 referendum vote*. Paper Presented at EPOP Conference, Sept. 10. Kent.

- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin*, 130(3), 392-414.
- Csepeli, G. (2018). *National character and a culture of complaint*. TedX Danubia, 18th November. www.ted.com/tedx/events/30245
- Dolinski, D. (1996) Belief in an unjust world: An egotistic delusion. *Social Justice Research*, 9, 213-221.
- Emmons, R. A. (1987). Narcissism: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 11-17.
- Federico, C. M., & Golec de Zavala, A. (2018). Collective narcissism and the 2016 United States presidential vote. *Public Opinion Quarterly*, 82(1), 110-121.
- Flückiger, P. (2017, August 2). Poland's government stays silent as xenophobia worsens. *DW*. Retrieved from www.dw.com/en/polands-government-stays-silent-as-xenophobia-worsens/a-39941042
- Forgas, J. P. (1980). Implicit representations of political leaders: A multidimensional analysis. *Journal of Applied Social Psychology*, 10, 95-310.
- Forgas, J. P., Kelemen, L., & László, J. (2014). Social cognition and democracy: An eastern European case study. In J. P. Forgas, B. Crano, & K. Fiedler (Eds.) *Social psychology and politics* (pp. 263-285). New York: Psychology Press.
- Freedom House. (2018). *Freedom in the world report, 2018*. Hungary. <https://freedomhouse.org/report/freedom-world/2018/hungary>
- Fromm, E. (1964/2010). *The heart of man: Its genius for good and evil*. New York, NY: AMHF.
- Garton Ash, T. (2019, June 20). Europe must stop this disgrace: Viktor Orban is dismantling democracy. *The Guardian*. Retrieved from www.theguardian.com/commentisfree/2019/jun/20/viktor-orban-democracy-hungary-eu-funding
- Ginges, J. (2014). Sacred values and political life. In J. P. Forgas, B. Crano, & K. Fiedler (Eds.), *The social psychology of politics* (pp. 41-57). New York: Psychology Press.
- Golec de Zavala, A. (2018). Collective narcissism: Antecedents and consequences of exaggeration of the in-group image. In A. Hermann, A. Brunell, & J. Foster (Eds.), *The handbook of trait narcissism: Key advances, research methods, and controversies* (pp. 79-89). New York, NY: Springer.
- Golec de Zavala, A., & Cichocka, A. (2012). Collective narcissism and anti-Semitism in Poland. *Group Processes & Intergroup Relations*, 15(2), 213-229.
- Golec de Zavala, A., Cichocka, A., Eidelson, R., & Jayawickreme, N. (2009). Collective narcissism and its social consequences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(6), 1074-1096.
- Golec de Zavala, A., Cichocka, A., & Iskra-Golec, I. (2013). Collective narcissism moderates the effect of in-group image threat on intergroup hostility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(6), 1019.
- Golec de Zavala, A., Dyduch-Hazar, K., & Lantos, D. (2019). Collective narcissism: Political consequences of investing self-worth in the ingroup's image. *Political Psychology*, 40, 37-74.
- Golec de Zavala, A., & Federico, C. M. (2018). Collective narcissism and the growth of conspiracy thinking over the course of the 2016 United States presidential election: A longitudinal analysis. *European Journal of Social Psychology*, 48(7), 1011-1018.
- Golec de Zavala, A., Federico, C. M., Sedikides, C., Guerra, R., Lantos, D., Cyprianska, C., & Baran, T. (2019). *Low self-esteem predicts outgroup derogation via collective narcissism, but this relationship is obscured by in-group satisfaction*. Manuscript under review.

- Golec de Zavala, A., Guerra, R., & Simão, C. (2017). The relationship between the Brexit vote and individual predictors of prejudice: Collective narcissism, right wing authoritarianism, social dominance orientation. *Frontiers in Psychology, 8*, 2023.
- Golec de Zavala, A., Peker, M., Guerra, R., & Baran, T. (2016). Collective narcissism predicts hypersensitivity to in-group insult and direct and indirect retaliatory intergroup hostility. *European Journal of Personality, 30*, 532-551.
- Gusterson, H. (2017). From Brexit to Trump: Anthropology and the rise of nationalist populism. *American Ethnologist, 44*(2), 209-214.
- Harari, Y. N. (2014). *Sapiens: A brief history of humankind*. London, UK: Random House.
- Hobsbawm, E. J. (1992). *Nations and nationalism since 1780: Programme, myth, reality*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Inglehart, R., & Norris, P. (2016). *Trump, Brexit, and the rise of populism: Economic havenots and cultural backlash*. Paper for the roundtable on "Rage against the machine: Populist politics in the U.S., Europe and Latin America," on 2 September 2016. Annual Meeting of the American Political Science Association, Philadelphia.
- Inotai, A. (2007). *The European Union and Southeastern Europe. Troubled waters ahead?* College of Europe Studies No. 7. Peter Lang Editors, Brussels.
- Jost, J. T., & Banaji, M. R. (1994). The role of stereotyping in system-justification and the production of false consciousness. *British Journal of Social Psychology, 33* (1), 1-27.
- Keller, T. (2010). Hungary on the world values map. *Review of Sociology, 20*, 27-51.
- Kelemen, L. (2010). *Mikent velekedjunk a jogról?* Budapest: Line Design.
- Kelemen, L., Szabó, Zs. P., Mészáros, N. Zs., László, J., & Forgas, J. P. (2014). Social cognition and democracy: The relationship between system justification, just world beliefs, authoritarianism, need for closure, and need for cognition in Hungary. *Journal of Social and Political Psychology, 2*, 197-219.
- Kleine Zeitung. (2019, May 7). Interview with Viktor Orbán. Vienna, Austria. Retrieved from www.kleinezeitung.at/politik/aussenpolitik/5623229/Orban-im-ExklusivInterview_Budapest-ist-pulsierender-und-kreativer
- Koestler, A. (1959). *Sleepwalkers: A history of man's changing vision of the universe*. Hutchinson: London.
- Kolosi T., & Tóth I. Gy. (2008). A rendszerváltás nyertesei és vesztesei – generációs oldalnézetből. Tíz állítás a gazdasági átalakulás társadalmi hatásairól. *Társadalmi Riport, 15-45*.
- Kruglanski, A. W., & Fishman, S. (2009). The psychology of terrorism: Syndrome versus tool perspectives. *Journal of Terrorism and Political Violence, 18*, 193-215.
- Landau, M. J., & Keefer, L. A. (2014). The persuasive power of political metaphors. In J. P. Forgas, W. Crano, & K. Fiedler (Eds.), *Social psychology and politics*. New York: Psychology Press.
- Lantos, D., & Forgas, J. P. (2019). *The role of collective narcissism in populist attitudes and the collapse of democracy in Hungary*. Manuscript under review.
- László, J. (2005). A történetek tudománya: Bevezetés a narratív pszichológiába. *Pszichológiai Horizont, 3*, 209-223.
- László, J. (2014). *Historical tales and national identity. An introduction to narrative social psychology*. London: Routledge.
- László, J., & Ehmann, B. (2013). Narrative social psychology. In J. P. Forgas, O. Vincze, & J. László (Eds.), *Social cognition and communication*. New York: Psychology Press.
- László, J., & Fülöp, É. (2010). A történelem érzelmi reprezentációja a történelem-könyvekben és naiv elbeszélésekben. *Történelemtanítás, XLV/3*, 1-13.

- László, J., Szalai K., Ferenczhalmy R. (2010). Role of agency in social representations of history. *Societal and Political Psychology International Review*, 1, 31-43.
- Lendvai, P. (2004). *The Hungarians: A thousand years of victory in defeat*. Princeton: University Press.
- Lendvai, P. (2012). *Hungary: Between democracy and authoritarianism*. Columbia University Press.
- Levin, B., Nolan, J. J., & Reitzel, J. D. (2018, June 26). New data shows US hate crimes continued to rise in 2017. *The Conversation*. Retrieved from <http://theconversation.com/new-data-shows-us-hate-crimes-continued-to-rise-in-2017-97989>
- Majtényi, L., & Miklosi, Z. (Eds.). (2013). *Es mi lesz az alkotmánnyal?* Budapest: Eotvos Karoly Intezet.
- Marchlewska, M., Cichocka, A., Panayiotou, O., Castellanos, K., & Batayneh, J. (2017). Populism as identity politics: Perceived in-group disadvantage, collective narcissism, and support for populism. *Social Psychological and Personality Science*, 9(2), 151-162. doi:10.1177/1948550617732393
- Mihályi, P. (2010). *A magyar privatizacio enciklopediaja. [The encyclopaedia of Hungarian privatization]*. Budapest: Pannon Kiado.
- Millon, T. (2006). *Millon Clinical Multiaxial Inventory-III manual*. (3rd ed.). Minneapolis, MN: NCS Pearson.
- Myers, D. G. (2019). Psychological science meets a post-truth world. In J. P. Forgas & R. Baumeister (Eds.). *Gullibility: Fake news, conspiracy theories and irrational beliefs* (pp. 77-101). New York: Psychology Press.
- Orbán, V. (2014, July 26). *Tusnadfurdoi beszéd*. Re-published in https://mandiner.hu/cikk/20180728_orban_viktor_tusnadfurdoi_beszed.
- Pinker, S. (2018). *Enlightenment now: The case for reason, science, humanism, and progress*. USA: Penguin Books.
- Putnam, A. L., Ross, M. Q., Soter, L. K., & Roediger III, H. L. (2018). Collective narcissism: Americans exaggerate the role of their home state in appraising US history. *Psychological Science*, 29(9), 1414-1422.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890-902.
- Rosling, H. (2019). *Factfulness: Ten reasons we're wrong about the world – and why things are better than you think*. Flatiron Books: New York.
- Sallay, H., & Krotos, H. (2004). The development of just world beliefs: A cross-cultural comparison between Japan and Hungary. *Pszichológia*, 24, 233-252.
- Samuelsohn, D. (2016). A guide to Donald Trump's "rigged" election. Retrieved May 25, 2019 from www.politico.com/story/2016/10/donald-trump-rigged-election-guide-230302
- Scheppele, K. L. (2013, July 3). In praise of the Tavares report. *Hungarian Spectrum*. Retrieved from <http://hungarianspectrum.wordpress.com/2013/07/03/kim-lane-scheppele-in-praise-of-the-tavares-report/>
- Skarżyńska, K., Przybyła, K., & Wójcik, A. (2012). Grupowa martyrologia: Psychologiczne funkcje przekonania narodowej krzywdzie [Group martyrdom: Psychological functions of beliefs about national victimhood]. *Psychologia Społeczna*, 4, 335-352.
- Suurmond, R., van Rhee, H., & Hak, T. (2017). Introduction, comparison and validation of Meta-Essentials: A free and simple tool for meta-analysis. *Research Synthesis Methods*, 8(4), 537-553.

- Tajfel, H., & Forgas, J. P. (1981). Social categorization: Cognitions, values and groups. In J. P. Forgas (Ed.), *Social cognition: Perspectives on everyday understanding*. New York: Academic Press.
- The Washington Post (2014, August 16). Hungary's illiberalism should not go unchallenged. Retrieved from www.washingtonpost.com/opinions/hungarys-illiberalism-should-not-go-unchallenged/2014/08/16/b2dc72d4-1e5c-11e4-82f9-2cd6fa8da5c4_story.html
- Tölgyessy, P. (2013). *Az Orban rendszer természetete [The nature of the Orban system]*. *Komment*. Retrieved from www.komment.hu/szerzok/tolgyessy_peter/index.html
- Toth, A. (2013). The collapse of the post-communist industrial system in Hungary. *Journal for Labour and Social Affairs in Eastern Europe*, 1, 5-19. www.seer.nomos.de/fileadmin/seer/doc/Aufsatz_SEER_13_01.pdf
- van Prooijen, J-W. (2019). Belief in conspiracy theories: Gullibility or rational scepticism? In J. P. Forgas & R. Baumeister (Eds.), *Gullibility: Fake news, conspiracy theories and irrational beliefs* (pp. 319-333). New York: Psychology Press.
- von Hippel, W. (2018). *The social leap*. New York: Harper Collins.
- Wallen, J. (2018, July 13). "Hungary is the worst": Refugees become punch bag under PM Viktor Orbán. *The Independent*. Retrieved from www.independent.co.uk/news/world/europe/hungary-refugees-immigration-viktor-orban-rac-ism-border-fence-a8446046.html
- Wundt, W. (1911). *Probleme der völkerpsychologie* [Problems of social psychology], Leipzig: Wiegandt.
- Zakaria, F. (2016). Populism on the march: Why the West is in trouble. *Foreign Affairs*, 95, 9.
- Zaromb, F. M., Liu, J. H., Páez, D., Hanke, K., Putnam, A. L., & Roediger III, H. L. (2018). We made history: Citizens of 35 countries overestimate their nation's role in world history. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 7(4), 521-528.
- Žemojtel-Piotrowska, M., Piotrowski, J., Fatfouta, R., Gebauer, J., Rogoza, J., Czarna, A. ... Sedikides, C. (2019). *Towards an agency-communion model of collective narcissism: Communal collective narcissism and its nomological network*. Manuscript under preparation.

Η ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΝΟΣΤΑΛΓΙΑ ΚΑΙ Η ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΝΑ «ΚΑΝΟΥΜΕ ΞΑΝΑ ΣΠΟΥΔΑΙΑ» ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΜΑΣ

Michael J. A. Wohl και Anna Stefaniak

Το ανθρώπινο μυαλό κατέχει στην εντέλεια την τέχνη του ταξιδιού πίσω στον χρόνο, με το παρελθόν να γίνεται συχνά καταφύγιο για τους ανθρώπους που αντιλαμβάνονται ότι μια αγαπημένη ομάδα στην οποία ανήκουν (π.χ. εθνική, θρησκευτική, εθνική) απειλείται (Smeekes, Verkuyten, & Martinovic, 2015· Wohl, Tabri, & Halperin, υπό έκδοση). Η συμβολική ικανότητα του ανθρώπου να προβάλλει τον εαυτό του στο μέλλον και να ανακτά το παρελθόν είναι επίσης ένα από τα μεγαλύτερα εξελικτικά επιτεύγματα του είδους μας (βλ. επίσης van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο). Όσον αφορά την προβολή στο παρελθόν, μπορεί να επιτευχθεί ψυχολογικά μέσω της συλλογικής νοσταλγικής ονειροπόλησης (δηλαδή, μιας αίσθησης συναισθηματικής λαχτάρας ή μελαγχολικού αναστοχασμού του παρελθόντος) για το πώς ήταν κάποτε η ομάδα – για μια εποχή κατά την οποία η ενδοομάδα θεωρούνταν σε καλύτερη κατάσταση από αυτήν που της επιφυλάσσει η τρέχουσα κοινωνικοοικονομική, πολιτισμική ή/και πολιτική πραγματικότητα. Η συλλογική νοσταλγία και άλλα συλλογικά συναισθήματα, όπως ο συλλογικός ναρκισσισμός (βλ. επίσης Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο), καταπραΰνουν διότι ενδυναμώνουν μια αίσθηση σύνδεσης με την ομάδα και το ζηλευτό παρελθόν της (Wildschut, Bruder, Robertson, van Tilburg, & Sedikides, 2014). Με άλλα λόγια, βοηθάνε τα μέλη μιας ομάδας να επανοικειοποιηθούν με ψυχολογικούς όρους περασμένες εποχές (δηλαδή, να αποκαταστήσουν τη συλλογική συνέχεια). Επιπλέον, παρακινούν τα μέλη της ενδοομάδας να υποστηρίξουν το είδος εκείνο της συλλογικής δράσης που ευνοεί την ενδοομάδα στο όνομα της αναδημιουργίας του παρελθόντος στο παρόν (π.χ. Cheung, Sedikides, Wildschut, Tausch, & Ayanian, 2017· Wohl et al., υπό έκδοση). Ως εκ τούτου, η συλλογική νοσταλγία είναι ένα λειτουργικό συναίσθημα που βασίζεται στην ομάδα.

Η σημασία της συλλογικής νοσταλγίας για την εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία έγκειται στην αίσθηση απώλειας και αλλαγής που ενδημεί στη νεωτερικότητα (Boym, 2001· Davis, 1979), η οποία έχει προκαλέσει την άνοδο του λαϊκισμού στην Ευρώπη, καθώς και στη Βόρεια και τη Νότια Αμερική (Mols & Jetten, 2018· Mudde & Kaltwasser, 2012· βλ. επίσης Forgas, σε αυτόν τον τόμο). Οι λαϊκιστές πολιτικοί επιχειρηματίες στον αριστερό και στον δεξιό πολιτικό χώρο έχουν επιδείξει μια ροπή προς τη χρήση της συλλογικής νοσταλγικής ρητορικής (π.χ. «Make America Great Again») ως πολιτικού εργαλείου για να κινητοποιήσουν το εκλογικό σώμα υπέρ τους (Gaston & Hillhorst, 2018). Για να το καταφέρουν αυτό, φτιάχνουν μια εικόνα του παρελθόντος της ομάδας στην οποία, προκειμένου να στερεοποιήσουν (και να αυξήσουν) τη δυσαρέσκεια με το παρόν και το άγχος για το μέλλον, το παρουσιάζουν συνεπές προς την ταυτότητα, ανθηρό και βέβαιο. Είναι καθοριστικής ωστόσο σημασίας να τονίσουμε ότι η εικόνα του παρελθόντος της ενδοομάδας μπορεί να υπάρχει μόνο στο μυαλό εκείνων που επιθυμούν ένα συγκεκριμένο παρόν (με άλλα λόγια, αυτό το επενδεδυμένο με τόση νοσταλγία παρελθόν μπορεί να μην έχει υπάρξει ποτέ· Cheung et al., 2017· Liu & Khan, 2014). Πράγματι, η συλλογική νοσταλγική ρητορική χρησιμοποιείται συχνά για να δημιουργήσει μια εκδοχή του (ένδοξου) παρελθόντος της ομάδας ως ενός μέσου καθοδήγησης της υποστήριξης μιας συγκεκριμένης (ενάντια στην καθεστηκυία τάξη) κοινωνικοοικονομικής, πολιτισμικής ή/και πολιτικής ατζέντας.

Παρόλο που η συλλογική νοσταλγία δεν είναι άγνωστο θέμα ούτε για την κοινωνική ούτε για την πολιτική ψυχολογία, και τα δύο πεδία έχουν τηρήσει εντυπωσιακή σιγή σχετικά με την ευπλαστικότητα της συλλογικής νοσταλγίας όταν χρησιμοποιείται για πολιτικούς σκοπούς. Σε αντίθεση με αυτή την κυρίαρχη προσέγγιση, υποστηρίζουμε ότι η συλλογική νοσταλγία είναι λιγότερο μονοδιάστατη και περισσότερο σύνθετη από όσο θα υποστήριζε η αναδυόμενη βιβλιογραφία και, ως εκ τούτου, αξίζει να αναστοχαστούμε περαιτέρω σχετικά με αυτή την ιδέα και να αρθρώσουμε γύρω της έναν επιστημονικό λόγο (και την αντίστοιχη έρευνα). Στο κεφάλαιο αυτό, παραθέτουμε στοιχεία που υποστηρίζουν αυτόν τον ισχυρισμό στο πλαίσιο του εκτεταμένου βαθμού στον οποίο η σύγχρονη πολιτική χρησιμοποιεί τη ρητορική της συλλογικής νοσταλγίας για να επηρεάσει τις στάσεις του εκλογικού σώματος, μεταξύ άλλων, για την ασφάλεια και το καθεστώς της ενδοομάδας. Συγκεκριμένα, διατυπώνουμε την υπόθεση ότι η πενιχρή εμπειρική έρευνα που έχει πραγματοποιηθεί με θέμα τη συλλογική νοσταλγία έχει μεταχειριστεί αδικαιολόγητα το περιεχόμενο της νοσταλγικής ονειροπόλησης (δηλαδή, το είδος της παρελθοντικής ομάδας που αναπολούν τα μέλη της) ως μια «μεταβλητή θορύβου». Το αποτέλεσμα είναι μια άμβλυνση της προβλεπτικής χρησιμότητας της συλλογικής νοσταλγίας, η οποία θα αυξανόταν αν δίναμε μεγαλύτερη προσοχή στο μήνυμα που εκπέμπει το περιεχόμενο τόσο του

πολιτικού λόγου που χρησιμοποιεί τη ρητορική της συλλογικής νοσταλγίας όσο και της ίδιας της συλλογικής νοσταλγίας που αναφέρουν τα μέλη της ομάδας. Υποστηρίζουμε ότι το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας είναι εξαιρετικά πλούσιο σε πληροφορίες, διότι καθορίζει τις οδούς που είναι πιθανό να ακολουθήσουν τα μέλη και οι ηγέτες των ομάδων για να αποκαταστήσουν τη συνέχεια της ομάδας και να εξασφαλίσουν ένα καλύτερο μέλλον για την ενδοομάδα.

ΜΕΡΕΣ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΟΥ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΟΣ: ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ (ΕΣΦΑΛΜΕΝΕΣ) ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΕΙΣ ΣΥΛΛΟΓΙΚΗΣ ΣΥΝΕΧΕΙΑΣ

Η ιστορία των ομάδων είναι το θεμέλιο της κοινωνικής ταυτότητας. Οι ιστορίες που αφηγείται μια ομάδα για το παρελθόν της παρέχουν στα μέλη της μια κοινή κατανόηση των εμπειριών που βιώνουν στο παρόν (Bar-Tal, 2007). Αυτή η κατανόηση επιτυγχάνεται ενημερώνοντας τα μέλη της ομάδας για το ποιοι είναι (δηλαδή, ορίζουν τις κεντρικές αξίες, τις πεποιθήσεις και τις νόρμες της ομάδας), από πού προέρχονται (δηλαδή, μια κοινή ιστορία) και πού πηγαινούν (δηλαδή, μια κοινή μοίρα· Liu & Hilton, 2005· Moscovici, 1988· Pérez & Liu, 2011· Wohl, Squires, & Caouette, 2012). Δημιουργούν επίσης άρρητες αλλά και ρητές συνδέσεις ανάμεσα στα τρέχοντα και στα μελλοντικά μέλη της ομάδας από τη μία πλευρά και σε εκείνα του παρελθόντος από την άλλη πλευρά (Hilton, Erb, McDermott, & Molian, 1996· Liu, Wilson, McClure, & Higgins, 1999). Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της Αμιντά -της κεντρικής προσευχής της εβραϊκής λειτουργίας- οι Εβραίοι διαβάζουν σιωπηλά και ψέλνουν τη φράση «l'dor va'dor», η οποία μεταφράζεται «από γενιά σε γενιά». Η πρακτική του «l'dor va'dor» είναι επίσης ένα κεντρικό δόγμα της εβραϊκής εκπαίδευσης. Οι Εβραίοι μαθαίνουν να κάνουν συνδέσεις ανάμεσα στις διαφορετικές γενιές μέσω της προσήλωσής τους στις εβραϊκές παραδόσεις, καθώς και της μετάδοσής τους. Το αποτέλεσμα είναι μια αίσθηση ότι η ομάδα είναι συλλογικά συνεχής και ανθεκτική στις αντιξοότητες του χρόνου (Reicher & Hopkins, 2001· Sani et al., 2007) - ότι τα θεμελιώδη πολιτισμικά χαρακτηριστικά (αξίες, πεποιθήσεις και νόρμες) μεταδίδονται με την πάροδο του χρόνου με έναν συνεκτικό τρόπο και με υψηλή πιστότητα.

Οι αφηγήσεις μέσω των οποίων εκφράζονται οι ιστορίες για το παρελθόν της ομάδας τείνουν επίσης να επικοινωνούνται με τέτοιο τρόπο ώστε να ενσταλάσσουν στα μέλη μια πίστη στη θετική μοναδικότητα της ενδοομάδας σε σχέση με τους «άλλους» (Reicher & Hopkins, 2001· Sani et al., 2007· Sani, Herrera, & Bowe, 2009· βλ. επίσης Forgas, σε αυτόν τον τόμο) και την πεποίθηση ότι η ενδοομάδα κατέχει μια ιδιαίτερη (και εξυψωμένη) θέση στην εκτυλισσόμενη αφήγηση της ανθρωπότητας (βλ. Bar-Tal, 2007). Είναι σημαντικό ότι οι αφηγήσεις αυτές είναι συνυφασμένες σε μια αναπαράσταση ή μια συγκεκριμένη εκδήλωση που δίνει

στην ομάδα τη θέση μιας χρονικά συγκροτημένης και ανθεκτικής κοινότητας που εκτείνεται τόσο προς τα πίσω, στο παρελθόν, όσο και προς τα εμπρός, στο μέλλον (Kahn, Klar, & Roccas, 2017· Sani et al., 2007, 2009). Μια τέτοια αίσθηση συλλογικής συνέχειας παρέχει στα μέλη της ομάδας υπαρξιακή ασφάλεια (δηλαδή, «ήμασταν, είμαστε και θα είμαστε πάντα»: Jetten & Wohl, 2012· Solomon, Greenberg, & Pyszczynski, 1991) και με αυτόν τον τρόπο αναδεικνύει την ομάδα σε όχημα συμβολικής αθανασίας (βλ. Smeekes & Verkuyten, 2013). Παρότι η σωματική μορφή κάποιου είναι πεπερασμένη, αυτό το κομμάτι του εαυτού που προκύπτει από την υπαγωγή του στην ομάδα εκλαμβάνεται σαν να είναι αιώνιο.

Παρά την πρόθεση της κοινωνικής αναπαράστασης των ομάδων για το παρελθόν τους να το παρουσιάσει ως κάτι το συλλογικά συνεχές, οι κεντρικές αξίες, οι πεποιθήσεις και οι νόρμες της ομάδας δεν είναι στατικές. Η αλλαγή μπορεί να συμβεί και όντως συμβαίνει. Για παράδειγμα, η σημερινή εκδήλωση των «αμερικανικών αξιών» πρέπει να υπαγορεύει την ανάληψη δράσης για να σταματήσουν τις παράνομες ενέργειές τους και να οδηγηθούν ενώπιον της δικαιοσύνης όσοι εμπλέκονται στην εμπορία ανθρώπων, παρά το γεγονός ότι κάποτε επρόκειτο για μια κανονιστική και νόμιμη δραστηριότητα στην Αμερική. Είτε λόγω οικονομικής ύφεσης ή άνθησης είτε λόγω συνεργασίας ή ανταγωνισμού μεταξύ των ομάδων ή λόγω πολιτισμικών αλλαγών, όλες οι κοινωνικές ομάδες υφίστανται αλλαγές. Θα συμφωνήσουμε στο σημείο αυτό με μια παρατήρηση που έκανε ο Woody Allen για τις σχέσεις, ότι δηλαδή μια κοινωνική ομάδα είναι σαν καρχαρίας. Πρέπει να κινείται συνεχώς προς τα εμπρός, ειδάλλως πεθαίνει. Με άλλα λόγια, οι ομάδες πρέπει να προσαρμόζονται στο τρέχον περιβάλλον τους, διαφορετικά διατρέχουν τον κίνδυνο να ακολουθήσουν τον δρόμο των Ασσυρίων, των Βίκινγκς, των Ουίγων και των Know-Nothings, καθώς και των Shakers – ομάδων που δεν έχουν πλέον ούτε ένα μέλος.

Παρά την πανταχού παρουσία (και κατά πάσα πιθανότητα την αναγκαιότητα) της αλλαγής που βιώνει η ενδοομάδα κατά τη διάρκεια της ύπαρξής της, η εμφάνισή της συχνά εκτιμάται ως απειλή για τη συλλογική συνέχεια (Jetten & Hutchison, 2011· Jetten & Wohl, 2012). Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η ομάδα παρέχει το υπαρξιακό έδαφος πάνω στο οποίο στηρίζεται ο κοινωνικός εαυτός και, ως εκ τούτου, η προσλαμβανόμενη απειλή για τη συλλογική συνέχεια της ενδοομάδας είναι ανησυχητική για τα μέλη της (Lewin, 1948). Η προσλαμβανόμενη απειλή ενισχύει επίσης την πίστη στην ανάγκη και στο δικαίωμα αποκατάστασης (Smeekes & Verkuyten, 2013· Wohl et al., 2012). Για παράδειγμα, οι Jetten και Wohl (2012) παρουσίασαν σε Άγγλους συμμετέχοντες αφηγήσεις σχετικά με την ιστορία του έθνους τους που το περιέγραφαν είτε συνδεδεμένο με το παρόν (συλλογική συνέχεια) είτε αποσυνδεδεμένο από το παρόν (συλλογική ασυνέχεια). Όσοι διάβασαν ότι η Αγγλία χάνει τη σύνδεση με τη λαμπρή κληρονομιά της (δηλαδή, οι Άγγλοι του σήμερα και οι Άγγλοι του χθες γίνονται

με την πάροδο του χρόνου δύο πολύ διαφορετικοί λαοί) εξέφρασαν μεγαλύτερη αντίθεση στη μετανάστευση απ' ό,τι εκείνοι που διάβασαν ότι το παρελθόν της ενδοομάδας έχει ισχυρούς δεσμούς με το παρόν (δηλαδή, οι Άγγλοι του σήμερα έχουν παραμείνει πιστοί στους Άγγλους του παρελθόντος). Είναι σημαντικό, επίσης, ότι διαπίστωσαν πως το συλλογικό άγχος διαμεσολαβούσε τη σχέση ανάμεσα στην προσλαμβανόμενη συλλογική ασυνέχεια και στα αντιμεταναστευτικά συναισθήματα. Με άλλα λόγια, η αίσθηση ότι η ομάδα χάνει τους δεσμούς της με το παρελθόν αύξησε την ανησυχία για τη μελλοντική ζωτικότητα και δράση της που θεωρούνται εχέγγυα του μέλλοντος της ενδοομάδας. Τα αποτελέσματα αυτά παρέχουν στοιχεία ότι η αλλαγή γίνεται αντιληπτή ως απειλή για τη συλλογική συνέχεια, με αποτέλεσμα συχνά να αντιμετωπίζεται με αντίσταση.

Κάθε φορά που εντοπίζεται μια αλλαγή, το αποτέλεσμα μπορεί να οδηγήσει σε σχίσματα εντός της ομάδας – όπως συνέβη με την Αμερικανική Εκκλησία των Βαπτιστών, η οποία διασπάστηκε εξαιτίας της απόφασής της να χαλαρώσει στο δόγμα τις πολιτικές της σχετικά με την ομοφυλοφιλία (Tomlin, 2006). Πιο διαδεδομένη όμως είναι η αντίδραση της υποτίμησης ή της αντίστασης στην αλλαγή προκειμένου να διατηρηθεί μια αίσθηση συλλογικής συνέχειας (Boym, 2007· Hamilton, Levine, & Thurston, 2008). Ένας τρόπος με τον οποίο οι ομάδες αντιστέκονται στην αλλαγή είναι μέσω αφηγήσεων που προκαλούν συλλογική νοσταλγική ονειροπόληση (π.χ. συναισθηματική λαχτάρα) για το (πραγματικό ή φανταστικό) παρελθόν της ομάδας (Boym, 2001· Davis, 1979· Smeekes & Verkuyten, 2015· Wildschut et al., 2014). Συγκεκριμένα, σε περιόδους αλλαγής, τα μέλη της ομάδας αρχίζουν να αισθάνονται ότι το παρελθόν και το παρόν αποσυνδέονται. Η συλλογική νοσταλγία δρα έτσι ώστε να παρακινεί τη συλλογική δράση για την ενίσχυση αυτών των δεσμών και την επίτευξη και διατήρηση της συλλογικής συνέχειας (Cheung et al., 2017).

Η ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΣΥΛΛΟΓΙΚΗΣ ΝΟΣΤΑΛΓΙΑΣ

Η νοσταλγία, ένας σύνθετος όρος από τις ελληνικές λέξεις *νόστος* (επιστροφή) και *άλγος* (πόνος), επινοήθηκε από τον Ελβετό γιατρό Johannes Hofer για να περιγράψει τη λαχτάρα που αισθάνονταν για την πατρίδα τους και το σπίτι τους οι Ελβετοί μισθοφόροι τον καιρό που πολεμούσαν σε ξένες χώρες. Αν και αρχικά είχε θεωρηθεί ενδεικτική της παρουσίας μιας υποκείμενης ψυχιατρικής διαταραχής (όπως συμβαίνει με τον συλλογικό ναρκισσισμό, βλ. επίσης Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο), είναι πλέον κατανοητό ότι πρόκειται για έναν μηχανισμό αντιμετώπισης που χρησιμοποιείται σε περιόδους αλλαγής ή κρίσης (βλ. Sedikides, Wildschut, Arndt, & Routledge, 2008· Sedikides, Wildschut, Routledge,

& Arndt, 2015· Sedikides, Wildschut, Routledge, Arndt, Hepper, & Zhou, 2015). Για παράδειγμα, οι Kim και Wohl (2015) διαπίστωσαν ότι οι άνθρωποι που βιώνουν αρνητικά γεγονότα ζωής που σχετίζονται με προβληματική κατανάλωση αλκοόλ ή εθισμό στα τυχερά παιχνίδια αναφέρουν μεγαλύτερη προθυμία να δοκιμάσουν να αλλάξουν τη συμπεριφορά τους όταν βιώνουν μια νοσταλγική (που αξιολογείται από μια μέτρηση ή προκαλείται από έναν πειραματικό χειρισμό) ονειροπόληση για το πώς ζούσαν πριν από το αλκοόλ ή προτού τα τυχερά παιχνίδια εισέλθουν στο συμπεριφορικό ρεπερτόριό τους. Πιο πρόσφατα, σε δύο διαχρονικές μελέτες, ο Wohl και οι συνεργάτες του (2018) έδειξαν ότι η νοσταλγική ονειροπόληση για τον προ εθισμού εαυτό βελτίωνε τις πιθανότητες μιας αυτοαναφερόμενης απόπειρας διακοπής της εν λόγω έξης μεταξύ των ατόμων που ζούσαν με εθισμό. Ένας λόγος για τη χρησιμότητα της νοσταλγίας για τον σκοπό της αλλαγής της συμπεριφοράς είναι ότι ο εθισμός συχνά συνοδεύεται από ένα αίσθημα «απώλειας ταυτότητας» ή «αλλοίωσης ταυτότητας» ως αποτέλεσμα της εθιστικής συμπεριφοράς (Best et al., 2016· Dingle, Cruwys, & Frings, 2015· Frings & Albery, 2015· McIntosh & McKeganey, 2000· Waldorf & Biernacki, 1981). Η νοσταλγία βοηθάει τους ανθρώπους να αποκαταστήσουν τη σύνδεση με το άτομο που είχαν υπάρξει παλιότερα, κάτι που οξύνει μια αίσθηση συνέχειας της ταυτότητας (Iyer & Jetten, 2011).

Η δύναμη της νοσταλγίας έγκειται επίσης στην ικανότητά της να ενισχύει το νόημα που βρίσκει κάποιος στη ζωή (Routledge, Arndt, Sedikides, & Wildschut, 2008· Routledge et al., 2011), το οποίο βρίσκεται συχνά σε έλλειψη μεταξύ των ανθρώπων εκείνων που βιώνουν σημαντική δυσφορία στη ζωή (Coleman, Kaplan, & Downing, 1986· Nicholson et al., 1994), συμπεριλαμβανομένου του υπαρξιακού άγχους (δηλαδή, την ανησυχία για τη θνησιμότητα του ατόμου· Juhl, Routledge, Arndt, Sedikides, & Wildschut, 2010· Routledge, et al., 2008). Πράγματι, ο Routledge και οι συνεργάτες του (2011) έδειξαν ότι η νοσταλγία είναι ένας ψυχολογικός πόρος τον οποίο μπορούμε να αξιοποιήσουμε για να αντλήσουμε και να διατηρήσουμε μια αίσθηση νοήματος στη ζωή. Μπορούμε να εξηγήσουμε γιατί η νοσταλγία τροφοδοτεί τους ανθρώπους με νόημα. Τα νοσταλγικά επεισόδια αναφέρονται συνήθως σε σημαντικά γεγονότα της ζωής, τα οποία περιλαμβάνουν κοινωνική συνδεσιμότητα και αναδεικνύουν τις αξίες και τις παραδόσεις κάποιου (βλ. Wildschut, Sedikides, Arndt, & Routledge, 2006). Στην πραγματικότητα, παρότι η νοσταλγία είναι αυτοαναφορικό συναίσθημα, τα πιο σημαντικά γεγονότα για τα οποία οι άνθρωποι αισθάνονταν νοσταλγία ήταν κοινωνικού χαρακτήρα (π.χ. ένα πάρτι γενεθλίων, ταξίδια με φίλους ή με συγγενείς, διαβατήριες τελετές· Sedikides & Wildschut, 2018).

Δεδομένης της κοινωνικής πτυχής της νοσταλγίας, είναι απολύτως λογικό η νοσταλγία να μπορεί επίσης να βιωθεί για μια περασμένη εποχή συναφή με την ομάδα. Σύμφωνα με τη θεωρία των διομαδικών συναισθημάτων (Mackie &

Smith, 1998· Smith & Mackie, 2008, 2015), οι άνθρωποι βιώνουν συναισθήματα όχι μόνο ως αποτέλεσμα των προσωπικών εμπειριών και σκέψεών τους, αλλά και ως συνέπεια της υπαγωγής τους σε κοινωνικές ομάδες. Τέτοια συναισθήματα που έχουν ως βάση τους την ομάδα βιώνονται ως αποτέλεσμα της διαδικασίας της κοινωνικής ταυτότητας (Tajfel & Turner, 1986) και της αυτοκατηγοριοποίησης ως μέλους της ομάδας (Turner & Oaks, 1986). Συγκεκριμένα, γεγονότα τα οποία εκτιμώνται ως συναφή με την ενδοομάδα προκαλούν συναισθήματα που έχουν ως βάση τους την ομάδα. Το είδος των συναισθηματικών εμπειριών που βασίζονται στην ομάδα εξαρτάται από τη διαδικασία της εκτίμησης. Για παράδειγμα, όταν οι άνθρωποι εκτιμούν ότι οι ενέργειες της ενδοομάδας τους δεν είναι σύμφωνες με τις ίδιες τις αξίες ή τις προσωπικές τους αξίες, έχουν την τάση να αισθάνονται συλλογική ενοχή (Doosje, Branscombe, Spears, & Manstead, 1998). Είναι σημαντικό ότι οι άνθρωποι είναι δυνατό να αισθανθούν αυτό το βασισμένο στην ομάδα συναίσθημα ακόμη και για αδικήματα που διαπράχθηκαν πολύ πριν γεννηθούν τα τωρινά μέλη της ομάδας (για μια επισκόπηση, βλ. Wohl, Branscombe, & Klar, 2006). Μέσω της ίδιας διαδικασίας συγκρότησης της κοινωνικής ταυτότητας, οι άνθρωποι που εκτιμούν το παρελθόν της ενδοομάδας θετικότερα απ' ό,τι το παρόν της μπορεί να αισθάνονται συλλογική νοσταλγία (δηλαδή, συναισθηματική λαχτάρα) για μια περασμένη εποχή του παρελθόντος της ομάδας τους (π.χ. για το έθνος τους), ακόμη κι αν το παρελθόν αυτό που με τόση λαχτάρα αναπολούν δεν αποτελεί κομμάτι της βιωμένης εμπειρίας τους (Cheung et al., 2017· Smeekes & Verkuyten, 2015· Smeekes et al., 2015· Smeekes et al., 2018· Wildschut et al., 2014).

Είναι σημαντικό ότι η χρονική σύγκριση που διαδραματίζεται στον πυρήνα της συλλογικής νοσταλγίας συχνά πυροδοτείται από την κοινωνική αλλαγή και την κοινωνική μετάβαση (Boym, 2001· Davis, 1979). Πράγματι, οι ραγδαίες κοινωνικές αλλαγές, όπως η εισροή προσφύγων στην Ευρωπαϊκή Ένωση από το 2015 ή η αυξημένη μετανάστευση και η δημογραφική φυλετική αλλαγή στις Ηνωμένες Πολιτείες, συχνά ερμηνεύονται ως απειλή για τη συλλογική συνέχεια (Sedikides, Wildschut, & Baden, 2004), κάτι το οποίο προκαλεί ανησυχία για τη μελλοντική ζωτικότητα της (εθνικής) ομάδας του ατόμου (βλ. Wohl et al., 2012). Κατά συνέπεια, τα μέλη της ομάδας έχουν την τάση να στρέφονται στο παρελθόν, αναζητώντας στην κίνηση αυτή έναν τρόπο να αντιμετωπίσουν ένα δυνητικά ανεπιθύμητο μέλλον και, κατά τη διαδικασία αυτή, να διατηρήσουν ή να ανακτήσουν τη συλλογική συνέχεια (Jetten & Wohl, 2012· Smeekes et al., 2018· βλ. επίσης Forgas, σε αυτόν τον τόμο). Για παράδειγμα, μια διαπολιτισμική μελέτη στην οποία συμμετείχαν 27 χώρες διαπίστωσε ότι οι προσλαμβανόμενες απειλές στη μελλοντική ζωτικότητα της ομάδας προκαλούσαν συλλογική νοσταλγία, η οποία συνδεόταν με αυξημένη αίσθηση του ανήκειν στην ομάδα και της συλλογικής συνέχειας (Smeekes et al., 2018). Έχει μεγάλη σημασία ότι οι ρήξεις

(είτε είναι πραγματικές είτε προκύπτουν από την υποκειμενική πρόσληψη του ατόμου) στην προσλαμβανόμενη συλλογική συνέχεια (δηλαδή, η συλλογική ασυνέχεια) προκαλούν συλλογική νοσταλγία, η οποία συμβάλλει στην αποκατάσταση της συλλογικής συνέχειας. Κατ' αυτόν τον τρόπο, η συλλογική νοσταλγία αποτελεί μια στρατηγική αντιμετώπισης (βλ. Milligan, 2003· Sedikides, Wildschut, Gaertner, Routledge, & Arndt, 2008).

Η συλλογική νοσταλγία εστιάζει επίσης την προσοχή των ανθρώπων στην προσλαμβανόμενη αιτία της συλλογικής ασυνέχειας, κι αυτό μπορεί να έχει επιπτώσεις στις διομαδικές σχέσεις. Για παράδειγμα, όταν νέοι άνθρωποι στην Ολλανδία οδηγήθηκαν μέσω ενός πειραματικού χειρισμού να αισθανθούν συλλογική ασυνέχεια, το αποτέλεσμα ήταν μια αυξημένη προθυμία από την πλευρά τους να περιορίσουν τα δικαιώματα θρησκευτικής έκφρασης των μουσουλμάνων (Smeekes & Verkuyten, 2013). Έτσι, εκτός από τις θετικές ιδιότητες που αποκαθιστούν τη συνέχεια, έχει επίσης φανερί ότι η έρευνα για τη συλλογική νοσταλγία έχει και αρνητικές συνέπειες για τις διομαδικές σχέσεις. Η νοσταλγία επανεστιάζει την προσοχή των ανθρώπων στο παρελθόν της ομάδας τους και με αυτόν τον τρόπο υπογραμμίζει επιπλέον ότι όσοι δεν μοιράζονται αυτό το παρελθόν (π.χ. οι μετανάστες) δεν αποτελούν κομμάτι της ενδοομάδας. Ως εκ τούτου, τονίζει τη διάκριση «εμείς» και «αυτοί», η οποία, σύμφωνα με τη θεωρία της αυτοκατηγοριοποίησης, συμβάλλει σε πιο αρνητικές στάσεις απέναντι στις εξωομάδες (Mols & Jetten, 2014· Smeekes, 2015· Turner, Hogg, Oakes, Reicher, & Wetherell, 1987). Σύμφωνα με αυτό το επιχείρημα, η συλλογική νοσταλγία έχει αποδειχθεί ότι στην Ολλανδία σχετίζεται με αρνητικές στάσεις προς τις εθνικές μειονότητες (Smeekes, 2015· Smeekes et al., 2015), μεταξύ των πολιτών του Χονγκ Κονγκ με θυμό προς την ηπειρωτική Κίνα και μεγαλύτερη υποστήριξη για την ενδοομαδική συλλογική δράση οικονομικής ενίσχυσης (Cheung et al., 2017), στον χώρο εργασίας με αρνητικές απόψεις των παλαιότερων εργαζομένων για τους νεοαφιχθέντες έπειτα από μια οργανωσιακή μετάβαση (Milligan, 2003) και σε μια αστική γειτονιά στη Νέα Υόρκη με εχθρικές στάσεις απέναντι στους νεοφερμένους από άτομα που είχαν εδραιώσει την κατοικία τους εκεί (Kasinitz & Hillyard, 1995).

ΔΕΝ ΓΕΝΝΙΟΥΝΤΑΙ ΟΛΕΣ ΟΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΛΑΧΤΑΡΕΣ ΙΣΕΣ

Δυστυχώς, η υπάρχουσα εφαρμοσμένη έρευνα στις συνέπειες της συλλογικής νοσταλγίας μπορεί να είναι μεροληπτική διότι έχει αντιμετωπίσει το περιεχόμενο του συλλογικού νοσταλγικού αναστοχασμού ως μια μεταβλητή θορύβου, ένα κοινό πρόβλημα που ανακύπτει όταν οι θεωρητικές έννοιες μεταφράζονται σε εφαρμοσμένα πλαίσια της πραγματικής ζωής (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον

τόμο). Κάτι τέτοιο υπονομεύει τη χρησιμότητα της συλλογικής νοσταλγίας ως προβλεπτικού παράγοντα των τρόπων με τους οποίους τα μέλη προσπαθούν να διεκδικήσουν ξανά το πολύτιμο παρελθόν της ενδοομάδας. Αυτό οφείλεται, αναμφισβήτητα, στο γεγονός ότι διαφορετικά μέλη της ομάδας μπορεί να λαχταρούν διαφορετικές πτυχές του παρελθόντος της ομάδας. Αν και η συλλογική μνήμη υπογραμμίζει τη μοναδική ταυτότητα της ομάδας που αντέχει στο πέρασμα του χρόνου, υπάρχει κάποια διακύμανση στις συγκεκριμένες ιστορίες που αφηγούνται τα μέλη για το παρελθόν της ομάδας τους (Liu & Hilton, 2005). Σε ορισμένες περιπτώσεις, υπάρχει μεγάλη συναίνεση ως προς το τι αποτελεί τον καταστατικό χάρτη μιας ομάδας – την αναπαράσταση των πιο σημαντικών συμβάντων και μορφών της ιστορίας της, που είναι καθοριστικής σημασίας για την ταυτότητα της ομάδας και την προσλαμβανόμενη αποστολή της (Hilton & Liu, 2008). Ωστόσο, ακόμη κι αν τα μέλη συμφωνήσουν ενδεχομένως ως προς τη σημασία ενός δεδομένου συμβάντος στο παρελθόν της ομάδας τους (π.χ. Β' Παγκόσμιος Πόλεμος· Liu et al., 2005), οι κοινωνικές αναπαραστάσεις της ενδοομάδας μπορεί επίσης να είναι αμφιλεγόμενες (Moscovici, 1984, 1988) και να διαφέρουν από το ένα μέλος της ομάδας στο άλλο.

Η επιλογή του τι θυμόμαστε για το παρελθόν αυτό μπορεί να διαμορφωθεί από τη σύγχρονη πολιτική ατζέντα των μελών μιας ομάδας (ή ενός υποσυνόλου μελών μιας ομάδας), καθώς και των ηγετών μιας ομάδας. Σύμφωνα με τους Hilton και Liu (2008):

Οι αλλαγές στις ομαδικές ατζέντες ενδέχεται να καταστήσουν ορισμένες πτυχές της ιστορίας τους πιο συναφείς απ' ό,τι άλλες, για πολιτικούς σκοπούς. Η ύπαρξη ιστορικών αρχείων (βιβλία, καταγραφές, μνημεία) και επαγγελματικών ομάδων αφοσιωμένων στη διατήρηση και ερμηνεία της ιστορικής γνώσης (αρχαιολόγοι, αρχαιονόμοι, ιστορικοί κ.λπ.) σημαίνει ότι τα συμβάντα που έχουν ουσιαστικά εξαφανιστεί από τη δημόσια συνείδηση μπορούν να αναστηθούν ως μέρος ενός ιστορικού καταστατικού χάρτη όταν προκύψει ανάγκη (σ. 348).

Σύμφωνα με τις προβλέψεις της υπόθεσης αυτής, έχει αποδειχθεί ότι τα μέλη της ομάδας που παρουσιάζουν υψηλή ταύτιση με την ομάδα ανακαλούν λιγότερες περιπτώσεις ιστορικών αδικημάτων των ομάδων τους (Sahdra & Ross, 2007). Χρησιμοποιούν επίσης μια σειρά από στρατηγικές (π.χ. επιλεκτική «λήθη» ορισμένων γεγονότων, επανερμηνεία ή επίρριψη ευθυνών σε άλλους για τα αδικήματα της ομάδας), για να καταλήξουν σε μια αποδεκτή εκδοχή της ιστορίας της ομάδας (Baumeister & Hastings, 1997), διατηρώντας έτσι μια θετική πρόσληψη της ενδοομάδας. Στο σημείο αυτό, η κοινωνική αναπαράσταση του παρελθόντος της ενδοομάδας μπορεί να είναι πολύ μεροληπτική λόγω των στόχων που έχουν ως βάση τους την ομάδα (Baumeister & Hastings, 1997· Lewicka, 2008· 2011· Sahdra & Ross, 2007).

Οι αναπαραστάσεις του παρελθόντος της ενδοομάδας μπορούν επίσης να επηρεαστούν από συμβάντα που έχουν επίδραση σε ένα μεμονωμένο μέλος της ομάδας. Οι Bilewicz, Stefaniak, Barth, Witkowska και Fritsche (2019), για παράδειγμα, διαπίστωσαν ότι οι άνθρωποι στους οποίους προκαλούνταν το αίσθημα ότι δεν έχουν τον έλεγχο της ζωής τους αντιστάθμιζαν αυτή την έλλειψη (προσωπικής) γενικής αυτενέργειας με το να εκφράζουν ενδιαφέρον για πτυχές της εθνικής ιστορίας τους που μαρτυρούσαν ηθική αυτενέργεια. Με παρόμοιο τρόπο, οι άνθρωποι μπορούν να αντισταθμίσουν την προσλαμβανόμενη απειλή σε προσωπικό επίπεδο εστιάζοντας την προσοχή τους και τη λαχτάρα τους σε μια (προσλαμβανόμενη) περίοδο στο παρελθόν της ομάδας τους, όταν δεν υπήρχαν τέτοιες απειλές. Για παράδειγμα, αν κάποιος αισθάνεται ότι η προσωπική του ασφάλεια ή η οικονομική του βεβαιότητα απειλείται από μια ομάδα μεταναστών, μπορεί να το αντισταθμίσει εστιάζοντας την προσοχή του σε μια εποχή κατά την οποία η κοινωνία του ήταν πιο ομοιογενής. Η καθαρή επίδραση θα πρέπει να είναι η επιθυμία ανάκτησης μιας εποχής κατά την οποία η ενδοομάδα ήταν πιο ομοιογενής. Ωστόσο, αν το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας ήταν διαφορετικό (π.χ. μια εποχή κατά την οποία διαφορετικές ομάδες ζούσαν μαζί με πιο αρμονικό τρόπο), το αποτέλεσμα της συλλογικής νοσταλγικής ονειροπόλησης θα ήταν πιθανότατα πιο φιλοκοινωνικό.

Επομένως, στις διομαδικές σχέσεις το περιεχόμενο της νοσταλγίας είναι σημαντικό. Σύμφωνα με αυτή την υπόθεση, οι Wohl και Smeekes (2019) διαπίστωσαν ότι, ενώ ορισμένα μέλη της ομάδας λαχταρούν ένα παρελθόν στο οποίο η ενδοομάδα ήταν πιο ομοιογενής (*συλλογική νοσταλγία εστιασμένη στην ομοιογένεια*), άλλα μέλη της ομάδας λαχταρούν ένα παρελθόν στο οποίο η ενδοομάδα ήταν πιο ανοιχτή και ανεκτική (*συλλογική νοσταλγία εστιασμένη στην ανοιχτότητα*). Συγκεκριμένα, υποστήριξαν ότι η εστιασμένη στην ομοιογένεια συλλογική νοσταλγία πυροδοτείται μεταξύ των μελών της ομάδας που αισθάνονται (ή τους προκαλείται αυτό το αίσθημα μέσω πειραματικού χειρισμού) ότι ζουν σε μια εποχή ραγδαίων κοινωνικών ή πολιτισμικών αλλαγών. Όταν βιώνουν απειλές αυτού του είδους, τα μέλη της ομάδας θα πρέπει λογικά να παρακινούνται να ενδυναμώσουν την προσήλωσή τους στις νόρμες και στις αξίες της ενδοομάδας (βλ. Riek, Mania, & Gaertner, 2006· Stephan & Stephan, 2000). Πράγματι, οι Wohl και Smeekes (2019) διαπίστωσαν ότι οι άνθρωποι που αισθάνονται νοσταλγία εστιασμένη στην ομοιογένεια (που αξιολογείται μέσω μιας μέτρησης ή προκαλείται μέσω πειραματικού χειρισμού) έχουν την τάση να απορρίπτουν τις εξωομάδες, ιδιαίτερα αυτές που θεωρούνται διαφορετικές από την ενδοομάδα ως προς την κουλτούρα και τις αξίες τους (π.χ. μουσουλμάνοι μετανάστες στον δυτικό κόσμο· βλ. επίσης Smeekes & Verkuyten, 2013). Βρήκαν επίσης ότι ορισμένα μέλη της ομάδας βιώνουν νοσταλγία εστιασμένη στην ανοιχτότητα. Αυτό το είδος συλλογικής νοσταλγίας το βιώνουν τα μέλη της ομάδας που αισθάνο-

νται ότι οι σύγχρονοί τους χάνουν τη συμπάθεια ή την επιείκεια για πεποιθήσεις ή πρακτικές που διαφέρουν από αυτές της ενδοομάδας ή έρχονται σε σύγκρουση μαζί τους. Με άλλα λόγια, τα μέλη της ομάδας που βιώνουν νοσταλγία εστιασμένη στην ανοιχτότητα πιστεύουν ότι η ενδοομάδα αποσυνδέεται από τον ηθικό πυρήνα της. Ως απόκριση σε αυτή την πεποίθηση, εκδηλώνουν την τάση να υποστηρίζουν πολιτικές που δείχνουν συμπάθεια προς τις πεποιθήσεις και τις πρακτικές της εξωομάδας αλλά και τις δικές τους.

Για να κλείσουμε αυτό το ζήτημα, το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας που αναφέρουν τα μέλη της ομάδας σηματοδοτεί τι είναι αυτό που ταλαιπωρεί μια ομάδα και τα μέλη της. Η σηματοδότηση αυτή μπορεί στη συνέχεια να χρησιμοποιηθεί για την πρόβλεψη, καθώς και για τον χειρισμό των στάσεων και της συμπεριφοράς των μελών μιας ομάδας. Οι ηγέτες των ομάδων επιδεικνύουν μια διαισθητική κατανόηση αυτής της διαδικασίας, προσπαθώντας να ενισχύσουν την εμπειρία μιας συγκεκριμένης συλλογικής νοσταλγίας μέσω της ρητορικής τους – μιας ρητορικής που πιστεύουν ότι θα έχει απήχηση στους απλούς ανθρώπους και θα υπηρετήσει έτσι την πολιτική ατζέντα τους. Πράγματι, οι πολιτικοί ηγέτες γνωρίζουν καλά την καταλυτική επίδραση που έχει, στο κέρδος πολιτικής υποστήριξης, η αναφορά στο ένδοξο παρελθόν της ενδοομάδας (Hilton & Liu, 2008). Για παράδειγμα, ο πρώην πρόεδρος των ΗΠΑ Μπάρακ Ομπάμα χρησιμοποίησε τη νοσταλγία για να προωθήσει τα δικαιώματα των μεταναστών στο όνομα της «αφοσίωσης στις ιδρυτικές αρχές μας» (βλ. Obama, 2013). Ωστόσο, η συλλογική νοσταλγία έχει επίσης χρησιμοποιηθεί για να φανατίσει ένα εκλογικό σώμα που έχει την αίσθηση ότι έχει αδικηθεί κοινωνικά, πολιτισμικά και οικονομικά. Πράγματι, η συλλογική νοσταλγία, και η συσχετιζόμενη υπόσχεση των ηγετών να κάνουν την ομάδα σπουδαία εκ νέου, έχει θεωρηθεί ότι κατέχει κεντρική θέση στην άνοδο του λαϊκισμού στην Ευρώπη και στη Βόρεια Αμερική (βλ. Betz & Johnson, 2004· Mudde & Kaltwasser, 2012). Η κινητοποίηση της συλλογικής νοσταλγίας μπορεί επίσης να είναι μια μέθοδος για τον εντοπισμό των «εχθρών» και την προετοιμασία της επίθεσης εναντίον όσων παρεκκλίνουν (βλ. Krahe, σε αυτόν τον τόμο).

Ενώ οι μελέτες για το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας που έχουν πραγματοποιηθεί μέχρι σήμερα έχουν ασχοληθεί με τις πτυχές του περιεχομένου που εστιάζονται στην ανοιχτότητα και στην ομοιογένεια, το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας είναι πιθανότατα ευρύτερο. Αυτό συμβαίνει επειδή η συλλογική νοσταλγία διαμορφώνεται από τις τρέχουσες (προσλαμβανόμενες) κοινωνικοπολιτικές και πολιτισμικές ανάγκες της ενδοομάδας και, επομένως, είναι εξειδικευμένη σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο. Σε προσωπικό επίπεδο, η ματαίωση μιας βασικής ανθρώπινης ανάγκης (π.χ. αυτονομία) θέτει σε κίνηση την επιθυμία εκπλήρωσης αυτής της βασικής ανάγκης (Maslow, 1943· Kenrick, Griskevicius, Neuberg, & Schaller, 2010· Ryan & Deci, 2017). Ομοίως, σε επίπεδο

δο ομάδας έχουμε την προσδοκία ότι η ματαιώση συγκεκριμένων αναγκών που έχουν ως βάση τους την ομάδα θα κινητοποιήσει τα μέλη της ομάδας να αναζητήσουν παρηγοριά στο παρελθόν της ομάδας τους ως ένα είδος μηχανισμού για την εκπλήρωση αυτών των αναγκών. Η νοσταλγία του κομμουνισμού στην Πολωνία, στην Ουγγαρία και στη Ρωσία, για παράδειγμα, έχει αποδειχθεί ότι είναι πιο συχνή μεταξύ των ανθρώπων που δεν είχαν καλή εξέλιξη κατά τη διάρκεια του πολιτικού μετασχηματισμού (η εξέλιξη εγχειρηματοποιήθηκε μέσω του χαμηλότερου εισοδήματος ή βιοτικού επιπέδου· Prusik & Lewicka, 2016· White, 2010· βλ. επίσης δεδομένα στο Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο). Ομοίως, μπορούμε να υποθέσουμε ότι οι ομάδες που βρίσκονται αντιμέτωπες με μια οικονομική κρίση μπορεί να νοσταλγούν την προηγούμενη οικονομική σταθερότητα, όσοι ζουν σε μια εποχή κοινωνικής αναταραχής πιθανότατα θα αναπολούν στοργικά εποχές σχετικής ηρεμίας και οι κάτοικοι πρώην αυτοκρατοριών που χάνουν την κυρίαρχη θέση τους ενδέχεται να βιώνουν μια νοσταλγική ονειροπόληση για τις παρελθούσες ημέρες μεγαλύτερης ισχύος.

ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΝΟΣΤΑΛΓΙΑ ΚΑΙ ΛΑΪΚΙΣΜΟΣ

Διάφοροι θεωρητικοί έχουν υποστηρίξει ότι η συλλογική νοσταλγία αποτελεί βασικό χαρακτηριστικό της λαϊκίστικης ιδεολογίας (π.χ. Betz & Johnson, 2004· Taggart, 2004) – μια ιδεολογία στην οποία το παρελθόν απεικονίζεται ως περίκλειστο και απαλλαγμένο από συγκρούσεις σύνολο, υποστηριζόμενη από απλούς ανθρώπους που μοιράζονταν παρόμοιες πεποιθήσεις, κανόνες και παραδόσεις (βλ. Duyvendak, 2011). Οι λαϊκιστές επιδιώκουν να δημιουργήσουν μια βαθιά αίσθηση λαχτάρας στους «απλούς ανθρώπους» για τις παλιές καλές μέρες. Πιο συγκεκριμένα, οι λαϊκιστές απευθύνονται στρατηγικά σε ανθρώπους που θεωρούν ότι είναι ζημιωμένοι σε κοινωνικό, πολιτισμικό ή/και οικονομικό επίπεδο και προσπαθούν να ενσταλάξουν τέτοιες πεποιθήσεις σε άλλους (Gaston & Hilhorst, 2018· Inglehart & Norris, 2016). Η λαϊκίστικη ρητορική επικεντρώνεται σε μια ανάγκη να επιστρέψουμε στο πώς ήταν τα πράγματα, κάτι που μπορεί να επιτευχθεί μόνο όταν τα ηνία παίρνει στα χέρια του ο λαϊκιστής ηγέτης (Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο). Πράγματι, η υποκίνηση του αισθήματος της συλλογικής νοσταλγίας είναι ένα καθοριστικής σημασίας εργαλείο στο οπλοστάσιο των λαϊκιστών πολιτικών που το χρησιμοποιούν για να αξιοποιήσουν την υποστήριξη και να απομακρύνουν τις ελίτ του κατεστημένου (οι οποίες επέτρεψαν να επέλθει η ασυνέχεια· Mols & Jetten, 2014).

Δυστυχώς, η απώλεια και η αλλαγή είναι ενδημικά φαινόμενα της νεωτερικότητας (Boym, 2001· Davis, 1979). Σύμφωνα με τον Boym (2007), η ρητορική που βασίζεται στη συλλογική νοσταλγία εμφανίστηκε ως αντίδραση και άμυνα

ενάντια στον ταχέως μεταβαλλόμενο κόσμο και στην αδυναμία των ομάδων να σταματήσουν ή να επιβραδύνουν αυτές τις αλλαγές. Παρόμοιες πολιτισμικές διαδικασίες έλαβαν χώρα επίσης νωρίτερα τον 19ο αιώνα, όταν το ρομαντικό κίνημα άρθρωσε μια ισχυρή αίσθηση συλλογικής νοσταλγίας για τον προ-νεωτερικό κόσμο. Οι λαϊκιστές πολιτικοί εκμεταλλεύονται την ανάγκη των ανθρώπων για συλλογική συνέχεια δημιουργώντας εκδοχές του παρελθόντος της ενδοομάδας που ρυθμίζουν προς το ανώτερο όριο τη συλλογική νοσταλγία. Είναι σημαντικό ότι αυτοί οι τρόποι θέασης του παρελθόντος δεν είναι απαραίτητο να έχουν πολλά κοινά με την ιστορική πραγματικότητα. Το μόνο που πρέπει να κάνουν είναι να δημιουργήσουν μια αίσθηση σύνδεσης με την εκδοχή των λαϊκιστών ηγετών για το τι ήταν η ομάδα στο παρελθόν και να υποσχεθούν να επαναφέρουν την εκδοχή αυτή στο παρόν. Με αυτόν τον τρόπο, οι λαϊκιστές δελεάζουν τους οπαδούς τους να «εγκαταλείψουν την κριτική σκέψη υπέρ του συναισθηματικού δεσίματος» με την ένδοξη εκδοχή της ομάδας στο παρελθόν και με αυτό που θα μπορούσε να γίνει ξανά (Boym, 2007, σ. 9). Η εκλογική επιτυχία του Ντόναλντ Τραμπ προσφέρει ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα της αποτελεσματικότητας της χρήσης της συλλογικής νοσταλγίας (όπως το σύνθημα «Make America Great Again») ως ενός λαϊκιστικού εργαλείου.

Καταλήγοντας σε δεδομένα που στηρίζουν εμπειρικά τη σύνδεση μεταξύ συλλογικής νοσταλγίας και λαϊκισμού, ο Smeekes (υπό έκδοση) διαπίστωσε ότι οι Ολλανδοί που αναφέρουν ότι αισθάνονται συλλογική νοσταλγία έχουν περισσότερες πιθανότητες να υποστηρίξουν το Partij voor de Vrijheid (σε μετάφραση: το Κόμμα για την Ελευθερία), το οποίο είναι ένα δεξιό λαϊκιστικό κόμμα. Επιπλέον, ο σύνδεσμος αυτός διαμεσολαβούνταν από την αντίληψη ότι οι «πραγματικοί» Ολλανδοί πρέπει να έχουν ολλανδικές ρίζες (νατιβιστική ιδεολογία). Παρότι η συλλογική νοσταλγία αξιολογήθηκε χρησιμοποιώντας ερωτήσεις γενικού χαρακτήρα (π.χ. «Νοσταλγώ την Ολλανδία του παρελθόντος») και υπό το φως του γεγονότος ότι η νοσταλγία ήταν συνδεδεμένη με τη νατιβιστική ιδεολογία, είναι πολύ πιθανό οι συμμετέχοντες να βίωναν μια νοσταλγία εστιασμένη στην ομοιογένεια. Αν ναι, αυτό θα υποδήλωνε ότι η νοσταλγία που εστιάζεται στην ομοιογένεια είναι ένας προβλεπτικός δείκτης υποστήριξης του δεξιού λαϊκισμού. Η υπόθεση αυτή βασίζεται στην κατανόηση του συντηρητισμού και του δεξιού λαϊκισμού ως ριζωμένων στην απόρριψη της κοινωνικής αλλαγής σε συνδυασμό με μια εστίαση σε καθιερωμένους θεσμούς και παραδόσεις που παρουσιάζονται σαν να πηγάζουν από μια διαγενεακή σοφία (βλ. Eccleshall, 2003). Είναι σημαντικό πως όσοι υποστηρίζουν τις παραδοσιακές αξίες της συμμόρφωσης και της αυξημένης προσοχής σε ζητήματα ασφάλειας που έχουν ως βάση τους την ομάδα εκδηλώνουν μια γενική αντίθεση στην αλλαγή (Jost, Glaser, Kruglanski, & Sulloway, 2003).

Δυστυχώς, η υπάρχουσα βιβλιογραφία σχετικά με τη νοσταλγία αντιμετώπισε τη νοσταλγία ως συνώνυμη με την εστιασμένη στην ομοιογένεια νοσταλγία.

Για παράδειγμα, οι Lammers και Baldwin (2018) υποστήριξαν ότι όχι μόνο οι συντηρητικοί (δηλαδή, οι άνθρωποι της πολιτικής δεξιάς) είναι πιο επιρρεπείς στο αίσθημα της νοσταλγίας σε σύγκριση με τους φιλελεύθερους, αλλά και ότι η συλλογική νοσταλγία μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο εκμετάλλευσης της υποστήριξης των συντηρητικών. Προς επίρρωση αυτής της υπόθεσης, έδειξαν ότι οι συντηρητικοί μπορούν να χειραγωγηθούν με τρόπο ώστε να υποστηρίξουν παραδοσιακά φιλελεύθερες θέσεις (π.χ. περιορισμός των δικαιωμάτων οπλοχρησίας, μεγαλύτερη επιείκεια όσον αφορά τη μετανάστευση ή αύξηση της κοινωνικής διαφορετικότητας), διαμορφώνοντας αυτές τις θέσεις ως ένα μέσο για να επιστρέψει η χώρα στις ρίζες της. Η προτίμηση των συντηρητικών για το παρελθόν είναι ίσως ο λόγος για τον οποίο τα συντηρητικά (σε σύγκριση με τα φιλελεύθερα) ειδησεογραφικά πρακτορεία και οι Ομιλίες για την Κατάσταση της Ένωσης (State of the Union address) που εκφωνούν οι συντηρητικοί (σε σύγκριση με τους φιλελεύθερους) Πρόεδροι των ΗΠΑ είναι πιο πιθανό να χρησιμοποιήσουν ρήματα παρελθοντικού παρά μελλοντικού χρόνου (βλ. Robinson, Cassidy, Boyd, & Fetterman, 2015). Το να είναι κάποιος τόσο αγκυροβολημένος στο παρελθόν ταιριάζει πολύ με μια λαϊκίστικη αφήγηση που υπογραμμίζει την παρουσία της ανεπιθύμητης αλλαγής και την απειλή της πρόσθετης ανεπιθύμητης αλλαγής.

Ωστόσο, δεν είναι μόνο οι δεξιοί πολιτικοί που χρησιμοποιούν τη νοσταλγική ρητορική για να πετύχουν πολιτικούς στόχους. Μια ευρεία ανάλυση της συλλογικής νοσταλγίας στη Μεγάλη Βρετανία, τη Γερμανία και τη Γαλλία (Gaston & Hilhorst, 2018) αποκάλυψε ότι οι αριστεροί πολιτικοί χρησιμοποιούν επίσης τη συλλογική νοσταλγία ως ρητορικό εργαλείο για να κάνουν επίκληση στη γενική κοινωνική αίσθηση παρακμής και κρίσης στον κοινωνικό, τον πολιτισμικό και τον οικονομικό τομέα. Για παράδειγμα, οι υποστηρικτές της καμπάνιας «Remain» στο δημοψήφισμα για το Brexit επικαλέστηκαν εικόνες Βρετανών στρατιωτών που μάχονταν για την ενότητα της Ευρώπης στον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο (Johnston, 2016). Επιπλέον, στις Ηνωμένες Πολιτείες, ο Μπέρνι Σάντερς (Bernie Sanders), ο αριστερός υποψήφιος για τη δημοκρατική προεδρική θέση το 2016, επικαλέστηκε συχνά στην εκστρατεία του τις καλοπληρωμένες θέσεις εργασίας της εργατικής τάξης του παρελθόντος (Mudde, 2016).

Υπό το πρίσμα της διάκρισης των Wohl και Smeekes (2019) μεταξύ συλλογικής νοσταλγίας εστιασμένης στην ομοιογένεια και συλλογικής νοσταλγίας εστιασμένης στην ανοιχτότητα, υποστηρίζουμε ότι οι συντηρητικοί μπορεί να μην είναι απλώς πιο επιρρεπείς στο να βιώνουν αυτό το συλλογικό συναίσθημα, αλλά ότι οι έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί μέχρι σήμερα έχουν απλώς επικεντρωθεί στο πρώτο είδος συλλογικής νοσταλγίας και έχουν παραμελήσει σε μεγάλο βαθμό την ύπαρξη του δεύτερου είδους, το οποίο πιθανότατα είναι πιο διαδεδομένο μεταξύ των ανθρώπων που τοποθετούνται στα αριστερά του

πολιτικού φάσματος. Για παράδειγμα, ενώ ο Ντόναλντ Τραμπ χρησιμοποίησε χωρίς περιστροφές τη συλλογική νοσταλγία σε μια προσπάθεια να ατσαλώσει τα αντιμεταναστευτικά συναισθήματα, ο Μπάρακ Ομπάμα χρησιμοποίησε τη συλλογική νοσταλγία για να προωθήσει τα δικαιώματα των μεταναστών στο όνομα της «υπεράσπισης των παραδόσεων αυτής της χώρας». Με λίγα λόγια, ο τρόπος με τον οποίο αναπαρίσταται η ιστορία της ενδοομάδας καθορίζει τον τρόπο με τον οποίο τα μέλη της σχετίζονται με μέλη της δικής τους ομάδας και με μέλη άλλων ομάδων (δηλαδή, με τις εξωομάδες), καθώς και τη θέση τους σε τρέχοντα πολιτικά ζητήματα.

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΤΩΝ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΟΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΩΝ

Η διερεύνηση συγκεκριμένων περιεχομένων της συλλογικής νοσταλγικής ονειροπόλησης, καθώς και των μοναδικών προϋποθέσεων και συνεπειών τους, εντάσσεται σε μια ευρύτερη τάση πλαιοισιθέτησης των κοινωνιοψυχολογικών διαδικασιών. Πράγματι, ο John Turner (1999, σ. 34) υποστήριξε ότι «οι θεωρίες διαδικασίας, όπως η θεωρία της κοινωνικής ταυτότητας και η θεωρία της αυτοκατηγοριοποίησης, απαιτούν την ενσωμάτωση συγκεκριμένου περιεχομένου στις αναλύσεις τους προτού να είναι σε θέση να προβούν σε προβλέψεις είτε στο εργαστήριο είτε στο πεδίο, και είναι σχεδιασμένες έτσι ώστε να απαιτούν μια τέτοια ενσωμάτωση» (για μια σχετική θέση, βλ. επίσης Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο· Fiedler, σε αυτόν τον τόμο· Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο). Παρότι η κοινωνική ψυχολογία ως επιστημονικός κλάδος αναγνωρίζει την εγκυρότητα της απόδοσης μεγαλύτερης προσοχής στα περιεχόμενα των αναπαραστάσεων της ταυτότητας και της ομάδας, καθώς και στον ρόλο που παίζει το συγκεκριμένο περιεχόμενο στη διαμόρφωση των σκέψεων και της συμπεριφοράς των ανθρώπων, σπάνια το κάνει στην πράξη (Reicher & Hopkins, 2001).

Μια αξιοσημείωτη εξαίρεση παρέχεται από τις έρευνες για τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να γίνει η ενδοομαδική ταύτιση, οι οποίες δείχνουν ότι η κοινωνική ταύτιση αποτελεί ένα πολύπλοκο και πολύπλευρο φαινόμενο (π.χ. Cameron, 2004· Jackson & Smith, 1999· Leach et al., 2008· Luhtanen & Crocker, 1992· Roccas, Klar, & Liviatan, 2006). Μια καθοριστικής σημασίας διάκριση διαφοροποιεί την ταύτιση που σχετίζεται με τη φιλο-ομαδική προσαρμοστική συμπεριφορά από την ταύτιση που είναι πρωτίστως συνυφασμένη με την υποτίμηση και την απόρριψη των εξωομάδων με στόχο την επιβεβαίωση της κυριαρχίας της ενδοομάδας. Τα δύο αυτά είδη ταύτισης έχουν επίσης αναφερθεί ως ψευδοπατριωτισμός και πατριωτισμός (Adorno, Frenkel-Brunswik, Levinson, & Sanford, 1950)· ανασφαλής και ασφαλής κοινωνική ταυτότητα (Jackson & Smith, 1999)·

τυφλός και εποικοδομητικός πατριωτισμός (Schatz, Staub, & Lavine, 1999): εθνικισμός και πατριωτισμός (Kosterman & Feshbach, 1989; Mummendey, Klink, & Brown, 2001): ή εγκωμιασμός και προσκόλληση (Roccas et al., 2006).

Πρόσφατα, ο Cichocka (2016) πρότεινε τη συστηματοποίηση της κατανόησης αυτών των διαφορετικών ειδών ταύτισης κάτω από τους γενικούς όρους της *ασφαλούς και ανασφαλούς (ναρκισσιστικής) ενδοομαδικής θετικότητας*. Η πρώτη πηγάζει από έναν σταθερό ατομικό εαυτό, ενώ η δεύτερη είναι απόρροια ανεκπλήρωτων αναγκών ατομικού επιπέδου τις οποίες οι άνθρωποι προσπαθούν να ικανοποιήσουν επιλέγοντας την υπαγωγή τους σε μια ισχυρή ομάδα. Η αναγνώριση της πολυπλοκότητας της ταυτότητας επέτρεψε στους ερευνητές να κατανοήσουν καλύτερα την προέλευση και τις συνέπειές της και να εξηγήσουν τα ερευνητικά αποτελέσματα που προηγουμένως θεωρούνταν αντιφατικά (Forgas, σε αυτόν τον τόμο). Για παράδειγμα, η θεωρία της κοινωνικής ταυτότητας υποστηρίζει ότι η υποβάθμιση των εξωομάδων μπορεί να είναι ένας τρόπος να επιτευχθεί μια θετική κοινωνική ταυτότητα: ωστόσο, η ισχυρή ανασφαλής ενδοομαδική ταύτιση δεν συσχετίζεται πάντα με την προκατάληψη που έχει στόχο τις τις εξωομάδες (π.χ. Amiot & Aubin, 2013; Hopkins & Reicher, 2011; Jackson & Smith, 1999). Παρότι η ισχυρή ανασφαλής ενδοομαδική ταύτιση σχετίζεται με υψηλότερο βαθμό προκαταλήψεων (π.χ. Cai & Gries, 2013; Golec de Zavala & Cichocka, 2012), η ασφαλής ενδοομαδική θετικότητα, χωρίς το ναρκισσιστικό στοιχείο, δείχνει μια αρνητική σχέση με την προκατάληψη – δηλαδή, άτομα που ταυτίζονται έντονα με τις ομάδες τους με ασφαλή τρόπο είναι λιγότερο προκατειλημμένα προς τις εξωομάδες (Golec de Zavala, Cichocka, & Bilewicz, 2013).

Τα περιεχόμενα και τα νοήματα που συνδέουν οι άνθρωποι με την υπαγωγή τους σε διαφορετικές κοινωνικές κατηγορίες εξαρτώνται όχι μόνο από τις ατομικές ανάγκες τους, αλλά διαμορφώνονται επίσης ισχυρά από το κοινωνικό και ιστορικό πλαίσιο. Οι Reicher και Hopkins (2001) επισημαίνουν ότι το νόημα της ενδοομαδικής και της εξωομαδικής κατηγορίας δεν πρέπει να θεωρείται κάτι σταθερό, αλλά προϊόν του τρέχοντος συγκριτικού πλαισίου (βλ. επίσης Turner, Oakes, Haslam, & McGarty, 1994). Πράγματι, τα ενδοομαδικά και εξωομαδικά στερεότυπα αλλάζουν σε συνάρτηση με το πλαίσιο (Haslam, Turner, Oakes, McGarty, & Hayes, 1992; Hopkins, Regan, & Abell, 1997; Rabinovich, Morton, Postmes, & Verplanken, 2012). Για παράδειγμα, οι Σκωτσέζοι βαθμολογούσαν τη δική τους ομάδα ως πιο απόμακρη και εργατική όταν τη συνέκριναν με τους Έλληνες, και ως πιο θερμή και λιγότερο απόμακρη όταν οι αξιολογήσεις γίνονταν σε σχέση με τους Άγγλους (Hopkins et al., 1997).

Το τρέχον ενδιαφέρον για τη συλλογική μνήμη και τις κοινωνικές αναπαραστάσεις της ιστορίας (βλ. Assmann, 1995; Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο; Hilton & Liu, 2017; Liu & Hilton, 2005; Liu & László, 2007; Olick, 1999; Wertsch,

2002) δείχνει ότι οι μελετητές ασχολούνται όλο και περισσότερο με τις ιδιαιτερότητες των ιστορικών και πολιτισμικών πλαισίων (βλ. επίσης Blanton, Burrows, & Regan, σε αυτόν τον τόμο· Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο· Kross & Chandhok, σε αυτόν τον τόμο· van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο). Αυτό τούς επιτρέπει να κατανοούν καλύτερα τις διομαδικές σχέσεις και να εξηγούν καταστάσεις στις οποίες οι ομάδες αντιδρούν διαφορετικά σε φαινομενικά παρόμοια γεγονότα λόγω των αναπαραστάσεών τους για το παρελθόν που αποκλίνουν μεταξύ τους (Hilton & Liu, 2008). Για παράδειγμα, ο Hanke και οι συνεργάτες του (2013) διερεύνησαν τον ρόλο των ερμηνειών μιας βίαιης διομαδικής σύγκρουσης στη διαμόρφωση της προθυμίας των μελών της ομάδας να συγχωρήσουν τον αυτουργό ενός ιστορικού αδικήματος (βλ. επίσης Krahe, σε αυτόν τον τόμο). Σε μια μελέτη που πραγματοποιήθηκε στην Ταϊβάν, στις Φιλιππίνες, στην Κίνα, στη Γαλλία, στην Πολωνία και στη Ρωσία, το επίπεδο συγχώρεσης για τις ιαπωνικές και γερμανικές φρικαλεότητες κατά τον πόλεμο καθορίστηκε από τις διαφορετικές ερμηνείες του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Έχει αποδειχθεί ότι ακόμη και διαδικασίες θεμελιωμένες τόσο γερά όσο η διομαδική επαφή (Allport, 1954· Pettigrew & Tropp, 2011) εξαρτώνται από το κοινωνικό πλαίσιο. Συγκεκριμένα, η διομαδική επαφή που πραγματοποιείται κατά τη διάρκεια έντονης σύγκρουσης (Pettigrew & Tropp, 2011· Paolini, Harwood, & Rubin, 2010) ή επικεντρώνεται στην ταραχώδη διομαδική ιστορία (Bilewicz, 2007) μπορεί να οδηγήσει στην ενίσχυση της διομαδικής προκατάληψης και όχι τόσο στη μείωσή της. Η εστίαση σε μια δύσκολη διομαδική ιστορία φαίνεται να ακυρώνει τις θετικές επιδράσεις των διομαδικών επαφών, ακόμη και μεταξύ ανθρώπων που δεν εμπλέκονταν οι ίδιοι στα τραυματικά ιστορικά γεγονότα (Bilewicz, 2007).

Ακολουθώντας έναν παρόμοιο τρόπο σκέψης, υποστηρίζουμε ότι η συλλογική νοσταλγία δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται ως μονοδιάστατο φαινόμενο. Δυστυχώς, η επικρατούσα προσέγγιση τοποθετεί τη νοσταλγία στη θέση ενός χαρακτηριστικού των συντηρητικών (Lammers & Baldwin, 2018) και των δεξιών λαϊκιστών, ενώ μεταχειρίζεται το περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας ως μια μεταβλητή θορύβου. Ένα αποτέλεσμα είναι η υπερβολική έμφαση στις αρνητικές επιπτώσεις της συλλογικής νοσταλγίας (π.χ. η απαλλαγή των μελών της ομάδας από την ενοχή και την ντροπή για την αθέμιτη συμπεριφορά τους στο όνομα της επαναφοράς των ένδοξων ημερών της ενδοομάδας· βλ. Boym, 2007· Kammen, 1991). Ομοίως, οι κοινωνικοί επιστήμονες έχουν επικεντρωθεί σχεδόν αποκλειστικά στις δυσμενείς επιπτώσεις της συλλογικής νοσταλγίας για τις διομαδικές σχέσεις (π.χ. Smeekes & Verkuyten, 2013). Η εφαρμογή πιο λεπτομερούς προσέγγισης στη μελέτη της συλλογικής νοσταλγίας μάς επιτρέπει, με έναν τρόπο παρόμοιο με τις διαδικασίες που περιγράφηκαν παραπάνω, να διερευνήσουμε διαφορετικές μορφές νοσταλγικού περιεχομένου και τις συνθήκες υπό τις οποίες οι άνθρωποι έλκονται περισσότερο από το ένα ή το άλλο περιεχόμενο.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Η εμπειρία μιας αίσθησης ασυνέχειας ανάμεσα στο παρελθόν μιας πολύτιμης ενδοομάδας και σε ένα δυσμενώς αξιολογούμενο παρόν προκαλεί συλλογική νοσταλγία. Οι πρόσφατες εκλογικές νίκες λαϊκιστών δεξιών πολιτικών σε πολλές χώρες σε ολόκληρο τον κόσμο υπογραμμίζουν τη μεγάλη βαρύτητα της συλλογικής νοσταλγίας, η οποία χρησιμοποιείται με μεγάλη προθυμία από τους λαϊκιστές για να συγκεντρώσουν πολιτική υποστήριξη. Σε τέτοιο βαθμό μάλιστα, που προτάχθηκαν επιχειρήματα ότι η νοσταλγία είναι ένα κατεξοχήν συντηρητικό/δεξιό συναίσθημα (Lammers & Baldwin, 2018). Στο κεφάλαιο αυτό δείξαμε ότι η διερεύνηση του περιεχομένου της συλλογικής νοσταλγίας (δηλαδή, ποιο πράγμα ακριβώς νοσταλγούν τα μέλη της ομάδας) παρέχει ένα πολύ σημαντικό κομμάτι του παζλ, το οποίο σε μεγάλο βαθμό έχει παραμεληθεί στην υπάρχουσα βιβλιογραφία. Μεγαλύτερη εστίαση στο περιεχόμενο της συλλογικής νοσταλγίας που βιώνουν τα μέλη της ομάδας θα καταφέρει απλώς να αυξήσει την προβλεπτική χρησιμότητα αυτού του συναισθήματος που έχει ως βάση του την ομάδα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ

Οι συγγραφείς δηλώνουν ότι δεν υπάρχουν πιθανές συγκρούσεις συμφερόντων σε σχέση με τη συγγραφική πατρότητα ή/και τη δημοσίευση αυτού του άρθρου. Η προετοιμασία αυτού του άρθρου υποστηρίχθηκε από μια ερευνητική επιχορήγηση από το Συμβούλιο Έρευνας στις Κοινωνικές και Ανθρωπιστικές Επιστήμες του Canada Insight Grant, καθώς και από το Υπουργείο Υγείας και Μακροπρόθεσμης Φροντίδας του Οντάριο προς τον Wohl. Η αλληλογραφία σχετικά με το άρθρο αυτό θα πρέπει να απευθύνεται στον Michael J. A. Wohl, Department of Psychology, Carleton University, 1125 Colonel By Drive, Ottawa, Ontario, Canada, K1S 5B6. Τηλ: (902) 520-2600 x 2908, Email: michael.wohl@carleton.ca

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Adorno, T. W., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D. J., & Sanford, R. N. (1950). *The authoritarian personality*. New York, NY: Harper.
- Allport, G. (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge, MA: Perseus Books.
- Amiot, C. E., & Aubin, R. M. (2013). Why and how are you attached to your social group? Investigating different forms of social identification. *British Journal of Social Psychology*, *52*, 563-586.
- Assmann, J. (1995). Collective memory and cultural identity. *New German Critique*, *65*, 125-133.

- Bar-Tal, D. (2007). Sociopsychological foundations of intractable conflicts. *American Behavioral Scientist*, 50, 1430-1453.
- Baumeister, R. F., & Hastings, S. (1997). Distortions of collective memory: How groups flatter themselves. In J. W. Pennebaker, D. Páez & B. Rimé (Eds.), *Collective memory of political events. Social psychological perspective* (pp. 277-293). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Best, D., Beckwith, M., Haslam, C. A., Jetten, J., Mawson, E., & Lubman, D. I. (2016). Overcoming alcohol and other drug addiction as a process of social identity transition: The social identity model of recovery (SIMOR). *Addiction Research & Theory*, 24, 111-123.
- Betz, H.-G., & Johnson, C. (2004). Against the current – Stemming the tide: The nostalgic ideology of the contemporary radical populist right. *Journal of Political Ideologies*, 9, 311-327.
- Bilewicz, M. (2007). History as an obstacle: Impact of temporal-based social categorizations on Polish-Jewish intergroup contact. *Group Processes & Intergroup Relations*, 10, 551-563.
- Bilewicz, M., Stefaniak, A., Barth, M., Witkowska, M., & Fritsche, I. (2019). The role of control motivation in Germans' and Poles' interest in history. *Social Psychological Bulletin*, 14(2).
- Boym, S. (2001). *The future of nostalgia*. New York, NY: Basic Books.
- Boym, S. (2007). Nostalgia and its discontents. *The Hedgehog Review*, 9, 7-19.
- Cai, H., & Gries, P. (2013). National narcissism: Internal dimensions and international correlates. *PsyCh Journal*, 2, 122-132.
- Cameron, J. E. (2004). A three-factor model of social identity. *Self and Identity*, 3, 239-262.
- Cheung, W. Y., Sedikides, C., Wildschut, T., Tausch, N., & Ayanian, A. H. (2017). Collective nostalgia is associated with stronger outgroup-directed anger and participation in in-group-favoring collective action. *Journal of Social and Political Psychology*, 5, 301-319.
- Cichocka, A. (2016). Understanding defensive and secure in-group positivity: The role of collective narcissism. *European Review of Social Psychology*, 27, 283-317.
- Coleman, S. B., Kaplan, J. D., & Downing, R. W. (1986). Life cycle and loss—The spiritual vacuum of heroin addiction. *Family Process*, 25, 5-23.
- Davis, F. (1979). *Yearning for yesterday: A sociology of nostalgia*. New York, NY: Free Press.
- Dingle, G. A., Cruwys, T., & Frings, D. (2015). Social identities as pathways into and out of addiction. *Frontiers in Psychology*, 6.
- Doosje, B., Branscombe, N. R., Spears, R., & Manstead, A. S. (1998). Guilty by association: When one's group has a negative history. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 872-886.
- Duyvendak, J. W. (2011). *The politics of home: Belonging and nostalgia in Western Europe and the United States*. Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Eccleshall, R. (2003). Conservatism. In V. Geoghegan, R. Eccleshall, M. Lloyd, I. MacKenzie, R. Wilford, M. Kenny, & A. Findlayson (Eds.), *Political ideologies: An introduction* (3rd ed., pp. 47-72). Taylor & Francis: e-library.
- Frings, D., & Albery, I. P. (2015). The social identity model of cessation maintenance: Formulation and initial evidence. *Addictive Behaviors*, 44, 35-42.
- Gaston, S., & Hilhorst, S. (2018). *At home in one's past: Nostalgia as a cultural and political force in Britain, France and Germany*. Demos. Retrieved from: <https://demos.co.uk/project/nostalgia/>
- Golec de Zavala, A., & Cichocka, A. (2012). Collective narcissism and anti-Semitism in Poland. *Group Processes & Intergroup Relations*, 15, 213-229.
- Golec de Zavala, A., Cichocka, A., & Bilewicz, M. (2013). The paradox of in-group love: Dif-

- differentiating collective narcissism advances understanding of the relationship between in-group and out-group attitudes. *Journal of Personality*, *81*, 16-28.
- Hamilton, D. L., Levine, J. M., & Thurston, J. A. (2008). Perceiving continuity and change in groups. In F. Sani (Ed.), *Self continuity: Individual and collective perspectives* (pp. 117-130). New York, NY: Psychology Press.
- Hanke, K., Liu, J. H., Hilton, D. J., Bilewicz, M., Garber, I., Huang, L. L., ... & Wang, F. (2013). When the past haunts the present: Intergroup forgiveness and historical closure in post World War II societies in Asia and in Europe. *International Journal of Intercultural Relations*, *37*, 287-301.
- Haslam, S. A., Turner, J. C., Oakes, P. J., McGarty, C., & Hayes, B. K. (1992). Context-dependent variation in social stereotyping: The effects of intergroup relations as mediated by social change and frame of reference. *European Journal of Social Psychology*, *22*, 3-20.
- Hilton, D. J., Erb, H.-P., McDermott, M., & Molian, D. J. (1996). Social representations of history and attitudes to European unification in Britain, France, and Germany. In G. Breakwell & E. Lyons (Eds), *Changing European identities: Social psychological analyses of social change* (pp. 275-295). Oxford, UK: Butterworth-Heinemann.
- Hilton, D. J., & Liu, J. H. (2008). Culture and inter-group relations. The role of social representations of history. In R. Sorrentino & S. Yamaguchi (Eds.), *The handbook of motivation and cognition: The cultural context* (pp. 343-368). New York, NY: Guilford Press.
- Hilton, D., & Liu, J. (2017). History as a narrative of the people: From function to structure and content. *Memory Studies*, *10*, 297-309.
- Hopkins, N., Regan, M., & Abell, J. (1997). On the context dependence of national stereotypes: Some Scottish data. *British Journal of Social Psychology*, *36*, 553-563.
- Hopkins, N., & Reicher, S. (2011). Identity, culture and contestation: Social identity as cross-cultural theory. *Psychological Studies*, *56*, 36-43.
- Inglehart, R. F., & Norris, P. (2016). Trump, Brexit, and the rise of populism: Economic have-nots and cultural backlash. *HKS Working Paper No. RWP16-026*. Retrieved from: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2818659
- Iyer, A., & Jetten, J. (2011). What's left behind: Identity continuity moderates the effect of nostalgia on well-being and life choices. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*, 94-108.
- Jackson, J. W., & Smith, E. R. (1999). Conceptualizing social identity: A new framework and evidence for the impact of different dimensions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*, 120-135.
- Jetten, J., & Hutchison, P. (2011). When groups have a lot to lose: Historical continuity enhances resistance to a merger. *European Journal of Social Psychology*, *41*, 335-343.
- Jetten, J., & Wohl, M. J. A. (2012). The past as a determinant of the present: Historical continuity, collective angst, and opposition to immigration. *European Journal of Social Psychology*, *42*, 442-450.
- Johnston, C. (2016, May 9). Second World War veterans say Brexit risks stability they fought for. *The Guardian*. Retrieved from www.theguardian.com/politics/2016/may/09/war-veterans-brexit-risk-stability
- Jost, J. T., Glaser, J., Kruglanski, A. W., & Sulloway, F. (2003). Political conservatism as motivated social cognition. *Psychological Bulletin*, *129*, 339-375.
- Juhl, J., Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2010). Fighting the future with the past: Nostalgia buffers existential threat. *Journal of Research in Personality*, *44*, 309-314.

- Kahn, D. T., Klar, Y., & Roccas, S. (2017). For the sake of the eternal group: Perceiving the group as trans-generational and endurance of ingroup suffering. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43, 272-283.
- Kammen, M. (1991). *Mystic chords of memory: The transformation of tradition in American culture*. New York, NY: Knopf.
- Kasinitz, P., & Hillyard, D. (1995). The old-timers' tale: The politics of nostalgia on the waterfront. *Journal of Contemporary Ethnography*, 24, 139-164.
- Kenrick, D. T., Grisevicius, V., Neuberg, S. L., & Schaller, M. (2010). Renovating the pyramid of needs: Contemporary extensions built upon ancient foundations. *Perspectives on Psychological Science*, 5, 292-314.
- Kim, H. S. A., & Wohl, M. J. A. (2015). The bright side of self-discontinuity: Feeling disconnected with the past self increases readiness to change addictive behaviors (via nostalgia). *Social Psychological and Personality Science*, 6, 229-237.
- Kosterman, R., & Feshbach, S. (1989). Toward a measure of patriotic and nationalistic attitudes. *Political Psychology*, 10, 257-274.
- Lammers, J., & Baldwin, M. (2018). Past-focused temporal communication overcomes conservatives' resistance to liberal political ideas. *Journal of Personality and Social Psychology*, 114, 599-619.
- Leach, C. W., Van Zomeren, M., Zebel, S., Vliek, M. L., Pennekamp, S. F., Doosje, B., ... & Spears, R. (2008). Group-level self-definition and self-investment: A hierarchical (multi-component) model of in-group identification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 144-165.
- Lewicka, M. (2008). Historical ethnic bias in urban memory: The case of central European cities. *Magazine for Urban Documentation: Opinion + Theory*. 50-57.
- Lewicka, M. (2011). Historical ethnic bias in collective memory of places: Cognitive or motivational? In W. Brun, G. Keren, G. Kirkeboen, & H. Montgomery (Eds.), *Perspectives on thinking, judging, and decision making* (pp. 262-273). Oslo, Norway: Universitetsforlaget.
- Lewin, K. (1948). *Resolving social conflicts: Selected papers on group dynamics*. New York, NY: Harper.
- Liu, J. H., Goldstein-Hawes, R., Hilton, D. J., Huang, L. L., Gastardo-Conaco, C., Dresler-Hawke, E., ... & Hiddka, Y. (2005). Social representations of events and people in world history across twelve cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 171-191.
- Liu, J. H., & Hilton, D. J. (2005). How the past weighs on the present: Social representations of history and their role in identity politics. *British Journal of Social Psychology*, 44, 537-556.
- Liu, J. H., & Khan, S. S. (2014). Nation building through historical narratives in preindependence India: Gandhi, Nehru, Sarvarkar, and Golwalkar as entrepreneurs of identity. In M. Hanne (Ed.), *Warring with words: Narrative and metaphor in domestic and international politics* (pp. 211-237). New York, NY: Psychology Press.
- Liu, J. H., & László, J. (2007). A narrative theory of history and identity: Social identity, social representations, society and the individual. In G. Moloney & I. Walker (Eds.), *Social representations and identity: Content processes and power* (pp. 85-107). London, UK: Palgrave-Macmillan.
- Liu, J. H., Wilson, M. S., McClure, J., & Higgins, T. R. (1999). Social identity and the perception of history: Cultural representations of Aotearoa/New Zealand. *European Journal of Social Psychology*, 29, 1021-1047.

- Luhtanen, R., & Crocker, J. (1992). A collective self-esteem scale: Self-evaluation of one's social identity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *18*, 302-318.
- Mackie, D. M., & Smith, E. R. (1998). Intergroup relations: Insights from a theoretically integrative approach. *Psychological Review*, *105*, 499-529.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, *50*, 370-396.
- McIntosh, J., & McKeganey, N. (2000). Addicts' narratives of recovery from drug use: Constructing a non-addict identity. *Social Science & Medicine*, *50*, 1501-1510.
- Milligan, M. J. (2003). Displacement and identity discontinuity: The role of nostalgia in establishing new identity categories. *Symbolic Interaction*, *26*, 381-403.
- Mols, F., & Jetten, J. (2014). No guts, no glory: How framing the collective past paves the way for anti-immigrant sentiments. *International Journal of Intercultural Relations*, *43*, 74-86.
- Mols, F., & Jetten, J. (2018). Beyond the "crisis and losers of globalization" thesis: Explaining the appeal of One Nation. *Queensland Review*, *25*, 27-38.
- Moscovici, S. (1984). The phenomenon of social representations. In M. Farr & S. Moscovici (Eds.), *Social representations* (pp. 3-69). New York, NY: Cambridge University Press.
- Moscovici, S. (1988). Notes towards a description of social representations. *European Journal of Social Psychology*, *18*, 211-250.
- Mudde, C. (2016). Europe's populist surge: A long time in the making. *Foreign Affairs*, *95*, 25-30.
- Mudde, C., & Kaltwasser, C. R. (Eds.). (2012). *Populism in Europe and the Americas: Threat or corrective for democracy?* Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Mummendey, A., Klink, A., & Brown, R. (2001). Nationalism and patriotism: National identification and out-group rejection. *British Journal of Social Psychology*, *40*, 159-172.
- Nicholson, T., Higgins, W., Turner, P., James, S., Stickle, F., & Pruitt, T. (1994). The relation between meaning in life and the occurrence of drug abuse: A retrospective study. *Psychology of Addictive Behaviors*, *8*, 24-28.
- Obama, B. (2013). *Remarks by the President on comprehensive immigration reform* [Transcript]. Retrieved from <https://obamawhitehouse.archives.gov/the-press-office/2013/01/29/remarks-president-comprehensive-immigration-reform>.
- Olick, J. K. (1999). Collective memory: The two cultures. *Sociological Theory*, *17*, 333-348.
- Páez, D., & Liu, J. H. (2011). Collective memory of conflicts. In D. Bar-Tal (Ed.), *Intergroup conflicts and their resolution: A social psychological perspective* (pp. 105-124). New York, NY: Psychology Press.
- Paolini, S., Harwood, J., & Rubin, M. (2010). Negative intergroup contact makes group memberships salient: Explaining why intergroup conflict endures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *36*, 1723-1738.
- Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2011). *When groups meet: The dynamics of intergroup contact*. New York, NY: Psychology Press.
- Prusik, M., & Lewicka, M. (2016). Nostalgia for communist times and autobiographical memory: Negative present or positive past? *Political Psychology*, *37*, 677-693.
- Rabinovich, A., Morton, T. A., Postmes, T., & Verplanken, B. (2012). Collective self and individual choice: The effects of inter-group comparative context on environmental values and behaviour. *British Journal of Social Psychology*, *51*, 551-569.
- Reicher, S., & Hopkins, N. (2001). *Self and nation*. London, UK: Sage.
- Riek, B. M., Mania, E. W., & Gaertner, S. L. (2006). Intergroup threat and outgroup attitudes: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, *10*, 336-353.
- Robinson, M. D., Cassidy, D. M., Boyd, R. L., & Fetterman, A. K. (2015). The politics of time:

- Conservatives differentially reference the past and liberals differentially reference the future. *Journal of Applied Social Psychology*, 45, 391-399.
- Roccas, S., Klar, Y., & Liviatan, I. (2006). The paradox of group-based guilt: Modes of national identification, conflict vehemence, and reactions to the in-group's moral violations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 698-711.
- Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2008). A blast from the past: The terror management function of nostalgia. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 132-140.
- Routledge, C., Arndt, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Hart, C., Juhl, J., Vingerhoets, A. J., & Scholtz, W. (2011). The past makes the present meaningful: Nostalgia as an existential resource. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 638-652.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, NY: Guilford Press.
- Sahdra, B., & Ross, M. (2007). Group identification and historical memory. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 384-395.
- Sani, F., Bowe, M., Herrera, M., Manna, C., Cossa, T., Miao, X., & Zhou, Y. (2007). Perceived collective continuity: Seeing groups as entities that move through time. *European Journal of Social Psychology*, 37, 1118-1134.
- Sani, F., Herrera, M., & Bowe, M. (2009). Perceived collective continuity and ingroup identification as defense against death awareness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 242-245.
- Schatz, R. T., Staub, E., & Lavine, H. (1999). On the varieties of national attachment: Blind versus constructive patriotism. *Political Psychology*, 20, 151-174.
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Finding meaning in nostalgia. *Review of General Psychology*, 22, 48-61.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2008). Nostalgia: Past, present, and future. *Current Directions in Psychological Science*, 17, 304-307.
- Sedikides, C., Wildschut, T., & Baden, D. (2004). Nostalgia: Conceptual issues and existential functions. In J. Greenberg, S. Koole, & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 200-214). New York, NY: Guilford Press.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Gaertner, L., Routledge, C., & Arndt, J. (2008). Nostalgia as enabler of self-continuity. *Self-continuity: Individual and Collective Perspectives*, 227-239.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., & Arndt, J. (2015). Nostalgia counteracts self-discontinuity and restores self-continuity. *European Journal of Social Psychology*, 45, 52-61.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., Arndt, J., Hepper, E. G., & Zhou, X. (2015). To nostalgize: Mixing memory with affect and desire. *Advances in Experimental Social Psychology*, 51, 189-273.
- Smeekes, A. (2015). National nostalgia: A group-based emotion that benefits the ingroup but hampers intergroup relations. *International Journal of Intercultural Relations*, 49, 54-67.
- Smeekes, A. (in press). Longing for the good old days of "our country": Understanding the triggers, functions and consequences of national nostalgia. In P. S. Salter & S. Mukherjee (Eds.), *History and collective memory: Its role in shaping national identities*. New York: Nova Science Publishers.
- Smeekes, A., Jetten, J., Verkuyten, M., Wohl, M. J. A., Jasinskaja-Lahti, I., Ariyanto, A., ... & Butera, F. (2018). Regaining in-group continuity in times of anxiety about the group's future. *Social Psychology*, 49, 311-329.

- Smeeke, A., & Verkuyten, M. (2013). Collective self-continuity, group identification and in group defense. *Journal of Experimental Social Psychology, 49*, 984-994.
- Smeeke, A., & Verkuyten, M. (2015). The presence of the past: Identity continuity and group dynamics. *European Review of Social Psychology, 26*, 162-202.
- Smeeke, A., Verkuyten, M., & Martinovic, B. (2015). Longing for the country's good old days: National nostalgia, autochthony beliefs, and opposition to Muslim expressive rights. *British Journal of Social Psychology, 54*, 561-580.
- Smith, E. R., & Mackie, D. M. (2008). Intergroup emotions. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 428-439). New York, NY: Guilford Press.
- Smith, E. R., & Mackie, D. M. (2015). Dynamics of group-based emotions: Insights from intergroup emotion theory. *Emotion Review, 7*, 349-354.
- Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychological functions of self-esteem and cultural worldviews. *Advances in Experimental Social Psychology, 24*, 93-159.
- Stephan, W. G., & Stephan, C. W. (2000). An integrated threat theory of prejudice. In S. Oskamp (Ed.), *Reducing prejudice and discrimination* (pp. 23-45). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Taggart, P. (2004). Populism and representative politics in contemporary Europe. *Journal of Political Ideologies, 9*, 269-288.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). An integrative theory of group conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 7-24). Chicago, IL: Nelson-Hall.
- Tomlin, G. (2006, May 18). Split among American Baptists over homosexuality is final. *Baptist Press*. Retrieved from: www.bpnews.net/23275/split-among-american-baptists-over-homosexuality-is-final
- Turner, J. C. (1999). Some current issues in research on social identity and self-categorization theories. In N. Ellemers, R. Spears, & B. Doojse (Eds.), *Social identity* (pp. 6-34). Oxford, UK: Blackwell.
- Turner, J. C., Hogg, M. A., Oakes, P. J., Reicher, S. D., & Wetherell, M. S. (1987). *Rediscovering the social group: A self-categorization theory*. Oxford, UK: Blackwell.
- Turner, J. C., & Oakes, P. J. (1986). The significance of the social identity concept for social psychology with reference to individualism, interactionism and social influence. *British Journal of Social Psychology, 25*, 237-252.
- Turner, J. C., Oakes, P. J., Haslam, S. A., & McGarty, C. (1994). Self and collective: Cognition and social context. *Personality and Social Psychology Bulletin, 20*, 454-463.
- Waldorf, D., & Biernacki, P. (1981). The natural recovery from opiate addiction: Some preliminary findings. *Journal of Drug Issues, 11*, 61-74.
- Wertsch, J. V. (2002). *Voices of collective remembering*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Wildschut, T., Bruder, M., Robertson, S., van Tilburg, W. A., & Sedikides, C. (2014). Collective nostalgia: A group-level emotion that confers unique benefits on the group. *Journal of Personality and Social Psychology, 107*, 844-863.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C.D. (2006). Nostalgia: Content, triggers, functions. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 975-993.
- White, S. (2010). Soviet nostalgia and Russian politics. *Journal of Eurasian Studies, 1*, 1-9.
- Wohl, M. J. A., Branscombe, N. R., & Klar, Y. (2006). Collective guilt: Emotional reactions

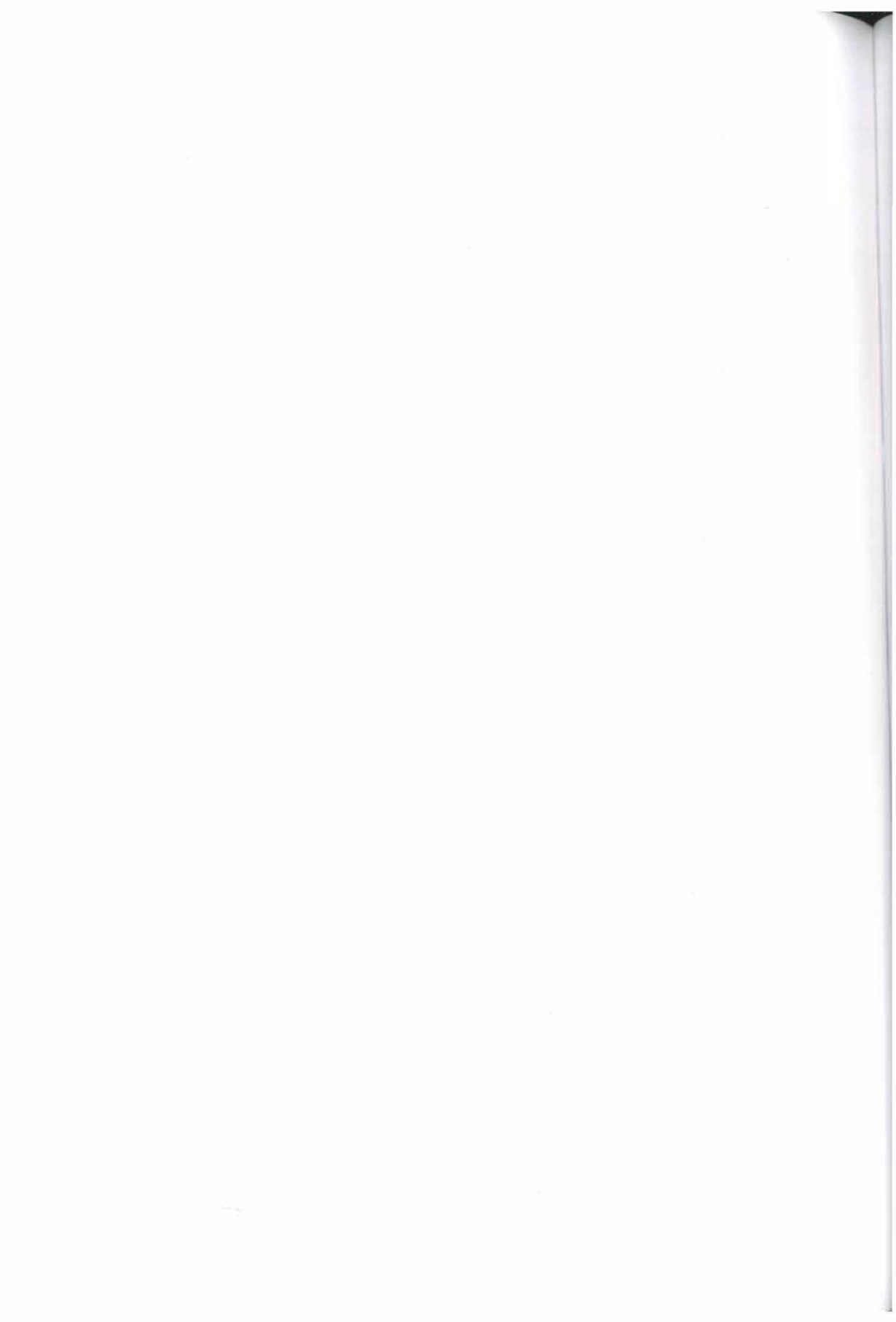
when one's group has done wrong or been wronged. *European Review of Social Psychology*, 17, 1-37.

Wohl, M. J. A., Kim, H. S., Salmon, M., Santesso, D., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2018). Discontinuity-induced nostalgia improves the odds of a self-reported quit attempt among people living with addiction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 75, 83-94.

Wohl, M. J. A., & Smeekes, A. (2019). *Longing is in the memory of the beholder: Collective nostalgia content determines the method members will support to make their group great again*. Manuscript in preparation.

Wohl, M. J. A., Squires, E. C., & Caouette, J. (2012). We were, we are, will we be? The social psychology of collective angst. *Social Psychology and Personality Compass*, 6, 379-391.

Wohl, M. J. A., Tabri, N., & Halperin, E. (in press). Emotional sources of intergroup atrocities. In L. S. Newman (Ed.), *Confronting humanity at its worst: The social psychology of genocide and extreme intergroup violence*. Oxford, UK: Oxford University Press.



ΟΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΕΣ ΣΤΗ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ ΑΡΡΗΤΩΝ ΣΥΝΕΙΡΜΩΝ (IAT) ΕΞΗΓΟΥΝ ΤΗ ΦΥΛΕΤΙΚΗ ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ;

*Lee Jussim, Akeela Careem, Nathan Honeycutt και
Sean T. Stevens*

Σε ποιον βαθμό, οτιδήποτε κι αν είναι αυτό που μετριέται με τις βαθμολογίες που συγκεντρώνουν οι ερωτηθέντες στη Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (Implicit Association Test, IAT), είναι σε θέση να εξηγήσει τη φυλετική ανισότητα; Η απάντησή μας είναι «μάλλον όχι σε μεγάλο βαθμό». Πώς μπορεί να είναι δυνατόν όμως κάτι τέτοιο, αν λάβουμε υπόψη πόσο μεγάλο είναι το μερίδιο της προσοχής της εφαρμοσμένης έρευνας στην άρρητη μεροληψία (το κατεξοχήν μέτρο της οποίας είναι η IAT) σε επιστημονικά περιοδικά (π.χ. Bertrand & Mullainathan, 2004· Sabin & Greenwald, 2012), σε νομικά περιοδικά (π.χ., Jolls & Sunstein, 2006), σε έντυπα μεγάλης κυκλοφορίας (π.χ. Baker, 2018), σε οργανωσιακές παρεμβάσεις κατά της μεροληψίας (π.χ. Department of Justice, Office of Public Affairs, 2016), ακόμη και στις προεδρικές εκλογές των ΗΠΑ (Hensch, 2016);

Στο κεφάλαιο αυτό, θα υποστηρίξουμε ότι, ακόμη και έπειτα από 20 χρόνια έρευνας, η δοκιμασία IAT παραμένει ελάχιστα κατανοητή. Αρχικά θα εξετάσουμε ζητήματα ορισμού, ψυχομετρίας, ερμηνείας, εγκυρότητας κατασκευής και προβλεπτικής εγκυρότητας σχετικά με την IAT. Στη συνέχεια, θα παρουσιάσουμε μια σειρά από ευρετικά μοντέλα τα οποία μπορεί να αποδειχθούν χρήσιμα στην προσπάθειά μας να καταλάβουμε τον πιθανό ρόλο των βαθμολογιών της IAT στην εξήγηση σημαντικών ανισοτήτων.

ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΟΡΙΣΜΟΥ

Δεν υπάρχει ευρέως αποδεκτή συναίνεση ως προς το τι σημαίνει «άρρητη μεροληψία». Πολλά άρθρα χρησιμοποιούν τον όρο χωρίς να τον επεξηγούν κα-

θόλου (π.χ. βλ. Jussim, Careem, Goldberg, Honeycutt, & Stevens, 2019, για μια επισκόπηση). Επειδή τα άρθρα αυτά χρησιμοποιούν την IAT για να μετρήσουν την έμμεση μεροληψία (ή αναφέρονται σε μελέτες που χρησιμοποιούν αυτή τη δοκιμασία ως μελέτες που έχουν μετρήσει την άρρητη μεροληψία), φαίνεται να υποθέτουν ότι σημαίνει «ό,τι μετριέται από την IAT».

Λαμβάνοντας υπόψη μόνο περιπτώσεις όπου παρέχεται πράγματι ένας ορισμός, το ειδικό περιεχόμενο ποικίλλει σε τέτοιο βαθμό, που είναι εντελώς ανέφικτο για τους αναγνώστες να είναι βέβαιοι ότι οι συγγραφείς μιλάνε για την ίδια κατασκευή:

Τα πολιτισμικά στερεότυπα μπορεί να μην επιδοκιμάζονται συνειδητά, αλλά η απλή ύπαρξή τους επηρεάζει από μόνη της τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο επεξεργάζεται τις πληροφορίες και οδηγεί σε ακούσιες μεροληψίες στη λήψη αποφάσεων, τις λεγόμενες «άρρητες μεροληψίες».

Chapman, Kaatz, & Carnes, 2013, σ. 1504

Εδώ, εστιάζουμε στην άρρητη κοινωνική μεροληψία, ένα μέτρο σχετικά με το πόσο έντονα συσχετίζει κάποιος μια έννοια (π.χ. ευχάριστο/δυσάρεστο) με τη μία ή την άλλη κοινωνική ομάδα.

Stanley, Sokol-Hessner, Banaji, & Phelps, 2011, σ. 7710

Ενώ η ρητή μεροληψία είναι έκδηλη και εκφράζεται ελεύθερα, η άρρητη μεροληψία μπορεί να μην αναγνωρίζεται συνειδητά και να λειτουργεί με λιγότερο αισθητούς τρόπους. Για παράδειγμα, όπως έχει αποδειχθεί σε εργαστηριακή έρευνα, ένας γιατρός με άρρητη μεροληψία μπορεί, ασυνείδητα, να εκδηλώνει αρνητική συμπεριφορά ή κακή επικοινωνία με έναν μαύρο ασθενή.

Blair et al., 2013, σ. 44

Ο Greenwald (2017), σε ένα ειδικό συνέδριο του Εθνικού Ιδρύματος Επιστημών (National Science Foundation, NSF) σχετικά με τις διαμάχες που είχαν ξεσπάσει γύρω από τη δοκιμασία IAT, προσέφερε τον εξής λειτουργικό ορισμό της άρρητης μεροληψίας, ο οποίος είναι και αυτός που παρεχόταν στους ακαδημαϊκούς τα περισσότερα από τα τελευταία 20 χρόνια:

Ενδοσκοπικά αταυτοποίητες (ή ανακριβώς ταυτοποιημένες) επιδράσεις της παρελθοντικής εμπειρίας που διαμεσολαβούν τη συμπεριφορά διάκρισης.

Δεδομένου ότι ο ορισμός αυτός προτάθηκε από τον ίδιο τον δημιουργό της δοκιμασίας IAT (Greenwald, McGhee, & Schwartz, 1998), απαιτεί προσεκτικό έλεγχο. Αν αυτός είναι λοιπόν ο ορισμός, δεν είναι σαφές ότι η IAT μετράει την άρρητη μεροληψία, διότι:

1. Είναι μια μέτρηση χρόνου αντίδρασης που αξιολογεί τη διαφορά στον χρόνο που απαιτείται για την εκτέλεση δύο διαφορετικών, αλλά σχετικών μεταξύ τους, έργων κατηγοριοποίησης. Η διαφορά στους χρόνους αντίδρασης δεν αποτελεί διάκριση.
2. Είναι μια μεμονωμένη μεταβλητή. Αν και οποιαδήποτε μεμονωμένη μεταβλητή *μπορεί* να διαμεσολαβεί την επίδραση μιας μεταβλητής σε μια άλλη, αυτό αποτελεί ένα ξεχωριστό εμπειρικό ερώτημα που δεν μπορεί να απαντηθεί απλώς με την αξιολόγηση μιας μεμονωμένης μεταβλητής. Μπορούμε να κάνουμε έρευνα που θα καταλήγει στο συμπέρασμα ότι «το Β διαμεσολαβεί την επίδραση του Α στο Γ», αλλά δεν μπορούμε να δηλώσουμε ότι «μετρώντας απλώς το Β μπορούμε να αποδείξουμε ότι διαμεσολαβεί την επίδραση του Α στο Γ». Ο ορισμός του μέτρου ως «διαμεσολάβησης» δρα μεροληπτικά στην επικοινωνία του τι ακριβώς αποτυπώνει η δοκιμασία IAT μέσω μιας άρρητης εισαγωγής της μη επαληθευμένης υπόθεσης ότι εμπλέκεται σε διακρίσεις χωρίς να χρειάζεται να προσφέρει στοιχεία ότι πράγματι το κάνει.
3. Ούτε οι βαθμολογίες της IAT είναι «ενδοσκοπικά αταυτοποίητες». Οι άνθρωποι μπορούν να προβλέψουν με ακρίβεια τις βαθμολογίες τους στην IAT, καθώς τα r 's κυμαίνονται από περίπου 0,60 έως 0,70 (Hahn, Judd, Hirsh, & Blair, 2014). Εφόσον οι καλά επεξεργασμένες στάσεις προβλέπουν πιο έντονα τις συμπεριφορικές προθέσεις (Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο), μπορούν να τεθούν (και έχουν τεθεί – π.χ. Schimmack, 2019) ερωτήματα σχετικά με το κατά πόσο οι βαθμολογίες της IAT προβλέπουν τη συμπεριφορά πολύ περισσότερο από τις ρητές στάσεις.

Αφαιρώντας τα στοιχεία που δεν ισχύουν για την IAT, παραθέτουμε πλέον ό,τι απομένει από τον ορισμό της άρρητης μεροληψίας του Greenwald (2017):

Ενδοσκοπικά αταυτοποίητες (ή ανακριβώς ταυτοποιημένες) επιδράσεις της παρελθοντικής εμπειρίας που διαμεσολαβούν τη συμπεριφορά διάκρισης.

Αυτό που απομένει είναι «επιδράσεις της παρελθοντικής εμπειρίας», και ίσως να μην πρόκειται για καθαρή σύμπτωση, όπως θα δούμε στην επόμενη ενότητα σχετικά με την εγκυρότητα της κατασκευής.

ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ

Το τι ακριβώς μετράει η IAT δεν έχει ακριβώς ξεκαθαριστεί. Ωστόσο, σε ένα μεγάλο τμήμα της επιστημονικής γνώσης υποστηρίζεται ότι πρόκειται για ένα καθαρό μέτρο των ασυνείδητων ή αυτόματων προκαταλήψεων. Για παράδειγμα, το 1998, οι Greenwald και Banaji πραγματοποίησαν μια συνέντευξη Τύπου για να αποκαλύψουν ένα «...νέο εργαλείο που μετράει τις ασυνείδητες ρίζες της

προκατάληψης» (Schwarz, 1998). Το 2013, οι Banaji και Greenwald δήλωσαν στο βιβλίο τους *Blindspot* (Κεφάλαιο 3, στο 23% της έκδοσης epub) πως «...η αυτόματη προτίμηση για τους Λευκούς που εκφράζεται στη δοκιμασία Race IAT (Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών για τη Φυλή) έχει πλέον αποδειχθεί ότι σηματοδοτεί μια συμπεριφορά διάκρισης». Πολλοί, ίσως οι περισσότεροι, μελετητές που έχουν δημοσιεύσει έρευνες στις οποίες χρησιμοποιούν τη δοκιμασία IAT για να αξιολογήσουν άρρητους συνειρμούς που αφορούν τις δημογραφικές ομάδες την ερμήνευσαν κάποτε με παρόμοιο τρόπο (π.χ. Jolls & Sunstein, 2006· Jost et al., 2009· McConnell & Leibold, 2001). Ωστόσο, δύο δεκαετίες έρευνας σχετικά με το τι ακριβώς μετράει η IAT δεν έχουν συγκλίνει σε μια συναίνεση. Αντίθετα, το επίπεδο της διαφωνίας και της διαμάχης έχει κλιμακωθεί.

Αρχικά, σκεφτείτε τι υποτίθεται ότι μετράει η IAT: *άρρητους συνειρμούς* μεταξύ εννοιών στη μνήμη. Ας αφήσουμε προσωρινά στην άκρη τα όποια προβλήματα έχουν παρατηρηθεί σε επίπεδο μέτρησης, ψυχομετρίας ή προβλεπτικής εγκυρότητας και ας υποθέσουμε ότι τα πηγαίνει μια χαρά σε αυτά τα πεδία. Πώς συνδέονται δύο έννοιες στη μνήμη; Μια πιθανή οδός είναι ότι με κάποιο τρόπο οι δύο έννοιες συνυπάρχουν στον κόσμο. Το ζαμπόν και τα αυγά, για παράδειγμα, πάνε μαζί πολύ περισσότερο απ' ό,τι το ζαμπόν και η κβαντομηχανική. Ομοίως, τουλάχιστον για τους Βορειοαμερικανούς, η Νέα Υόρκη συνδέεται πιθανότατα πιο έντονα με τους Yankees παρά με την ελνοοσία. Η ανάλυση αυτή έχει μια συγγένεια με εκείνη μιας από τις πρώτες κριτικές της IAT (Arkes & Tetlock, 2004). Υποστήριξαν ότι, αντί να αντικατοπτρίζει την προκατάληψη, η δοκιμασία Race IAT μπορεί να αντικατοπτρίζει τη γνώση των πολιτισμικών στερεοτύπων.

Το επιχείρημά μας, ωστόσο, πηγαίνει ακόμη πιο πέρα. Οι συνειρμοί που μετριούνται από την IAT μπορεί να αντικατοπτρίζουν την άρρητη γνωστική καταγραφή κανονικοτήτων και πραγματικοτήτων του κοινωνικού περιβάλλοντος. Σύμφωνα με αυτή την ανάλυση, οι χρόνοι απόκρισης στην IAT ήταν ταχύτεροι όταν τα ερεθίσματα αντιστοιχούσαν σε οικολογικά έγκυρες αρχικές εκτιμήσεις (Bluemke & Fiedler, 2009). Τι γίνεται με τις αξιολογήσεις για το αν η υπαγωγή στην ομάδα είναι καλή ή κακή, ευχάριστη ή δυσάρεστη (όπως αυτές που χρησιμοποιούνται σε τόσο πολλές δοκιμασίες άρρητων συνειρμών); Αυτό εξαρτάται από το πού προέρχονται οι αξιολογήσεις. Μια πιθανότητα είναι ότι οι αξιολογήσεις των ομάδων προέρχονται από τη γνώση των κοινωνικών συνθηκών αυτών των ομάδων. Ομάδες που ζουν σε δυσανάλογα δυσάρεστες συνθήκες (όπως η φτώχεια, η εγκληματικότητα, η ακατάλληλη στέγαση) μπορεί να συνδέονται με την έννοια «δυσάρεστο» περισσότερο απ' ό,τι άλλες ομάδες απλώς και μόνο επειδή οι απλοί άνθρωποι συσχετίζουν ορθά την έννοια αυτή με δυσάρεστες πραγματικότητες.

Η έρευνα για την ακρίβεια των στερεοτύπων έχει επανειλημμένα δείξει ότι τα στερεότυπα φυλής, φύλου και ηλικίας όσων έχουν μελετηθεί είναι συχνά αρκετά

ακριβή από την άποψη ότι οι πεποιθήσεις των ανθρώπων για τις ομάδες συχνά συσχετίζονται σε μέτριο έως υψηλό βαθμό με αξιόπιστες μετρήσεις πραγματικών διαφορών ομάδων, όπως δεδομένα απογραφής και μετα-ανάλυσης (Jussim, Crawford, & Rubinstein, 2015). Οι άνθρωποι που είναι καλύτεροι στον εντοπισμό προτύπων αναφορικά με τις κοινωνικές ομάδες μαθαίνουν, εφαρμόζουν και ανανεώνουν επίσης πιο αποτελεσματικά τα στερεότυπά τους (Lick, Alter, & Freeman, 2018).

Παρόλο που τόσο η έρευνα σχετικά με την ακρίβεια των στερεοτύπων όσο και η έρευνα σχετικά με την ανίχνευση προτύπων είναι επικεντρωμένες στα ρητά στερεότυπα, έχουμε λόγους να υποπτευόμαστε ότι παρόμοιες διαδικασίες αποτελούν τη βάση των άρρητων συνειρμών. Η παλαιότερη έρευνα γύρω από την άρρητη νόηση προηγήθηκε κατά πολύ των κοινωνιοψυχολογικών προσεγγίσεων. Εξετάζοντας δύο δεκαετίες αυτής της έρευνας, ο Reber (1989, σ. 219, η έμφαση δική μας) κατέληξε στο εξής συμπέρασμα:

(α) Η άρρητη μάθηση παράγει μια σιωπηρή βάση γνώσεων που είναι *αφηρημένη και αντιπροσωπευτική της δομής του περιβάλλοντος* (β) αυτού του είδους οι γνώσεις αποκτώνται βέλτιστα ανεξάρτητα από τις συνειδητές προσπάθειες για μάθηση και (γ) μπορούν να χρησιμοποιηθούν άρρητα για την επίλυση προβλημάτων και τη λήψη ακριβών αποφάσεων σχετικά με νέες περιστάσεις ερεθισμάτων.

Μια νέα θεωρητική προοπτική για την άρρητη μεροληψία κατέληξε σε συμπεράσματα που είναι σε μεγάλο βαθμό συμβατά με αυτή την άποψη (Payne, Vuletic, & Lundberg, 2017, σ. 242): «...ο λόγος για τον οποίο η άρρητη μεροληψία είναι γενικά πολύ διαδεδομένη είναι ότι το περιβάλλον έχει σχετικά σταθερό επίπεδο αποκλίσεων και συστημικών ανισοτήτων που αυξάνουν επανειλημμένα την προσβασιμότητα των στερεοτυπικών εννοιών». Παρότι ο Payne και οι συνεργάτες του (2017) δίνουν έμφαση στην προκατάληψη και τον ρατσισμό σε όλο το άρθρο τους, στην πραγματικότητα, ο βασικός ισχυρισμός που παραθέσαμε παραπάνω είναι εύλογα ερμηνεύσιμος ως συνεπής με την άρρητη ακρίβεια. Αυτό σημαίνει ότι οι συστημικές ανισότητες μπορεί όχι απλώς να «αυξάνουν την προσβασιμότητα των στερεοτυπικών εννοιών», αλλά να *δημιουργούν* αυτούς τους στερεοτυπικούς συσχετισμούς. Αυτό ακριβώς θα περιμέναμε να συμβεί αν, όπως υποδεικνύουν ο Lick και οι συνεργάτες του (2018) και ο Reber (1989), οι άνθρωποι που είναι καλοί στην ανίχνευση προτύπων στο περιβάλλον συσχετίζουν τις ομάδες με τις διαφορετικές και άνισες κοινωνικές συνθήκες στις οποίες ζουν.

Η εμπειρική έρευνα έχει αρχίσει να επιβεβαιώνει την πρόβλεψη ότι οι άρρητοι συνειρμοί ανταποκρίνονται σε κανονικότητες που απαντούν στο κοινωνικό περιβάλλον. Σε μια σειρά από μελέτες, είτε Αφροαμερικανοί είτε λευκοί συμμετέχοντες συνδυάστηκαν με εικόνες που εξέφραζαν είτε τη νοημοσύνη (π.χ. έναν εγκέφαλο) είτε την ανοησία (π.χ. μια κόλα γραπτού με ένα «0» πάνω της:

Rubinstein & Jussim, 2019). Όταν ο αφροαμερικανικός στόχος συνδυάστηκε με τις εικόνες νοημοσύνης και ο λευκός στόχος με τις εικόνες ανοησίας, οι συμβατικά μεροληπτικές βαθμολογίες της IAT (σε μια συνθήκη ελέγχου από την οποία απουσίαζαν τέτοιου είδους συνειρμοί) όχι απλώς εξαλείφθηκαν, αλλά επιπλέον αντιστράφηκαν (οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν τα ζεύγη Τζαμάλ/Έξυπνος και Λουκ/Ανόητος πιο γρήγορα απ' ό,τι τα ζεύγη Τζαμάλ/Ανόητος και Λουκ/Έξυπνος). Επίσης, σε συμφωνία με αυτή την οπτική γωνία, μια πρόσφατη μελέτη διαπίστωσε ότι, εκτός από τα αποτελέσματα που μπορούν να ερμηνευτούν ως φυλετική μεροληψία, τα άρρητα στερεότυπα όπως αξιολογήθηκαν από την IAT συσχετίζονταν με τα γεωγραφικά ποσοστά εγκληματικότητας μεταξύ των μαύρων (Johnson & Chorik, 2019).

Το βάρος των ευρημάτων από πολλαπλές πηγές -σχετικά με τα ρητά στερεότυπα, την παλαιότερη έρευνα γύρω από την άρρητη νόηση και την πρόσφατη θεωρητική και εμπειρική έρευνα γύρω από τις πηγές βαθμολογιών στην IAT- συγκλίνει στο συμπέρασμα ότι το μοναδικό στοιχείο που δεν διαγράφηκε από τον παραπάνω ορισμό του Greenwald δεν είναι τυχαίο. Ανεξάρτητα από το αν οι βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT αντικατοπτρίζουν προκατάληψη ή γνώση σε σχέση με τα πολιτισμικά στερεότυπα, πιθανότατα αποτυπώνουν τις παρελθοντικές εμπειρίες του ατόμου με διάφορες ομάδες. Μετά την επισκόπηση πολλών άλλων θεωρητικά εύλογων ή εμπειρικά αποδεδειγμένων δυνητικών επιρροών στις βαθμολογίες της IAT, οι Bluemke και Fiedler (2009, σ. 1036) εξέφρασαν την εξής άποψη: «Το αν μια άρρητη στάση βασίζεται πραγματικά σε μια διαφορά χρονικής καθυστέρησης είναι ένα ερώτημα που δεν μπορεί να απαντηθεί μόνο από τον δείκτη του μεγέθους του συνειρμού».

Έτσι, ένα σημαντικό πεδίο για μελλοντική έρευνα είναι ο πιο διεξοδικός έλεγχος του ρόλου της εμπειρίας και των κοινωνικών πραγματικοτήτων στη διαμόρφωση των βαθμολογιών στην IAT. Πόσο καλά συσχετίζονται τα δεδομένα απογραφής σχετικά με τις αποκλίσεις στην απόδοση, στον πλούτο και στο εισόδημα, καθώς και στην υγεία με τις βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT; Η απάντηση σε ερωτήματα αυτού του είδους μπορεί να ρίξει φως στον ρόλο των κοινωνικών πραγματικοτήτων στην παραγωγή των άρρητων συνειρμών που μετριοούνται από την IAT.

Ακόμη όμως κι αυτή η ανάλυση προϋποθέτει ότι η IAT αποτελεί ένα καθαρό μέτρο άρρητων συνειρμών, μια υπόθεση που είναι μάλλον απίθανο να είναι γενικά αληθής (Fiedler, Messner, & Bluemke, 2006). Το τετραμερές μοντέλο (Conrey, Sherman, Gawronski, Hugenberg, & Groom, 2005) παρείχε πέντε πειράματα που υποστηρίζουν ότι η IAT αντικατοπτρίζει ταυτόχρονα: τους άρρητους συνειρμούς, τη διακριτότητα (την ικανότητα αναγνώρισης μιας σωστής απάντησης), την ικανότητα υπέρβασης της μεροληψίας που προκαλείται από τέτοιους συνειρμούς και μεροληψίες εικασίας (άλλες συστηματικές επιρροές στις

απαντήσεις). Επειδή το μοντέλο τους προτείνει παραμέτρους για καθεμία από τις τέσσερις πηγές βαθμολογιών της IAT, παρέχει έναν τρόπο χρήσης της IAT για την αξιολόγηση των άρρητων συνειρμών. Ωστόσο, έδειξε επίσης ότι η υπόθεση σύμφωνα με την οποία οι βαθμολογίες της IAT είναι ένα καθαρό μέτρο των «άρρητων συνειρμών» (πόσο μάλλον των «άρρητων μεροληψιών») δεν μπορούσε να τεκμηριωθεί. Πρόσθετη έρευνα που αξιολογεί και βάζει κατά μέρος τεχνητά αποτελέσματα και μεροληψίες της μέτρησης (βλ. Fiedler et al., 2006) θα μπορούσε επίσης να προωθήσει την κατανόηση του τι αξιολογεί η IAT.

ΨΥΧΟΜΕΤΡΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

Η εσωτερική συνέπεια των βαθμολογιών της IAT πληροί τα συμβατικά κριτήρια αποδεξιμότητας και κυμαίνεται από 0,60 έως 0,90 (LeBel & Paunonen, 2011). Οι αξιοπιστίες προτέστ-μετατέστ είναι χειρότερες. Ακόμη και όταν ελέγχονται σε διάστημα λίγων μόνο εβδομάδων, οι συσχετίσεις προτέστ-μετατέστ κατά μέσο όρο είναι περίπου $r = 0,4$ (Payne et al., 2017).

Ως επί το πλείστον, οι επιδράσεις της IAT έχουν αξιολογηθεί με βαθμολογίες D (Greenwald, Nosek, & Banaji, 2003). Οι βαθμολογίες D υπολογίζονται ξεχωριστά για κάθε συμμετέχοντα ως εξής:

$D = IATRAW/SDWI$. Οι πρωτογενείς βαθμολογίες είναι η μέση διαφορά στους χρόνους απόκρισης σε χιλιοστά του δευτερολέπτου σε δύο ζεύγη της δοκιμασίας IAT (όπως Αφροαμερικανός/ευχάριστο ή λευκός/δυσάρεστο αντί για Αφροαμερικανός/δυσάρεστο ή λευκός/ευχάριστο). Το SDWI είναι η ενδοατομική τυπική απόκλιση. Οι Blanton, Jaccard και Burrows (2015) ήταν οι πρώτοι που επισήμαναν μια υπολογιστική αδυναμία αυτής της μεθόδου:

Αυτή η αλλαγή [σε βαθμολογίες D] παρήγαγε άθελά της μια κατάσταση στην οποία η μείωση του σφάλματος της δοκιμής (συνήθως κάτι που ένας ερευνητής ή επαγγελματίας θα θεωρούσε επιθυμητό) έχει πλέον ως αποτέλεσμα πιο ακραίες βαθμολογίες μεροληψίας, ενώ όλες οι άλλες μεταβλητές είναι αδιακύμαντες (σ. 431).

Σκεφτείτε δύο άτομα με πανομοιότυπες πρωτογενείς διαφορές χρόνου αντίδρασης (ας πούμε, 100 ms). Το πρώτο άτομο έχει SD 100· το δεύτερο SD 25. Το πρώτο θα έχει $D = 1$, το δεύτερο $D = 4$, παρόλο που τα επίπεδα μεροληψίας τους, όπως υποδεικνύονται από την πρωτογενή διαφορά στους χρόνους απόκρισης, είναι πανομοιότυπα (σε αυτό το παράδειγμα, και οι δύο πρωτογενείς διαφορές είναι ίσες με 100 ms).

Επιπλέον, οι βαθμολογίες στην IAT είναι βαθμολογίες διαφοράς, και οι δυσκολίες που συναντιούνται στην ερμηνεία των βαθμολογιών διαφοράς έχουν

αναγνωριστεί εδώ και δεκαετίες (π.χ. Cronbach & Furby, 1970). Παρότι μια διεξοδική επισκόπηση τέτοιων δυσκολιών ξεφεύγει από τον σκοπό του κεφαλαίου αυτού, ευτυχώς, υπάρχει ήδη μία ειδικά αφιερωμένη στις βαθμολογίες της IAT (βλ. Fiedler et al., 2006). Για παράδειγμα, οι συσχετίσεις των βαθμολογιών της IAT με τα αποτελέσματα είναι δύσκολο να ερμηνευτούν διότι είναι πιθανό να αντικατοπτρίζουν μια συσχέτιση με τις συμβατές δοκιμές (π.χ. μαύρος/δυσάρεστο και λευκός/ευχάριστο), μια συσχέτιση με τις μη συμβατές δοκιμές (π.χ. μαύρος/ευχάριστο αντί για λευκός/δυσάρεστο) ή μια συσχέτιση με τη διαφορά. Η εξαρτημένη μεταβλητή μπορεί επίσης να συσχετίζεται πιο έντονα με τις συμβατές παρά με τις μη συμβατές δοκιμές, θολώνοντας ακόμη περισσότερο την ερμηνεία της συσχέτισης με τη διαφορά. Ο Fiedler και οι συνεργάτες του (2006) εξήγησαν επίσης γιατί οι τυποποιημένες βαθμολογίες της IAT μέσω του στατιστικού δείκτη D (Greenwald et al., 2003) δεν επιλύουν αυτά τα προβλήματα και εντοπίζουν μια σωρεία άλλων προβλημάτων σχετικά με την IAT που προκύπτουν από τη χρήση βαθμολογιών διαφοράς.

Η ΠΕΡΙΕΡΓΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ ΔΙΠΛΑ ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΕΝΟΥ ΜΕΓΕΘΟΥΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ

Οι βαθμολογίες D είναι υπολογιστικά παρόμοιες, αλλά όχι ακριβώς πανομοιότυπες με το κοινό μέγεθος επίδρασης, τον δείκτη του Cohen (d). Αυτό αναγνωρίζεται ρητά στο άρθρο που συστήνει τη χρήση του δείκτη D (Greenwald et al., 2003). Τίθεται έτσι το ερώτημα: Γιατί, αν το D έχει στενή συγγένεια με το d , πολλά άρθρα που αναφέρουν επιδράσεις της IAT μετατρέπουν περαιτέρω το μέγεθος επίδρασης D (το οποίο αποτελεί ήδη μια πρώτη μετατροπή πρωτογενών βαθμολογιών) σε ένα ξανά διαφορετικό μέγεθος επίδρασης, d (π.χ. Cao & Banaji, 2016· Lane, Banaji, Nosek, & Greenwald, 2007); Ο δείκτης D είναι ήδη ένα τυποποιημένο μέγεθος επίδρασης. Παρότι δεν έχουμε δει ποτέ να δημοσιεύεται ένα σκεπτικό για τον εκ νέου υπολογισμό ενός δείκτη d από τους δείκτες D , η συνέπεια είναι ξεκάθαρη: αν η τυπική απόκλιση των βαθμολογιών D στην IAT είναι μικρότερη από 1, το d θα είναι μεγαλύτερο από το D · αν το SD κάθε συμμετέχοντος είναι μεγαλύτερο από 1, το d θα είναι μικρότερο από το D . Μολονότι η διεξαγωγή μιας ολοκληρωμένης ανάλυσης αυτού του ζητήματος υπερβαίνει τον στόχο αυτού του κεφαλαίου, κάθε άρθρο του οποίου γνωρίζουμε την ύπαρξη και που αναφέρει τα D και τα d του Cohen αναφέρει d μεγαλύτερα από τη μέση τιμή των D (π.χ. Cao & Banaji, 2016· Lane et al., 2007· Charlesworth & Banaji, 2019). Αν η διαφορά αυτή δεν τεκμηριωθεί, η βιβλιογραφία θα βρίθει από υπερβολικές εκτιμήσεις επιδράσεων έμμεσης μεροληψίας. Ελλείψει ενός επιτακτικού και πλήρως δομημένου λόγου να δράσουμε διαφορετικά, συνιστούμε απλώς την

αναφορά του μέσου όρου των D ως του μεγέθους επίδρασης της IAT, αντί του περαιτέρω υπολογισμού των d του Cohen.

ΕΡΜΗΝΕΙΕΣ ΤΗΣ «ΜΕΡΟΛΗΨΙΑΣ»

Ας βάλουμε προσωρινά κατά μέρος όλα τα άλλα προβλήματα που εμπλέκονται στην ερμηνεία των βαθμολογιών της IAT και ας υποθέσουμε ότι αντικατοπτρίζουν τη «μεροληψία», όπως συνέβη με βαθμολογίες σε άλλες δοκιμασίες για περισσότερες από δύο δεκαετίες. Οι βαθμολογίες της IAT που διαφέρουν από το 0 κατά κανόνα ερμηνεύονται ως «άρρητη μεροληψία» (Greenwald et al., 1998· Greenwald et al., 2003· Lane et al., 2007). Υπάρχουν δύο διακριτά προβλήματα με αυτή την ερμηνεία. Όταν οι ερευνητές χρησιμοποιούν συμβατικές δοκιμασίες στατιστικής σημαντικότητας επαλήθευσης της μηδενικής υπόθεσης (όπως όλοι σχεδόν όταν διεξάγουν έρευνα με την IAT), δύο παράγοντες συμβάλλουν στο να συμπεράνουν αν μια βαθμολογία της IAT είναι «διαφορετική από 0». Ο πρώτος είναι ότι η βαθμολογία δεν μπορεί να ισούται με 0. Ο δεύτερος είναι η στατιστική ισχύς. Με αρκετά υψηλή ισχύ, σχεδόν οποιαδήποτε μη μηδενική τιμή θα διαφέρει «σημαντικά» από το 0· η ίδια επίδραση της IAT μπορεί να διαφέρει σημαντικά από το 0 σε ένα μεγάλο δείγμα, όχι όμως και σε ένα μικρό. Πιθανότατα, ωστόσο, η «μεροληψία» (αν υπάρχει) ή ακόμη και ο άρρητος συσχετισμός είναι συνάρτηση της ισχύος του συσχετισμού, όχι της στατιστικής ισχύος. Μια βαθμολογία D της τάξης του 0,04 συνιστά πραγματικά «μεροληψία» αν έχει αποκτηθεί από ένα αρκετά μεγάλο δείγμα; Και, αν ναι, πρόκειται για μια μεροληψία επαρκούς μεγέθους ώστε να δικαιολογεί τη σοβαρή εξέτασή της, είτε για θεωρητικούς λόγους είτε για λόγους εφαρμογής; Αν ναι, δεν έχουμε δει ποτέ να διατυπώνονται τέτοιου είδους επιχειρήματα. Ίσως για τους λόγους αυτούς, ο Nosek και οι συνεργάτες του (2007) συνέστησαν τη χρήση ενός απόλυτου (καθότι αυθαίρετου) κριτηρίου $D \geq 0,15$ για τις «άρρητες μεροληψίες» (ή τους άρρητους συνειρμούς) που πρέπει να θεωρούνται αρκετά ουσιαστικές ώστε να πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη.

Παρότι οι συστάσεις του Nosek και των συνεργατών του (2007) ήταν οπωσδήποτε μια βελτίωση (και, σεβόμενοι αυτή την παράδοση, τις έχουμε υιοθετήσει και οι ίδιοι, π.χ. στα Rubinstein, Jussim, & Stevens, 2018 και Rubinstein & Jussim, 2019), δεν είναι προφανές ότι είναι καλά τεκμηριωμένες. Το ζήτημα αυτό τέθηκε πρώτη φορά ως θεωρητική πιθανότητα με το σκεπτικό ότι η υπεροχή των θετικών βαθμολογιών στο Race IAT (80% ή περισσότερο) θα μπορούσε να υποδηλώνει ότι η αρχική εκτίμηση των θετικών βαθμολογιών στην IAT στους πληθυσμούς που υποβάλλονται στη δοκιμασία ήταν απλώς πολύ υψηλότερη από την αρχική εκτίμηση των ρατσιστικών άρρητων στάσεων (Fiedler et al., 2006).

Μεταγενέστερη έρευνα κατέληξε σε ευρήματα που υποστηρίζουν αυτή την πρόβλεψη. Έρευνα που αναλύει εκ νέου μια σειρά από μελέτες που συσχετίζουν τις βαθμολογίες της IAT με άλλες μεθόδους μέτρησης της μεροληψίας (συμπεριφορά, στάσεις, αξιολογήσεις κ.λπ.) διαπίστωσε ότι η IAT υφίσταται σταθερά μια *δεξιόστροφη μεροληψία* (Blanton, Jaccard, Strauts, Mitchell, & Tetlock, 2015). Δηλαδή, αντί το $D = 0$ να αντιστοιχεί στην αμερόληπτη απόκριση σε άλλα εργαλεία μέτρησης, τα D που αντιστοιχούσαν στην αμερόληπτη απόκριση παρουσίαζαν υψηλή διακύμανση, αλλά ήταν σταθερά πολύ πάνω από το 0 (τα περισσότερα D που αντιστοιχούσαν σε αποκρίσεις που τις χαρακτήριζε ο εξισωτισμός κυμαίνονταν μεταξύ 0,3 και 0,6). Παρότι η γενικότητα αυτού του προτύπου είναι ασαφής, το ίδιο ισχύει και για την ερμηνεία των βαθμολογιών της IAT όσον αφορά το αν εκφράζουν προκατάληψη ή μεροληψία. Αν το πρότυπο της δεξιόστροφης μεροληψίας που εντόπισε ο Blanton και οι συνεργάτες του (2015) είναι πιο γενικό, σημαίνει ότι η σύσταση $D \geq 0,15$ του Nosek και των συνεργατών του (2007) όχι μόνο είναι πολύ συντηρητική, αλλά μπορεί στην πραγματικότητα να αντικατοπτρίζει μια *αντίστροφη μεροληψία*. Για παράδειγμα, αν ένα $D = 0,5$ αντιστοιχεί στον φυλετικό εξισωτισμό, το $D = 0,15$ μπορεί να αντιστοιχεί σε *μεροληψία κατά των λευκών!* Η ερμηνεία αυτή ενισχύεται περαιτέρω από το γεγονός ότι τουλάχιστον μία μελέτη που αναφέρει υποτιθέμενες βαθμολογίες της IAT κατά των Αφροαμερικανών εντόπισε επίσης πολύ υψηλότερες διακρίσεις κατά των λευκών παρά κατά των Αφροαμερικανών (McConnell & Leibold, 2001· αν και χρειάστηκε μια εκ νέου ανάλυση [Blanton et al., 2009] για να αποκαλυφθεί αυτό το μη αναμενόμενο εύρημα). Πολλοί άλλοι που ανέφεραν θετικές βαθμολογίες στην IAT ανέφεραν επίσης πρότυπα αμερόληπτης συμπεριφοράς που κυμαίνονταν στον μέσο όρο (π.χ. Green et al., 2007· Rachlinski, Johnson, Wistrich, & Guthrie, 2009· Stanley, Sokol-Hessner, Banaji, & Phelps, 2011). Επειδή ο μέσος όρος του προβλεπτικού παράγοντα αντιστοιχεί στον μέσο όρο του αποτελέσματος στη διμεταβλητή παλινδρόμηση, οι θετικές βαθμολογίες στην IAT αντιστοιχούσαν σε μια εξισωτική συμπεριφορά σε όλες αυτές τις μελέτες. Προκειμένου να γίνει καλύτερα κατανοητό τι σημαίνουν οι βαθμολογίες στην IAT, και ιδιαίτερα ποιες βαθμολογίες αντιστοιχούν σε εξισωτικές και ποιες σε μεροληπτικές πεποιθήσεις και στάσεις, όποτε αυτό είναι δυνατόν, η έρευνα θα πρέπει να αναφέρει τις βαθμολογίες D που αντιστοιχούν σε μια εξισωτική απόκριση σε μέτρα εξαρτημένων μεταβλητών ή αποτελεσμάτων.

ΔΙΑΜΑΧΕΣ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΟΒΛΕΠΤΙΚΗ ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑ

Κάποιος θα μπορούσε να υποστηρίξει ότι τα παραπάνω ζητήματα είναι ψιλά γράμματα αν τα στερεότυπα και οι προκαταλήψεις που σχετίζονται με την IAT

προβλέπουν ικανοποιητικά τις διακρίσεις. Δυστυχώς, το σημείο αυτό δεν είναι σαφές. Αντικρουόμενες μετα-αναλύσεις έχουν δημοσιευτεί από το 2009 κι έπειτα (Greenwald, Roehlman, Uhlmann, & Banaji, 2009; Forscher et al., υπό έκδοση; Greenwald, Banaji, & Nosek, 2015; Oswald, Mitchell, Blanton, Jaccard, & Tetlock, 2013), καταλήγοντας σε μια προβλεπτική εγκυρότητα που κυμαίνεται σε ένα εύρος από 0,1 έως 0,3. Το ανώτερο όριο του εύρους (0,3) συνιστά μια προβλεπτική εγκυρότητα συγκρίσιμη με αυτή που χαρακτηρίζει πολλά μέτρα στάσεων (π.χ. Fazio, 1990), αλλά ο βαθμός στον οποίο τέτοια ευρήματα πάσχουν από «μεροληψία αφοσίωσης», δηλαδή ένα πρότυπο στο οποίο οι θιασώτες μιας μεθόδου ή ενός φαινομένου παράγουν μελέτες που καταλήγουν σε υψηλότερες επιδράσεις σε σύγκριση με άλλους ερευνητές (Dragioti, Dimoliatis, Fountoulakis, & Evangelou, 2015), είναι ασαφής. Ακόμη και οι χαμηλότερες προβλεπτικές εγκυρότητες έχουν περιγραφεί ως «κοινωνικά σημαντικές», εν μέρει επειδή οι χαμηλές επιδράσεις που αποκτώνται σε βραχυπρόθεσμες μελέτες μπορεί να συσσωρεύονται με την πάροδο του χρόνου και μεταξύ υποκειμένων (Greenwald, Banaji, & Nosek, 2015). Από την άλλη πλευρά, οι χαμηλές επιδράσεις δεν συσσωρεύονται απαραίτητως στην πραγματικότητα, και οποιοδήποτε συμπέρασμα που τις θέλει να συσσωρεύονται απαιτεί εμπειρική τεκμηρίωση: ελλείψει τέτοιων στοιχείων, το επιχείρημα περί «κοινωνικής σημασίας» έχει επικριθεί ως μια αόριστη αναφορά σε αυτό που, ουσιαστικά, είναι ένας τύπος σύνθετου ενδιαφέροντος, με την έννοια ότι οποιαδήποτε επίδραση, αν αντληθεί από πολλαπλά συμβάντα και υπολογιστεί αθροιστικά, θα βρεθεί αυξημένη (Oswald et al., 2013). Φυσικά, το κατά πόσο πραγματικά μπορούμε να αθροίσουμε την επίδραση από πολλαπλά συμβάντα είναι από μόνο του ένα εμπειρικό ερώτημα και ένα ερώτημα στο οποίο τα πιο αξιόπιστα στοιχεία υποδηλώνουν έντονα μια απάντηση «μάλλον όχι» (βλ. Jussim et al., 2019, για μια επισκόπηση της θεωρίας και των στοιχείων σχετικά με τη συσσωρευση της υπόθεσης της μεροληψίας).

Μπορούμε να φανταστούμε δύο τομείς παραγωγικής μελλοντικής έρευνας σε θέματα προβλεπτικής εγκυρότητας. Πρώτον, μπορούν να προσδιοριστούν εκ των προτέρων οι συνθήκες κάτω από τις οποίες οι βαθμολογίες της IAT προβλέπουν πιο έντονα τις διακρίσεις; Δεδομένου ενός ιστορικού υπερεκτιμημένων συμπερασμάτων με βάση τις βαθμολογίες της IAT, η καταχωρισμένη μορφή αναπαραγωγής θα είναι πιθανόν απαραίτητη προκειμένου να πειστούν οι σκεπτικιστές ότι οι συνθήκες κάτω από τις οποίες υποτίθεται ότι παρατηρούνται συστηματικά ισχυρές επιδράσεις είχαν στην πραγματικότητα προβλεφθεί προκαταβολικά και δεν είχαν συναχθεί εκ των υστέρων, βάσει των αποτελεσμάτων (μέθοδος HARKing; Kerr, 1998). Δεύτερον, συσσωρεύονται πράγματι οι επιδράσεις διάκρισης που προβλέπονται από τις βαθμολογίες στην IAT με την πάροδο του χρόνου, όπως ισχυρίζονται ο Greenwald και οι συνεργάτες του (2015); Ή, όπως οι περισσότερες αυτοεκπληρούμενες προφητείες, είναι πιο πιθανό να δια-

λυθούν παρά να συσσωρευτούν (Jussim, 2017); Η απάντηση στο ερώτημα αυτό μπορεί όχι μόνο να βοηθήσει στον σχεδιασμό παρεμβάσεων για τη βελτίωση κάποιων πηγών ανισότητας μελετώντας τον ρόλο τους σε φυσικώς εμφανιζόμενα εφαρμοσμένα περιβάλλοντα, αλλά μπορεί θεωρητικά να προωθήσει την κατανόησή μας για τη φύση και τις κοινωνικές επιδράσεις των άρρητων πεποιθήσεων και στάσεων.

ΙΑΤ, ΑΡΡΗΤΗ ΜΕΡΟΛΗΨΙΑ ΚΑΙ ΦΥΛΕΤΙΚΗ ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ

Δεδομένης της πληθώρας των αβεβαιοτήτων που προέκυψαν σχετικά με το τι μετράει η δοκιμασία ΙΑΤ και τη φαινομενικά μέτρια ικανότητά της να προβλέπει τις διακρίσεις, είναι πιθανόν επιστημονικά πρόωρο να κάνουμε ακόμη και εικασίες σχετικά με τον ρόλο αυτού που εντέλει μετράει στην παραγωγή κοινωνικών ανισοτήτων μεγάλης κλίμακας. Κάποιοι, ωστόσο, το έχουν ήδη κάνει.

Οι μελέτες αυτές μαρτυρούν τις ανθεκτικές ιστορικές (και ψυχολογικές) κληρονομίες του ρατσισμού, του σεξισμού και άλλων μορφών ανισότητας απευθυνόμενης σε ομάδες, και υποδηλώνουν, όχι και τόσο αναπάντεχα σε τελευταία ανάλυση, ότι οι κληρονομίες αυτές έχουν αφήσει πίσω τους τουλάχιστον κάποια υπολείμματα στην καρδιά και στο μυαλό μας.

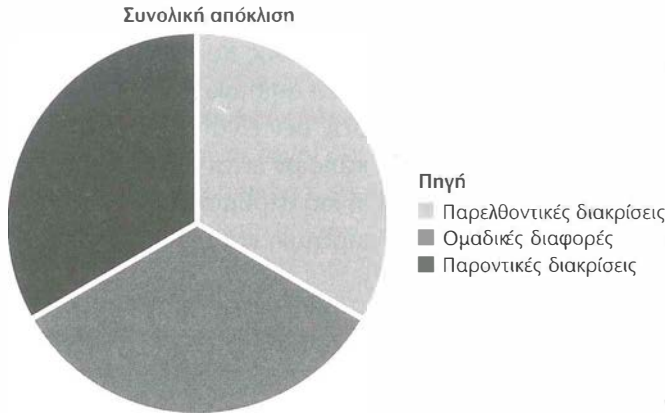
Jost et al., 2009, σ. 64

Συμπέρασμα 7: Οι άρρητες φυλετικές στάσεις (αυτόματες φυλετικές προτιμήσεις) συμβάλλουν στις διακρίσεις κατά των Αφροαμερικανών [...]... μια ευμεγέθης συλλογή μελετών που συνοψίστηκαν σε μια δημοσίευση σε περιοδικό του 2009 κατέστησαν σαφές πως υπάρχει πλέον ένα σημαντικό σύνολο στοιχείων ότι η αυτόματη προτίμηση για τους λευκούς -όπως μετριέται από το Race IAT- προβλέπει τη μεροληπτική συμπεριφορά ακόμη και μεταξύ ανθρώπων που ασπάζονται ένθερμα τις απόψεις περί εξισωτισμού. Τα στοιχεία αυτά είναι πολύ ουσιώδη για να τα αγνοήσουμε...

Banaji & Greenwald, 2013, στη θέση 88% του erub

Κανένα από τα παραπάνω δύο αποσπάσματα δεν αναφέρεται στο κατά πόσο οι άρρητες μεροληψίες συμβάλλουν στις ανισότητες. Ο τόνος και των δύο αφήνει να εννοηθούν πολλά, και τα δύο όμως σταματούν ένα βήμα προτού δηλώσουν οτιδήποτε ρητά. Έτσι, στο υπόλοιπο αυτού του κεφαλαίου, εξετάζουμε τη θεωρία και τα στοιχεία για να μελετήσουμε την πιθανή έκταση τέτοιων συνεισφορών.

Προτού συνεχίσουμε, θα θέλαμε να παραθέσουμε μια σημείωση για την ονοματολογία. Στο υπόλοιπο αυτού του άρθρου, χρησιμοποιούμε τον όρο «βαθμολογίες ΙΑΤ» για να αναφερθούμε σε «ό,τι μετριέται από τη δοκιμασία ΙΑΤ». Δεν θα ήταν πρακτικό να συνεχίσουμε να επαναλαμβάνουμε «ό,τι μετριέται από



ΕΙΚΟΝΑ 16.1 Το κυκλικό διάγραμμα αντιπροσωπεύει το συνολικό μέγεθος κάποιας απόκλισης.

τη δοκιμασία IAT». Αν υπήρχε μια απλή ερμηνεία των βαθμολογιών IAT, λόγω χάρη, ως «ασυνείδητης προκατάληψης» ή «άρρητης μεροληψίας», θα χρησιμοποιούσαμε απλώς τον ενδεδειγμένο όρο για την υποκείμενη κατασκευή. Ωστόσο, επειδή αυτό που αποτυπώνεται από τις βαθμολογίες της IAT είναι ασαφές, η χρήση ενός απλού όρου, όπως «άρρητη μεροληψία», δεν δικαιολογείται. Ο όρος «βαθμολογίες IAT» δεν πάσχει από τέτοιου είδους αβεβαιότητας.

Τι γνωρίζουμε, λοιπόν, από επιστημονική σκοπιά για τον ρόλο των βαθμολογιών της IAT στην εξήγηση των μεγάλων κοινωνικών ανισοτήτων; Για να κάνουμε μια απόπειρα να κατανοήσουμε τη σχέση αυτή, ξεκινάμε από τα φαινόμενα που θα μπορούσαν τελικά να εξηγήσουν οι βαθμολογίες IAT. Ένα ευρύ φάσμα μέτρων δείχνουν σταθερά ότι, στις ΗΠΑ, οι λευκοί πλεονεκτούν έναντι των Αφροαμερικανών σε εισόδημα, πλούτο, μορφωτικό επίπεδο και μακροζωία (π.χ. Agias & Xu, 2018· Fontenot, Semega, & Kollar, 2018· Ryan & Bauman, 2016). Προκειμένου να προσπαθήσουμε να αποκτήσουμε κάποια σαφήνεια σχετικά με την εύλογη συμβολή των βαθμολογιών της IAT σε διαφορές όπως αυτές, εξετάζουμε τις πιθανές επιδράσεις τους στο πλαίσιο άλλων δυνητικών αιτιών της ανισότητας.

Για τον σκοπό αυτόν, το Σχήμα 16.1 παρουσιάζει ένα ευρετικό κυκλικό διάγραμμα των πιθανών παραγόντων που συμβάλλουν στις φυλετικές ανισότητες. Το κυκλικό διάγραμμα αντιπροσωπεύει τη συνολική απόκλιση. Το Σχήμα 16.1 προσδιορίζει τρεις ευρείες πηγές: παρελθοντικές διακρίσεις, ομαδικές διαφορές και παροντικές διακρίσεις. Παρότι απεικονίζει τη συμβολή καθενός από τα τρία είδη διακρίσεων ως ίση με τις άλλες, αυτό συμβαίνει μόνο για ευρετικούς σκοπούς. Η πραγματική συνεισφορά καθενός από τις διακρίσεις μπορεί να μη γίνει ποτέ γνώσιμη, γι' αυτό και προεπιλέγουμε την απλή ευρετική μέθοδο να

αντιμετωπίζουμε και τα τρία είδη ως ίσα. Εκτός κι αν κάποιος επιθυμεί να υποστηρίξει ότι μία από τις τρεις πηγές απόκλισης που προσδιορίζονται εδώ είναι επουσιώδης (κάτι που φαίνεται εξαιρετικά απίθανο), το αν συμβάλλει κατά 20% ή 33% ή 50% στις τρέχουσες αποκλίσεις δεν είναι σημαντικό σε σχέση με την ανάλυσή μας. Σε άλλα πλαίσια, όταν κάποιος είναι αβέβαιος, ο εντοπισμός των σχετικών προβλεπτικών παραγόντων, η ίση στάθμιση όλων και η προσθήκη τους έχει αποδειχθεί ότι είναι μια αποτελεσματική και ισχυρή ευρετική προσέγγιση στη λήψη αποφάσεων (Dawes, 1979).

ΟΙ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

Στο Σχήμα 16.1, το δεξί ένα τρίτο αντιπροσωπεύει το τμήμα μιας απόκλισης που οφείλεται σε παρελθοντικές φυλετικές διακρίσεις. Υπάρχουν άφθονα στοιχεία για τη μεγάλη ακτίνα επιρροής των παρελθοντικών διακρίσεων. Για παράδειγμα, μετά την ανάλυση της σχέσης του ποσοστού των σκλάβων το 1860 με την εισοδηματική ανισότητα εντός των κομητειών των 42 πολιτειών των ΗΠΑ το 2000, οι Bertocchi και Dimico (2014) κατέληξαν στο συμπέρασμα (σ. 208) ότι: «...η κληρονομιά της δουλείας εξακολουθεί να παίζει σημαντικό ρόλο στην οικονομία και την κοινωνία των ΗΠΑ, δεδομένου ότι η προηγούμενη χρήση της δουλείας επηρεάζει επίμονα την τρέχουσα ανισότητα...» Ομοίως, όσον αφορά τη μακροχρόνια επιρροή της εργασίας των σκλάβων και της νομοθεσίας Jim Crow, ο Loury (1998) καταλήγει: «...εδώ και τρεις περίπου αιώνες, η κοινοτική εμπειρία των σκλάβων και των απογόνων τους έχει διαμορφωθεί από πολιτικούς, κοινωνικούς και οικονομικούς θεσμούς που, οποιοδήποτε κι αν είναι το μέτρο που θα χρησιμοποιηθεί για την αξιολόγησή τους, θα πρέπει να θεωρηθούν καταπιεστικοί» (σ. 41).

Οι σύγχρονες βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT δεν είναι βέβαια σε θέση να εξηγήσουν τη δουλεία, τη νομοθεσία Jim Crow ή τη μακρά κληρονομιά των φρικτών συνεπειών τους. Επιπλέον, δεν υπήρχε τίποτε το «άρρητο» όσον αφορά αυτούς τους κραυγαλέους νόμους και κανόνες. Έστω κι αν ό,τι κι αν είναι αυτό που μετριέται με τις βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT προκαλούσε διακρίσεις στο παρελθόν, οι επιδράσεις αυτού του είδους θα θεωρούνταν και πάλι παρελθοντικές διακρίσεις σε σχέση με το 2019. Οι βαθμολογίες στη δοκιμασία IAT στο παρόν δεν μπορούν κατά πάσα πιθανότητα να εξηγήσουν τις επιδράσεις των διακρίσεων στο παρελθόν, διότι η αιτιότητα δεν μπορεί να κινηθεί προς τα πίσω στον χρόνο. Έτσι, όποιος κι αν είναι ο βαθμός στον οποίο οι διακρίσεις του παρελθόντος έχουν δημιουργήσει επιδράσεις που εκδηλώνονται ως κενά στο παρόν, οι σύγχρονες βαθμολογίες της IAT δεν μπορούν να εξηγήσουν τέτοιες επιδράσεις.

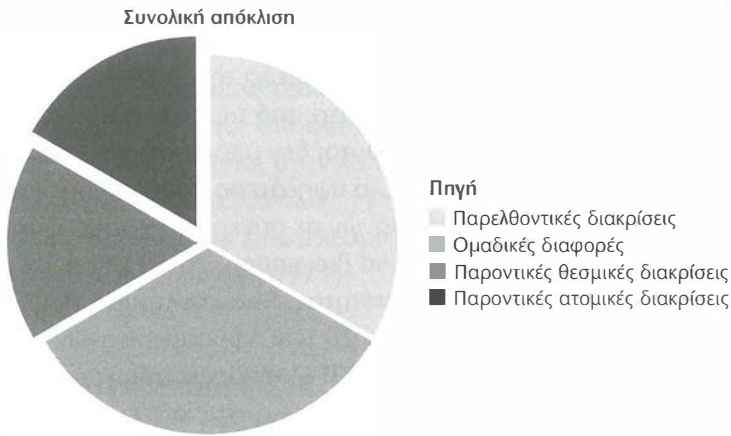
ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΟ ΠΑΡΟΝ

Στο Σχήμα 16.1, το κάτω ένα τρίτο αντιπροσωπεύει τους λόγους για τους οποίους οι ομάδες μπορεί να διαφέρουν ανεξάρτητα από τις διακρίσεις στο παρελθόν ή στο παρόν· και, ως εκ τούτου, οι λόγοι αυτοί δεν μπορούν να εξηγηθούν από τις βαθμολογίες της IAT. Για παράδειγμα, τα υψηλότερα ποσοστά δρεπανοκυτταρικής αναιμίας μεταξύ των Αφροαμερικανών σε σύγκριση με τους λευκούς Αμερικανούς (Centers for Disease Control and Prevention, 2019) μπορούν να συμβάλουν σε διαφορές στα επίπεδα θνησιμότητας. Μια κουλτούρα τιμής μπορεί να είναι πιο πιθανό να εξηγήσει τη βία μεταξύ των Αφροαμερικανών παρά μεταξύ των λευκών Αμερικανών (Felson & Pare, 2010). Υπάρχει επίσης ένα ευρύ φάσμα άλλων διαφορών στις πεποιθήσεις, στις στάσεις, στις αξίες, στις συνήθειες και σε άλλα χαρακτηριστικά που θα μπορούσαν, τουλάχιστον ενδεχομένως, να συμβάλουν στις φυλετικές αποκλίσεις στον πλούτο και το εισόδημα (Hughes, 2018). Οι διαφορές που προκύπτουν από διακρίσεις δεν ανήκουν σε αυτή την ενότητα· όσες προκύπτουν από διακρίσεις ανήκουν πράγματι σε αυτή την ενότητα.

ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΣΤΟ ΠΑΡΟΝ

Θεσμικές διακρίσεις. Οι βαθμολογίες της IAT έχουν τη δυνατότητα να εξηγήσουν τις ατομικές διακρίσεις που εκδηλώνονται στο παρόν. Ωστόσο, δεν είναι όλες οι παροντικές διακρίσεις ατομικές. Οι θεσμικές διακρίσεις αναφέρονται σε νόμους, κανόνες, νόρμες και πολιτικές κυβερνήσεων και άλλων οργανώσεων που μπορεί να έχουν εκούσιες ή ακούσιες επιδράσεις από την εφαρμογή διακρίσεων. Οποιαδήποτε πολιτική ή πρακτική που θέτει σε δυσανάλογα μειονεκτική θέση άτομα χαμηλής κοινωνικοοικονομικής κατάστασης (SES) συνιστά θεσμικό ρατσισμό στις ΗΠΑ, επειδή οι Αφροαμερικανοί τείνουν να είναι δυσανάλογα φτωχοί. Οι πολιτείες που χρηματοδοτούν σχολεία επιβάλλοντας φόρους στην ακίνητη περιουσία ωφελούν τις πλουσιότερες κοινότητες. Οι περιφέρειες του Κονγκρέσου που τροποποιούνται προς όφελος των επιθυμητών εκλογικών αποτελεσμάτων για τη μείωση της αφροαμερικανικής πολιτικής επιρροής συνιστούν θεσμικό ρατσισμό. Ακόμη και η απαίτηση δικηγόρων σε δικαστικές υποθέσεις μπορεί να θεωρηθεί μια μορφή θεσμικού ρατσισμού, αν είναι πιο δύσκολο για άτομα προερχόμενα από χαμηλά κοινωνικοοικονομικά στρώματα (μια μερίδα του πληθυσμού δυσανάλογα αποτελούμενη από Αφροαμερικανούς) να προσλάβουν καλούς δικηγόρους.

Η κατάσταση αυτή αντικατοπτρίζεται στο Σχήμα 16.2, το οποίο είναι πανομοιότυπο με το Σχήμα 16.1, με μία μόνο εξαίρεση. Οι «Παροντικές διακρίσεις» έχουν χωριστεί σε δύο συνιστώσες: 1. Θεσμικές διακρίσεις (στα αριστερά)· και 2. Ατομικές διακρίσεις (τμήμα πάνω αριστερά).



ΕΙΚΟΝΑ 16.2 Το κυκλικό διάγραμμα αντιπροσωπεύει το συνολικό μέγεθος κάποιας απόκλισης.

Οι βαθμολογίες IAT μπορούν να προκαλέσουν μόνο το τμήμα των αποκλίσεων που αντιπροσωπεύονται από ατομικές ενέργειες που φανερώνουν διακρίσεις. Η χειραγώγηση των εκλογικών περιφερειών για τη μείωση της αφροαμερικανικής επιρροής είναι ξεκάθαρα μια ρητή και όχι άρρητη διαδικασία. Η απαίτηση δικηγόρων στο δικαστήριο αντανακλά νομικές πρακτικές που έχουν αναπτυχθεί εδώ και αιώνες σε ευρωπαϊκές χώρες με μικρή ή καθόλου αφρικανική παρουσία, επομένως η ιδέα ότι μπορεί να αντικατοπτρίζουν άρρητες φυλετικές μεροληψίες είναι εξαιρετικά απίθανη. Σχεδόν όλες οι μορφές θεσμικών διακρίσεων αντικατοπτρίζουν είτε εμπρόθετες μεροληψίες (π.χ. νομοθεσία Jim Crow, πρακτική της κόκκινης γραμμής) είτε πρακτικές που έχουν αναπτυχθεί για λόγους διαφορετικούς από τη φυλή (δικηγόροι, πληρωμή για τα δημόσια σχολεία μέσω φόρων ιδιοκτησίας).

Δεν έχουμε υπόψη μας στοιχεία που να συνδέουν τις βαθμολογίες της IAT με θεσμικές διακρίσεις. Ωστόσο, είναι δυνατό να υποθέσουμε ότι οι ατομικές βαθμολογίες της IAT παίζουν κάποιον ρόλο στη δημιουργία ενός ορισμένου βαθμού θεσμικών διακρίσεων. Ίσως, για παράδειγμα, οι βαθμολογίες της IAT που αντικατοπτρίζουν ισχυρούς συσχετισμούς των Αφροαμερικανών με τη δυσaréσκεια, το έγκλημα ή τη βία κάνουν τα άτομα να ευνοούν πολιτικούς που ισχυρίζονται ότι θα είναι άτεγκτοι με το έγκλημα, οι οποίοι στη συνέχεια εγκρίνουν νόμους που οδηγούν σε δυσανάλογη φυλάκιση Αφροαμερικανών πολιτών. Τέτοιες επιδράσεις δεν θα μπορούσαν να περιλαμβάνονται στο αριστερό τμήμα επειδή ξεκινούν με τις βαθμολογίες των ατόμων στη δοκιμασία IAT (και, ως εκ τούτου, θα πρέπει να αντιπροσωπεύονται από το επάνω αριστερό τμήμα για τις ατομικές διακρίσεις που φαίνονται στο Σχήμα 16.2).



ΕΙΚΟΝΑ 16.3 Το κυκλικό διάγραμμα αντιπροσωπεύει το συνολικό μέγεθος κάποιας απόκλισης.

Ατομικές διακρίσεις που προκαλούνται από ρητή προκατάληψη ή από τις βαθμολογίες της IAT. Φυσικά, δεν προκαλούνται απαραίτητα όλες οι ατομικές διακρίσεις από τις βαθμολογίες της IAT. Το πολύ οι βαθμολογίες της IAT να αντικατοπτρίζουν άρρητους συνειρμούς και ενδεχομένως άρρητες προκαταλήψεις. Παρότι μια επισκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με τους συνδέσμους μεταξύ ρητών προκαταλήψεων και διακρίσεων υπερβαίνει κατά πολύ τη στόχευση αυτού του κεφαλαίου, υπάρχουν πολλά στοιχεία που δείχνουν ότι η ρητή φυλετική προκατάληψη προβλέπει τις διακρίσεις (βλ. π.χ. 2008). Εφόσον οι καλά επεξεργασμένες στάσεις (βλ. επίσης Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο) και ο συλλογικός ναρκισσισμός και η συλλογική νοσταλγία (βλ. επίσης Forgas & Lantos· και Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο) θεωρούνται εύλογα παράγοντες ικανοί να επηρεάσουν τις συνειδητές στάσεις, τα στοιχεία ότι προβλέπουν ουσιαστικά τη συμπεριφορά συγκλίνουν στο συμπέρασμα ότι οι πιο ισχυρές πηγές προκατάληψης μπορεί να είναι περισσότερο ρητές παρά άρρητες. Ομοίως, οι ρητές προσδοκίες σχετικά με τις αλληλεπιδράσεις στον χώρο εργασίας ή στην ιατροδικαστική ψυχολογία μπορούν να επηρεάσουν τις συμπεριφορές (βλ. επίσης Kovera· Schmader, σε αυτόν τον τόμο).

Στον βαθμό στον οποίο η ρητή προκατάληψη προκαλεί διακρίσεις, συμβάλει στη φυλετική ανισότητα. Ωστόσο, η ρητή προκατάληψη δεν είναι αυτό που μετριέται με τις βαθμολογίες της IAT. Επομένως, η φέτα του κυκλικού διαγράμματος «Παροντικές ατομικές διακρίσεις» στο Σχήμα 16.2 πρέπει να διαιρεθεί περαιτέρω, όπως φαίνεται στο Σχήμα 16.3, όπου το τμήμα μιας απόκλισης που εξηγείται από τις βαθμολογίες της IAT αφαιρείται από το κυκλικό διάγραμμα.

Σε ποιον βαθμό υπάρχουν παροντικές διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο; Ενώ υπάρχουν σαφείς ενδείξεις ότι λαμβάνουν χώρα διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο, το σε ποιον ακριβώς βαθμό λαμβάνουν χώρα ή κατά πόσο εξηγούν τις φυλετικές

ανισότητες παραμένει ωστόσο ασαφές (βλ. Pager & Shepherd, 2008, για μια επισκόπηση).

Η έρευνα για τις διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο χαρακτηρίζεται από αντικρουόμενα αποτελέσματα. Οι μελέτες πεδίου και ελέγχου συχνά βρίσκουν στοιχεία που μαρτυρούν φυλετικές διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο. Για παράδειγμα, η μετα-ανάλυση των Quillian, Pager, Hexel και Midtbøen (2017) αποκάλυψε ότι, κατά τη διάρκεια της διαδικασίας πρόσληψης, οι λευκοί υποψήφιοι λάμβαναν συστηματικά περισσότερες κλήσεις για συνεντεύξεις σε σύγκριση με τους Αφροαμερικανούς και τους Λατινοαμερικανούς υποψηφίους σε μια περίοδο 25 ετών. Επιπλέον, οι διακρίσεις στις προσλήψεις δεν είχαν μειωθεί για τους Αφροαμερικανούς με την πάροδο του χρόνου. Ομοίως, οι Pager, Western και Bonikowski (2009) διερεύνησαν τη χαμηλόμισθη αγορά εργασίας στη Νέα Υόρκη και διαπίστωσαν ότι οι μαύροι υποψήφιοι είχαν τις μισές πιθανότητες απ' ό,τι οι λευκοί με τα ίδια προσόντα να λάβουν ένα τηλεφώνημα πρόσκλησης σε συνέντευξη ή προσφοράς εργασίας. Επιπλέον, οι μαύροι υποψήφιοι χωρίς ποινικό μητρώο δεν τα πήγαιναν καλύτερα από τους λευκούς υποψηφίους με ποινικό μητρώο.

Από την άλλη πλευρά, ο Heckman (1998) υποστήριξε ότι οι μελέτες πεδίου και ελέγχου για τις ατομικές διακρίσεις μπορεί να είναι λιγότερο κατατοπιστικές από όσο φαίνονται. Όταν οι επιπτώσεις των μελετών ελέγχου σε θέματα διακρίσεων αξιολογήθηκαν κριτικά, ο Heckman κατέληξε στο συμπέρασμα ότι τέτοιες μελέτες μπορεί να υπερεκτιμούν το πραγματικό επίπεδο των διακρίσεων για διάφορους λόγους:

1. «Οι διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο διαφέρουν από τις διακρίσεις σε επίπεδο ομάδας» (σ. 102).
2. «Ο αντίκτυπος των διακρίσεων στην αγορά δεν καθορίζεται από το [...] μέσο επίπεδο διακρίσεων μεταξύ των επιχειρήσεων» (σ. 102).
3. Το επίπεδο των υφιστάμενων διακρίσεων στον πραγματικό κόσμο καθορίζεται από το «πού καταλήγουν τελικά οι εθνοτικές μειονότητες ή οι γυναίκες να αγοράζουν, να εργάζονται ή να δανείζονται» (σ. 102).
4. «Η σκόπιμη ταξινόμηση εντός των αγορών εξαλείφει τις χειρότερες μορφές διακρίσεων» (σ. 103).

Η «σκόπιμη ταξινόμηση» («purposive sorting») αναφέρεται στην ιδέα ότι οι άνθρωποι μπορούν να μετατοπίσουν τις προσπάθειές τους σε πλαίσια (θέσεις εργασίας, τράπεζες) στα οποία δεν είναι πιθανό να γίνουν θύματα διακρίσεων. Αυτό μπορεί να περιορίσει τις επιδράσεις των διακρίσεων. Αν, για παράδειγμα, οι μισές από όλες τις επιχειρήσεις κάνουν διακρίσεις, αλλά οι υποψήφιοι που βρίσκονται περισσότερο στο στόχαστρο των διακρίσεων αποφεύγουν κατά κύριο λόγο αυτές τις επιχειρήσεις προτιμώντας τις άλλες μισές, οι επιδράσεις των διακρίσεων ως επί το πλείστον μετριάζονται. Ως αποτέλεσμα, αφού εξέτασε τα

στοιχεία από μελέτες ελέγχου του επιπέδου διακρίσεων που είχαν πραγματοποιηθεί έως τότε, ο Heckman (1998, σ. 105) κατέληξε στο συμπέρασμα: «Μόνο ένας φανατικός μπορεί να δει σε αυτά τα δεδομένα στοιχεία διαδεδομένων διακρίσεων στην αγορά εργασίας των ΗΠΑ».

Τα επιχειρήματα του Heckman (1998), ωστόσο, είναι σε μεγάλο βαθμό θεωρητικά. Πιο πρόσφατα εμπειρικά δεδομένα υποδηλώνουν ότι οι μαύροι και οι Αφροαμερικανοί ούτε στοχεύουν ούτε αποφεύγουν συγκεκριμένους τύπους εργασίας. Αντίθετα, τείνουν να απλώνουν ένα ευρύτερο δίκτυο στην αναζήτηση εργασίας τους απ' ό,τι οι λευκοί που βρίσκονται σε παρόμοια θέση από άποψη προσόντων (Pager & Pedulla, 2015). Επομένως, η ανάγκη να καταβάλουν αυτή την πρόσθετη προσπάθεια αποτελεί από μόνη της ένα αποτέλεσμα διάκρισης και είναι απίθανο να ανιχνευτεί σε μελέτες ελέγχου. Έτσι, η ανάλυση του Heckman (1998) μπορεί να έχει υποεκτιμήσει τον βαθμό στον οποίο οι μελέτες ελέγχου καταγράφουν τις διακρίσεις (για μια πιο εκτεταμένη επισκόπηση, βλ. Pager, 2007).

Ωστόσο, ορισμένες εμπειρικές μελέτες βρίσκουν ελάχιστες ή καθόλου διακρίσεις. Μια μελέτη ελέγχου απέστειλε σε εταιρείες 9.000 βιογραφικά και δεν βρήκε στοιχεία που να υποδηλώνουν φυλετικές διακρίσεις σε επτά μεγάλες πόλεις των ΗΠΑ, σε έξι επαγγελματικές κατηγορίες (Darolia, Koedel, Martorell, Wilson, & Perez-Arce, 2016). Σε μια παρόμοια λογική, αποκαλύφθηκαν πρόσφατα 17 αδημοσίευτες μελέτες που δεν εντόπισαν καθαρή προκατάληψη σε βάρος των Αφροαμερικανών (Zigerell, 2018). Αυτά τα δείγματα ήταν αντιπροσωπευτικά σε εθνικό επίπεδο και περιλάμβαναν συνολικά πάνω από 13.000 ερωτηθέντες, 2.781 από τους οποίους ήταν Αφροαμερικανοί. Δεν βρέθηκαν στοιχεία μεροληψίας σε ένα μεγάλο φάσμα αποτελεσμάτων, συμπεριλαμβανομένων της προθυμίας παροχής πόρων, τις αξιολογήσεις ικανότητας και το ποινικό μητρώο.

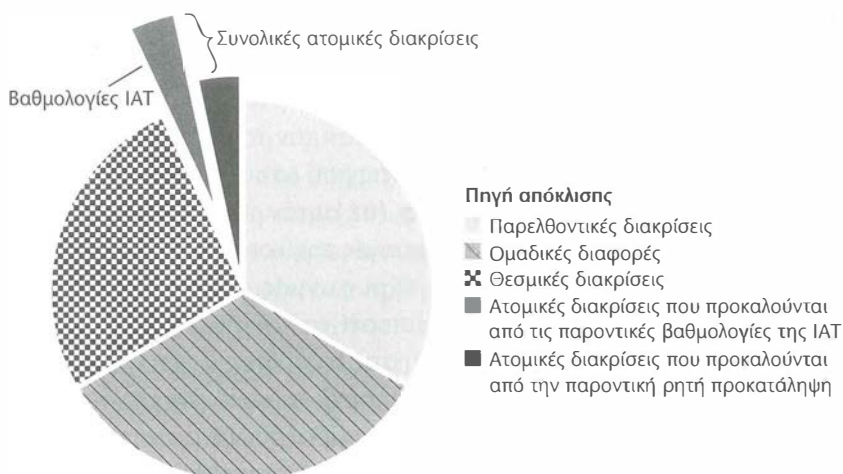
Ορισμένα από τα πιο σαφή στοιχεία που υποστηρίζουν την απουσία διακρίσεων προέρχονται, κάπως απροσδόκητα, από την εργασία που αξιολογεί τον βαθμό στον οποίο η δοκιμασία IAT είναι σε θέση να προβλέψει τις διακρίσεις. Πρώτον, ωστόσο, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι η δοκιμασία IAT μπορεί να συσχετίζεται με κάποιο μέτρο διάκρισης, ακόμη και αν απουσιάζει μια καθαρή μεροληψία εναντίον των μαύρων. Για παράδειγμα, ας πούμε ότι δεν υπάρχει μεροληψία εναντίον των μαύρων σε κάποια μελέτη· τα αποτελέσματα μεροληψίας κυμαίνονται από τη μεροληψία εναντίον των λευκών έως τον εξισωτισμό. Οι βαθμολογίες της IAT θα μπορούσαν ακόμα να συσχετίζονται θετικά με αυτό το αποτέλεσμα, αν οι χαμηλές βαθμολογίες της IAT αντιστοιχούσαν σε μεροληψία εναντίον των λευκών και οι υψηλές βαθμολογίες στον εξισωτισμό. Αυτό δεν είναι υποθετικό· είναι ακριβώς αυτό που βρήκαν οι McConnell και Leibold (2001), παρότι το πρότυπο αυτό δεν αναφέρθηκε στο άρθρο τους. Αντίθετα, το πρότυπο αναφέρθηκε σε μια εκ νέου ανάλυση των δεδομένων τους από τον Blanton και τους συνεργάτες του (2009).

Άλλη μια μελέτη δεν βρήκε γενικές φυλετικές διακρίσεις μεταξύ των γιατρών (Green et al., 2007). Η μελέτη συγκεντρώνει σχεδόν 1.000 αναφορές σύμφωνα με το Google Scholar και θεωρείται ευρέως κλασική στη βιβλιογραφία της «άρρηκτης μεροληψίας». Για παράδειγμα, είναι μία από τις δέκα μελέτες που «κανένας διευθυντής δεν θα πρέπει να αγνοεί» σύμφωνα με τον Jost και τους συνεργάτες του (2009). Επομένως, ίσως είναι καλύτερο για εμάς να παραθέσουμε απευθείας το άρθρο για να αναφέρουμε το ευρύτατα παραγνωρισμένο γεγονός ότι, συνολικά, δεν βρήκαν να υπάρχει καμία μεροληψία: «Ωστόσο, οι συμμετέχοντες ήταν εξίσου πιθανό να συστήσουν θρομβόλυση σε μαύρους (52%) και λευκούς (48%) ασθενείς [που παραπονιούνταν για πόνο στο στήθος]...» (σ. 1234-1235).

Άλλες έρευνες που αξιολογούν τον βαθμό στον οποίο οι βαθμολογίες της IAT προβλέπουν τη διάκριση έχουν βρει παρόμοια αποτελέσματα που υποδεικνύουν μια συμπεριφορά εξισωτισμού. Για παράδειγμα, μια μελέτη με δικαστές διαπίστωσε ότι: «Οι αποφάσεις των δικαστών [οι καταδίκες] δεν επηρεάζονταν από τη φυλή» (Rachlinski et al., 2009, σ. 1214). Μια άλλη μελέτη, μια πειραματική εργαστηριακή έρευνα για τις οικονομικές αποφάσεις διαπίστωσε ότι «Δεν υπήρχε σημαντική διαφορά μεταξύ των μέσων [χρηματικών] προσφορών στους μαύρους ($\mu = 3,74 \$$, $SD = 1,99 \$$) και στους λευκούς ($\mu = 3,75 \$$, $SD = 1,72 \$$) συνεργάτες» (Stanley et al., 2011, σ. 7713).

Για να είμαστε σαφείς, δεν έχουμε πραγματοποιήσει μια ολοκληρωμένη μετα-ανάλυση των μελετών για την προβλεπτική εγκυρότητα της IAT που να αξιολογούν τα καθαρά επίπεδα φυλετικών διακρίσεων. Η πρόβλεψή μας είναι ότι, συνολικά, αυτού του είδους οι έρευνες θα έβρισκαν πιθανόν μη μηδενικές καθαρές φυλετικές διακρίσεις, παρά την παρουσία μελετών που δεν εντόπισαν καθαρές διακρίσεις και τουλάχιστον μίας μελέτης που διαπίστωσε καθαρές διακρίσεις εναντίον των λευκών (McConnell & Leibold, 2001· Blanton et al., 2009). Ανεξάρτητα από αυτό, μια τέτοια μετα-ανάλυση (του επιπέδου της συνολικής φυλετικής μεροληψίας, όχι της προβλεπτικής εγκυρότητας της IAT) θα ήταν πολύτιμη από την άποψη των πλεονεκτημάτων της ως ενός ακόμη τρόπου για να αποκτήσουμε γνώσεις για την έκταση των διακρίσεων.

Είναι πιθανό οι εμπειρικές μελέτες να υποτιμούν το μέγεθος των διακρίσεων που εμφανίζονται. Ωστόσο, είναι γεγονός ότι έχουν δημοσιευτεί κάποιες έρευνες που δεν βρίσκουν καθόλου διακρίσεις, αλλά ότι οι αφηγήσεις γύρω από αυτή την έρευνα έχουν επικεντρωθεί στην προβλεπτική εγκυρότητα της IAT και όχι τόσο σε στοιχεία καθαρής μη μεροληψίας. Είναι επίσης γεγονός ότι η ιατροδικαστική έρευνα έχει αποκαλύψει 17 προηγούμενως αδημοσίευτες μελέτες που δεν βρήκαν καμία μεροληψία· εγείρονται έτσι ερωτήματα σχετικά με το πόσες άλλες μελέτες που βρίσκουν αποτελέσματα μηδενικής μεροληψίας παραμένουν αδημοσίευτες.



ΣΧΗΜΑ 16.4 Το κυκλικό διάγραμμα αντιπροσωπεύει το συνολικό μέγεθος κάποιας απόκλισης.

Έτσι, δεν είναι καθόλου απίθανο να υπάρχουν λιγότερες παροντικές διακρίσεις σε ατομικό επίπεδο απ' ό,τι φαίνεται στο Σχήμα 16.3. Αν ναι, αυτό θα δικαιολογούσε την αναθεωρημένη ευρετική εκτίμηση που φαίνεται στο Σχήμα 16.4.

Το Σχήμα 16.4 είναι το ίδιο με το Σχήμα 16.3, με τη διαφορά ότι το συνολικό ποσοστό της απόκλισης λόγω ατομικών διακρίσεων έχει μειωθεί. Είναι πιθανό και τα δύο Σχήματα 16.3 και 16.4 να υπερεκτιμούν τη συμβολή των βαθμολογιών της IAT στις ατομικές διακρίσεις, επειδή δεν περιλαμβάνουν επαρκείς υποδιαιρέσεις. Οι ατομικές διακρίσεις στα Σχήματα 16.3 και 16.4 εξηγούνται μόνο από την προκατάληψη (είτε άρρητη είτε ρητή). Άλλοι παράγοντες, όπως η συμμόρφωση με τις κοινωνικές νόρμες, μπορούν επίσης να εξηγήσουν ατομικές ενέργειες που φανερώνουν την ύπαρξη διακρίσεων (π.χ. Duckitt, 1992). Αν τα Σχήματα 16.3 και 16.4 αδυνατούν να καταγράψουν όλες τις πηγές διακρίσεων σε ατομικό επίπεδο, το ποσοστό που μπορεί να αποδοθεί στις βαθμολογίες της IAT θα συρρικνωνόταν ακόμη περισσότερο αν αυτές οι άλλες πηγές αντιπροσωπεύονταν επαρκώς. Έτσι, τα Σχήματα 16.3 και 16.4 ενέχουν πιθανότατα μεγαλύτερο κίνδυνο υπερεκτίμησης παρά υποεκτίμησης του ρόλου των βαθμολογιών της IAT στην παραγωγή διακρίσεων σε ατομικό επίπεδο.

Φυσικά, η ανάλυσή μας εδώ ήταν ευρετική, όχι εμπειρική. Κανείς δεν γνωρίζει σε ποιον βαθμό οι βαθμολογίες της IAT συμβάλλουν στις αποκλίσεις μεταξύ Αφροαμερικανών και λευκών στις ΗΠΑ. Οι διακρίσεις διαδραματίζουν οπωσδήποτε κάποιον ρόλο σε αυτές τις αποκλίσεις· πράγματι, αν συμπεριλάβουμε τις επιδράσεις των παρελθοντικών και των παροντικών διακρίσεων, όλα τα μοντέλα μας, παρά την ευρετική φύση τους, είναι συνεπή με τη συνολική συμβολή, η

οποία είναι αρκετά σημαντική. Κατά συνέπεια, οι παρεμβάσεις που έχουν σχεδιαστεί για να μειώσουν αυτές τις αποκλίσεις εστιάζοντας την προσοχή τους σε ατομικούς, περιβαλλοντικούς και δομικούς παράγοντες (βλ. επίσης Schmader, Bergsieker, & Hall, & Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο) είναι πιο πιθανό να είναι αποτελεσματικές απ' ό,τι οι παρεμβάσεις που εστιάζουν κυρίως στη μείωση των «άρρητων μεροληψιών». Αν ο Fiedler (σε αυτόν τον τόμο) έχει δίκιο όταν υποστηρίζει ότι οι πιο επιτυχημένες εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας πρέπει να βασίζονται σε ισχυρές θεωρίες, μέχρι στιγμής, οι θεωρίες της άρρητης μεροληψίας είναι ελλιπείς, γεγονός που μπορεί να εξηγήσει γιατί η αλλαγή των άρρητων μεροληψιών έχει μικρή επίδραση στις διακρίσεις (Forscher et al., 2019).

Σε κάθε περίπτωση, η προσέγγισή μας μπορεί να δώσει μια εικόνα σχετικά με τη *δυνατότητα των βαθμολογιών της IAT να συμβάλουν σε αυτές τις αποκλίσεις*, έστω κι αν η δυνατότητα αυτή δεν μπορεί να ποσοτικοποιηθεί με ακρίβεια. Εκτός κι αν κάποιος υποθέσει ότι όλοι ή οι περισσότεροι άλλοι πιθανοί παράγοντες που συνεισφέρουν στην ανισότητα –η κληρονομιά της δουλείας και της νομοθεσίας Jim Crow, οι θεσμικές διακρίσεις, οι ρητές προκαταλήψεις– είναι ασήμαντοι, δεν βλέπουμε πώς μπορεί να αποφευχθεί το συμπέρασμα ότι ο ρόλος των βαθμολογιών της IAT στη δημιουργία αποκλίσεων είναι πιθανό να είναι εξαιρετικά περιορισμένος.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Πρέπει λοιπόν να καταργηθεί η IAT; Όχι, δεν είναι αυτή η πρότασή μας. Όπως συμβαίνει με τα περισσότερα χρήσιμα εργαλεία, από τα μαχαίρια μέχρι τα αεροπλάνα και από τους υπολογιστές μέχρι τα φυτοφάρμακα, υπάρχει πάντα ο κίνδυνος να γίνει κακή χρήση τους. Η δοκιμασία IAT έχει πολλές ατέλειες: αμφίβολη εγκυρότητα κατασκευής, χαμηλή αξιοπιστία προτέστ-μετατέστ, διάφορες άλλες ψυχομετρικές αδυναμίες, η επίδρασή της συχνά έχει υπολογιστεί με τρόπο που φαίνεται να υπερβάλλει το μέγεθός της, έχει σχεδόν καθολικά παρερμηνευτεί και αναπαρασταθεί εσφαλμένα ως ένα μέτρο «άρρητης μεροληψίας», ενώ, σύμφωνα με τον ορισμό του Greenwald (2017), δεν κάνει κάτι τέτοιο, η προβλεπτική εγκυρότητα της δοκιμασίας αυτής έχει υπολογιστεί στην καλύτερη περίπτωση σε μέτρια επίπεδα και, ακόμη κι αν τα αγνοήσουμε όλα αυτά, η ικανότητά της να εξηγήει την ανισότητα στο παρόν είναι μάλλον περιορισμένη.

Αυτό δεν σημαίνει ότι η IAT είναι μια άχρηστη δοκιμασία. Θα μπορούσαμε να δημιουργήσουμε έναν εξίσου μακρύ κατάλογο με όλες τις εσφαλμένες χρήσεις των αυτοκινήτων. Η IAT μπορεί να χρησιμοποιηθεί εποικοδομητικά τόσο με στόχο την αυτογνωσία όσο και για ερευνητικούς σκοπούς, αντιμετωπίζοντάς την κυρίως ως αυτό που είναι – στην καλύτερη περίπτωση, ένα χρήσιμο αλλά ατελές

μέτρο άρρητων *συνειρμών*. Καθεμία από αυτές τις ατέλειες, ωστόσο, μπορεί να αποτελέσει σημείο εκκίνησης για την επόμενη φάση έρευνας για την IAT και με την IAT. Το αν και πότε οι συνειρμοί αυτοί αντικατοπτρίζουν νόρμες, πολιτισμικά στερεότυπα, κοινωνικές πραγματικότητες ή προκαταλήψεις παραμένει ασαφές έπειτα από περισσότερα από 20 χρόνια έρευνας γύρω από την IAT. Επειδή ακριβώς δόθηκε τόση έμφαση στην IAT ως μέτρο «άρρητης μεροληψίας» ή «ασυνείδητης προκατάληψης», πολλές εναλλακτικές εξηγήσεις για τις επιδράσεις αυτής της δοκιμασίας προσέλκυσαν περιορισμένη μόνο προσοχή. Απαιτείται οπωσδήποτε εντατική εμπειρική προσοχή σε αυτές τις εναλλακτικές.

Ομοίως, η δοκιμασία IAT δεν είναι απαραίτητα ούτε καν ένα καθαρό μέτρο άρρητων συνειρμών και μπορεί να αντανakλά μεροληψίες απόκρισης, σύνολα δεξιοτήτων και πολλά άλλα. Είναι επίσης πιθανό να αντανakλά διαφορετικές πηγές σε διαφορετικά περιβάλλοντα, και σε ορισμένα πλαίσια να αντιστοιχεί σε μια ανάμειξη πηγών. Επιπλέον, οι δυνατότητες αυτές μπορούν να χρησιμεύσουν ως έμπνευση για μελλοντική έρευνα. Είναι φυσικά πιθανό ότι σε ορισμένα πλαίσια και κάτω από ορισμένες συνθήκες οι άρρητοι συνειρμοί να αντανakλούν ως επί το πλείστον μεροληψία και τέτοιες μεροληψίες συμβάλλουν σε ανισότητες στον πραγματικό κόσμο. Για να καταλήξουμε, ωστόσο, σε αυτό το συμπέρασμα, απαιτούνται περισσότερα στοιχεία από μια απλή διαφορά χρόνου αντίδρασης μεταξύ δύο δοκιμασιών IAT.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

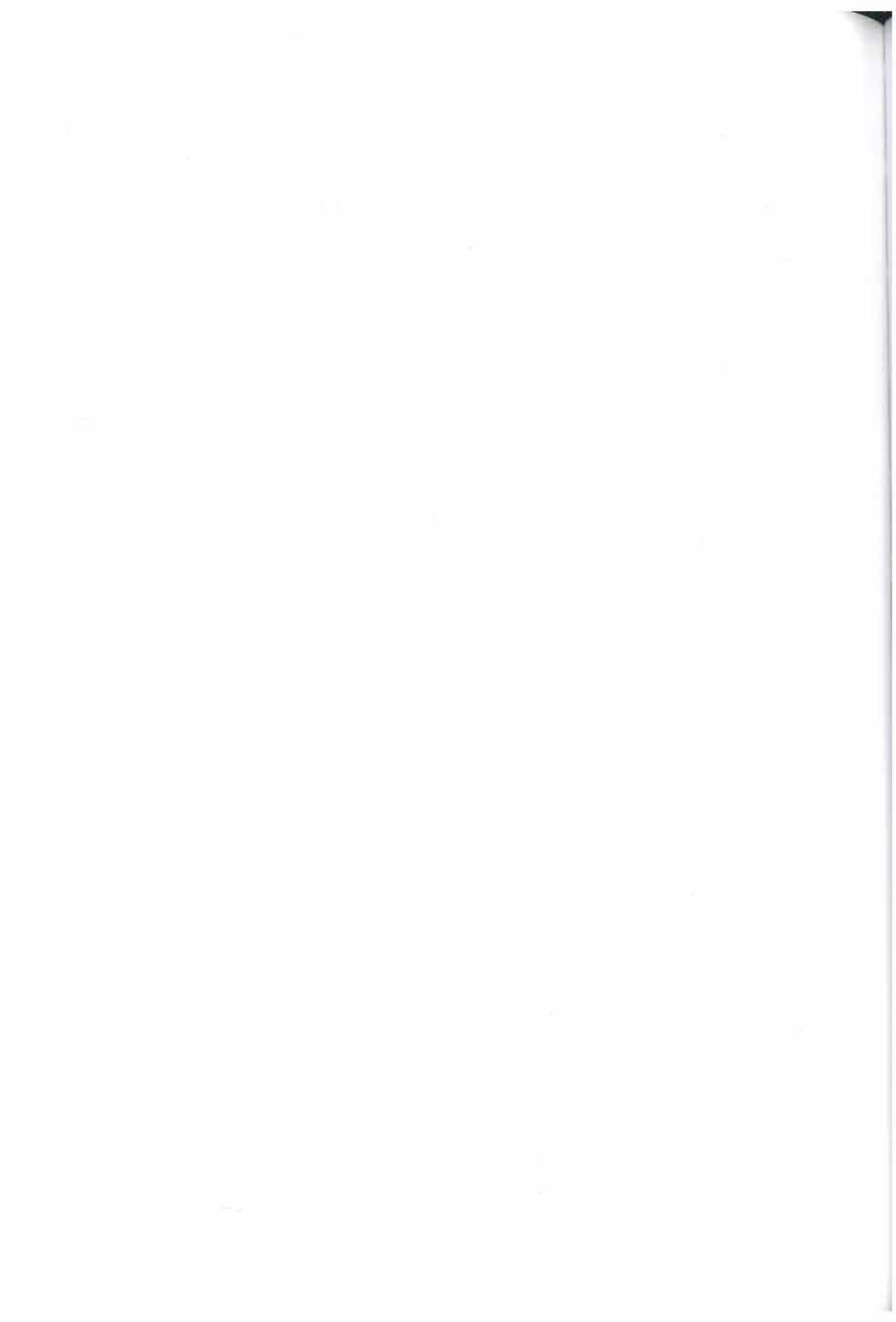
- Arias, E., & Xu, J. Q. (2018). United States life tables, 2015. *National Vital Statistics Reports*, 67(7).
- Arkes, H. R., & Tetlock, P. E. (2004). Attributions of implicit prejudice, or "Would Jesse Jackson 'fail' the Implicit Association Test?" *Psychological Inquiry*, 15(4), 257-278. doi:org/10.1207/s15327965pli1504_01
- Baker, A. (2018, July 18). Confronting implicit bias in the New York Police Department. *The New York Times*. Retrieved from www.nytimes.com/2018/07/15/ny-region/bias-training-police.html
- Banaji, M. R., & Greenwald, A. G. (2013). *Blindspot: Hidden biases of good people* [epub]. New York, NY: Delacorte Press.
- Bertocchi, G., & Dimico, A. (2014). Slavery, education, and inequality. *European Economic Review*, 70, 197-209.
- Bertrand, M., & Mullainathan, S. (2004). Are Emily and Greg more employable than Lakisha and Jamal? A field experiment on labor market discrimination. *The American Economic Review*, 94(4), 991-1013.
- Blair, I. V., Steiner, J. F., Fairclough, D. L., Hanratty, R., Price, D. W., Hirsh, H. K., Wright, L. A., Bronsert, M., Karimkhani, E., Magid, D. J., & Havranek, E. P. (2013). Clinicians' implicit ethnic/racial bias and perceptions of care among Black and Latino patients. *Annals of Family Medicine*, 11(1), 43-52. doi:10.1370/afm.1442

- Blanton, H., Jaccard, J., & Burrows, C. N. (2015). Implications of the Implicit Association Test D-transformation for psychological assessment. *Assessment, 22*(4), 429-440. doi.org/10.1177/1073191114551382
- Blanton, H., Jaccard, J., Klick, J., Mellers, B., Mitchell, G., & Tetlock, P. E. (2009). Strong claims and weak evidence: Reassessing the predictive validity of the IAT. *Journal of Applied Psychology, 94*(3), 567-582. doi.org/10.1037/a0014665
- Blanton, H., Jaccard, J., Strauts, E., Mitchell, G., & Tetlock, P. E. (2015). Toward a meaningful metric of implicit prejudice. *Journal of Applied Psychology, 100*(5), 1468-1481. doi.org/10.1037/a0038379
- Bluemke, M., & Fiedler, K. (2009). Base rate effects on the IAT. *Consciousness and Cognition, 18*(4), 1029-1038. doi.org/10.1016/j.concog.2009.07.010
- Cao, J. & Banaji, M. R. (2016). Base rate principle and fairness principle. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 113*(27), 7475-7480. doi.org/10.1073/pnas.1524268113
- Centers for Disease Control and Prevention. (2019). Data and statistics on sickle cell disease. Retrieved from www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/data.html.
- Chapman, E. N., Kaatz, A., & Carnes, M. (2013). Physicians and implicit bias: How doctors may unwittingly perpetuate health care disparities. *Journal of General Internal Medicine, 28*(11), 1504-1510. doi.org/10.1007/s11606-013-2441-1
- Charlesworth, T. E. S., & Banaji, M. R. (2019). Patterns of implicit and explicit attitudes: I. Long-term change and stability from 2007 to 2016. *Psychological Science, 30*(2), 174-192. doi.org/10.1177/0956797618813087
- Conrey, F. R., Sherman, J. W., Gawronski, B., Hugenberg, K., & Groom, C. J. (2005). Separating multiple processes in implicit social cognition: The quad model of implicit task performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(4), 469-487. doi.org/10.1037/0022-3514.89.4.469
- Cronbach, L. J., & Furby, L. (1970). How we should measure "change": Or should we? *Psychological Bulletin, 74*(1), 68-80. doi.org/10.1037/h0029382
- Darolia, R., Koedel, C., Martorell, P., Wilson, K., & Perez-Arce, F. (2016). Race and gender effects on employer interest in job applicants: New evidence from a resume field experiment. *Applied Economics Letters, 23*(12), 853-856.
- Dawes, R. M. (1979). The robust beauty of improper linear models in decision making. *American Psychologist, 34*(7), 571-582.
- Department of Justice, Office of Public Affairs. (2016, June 27). Department of Justice announces new department-wide implicit bias training for personnel [Press release]. Retrieved from www.justice.gov/opa/pr/department-justice-announces-new-department-wide-implicit-bias-training-personnel
- Dragioti, E., Dimoliatis, I., Fountoulakis, K. N., & Evangelou, E. (2015). A systematic appraisal of allegiance effect in randomized controlled trials of psychotherapy. *Annals of General Psychiatry, 14*(25).
- Duckitt, J. H. (1992). Psychology and prejudice: A historical analysis and integrative framework. *American Psychologist, 47*(10), 1182-1193.
- Fazio, R. H. (1990). Multiple processes by which attitudes guide behavior: The mode model as an integrative framework. *Advances in Experimental Social Psychology, 23*, 75-109.
- Felson, R. B., & Pare, P. (2010). Gun cultures or honor cultures? Explaining regional and race differences in weapon carrying. *Social Forces, 88*(3), 1357-1378.
- Fiedler, K. (2020). Grounding applied social psychology in translational research. In J. Forgas,

- W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 23-49). New York: Routledge.
- Fiedler, K., Messner, C., & Bluemke, M. (2006). Unresolved problems with the "I", the "A", and the "T": A logical and psychometric critique of the Implicit Association Test (IAT). *European Review of Social Psychology, 17*(1), 74-147. doi.org/10.1080/10463280600681248
- Fontenot, K., Semega, J., & Kollar, M. (2018). *Income and poverty in the United States: 2017*. U.S. Census Bureau, Current Population Reports, P60-263.
- Forgas, J. P., & Lantos, D. (2020). Understanding populism: Collective narcissism and the collapse of democracy in Hungary. In J. Forgas, W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 267-293). New York: Routledge.
- Forscher, P. S., Lai, C. K., Axt, J. R., Ebersole, C. R., Herman, M., Devine, P. G., & Nosek, B. A. (2019). A meta-analysis of procedures to change implicit measures. *Journal of Personality & Social Psychology, 117*(3), 522-559. https://doi.org/10.1037/pspa0000160
- Green, A. R., Carney, D. R., Pallin, D. J., Ngo, L. H., Raymond, K. L., Iezzoni, L. I., & Banaji, M. R. (2007). Implicit bias among physicians and its prediction of thrombolysis decisions for black and white patients. *Journal of General Internal Medicine, 22*(9), 1231-1238. doi.org/10.1007/s11606-007-0258-5
- Greenwald, A. G. (2017). *Twenty years of research on implicit social cognition*. Presented at the September 2017 National Science Foundation Conference on Implicit Bias.
- Greenwald, A. G., Banaji, M. R., & Nosek, B. A. (2015). Statistically small effects of the Implicit Association Test can have societally large effects. *Journal of Personality and Social Psychology, 108*(4), 553-561. doi.org/10.1037/pspa0000016
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(6), 1464-1480.
- Greenwald, A. G., Nosek, B. A., & Banaji, M. R. (2003). Understanding and using the Implicit Association Test: I. An improved scoring algorithm. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 197-216. doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.197
- Greenwald, A. G., Poehlman, T. A., Uhlmann, E. L., & Banaji, M. R. (2009). Understanding and using the Implicit Association Test: III. Meta-analysis of predictive validity. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*(1), 17-41. doi.org/10.1037/a0015575
- Hahn, A., Judd, C. M., Hirsh, H. K., & Blair, I. V. (2014). Awareness of implicit attitudes. *Journal of Experimental Psychology: General, 143*(3), 1369-1392. http://dx.doi.org/10.1037/a0035028
- Heckman, J. J. (1998). Detecting discrimination. *Journal of Economic Perspectives, 12*, 101-116.
- Hensch, M. (2016, September 26). Clinton: We must fight "implicit bias." *The Hill*. Retrieved from https://thehill.com/blogs/ballot-box/presidential-races/297939-clinton-i-think-implicit-bias-is-a-problem-for-everyone
- Hughes, C. (2018, July 19). Black American culture and the racial wealth gap. *Quillette*. Retrieved from https://quillette.com/2018/07/19/black-american-culture-and-the-racial-wealth-gap/
- Johnson, D. J., & Chopik, W. J. (2019). Geographic variation in the black-violence stereotype. *Social Psychological and Personality Science, 10*(3), 287-294. doi.org/10.1177/1948550617753522
- Jolls, C., & Sunstein, C. R. (2006). The law of implicit bias. *California Law Review, 94*, 969.
- Jost, J. T., Rudman, L. A., Blair, I. V., Carney, D. R., Dasgupta, N., Glaser, J., & Hardin, C. D.

- (2009). The existence of implicit bias is beyond reasonable doubt: A refutation of ideological and methodological objections and executive summary of ten studies that no manager should ignore. *Research in Organizational Behavior*, 29, 39-69. doi.org/10.1016/j.riob.2009.10.001
- Jussim, L. (2017). Accuracy, bias, self-fulfilling prophecies, and scientific self-correction. *Behavioral and Brain Sciences*, 40. doi.org/10.1017/S0140525X16000339
- Jussim, L., Careem, A., Goldberg, Z., Honeycutt, N., & Stevens, S. T. (2019). IAT scores, racial gaps, and scientific gaps. Chapter prepared for J. A. Krosnick, T. H. Stark, & A. L. Scott (Eds., under review), *The future of research on implicit bias*.
- Jussim, L., Crawford, J. T., & Rubinstein, R. S. (2015). Stereotype (in)accuracy in perceptions of groups and individuals. *Current Directions in Psychological Science*, 24(6), 490-497. doi.org/10.1177/0963721415605257
- Kerr, N. L. (1998). HARKing: Hypothesizing after the results are known. *Personality and Social Psychology Review*, 2(3), 196-217.
- Kovera, M. B. (2020). When justice is not blind: The effects of expectancies on social interactions and judgments in legal settings. In J. Forgas, W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds.), *Applications of social psychology* (pp. 231-249). New York: Routledge.
- Lane, K. A., Banaji, M. R., Nosek, B. A., & Greenwald, A. G. (2007). Understanding and using the Implicit Association Test: IV: What we know (so far) about the method. In B. Wittenbrink & N. Schwarz (Eds.), *Implicit measures of attitudes* (pp. 59-102). New York: Guilford Press.
- LeBel, E. P., & Paunonen, S. P. (2011). Sexy but often unreliable: The impact of unreliability on the replicability of experimental findings with implicit measures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(4), 570-583. doi.org/10.1177/0146167211400619
- Lick, D. J., Alter, A. L., & Freeman, J. B. (2018). Superior pattern detectors efficiently learn, activate, apply, and update social stereotypes. *Journal of Experimental Psychology: General*, 147(2), 209-227. doi.org/10.1037/xge0000349
- Loury, G. C. (1998). An American tragedy: The legacy of slavery lingers in our cities' ghettos. *The Brookings Review*, 16(2), 38-42. doi.org/10.2307/20080781
- McConnell, A. R., & Leibold, J. M. (2001). Relations among the Implicit Association Test, discriminatory behavior, and explicit measures of racial attitudes. *Journal of Experimental Social Psychology*, 37(5), 435-442. doi.org/10.1006/jesp.2000.1470
- Nosek, B. A., Smyth, F. L., Hansen, J. J., Devos, T., Lindner, N. M., Ranganath, K. A., ... Banaji, M. R. (2007). Pervasiveness and correlates of implicit attitudes and stereotypes. *European Review of Social Psychology*, 18(1), 1-53. doi.org/10.1080/10463280701489053
- Oswald, F. L., Mitchell, G., Blanton, H., Jaccard, J., & Tetlock, P. E. (2013). Predicting ethnic and racial discrimination: A meta-analysis of IAT criterion studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(2), 171-192. doi.org/10.1037/a0032734
- Pager, D. (2007). The use of field experiments for studies of employment discrimination: Contributions, critiques, and directions for future research. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 609, 104-133.
- Pager, D., & Pedulla, D. S. (2015). Race, self-selection, and the job search process. *American Journal of Sociology*, 120, 1005-1054.
- Pager, D., & Shepherd, H. (2008). The sociology of discrimination: Racial discrimination in employment, housing, credit, and consumer markets. *Annual Review of Sociology*, 34, 181-209.
- Pager, D., Western, B., & Bonikowski, B. (2009). Discrimination in a low-wage labor market: A field experiment. *American Sociological Review*, 74, 777-799.

- Payne, B. K., Vuletich, H. A., & Lundberg, K. B. (2017). The bias of crowds: How implicit bias bridges personal and systemic prejudice. *Psychological Inquiry, 28*(4), 233-248. doi.org/10.1080/1047840X.2017.1335568
- Petty, R. & Briñol, P. (2020). A process approach to influencing attitudes and changing behavior: Revisiting classic findings in persuasion and popular interventions. In J. Forgas, W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 82-103). New York: Routledge.
- Quillian, L., Pager, D., Hexel, O., & Midtbøen, A. H. (2017). Meta-analysis of field experiments shows no change in racial discrimination in hiring over time. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 114*(41), 10870-10875.
- Rachlinski, J. J., Johnson, S. L., Wistrich, A. J., & Guthrie, C. (2009). Does unconscious racial bias affect trial judges? *Notre Dame Law Review, 84*(3), 1195-1246.
- Reber, A. S. (1989). Implicit learning and tacit knowledge. *Journal of Experimental Psychology: General, 118*(3), 219-235. doi.org/10.1037/0096-3445.118.3.219
- Rubinstein, R. S., & Jussim, L. (2019). *Stimulus pairing and statement target information have equal effects on stereotype-relevant evaluations of individuals*. Manuscript submitted for publication.
- Rubinstein, R. S., Jussim, L., & Stevens, S. T. (2018). Reliance on individuating information and stereotypes in implicit and explicit person perception. *Journal of Experimental Social Psychology, 76*, 54-70. doi.org/10.1016/j.jesp.2017.11.009
- Ryan, C. L., & Bauman, K. (2016). *Educational attainment in the United States: 2015*. U.S. Census Bureau, Current Population Reports, P20-578.
- Sabin, J. A., & Greenwald, A. G. (2012). The influence of implicit bias on treatment recommendations for 4 common pediatric conditions: Pain, urinary tract infection, attention deficit hyperactivity disorder, and asthma. *American Journal of Public Health, 102*(5), 988-995. doi.org/10.2105/AJPH.2011.300621
- Schimmack, U. (2019). The Implicit Association Test: A method in search of a construct. *Perspectives on Psychological Science*. doi.org/10.1177/1745691619863798
- Schmader, T., Bergsieker, H. B., & Hall, W. M. (2020). Cracking the culture code: A tri-level model for cultivating inclusion in organizations. In J. Forgas, W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 334-355). New York: Routledge.
- Schwarz J. (1998, September 29). Roots of unconscious prejudice affect 90 to 95 percent of people, psychologists demonstrate at press conference. *University of Washington News*. Retrieved from www.washington.edu/news/1998/09/29/roots-of-unconscious-prejudice-affect-90-to-95-percent-of-people-psychologists-demonstrate-at-press-conference/
- Stanley, D. A., Sokol-Hessner, P., Banaji, M. H., & Phelps, E. A. (2011). Implicit race attitudes predict trustworthiness judgments and economic trust decisions. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 108*(19), 7710-7715. doi.org/10.1073/pnas.1014345108
- Talaska, C. A., Fiske, S. T., & Chaiken, S. (2008). Legitimizing racial discrimination: Emotions, not beliefs, best predict discrimination in a meta-analysis. *Social Justice Research, 21*(3), 263-296.
- Walton, G. M., & Brady, S. T. (2020). "Bad" things reconsidered. In J. Forgas, W. D. Crano, & K. Fiedler (Eds), *Applications of social psychology* (pp. 58-81). New York: Routledge.
- Zigerell, L. J. (2018). Black and White discrimination in the United States: Evidence from an archive of survey experiment studies. *Research & Politics*. doi.org/10.1177/2053168017753862



ΣΠΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΚΩΔΙΚΑ ΤΗΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ

Ένα μοντέλο τριών επιπέδων για την καλλιέργεια
της ένταξης στις οργανώσεις

Toni Schmader, Hilary B. Bergsieker και William M. Hall

Ολοένα και περισσότερο οι άνθρωποι ζουν, μαθαίνουν και εργάζονται σε έναν κόσμο που χαρακτηρίζεται από μεγάλο βαθμό διαφορετικότητας. Αν και υπάρχει αυξημένη έκθεση στη διαφορετικότητα, η ανοχή απέναντί της, αν όχι η προτίμηση προς αυτή, θέτει πολιτικές προκλήσεις (Forgas & Lantos, σε αυτόν τον τόμο), παρουσιάζει επίσης σημαντικές ευκαιρίες για πολιτισμική καινοτομία. Για να δώσουμε ένα εύστοχο παράδειγμα, οι οργανώσεις διέπονται ολοένα και περισσότερο από το κίνητρο διαφοροποίησης του εργατικού δυναμικού τους και αξιοποίησης των πιθανών οφελών που μπορούν να έχουν διαφορετικές ομάδες στη δημιουργική επίλυση προβλημάτων και στην καινοτομία (Galinsky et al., 2015· Phillips, Mannix, Neale, Gruenfeld, 2004). Μια πρόκληση της εργασίας σε περιβάλλοντα υψηλής διαφορετικότητας είναι ότι –ακόμα και όταν απουσιάζουν ρητές διομαδικές προκαταλήψεις ή μεροληψίες– οι βαθιά ριζωμένες και ίσως εξελικτικά καθορισμένες κλίσεις των ανθρώπων να προτιμούν τους όμοιούς τους (Cosmides, Tooby, & Kurzban, 2003· McPherson, Smith-Lovin, & Cook, 2001· βλ. επίσης van Vugt et al., σε αυτόν τον τόμο) είναι πιθανό να τους οδηγούν στην αναζήτηση εργασιακών σχέσεων με παρόμοιους άλλους και στην αποφυγή εκείνων που είναι διαφορετικοί. Οι μεροληψίες αυτές οξύνονται όταν η κουλτούρα της οργάνωσης ορίζεται από τις προτιμήσεις, τα ενδιαφέροντα και το εργασιακό ύφος της πλειονότητας που τα τηρεί με μεγάλη προσήλωση. Για όσους έχουν μια υποτιμημένη μειονοτική ταυτότητα σε αυτά τα περιβάλλοντα, το αποτέλεσμα μπορεί να είναι ένα αίσθημα αλλοτρίωσης που μπορεί να τους οδηγήσει στον αποκλεισμό του ίδιου τους του εαυτού από τομείς στους οποίους αισθάνονται ότι δεν ταιριάζουν (Schmader & Sedikides, 2018· Woodson, 2015).

Στο κεφάλαιο αυτό, επιδιώκουμε να γίνει κατανοητό το τι σημαίνει για μια οργάνωση να διαπνέεται από μια ενταξιακή κουλτούρα, εξετάζοντας ένα μοντέλο κουλτούρας τριών επιπέδων που αποτελείται από: (1) *θεσμικές πολιτικές*, (2) τις πεποιθήσεις και τις στάσεις των *ατόμων* και (3) το πώς αυτά τα θεσμικά χαρακτηριστικά και οι ατομικές πεποιθήσεις εκδηλώνονται στις *διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις* μεταξύ των ανθρώπων. Εφαρμόζουμε αυτές τις ιδέες προκειμένου να γίνουν κατανοητά συγκεκριμένα τα αισθήματα αλλοτρίωσης και αποκλεισμού που βιώνουν οι γυναίκες σε ανδροκρατούμενα πεδία στην επιστήμη, την τεχνολογία, τη μηχανική και τα μαθηματικά (STEM). Τα πεδία αυτά, όχι μόνο προσφέρουν άκρως προσοδοφόρες και διανοητικά ανταποδοτικές σταδιοδρομίες, αλλά αποτελούν επίσης βασικούς οικονομικούς μοχλούς της κοινωνίας. Έτσι, όταν υπάρχουν συστημικοί παράγοντες που υπονομεύουν την ένταξη των φύλων, η αυτονομία της σταδιοδρομίας των γυναικών απειλείται, το χάσμα στους μισθούς μεταξύ των δύο φύλων διευρύνεται και οι κοινωνίες αποτυγχάνουν να μεγιστοποιήσουν τους διανοητικούς πόρους τους. Στη μηχανική, για παράδειγμα, ένα πεδίο που αποτελείται κατά 80% από άνδρες στη Βόρεια Αμερική, οι γυναίκες εμφανίζουν δυσανάλογα υψηλότερα ποσοστά παραίτησης (Corbett & Hill, 2015). Η χαμηλή αριθμητική εκπροσώπηση αυτή καθαυτήν μπορεί να αποτρέψει τις γυναίκες από τα πεδία STEM (Murphy, Steele, & Gross, 2007). Ωστόσο, ορισμένα παραδοσιακά ανδροκρατούμενα επαγγέλματα (π.χ. νομική, ιατρική, βιοεπιστήμη) έχουν καταφέρει να άρουν αυτόν τον διαχωρισμό σημαντικά πιο γρήγορα απ' ό,τι άλλα πεδία (π.χ. μηχανική, επιστήμη υπολογιστών: Carlí, Alawa, Lee, Zhao, & Kim, 2016), γεγονός που υποδηλώνει ότι η κουλτούρα των τελευταίων αυτών πεδίων ενδέχεται να εμποδίζει την είσοδο και την πρόοδο των γυναικών. Πράγματι, οι γυναίκες που επιλέγουν να εγκαταλείψουν τη σταδιοδρομία τους στη μηχανική και την τεχνολογία, αφότου έχουν δείξει ξεκάθαρα ενδιαφέρον και ταλέντο για τα πεδία αυτά, συχνά αποδίδουν την αποχώρησή τους σε προβλήματα προσαρμογής τους στην οργανωσιακή κουλτούρα (Fouad & Singh, 2011· Margolis & Fisher, 2003). Ως κοινωνικοί ψυχολόγοι, πώς μπορούμε να κατανοήσουμε καλύτερα τι σημαίνει για μια οργάνωση να λειτουργεί βάσει μιας ενταξιακής κουλτούρας και ποιες μεθόδους μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να πετύχουμε την αλλαγή σε επίπεδο κουλτούρας (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο);

ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ ΚΑΙ ΑΜΟΙΒΑΙΑ ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗ

Οι άνθρωποι έχουν μια εξελικτικά προσαρμοστική ικανότητα να σχηματίζουν, να διατηρούν και να επιβεβαιώνουν κουλτούρες (Henrich, 2015). Οι κουλτούρες αυτές διαμορφώνουν στη συνέχεια την αίσθηση ταυτότητας των ατόμων

(Markus & Hamedani, 2007). Η επικρατούσα αντίληψη είναι ότι οι κουλτούρες είναι κοινωνικά ενσωματωμένα συστήματα τα οποία ταυτόχρονα ορίζουν και ορίζονται από τις ταυτότητες των ατόμων σε μια δεδομένη κοινωνία, και διαμορφώνονται και μεταρρυθμίζονται μέσω των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και των σχέσεων (Markus & Kitayama, 2010). Μέσω αυτής της διαδικασίας αμοιβαίας συγκρότησης, κοινές νόρμες που διέπουν μια κουλτούρα δημιουργούνται εν μέρει από τις πεποιθήσεις, τις στάσεις και τις προτιμήσεις της πλειονότητας ή των κυρίαρχων ομάδων. Όσο ισχυρότερη είναι η πλειονότητα, τόσο πιο πιθανό είναι οι πεποιθήσεις και οι πρακτικές της ομάδας να πολωθούν, καθώς παρόμοια άτομα αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και ενισχύουν το ένα το άλλο τις κοινές τάσεις τους (Isenberg, 1986). Μόλις δημιουργηθούν, οι νόρμες αυτές για το τι πρέπει να πιστεύουν τα άτομα, τι να τους αρέσει και πώς να συμπεριφέρονται κωδικοποιούνται τόσο με ρητό όσο και με άρρητο τρόπο. Οι νόρμες αυτές έχουν στη συνέχεια τη δύναμη να διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται τον κόσμο και αλληλεπιδρούν μεταξύ τους. Αυτές οι αλληλεπιδράσεις, καθώς και οι ευρύτερες πεποιθήσεις και κοινές στάσεις στο πλαίσιο μιας κουλτούρας έχουν επίσης τη δύναμη να αλλάξουν τις ίδιες τις στάσεις, τις πεποιθήσεις, τις θεωρήσεις του εαυτού και τη συμπεριφορά των ατόμων.

Παρότι οι πολιτισμικοί ψυχολόγοι έχουν κατά κανόνα χρησιμοποιήσει αυτές τις ιδέες για να πλαισιώσουν την κατανόησή μας για ανθρώπους προερχόμενους από διαφορετικές κοινωνίες, υποκουλτούρες ή περιοχές του κόσμου, οι ίδιες αυτές βασικές διαδικασίες είναι πιθανό να αποδειχθούν χρήσιμες για την κατανόηση της κουλτούρας των οργανώσεων. Πιο πρακτικά, θα μπορούσαμε να απομονώσουμε αποτελεσματικότερα τους κινητήριους μοχλούς για την αλλαγή της οργανωσιακής κουλτούρας εισάγοντας την κοινωνιοψυχολογική θεωρία τού τι ορίζει μια κουλτούρα (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο). Εδώ εστιάζουμε σε τρία διακριτά αλλά αλληλένδετα επίπεδα οργανωσιακής κουλτούρας: το θεσμικό, το διαπροσωπικό και το ατομικό επίπεδο. Αρχικά, περιγράφουμε πώς κάθε επίπεδο συμβάλλει δυναμικά στη βιωμένη κουλτούρα μιας οργάνωσης. Στη συνέχεια χρησιμοποιούμε αυτό το πλαίσιο για να συζητήσουμε πώς διαφορετικά είδη παρεμβάσεων θα μπορούσαν να αλλάξουν την κουλτούρα του χώρου εργασίας. Παρόλο που οι οργανώσεις (και οι κουλτούρες γενικότερα) προωθούν ιδανικά την ισονομία για όλους τους ανθρώπους ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας, εθνοτικής καταγωγής και άλλων δημογραφικών δεικτών ταυτότητας, η πραγματικότητα είναι ότι πολλές από αυτές τις ομάδες εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν λεπτούς και όχι και τόσο λεπτούς φραγμούς όσον αφορά την υπαγωγή τους και την αυθεντικότητά τους (Schmader & Sedikides, 2018). Οι διαδικασίες που περιγράφουμε μπορεί να ισχύουν ευρέως σε πολλά πλαίσια και διαστάσεις της ταυτότητας, ωστόσο το βασικό παράδειγμα που χρησιμοποιούμε περιλαμβάνει την αλλαγή της οργανωσιακής κουλτούρας σε άκρως ανδροκρατούμενες επαγγελ-

ματικές σταδιοδρομίες (όπως στους κλάδους της μηχανικής, των χρηματοοικονομικών και της τεχνολογίας), ώστε να γίνει πιο ενταξιακή σε σχέση με το φύλο.

ΤΟ ΘΕΣΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ: ΟΡΓΑΝΩΣΙΑΚΕΣ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Η κουλτούρα μιας οργάνωσης σηματοδοτείται από τις πολιτικές, τις διαδικασίες και τις εκφράσεις της οργανωσιακής ταυτότητάς της (Schein, 2004). Ακριβώς όπως τα άτομα αφήνουν ίχνη της προσωπικότητάς τους στους ψηφιακούς και φυσικούς χώρους στους οποίους κατοικούν (Gosling, Ko, Mannarelli, & Morris, 2002), οι οργανώσεις μεταδίδουν επίσης πτυχές της κουλτούρας τους στους ιστότοπους, στο διαφημιστικό υλικό και στη φυσική διάταξη των χώρων εργασίας τους. Πολλές οργανώσεις φιλοδοξούν να παρουσιάσουν ένα ενταξιακό προφίλ χρησιμοποιώντας εικόνες διαφορετικών ανθρώπων (Pippert, Essenburg, & Matchett, 2013· Swan, 2010) ή ακόμη και μέσω της ρητής και ευδιάκριτης προβολής μιας δήλωσης αποστολής διαφορετικότητας, μιας κοινής εταιρικής πρακτικής από τα μέσα της δεκαετίας του 1990 (Kelly & Dobbin, 1998).

Οι προσπάθειες αυτές εκ μέρους των οργανώσεων να διαφημίσουν μια ενταξιακή ιδεολογία χρησιμοποιούνται στη συνέχεια από τα άτομα που βρίσκονται σε θέση παρατηρητή για να κάνουν υποθέσεις σχετικά με την κουλτούρα μιας οργάνωσης (Brady, Kaiser, Major, & Kirby, 2015· Kaiser et al., 2013· Purdie Vaughns, Steele, Davies, Ditlmann, & Crosby, 2008). Στην πραγματικότητα, οι δηλώσεις διαφορετικότητας μπορούν να δημιουργήσουν την εντύπωση μιας κουλτούρας εξισωτισμού στον χώρο εργασίας τόσο αποτελεσματικά, ώστε οι εξωτερικοί παρατηρητές να αμφιβάλλουν ότι είναι δυνατό να εξακολουθούν να υπάρχουν μεροληψίες σε αυτά τα περιβάλλοντα και να επιβάλλουν κυρώσεις στους στόχους που αναφέρουν περιπτώσεις διακρίσεων όταν αυτές πράγματι λαμβάνουν χώρα (Kaiser et al., 2013). Αυτού του είδους οι θεσμικές ενδείξεις ένταξης όχι μόνο διαμορφώνουν τις αντιλήψεις των εξωτερικών παρατηρητών, αλλά επίσης σηματοδοτούν την καταλληλότητα (ή την έλλειψη καταλληλότητας) μιας οργάνωσης για εκείνους που το πιθανότερο είναι να υποεκπροσωπούνται στους κόλπους της. Τα μέλη των ομάδων που θεωρούνται αξιολογικά κατώτερες συνήθως δίνουν προσοχή σε ενδείξεις που σχετίζονται με *ενδεχομενικότητες κοινωνικής ταυτότητας*, συγκεκριμένα, τις κρίσεις, τα στερεότυπα, τις ευκαιρίες, τους περιορισμούς και τις συμπεριφορές που συνδέονται με την κοινωνική ταυτότητα κάποιου σε ένα δεδομένο περιβάλλον (Purdie-Vaughns et al., 2008). Η έρευνα διαπιστώνει ολοένα και περισσότερο σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα, για παράδειγμα, ότι οι φυσικές υπενθυμίσεις ενός «τυπικού μαθητή», οι θεσμικές πρακτικές που πριμοδοτούν έναν μοναδικό τρόπο μάθησης ή δηλώσεις του αναλυτικού προγράμματος που αναφέρονται σε έναν συνολικό προσανατολι-

σμό προς την επιτυχία, μπορούν όλα να λειτουργήσουν ως ενδείξεις που θα πυροδοτήσουν μια μειωμένη αίσθηση του ανήκειν ή της αυθεντικότητας για μαθητές από υποεκπροσωπούμενες ομάδες (Cheryan, Plaut, Davies, & Steele, 2009· Stephens, Hamedani, & Townsend, 2019· Fuesting et al., 2019· Schmader & Sedikides, 2018).

Στα οργανωσιακά πλαίσια, οι εταιρείες ιδανικά θεσπίζουν πολιτικές και πρακτικές διαφορετικότητας, όχι μόνο για να επισημάνουν ότι λειτουργούν στη βάση μιας ενταξιακής κουλτούρας, αλλά σε μια ειλικρινή προσπάθεια να προσελκύσουν και να διατηρήσουν στους κόλπους τους διαφορετικά ταλέντα. Η ανάλυση αυτών των πρακτικών σε εκατοντάδες οργανώσεις με την πάροδο του χρόνου υποδηλώνει ότι ορισμένες από αυτές τις στρατηγικές (όταν δεν εφαρμόζονται απλώς «για τα μάτια του κόσμου», βλ. Kaiser et al., 2013) είναι πράγματι αποτελεσματικές για την ενίσχυση της διαφορετικότητας στις ηγετικές θέσεις (Kalev, Dobbin, & Kelly, 2006). Πιο συγκεκριμένα, οι βέλτιστες πρακτικές που βασίζονται σε στοιχεία τεκμηρίωσης περιλαμβάνουν την ενεργητική προσέλκυση διαφορετικών υποψηφίων· καθιστούν τις επιτροπές προσλήψεων και προαγωγών υπόλογες για το ιστορικό των επιλογών τους που πριμοδοτούν τη διαφορετικότητα· και αναθέτουν σε ειδικά στελέχη υπεύθυνα για την ισονομία, τη διαφορετικότητα και την ένταξη να διαχειριστούν αυτές τις προσπάθειες. Αυτοί οι τύποι θεσμικών πρωτοβουλιών, κατά μέσο όρο, ενισχύουν την εκπροσώπηση των γυναικών και των μειονοτήτων σε διευθυντικές θέσεις (Kalev et al., 2006). Επιπλέον, αυτές και άλλες προσανατολισμένες στην ένταξη πολιτικές μπορεί να σηματοδοτούν ότι η κουλτούρα της οργάνωσης (ή τουλάχιστον η ηγεσία της) θεωρεί την ένταξη κάτι σημαντικό. Για παράδειγμα, ακόμη και όταν οι γυναίκες ή οι μειονότητες υποεκπροσωπούνται σε μια οργάνωση, το να γνωρίζουμε απλώς ότι η οργάνωση τρέφει ένα δεδηλωμένο ενδιαφέρον για την προώθηση της διαφορετικότητας μπορεί να κάνει την εταιρεία αυτή να φαίνεται πιο επιθυμητός χώρος εργασίας για τα μέλη υποεκπροσωπούμενων ομάδων (Purdie-Vaughns et al., 2008· Hall, Schmader, Aday, Inness, & Croft, 2018).

ΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ: ΑΡΡΗΤΕΣ ΚΑΙ ΡΗΤΕΣ ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ, ΜΕΡΟΛΗΨΙΕΣ ΚΑΙ ΘΕΩΡΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ

Οι κουλτούρες είναι ευρέα δίκτυα αποτελούμενα από νόρμες, πεποιθήσεις και στάσεις που καθοδηγούν τη συμπεριφορά των ατόμων. Έτσι, η ανάδυση της οργανωσιακής κουλτούρας συνεπάγεται τη δυναμική αλληλεπίδραση επιρροών από τα πάνω προς τα κάτω, όπως η επίσημη αποστολή ή οι πολιτικές που ορίζονται από την ηγεσία, και επιρροών από τα κάτω προς τα πάνω, όπως οι στάσεις, οι πεποιθήσεις και οι ενέργειες των μεμονωμένων εργαζομένων. Παρότι είναι

δελεαστικό να αναλύσουμε τη διακύμανση μεταξύ θεσμικών και ατομικών μεροληψιών (Jussim, Careem, Honeycutt, & Stevens, σε αυτόν τον τόμο), δεδομένου ότι οι πολιτικές και οι πρακτικές θεσπίζονται και τηρούνται από άτομα μέσα σε μια κουλτούρα, τα δύο μέρη είναι πιθανό να συνδέονται άρρηκτα. Μέσω ενός κύκλου αμοιβαίας συγκρότησης, οι ενέργειες των ατόμων βοηθούν στη δημιουργία, τη διαιώνιση και την αλλαγή της κουλτούρας σε συνάρτηση με τις δικές τους προτιμήσεις, μεροληψίες, θεωρήσεις του εαυτού και εμπειρίες ζωής. Με βάση αυτή τη λογική, οι οργανώσεις που έχουν ευρύτερη εκπροσώπηση γυναικών ή μειονοτήτων είναι πιθανό να έχουν επίσης (τουλάχιστον κατά μέσο όρο) πιο ευνοϊκές στάσεις απέναντι στις πολιτικές διαφορετικότητας και στις πολιτισμικές πρακτικές που ευνοούν τη δική τους ομάδα. Πράγματι, τα μέλη των περιθωριοποιημένων ομάδων παρακολουθούν στενά την αριθμητική εκπροσώπηση ως μια ένδειξη για τον ενταξιακό χαρακτήρα ενός περιβάλλοντος (Murphy et al., 2007· Purdie-Vaughns et al., 2008). Παρότι διαφορετικές μειονεκτούσες ομάδες δεν θα συμμαχήσουν απαραίτητα αυτομάτως για να υποστηρίξουν όλες τις μορφές διαφορετικότητας και ένταξης, είναι πιο πιθανό να υποστηρίξουν πολιτικές ευρείας ένταξης όταν τους υπενθυμίζεται το μειονέκτημα που έχουν κοινό με άλλες περιθωριοποιημένες ομάδες (Cortland et al., 2017). Επιπλέον, δεδομένης της ισχύος των ηγετών να θέτουν νόρμες που ασκούν μεγάλη επιρροή (Cheng, Tracy, Foulsham, Kingstone, & Henrich, 2013), τα οφέλη από την εκπροσώπηση διαφορετικών ομάδων για την ενταξιακή κουλτούρα ενός χώρου εργασίας θα γίνουν αντιληπτά όταν η διαφορετικότητα της εκπροσώπησης θα κάνει την εμφάνισή της σε θέσεις ηγεσίας σε ολόκληρη την οργάνωση και όχι σε ρόλους χαμηλότερου στάτους εντός της οργανωσιακής ιεραρχίας (Bartol & Zhang, 2007).

Η αυξημένη διαφορετικότητα της εκπροσώπησης μπορεί να συμβάλει σε μια πιο ενταξιακή κουλτούρα του χώρου εργασίας, αλλά δεν είναι ούτε αναγκαία ούτε ικανή συνθήκη για τη δημιουργία μιας κουλτούρας ένταξης. Για να γίνει κατανοητό γιατί συμβαίνει αυτό, πρέπει πρώτα να αναγνωρίσουμε ότι οι κουλτούρες διεισδύουν στον νου των ατόμων τόσο σε άρρητο όσο και σε ρητό επίπεδο (Markus & Kitayama, 2010· βλ. επίσης Forgas & Lantos και Wohl & Stefaniak, σε αυτόν τον τόμο). Σε ένα άρρητο επίπεδο, οι άνθρωποι μαθαίνουν αυτόματα ενεργοποιούμενους συσχετισμούς με κοινωνικές κατηγορίες, στη βάση κάποιου συνδυασμού πραγματικής εκπροσώπησης των μελών μιας ομάδας σε διαφορετικούς ρόλους και των δικών τους ευκρινών εμπειριών μαζί τους (Asgari, Dasgupta, & Cote, 2010· Asgari, Dasgupta, & Stout, 2012). Για παράδειγμα, παρότι τα μέτρα άρρητων διαδικασιών, όπως η Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (Implicit Association Test), έχουν δεχθεί πολλές κριτικές (Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο), ο άρρητος συνειρμός ανάμεσα στην «επιστήμη» (αντί για τις «τέχνες») με το «αρσενικό» (αντί για το «θηλυκό») συσχετίζεται λογικά με τη διακρατική μεταβλητότητα στις αποκλίσεις που παρουσιάζουν τα δύο φύλα τόσο

στην απόδοση στα μαθηματικά (Nosek et al., 2009) όσο και στην αναπαράσταση της επιστήμης (Miller, Eagly, & Linn, 2015).

Επιπλέον, σύμφωνα με άλλες θεωρήσεις διπλής διαδικασίας για τις στάσεις και τις πεποιθήσεις (Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο), οι άρρητοι αυτοί συνειρμοί είναι πιθανό να παρουσιάζουν μεγάλη απόκλιση από τις ρητά αναφερόμενες πεποιθήσεις και στάσεις των ανθρώπων προς τις ίδιες ομάδες (Nosek, 2005). Ακόμη και γυναίκες με επιτυχημένη σταδιοδρομία στη μηχανική επιδεικνύουν μια σημαντική τάση να συνδέουν την έννοια της «μηχανικής» (σε αντιδιαστολή με την «οικογένεια») περισσότερο με το «αρσενικό» παρά με το «θηλυκό» (Block, Hall, Schmader, Inness, & Croft, 2018). Ωστόσο, οι άρρητοι αυτοί συνειρμοί δεν αντικατοπτρίζουν μόνο την πραγματικότητα της υποεκπροσώπησης των γυναικών στη μηχανική (και της υπερεκπροσώπησης τους στη διαχείριση της οικογενειακής ζωής), αλλά μπορούν επίσης να εσωτερικεύονται και με αυτόν τον τρόπο να διαμορφώνουν τις απόψεις των γυναικών για τον εαυτό τους. Για παράδειγμα, η αυτόματη τάση να συνδέουν την επιστήμη και τη μηχανική περισσότερο με τους άνδρες παρά με τις γυναίκες συσχετίζεται με χαμηλότερες αξιολογήσεις των γυναικών όσον αφορά την αυτοπεποίθησή τους, την αυτοαποτελεσματικότητά τους και την οργανωσιακή τους δέσμευσή στην επιστήμη, τα μαθηματικά και τη μηχανική (Block et al., 2018· Stout, Dasgupta, Hunsinger, McManus, 2011· Nosek, Banaji, & Greenwald, 2002).

Το γεγονός ότι τα άρρητα στερεότυπα και οι άρρητες στάσεις μπορούν να εσωτερικευθούν από τα μέλη υποεκπροσωπούμενων ομάδων προκειμένου να διαμορφώσουν τις δικές τους πεποιθήσεις σχετικά με το φύλο και τον εαυτό τους σημαίνει ότι η απλή ενίσχυση της εκπροσώπησης δεν είναι σε θέση να εγυνηθεί μια ολόενα και πιο ενταξιακή οργανωσιακή κουλτούρα. Για παράδειγμα, σε μελέτες που έχουν τεκμηριώσει την ύπαρξη μεροληψιών με βάση το φύλο σε πλαίσια αξιολόγησης ή πρόσληψης, οι μεροληψίες αυτές έχουν εκδηλωθεί εξίσου από γυναίκες και από άνδρες (Madera, Hebl, Dial, Martin, & Valian, 2018· Moss-Racusin, Dovidio, Brescoll, Graham, & Handelsman, 2012) και σε συνάρτηση με την εφαρμογή στην πράξη των υποτιθέμενων μεροληψιών που χαρακτηρίζουν τη σκέψη άλλων σεξιστών ηγετών (Vial, Dovidio, & Brescoll, 2019). Ωστόσο, τα άτομα δρουν κυρίως σε ένα ευρύτερο πολιτισμικό πλαίσιο. Ο απλός συσχετισμός της Επιστήμης και των Ανδρών σε ένα άρρητο επίπεδο δεν οδηγεί αυτόματα σε εκφράσεις μεροληψίας ή σε ενέργειες διάκρισης προς τις γυναίκες στον επιστημονικό κλάδο (Crandall & Eshleman, 2003· Devine, 1989· Fazio, 1990). Αντίθετα, το περιβάλλον πολιτισμικό πλαίσιο μπορεί είτε να επιτρέψει σε αυτές τις άρρητες μεροληψίες να διαμορφώσουν τη συμπεριφορά και τη λήψη αποφάσεων είτε να προσφέρει στους παρατηρητές τις απαραίτητες ενδείξεις ώστε να καταστειλούν ή να εξουδετερώσουν τις άρρητες μεροληψίες (Forbes, Cox, Schmader, & Ryan, 2012· Murphy, Kroeper, & Ozier, 2018· Murphy & Walton, 2013).

Πρόσφατη έρευνα δείχνει ότι αυτή η διπλή διαδικασία εξηγεί πώς αλληλεπιδρούν οι άρρητες και οι ρητές πεποιθήσεις για την πρόβλεψη των αποτελεσμάτων των γυναικών στα πεδία του STEM (Régner, Thinus-Blanc, Netter, Schmader, & Huguet, 2019). Σε μια έρευνα πεδίου, μέλη 39 διαφορετικών επιτροπών αξιολόγησης συμμετείχαν σε μια μελέτη που αξιολογούσε τη μεροληψία βάσει φύλου στις πραγματικές επιλογές τους μεταξύ γυναικών και ανδρών υποψηφίων σε διακεκριμένες θέσεις στο πεδίο της επιστημονικής έρευνας. Περίπου τα μισά μέλη της επιτροπής απάντησαν σε μετρήσεις των άρρητων στερεοτύπων «επιστήμη = άνδρες» και των ρητών πεποιθήσεών τους όσον αφορά τους λόγους ύπαρξης ανισοτήτων μεταξύ των φύλων στην επιστήμη. Κατά τη διάρκεια της μελέτης που διήρκεσε έναν ολόκληρο χρόνο, η τάση των επιτροπών να προάγουν γυναίκες σε διακεκριμένες ερευνητικές θέσεις δεν συσχετίστηκε απλώς με τους άρρητους συνειρμούς «επιστήμη = άνδρες» των μελών τους, αλλά οι άρρητοι συνειρμοί τους (κατά μέσο όρο μεταξύ των μελών της επιτροπής) μεταφράστηκαν σε έναν αρνητικό αντίκτυπο για τις γυναίκες στη συνθήκη ανταγωνισμού μόνο στην περίπτωση που, σε ρητό επίπεδο, τα μέλη της επιτροπής δεν πίστευαν (κατά μέσο όρο) ότι εξωτερικοί φραγμοί, όπως οι διακρίσεις, εξηγούν εν μέρει την υποεκπροσώπηση των γυναικών στην επιστήμη. Με άλλα λόγια, οι επιτροπές που απέρριψαν την ιδέα ότι η μεροληψία αποτελεί πρόβλημα ήταν και εκείνες που έδειξαν μια σχέση ανάμεσα στις άρρητες μεροληψίες τους και στη συμπεριφορά τους. Μεταξύ των επιτροπών εκείνων που πίστευαν ότι οι γυναίκες αντιμετωπίζουν εμπόδια στην πρόοδό τους, η δύναμη των άρρητων συνειρμών τους δεν είχε σχέση με τη λήψη αποφάσεών τους. Να επισημάνουμε επίσης πως οι επιδράσεις αυτές προέκυψαν ανεξάρτητα από την εκπροσώπηση των γυναικών στις επιτροπές επιλογής.

Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι, όπως τα άτομα είναι ικανά να ρυθμίζουν επιτυχώς τα άρρητα στερεότυπα και τις άρρητες στάσεις τους όταν τους δίνεται το κίνητρο να κάνουν κάτι τέτοιο (Cunningham et al., 2004), έτσι και οι ομάδες μπορούν επίσης να ρυθμίζουν δυναμικά τις μεροληψίες των μελών τους. Στην πραγματικότητα, η κοινωνική παρουσία άλλων που μοιράζονται τους ίδιους αυτούς συνειρμούς αλλά αρνούνται τη σημασία τους μπορεί, ακόμη και μεταγνωστικά, να επικυρώσει ότι στηρίζονται σε αυτά τα άρρητα στερεότυπα κατά τη λήψη αποφάσεων (Petty & Briñol, σε αυτόν τον τόμο). Αντίθετα, όταν υπάρχουν κοινές ρητές νόρμες ενταξιακής κατεύθυνσης, οι άρρητοι συνειρμοί μπορεί να πάψουν να έχουν μεγάλο αντίκτυπο στη συμπεριφορά ή, σε ορισμένες περιπτώσεις, να οδηγήσουν ακόμη και σε προσπάθειες ενίσχυσης της εκπροσώπησης των υποψηφίων που προέρχονται από μειονότητες. Αυτός είναι πιθανόν ο λόγος για τον οποίο οι μελέτες που εξετάζουν τις μεροληψίες κατά τη διαδικασία πρόσληψης από επιτροπές ακαδημαϊκών επιστημόνων που χαρακτηρίζονται από μια νοοτροπία εξισωτισμού εντοπίζουν κάποιες φορές μια μεροληψία

στην πρόσληψη γυναικών αντί για άνδρες υποψηφίους, όταν οι αιτούντες έχουν παρόμοια υψηλά προσόντα (Williams & Ceci, 2015). Είναι σημαντικό να επισημάνουμε, ωστόσο, ότι οι μετα-αναλύσεις υποδηλώνουν πως, όταν τα προσόντα των υποψηφίων είναι πιο διαφορετικά, οι μεροληψίες κατά τη διαδικασία της πρόσληψης είναι πιθανότερο να ευνοήσουν τα μέλη της ήδη προνομιούχας ομάδας (Koch, D’Mello, & Sackett, 2015).

ΤΟ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ: ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ

Το μεγαλύτερο μερίδιο της προσοχής που δίνεται στην οργανωσιακή κουλτούρα –τόσο στην ακαδημαϊκή βιβλιογραφία όσο και στον δημόσιο λόγο– είναι εστιασμένο στο τι μπορούν να κάνουν οι ίδιοι οι θεσμοί για να αλλάξουν την κουλτούρα τους, είτε θεσπίζοντας νέες πολιτικές είτε ζητώντας από την ηγεσία να επικοινωνήσει ενταξιακές αξίες ή εκπαιδευοντας τους μεμονωμένους υπαλλήλους, παρέχοντάς τους κατάρτιση σε θέματα διαφορετικότητας. Η εστίαση στην οργάνωση φαίνεται βέβαια πολύ λογική υπό το φως στοιχείων που υποστηρίζουν ότι η οργανωσιακή κουλτούρα σηματοδοτείται, εν μέρει, από την έκδηλη και άδηλη μετάδοση μηνυμάτων, τις πολιτικές και τις πρακτικές που δημιουργούνται και τηρούνται σε επίπεδο θεσμού. Ομοίως, μια εστίαση στα άτομα φαντάζει ελκυστική στον ιδιωτικό τομέα λόγω της αυξημένης ευθύνης που δημιουργεί η συμπεριφορά διάκρισης που ενδέχεται να εκδηλώσουν κάποια από τα μέλη της οργάνωσης που φέρονται με αθέμιτους τρόπους. Ωστόσο, η υιοθέτηση μιας κοινωνιοψυχολογικής κατανόησης της κουλτούρας συνεπάγεται την αναγνώριση ότι η κουλτούρα επικοινωνείται επίσης μέσω των *αλληλεπιδράσεων* των ατόμων μεταξύ τους σε ένα πολιτισμικά καθορισμένο πλαίσιο (Mead, 1934· βλ. επίσης Kouera, σε αυτόν τον τόμο, για ένα παρόμοιο επιχειρήμα σε σχέση με μεροληψίες που εντοπίζονται στο νομικό σύστημα). Η συναισθηματική ευημερία των ανθρώπων και η γενική ικανοποίηση από τη ζωή επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από τις καθημερινές αλληλεπιδράσεις με τους συναδέλφους τους (Lim, Cortina, & Magley, 2008). Όταν οι άνθρωποι εγκαταλείπουν μια οργάνωση ή ακόμα και μια ολόκληρη επαγγελματική σταδιοδρομία λόγω προβλημάτων συναφών με την κουλτούρα του συγκεκριμένου περιβάλλοντος, οι καθημερινές αυτές αλληλεπιδράσεις είναι πιθανό να υπάρχουν εκεί όπου οι πολιτισμικές αναντιστοιχίες γίνονται πιο έντονα αισθητές.

Κάποιες από τις διαπροσωπικές εμπειρίες που σηματοδοτούν μια έλλειψη ένταξης αποτελούν έκδηλες περιπτώσεις εχθρότητας, παρενόχλησης ή αίσθησης ότι οι άλλοι υπονομεύουν το έργο κάποιου (Berdahl, Cooper, Glick, Livingston, & Williams, 2018). Για παράδειγμα, σε σχέση με τους άνδρες, οι γυναίκες είναι πιο

πιθανό να βιώσουν ενέργειες επιθετικότητας (Baron & Neuman, 1996), εκφοβισμού (Rayner & Hoel, 1997), απρέπειας (Andersson & Pearson, 1999), συναισθηματικής κακοποίησης (Keashly, Harvey, & Hunter, 1997), σεξισμού (Cortina, 2008) και σεξουαλικής παρενόχλησης (Berdahl & Raver, 2011). Ωστόσο, ακόμη και όταν απουσιάζουν ρητά αρνητικές αλληλεπιδράσεις, μια κουλτούρα ενός χώρου εργασίας που δεν είναι πλήρως ενταξιακή μπορεί να εκδηλωθεί με πιο διακριτικούς τρόπους. Για παράδειγμα, έπειτα από αλληλεπίδραση με άνδρες ομότιμους τους που διατηρούν έμμεσα σεξιστικούς συνειρμούς αναφορικά με τις γυναίκες, οι φοιτήτριες μηχανικής έχουν χειρότερη απόδοση σε μια δοκιμασία δεξιοτήτων μηχανικής (Logel et al., 2009). Οι γυναίκες που βίωναν αυτές τις σχετικά άδηλες αλλά αρνητικές επιδράσεις της μεροληψίας στην απόδοσή τους δεν ήταν σε θέση να αντιληφθούν πώς η κυρίαρχη και ερωτικά προκλητική συμπεριφορά των ανδρών συνεργατών τους υπονόμει την απόδοσή τους.

Εκτός από τις επιδράσεις του ανεπαίσθητου σεξισμού, οι γυναίκες σε ανδροκρατούμενους χώρους εργασίας μερικές φορές αισθάνονται απομονωμένες από άτυπα δίκτυα στα οποία διαφορετικά θα μπορούσαν να οικοδομήσουν σχέσεις και να μάθουν για νέες ευκαιρίες (Bartol & Zhang, 2007· Forret & Dougherty, 2004). Η οργανωσιακή βιβλιογραφία «υποδεικνύει έντονα ότι οι γυναίκες δεν έχουν ίση πρόσβαση στο κοινωνικό κεφάλαιο επειδή συχνά αποκλείονται από τα κοινωνικά δίκτυα που είναι πιο σημαντικά για την απόκτηση ισχύος και την επιτυχία της σταδιοδρομίας» (Wang, 2009, σ. 33). Οι γυναίκες αναζητούν συνδέσεις τόσο με κοινωνικά όμοιους συναδέλφους (γυναίκες) όσο και με συναδέλφους υψηλού στάτους (συνήθως άνδρες). Προκύπτει, ωστόσο, ένα δίλημμα όσον αφορά την αμοιβαία ανταπόκριση των ανδρών ως προς αυτές τις επιλογές: «Αν οι επαφές δικτύου επιλέγονται σύμφωνα με κριτήρια ομοιότητας ή/και στάτους, [οι γυναίκες] αποτελούν για τους άνδρες λιγότερο επιθυμητές επιλογές δικτύου και στις δύο περιπτώσεις» (Ibarra, 1992, σ. 440). Επιπλέον, σε ανδροκρατούμενους χώρους εργασίας, ακόμη και ορισμένες γυναίκες αναφέρουν ότι αποφεύγουν άλλες γυναίκες (Derks, Van Laar, & Ellemers, 2016) και επιδεικνύουν μια μειωτική στάση απέναντι σε εκδηλώσεις δικτύωσης που είναι εστιασμένες στις γυναίκες. Για παράδειγμα, μια μεγάλης κλίμακας σειρά από ομάδες εστίασης που ανέλυσαν την υποεκπροσώπηση των γυναικών στον κλάδο της μηχανικής παρατήρησαν:

Για χρόνια [αυτές οι γυναίκες μηχανικοί] απέφευγαν τις εκδηλώσεις δικτύωσης μεταξύ γυναικών επειδή ήταν «γεμάτες με δικηγόρους και υπεύθυνους ανθρώπινου δυναμικού», δεν σύχναζαν εκεί άτομα από «τον πυρήνα της επιχείρησης». Αν μία από αυτές τις μηχανικούς έμπαινε σε μια αίθουσα γεμάτη γυναίκες, έβγαине αμέσως έξω. Όπως εξήγησε μία από αυτές: «Εξ ορισμού τίποτε σημαντικό δεν μπορεί να συμβαίνει σε αυτή την αίθουσα: σε αυτή την εταιρεία την εξουσία την κατέχουν οι

άνδρες». Οι γυναίκες αυτές φαινόταν ότι είχαν μάθει να αποφεύγουν και να περιφρονούν τις άλλες γυναίκες.

The Athena Factor Hewlett et al., 2008· σ. 11

Είτε λόγω των προκαταλήψεων και των στερεοτύπων των ατόμων που βρίσκονται σε θέση παρατηρητή είτε λόγω του γεγονότος ότι οι στόχοι έχουν επίγνωση του στιγματισμού τους, οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ μελών διαφορετικών ομάδων ενδέχεται να μαστίζονται από συναισθήματα *απειλής της κοινωνικής ταυτότητας*, και συγκεκριμένα από ανησυχίες για αρνητική αξιολόγηση λόγω της υπαγωγής τους σε μια ομάδα (Steele, Spencer, & Aronson, 2002· Vorauer, 2006). Για τις γυναίκες που εργάζονται σε ανδροκρατούμενα περιβάλλοντα STEM, όταν αισθάνονται έλλειψη πλήρους αποδοχής και σεβασμού από τους άνδρες συναδέλφους τους ενδέχεται να προκύψουν αισθήματα *απειλής της κοινωνικής ταυτότητας* (Hall, Schmader, & Croft, 2015· Hall, Schmader, Aday, & Croft, 2019). Τα ευρήματα αυτά προέρχονται από μια σειρά από μελέτες στις οποίες χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος του ημερολογίου και οι οποίες εξετάζουν πώς οι καθημερινές αλληλεπιδράσεις στους χώρους εργασίας STEM παρέχουν ενδείξεις της εμπειρίας της *απειλής ταυτότητας* που βιώνουν οι γυναίκες. Συγκεκριμένα, σε τρία διακριτά δείγματα, η επίδραση αυτών των καθημερινών αλληλεπιδράσεων στην εμπειρία της *απειλής της κοινωνικής ταυτότητας* των γυναικών εντοπιζόταν αποκλειστικά στις συνομιλίες των γυναικών με άνδρες συναδέλφους για θέματα σχετικά με την εργασία και δεν είχε τις ρίζες της στον τρόπο με τον οποίο άνδρες και γυναίκες σχετίζονταν μεταξύ τους ή αντιλαμβάνονταν ο ένας τον άλλον γενικά (Hall et al., 2019). Οι άνδρες δεν ανέφεραν παρόμοια επίπεδα *απειλής της ταυτότητας* όταν αισθάνονταν έλλειψη σεβασμού προς το πρόσωπό τους κατά τη διάρκεια συνομιλιών με γυναίκες ή άλλους άνδρες. Και αυτές οι επιδράσεις, οι οποίες αντικατοπτρίζουν την ενδοατομική μεταβλητότητα λόγω συγκεκριμένων συνομιλιών, δεν μπορούν να εξηγηθούν από τις ατομικές διαφορές στη συνείδηση του στίγματος των γυναικών. Θα λέγαμε περισσότερο ότι κάτι πιο αδιόρατο φαίνεται να συμβαίνει σε ορισμένες από τις συνομιλίες των γυναικών με άνδρες σε πλαίσια STEM που κάνει το φύλο τους ιδιαίτερα ευκρινές.

Αυτές οι ανησυχίες σχετικά με την *απειλή της ταυτότητας* δείχνουν να έχουν σημαντικές συνέπειες: τις ημέρες εκείνες που οι γυναίκες αναφέρουν λιγότερη αποδοχή από τους άνδρες συναδέλφους τους, αναφέρουν επίσης μεγαλύτερη εμπειρία ψυχολογικής επαγγελματικής εξάντλησης, μια επίδραση που διαμεσολαβείται στατιστικά από τα συναισθήματα *απειλής της κοινωνικής ταυτότητας* (Hall et al., 2019). Οι επιδράσεις αυτές επιβεβαιώνουν αλλά και επεκτείνουν προηγούμενα ευρήματα για τα οποία είχε χρησιμοποιηθεί ένα πιο αντικειμενικό μέτρο των συνομιλιών στον χώρο εργασίας με ένα μικρότερο δείγμα επιστημόνων (Holleran, Whitehead, Schmader, & Mehl, 2011). Σε αυτή τη μελέτη,

χρησιμοποιήθηκε μια ηλεκτρονικά ενεργοποιούμενη συσκευή εγγραφής ήχου (EAR) για τη δειγματοληψία συνομιλιών στον χώρο εργασίας μεταξύ ανδρών και γυναικών ακαδημαϊκών ερευνητών κατά τη διάρκεια μιας συνηθισμένης εβδομάδας εργασίας. Μεταξύ των ανδρών, εκείνοι που αφιέρωναν περισσότερο χρόνο για να μιλήσουν για θέματα έρευνας με άνδρες συναδέλφους ανέφεραν ότι αισθάνονταν υψηλότερο βαθμό εμπλοκής στην εργασία τους – ένα διαισθητικό εύρημα. Από την άλλη πλευρά, μεταξύ των γυναικών, εκείνες που αφιέρωναν περισσότερο χρόνο για να μιλήσουν για θέματα έρευνας με άνδρες συναδέλφους ανέφεραν ότι αισθάνονταν χαμηλότερο βαθμό εμπλοκής στην εργασία τους.

Φυσικά, θα μπορούσε κάποιος να υποστηρίξει ότι οι διαπροσωπικοί παράγοντες που επηρεάζουν τις καθημερινές εμπειρίες των γυναικών στον χώρο εργασίας έχουν ελάχιστη σχέση με την κουλτούρα μιας οργάνωσης και μεγαλύτερη σχέση με ιδιότυπες κακές συναντήσεις με λίγους προκατειλημμένους συναδέλφους. Παρόλο που τέτοιες ρητά αρνητικές αλληλεπιδράσεις πράγματι συμβαίνουν, τα στοιχεία μας δείχνουν ότι δεν είναι αυτές που προκαλούν τις συγκεκριμένες επιδράσεις (Hall et al., 2019). Περισσότερο θα λέγαμε ότι οι κανόνες της εμπλοκής για τις αλληλεπιδράσεις στον χώρο εργασίας διαμορφώνονται, τουλάχιστον εν μέρει, από τις πολιτισμικές νόρμες που επισημαίνονται από τον οργανισμό (Hall et al., 2018). Οι οργανώσεις που υιοθετούν ενταξιακές πολιτικές στον χώρο εργασίας τους μπορεί να δημιουργούν μια ισχυρότερη νόρμα για αλληλεπιδράσεις που διέπονται από σεβασμό και ενταξιακές αρχές μεταξύ διαφορετικών ατόμων. Πράγματι, η έρευνά μας δείχνει ότι οι γυναίκες που εργάζονται στο πεδίο της μηχανικής αναφέρουν ότι έχουν χαμηλότερη αίσθηση καθημερινής απειλής της κοινωνικής ταυτότητάς τους στον βαθμό στον οποίο η οργάνωσή τους εφαρμόζει περισσότερες ενταξιακές ως προς το φύλο πολιτικές. Ουσιαστικά, η σχέση αυτή διαμεσολαβείται από τον βαθμό στον οποίο οι γυναίκες αναφέρουν εμπειρίες καθημερινών αλληλεπιδράσεων όπου αισθάνονται περισσότερη αποδοχή και σεβασμό από τους άνδρες συναδέλφους τους σε οργανώσεις που εφαρμόζουν πολιτικές περισσότερο ενταξιακές ως προς το φύλο (Hall et al., 2018). Εν ολίγοις, οι πολιτισμικές νόρμες μπορεί να επισημαίνονται σε θεσμικό επίπεδο και να αναπαρίστανται στον νου των ατόμων, αλλά συχνά βιώνονται από διαφορετικούς ανθρώπους ως ο τρόπος με τον οποίο αλληλεπιδρούν μεταξύ τους.

ΚΑΛΛΙΕΡΓΩΝΤΑΣ ΜΙΑ ΕΝΤΑΞΙΑΚΗ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ

Η οργανωσιακή κουλτούρα όχι μόνο διαμορφώνεται, αλλά, επίσης, εξελίσσεται μέσω της δυναμικής αλληλεπίδρασης θεσμικών, ατομικών και διαπροσωπικών παραγόντων. Η απλή κατανόηση ότι η κουλτούρα υπάρχει στα τρία αυτά επίπεδα μπορεί να συμβάλει στη δημιουργία ενός εγχειριδίου στρατηγικής για τον

καλύτερο τρόπο αλλαγής της κουλτούρας μιας οργάνωσης. Υπονοεί επίσης ότι διαφορετικά είδη αλλαγής μπορεί να στοχεύονται καλύτερα σε διαφορετικά επίπεδα και ότι η αλλαγή σε ένα επίπεδο, μπορεί, με ποικίλους τρόπους, να γίνει καταλύτης αλλαγής ή να συναντήσει αδράνεια σε ένα άλλο επίπεδο. Παρότι η εστίασή μας σε αυτό το κεφάλαιο αφορούσε τις νόρμες της ένταξης, τα ίδια αυτά τρία αλληλένδετα επίπεδα μπορούν επίσης να εφαρμοστούν για να κατανοήσουμε τη δύναμη των κοινωνικών νορμών σε άλλα πλαίσια. Για παράδειγμα, η επιθετική συμπεριφορά μεταξύ των παιδιών μπορεί να μειωθεί με στοχευμένες παρεμβάσεις στις πολιτικές που εφαρμόζονται στην τάξη, στις διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις ή στον ατομικό έλεγχο των παρορμήσεων (Krahe, σε αυτόν τον τόμο), και επίσης τα προβλήματα της εφηβείας αντιμετωπίζονται καλύτερα με πολυεπίπεδες παρεμβάσεις (Crano & Ruybal, σε αυτόν τον τόμο).

Στο θεσμικό επίπεδο. Όπως αναφέραμε ήδη, η οργανωσιακή επιστήμη προτείνει ότι ορισμένες θεσμικές πολιτικές είναι αποτελεσματικές για την αύξηση της εκπροσώπησης διαφορετικών ηγετών σε μια οργάνωση. Παρότι οι πολιτικές αυτές μπορεί να έχουν απτά οφέλη για ορισμένα άτομα, για να είναι σε θέση να οδηγήσουν σε ουσιαστική πολιτισμική αλλαγή θα πρέπει η πλειονότητα των ατόμων στην οργάνωση να γνωρίζουν αυτές τις πολιτικές και να τις υποστηρίζουν. Η δική μας έρευνα δείχνει ότι οι γυναίκες και οι άνδρες που αντιλαμβάνονται ότι οι στάσεις των άλλων απέναντι στις ενταξιακές ως προς το φύλο θεσμικές πολιτικές έχουν βελτιωθεί με την πάροδο του χρόνου αισθάνονται περισσότερο συμβατοί με την οργάνωση σε επίπεδο αξιών, κάτι που με τη σειρά του προβλέπει αύξηση της δέσμευσης των γυναικών στην οργάνωση (Hall et al., 2019). Η έρευνα αυτή υποδηλώνει ότι η απλή θέσπιση αλλαγών των πολιτικών με στόχο την ένταξη θα αποδειχθεί ανεπαρκής, εκτός κι αν οι οργανώσεις εκπαιδεύσουν τους υπαλλήλους τους σχετικά με την αξία αυτών των πολιτικών.

Οι θεσμικές αλλαγές μπορούν επίσης να στηριχθούν σε πιο πρόσφατα κοινωνιοψυχολογικά στοιχεία σχετικά με την ασφάλεια της ταυτότητας. Οι οργανώσεις μπορούν να επιδιώξουν να απαλλάξουν τους χώρους εργασίας τους από την παρουσία μεροληψιών, αναζητώντας τρόπους με τους οποίους θα μπορέσουν να αναδείξουν ενταξιακές οργανωσιακές αξίες. Η διαδικασία αυτή μπορεί να περιλαμβάνει ιστότοπους, εικόνες γραφείου, αντωνυμίες, αναγνωρίσεις εδαφών, προσβασιμότητα, εγκαταστάσεις τουαλέτας και εξοπλισμό κατάλληλου μεγέθους (Chaney & Sanchez, 2018· Murphy & Taylor, 2012). Προκειμένου η αλλαγή να πραγματοποιηθεί ουσιαστικά, η ενσωμάτωση των νέων αυτών στοιχείων πρέπει να γίνει με τρόπο ειλικρινή, όχι με ανειλικρινείς ή υποκριτικές χειρονομίες (Kaiser et al., 2013). Επιπλέον, συνήθως προσβλέπουμε σε ηγέτες και σε αυτούς που καταλαμβάνουν θέσεις υψηλότερου στάτους να καθορίσουν τις νόρμες και τις αξίες (Cheng et al., 2013). Έτσι, οι ηγέτες και οι θεσμοί που εκπροσωπούν έχουν τη δύναμη να δημιουργούν σήματα ενταξιακής κουλτούρας που εκδηλώνονται

στις νόρμες του τρόπου με τον οποίο αλληλεπιδρούν οι άνθρωποι. Όταν αυτές οι αλλαγές πολιτικής και τα μηνύματα θεσπίζονται για να σηματοδοτήσουν μια πραγματική οργανωσιακή αξία προς την ένταξη, οι ενδείξεις αυτού του είδους ενδέχεται να ενσταλάξουν μια ισχυρότερη αίσθηση προσαρμογής σε εκείνους που παραδοσιακά έχουν περισσότερες πιθανότητες να υποτιμηθούν σε αυτόν τον χώρο (Schmader & Sedikides, 2018).

Στο ατομικό επίπεδο. Μια άλλη κοινή στρατηγική για την αλλαγή της κουλτούρας μιας οργάνωσης περιλαμβάνει τη στόχευση των μεροληψιών και των πεποιθήσεων στον νου των ατόμων. Η κατάρτιση σε θέματα ισονομίας, διαφορετικότητας και ένταξης δεν είναι μόνο κοινή πρακτική, αλλά επίσης μια αναπτυσσόμενη επιχείρηση, με προγράμματα αυτού του είδους να προσφέρονται πλέον σε περισσότερες από τις μισές μεσαίες και μεγάλες εταιρείες των ΗΠΑ (Dobbin & Kalev, 2016), τονίζοντας συχνά την άρρητη ή «αυθεντική» μεροληψία (Ongyeador, 2017). Όπως συμβαίνει με πολλές προσπάθειες εφαρμογής στην πράξη ιδεών που έχουν προκύψει από την ακαδημαϊκή έρευνα (Fiedler, σε αυτόν τον τόμο), μέχρι πολύ πρόσφατα υπήρχαν ελάχιστα έως καθόλου στοιχεία που να αποδεικνύουν ότι αυτά τα προγράμματα κατάρτισης πράγματι λειτουργούν (Jussim et al., σε αυτόν τον τόμο· Paluck, 2006). Πράγματι, οι πρωτοβουλίες που έχουν μια στενή στόχευση σε μεμονωμένα ατομικά «παραπτώματα» ενδέχεται να έχουν τα αντίθετα αποτελέσματα: Μια πρόσφατη επισκόπηση διαπίστωσε ότι τα προγράμματα κατάρτισης σε θέματα σεξουαλικής παρενόχλησης μπορούν σε ορισμένες περιπτώσεις να μειώσουν τον αριθμό των γυναικών σε διευθυντικές θέσεις (Dobbin & Kalev, 2019). Μια πρόσθετη πρόκληση ανακύπτει κατά την καταπολέμηση της άρρητης μεροληψίας, διότι οι άρρητοι συνειρμοί αποδεικνύονται αρκετά ανθεκτικοί στη μακροπρόθεσμη αλλαγή μεταξύ ενηλίκων που είχαν μια ολόκληρη ζωή στη διάθεσή τους για να εσωτερικεύσουν τους πολιτισμικούς συσχετισμούς (Lai et al., 2014, 2016). Αν ο στόχος είναι να αλλάξουμε πραγματικά τα στερεότυπα και τις στάσεις των ατόμων, οι επιτυχημένες παρεμβάσεις μπορεί να πρέπει να απευθυνθούν σε νεότερες ηλικιακές ομάδες που εξακολουθούν να σχηματίζουν κατηγορίες και συσχετισμούς μεταξύ τους (Baron & Banaji, 2006· Gonzalez, Dunlop, & Baron, 2017).

Ωστόσο, αν ο απώτερος στόχος είναι να αλλάξουμε τη συμπεριφορά που ωθείται από ενδογενή κίνητρα και όχι τους άρρητους συνειρμούς, τότε οι επιτυχημένες παρεμβάσεις μπορεί να εφοδιάσουν τα άτομα με στρατηγικές με τις οποίες θα μπορούν να αναγνωρίζουν και να ελέγχουν τις αυτόματα ενεργοποιούμενες αποκρίσεις τους (Carnes et al., 2015· Devine et al., 2017· Forscher, Mitamura, Dix, Cox, & Devine, 2017· Moss-Racusin et al., 2018). Για παράδειγμα, σε ένα εκτενές ερευνητικό πρόγραμμα, η Devine και οι συνεργάτες της έχουν πραγματοποιήσει εργαστήρια με τίτλο «Σπάζοντας τη συνήθεια της μεροληψίας», όπου εκπαιδεύουν τα άτομα σχετικά με τη φύση των αυτόματων και των

ελεγχόμενων διαδικασιών που παίρνουν μέρος στη μεροληψία και διδάσκουν στους ανθρώπους συγκεκριμένες στρατηγικές για τον εντοπισμό και τον έλεγχο της μεροληψίας. Μια εκδοχή αυτής της παρέμβασης εστιασμένη στη μεροληψία φύλου που πραγματοποιήθηκε με ακαδημαϊκούς επιστήμονες, όχι μόνο αύξησε την επίγνωση και την αυτοαποτελεσματικότητα για τον έλεγχο των μεροληψιών του ατόμου, αλλά αύξησε επίσης το ποσοστό των γυναικών που προσλαμβάνονταν κατά 18 ποσοστιαίες μονάδες (μια οριακά σημαντική αύξηση) τα δύο χρόνια μετά την πραγματοποίηση του εργαστηρίου (Carnes et al., 2015· Devine et al., 2017). Σε αντίθεση με αυτό το πρόγραμμα όπου η κατάρτιση γινόταν πρόσωπο με πρόσωπο, η τυπική μορφή της κατάρτισης σε θέματα οργανωσιακής διαφορετικότητας είναι συχνά διαδικτυακή –για να καλύπτει εύκολα πολλούς ιστότοπους και χρονοδιαγράμματα εργαζομένων– αλλά η ατομική διαδικτυακή κατάρτιση έχει πολύ πιο περιορισμένη επιτυχία (Chang et al., 2019).

Οι εστιασμένες στο άτομο παρεμβάσεις που επιδιώκουν να καλλιεργήσουν πιο ενταξιακές κουλτούρες δικαιολογημένα στοχεύουν στα βαθιά ριζωμένα στερεότυπα και σε συμπεριφορές που μπορούν να προκαλέσουν διακριτικές μεροληψίες στη συμπεριφορά και τη λήψη αποφάσεων. Ωστόσο, άλλη μια πολύτιμη προσέγγιση μπορεί να βρεθεί σε παρεμβάσεις νοοτροπίας που στοχεύουν στην αλλαγή της οπτικής γωνίας εκείνων που βρίσκονται σε μειονεκτική θέση ή γίνονται αντικείμενο αρνητικών στερεοτύπων (Walton & Brady, σε αυτόν τον τόμο). Όταν εφαρμόζονται με στόχο την ενίσχυση της ακαδημαϊκής απόδοσης μαθητών χαμηλότερης κοινωνικοοικονομικής θέσης ή κάποιας εθνοτικής μειονότητας, οι παρεμβάσεις αυτές λειτουργούν βοηθώντας τους μαθητές να επαναπροσδιορίσουν τις ακαδημαϊκές δυσκολίες ή τα συναισθήματα απομόνωσης ως ένα φυσιολογικό κομμάτι της μετάβασης (Walton & Cohen, 2011) ή ενθαρρύνοντας μια νοοτροπία περισσότερο προσανατολισμένη στην ανάπτυξη (Yeager et al., 2016). Για παράδειγμα, σε μια πρόσφατη παρέμβαση μεγάλης κλίμακας με σχεδόν 1.000 προπτυχιακούς φοιτητές που είχαν μόλις ξεκινήσει τις σπουδές τους, μια παρέμβαση νοοτροπίας που αποσκοπούσε στην ενθάρρυνση ενός αναπτυξιακού προσανατολισμού στις προκλήσεις και τις αποτυχίες οδήγησε σε μείωση 30-40% της απόκλισης στην απόδοση μεταξύ φοιτητών από κοινωνικοοικονομικά προνομιά στρώματα και φοιτητών από λιγότερο προνομιά περιβάλλοντα (Yeager et al., 2016). Αυτές οι προσπάθειες επανεκτίμησης των αρνητικών εμπειριών θεωρούνται επίσης μια ευεργετική στρατηγική για την ενίσχυση της αίσθησης ένταξης και αυτοαποτελεσματικότητας των γυναικών στα πεδία STEM (Walton, Logel, Peach, Spencer, & Zanna, 2015). Για παράδειγμα, όταν το άγχος επαναπροσδιορίζεται ως δυνητικά ευεργετικό για την απόδοση, οι γυναίκες και οι μειονότητες αποδίδουν καλύτερα, ακόμη και σε ένα πλαίσιο όπου διαφορετικά θα μπορούσαν να βιώσουν το φαινόμενο της στερεοτυπικής απειλής (Johns, Inzlicht, & Schmader, 2008· Schmader, Forbes, Zhang, & Mendes, 2009).

Υποστηρίζουμε ότι οι προσπάθειες αλλαγής ή επαναπροσδιορισμού των πεποιθήσεων και των συμπεριφορών των ατόμων σε μια οργάνωση είναι πιο πιθανό να πετύχουν όταν θέλουμε να εξηγήσουμε άλλα επίπεδα σε αυτό το μοντέλο οργανωσιακής κουλτούρας. Για παράδειγμα, οι παρεμβάσεις νοοτροπίας αντισταθμίζουν αποτελεσματικά τα ελαττωμένα συναισθήματα αυτοαποτελεσματικότητας και ένταξης που βιώνουν τα μέλη περιθωριοποιημένων ομάδων, αλλά θα έχουν περιορισμένη μόνο αξία αν ευρύτερες θεσμικές ή διαπροσωπικές μεροληψίες εξακολουθούν να υπάρχουν ως νόρμες. Επιπλέον, οι αλλαγές θεσμικής πολιτικής είναι αποτελεσματικές μόνο αν έχουν επίδραση στην ατομική λήψη αποφάσεων ή στις διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις. Για παράδειγμα, προγράμματα οργανωσιακής λογοδοσίας που αποτελούν κίνητρο για προσεκτική λήψη αποφάσεων αποτελούν ορισμένες από τις αποτελεσματικότερες πολιτικές προώθησης της ένταξης (Kalev et al., 2006). Επίσης, η πολιτική παρακολούθησης και αναφοράς σαφών δεικτών μέτρησης συμβάλλει στην παράκαμψη των τάσεων των ατόμων που βρίσκονται σε θέση παρατηρητή να υποκύπτουν μερικές φορές σε άρρητους συνειρμούς όταν έχουν να λάβουν περίπλοκες αποφάσεις πρόσληψης και προαγωγής (Bohnet, 2016· Bohnet, van Geen, & Bazerman, 2015· Uhlmann & Cohen, 2005). Έτσι, ο συνδυασμός του προγράμματος «Σπάζοντας τη συνήθεια της μεροληψίας» της Devine με μια πολιτική λογοδοσίας είναι πιθανότατα σε θέση να πετύχει καλύτερα αποτελέσματα από αυτά που μπορεί να φέρει κάθε πρωτοβουλία μόνη της.

Στο διαπροσωπικό επίπεδο. Τέλος, καθώς τα διαπροσωπικά πλαίσια παρέχουν συχνά τον πλησιέστερο αγωγό μετάδοσης πληροφοριών για τον βαθμό στον οποίο οι άνθρωποι αισθάνονται ενταγμένοι, οι προσπάθειες αλλαγής της κουλτούρας μιας οργάνωσης καλά θα έκαναν να στοχεύσουν ευθέως τις απόπειρές τους και σε αυτό το επίπεδο. Στην πραγματικότητα, η κοινωνική ψυχολογία έχει μια μακρά και σε μεγάλο βαθμό επιτυχημένη παράδοση στην ελάττωση των διομαδικών μεροληψιών σε εφαρμοσμένα περιβάλλοντα χρησιμοποιώντας τη θετική διομαδική επαφή (Sherif & Sherif, 1953· Pettigrew & Tropp, 2006). Με οδηγό τη συνιστώμενη συνταγή του Gordon Allport (1954) για την επιτυχημένη επαφή, οι παρεμβάσεις σε σχολεία, χώρους εργασίας και συγκρουσιακά περιβάλλοντα προσπάθησαν να ενορχηστρώσουν την επιτυχημένη επαφή μεταξύ ατόμων από διαφορετικά υπόβαθρα, τοποθετώντας τα σε ίσους όρους ανταγωνισμού, ώστε να συνεργαστούν για έναν κοινό στόχο. Άλλα βασικά συστατικά που λειτουργούν σαν καταλύτες για την αποτελεσματική επαφή περιλαμβάνουν υποστήριξη από τη θεσμική ηγεσία και τη δυνατότητα πραγματικών κοινωνικών συνδέσεων ή ακόμα και σχέσεων φιλίας μεταξύ των αλληλεπιδρώντων ατόμων. Τα συστατικά αυτά δεν είναι απαραίτητα, αλλά διευκολύνουν τις συνθήκες: Οι πειραματικές προσπάθειες για τη δημιουργία επαφής μπορούν να μειώσουν τις διομαδικές μεροληψίες, ακόμη και όταν ορισμένα μόνο από αυτά τα συστατι-

κά είναι διαθέσιμα (Pettigrew & Tropp, 2006, 2008). Παρόλο που οι εμπειρίες επαφής είναι πιο αποτελεσματικές στη μείωση των αρνητικών διομαδικών στάσεων που διατηρεί η πλειονότητα ή η ομάδα υψηλότερου στάτους (Tropp & Pettigrew, 2005), ορισμένα εργαστηριακά στοιχεία υποδηλώνουν ότι μια δομημένη θετική εμπειρία επαφής βοηθάει τα μέλη της μειονοτικής ομάδας να ξαναχτίσουν πιο εύκολα την εμπιστοσύνη τους έπειτα από μια διομαδική παράβαση (Bergsieker, 2012).

Παρόλο που η βιβλιογραφία σχετικά με τη διομαδική επαφή υπογραμμίζει τη γενική αποτελεσματικότητα της επαφής για την αλλαγή των στάσεων, παραμένει ιδιαίτερα ανεκμετάλλευτη στις περισσότερες παρεμβάσεις που αποσκοπούν στη δημιουργία μιας πιο ενταξιακής κουλτούρας του χώρου εργασίας για τις γυναίκες σε ανδροκρατούμενα επαγγελματικά πεδία. Αυτή η παράλειψη πιθανότατα αντανακλά την υπόθεση ότι το πρόβλημα που αντιμετωπίζουν οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ γυναικών και ανδρών δεν είναι η έλλειψη επαφής. Για παράδειγμα, ενώ οι καταστάσεις διομαδικής σύγκρουσης συχνά περιλαμβάνουν αντιπάθεια προς την άλλη ομάδα, οι στάσεις των ανδρών προς τις γυναίκες τείνουν να είναι θετικές στην αρχή (Krys et al., 2018). Επιπλέον, η επαφή που δημιουργεί «ένα δυναμικό φιλίας» (όπως προτείνεται από τον Pettigrew, 1997) κινδυνεύει απλώς να προκαλέσει την ευκαιρία για ανεπιθύμητες σεξουαλικές προτάσεις.

Ωστόσο, ο τρόπος με τον οποίο οι άνδρες και οι γυναίκες αλληλεπιδρούν σε ανδροκρατούμενους χώρους εργασίας μπορεί να έχει μεγαλύτερη ομοιότητα με άλλα διομαδικά πλαίσια από όσο είχε αναγνωριστεί προηγουμένως. Πρώτον, επειδή οι γυναίκες μπορεί συχνά να αισθάνονται αποκλεισμένες ή παραμελημένες σε οργανωσιακά δίκτυα, και οι οργανώσεις συχνά επιδεικνύουν ουσιαστικό διαχωρισμό φύλου σε διαφορετικά επίπεδα στάτους (Ibarra, 1992), η υπόθεση ότι η στενή επαφή ήδη λαμβάνει χώρα στο εργασιακό πλαίσιο μπορεί να μην είναι αλήθεια. Δεύτερον, αν και οι άνθρωποι αισθάνονται θέρμη προς τις γυναίκες όταν αυτές εκτελούν παραδοσιακούς ρόλους (π.χ. νοικοκυρές), τα στερεότυπα και οι στάσεις για τις επιτυχημένες εργαζόμενες γυναίκες χαρακτηρίζονται σημαντικά λιγότερο από θέρμη (Fiske, Cuddy, Glick, & Xu, 2002) και μπορεί να αντανακλούν μια αρνητική αντίδραση (Rudman & Glick, 2001). Τέλος, οι εντατικά διαφημιζόμενες προσπάθειες για τη δημιουργία περισσότερων ευκαιριών για τις γυναίκες σε αυτά τα πεδία κινδυνεύουν να δώσουν την εντύπωση ότι ορισμένες ευκαιρίες σταδιοδρομίας και ορισμένες ανταμοιβές κατανέμονται με έναν τρόπο μηδενικού αθροίσματος μεταξύ ανδρών και γυναικών (Kuchynka, Bosson, Vandello, & Puryear, 2018), θέτοντας τις βάσεις για αντιλήψεις ρεαλιστικής διομαδικής σύγκρουσης σχετικά με τους διαθέσιμους πόρους (Dover, Major, & Kaiser, 2016).

Έτσι, παρόλο που η διομαδική επαφή δεν έχει χρησιμοποιηθεί τυπικά ως μέσο αλλαγής της κουλτούρας των ανδροκρατούμενων χώρων εργασίας, οι υπέρ-

μαχοι των παρεμβάσεων ενδέχεται να βρουν ορισμένες από αυτές τις στρατηγικές χρήσιμες. Ειδικότερα, η εκπαίδευση σχετικά με τις μεροληψίες που γίνονται με βάση το φύλο θα μπορούσε να συνδυαστεί αποτελεσματικά με διαπροσωπικούς διαλόγους που οδηγούν σε εκτενέστερη υιοθέτηση εναλλακτικών προοπτικών και αμοιβαία κατανόηση προκειμένου να ενσταλάξουν έναν κοινό στόχο για να δημιουργήσουν πιο ενταξιακές κουλτούρες στον χώρο εργασίας μέσω της συνεργασίας. Ωστόσο, η θετική διομαδική επαφή και η διομαδική αρμονία μπορούν επίσης να μειώσουν την υποστήριξη εκ μέρους των μειονεκτούντων ατόμων για τις θεσμικές αλλαγές (Dixon, Levine, Reicher, & Durrheim, 2012· Hasan-Aslih, Pliskin, van Zomeren, Halperin, & Saguy, 2019). Έτσι, οι προσεγγίσεις επαφής θα μπορούσαν επίσης να συνδυαστούν με επιτυχία με θεσμικά μέσα για την αλλαγή της κουλτούρας.

Δρώντας στα τρία αυτά επίπεδα για να καλλιεργήσουμε πιο ενταξιακές οργανωσιακές κουλτούρες, αποκομίζουμε διευρυμένα οφέλη που εκτείνονται πολύ πέρα από τους «στόχους» της παρέμβασης. Η έρευνα υποστηρίζει ότι οι προσπάθειες να συμπεριληφθούν άτομα από μια δεδομένη υποεκπροσωπούμενη ομάδα μπορούν να δημιουργήσουν παράπλευρα οφέλη και για άλλα μειονεκτούντα άτομα. Για παράδειγμα, μια πρόσφατη τυχαίοποιημένη δοκιμή ελέγχου της κατάρτισης σε θέματα διαφορετικότητας εστιασμένη αποκλειστικά στις προκαταλήψεις με βάση το φύλο βελτίωσε τις στάσεις και τις συμπεριφορές των εργαζομένων (π.χ. καθοδήγηση) απέναντι στις φυλετικές μειονότητες στον χώρο εργασίας (Chang et al., 2019). Έπειτα από ένα ξεχωριστό πρόγραμμα παρέμβασης που είχε στο στόχαστρό του τη μεροληψία με βάση το φύλο στον ακαδημαϊκό χώρο, όχι μόνο οι γυναίκες αλλά και οι άνδρες στα τμήματα που συμμετείχαν ανέφεραν μεγαλύτερη άνεση όταν έθιγαν οικογενειακά ζητήματα και επισήμαναν επιπλέον πως εισέπρατταν περισσότερη εκτίμηση για την έρευνά τους μήνες ολόκληρους μετά την εκπαίδευσή τους (Carnes et al., 2015). Ομοίως, περιβάλλοντα με λιγότερη ομοφοβία ωφελούν επίσης τους στρέιτ άνδρες, μειώνοντας την υποψία για τις αξιώσεις τους στο θέμα της ταυτότητάς τους και αποδυναμώνοντας τους στερεοτυπικούς ως προς το φύλο περιορισμούς στη συμπεριφορά τους (Oakes, Eibach, & Bergsieker, 2019). Ακριβώς όπως η πολυπολιτισμικότητα χωρίς αποκλεισμούς συγκεντρώνει περισσότερη υποστήριξη από τους λευκούς παρά η παραδοσιακή μετάδοση μηνυμάτων περί διαφορετικότητας (Jansen, Otten, & van der Zee, 2015· Stevens, Plaut, & Sanchez-Burks, 2008), η υπογράμμιση της φύσης μη μηδενικού αθροίσματος της ένταξης των φύλων μπορεί να τονίσει την αξία της για όλους, οδηγώντας σε περισσότερη υποστήριξη και προδραστική συμμετοχή από ένα ευρύ φάσμα διαφορετικών ατόμων.

Η ΑΝΑΓΚΗ ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΕΡΕΥΝΑ

Αυτό το κεφάλαιο παρέχει μια σύντομη επισκόπηση της μοναδικής συμβολής που μπορεί να έχει η κοινωνική ψυχολογία στην προσπάθειά μας να καταλάβουμε πώς θα μπορούσαμε να αλλάξουμε την κουλτούρα μιας οργάνωσης ώστε να αποκτήσει περισσότερο ενταξιακό χαρακτήρα. Δομήσαμε την επισκόπηση αυτή γύρω από μια απόπειρα να εννοιοποιήσουμε τις οργανωσιακές κουλτούρες σαν να αποτελούνται από τρία αλληλένδετα επίπεδα, το θεσμικό, το ατομικό και το διαπροσωπικό. Χρησιμοποιώντας το συγκεκριμένο παράδειγμα των εμπειριών των γυναικών σε ανδροκρατούμενες σταδιοδρομίες στα πεδία STEM, εξετάσαμε εμπειρικά στοιχεία που υποδηλώνουν ότι διάφορες ενδείξεις σε κάθε επίπεδο έχουν τη δυνατότητα να σηματοδοτούν είτε την παρουσία είτε την απουσία μιας ενταξιακής κουλτούρας. Η συνέπεια, φυσικά, είναι ότι οι παρεμβάσεις που στοχεύουν στην αλλαγή της κουλτούρας μιας οργάνωσης μπορούν να έχουν στόχο οποιοδήποτε από αυτά τα επίπεδα και μπορεί να είναι πιο επιτυχημένες αν οι προσπάθειες τους εκτείνονται σε όλα τα επίπεδα.

Τα στοιχεία που συνοψίζουμε για να υποστηρίξουμε τις παραπάνω ιδέες προέρχονται συχνά από μελέτες με σαφείς περιορισμούς είτε ως προς την ικανότητά τους να εξηγούν αιτιώδεις διαδικασίες είτε να γενικεύουν τα ευρήματα σε καταστάσεις του πραγματικού κόσμου. Οι οργανωσιακές μελέτες για ενταξιακές πολιτικές στον χώρο εργασίας έχουν το πλεονέκτημα της σύνοψης πραγματικών δεδομένων από το πεδίο, αλλά συχνά παραλείπουν τα μέτρα των ίδιων των στάσεων, των εμπειριών και των αποτελεσμάτων των εργαζομένων. Τέτοιου είδους έρευνες συμβάλλουν στην προσπάθεια να καταδειχθεί πώς οι πολιτικές και οι πρακτικές μπορούν να αλλάξουν την εκπροσώπηση, αλλά αφήνουν σημαντικά κενά στη γνώση μας για το πώς αλλάζουν άμεσα την κουλτούρα της ίδιας της οργάνωσης. Για παράδειγμα, όταν μια οργάνωση υιοθετεί νέες ενταξιακές προς το φύλο πολιτικές, σε ποιον βαθμό αυτές οι αλλαγές διαδραματίζουν έναν αιτιώδη ρόλο στην αλλαγή των νορμών βάσει των οποίων αλληλεπιδρούν άνδρες και γυναίκες στον χώρο εργασίας;

Οι κοινωνιοψυχολογικές μελέτες, αντίστροφα, συχνά παρέχουν ελεγχόμενες πειραματικές δοκιμασίες ενδείξεων σχετικών με το πλαίσιο ή κοινωνικής φύσης που ενισχύουν τα αισθήματα του ανήκειν ή μειώνουν τις διομαδικές μεροληψίες, αλλά οι μηχανισμοί αυτοί πρέπει και πάλι να ελέγχονται σε οργανωσιακά πλαίσια προκειμένου τα αποτελέσματά τους να εξετάζονται στο επίπεδο του πραγματικού κόσμου (βλ. επίσης Fiedler, σε αυτόν τον τόμο). Τέλος, οι ερευνητικές προσπάθειες συχνά επικεντρώνονται αποκλειστικά σε ένα μόνο από αυτά τα επίπεδα και σπάνια προσπαθούν να εξετάσουν τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ αυτών των επιπέδων μέσα σε ένα ευρύτερο πολιτισμικό σύστημα. Για παράδειγμα, ένας πειραματικός χειρισμός σχεδιασμένος ώστε να προσφέρει κατάρτιση στους ανθρώ-

πους σχετικά με τις μεροληψίες σε θέματα φύλου, σε συνδυασμό με διομαδική επαφή για την ενίσχυση του σεβασμού και της αμοιβαίας κατανόησης, αυξάνει τον βαθμό στον οποίο οι εργαζόμενοι υποστηρίζουν τις αλλαγές πολιτικής που θα μπορούσαν να συμβάλουν στη θεσμοθέτηση μιας ενταξιακής κουλτούρας;

Ομολογουμένως, η εξέταση όλων των πτυχών αυτού του μοντέλου ταυτόχρονα, μέσα σε ένα περιβάλλον πεδίου, χρησιμοποιώντας αυστηρές πειραματικές μεθόδους αποτελεί μια δαπανηρή, αν όχι ανέφικτη, πρόταση. Κι όμως, η κατανόηση του πώς η βασική κοινωνική επιστήμη της ένταξης μεταφράζεται σε οργανωσιακή πολιτισμική αλλαγή απαιτεί κινήσεις προς αυτή την κατεύθυνση. Η διεξαγωγή έρευνας αυτού του είδους απαιτεί σημαντικές επενδύσεις από ή/και συνεργασία με τις οργανώσεις που πρόκειται να επωφεληθούν από αυτό το έργο. Αυτές οι συνεργασίες έχουν το πλεονέκτημα της μόχλευσης των οικονομικών δεσμεύσεων που αναλαμβάνουν οι οργανώσεις εκείνες που ελπίζουν να κατανοήσουν καλύτερα και να εφαρμόσουν την αλλαγή στην κουλτούρα του χώρου εργασίας τους. Ωστόσο, οι σχέσεις μεταξύ ερευνητών και συνεργαζόμενων οργανώσεων μπορούν επίσης να συμβάλουν στο να διατηρήσουν οι ερευνητές την ευθύνη για την υποβολή ερωτημάτων που έχουν ξεκάθαρα μια ορισμένη συνάφεια. Η έρευνα αυτή παρουσιάζει σαφείς κινδύνους και παγίδες: Είναι δαπανηρή όχι μόνο από άποψη προϋπολογισμού, αλλά απαιτεί επίσης σημαντικό χρόνο και προσπάθεια, κάτι που μπορεί να είναι δύσκολο να πραγματοποιηθεί όταν οι φοιτητές και οι νέοι ερευνητές χρειάζονται έναν γρήγορο, σταθερό ρυθμό δημοσιεύσεων για να διασφαλίσουν και να διατηρήσουν τις θέσεις εργασίας τους (Cialdini, 2009).

Μια δεύτερη διακινδύνευση περιλαμβάνει τον συμβιβασμό της αντικειμενικότητας του ατόμου όσον αφορά τα ερωτήματα και την επιστήμη απέναντι σε οργανώσεις ή σε άλλους χρηματοδότες που ελπίζουν σε θετικά αποτελέσματα. Ως απόκριση σε αυτή τη διακινδύνευση, οι ερευνητές πρέπει να τονίσουν την αβεβαιότητα της ερευνητικής διαδικασίας παράλληλα με την αξία (κοινωνική και οικονομική) της χρήσης μεθόδων βασισμένων σε στοιχεία τεκμηρίωσης για τον ακριβή προσδιορισμό τού τι συμβάλλει και τι όχι στην αλλαγή της οργανωσιακής κουλτούρας. Παρά τους κινδύνους αυτούς, μπορεί να προκύψουν σαφή διανοητικά και κοινωνικά οφέλη, όταν εμείς, ως κοινωνικοί επιστήμονες, αρχίσουμε να δοκιμάζουμε τις ιδέες μας στα ίδια τα περιβάλλοντα όπου έχουν πιθανότητες να φέρουν μια διαφορά. Ενθαρρύνουμε τους ερευνητές και τους επαγγελματίες που έχουν κάποιο ενδιαφέρον για την επιστήμη της πολιτισμικής αλλαγής να εργαστούν συνεργατικά για την επίτευξη αυτού του στόχου.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Υποστηρίξαμε την ιδέα ότι οι ενταξιακές οργανωσιακές κουλτούρες διαμορφώνονται και εξελίσσονται μέσω της δυναμικής αλληλεπίδρασης θεσμικών, ατο-

μικών και διαπροσωπικών παραγόντων. Μέσω μιας ενοποίησης θεωριών από την κοινωνική, την πολιτισμική και την οργανωσιακή ψυχολογία, ξεκαθαρίσαμε πώς, μέσω μιας διαδικασίας αμοιβαίας συγκρότησης, μπορούν να αναδυθούν ενταξιακές οργανωσιακές κουλτούρες. Μια συνέπεια της προσέγγισής μας είναι ότι οι μεροληψίες ενός ατόμου δεν μπορούν να γίνουν πλήρως κατανοητές χωρίς να ληφθούν επίσης υπόψη γεγονότα του πολιτισμικού πλαισίου (δηλαδή, έξω από τον νου) και, ομοίως, η κουλτούρα μιας οργάνωσης δεν μπορεί να γίνει κατανοητή χωρίς να γίνει αναφορά στις μεροληψίες που εμφιλοχωρούν στις νοητικές διαδικασίες των ατόμων. Έτσι, οι παρεμβάσεις είναι πιθανό να αποτύχουν όταν ο στόχος τους είναι απλώς να απελευθερώσουν τους ανθρώπους από προκατειλημμένες αναπαραστάσεις, ενώ την ίδια στιγμή δεν αναγνωρίζουν τα κυρίαρχα κοινωνικά, υλικά και δομικά δεδομένα του πλαισίου. Για να αξιοποιήσουν πλήρως την ισχύ ενός εργατικού δυναμικού χαρακτηριζόμενου από υψηλή διαφορετικότητα, οι οργανώσεις πρέπει να καταβάλλουν προσπάθειες ώστε να συγκροτήσουν συλλογικά μια ενταξιακή κουλτούρα μέσω ατομικών ψυχολογικών τάσεων, προτύπων κοινωνικών σχέσεων και θεσμικών πολιτικών και πρακτικών. Συνολικά, η προσέγγισή μας προσφέρει ένα πλαίσιο που προωθεί την ένταξη και μεγιστοποιεί το δυναμικό του έμφυχου υλικού σε οργανωσιακά πλαίσια, και στην κοινωνία γενικότερα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Η συγγραφή του κεφαλαίου αυτού υποστηρίχθηκε από μια επιχορήγηση (895–2017–1025) από το Συμβούλιο Έρευνας στις Κοινωνικές και Ανθρωπιστικές Επιστήμες προς τον πρώτο και τον δεύτερο από τους υπογράφοντες συγγραφείς.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Allport, G. W., (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Andersson, L. M., & Pearson, C. M. (1999). Tit for tat? The spiraling effect of incivility in the workplace. *Academy of Management Review*, *24*, 452-471.
- Asgari, S., Dasgupta, N., & Cote, N. G. (2010). When does contact with successful ingroup members change self-stereotypes? A longitudinal study comparing the effect of quantity vs quality of contact with successful individuals. *Social Psychology*, *41*, 203-211. doi.org/10.1027/1864-9335/a000028
- Asgari, S., Dasgupta, N., & Stout, J. G. (2012). When do counterstereotypic ingroup members inspire versus deflate? The effect of successful professional women on young women's leadership self-concept. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *38*, 370-383. doi.org/10.1177/0146167211431968
- Baron, A. S., & Banaji, M. R. (2006). The development of implicit attitudes: Evidence of race evaluations from ages 6 and 10 and adulthood. *Psychological Science*, *17*, 53-58. doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01664.x

- Baron, R. A., & Neuman, J. H. (1996). Workplace violence and workplace aggression: Evidence on their relative frequency and potential causes. *Aggressive Behavior*, 22, 161-173.
- Bartol, K. M., & Zhang, X. (2007). Networks and leadership development: Building linkages for capacity acquisition and capital accrual. *Human Resource Management Review*, 17, 388-401.
- Berdahl, J. L., Cooper, M., Glick, P., Livingston, R. W., & Williams, J. C. (2018). Work as a masculinity contest. *Journal of Social Issues*, 74(3), 422-448.
- Berdahl, J. L., & Raver, J. L. (2011). Sexual harassment. In *APA handbook of industrial and organizational psychology, vol 3: Maintaining, expanding, and contracting the organization* (pp. 641-669). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Bergsieker, H. B. (2012). *Building, betraying, and buffering trust in interracial and same-race friendships*. (Doctoral dissertation, Princeton University). ProQuest Dissertations and Theses (1039542921).
- Block, K., Hall, W. M., Schmader, T., Inness, M., & Croft, E. (2018). Should I stay or should I go? Women's implicit stereotypic associations predict their commitment and fit in STEM. *Social Psychology*, 49, 243-251. doi.org/10.1027/1864-9335/a000343 (Supplemental).
- Bohnet, I. (2016). *What works*. Boston, MA: Harvard University Press.
- Bohnet, I., Van Geen, A., & Bazerman, M. (2015). When performance trumps gender bias: Joint vs. separate evaluation. *Management Science*, 62, 1225-1234.
- Brady, L. M., Kaiser, C. R., Major, B., & Kirby, T. A. (2015). It's fair for us: Diversity structures cause women to legitimize discrimination. *Journal of Experimental Social Psychology*, 57, 100-110. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1016/j.jesp.2014.11.010
- Carli, L. L., Alawa, L., Lee, Y., Zhao, B., & Kim, E. (2016). Stereotypes about gender and science: Women ≠ scientists. *Psychology of Women Quarterly*, 40, 244-260.
- Carnes, M., Devine, P. G., Manwell, L. B., Byars-Winston, A., Fine, E., Ford, C. E., ... Sheridan, J. (2015). The effect of an intervention to break the gender bias habit for faculty at one institution: A cluster randomized, controlled trial. *Academic Medicine*, 90, 221-230. doi.org/10.1097/ACM.0000000000000552
- Chaney, K. E., & Sanchez, D. T. (2018). Gender-inclusive bathrooms signal fairness across identity dimensions. *Social Psychological and Personality Science*, 9, 245-253. doi.org/10.1177/1948550617737601
- Chang, Edward H., Milkman, K. L., Gromet, D., Rebele, R., Massey, C., Duckworth, A., & Grant, A. (2019). *Can an hour of online diversity training promote inclusive attitudes and behaviors at work?* Manuscript under review.
- Cheng, J. T., Tracy, J. L., Foulsham, T., Kingstone, A., & Henrich, J. (2013). Two ways to the top: Evidence that dominance and prestige are distinct yet viable avenues to social rank and influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 103-125.
- Cheryan, S., Plaut, V. C., Davies, P. G., & Steele, C. M. (2009). Ambient belonging: How stereotypical cues impact gender participation in computer science. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 1045-1060.
- Cialdini, R. B. (2009). We have to break up. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 5-6. doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01091.x
- Corbett, C., & Hill, C. (2015). *Solving the equation: The variables for women's success in engineering and computing*. Washington, D.C: American Association of University Women.
- Cortina, L. M. (2008). Unseen injustice: Incivility as modern discrimination in organizations. *Academy of Management Review*, 33, 55-75.
- Cortland, C. I., Craig, M. A., Shapiro, J. R., Richeson, J. A., Neel, R., & Goldstein, N. J. (2017).

- Solidarity through shared disadvantage: Highlighting shared experiences of discrimination improves relations between stigmatized groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 547.
- Cosmides, L., Tooby, J., & Kurzban, R. (2003). Perceptions of race. *Trends in Cognitive Sciences*, 7(4), 173-179. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1016/S1364-6613(03)00057-3
- Crandall, C. S., & Eshleman, A. (2003). A justification-suppression model of the expression and experience of prejudice. *Psychological Bulletin*, 129, 414-446. doi.org/10.1037/0033-2909.129.3.414
- Cunningham, W. A., Johnson, M. K., Raye, C. L., Gatenby, J. C., Gore, J. C., & Banaji, M. R. (2004). Separable neural components in the processing of black and white faces. *Psychological Science*, 15, 806-813.
- Derks, B., van Laar, C., & Ellemers, N. (2016). The queen bee phenomenon: Why women leaders distance themselves from junior women. *The Leadership Quarterly*, 27(3), 456-469. doi.org/10.1016/j.leaqua.2015.12.007
- Devine, P. G. (1989). Prejudice and stereotypes: Their automatic and controlled components. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 5-18.
- Devine, P. G., Forscher, P. S., Cox, W. T. L., Kaatz, A., Sheridan, J., & Carnes, M. (2017). A gender bias habitbreaking intervention led to increased hiring of female faculty in STEM departments. *Journal of Experimental Social Psychology*, 73, 211-215. doi.org/10.1016/j.jesp.2017.07.002
- Dixon J., Levine M., Reicher S., Durrheim K. (2012). Beyond prejudice: Are negative evaluations the problem and is getting us to like one another more the solution? *Behavioral and Brain Sciences*, 35, 411-425. doi:10.1017/S0140525X11002214
- Dobbin, F., & Kalev, A. (2016). Why diversity programs fail and what works better. *Harvard Business Review*, 94(7-8), 52-60.
- Dobbin, F., & Kalev, A. (2019). The promise and peril of sexual harassment programs. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116, 12255-12260.
- Dover, T. L., Major, B., & Kaiser, C. R. (2016). Members of high-status groups are threatened by pro-diversity organizational messages. *Journal of Experimental Social Psychology*, 62, 58-67. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1016/j.jesp.2015.10.006
- Fazio, R. H. (1990). Multiple processes by which attitudes guide behaviour: The MODE model as an integrative framework. In M. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 23, pp. 75-109).
- Fiske, S. T., Cuddy, A. J. C., Glick, P., & Xu, J. (2002). A model of (often mixed) stereotype content: Competence and warmth respectively follow from perceived status and competition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 878-902. doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.878
- Forbes, C. E., Cox, C. L., Schmader, T., & Ryan, L. (2012). Negative stereotype activation alters interaction between neural correlates of arousal, inhibition and cognitive control. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7, 771-781. doi.org/10.1093/scan/nr052
- Forret, M. L., & Dougherty, T. W. (2004). Networking behaviors and career outcomes: Differences for men and women? *Journal of Organizational Behavior*, 25, 419-437.
- Forscher, P. S., Mitamura, C., Dix, E. L., Cox, W. T. L., & Devine, P. G. (2017). Breaking the prejudice habit: Mechanisms, timecourse, and longevity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 72, 133-146. doi.org/10.1016/j.jesp.2017.04.009
- Fouad, N. A., & Singh, R. (2011). *Stemming the tide: Why women leave engineering*. University of Wisconsin-Milwaukee, Final Report from NSF Award, 827553.

- Fuesting, M. A., Diekman, A. B., Boucher, K. L., Murphy, M. C., Manson, D. L., & Safer, B. L. (2019). Growing STEM: Perceived faculty mindset as an indicator of communal affordances in STEM. *Journal of Personality and Social Psychology*. doi. org/10.1037/pspa0000154.supp (Supplemental).
- Galinsky, A. D., Todd, A. R., Homan, A. C., Phillips, K. W., Apfelbaum, E. P., Sasaki, S. J., ... Maddux, W. W. (2015). Maximizing the gains and minimizing the pains of diversity: A policy perspective. *Perspectives on Psychological Science*, *10*, 742-748. doi. org/10.1177/1745691615598513
- Gonzalez, A. M., Dunlop, W. L., & Baron, A. S. (2017). Malleability of implicit associations across development. *Developmental Science*, *20*, 1-13. doi.org/10.1111/desc.12481
- Gosling, S. D., Ko, S. J., Mannarelli, T., & Morris, M. E. (2002). A room with a cue: Personality judgments based on offices and bedrooms. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 379-398.
- Hall, W. M., Schmader, T., Aday, A., & Croft, E. (2019). Decoding the dynamics of social identity threat in the workplace: A within-person analysis of women's and men's interactions in STEM. *Social Psychological and Personality Science*, *10*, 542-552.
- Hall, W., Schmader, T., Aday, A., Inness, M., & Croft, E. (2018). Climate control: The relationship between social identity threat and cues to an identity-safe culture. *Journal of Personality and Social Psychology*, *115*, 446-467. doi.org/10.1037/pspi0000137
- Hall, W., Schmader, T., & Croft, E. (2015). Engineering exchanges: Women's daily experience of social identity threat in engineering cue burnout. *Social Psychological and Personality Science*, *6*(5), 528-534.
- Hasan-Aslih, S., Pliskin, R., van Zomeren, M., Halperin, E., & Saguy, T. (2019). A darker side of hope: Harmony-focused hope decreases collective action intentions among the disadvantaged. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *45*, 209-223. doi. org/10.1177/0146167218783190
- Henrich, J. (2015). *The secret of our success: How culture is driving human evolution, domesticating our species, and making us smart*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Hewlett, S. A., Luce, C. B., Servon, L. J., Sherbin, L., Shiller, P., Sosnovich, E., & Sumberg, K. (2008). The Athena factor: Reversing the brain drain in science, engineering, and technology. *Harvard Business Review Research Report*, *10094*, 1-100.
- Holleran, S. E., Whitehead, J., Schmader, T., & Mehl, M. R. (2011). Talking shop and shooting the breeze: A study of workplace conversation and job disengagement among STEM faculty. *Social Psychological and Personality Science*, *2*(1), 65-71. doi-org.ezproxy. library. ubc.ca/10.1177/1948550610379921
- Ibarra, H. (1992). Homophily and differential returns: Sex differences in network structure and access in an advertising firm. *Administrative Science Quarterly*, *37*, 422-447.
- Isenberg, D. J. (1986). Group polarization: A critical review and meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*, 1141-1151. doi.org/10.1037/0022-3514.50. 6.1141
- Jansen, W. S., Otten, S., & van der Zee, K. I. (2015). Being part of diversity: The effects of an all-inclusive multicultural diversity approach on majority members' perceived inclusion and support for organizational diversity efforts. *Group Processes & Intergroup Relations*, *18*, 817-832.
- Johns, M., Inzlicht, M., & Schmader, T. (2008). Stereotype threat and executive resource depletion: Examining the influence of emotion regulation. *Journal of Experimental Psychology: General*, *137*(4), 691-705. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1037/ a0013834
- Kaiser, C. R., Major, B., Jurcevic, I., Dover, T. L., Brady, L. M., & Shapiro, J. R. (2013). Pre-

- sumed fair: Ironic effects of organizational diversity structures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 504-519. doi.org/10.1037/a0030838
- Kalev, A., Dobbin, F., & Kelly, E. (2006). Best practices or best guesses? Assessing the efficacy of corporate affirmative action and diversity policies. *American Sociological Review*, 71, 589-617.
- Keashly, L., Harvey, S., & Hunter, S. (1997). Emotional abuse and role state stressors: Relative impact on resident assistants' stress. *Work and Stress*, 11, 35-45.
- Kelly, E., & Dobbin, F. (1998). How affirmative action became diversity management: Employer response to antidiscrimination law, 1961 to 1996. *American Behavioral Scientist*, 41, 960-984.
- Koch, A. J., D'Mello, S. D., & Sackett, P. R. (2015). A meta-analysis of gender stereotypes and bias in experimental simulations of employment decision making. *Journal of Applied Psychology*, 100(1), 128-161. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1037/a0036734
- Krys, K., Capaldi, C. A., van Tilburg, W., Lipp, O. V., Bond, M. H., Vauclair, C.-M., ... Ahmed, R. A. (2018). Catching up with wonderful women: The women-are-wonderful effect is smaller in more gender egalitarian societies. *International Journal of Psychology*, 53(Suppl 1), 21-26. doi.org/10.1002/ijop.12420
- Kuchynka, S. L., Bosson, J. K., Vandello, J. A., & Puryear, C. (2018). Zero-sum thinking and the masculinity contest: Perceived intergroup competition and workplace gender bias. *Journal of Social Issues*, 74, 529-550. doi.org/10.1111/josi.12281
- Lai, C. K., Marini, M., Lehr, S. A., Cerruti, C., Shin, J.-E. L., Joy-Gaba, J. A., ... Nosek, B. A. (2014). Reducing implicit racial preferences: A comparative investigation of 17 interventions. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143, 1765-1785. doi.org/10.1037/a0036260
- Lai, C. K., Skinner, A. L., Cooley, E., Murrar, S., Brauer, M., Devos, T., ... & Simon, S. (2016). Reducing implicit racial preferences: II. Intervention effectiveness across time. *Journal of Experimental Psychology: General*, 145, 1001-1016.
- Lim, S., Cortina, L. M., & Magley, V. J. (2008). Personal and workgroup incivility: Impact on work and health outcomes. *Journal of Applied Psychology*, 93, 95-107.
- Logel, C., Walton, G. M., Spencer, S. J., Iserman, E., von Hippel, W., & Bell, A. (2009). Interacting with sexist men triggers social identity threat among female engineers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 1089-1103.
- Madera, J. M., Hebl, M. R., Dial, H., Martin, R., & Valian, V. (2018). Raising doubt in letters of recommendation for academia: Gender differences and their impact. *Journal of Business and Psychology* (First Online). doi.org/10.1007/s10869-018-9541-1
- Margolis, J., & Fisher, A. (2003). *Unlocking the clubhouse: Women in computing*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Markus, H. R., & Hamedani, M. G. (2007). Sociocultural psychology: The dynamic interdependence among self-systems and social systems. In S. Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology* (pp. 3-46). New York: Guilford.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5, 420-430.
- McPherson, M., Smith-Lovin, L., & Cook, J. M. (2001). Birds of a feather: Homophily in social networks. *Annual Review of Sociology*, 27, 415-444.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society* (Vol. 111). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Miller, D. I., Eagly, A. H., & Linn, M. C. (2015). Women's representation in science predicts national gender-science stereotypes: Evidence from 66 nations. *Journal of Educational*

- Psychology*, 107(3), 631-644. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1037/edu0000005.supp (Supplemental).
- Moss-Racusin, C. A., Dovidio, J. F., Brescoll, V. L., Graham, M. J., & Handelsman, J. (2012). Science faculty's subtle gender biases favor male students. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109, 16474-16479. doi.org/10.1073/pnas.1211286109
- Moss-Racusin, C. A., Pietri, E. S., Hennes, E. P., Dovidio, J. F., Brescoll, V. L., Roussos, G., & Handelsman, J. (2018). Reducing STEM gender bias with VIDS (video interventions for diversity in STEM). *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 24, 236-260.
- Murphy, M. C., Kroeper, K. M., & Ozier, E. M. (2018). Prejudiced places: How contexts shape inequality and how policy can change them. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 5, 66-74.
- Murphy, M. C., Steele, C. M., & Gross, J. J. (2007). Signaling threat: How situational cues affect women in math, science, and engineering settings. *Psychological Science*, 18, 879-885.
- Murphy, M. C., & Taylor, V. J. (2012). The role of situational cues in signaling and maintaining stereotype threat. In M. Inzlicht & T. Schmader (Eds.), *Stereotype threat: Theory, process, and application* (pp. 17-133). Oxford: Oxford University Press.
- Murphy, M. C. & Walton, G. M. (2013). From prejudiced people to prejudiced places: A social-contextual approach to prejudice. In C. Stangor & C. Crandall (Eds.), *Frontiers in social psychology series: Stereotyping and prejudice*. New York, NY: Psychology Press.
- Nosek, B. A. (2005). Moderators of the relationship between implicit and explicit evaluation. *Journal of Experimental Psychology: General*, 134, 565-584. doi.org/10.1037/0096-3445.134.4.565
- Nosek, B. A., Banaji, M. R., & Greenwald, A. G. (2002). Math= male, me = female, therefore math \neq me. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 44-59. doi.org/10.1037/0022-3514.83.1.44
- Nosek, B. A., Smyth, F. L., Sriram, N., Lindner, N. M., Devos, T., Ayala, A., & Greenwald, A. G. (2009). National differences in gender-science stereotypes predict national sex differences in science and math achievement. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106, 10593-10597.
- Oakes, H., Eibach, R., & Bergsieker, H. B. (2019). *How closets create climates of suspicion: Stigmatizing environments raise doubts about claims to majority identity*. Manuscript in preparation.
- Onyeador, I. N. (2017). *Presumed unintentional: The ironic effects of implicit bias framing on Whites' perceptions of discrimination* (Unpublished doctoral dissertation). Los Angeles, CA: University of California.
- Paluck, E. L. (2006). Diversity training and intergroup contact: A call to action research. *Journal of Social Issues*, 62, 577-595. doi.org/10.1111/j.1540-4560.2006.00474.x
- Pettigrew, T. F. (1997). Generalized intergroup contact effects on prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 173-185.
- Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 751-783. doi.org/10.1037/0022-3514.90.5.751
- Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2008). How does intergroup contact reduce prejudice? Meta-analytic tests of three mediators. *European Journal of Social Psychology*, 38, 922-934. doi.org/10.1002/ejsp.504
- Phillips, K. W., Mannix, E. A., Neale, M. A., & Gruenfeld, D. H. (2004). Diverse groups and

- information sharing: The effects of congruent ties. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40(4), 497-510. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1016/j.jesp.2003.10.003
- Pippert, T. D., Essenburg, L. J., & Matchett, E. J. (2013). We've got minorities, yes we do: Visual representations of racial and ethnic diversity in college recruitment materials. *Journal of Marketing for Higher Education*, 23, 258-282.
- Purdie-Vaughns, V., Steele, C. M., Davies, P. G., Dittmann, R., & Crosby, J. R. (2008). Social identity contingencies: How diversity cues signal threat or safety for African Americans in mainstream institutions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 615-630.
- Rayner, C., & Hoel, H. (1997). A summary review of literature relating to workplace bullying. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 7, 181-191.
- Régner, I., Thinus-Blanc, C., Netter, A., Schmader, T., & Huguet, P. (2019). Implicit bias predicts promoting fewer women in science when evaluators deny discrimination. *Nature Human Behavior*, 3, 1171-1179. doi.org/10.1038/s41562-019-0686-32019
- Rudman, L. A., & Glick, P. (2001). Prescriptive gender stereotypes and backlash toward agentic women. *Journal of Social Issues*, 57, 743-762.
- Schein, E. H. (2004). *Organizational culture and leadership*. San Francisco, CA: Jossey.
- Schmader, T., Forbes, C. E., Zhang, S., & Mendes, W. B. (2009). A metacognitive perspective on the cognitive deficits experienced in intellectually threatening environments. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 584-596. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1177/0146167208330450
- Schmader, T., & Sedikides, C. (2018). State authenticity as fit to environment: The implications of social identity for fit, authenticity, and self-segregation. *Personality and Social Psychology Review*, 22, 228-259. doi.org/10.1177/1088868317734080
- Sherif, M., & Sherif, C. (1953). *Groups in harmony and tension*. New York, NY: Harper.
- Steele, C. M., Spencer, S. J., & Aronson, J. (2002). Contending with group image: The psychology of stereotype and social identity threat. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 34, pp. 379-440). San Diego, CA: Academic Press.
- Stephens, N. M., Hamedani, M. G., & Townsend, S. S. M. (2019). Difference matters: Teaching students a contextual theory of difference can help them succeed. *Perspectives on Psychological Science*, 14, 156-174. doi.org/10.1177/1745691618797957
- Stevens, F. G., Plaut, V. C., & Sanchez-Burks, J. (2008). Unlocking the benefits of diversity: All-inclusive multiculturalism and positive organizational change. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 44, 116-133.
- Stout, J. G., Dasgupta, N., Hunsinger, M., & McManus, M. A. (2011). STEMing the tide: Using ingroup experts to inoculate women's self-concept in science, technology, engineering, and mathematics (STEM). *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 255-270. doi.org/10.1037/a0021385
- Swan, E. (2010). Commodity diversity: Smiling faces as a strategy of containment. *Organization*, 17, 77-100.
- Tropp, L. R., & Pettigrew, T. F. (2005). Relationships between intergroup contact and prejudice among minority and majority status groups. *Psychological Science*, 16(12), 951-957.
- Uhlmann, E. L., & Cohen, G. L. (2005). Constructed criteria: Redefining merit to justify discrimination. *Psychological Science*, 16(6), 474-480.
- Vial, A. C., Dovidio, J. F., & Brescoll, V. L. (2019). Channeling others' biases to meet role demands. *Journal of Experimental Social Psychology*, 82, 47-63.
- Vorauer, J. D. (2006). An information search model of evaluative concerns in intergroup interaction. *Psychological Review*, 113, 862-886.

- Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2011). A brief social-belonging intervention improves academic and health outcomes of minority students. *Science*, 331(6023), 1447-1451. doi.org/10.1126/science.1198364
- Walton, G. M., Logel, C., Peach, J. M., Spencer, S. J., & Zanna, M. P. (2015). Two brief interventions to mitigate a "chilly climate" transform women's experience, relationships, and achievement in engineering. *Journal of Educational Psychology*, 107(2), 468-485. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1037/a0037461.supp
- Wang, J. (2009). Networking in the workplace: Implications for women's career development. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 122, 33-42.
- Williams, W. M., & Ceci, S. J. (2015). National hiring experiments reveal 2:1 faculty preference for women on STEM tenure track. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 112(17), 5360-5365. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1073/pnas.1418878112
- Woodson, A. (2015). *The politics of normal: A critical race inquiry into the lived experience of civic disempowerment*. Michigan State University: Curriculum, Instruction, and Teacher Education.
- Yeager, D. S., Walton, G. M., Brady, S. T., Akcinar, E. N., Paunesku, D., Keane, L., ... Dweck, C. S. (2016). Teaching a lay theory before college narrows achievement gaps at scale. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 113(24), E3341-E3348. doi-org.ezproxy.library.ubc.ca/10.1073/pnas.1524360113

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ

- αβοθησία 289
άγχος 31, 77, 82, 108, 115, 261, 264, 267, 273, 274, 291, 294, 296, 302, 392, 459· άγχος εξετάσεων 102, 107· συλλογικό 395· υπαρξιακό 396
αθλητική απόδοση 137, 139
ακαδημαϊκή επιτήρηση 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 105, 106, 114, 117
ακρίβεια των στερεοτύπων 420, 421
αλλαγή στάσεων μέσω πειθούς 126, 127, 130, 135· και αθλητική απόδοση 137· και δημοφιλείς παρεμβάσεις 125, 145, 146· και προθέσεις 128, 129, 131, 132, 134, 135· και προκατειλημμένες στάσεις 130· και προσωπική εμπλοκή 131, 132, 134· μοντέλο επεξεργασίας 125, 126, 127, 130, 132
αναγνώριση/ταυτοποίηση ενόχου από αυτόπτες μάρτυρες 41, 51, 60, 66, 315, 317, 318, 319, 331, 332, 333, 335
αναγνώριση προσώπων 51, 334, 335
ανάλυση ανίχνευσης σήματος 24
αναπλασίωση κακών νέων 102, 103, 104
αναπλασίωση «κακών» συμβάντων 98, 100, 101, 114
αναπλασίωση των προκλήσεων 95, 96
ανάπτυξη της επιθετικότητας 179, 180, 181, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 192, 197, 198
ανθρώπινη φύση 29, 33
ανθρωπολογία 78
αντίληψη των ατόμων 35, 36
αντιπροσωπευτικός πειραματικός σχεδιασμός 36, 37
αντιστοιχία στόχου-συμπεριφοράς 139
αξίες 28, 130, 145, 372, 372, 386, 393, 394, 396, 397, 400, 431, 457
αξιολόγηση κινδύνου 24, 66, 76
αξιολόγηση προσωπικότητας 24
απειλή της κοινωνικής ταυτότητας 455, 456
απελπισία 287
αποκλεισμός 24, 43, 98, 183, 445, 446, 461, 462
αποφάσεις αγοράς 56, 58, 60
απώλεια ταυτότητας 396
άρρητα στερεότυπα 422, 451, 452
άρρητες έναντι ρητών πεποιθήσεων 449, 452
άρρητες στάσεις 422, 425, 428, 451, 452
άρρητη μεροληψία 43, 417, 418, 419, 421, 423, 425, 428, 429, 432, 436, 438, 439, 451, 452, 458
άρρητοι συνειρμοί 25, 43, 417, 420, 421, 422, 423, 425, 433, 439, 450, 451, 452, 458, 460
ασφάλεια 41, 240, 259, 260, 262, 263, 264, 265, 266, 268, 271, 272, 275, 276, 277, 278
ατμοσφαιρική ρύπανση 62
αυτοαξιολογήσεις 378
αυτοεκπληρούμενη προφητεία 301, 427

- αυτοΐαση και κατάθλιψη 291, 296
 αυτοκατηγορία 287
 αυτοκατηγοριοποίηση 397, 398
 αυτοκτονία 22, 41, 156, 285, 286, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 305, 307
 αυτονομία 83, 275, 401
 Β΄ Παγκόσμιος Πόλεμος 26, 27, 291, 361, 371, 371, 399, 404, 407
 βία στα μέσα (μαζικής ενημέρωσης και ψυχαγωγίας)/μιντιακή βία 180, 181, 186, 187, 188, 189, 194, 196, 197, 198
 βιολογικός καθορισμός της συμπεριφοράς 29, 30
 Βιομηχανική Επανάσταση 74
 βιωσιμότητα 73, 79, 85, 87,
 Brexit 368, 369, 370, 382, 383, 404
 Γαλλία 51, 362, 404
 Γερμανία 51, 179, 404
 γλώσσα και διαπροσωπικός συγχρονισμός 233, 234, 236, 237, 238, 242, 248, 250
 γλωσσικές αναλύσεις 385
 γλωσσικός συγχρονισμός 236
 γνωστικές μεροληψίες 76
 γνωστική ασυμφωνία 328, 329, 330
 γονικές επιρροές/επιδράσεις 41, 297, 298, 299, 303
 γονική επιρροή στη χρήση μαριχουάνας και στην κατάθλιψη 297, 298, 300, 301, 302, 303, 304
 γονική θέρμη 297, 298, 300, 301, 302, 303, 304, 307
 γονιμότητα 88
 Γραφείο Στρατηγικών Υπηρεσιών 26
 δειγματοληψία περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου 56, 59, 60, 67
 δείκτης νοημοσύνης (IQ) 28, 29
 δεισιδαιμονία 74
 δεσμευμένα δείγματα 53, 56, 57, 58
 δημοκρατία 15, 361, 363, 369, 370, 371, 374, 375, 384, 385, 386
 δημόσια πολιτική 72, 73, 75, 87
 διαβήτη 79, 88
 διαδικασία εκτίμησης 329
 διαδικασία επιλογής μελών του σώματος ενόρκων 316, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 335
 διακρίσεις 25, 33, 34, 366, 418, 419, 420, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 448, 451, 452, 453
 διαπροσωπικές προσδοκίες 316, 317, 318, 319, 320, 322, 331, 332, 333, 335
 διαπροσωπική συμπεριφορά 41
 διαπροσωπικός συγχρονισμός 40, 41, 227, 228, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 241, 242, 248, 249, 250, 336, 352· και εμπειρική έρευνα 238, 242, 250· και γλωσσικός συγχρονισμός 234, 236, 238, 242, 245, 248, 250· και συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο 234, 237, 238, 239, 245, 246, 248, 250· και συγχρονισμός της κίνησης 234, 235, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 248, 250· και συγχρονισμός της φυσιολογίας 234, 235, 238, 242, 246, 247, 248, 250· και ψυχοθεραπευτική συμμαχία 228, 240· τονικές διαδικασίες 240· φασικές διαδικασίες 239· χρόνιες διαδικασίες 240
 διατροφικές διαταραχές 22, 80, 227, 274
 διαφήμιση 26, 127, 168, 208
 διαφθορά 370, 371, 374
 διαφορετικότητα 98, 404, 445, 448, 449, 450, 453, 459, 462, 465
 Διεθνής Ένωση Εφαρμοσμένης Κοινωνικής Ψυχολογίας 26
 δικαστική ψυχολογία 23, 60· επιδράσεις της συμπεριφορικής επιβεβαίωσης 326, 328, 333· επιδράσεις των διαπροσωπικών προσδοκιών 316, 317, 318, 319, 333, 335· επιλογή των μελών ενός σώματος ενόρκων και λήψη αποφάσεων 319, 320, 321, 322, 323, 325, 327, 328, 329, 330, 335· ταυτοποίηση/αναγνώριση ενόρκων από αυτόπτες μάρτυρες 51, 60, 66, 319, 331, 333, 335
 διομαδική επαφή 407, 460, 461, 462, 464
 διομαδική σύγκρουση 34, 407, 461
 Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (IAT) 42, 417, 418, 419, 420, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 435, 436, 437, 438, 439·

- εγκυρότητα κατασκευής 419, 438·
ερμηνεία της «μεροληψίας» 425, 426,
438· και διακρίσεις 427, 428, 429, 430,
431, 432, 433, 434, 435, 436, 437,
438· και φυλετική ανισότητα 428, 429,
430· μέγεθος επίδρασης 424, 425, 438·
προβλεπτική εγκυρότητα 426, 438·
ψυχομετρικά ζητήματα 423, 438
- δοκιμασίες νοημοσύνης 23, 28, 29
- δοξασίες περί δίκαιου κόσμου 374
- δωρεά οργάνων 51, 72
- εαυτός 64, 65, 99, 101, 120, 132, 172,
260, 268, 273, 306, 394, 443, 447,
449, 450
- έγκλημα 316, 331, 332, 333, 334, 432
- εθισμός 25, 354, 396
- εθισμός στο κάπνισμα 88
- εθνική ταυτότητα 361, 373, 376, 382, 385,
386
- εθνικισμός 361, 362, 371, 373, 374
- εθνικοί ύμνοι 373, 374, 376
- εθνοκεντρισμός 25
- εικονική μεταφορά 40, 156, 158, 165, 167,
171, 173
- εικονική πραγματικότητα 155, 173, 188,
189
- εκούσια αναστολή της δυσπιστίας 157
- εκπαίδευση και δεσμός 270
- εκπαιδευτικές παρεμβάσεις
(αναπλαισίωση) 102
- εκτελεστική λειτουργία 180, 182, 183, 184,
186, 195, 197, 369
- έλεγχος μεροληπτικής υπόθεσης 324, 328
- ELM βλ. *μοντέλο πιθανότητας
επεξεργασίας της πειθούς (ELM)*
- εμπειρία διαμεσολαβούμενη από
ηλεκτρονικό υπολογιστή 155, 173
- ενδοομαδική ευνοιοκρατία 33, 366
- ενοχή (αίσθημα) 287, 397, 407
- ενοχή κατηγορουμένου 318, 322, 323,
328, 330
- ένταξη σε οργανώσεις 277, 445· και
ατομικές πεποιθήσεις 449, 451,
452, 458, 460· και καθημερινές/
διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις 453,
454, 455, 456, 457, 460, 463· και
οργανωσιακές πολιτικές 450, 456, 460,
463, 465· και οργανωσιακή κουλτούρα
445, 446, 447, 448, 449, 450, 451,
453, 454, 456, 457, 459, 461, 462,
463, 464, 465
- ενταξιακή οργανωσιακή κουλτούρα 446,
449, 450, 451, 454, 456, 457, 459,
461, 462, 463, 464, 465
- εξάσκηση βασισμένη στην
ενσυνειδητότητα 218
- εξελικτική αναντιστοιχία 24, 39, 71, 72,
75, 78, 79, 81, 82, 83, 85, 87, 90, 352,
386· και δημόσια πολιτική 87· και υγεία
85· στην εργασία 81· στην πολιτική 83·
στις σχέσεις 80· στοιχεία υπέρ της 77·
ψυχολογικοί μηχανισμοί 79
- εξελικτική ορθολογικότητα 72
- εξελικτική ψυχολογία 32, 72, 73, 78
- εξουσία 83, 369, 454
- εξωτερική έναντι εσωτερικής εγκυρότητας
36, 37, 38, 52
- επιδημιολογία 78
- επιδράσεις αγκύρωσης 51, 66
- επιδράσεις παλινδρόμησης 50, 64
- επιδράσεις της ομάδας των συνομηλίκων
190, 197, 198, 299
- επιδράσεις των διαπροσωπικών
προσδοκιών 316, 317, 318, 319, 333,
335
- επιδράσεις των προσδοκιών 41, 269, 315,
316, 318, 327, 328
- επίδραση εικονικού φαρμάκου 115
- επιθετικότητα 22, 25, 40, 50, 104, 160,
165, 179, 180, 181, 182, 183, 184,
185, 186, 187, 188, 189, 190, 191,
192, 193, 194, 195, 196, 197, 198,
222, 378, 454· ανάπτυξη 179, 180,
181, 182, 185, 186, 188, 189, 190,
192, 193, 197, 198· ελλείμματα
στην εκτελεστική λειτουργία 182, 183·
ενδοπροσωπικοί παράγοντες κινδύνου
181, 182, 192, 197· θεωρία του νου
182, 184, 185, 186· και μέσα 181,
187, 188, 196· κοινωνικοί παράγοντες
192, 197· παράγοντες κινδύνου
στο κοινωνικό περιβάλλον 186, 197·
πρόληψη και παρέμβαση 195, 196·
ρύθμιση θυμού 185, 186, 194, 197·

- σχέσεις με τους συνομηλίκους 181, 189, 190, 191, 194, 197, 198
- επιθυμία 40, 42, 203, 204, 206, 208, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 219, 220, 221, 352, 391, 400, 401
- επικοινωνία σε θέματα υγείας 165, 170, 171
- επιλεκτική λήθη 399
- επιλογή των μελών ενός σώματος ενόρκων βλ. *διαδικασία επιλογής μελών του σώματος ενόρκων*
- επίπεδα αλκοόλ στο αίμα 53, 54
- επίπεδα συσσωμάτωσης 61, 62, 63, 67
- επιστημονικό παράδειγμα 29
- έρευνα στα μέσα μαζικής ενημέρωσης 305, 306
- εστίαση στα άτομα έναντι εστίασης στις ομάδες 33, 34
- εσφαλμένες υποθέσεις της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας 28
- εσωτερική έναντι εξωτερικής εγκυρότητας βλ. *εξωτερική έναντι εσωτερικής εγκυρότητας*
- εφαρμοσμένη έναντι θεωρητικής έρευνας βλ. *θεωρητική/βασική έναντι εφαρμοσμένης/πρακτικής έρευνας*
- εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία 21, 22· αντιπροσωπευτικός πειραματικός σχεδιασμός 36, 37· εστίαση στα άτομα έναντι εστίασης στην ομάδα 33, 34· εσφαλμένες υποθέσεις 28· εσωτερική και εξωτερική εγκυρότητα 36, 37, 38· θεωρητική έναντι εφαρμοσμένης έρευνας 22, 23, 24· ιστορία και υπόβαθρο 26, 27· ιδεολογικές παραδοχές 28· νομιναλιστική πλάνη 34, 35, 36· παραδοχές για την ανθρώπινη φύση 29, 30, 31, 32
- εφηβεία 41, 163, 180, 187, 293, 294, 295, 457
- εφηβική αυτοκτονία 22, 41, 285, 286, 288, 289
- εφηβική κατάθλιψη 41, 285, 286· γονικές επιρροές 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304· έρευνα στα μέσα μαζικής ενημέρωσης 305, 306· και αυτοϊαση 296· και αυτοκτονία 286, 287, 288, 289· και αυτοχορήγηση φαρμακευτικής αγωγής 293, 294, 295, 296· ρόλος των ναρκωτικών 290, 291· χρήση μαριχουάνας 291, 292, 293, 294, 295
- εφηβικό κάπνισμα 161, 163, 164
- ζευγάριωμα 80
- Facebook 41, 80, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 349, 350, 352, 352, 354· και ευημερία 342, 343, 344, 346, 347, 349, 350, 354
- ηγεσία 26, 73, 83, 259, 268, 275, 276, 277, 449, 450, 453, 460
- ηλεκτρονικά παιχνίδια 155, 156, 158, 162, 163, 164, 165, 169, 170, 171, 172, 173, 345· και βία 187, 188· και δημόσια υγεία 156, 159, 160, 161
- θεραπευτική σχέση 40, 227, 228, 229, 232, 249, 269
- θετική διάθεση 343, 344, 346
- θεωρητική/βασική έναντι εφαρμοσμένης/πρακτικής έρευνας 22, 49, 52
- θεωρία δειγματοληψίας 39, 52, 53, 55, 66
- θεωρία και πρακτική 23, 49
- θεωρία μεταγραφικής έρευνας 52
- θεωρία της θεμελιωμένης νόησης για την επιθυμία 203, 204, 208, 210, 211, 213, 214, 220
- θεωρία της προσχεδιασμένης συμπεριφοράς 305
- θεωρία του δεσμού 259, 260, 264, 265, 266, 267, 268, 270, 273, 274, 275, 277, 278· βασικές έννοιες 259, 260· εφαρμογές 264, 265, 266, 267, 268· κύκλος διεύρυνσης και επαύξεσης της ασφάλειας 262, 263, 264· στη συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία 268, 269, 270· στην εκπαίδευση 270, 271, 272· στην ηγεσία και στη διεύθυνση 275, 276, 277· στην υγεία και στη ιατρική 273, 274, 275
- θεωρία του νου 180, 182, 184, 185, 186, 197
- θεωρίες συνωμοσίας 24, 85, 368, 379
- IAT βλ. *Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών (IAT)*
- ιατρική διάγνωση 110
- ιατροδικαστική ψυχολογία 26

- ιδεολογικές παραδοχές της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας 28, 29
- IN-SYNC βλ. *μοντέλο ψυχοθεραπείας του Διαπροσωπικού Συγχρονισμού (IN-SYNC)*
- ιός HIV 54, 55, 59
- ιστορία της εφαρμοσμένης κοινωνικής ψυχολογίας 21, 26, 27, 28
- ιστορικά τραύματα 371, 372, 373, 376, 377, 378, 379, 385, 386
- ιστορικές αφηγήσεις 376, 377, 378, 385
- «κακά» πράγματα υπό αναθεώρηση 95, 98· ακαδημαϊκή επιτήρηση 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 105, 106· απειλητικές διαγνώσεις 110· αποχρώσεις αποτελεσματικών αναπλαισιώσεων 113, 114· αρχές για την εποικοδομητική αναθεώρηση 100, 101, 102· εκπαίδευση 102, 105, 106, 197· θετικά και ουδέτερα πράγματα 115, 119· κριτική ακαδημαϊκή ανατροφοδότηση 105· οικονομική ανάπτυξη 112· παρεμβάσεις νοοτροπίας εναντίον αναπλαισίωσης 98, 99, 100· πρακτική καθοδήγηση για θεσμικά ιδρύματα 114, 115· στενές σχέσεις 110, 111, 112· τραύμα 109· υγεία 108, 109· υποβολή σε δοκιμασίες 107· χαρακτηριστικά παραδείγματα αναπλαισίωσης 102
- κακά συμβάντα 98, 100
- κατάθλιψη 25, 41, 52, 80, 82, 104, 114, 227, 230, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 343, 350, 352, 353
- καταμερισμός εργασίας 74, 81
- κατανάλωση και ανταμοιβή 203, 204, 206, 207, 210, 211, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221· νευροαπεικονιστικά στοιχεία για τις προσομοιώσεις 209, 210, 216· προσομοιώσεις σχετικές με το ποτό 208, 209, 210, 211, 213, 216· προσομοιώσεις σχετικές με το φαγητό 207, 208, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216
- καταναλωτική συμπεριφορά 217, 277
- κατανεμημένη μάθηση 49, 50
- κατάρρευση της δημοκρατίας στην Ουγγαρία 361, 363, 369, 370, 371
- καταστασιακή μεροληψία 29, 30, 31
- κατάχρηση αλκοόλ 159, 291
- κατάχρηση ουσιών/ναρκωτικών 191, 192, 227, 274, 291
- κίνημα MeToo 60
- κινητική απόδοση 21, 22
- κλινικές παρεμβάσεις 286
- κοινωνικά δίκτυα 74, 347, 351, 352, 353, 454
- κοινωνικές αναπαραστάσεις της ιστορίας 42
- κοινωνικές κρίσεις 35
- κοινωνική αλληλεπίδραση 41, 179, 180, 190, 197, 203, 234, 249, 315, 316, 319, 320, 327, 335, 336, 447, 455
- κοινωνική ταύτιση 405
- κοινωνική ταυτότητα 33, 393, 397, 405, 406, 448, 455, 456
- κομμουνισμός 372, 402
- κουλτούρα του χώρου εργασίας 43, 336, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 453, 454, 461, 464
- κύκλος διεύρυνσης και επαύξεσης 259, 262, 263, 264, 265, 268, 269, 275
- λαϊκές αφηγήσεις 376, 377, 378
- λαϊκισμός 22, 361, 362, 364, 365, 368, 382, 383, 384, 386· ενδοομαδική ευνοιοκρατία 366· εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία και πολιτική συμπεριφορά 362, 363· νοητικές αναπαραστάσεις και πολιτική συμπεριφορά 363, 364· πολιτικές πεποιθήσεις 366· στην Ουγγαρία 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385· στις ΗΠΑ και στη Βρετανία 368, 369· συλλογική νοσταλγία 365, 377, 378, 391, 392, 393· συλλογικός ναρκισσισμός 364, 365, 366, 367, 368, 382
- λαϊκίστικες πεποιθήσεις 363
- λήψη αποφάσεων 39, 52, 61, 62, 63, 73, 142, 143, 161, 287, 315, 317, 418, 421, 430, 451, 452, 459, 460

- λήψη αποφάσεων από σώμα ενόρκων 315, 316, 318, 319, 320
- λήψη νομικών αποφάσεων 316, 317, 318, 319, 335, 336
- μάρκετινγκ 26· καπνού 161, 162· τροφίμων 40, 214
- μαρξισμός 35
- Μεγάλη Βρετανία 362, 363, 368, 383, 404
- μεγάλη διαμάχη γύρω από την ψυχοθεραπεία 230, 231
- μελέτη της φυλακής στο Στάνφορντ 37
- μεροληψία υπερεμπιστοσύνης 63, 64
- μέσα κοινωνικής δικτύωσης 22, 24, 41, 80, 87, 222, 341, 342, 344, 345, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 382· και ευημερία 42, 342, 352, 354· και συναίσθημα 42, 346, 347, 350· λόγοι χρήσης 351, 352
- μεταγνώση 136
- μεταγραφική έρευνα 24, 49, 50, 52, 56, 63, 67· αποφυγή της παγίδας παλινδρόμησης 63, 64, 65, 66· δειγματοληψία περιορισμένη από τα δεδομένα εξόδου 56, 57, 58, 59, 60, 61· δειγματοληψία σε διαφορετικά επίπεδα συσσωμάτωσης 61, 62· παράβλεψη της αρχικής εκτίμησης 53, 54, 55, 56· προσεγγίσεις της θεωρίας δειγματοληψίας 52, 53
- μετάδοση μηνυμάτων μέσω ηλεκτρονικών παιχνιδιών 155, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172
- μετανάστες 67, 90, 362, 368, 382, 398, 400, 401, 405
- μετανάστευση 42, 366, 382, 395, 397, 404
- μηχανική μάθηση 26
- μικρο-επιθετικότητα 36
- μοντέλο επικοινωνίας σε θέματα υγείας βασισμένο στην εικονική μεταφορά 165, 166, 167, 168
- μοντέλο πιθανότητας επεξεργασίας της πειθούς (ELM) 39, 125, 126, 127, 129, 131, 132, 135, 136, 141, 143, 146
- μοντέλο ψυχοθεραπείας του Διαπροσωπικού Συγχρονισμού (IN-SYNC) 228, 239, 240, 241, 242, 243, 245, 247, 248, 249
- μουσουλμάνοι 364, 400
- ναρκισσισμός 361, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 376, 377, 378, 379, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 391, 395, 433
- ναρκωτικά και κατάθλιψη 290
- νευροαπεικονιστικά στοιχεία για τις προσομοιώσεις κατανάλωσης και ανταμοιβής 209
- νόημα στη ζωή 396
- νοητικές αναπαραστάσεις και πολιτική συμπεριφορά 363
- νοητικές δομές 32
- νομιναλιστική πλάνη 34, 35, 36
- νοσταλγία 365, 373, 377, 378, 391, 392, 393, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 407, 408
- οικονομικές αποφάσεις 277
- οργανωσιακή κουλτούρα 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 453, 454, 456, 457, 459, 461, 462, 463, 464, 465
- ορθολογικές έναντι ανορθολογικών κρίσεων 53
- ορμονικές αλλαγές 287
- Ουγγαρία 361, 362, 363, 366, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 402
- παγίδα παλινδρόμησης 50, 63, 65, 66, 67
- παράβλεψη της αρχικής εκτίμησης 53, 54, 66
- παράγοντες κινδύνου για την ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς 182, 185, 186, 187, 189, 192, 194, 195, 197, 198
- παραδείγματα μάθησης 25
- παραδοχές για την ανθρώπινη φύση 29
- παραποιημένες ειδήσεις 24
- παρεμβάσεις στη νοοτροπία 97, 98, 99, παρεμβάσεις στην υγεία 108
- πειθώ 125, 127, 129, 130, 131, 135, 137, 144, 145, 156, 157, 158, 173· και αθλητική απόδοση 137· και δημοφιλείς παρεμβάσεις 145· και επεξεργασία 126· και επικύρωση 135· και προθέσεις 128· και προκατειλημμένες στάσεις 130· και προσωπική εμπλοκή 130
- πειθώ κατά της κατανάλωσης καπνού 155
- πειθώ μέσω μυθοπλασίας 156, 157, 173
- πειραματιζόμενη κοινωνία 27

- περιβαλλοντικές προκλήσεις 85, 86
 πολιτική συμπεριφορά 359, 362, 369, 384·
 και συλλογική νοσταλγία 391
 πολιτική της ταυτότητας 34
 πολιτική ψυχολογία 19, 392
 πολιτικός λαϊκισμός 17, 22, 362,
 πολιτισμικός ντετερμινισμός 30, 32
 πολυεπίπεδος σχεδιασμός 40, 180
 Πολωνία 362, 363, 366, 369, 372, 382,
 383, 407
 πορνογραφικό υλικό στο διαδίκτυο 76, 80,
 87
 πραγματικό έναντι μη πραγματικού 173
 προβλεπτική εγκυρότητα της IAT 426, 438·
 βλ. και *Δοκιμασία Άρρητων Συνειρμών*
 (IAT)
 προέγερση 81, 86, 139, 140, 141, 188,
 222, 264
 πρόθεση χρήσης αναβολικών ουσιών
 128
 προκατάληψη 36, 135, 407, 420, 421, 422,
 426, 429, 433, 435, 437, 439
 πρόληψη της εφηβικής κατάθλιψης 286
 προπαγάνδα 26, 362, 363, 366, 370, 371,
 378, 379, 385
 πρόσφυγες 397
 ρομαντικός εθνικισμός 373
 ρύθμιση θυμού 185, 186, 194, 197
 Ρωσία 362, 363, 366, 370, 402, 407
 σοφές παρεμβάσεις 51, 95
 σοφία του πλήθους 49, 50
 Στάλιν 363
 στάσεις 27, 39, 41, 72, 115, 125, 126, 127,
 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134,
 135, 136, 137, 141, 143, 145, 146,
 147, 155, 162, 165, 168, 173, 221,
 277, 287, 297, 298, 300, 305, 306,
 318, 319, 320, 323, 324, 325, 326,
 327, 328, 329, 330, 335, 373, 401,
 419, 426, 428, 431, 433, 446, 447,
 449, 452, 457, 458, 461, 462
 στάσεις προς τη δημοκρατία 375
 στενές σχέσεις 73, 80, 86, 104, 110, 235,
 250, 263
 στερεότυπα 32, 36, 107, 406, 418, 420,
 421, 422, 426, 439, 448, 451, 452,
 455, 458, 459, 461
 στερεοτυπική απειλή 36
 συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο
 234, 237, 238, 239, 245, 246, 248, 250
 συγχρονισμός της κίνησης 234, 235, 238,
 239, 240, 241, 242, 243, 244, 248, 250
 συγχρονισμός της φυσιολογίας 234, 235,
 238, 242, 246, 247, 248, 250
 συζυγική σύγκρουση 111
 συλλογικά συναισθήματα 391
 συλλογική μνήμη 399, 406
 συλλογική νοσταλγία 42, 365, 377, 391,
 392, 393, 395, 397, 398, 399, 400,
 401, 402, 403, 404, 407, 408, 433·
 εφαρμοσμένη κοινωνική ψυχολογία
 395, 396, 397, 398· και λαϊκισμός 402,
 403, 404· κοινωνικές (εσφαλμένες)
 αναπαραστάσεις συλλογικής συνέχειας
 393, 394, 395
 συλλογικός ναρκισσισμός 42, 361,
 363, 364, 365· και ενδοομαδική
 ευνοιοκρατία 366, 367· και ιστορικά
 τραύματα 371, 372, 373· και λαϊκισμός
 368, 369· και πολιτικές πεποιθήσεις
 366· και πολιτικές προτιμήσεις 379,
 380, 381, 382· μέτρηση 367·
 συμβολική ικανότητα 391
 συμμόρφωση 403, 437
 συμπεριφορά κατανάλωσης φαγητού και
 ποτού 203· ορεκτικά ερεθίσματα 206,
 207, 208, 209, 210· προσομοιώσεις
 κατανάλωσης και ανταμοιβής
 που συμβάλλουν στην επιθυμία
 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216·
 προσομοιώσεις κατανάλωσης και
 ανταμοιβής που μειώνουν την επιθυμία
 216, 217, 218, 219, 220
 συμπεριφορική επιβεβαίωση 318, 325,
 326, 328, 332, 333
 συναισθηματική ευημερία 42, 262, 342,
 346, 347, 349, 350, 352, 354, 453
 σύστημα ποινικού δικαίου 315
 σχέσεις 80, 81, 87, 119, 235, 259, 261,
 268, 269, 270, 278, 447
 σχέσεις γονιού-παιδιού 303
 σχέση ασθενή-ψυχοθεραπευτή 227, 228,
 229, 231, 239, 240, 242, 249
 σχιζοφρένεια 293

- τεχνική «της επικοινωνίας που ακούμε τυχαία» 306
 Τουρκία 362, 363, 370
 Τραμπ 363, 368, 382, 383, 403, 405
 τραύμα 102, 109, 270· ιστορικά τραύματα 371, 372, 373, 376, 377, 378, 379, 385, 386· τραύματα δεσμού 267
 τρόποι αυτοϊασης 291
 υπακοή 37
 υπαρξιακό άγχος 396
 υπόθεση αυτοχορήγησης φαρμακευτικής αγωγής 296
 φαινόμενο της κάνναβης 294, 296
 φαινόμενο Purkinje 24
 φασιστική ιδεολογία 367
 φιλελευθερισμός 362, 366, 372
 φιλοσοφία της επιστήμης 23
 φυλετική ανισότητα 42, 43, 417, 428, 429, 433, 434
 φυσική/σωματική άσκηση 81, 89
 Χίτλερ 363, 372, 384
 χρήση μαριχουάνας 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 307
 ψηφιακή επανάσταση 74
 ψηφιακή τεχνολογία 354
 ψυχανάλυση 35
 ψυχοδραστικές ουσίες 285, 291
 ψυχοθεραπεία 40, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 259, 268, 269, 270, 277· αποτελεσματικότητα 65, 230, 231· διαπροσωπικός συγχρονισμός 40, 41, 227, 228, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 241, 242, 248, 249, 250, 336, 352· θεωρία του δεσμού 41, 259, 260, 267, 268, 269, 270· και γλωσσικός συγχρονισμός 234, 236, 238, 242, 245, 248, 250· και εμπειρική έρευνα 238, 242, 250· και συγχρονισμός εγκεφάλου προς εγκέφαλο 234, 237, 238, 239, 245, 246, 248, 250· και συγχρονισμός της κίνησης 234, 235, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 248, 250· και συγχρονισμός της φυσιολογίας 234, 235, 238, 242, 246, 247, 248, 250· τονικές διαδικασίες 240· φασικές διαδικασίες 239· χρόνιες διαδικασίες 240· ψυχοθεραπευτική συμμαχία 228, 231, 232, 233, 240

Σειρά: **Κοινωνική ψυχολογία**

Διευθυντής σειράς: **Στάμος Παπαστάμου**

Ο **Στάμος Παπαστάμου** είναι Ομότιμος Καθηγητής Πειραματικής Κοινωνικής Ψυχολογίας στο Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών.

Ο **Γεράσιμος Προδρομίτης** είναι Καθηγητής Πειραματικής Κοινωνικής Ψυχολογίας στο Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών.

Το βιβλίο διερευνά τη συνεισφορά της κοινωνικής ψυχολογίας στην κατανόηση των προβλημάτων της πραγματικής ζωής και τον τρόπο με τον οποίο μπορεί να αποτελέσει τη βάση για ορθολογικές παρεμβάσεις στους ποικίλους τομείς της κοινωνικής ζωής. Εξετάζοντας κάποια από τα πιο πρόσφατα επιτεύγματα που αφορούν την εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας σε φλέγοντα σύγχρονα προβλήματα, οι Forgas, Crano και Fiedler μεταφέρουν ένα θεμελιωδώς αισιόδοξο μήνυμα για τις επιτυχίες και τις προοπτικές της κοινωνικής ψυχολογίας.

Το βιβλίο χωρίζεται σε τέσσερα μέρη. Το πρώτο μέρος εξετάζει τα βασικά ζητήματα και τις κύριες μεθόδους εφαρμογής της κοινωνικής ψυχολογίας σε προβλήματα της πραγματικής ζωής. Το δεύτερο μέρος διερευνά τις εφαρμογές της κοινωνικής ψυχολογίας για τη βελτίωση της ατομικής υγείας και ευημερίας. Το τρίτο μέρος ασχολείται με την εφαρμογή της κοινωνικής ψυχολογίας στη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και της επικοινωνίας. Τέλος, το τέταρτο μέρος πραγματεύεται το ερώτημα του πώς η κοινωνική ψυχολογία μπορεί να βελτιώσει την κατανόησή μας γύρω από τις δημόσιες υποθέσεις και την πολιτική συμπεριφορά μας.

Ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον σύγγραμμα για φοιτητές και μελετητές της κοινωνικής ψυχολογίας, αλλά και για επαγγελματίες που εργάζονται σε εφαρμοσμένα περιβάλλοντα.

«είναι ευχής έργον η μελέτη του παρόντος τόμου να συνεισφέρει ... σε κάτι βαθύτερο και ουσιαστικότερο: στον κριτικό αναστοχασμό γύρω από την ιστορικότητα και την υπόσταση των εννοιών και των αναλυτικών κατηγοριών μέσω των οποίων το σήμερα θέτει (και το αύριο θα θέτει) την περίφημη σχέση "άτομο-κοινωνία". Αν μη τι άλλο, ως προς αυτό η κοινωνική ψυχολογία έχει αποδείξει ιστορικά πως δυνάμει διαθέτει την πλέον ολοκληρωμένη απάντηση».

Από τον Πρόλογο των επιμελητών της ελληνικής έκδοσης

ISBN: 978-960-635-378-9



9 789606 353789



 πεδίο

www.pediobooks.gr