

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

Albert Bandura

Εισαγωγή

Το τεύχος αυτό είναι αφιερωμένο στο μεγάλο και διακεκριμένο ψυχολόγο Albert Bandura, πρωτοπόρο στο χώρο της ψυχολογίας, οι θεωρίες και οι έρευνες του οποίου έχουν επηρεάσει πολλούς τομείς της γνώσης, μεταξύ των οποίων *τη γνωστική κοινωνική μάθηση, την επιθετικότητα, την ηθική ανάπτυξη και την αυτοαποτελεσματικότητα*. Όπως τονίζει και ο ίδιος (1986), η μοναδικότητα του ανθρώπου στο ζωικό βασίλειο οφείλεται στις ανώτερες νοητικές λειτουργίες, οι οποίες τον καθιστούν ικανό να παίρνει αποφάσεις με αυτόνομο, μοναδικό τρόπο, παρατηρώντας, καταγράφοντας, αξιολογώντας ή εκτιμώντας τη συμπεριφορά του (αυτορρυθμιστική ικανότητα).

Την επιστημονική του αξία μαρτυρούν πολλοί διεθνείς τίτλοι (πάνω από 60) που κατέχει. Σε πρόσφατη έρευνα, τον Ιανουάριο του 2003, που διεξήγαγε η Βρετανική Ψυχολογική Εταιρεία με το ερώτημα ποιος θεωρείται ο μεγαλύτερος ψυχολόγος του 20^{ου} αιώνα κατατάχθηκε ανάμεσα στους πέντε πρώτους. Στο ερώτημα δε ποιος θα μπορούσε να θεωρηθεί ως ο μεγαλύτερος ψυχολόγος του 21^{ου} αιώνα κατατάχθηκε πρώτος.

Το δημοσιευμένο έργο του είναι πλούσιο και το χαρακτηρίζει η συστηματική στήριξη των θεωρητικών του ευρημάτων σε πλουσιότερες εμπειρικές έρευνες. Επίσης, τα δημοσιεύματα που αφορούν το έργο του είναι αμέτρητα. Ο διεθνής διάλογος για την ερμηνεία και την αξιοποίηση των θεωρητικών του ευρημάτων είναι συνεχής. Εμπειρικές έρευνες σε πολλές χώρες, όπως και στην Ελλάδα, εφαρμόζουν ως υποθέσεις εργασίας τα θεωρητικά του ευρήματα, αποδεικνύοντας έτσι την επικαιρότητα και την εγκυρότητά τους και σε άλλες μορφές κοινωνιών.

Γεννήθηκε το 1925 στον Καναδά και σπούδασε στο Πανεπιστήμιο British Columbia του Καναδά. Συνέχισε τις μεταπτυχιακές του σπουδές στην κλινική ψυχολογία στο Πανεπιστήμιο της Iowa των ΗΠΑ, που φημιζόταν για τις υψηλού επιπέδου έρευνες στο χώρο της μάθησης. Μετά το πέρας των μεταπτυχιακών σπουδών του, το 1952, ο Bandura πήγε στο Πανεπιστήμιο Stanford στην Καλιφόρνια, στο οποίο βρίσκεται και διδάσκει μέχρι σήμερα.

Όταν πρωτοέφθασε στο Stanford, πρόεδρος του Τμήματος Ψυχολογίας ήταν ο διακεκριμένος ψυχολόγος Robert Sears, του οποίου η έρευνα εστιαζόταν τότε στα οικογενειακής προέλευσης αίτια της κοινωνικής συμπεριφοράς και της μάθησης μέσω ταυτοποίησης.

Ήδη από τότε ενδιαφερόταν ο Bandura για την εφαρμογή της θεωρίας της μάθησης στα κλινικά φαινόμενα. Όπως έλεγε και ο ίδιος, τον ενδιέφερε «η θεωρητική διατύπωση των κλινικών φαινομένων, ώστε να είναι δυνατή η πειραματική δοκιμασία. Πιστεύω ότι ως θεραπευτές είμαστε υπεύθυνοι για την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας μιας διαδικασίας προκειμένου οι άνθρωποι να μην υποβάλλονται σε θεραπείες χωρίς να γνωρίζουμε τα επακόλουθά τους» (Evans, 1976, σ. 243).

Επηρεασμένος από τη δουλειά του Sears, ο Bandura άρχισε να εργάζεται πάνω στις διεργασίες αλληλεπίδρασης κατά την ψυχοθεραπεία και πάνω στα οικογενειακά σχήματα που προκαλούν την επιθετικότητα των παιδιών.

Ξεκίνησε μια σειρά ερευνών για την κοινωνική μάθηση και την επιθετικότητα, σε συνεργασία με τον Richard Walters, που υπήρξε και ο πρώτος υποψήφιος διδάκτορας του οποίου επέβλεψε τη διδακτορική διατριβή. Οι έρευνες αυτές, οι οποίες υπογράμμισαν τον υπέρτατο ρόλο της μίμησης προτύπων στην ανθρώπινη συμπεριφορά και στην ανάπτυξη της προσωπικότητας, οδήγησαν σε ένα πρό-

γραμμα εργαστηριακών ερευνών για τον καθορισμό των παραγόντων και των μηχανισμών της μάθησης η οποία επιτελείται μέσα από την παρατήρηση.

Αυτά και άλλα ερευνητικά αποτελέσματα οδήγησαν στα βιβλία: *Εφηβική Επιθετικότητα* (*Adolescent Aggression*, 1959) και *Κοινωνική Μάθηση και Ανάπτυξη της Προσωπικότητας* (*Social Learning And Personality Development*, 1963). Το δεύτερο από αυτά τα βιβλία του το εξέδωσε μαζί με τον Richard Walters. Λίγα χρόνια αργότερα ολοκλήρωσε τη θεωρία του για την επιθετικότητα, στο βιβλίο *Επιθετικότητα: Μία ανάλυση Κοινωνικής Μάθησης* (*Aggression: A Social Learning Analysis*, 1973). Το 1977 εξέδωσε ένα φιλόδοξο βιβλίο, που έφερε τον τίτλο *Η Θεωρία της Κοινωνικής Μάθησης* (*Social Learning Theory*, 1977), ένα βιβλίο που έμελλε να αλλάξει ριζικά την πορεία και την κατεύθυνση της ψυχολογίας τα επόμενα χρόνια. Η εκπληκτική αύξηση του ενδιαφέροντος για την κοινωνική μάθηση και τη διαμόρφωση της προσωπικότητας μέσα από τη μίμηση προτύπων οφείλει πολλά στις θεωρητικές αναλύσεις του σημαντικού αυτού φαινομένου που είχε κάνει ο Bandura.

Η συμπεριφοριστική κατεύθυνση τόνιζε ότι η μάθηση επιτυγχάνεται από τα αποτελέσματα των πράξεών μας. Ο Bandura έδειξε ότι όλη αυτή η κουραστική και βαρετή διαδικασία της δοκιμής και του λάθους μπορεί να συντομευτεί μέσα από την κοινωνική διαμόρφωση της γνώσης και των ικανοτήτων που παρουσιάζουν τα ποικίλα πρότυπα που μας περιβάλλουν. Τόνισε ότι η μίμηση προτύπων δεν ήταν απλώς μιμητισμός. Αυτό που εννοούσε ήταν ότι οι άνθρωποι, παρατηρώντας κάποια πρότυπα στα οποία θα ήθελαν να μοιάσουν, εμπλέκονται σε μια διαδικασία κατά την οποία εξάγουν τους κανόνες που διέπουν το συγκεκριμένο ύφος συμπεριφοράς του προτύπου και παράγουν νέα συμπεριφορά στο ίδιο περίπου ύφος, αλλά προχωρούν και πέρα από αυτά που άκουσαν και είδαν. Εκτός δε από την καλλιέργεια νέων ικανοτήτων, οι επιδράσεις της μίμησης αλλάζουν τα κίνητρα, ενσταλάζοντας στο άτομο προσδοκίες για τα αποτελέσματα της συμπεριφοράς του, ενώ παράλληλα του δημιουργούν συναισθηματικές τάσεις και αξίες μέσα από την παρατήρηση των συναισθηματικών εκφράσεων των άλλων προς συγκεκριμένα πρόσωπα, αντικείμενα ή τόπους.

Οι επαναστατικές πρόοδοι στην τεχνολογία των τηλεπικοινωνιών της εποχής μας έκαναν τη συμβολική μίμηση προτύπων τον κεντρικό φορέα για την κοινωνική διάχυση των ιδεών, των αξιών και των ειδών συμπεριφοράς διεθνώς. Αναγνωρίζοντας την όλο και αυξανόμενη δύναμη του συμβολικού περιβάλλοντος στη ζωή των ανθρώπων, ο Bandura επέκτεινε τη θεωρία και την έρευνά του για να συμπεριλάβει τους μηχανισμούς μέσω των οποίων οι συμβολικοί τρόποι μίμησης παράγουν τις εκτεταμένες κοινωνικές επιδράσεις. Σε ένα από τα σχετικά πρόσφατα τεύχη του περιοδικού της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας *Monitor on Psychology* (October 2002, σ. 30-32) εξάιρεται όλη η επιστημονική ενασχόληση του καθηγητή Albert Bandura με τη μελέτη της επίδρασης των media στη διαμόρφωση των στάσεων και των αξιών των ανθρώπων. Η κοινωνικογνωστική θεωρία του αποτελεί τη βάση των τηλεοπτικών και ραδιοφωνικών προγραμμάτων που έχουν αλλάξει τη ζωή εκατομμυρίων ανθρώπων. Η θέση του ότι οι άνθρωποι μαθαίνουν από πρότυπα των οποίων επιθυμούν να μιμηθούν τη συμπεριφορά αποτελεί τον πυρήνα πολλών τηλεοπτικών και ραδιοφωνικών σειρών και άλλων προγραμμάτων τα οποία στοχεύουν στον έλεγχο κοινωνικών φαινομένων όπως είναι η πρόληψη της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης, ο οικογενειακός προγραμματισμός, ο έλεγχος της εξάπλωσης του ιού του AIDS, η προώθηση της στοιχειώδους παιδείας και μόρφωσης, η αύξηση της αυτοαποτελεσματικότητας κ.ά.

Λόγω των πολλών και ποικίλων ενδιαφερόντων του, ο Albert Bandura επεδίωξε και συνεργάστηκε με επιστήμονες διαφόρων ειδικοτήτων. Μια τέτοια συνεργασία με την ιατρική σχολή οδήγησε στην έννοια της *αυτοαποτελεσματικότητας*. Τα πορίσματα της έρευνας εκείνης έδειξαν δηλαδή ότι οι άνθρωποι μπορούν και ρυθμίζουν το επίπεδο της φυσιολογικής τους ενεργοποίησης μέσα από την πίστη τους στην αυτοαποτελεσματικότητά τους, την αντίληψη δηλαδή που έχουν για την ικανότητά τους να αντιμετωπίζουν συγκεκριμένες καταστάσεις.

Ενώ συνέχιζε να διερευνά θεωρητικά προβλήματα που συνδέονταν με τη μάθηση μέσω της παρατήρησης, την αυτορρύθμιση, την επιθετικότητα και την ψυχοθεραπευτική αλλαγή, γύρω στα τέλη της δεκαετίας του 1970 με αρχές της δεκαετίας του 1980, ένα μεγάλο μέρος του επιστημονικού του ενδιαφέροντος στράφηκε προς τη διευκρίνιση του πώς η αυτοαναφορική σκέψη (*self-referent thought*) παρεμβάλλεται μεταξύ της δράσης και της συναισθηματικής διέγερσης. Επικεντρώθηκε δηλαδή στη μελέτη και στην επίδραση των γνωστικών παραγόντων στα κίνητρα, στα συναισθήματα και στις πράξεις των ανθρώπων.

Στα μέσα του 1980 είχε ήδη αναπτύξει την *κοινωνικογνωστική του θεωρία* της ανθρώπινης λειτουργικότητας. Η θεωρία αυτή δίνει ένα κεντρικό ρόλο στις γνωστικές, αυτορρυθμιστικές και αυτοαντακλαστικές διαδικασίες στην ανθρώπινη προσαρμογή και αλλαγή. Όπως υποστηρίζει ο ίδιος στη θεωρία του, οι άνθρωποι χαρακτηρίζονται από εσωτερικό έλεγχο και από αυτορρυθμιστικές και αυτοοργανωτικές ικανότητες.

Με το βιβλίο του *Κοινωνική Θεμελίωση της Σκέψης και της Δράσης: Μια κοινωνικογνωστική θεωρία* (*Social Foundations of Thought and Actions: A Social Cognitive Theory*, 1986) ο Bandura δημοσιοποίησε τη θεωρία του, πρόσφερε το εννοιολογικό πλαίσιο και ανέλυσε τον εντυπωσιακό όγκο της γνώσης που στηρίζεται στη θεωρία του αυτή, την οποία και αποδεικνύει.

Ένα σημαντικό μέρος της θεωρίας του εστιάζεται στην ικανότητα του ανθρώπου για *συμβολισμό*. Διαμέσου των συμβόλων οι άνθρωποι μετασχηματίζουν τις παροδικές εμπειρίες τους σε εσωτερικευμένα γνωστικά πρότυπα-μοντέλα, τα οποία τους χρησιμεύουν ως «οδοδείκτες» για τη μελλοντική συμπεριφορά τους (Κολιάδης, 1991). Χρησιμοποιώντας αυτά τα σύμβολα οι άνθρωποι μπορούν να καταλάβουν και να ερμηνεύσουν καλύτερα το περιβάλλον τους, να καθοδηγηθούν στις ενέργειές τους, να επιλύσουν τα προβλήματά τους γνωστικά, να κερδίσουν νέα γνώση μέσα από αντανακλαστική σκέψη καθώς και να επικοινωνήσουν με τους άλλους ανεξάρτητα από απόσταση και χώρο. Συμβολίζοντας τις εμπειρίες τους, οι άνθρωποι προσφέρουν δομή, νόημα και συνέχεια στη ζωή τους.

Μια άλλη έννοια της κοινωνικογνωστικής θεωρίας που χρήζει ενδιαφέροντος είναι η ικανότητα του ανθρώπου για *αυτοκαθοδήγηση* (*self-directedness*) και για *προνοητικότητα* (*forethought*). Οι άνθρωποι προγραμματίζουν ενέργειες, προβλέπουν τις πιθανές επιπτώσεις των ενεργειών τους και θέτουν στόχους και προκλήσεις στον εαυτό τους για να κινητοποιήσουν, να καθοδηγήσουν και να ρυθμίσουν τις δραστηριότητές τους. Αφού υιοθετήσουν προσωπικούς κανόνες ή γνώμονες, οι άνθρωποι ρυθμίζουν τα κίνητρα και τη συμπεριφορά τους σύμφωνα με τις θετικές και αρνητικές επιπτώσεις που προκαλούν στον εαυτό τους. Κάνουν πράγματα που τους προσφέρουν ικανοποίηση και αυτοεκτίμηση και αποφεύγουν ενέργειες που εγείρουν αυτοϋποτιμητικές αντιδράσεις. Η ανθρώπινη ικανότητα για αυτοδιαχείριση είναι ένα στοιχείο της θεωρίας που της προσδίδει ιδιαίτερο ενδιαφέρον και συνάφεια με τη διαρκώς τροποποιούμενη σύγχρονη εποχή. Ο όλο και επιταχυνόμενος ρυθμός των αλλαγών στον κοινωνικό, στον τεχνολογικό και στον τομέα της πληροφόρησης έχει εναποθέσει μια μεγάλη ευθύνη στις ικανότητες των ανθρώπων να αποφασίζουν για την ανανέωσή τους και την εν γένει πορεία τους στη ζωή.

Η ικανότητα για *αυτοαντανάκλαση* ή *αυτοστοχασμό* (*self-reflection*) σε σχέση με τη λειτουργικότητα και την προσωπική επάρκεια για την παραγωγή αποτελεσμάτων είναι άλλη μια σημαντική έννοια που αναλύει η κοινωνικογνωστική θεωρία. Μέσα από την αντανακλαστική συνείδηση του εαυτού οι άνθρωποι αξιολογούν τα κίνητρα, τις αξίες και το νόημα των επιδιώξεών τους. Σε αυτό το ανώτερο επίπεδο αυτοστοχαστικότητας μπορούν οι άνθρωποι να διαχειριστούν συγκρούσεις και να επιλέξουν τον τρόπο με τον οποίο θα δράσουν. Οι άνθρωποι κρίνουν την ακρίβεια της προβλεπτικής και λειτουργικής τους σκέψης έναντι του αποτελέσματος των πράξεών τους, των επιδράσεων που προκαλούν οι πράξεις των άλλων και του τι πιστεύουν οι άλλοι.

Ο Bandura βλέπει όλο το σύστημα πεποιθήσεων γύρω από την αυτοαποτελεσματικότητα ως τη βάση των ανθρώπινων κινήτρων, των προσωπικών επιτευγμάτων και του *eu ζην* εν γένει. Μόνο όταν οι άνθρωποι πιστέψουν ότι μπορούν να προκαλέσουν επιθυμητά αποτελέσματα με τις ενέργειές τους αποκτούν κίνητρα για να δράσουν ή να επιμεινούν μπροστά σε δύσκολες καταστάσεις. Πλήθος ερευνών αποδεικνύουν ότι η πίστη του ανθρώπου στην προσωπική του αποτελεσματικότητα αγγίζει σχεδόν κάθε πτυχή της ζωής του.

Πρόσφατο έργο του εστιάζεται στα ανθρώπινα κίνητρα και στη σημασία που έχει το αίσθημα της προσωπικής αποτελεσματικότητας για την καλή ψυχική και σωματική υγεία.

Τα τελευταία χρόνια προσπαθεί να αναλύσει πώς οι κοινωνικοί παράγοντες επηρεάζουν τις αντιλήψεις των ανθρώπων για την ικανότητά τους να επιδρούν στα γεγονότα. Οι άνθρωποι δε ζουν μόνοι. Συνεργάζονται σε διάφορους τομείς, μοιράζονται παρόμοιες αντιλήψεις και φιλοδοξίες για την επίτευξη ενός καλύτερου τρόπου ζωής. Αυτή η εννοιολογική διάσταση διευρύνει τη θεωρία έτσι ώστε να είναι εφαρμόσιμη και να επεξηγεί την ανθρώπινη προσαρμογή και αλλαγή και σε ατομικιστικές αλλά και σε κολεκτιβιστικές κοινωνίες. Στο βιβλίο του *Αυτοαποτελεσματικότητα: Η Άσκηση Ελέγχου (Self-Efficacy: The Exercise of Control)*, το οποίο εξέδωσε το 1997, αναπτύσσει και ερμηνεύει τα κύρια αξιώματα της θεωρίας του της αυτοαποτελεσματικότητας καθώς και τις πολλές εφαρμογές της στην ανάπτυξη, στην εκπαίδευση, στην υγεία, στην ψυχοπαθολογία, στον αθλητισμό, στις επιχειρήσεις και στις εσωτερικές υποθέσεις. Εξηγεί ότι οι άνθρωποι πρέπει να αναπτύξουν πίστη στις ικανότητές τους να παράγουν επιθυμητά αποτελέσματα, γεγονός το οποίο συνεπάγεται προσπάθεια ώστε να αναπτυχθούν οι ικανότητες που χρειάζονται για έλεγχο και αυτοανάνεωση. «Οι άνθρωποι που πιστεύουν ότι έχουν τη δύναμη να ελέγξουν τη ζωή τους είναι πιο υγιείς, πιο αποτελεσματικοί και πιο επιτυχημένοι από ό,τι εκείνοι στους οποίους λείπει η πίστη στην ικανότητά τους να επηρεάζουν τις αλλαγές στη ζωή τους».

Ένας άλλος τρόπος για να βοηθηθούν οι άνθρωποι να αποκτήσουν την αίσθηση της προσωπικής τους αποτελεσματικότητας είναι να τους παρέχονται επιτυχημένα πρότυπα που μεταδίδουν γνώση, ικανότητες και έμπνευση.

«Επειδή οι άνθρωποι διαθέτουν μια απaráμιλλη ικανότητα να μπορούν να κατακτούν πολλούς στόχους, οι κοινωνίες θα έπρεπε να τους καλλιεργούν ικανότητες που να μπορούν να γενικευθούν, να ενσταλάζουν μια ισχυρή αίσθηση αποτελεσματικότητας, να δημιουργούν δίκαιες ευκαιριακές δομές, να παρέχουν πηγές βοήθειας και να αφήνουν χώρο για αυτοκαθοδήγηση».

Συμπερασματικά, θα λέγαμε ότι η άποψη του Albert Bandura για τον άνθρωπο και την ανθρώπινη φύση είναι θετική, με την έννοια ότι βλέπει το άτομο να συμμετέχει ενεργά και να διαπλάθει το μέλλον του, χρησιμοποιώντας τις γνωστικές του λειτουργίες, κάνοντας τις επιλογές του και επικοινωνώντας με τους άλλους. Δεν το βλέπει ούτε ως παθητικό θύμα ασυνειδητών παρορμήσεων και του παρελθόντος του αλλά ούτε να άγεται και να φέρεται από τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος.

Σύμφωνα με μια δήλωση του ίδιου του Albert Bandura, «οι απόψεις σχετικά με την ανθρώπινη φύση επηρεάζουν τις πλευρές της ψυχολογικής λειτουργίας που μελετώνται εκτενώς και εκείνες που δεν εξετάζονται καθόλου». Με άλλα λόγια, υπάρχει μια αμοιβαία σχέση ανάμεσα σε μια άποψη για το άτομο, ένα ερευνητικό πρόγραμμα και μια θεωρία της προσωπικότητας. Η κοινωνικογνωστική θεωρία θέλει το άτομο ενεργητικό, να χρησιμοποιεί τις γνωστικές του λειτουργίες για να αναπαραστήσει τα γεγονότα, να προβλέψει το μέλλον, να επιλέξει πώς θα ενεργήσει και να επικοινωνήσει με τους άλλους. Η συμπεριφορά είναι μια αλληλεπίδραση ανάμεσα στο άτομο και στο περιβάλλον, μια διαδικασία που ο Bandura ονομάζει *αμοιβαία αιτιοκρατία* (reciprocal determinism). Οι άνθρωποι επηρεάζονται, βέβαια, από περιβαλλοντικές δυνάμεις, αλλά τις ερμηνεύουν και τις επηρεάζουν και οι ίδιοι με τη δική τους συμπεριφορά (Pervin & John, 1999). Με τις όλο και αυξανόμενες διακρατικές αλληλεξαρτήσεις, η ζωή στις σύγχρονες κοινωνίες διαμορφώνεται και από γεγονότα που συμβαίνουν σε πολύ απομα-

κρυσμένες περιοχές. Η παγκοσμιοποίηση της ανθρώπινης αλληλοσύνδεσης προβάλλει νέες προκλήσεις στους ανθρώπους ώστε να ασκήσουν κάποιον έλεγχο στην προσωπική τους μοίρα και στον προσορισμό τους αλλά και στην εθνική ζωή του τόπου τους.

Η προσέγγισή του είναι στραμμένη προς την προώθηση της υγείας. Οι άνθρωποι που έχουν ορισμένες υγιείς συνήθειες ζουν περισσότερο, έχουν καλύτερη ποιότητα ζωής και επιβραδύνουν τη διαδικασία της γήρανσης. Σε μια δύσκολη εποχή που ζούμε σήμερα, που οι προβλέψεις πολλών διανοητών είναι δυσοίωνες, ο Albert Bandura έρχεται να υποστηρίξει ότι: «Παρ' όλα τα άσχημα νέα που ακούτε, ο κόσμος είναι γεμάτος από ανθρώπους με ψυχολογικές αντοχές, που ξεπερνούν από μόνοι τους εθισμούς στα ναρκωτικά και στα οινόπνευματώδη, ωφελούνται από τη σκληρή εργασία και το άγχος, επιβιώνουν από τις τραυματικές εμπειρίες της παιδικής τους ηλικίας και διευρύνουν τη ζωή τους μέσα από αυτοπροωθούμενες συμπεριφορές». Ο Bandura επέλεξε να κινηθεί ενάντια στην αρνητική τάση για την ανθρώπινη συμπεριφορά, που χαρακτηρίζει πολλές σχολές της ψυχολογίας, γιατί, όπως υποστηρίζει και ο ίδιος, «οι θεωρίες μας προβλέπουν υπέρ το δέον την παθολογία στην ανθρώπινη συμπεριφορά».

Τον Απρίλιο του 2003 το Πανεπιστήμιο Αθηνών τίμησε με την ανώτατη διάκριση που διαθέτει, αυτή του διδάκτορος επί τιμή, τον επιφανή καθηγητή του Πανεπιστημίου του Stanford των ΗΠΑ κ. Albert Bandura, που με το έργο του καταξιώνει τον άνθρωπο ως ικανό να έχει τον έλεγχο της ζωής και του μέλλοντος στα χέρια του.

Το άρθρο του *Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective* (Κοινωνικογνωστική Θεωρία: Μια Ενεργή Παραγοντική Οπτική), το οποίο ο ίδιος ο Albert Bandura επέλεξε να τον εκπροσωπήσει στο τεύχος αυτό –αφιέρωμα στο έργο του–, προβάλλει τις πεποιθήσεις του για τον τρόπο με τον οποίο άνθρωπος και περιβάλλον αλληλεπιδρούν και αλληλοκαθορίζονται. Οι άνθρωποι συμβάλλουν αλλά δεν είναι οι μόνοι που καθορίζουν αυτά που τους συμβαίνουν. Ο ενεργός ανθρώπινος παράγοντας, το ενεργούν πρόσωπο (agent) λειτουργεί μέσα σε ένα ευρύ δίκτυο κοινωνικο-δομικών επιρροών. Σε αυτές τις ενεργές παραγοντικές συναλλαγές οι άνθρωποι είναι παραγωγοί αλλά και προϊόντα των κοινωνικών συστημάτων. Η κοινωνικογνωστική θεωρία διακρίνει τρία βασικά είδη ενεργών παραγόντων (agencies): τον άμεσο ενεργό προσωπικό παράγοντα (personal agency), τον ενεργό εξουσιοδοτημένο παράγοντα (proxy agency), ο οποίος στηρίζεται στο να ενεργήσουν οι άλλοι σύμφωνα με τις εντολές μας ώστε να διασφαλισθεί το επιθυμητό αποτέλεσμα, και τον ενεργό συλλογικό παράγοντα (collective agency), ο οποίος ασκείται μέσα από μια κοινωνικά συντονισμένη και αλληλεξαρτώμενη προσπάθεια.

Ο όρος «agency» (ενεργός παράγοντας) που χρησιμοποιεί δηλώνει την πρόθεση, την επιδίωξη του ανθρώπου να προκαλέσει την πραγματοποίηση γεγονότων ή καταστάσεων μέσω των ενεργειών του. Ενσωματώνει όλες τις πεποιθήσεις, τις αυτορρυθμιζόμενες ικανότητες, όλα τα ταλέντα και τις κατανεμημένες δομές και λειτουργίες μέσω των οποίων ο άνθρωπος ασκεί προσωπική επιρροή.

Η κοινωνικογνωστική του θεωρία προσεγγίζεται εδώ μέσα από την έννοια αυτού του ενεργού ανθρώπινου παράγοντα. Τα βασικά του στοιχεία –που είναι η σκοπιμότητα, η προνοητικότητα, η αυτοαποτελεσματικότητα και η αυτοστοχαστικότητα σε σχέση με τις ικανότητές του, την ποιότητα της λειτουργικότητάς του και το νόημα των επιδιώξεών του– απευθύνονται στο ζήτημα της ανθρώπινης υπόστασης. Επιτρέπουν στους ανθρώπους να συμμετέχουν στην προσωπική τους ανάπτυξη, στην προσαρμογή και στην αυτοανανέωσή τους καθώς οι καιροί και οι περιστάσεις αλλάζουν.

Στο αφιέρωμα αυτό παρουσιάζονται έρευνες Ελλήνων και ξένων συναδέλφων που ασχολούνται με τις έννοιες των θεωριών του Albert Bandura, και ιδιαίτερα με την έννοια των προσδοκιών της αυτοαποτελεσματικότητας. Ο πρώτος συγγραφέας μιας από τις έρευνες που φιλοξενεί το τεύχος αυτό, ο Frank Pajares, έχει ασχοληθεί εκτενέστατα με τις έννοιες των θεωριών του A. Bandura, το όνομά του κυριαρχεί στην πρόσφατη σχετική βιβλιογραφία και έχει την ευθύνη μιας πληρέστατης ιστοσελίδας αφιερωμένης στο έργο του Bandura.

Η έρευνα των F. Pajares και J. Barich επιχειρεί να αξιολογήσει την προγνωστική ικανότητα των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας στις μαθηματικές επιδόσεις μαθητών γυμνασίου. Τα μαθηματικά είναι ένα μάθημα που ενδιαφέρει ιδιαίτερα, διότι κατέχει κυρίαρχη θέση στην εκπαίδευση όλων των βαθμίδων της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Οι πεποιθήσεις των μαθητών για την αυτοαποτελεσματικότητά τους στα μαθηματικά μπορούν να προβλέψουν το βαθμό που θα πάρουν στο μάθημα αυτό, και όχι μόνο. Η αυτοαποτελεσματικότητα στα μαθηματικά συνδέεται και με άλλες αυτορρυθμιστικές διαδικασίες, όπως είναι η προνοητικότητα και ο αυτοστοχασμός (Schunk & Ertmer, 2000). Στην έρευνα αυτή συγκρίθηκαν οι προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας των μαθητών ως προς τις επιδόσεις τους στα μαθηματικά με εκείνες ως προς τον τελικό βαθμό που θα έπαιρναν στο μάθημα αυτό. Η πρώτη, πιο συγκεκριμένη, μέτρηση επικεντρώνεται στις ικανότητες που πιστεύει ο μαθητής ότι διαθέτει στα μαθηματικά και η δεύτερη, ευρύτερη, μετράει την πεποίθησή του για το βαθμό που θα πάρει (εξωτερική αξιολόγηση). Συνήθως στις έρευνες αυτοαποτελεσματικότητας ως προς τα ακαδημαϊκά επιτεύγματα οι ερευνητές χρησιμοποιούν μία από αυτές τις δύο μεθόδους. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι η προσδοκία των μαθητών για το βαθμό που θα πάρουν προβλέπει με μεγαλύτερη ακρίβεια την τελική τους αξιολόγηση στα μαθηματικά από τον καθηγητή τους από ό,τι η πεποίθηση για τις μαθηματικές τους ικανότητες. Οι συγγραφείς θέτουν ενδιαφέροντα ερωτήματα με τα οποία προσπαθούν να ερμηνεύσουν το αποτέλεσμα αυτό. Η ερμηνεία που φαίνεται περισσότερο εύλογη είναι ότι οι βαθμοί δεν αξιολογούν μόνο τις γνώσεις των μαθητών στα μαθηματικά αλλά περιλαμβάνουν και άλλους παράγοντες αξιολόγησης, όπως είναι η προσπάθεια και η εν γένει συμπεριφορά και εικόνα του μαθητή στην τάξη. Επιπλέον, οι μαθητές στην ηλικία αυτή γνωρίζουν τα κριτήρια με τα οποία βαθμολογούνται και έτσι μπορούν να προβλέψουν με μεγαλύτερη ακρίβεια το βαθμό τους.

Η έρευνα των Φρ. Μόττη-Στεφανίδη, Β. Παυλόπουλου, Ν. Τάκη, Μ. Ντάλλα, Αθ.-Χρ. Παπαθανασίου και Α. S. Masten εξετάζει τη σχέση των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας με την ψυχική ανθεκτικότητα ομάδων μεταναστών και παλιννοστούντων εφήβων. Η διεθνής ερευνητική βιβλιογραφία έχει δείξει τις μεταβλητές αυτές να συνδέονται μεταξύ τους (Bandura, 1997). Η έρευνά τους επιβεβαίωσε τη σχέση αυτή βρίσκοντας τις υψηλές προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας να συνδέονται με υψηλή ψυχολογική επάρκεια, ανεξάρτητα από το βαθμό αντιξοότητας κάτω από τον οποίο ζούσαν οι έφηβοι. Εξάλλου, και ο ίδιος ο Bandura, υιοθετώντας μια θετική άποψη για την ανθρώπινη φύση, πιστεύει στις ψυχικές αντοχές των ανθρώπων να ξεπερνούν από μόνοι τους τις δυσκολίες και τις αντιξοότητες της ζωής.

Οι προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας συνδέονται θετικά με την υψηλή αυτοεκτίμηση, τα θετικά συναισθήματα και μια υψηλή αίσθηση ευεξίας. Αντίθετα, συνδέονται αρνητικά με την εκδήλωση καταθλιπτικών συμπτωμάτων (Bandura, 1997). Στο πλαίσιο μιας ευρύτερης μελέτης των σχέσεων μεταξύ ορισμένων ψυχοκοινωνικών παραγόντων και της αίσθησης ευεξίας, ο Ευάγγ. Καραδήμας προσπάθησε να βρει τις σχέσεις ανάμεσα στις προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας –ως προς την αντοχή, την επίλυση προβλημάτων και την επίγνωση της κατάστασης– και στα καταθλιπτικά φαινόμενα σε ομάδα 201 ατόμων με μέση ηλικία τα 41.75 έτη. Τα αποτελέσματα της έρευνάς του επιβεβαίωσαν την αρνητική σχέση μεταξύ προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας και καταθλιπτικών συμπτωμάτων, αφού οι προσδοκίες αυτοαποτελεσματικότητας προέβλεψαν την ένταση των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, τόσο άμεσα όσο και έμμεσα, μέσω του θετικού συναισθήματος, της θετικής επαναξιολόγησης της κατάστασης και της συχνής χρήσης στρατηγικών επίλυσης προβλημάτων.

Στην εργασία των Χρ. Καρμπά-Σχοινά και Μ. Ζαφειροπούλου επιχειρείται ένα πρόγραμμα παρέμβασης για την ενίσχυση της αυτοαποτελεσματικότητας σε ομάδα μαθητών με μαθησιακές δυσκολίες. Η προσέγγιση των συγγραφέων επιχείρησε να αντιμετωπίσει τα μαθησιακά προβλήματα μέσα από καθαρά ψυχολογικές μεθόδους και τεχνικές που στηρίζονται στη συνειδητή βούληση των μαθητών για

αλλαγή. Παρεμβαίνοντας στις πηγές διαμόρφωσης της αυτοαποτελεσματικότητας, οι συγγραφείς δημιούργησαν τις αναγκαίες προϋποθέσεις ώστε τα παιδιά να αρχίσουν να αισθάνονται ικανά να αντιμετωπίσουν τα προβλήματά τους μετά από συνειδητή βούληση και προσπάθεια.

Οι έρευνες που φιλοξενούνται στο τεύχος αυτό επιβεβαίωσαν την προβλεπτική ικανότητα των προσδοκιών αυτοαποτελεσματικότητας και τη σχέση τους με διάφορες άλλες εκφάνσεις της ανθρωπίνης συμπεριφοράς, εμπλουτίζοντας έτσι την ήδη πλούσια σχετική διεθνή βιβλιογραφία. Η ποικιλία των εφαρμογών της θεωρίας της αυτοαποτελεσματικότητας είναι όντως εντυπωσιακή, προσφέροντας πλούσια γνώση για κοινωνικές εφαρμογές σε πολλούς τομείς της ζωής. Αν υιοθετήσουμε την άποψη ότι μια θεωρία κρίνεται από την ερμηνευτική και προβλεπτική της ικανότητα, θα πρέπει να δώσουμε πολύ υψηλή βαθμολογία στη θεωρία της αυτοαποτελεσματικότητας.

Στόχος αυτού του αφιερώματος ήταν να γνωρίσει στην ελληνική ακαδημαϊκή κοινότητα την ενασχόληση Ελλήνων και ξένων συναδέλφων με τις έννοιες των θεωριών του Bandura. Ελπίζουμε η προσπάθεια αυτή να πέτυχε το στόχο της.

Μαρία Μαλικιώση-Λοϊζου

Βιβλιογραφία

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Evans, R. I. (1976). *The making of psychology*. New York: Knopf.
- Κολιάδης, Ε. (1991). *Θεωρίες μάθησης και εκπαιδευτική πράξη. Β. Κοινωνικογνωστικές θεωρίες*. Αθήνα.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (1999). *Θεωρίες προσωπικότητας: Έρευνα και εφαρμογές*. Αθήνα: Τυπωθήτω – Γιώργος Δαρδανός.
- Schunk, D. H., & Ertmer, P. A. (2000). Self-efficacy and academic learning: Self-efficacy enhancing interventions. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 631-650). San Diego, CA: Academic Press.