

Ο εαυτός

Παναγιώτης Κορδούτης

*Τμήμα Ψυχολογίας,
Πάντειο Πανεπιστήμιο
Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών*

1

Ο εαυτός

6243, 3ΔΜ

- Απαιτήσεις του μαθήματος
 - ☐ **Αναγνώσματα**
 - η παρούσα παρουσίαση που βρίσκεται στην ιστοσελίδα του διδάσκοντος
 - θεωρητικά αναγνώσματα από βιβλιογραφία που παρατίθεται στην ιστοσελίδα του διδάσκοντος
 - σκόπιμη είναι η παρακολούθηση του μαθήματος και η τήρηση σημειώσεων
 - ☐ **Εξετάσεις:**
ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών, που αποσκοπούν στον έλεγχο της κατανόησης θεωρίας και της δυνατότητας δημιουργικής χρήσης της
- Ιστοσελίδα
 - <http://users.otenet.gr/~pkord>
Εδώ θα βρείτε την ιστοσελίδα του μαθήματος, το διάγραμμα διαλέξεων, την παρουσίαση που γίνεται στο μάθημα σε μορφή "power-point" και pdf-acrobat κατάλληλη για κατέβασμα και ανάγνωση, τον κατάλογο των υποχρεωτικών και υποστηρικτικών αναγνωσμάτων που μπορούν να αναζητηθούν στην αγορά ή σε πανεπιστημιακές βιβλιοθήκες, τυχόν σχετικά άρθρα ή ερευνητικές παρουσιάσεις του διδάσκοντος, συνδέσεις με ιστότοπους σχετικούς με το μάθημα κ.α.
- Επικοινωνία
 - Ωρες συνεργασίας: τακτικές κατά το πρόγραμμα στο γραφείο B7 και εκτακτες μετά από συνεννόηση στις παρακάτω ηλ. διευθύνσεις
 - kordouti@panteion.gr ή pkord@otenet.gr
όπου μπορείτε να απευθύνετε ερωτήσεις για το μάθημα που μπορούν να απαντηθούν με αυτόν τον τρόπο

2

Προεπισκόπηση

1. Εισαγωγή
2. Η φύση του Εαυτού
3. «γνῶθι σαυτόν»: επιδίωξη και επίτευξη αυτογνωσίας (Χίλων, Σωκράτης)
4. Η αυτοανάπτυξη
5. Ο εαυτός από γνωστική σκοπιά. Πώς αντιλαμβάνεται τον εαυτό η κοινωνική νόηση
6. Η αυτορρύθμιση της συμπεριφοράς, κυβερνητικές προσεγγίσεις
7. Η αυτοπαρουσίαση
8. Η αυτοεκτίμηση
9. Η κοινωνική ταυτότητα
10. Ατομοκρατία-ολοκρατία κι εαυτός στο Ελληνικό πολιτισμικό πλαίσιο
11. Η κατάθλιψη
12. Η αυταπάτη της ευεξίας

3

Ο εαυτός

«γνῶθι σαυτόν»

= γνώρισε τον εαυτό σου, πέτυχε την αυτογνωσία

η επιδίωξη και επίτευξη της αυτογνωσίας

- Φράση χαραγμένη στο Μαντείο των Δελφών
- Αποδίδεται από τον Πλάτωνα στον Χίωνα τον Λακεδαιμόνιο
- Τη χρησιμοποιούσε συχνά ο Σωκράτης ως αξίωμα

4

Ο εαυτός

- Πως αντιλαμβάνονται οι άνθρωποι τον εαυτό τους;
 - Επιθετικοί και κατηγορικοί προσδιορισμοί: εμπειρέχοντες ικανότητες, δεξιότητες, χαρακτηρισμούς, ιδιότητες
 - Κατηγορήματα που αποδίδουν καταστάσεις ύπαρξης και τρόπους του είναι
 - Ρηματικές περιγραφές τάσεων, ροπών, αρεσκειών, στόχων, διαπροσωπικών στρατηγικών καθώς και ύφους
 - π.χ. δημιουργικός, ντροπαλός, ζεστός, ανεξάρτητος, ανταγωνιστικός, φιλόδοξος, δραστήριος, πλούσιος, ευτυχής, ευέξαπτος, πονηρός, χειριστικός, καλοδιάθετος, μίζερος, νευρικός...
- Από που προκύπτουν αυτές οι αντιλήψεις;
- Αντιπροσωπεύουν οι αντιλήψεις αυτές ό,τι πραγματικά είναι οι άνθρωποι;

5

Ο εαυτός

1. Κατά αντίληψη χαρακτηριστικά και ικανότητες – ο «πνευματικός εαυτός» του W. James (1890, “*The Principles of Psychology*”)-οι απαρχές της αυτογνωσίας
 - i. **Πότε** και **γιατί** επιδιώκουν οι άνθρωποι την αυτογνωσία;
 - ii. Τι **θέλουν** οι άνθρωποι να γνωρίζουν για τον εαυτό τους; Πως αυτό επηρεάζει την αναζήτηση αυτογνωσίας;
2. Ποιες είναι οι πηγές της αυτογνωσίας;
 1. Ο φυσικός κόσμος
 2. Ο κοινωνικός κόσμος
 3. Ο ενδότερος κόσμος – οι σκέψεις και τα συναισθήματα μας
 - Πόσο σαφείς, σταθερές κι απαράλλακτες πληροφορίες παράγουν;
3. Πως αξιολογούν οι άνθρωποι τον εαυτό τους;
 1. Τάση για θετική αποτίμηση από τους περισσότερους
 2. Οι αυτοαποτιμήσεις τείνουν να είναι ανακριβείς και μη ρεαλιστικές ενίοτε (αλλά πότε;) ακριβείς και ρεαλιστικές
 3. Μεροληψίες στον τρόπο που τα άτομα αναζητούν την αυτογνωσία προάγουν θετικές αυτοαποτιμήσεις

6

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Ο πολιτισμικός παράγων

Ένας σχεδόν ακούσιος και παθητικός τρόπος πρόσκτησης αυτογνωσίας

- ❑ Ο χωροχρόνος στον οποίο γεννιόμαστε εμπεριέχει προκαθορισμένα ρεπερτόρια κοινωνικών ταυτοτήτων μέσα στα οποία μπορούμε να αυτοαναπτυχθούμε ακολουθώντας συνήθως δοσμένους δρόμους.

❑ *Από τι κατασκευάζονται τα ρεπερτόρια των κοινωνικών ταυτοτήτων;*

7

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Ο πολιτισμικός παράγων

Ο χωροχρόνος στον οποίο γεννιόμαστε εμπεριέχει προκαθορισμένα ρεπερτόρια κοινωνικών ταυτοτήτων μέσα στα οποία μπορούμε να αυτοαναπτυχθούμε ακολουθώντας συνήθως δοσμένους δρόμους.

Π.χ.

Είναι απίθανο (αν και όχι αδύνατο) να είσαι ανταγωνιστικός τύπος σε μία κοινωνία που δεν γνωρίζει καν την έννοια...

Είναι απίθανο σε μια κλειστή-αγροτική κοινωνία ή μία κοινωνία από «κάστες» (αδιαπέραστες, απαράλλακτες, σταθερές κοινωνικές τάξεις), να ονειρευτεί ένα άτομο τον εαυτό του να είναι κάτι άλλο από τα ανθρώπινα πρότυπα του κοινωνικού του κύκλου...

Είναι απίθανο ένα άτομο να νοιώσει ότι επιτρέπεται να έχει ιδιοσυγκρασιακούς ατομικούς στόχους όταν αυτό δεν...υφίσταται ως επιλογή

❑ *Γιατί δεν είναι όμως εντελώς αδύνατον;*

8

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Ο πολιτισμικός παράγων

☐ Οι πολιτισμικές προσδοκίες

Π.χ.

Ακόμη και από βρέφη μίας μέρας οι γονείς έχουν προσδοκίες ανάλογες π.χ. προς το φύλο ή την εμφάνιση του παιδιού, τις οποίες του της υπαγορεύουν ως μέρος της ταυτότητας του μέσω της γλώσσας, της συμπεριφοράς τους προς αυτό κλπ.

Τα μέλη μιας εθνικής ομάδας μαθαίνουν από πρόωμη ηλικία να αντιμετωπίζουν την ομάδα τους με συγκεκριμένες προσδοκίες για το ποιοι είναι, ποιοι είναι σε σχέση με άλλους λαούς, τι δυνατότητες έχουν, τι χαρακτηριστικά οφείλουν να έχουν ή να αυτοκαλλιεργήσουν ή και να ...καταπολεμήσουν

9

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Συνθήκες που εκκινούν την αυτογνωσία

Ένας μάλλον εκούσιος και ενεργητικός τρόπος απόκτησης αυτογνωσίας, με ή χωρίς πάθος, με ή χωρίς ενδιαφέρον

☐ Οι σημαντικές αλλαγές ζωής, τα επερχόμενα γεγονότα ζωής «προσκαλούν» αλλαγές στον ίδιο τον εαυτό, στην αυτοαντίληψη και προκαλούν αυτογνωσία

Π.χ.

Οι γυναίκες που πρόκειται να αποκτήσουν το πρώτο τους παιδί αναζητούν ενεργά πληροφορίες μητρότητας, οραματίζονται ενεργά τον εαυτό τους σαν μητέρα, νοερά παράγοντας εικόνες που αφορούν και το πρακτικό μέρος του να είσαι μάνα...η νοερή αυτή δραστηριότητα συμβάλει στο να αποκτούν οι γυναίκες ταυτότητα μάνας, να βιώνουν την postpartum προσαρμογή καλύτερα και να νιώθουν καλύτερα για τον εαυτό τους

10

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία

Ένας εκούσιος και ενεργητικός τρόπος απόκτησης αυτογνωσίας, με πάθος, ενδιαφέρον και εσκεμμένο στόχο

- ❑ Οι εσκεμμένοι στόχοι άγουν την αυτογνωσία σε επιλεκτική αναζήτηση πληροφοριών για τον εαυτό, επιλεκτική προσοχή και ερμηνεία των πληροφοριών.

Η εν λόγω ευρετική επιλεκτικότητα οφείλεται σε τρεις κινήτριες δυνάμεις ή απλώς κίνητρα:

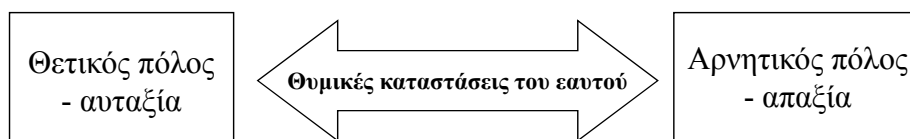
1. Την αυτοενίσχυση
2. Το κίνητρο για ακρίβεια
3. Το κίνητρο για συνέπεια

11

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: αυτοενίσχυση

Επίκουρος (341-270 π.χ., «Κύρια δόξα», «Ἐπιστολή πρὸς Μενοικέα», «Ἐπικούρου προσφώνησις»), W. James (1890)=θυμικές καταστάσεις του είναι, του εαυτού:



- ✓ Ο εαυτός προσελκύεται από, και κινητοποιείται για την αυταξία (π.χ. υπερηφάνεια, ευχαρίστηση)
- ✓ Ο εαυτός αποφεύγει και αποστρέφεται την απαξία (π.χ. ταπείνωση, ντροπή)

12

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: αυτοενίσχυση

- A. Οι άνθρωποι έχουν κίνητρο να νιώθουν καλά για τον εαυτό τους, να μεγιστοποιούν την αυταξία τους.
 - η αυτοενίσχυση σχετίζεται με το συναίσθημα εφόσον στοχεύει στη βελτίωση μιας θυμικής κατάστασης
 - ίσως το θυμικό στοιχείο διαχέεται και είναι αδιαχώριστο με το όλο σύστημα του εαυτού
- B. Συγγενής αλλά διαφορετική αντίληψη της «αυταξίας»:
Οι άνθρωποι έχουν κίνητρο να αντιμετωπίζουν (να τον σκέφτονται) τον εαυτό τους υπό ευνοϊκούς όρους, να τον βλέπουν ως καλύτερο από τους «ομοίους του»

ΟΜΩΣ

υπάρχουν καταστάσεις στις οποίες οι άνθρωποι νιώθουν αυταξία (καλά για τον εαυτό τους) επειδή δεν διαφέρουν πολύ από το μέσο όρο και καμιά φορά επειδή είναι χειρότεροι!!!

π.χ. ο «είμαστε μέσοι άνθρωποι» ή οι γονείς έναντι των παιδιών τους κ.α

13

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: αυτοενίσχυση

- Κατά McDougall (1923) οι δύο αντιλήψεις (A & B) δεν έχουν να κάνουν με την «αντιμετώπιση» του εαυτού ή το πως τον βλέπουμε αλλά με την βαθιά και καθολική ανάγκη μας να μεγιστοποιούμε την αυταξία μας, πράγμα που υπηρετεί η αυτοενίσχυση
- Σε πολλές δυτικότερες χώρες ωστόσο η ανάγκη αυτή μπορεί να υπηρετείται πιο πολύ απ' το B, από την ευνοϊκότερη αντιμετώπιση του εαυτού εν σχέσει προς τους άλλους.

14

Ο εαυτός: *Οι απαρχές της αυτογνωσίας*

- **Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: ακρίβεια**
- ❑ **Ενίοτε οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να γνωρίζουν πραγματικά ποιοι είναι ασχέτως αξιολογήσεως-άσχετα με το αν είναι αυτό που πρόκειται να μάθουν για τον εαυτό τους καλό ή κακό. Γιατί αυτό...**
 - i. μειώνει την αβεβαιότητα, κατάσταση ευχάριστη που έχει καθατή αξία.
 - ii. αποτελεί εσωτερικευμένη ηθική επιταγή, αλλιώς η ύπαρξή τους αδειάζει από νόημα και πέφτουν σε αυτοϋποτίμηση...
 - iii. συμβάλει στην επίτευξη ατομικών στόχων έχοντας αξία επιβίωσης. Η ακριβής γνώση των ορίων (μέγιστο-ελάχιστο, εκπαιδευσιμο ή μη, ενθεκτικότητα στην πίεση κλπ.), των δυνατοτήτων μας είναι προσαρμοστική. Παραδείγματα: οι καταστάσεις δοκιμασιών, κινδύνου, οι απαιτητικές για την αυτοανάπτυξή μας δοκιμασίες της εκπαίδευσης κλπ.

15

Ο εαυτός: *Οι απαρχές της αυτογνωσίας*

- **Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: ακρίβεια**
- ❑ **Ενίοτε οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να γνωρίζουν πραγματικά ποιοι είναι ασχέτως αξιολογήσεως-άσχετα με το αν είναι αυτό που πρόκειται να μάθουν για τον εαυτό τους καλό ή κακό. Γιατί αυτό...**
 - iv. συμβάλει λειτουργικά στην μεγιστοποίηση του συναισθήματος της αυταξίας εφόσον μπορεί να οδηγήσει σε εσωτερικές αποδόσεις αιτίου για την επιτυχία αναφερόμενες σε ικανότητα-ιδιότητα του ατόμου ή την προσπάθεια που κατέβαλε.
 - v. συμβάλει λειτουργικά στην προστασία του ατόμου από τα αρνητικά συναισθήματα μιας πιθανής αποτυχίας εφόσον το αποτρέπει από το να δοκιμαστεί σε χώρους και τομείς που γνωρίζει ότι οι δυνατότητές του δεν επαρκούν. Έτσι η αυταξία του διατηρείται ακόμα και εάν δοκιμαστεί εφόσον η απόδοση γίνεται στη δυσκολία του έργου

16

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

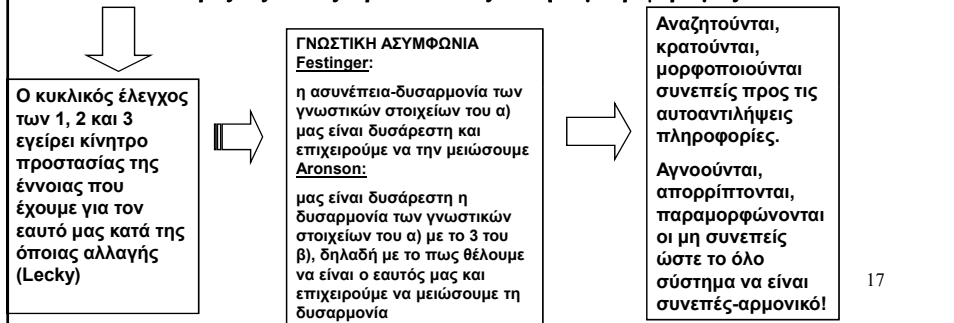
➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: συνέπεια

Οι αυτοαντιλήψεις μας

α) εμπεριέχουν γνωστικά στοιχεία όπως πληροφορίες για τον εαυτό και ρεπερτόρια συμπεριφορών που τον εκδηλώνουν

β) επιτελούν δε τις εξής λειτουργίες:

1. επηρεάζουν την επεξεργασία πληροφοριών
2. καθοδηγούν τις συμπεριφορές
3. **παίρνουν θέση τελικών επιθυμητών καταστάσεων (σκοπών) για τον εαυτό προς τις οποίες προσανατολίζεται η συμπεριφορά μας**



Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

➤ Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: συνέπεια

Η κατά Swann, 1990, 1996 θεωρία της αυτοεπαλήθευσης

- ❑ Εφόσον τα άτομα διαθέτουν αντιλήψεις για το ποιοι είναι αποπειρώνται να τις επαληθεύσουν
 1. εμπλεκόμαστε σε δραστηριότητες αυτοεπαλήθευσης και προτιμούμε χώρους και ανθρώπους που συμβάλλουν σε αυτό
 2. επιλεκτικά αναζητούμε και συγκρατούμε μόνο πληροφορίες που επιβεβαιώνουν τις αντιλήψεις μας
 3. προσπαθούμε να πείσουμε άλλους ότι όντως διαθέτουμε τα χαρακτηριστικά για τα οποία διαθέτουμε σχετικές αυτοαντιλήψεις για να πάρουμε σχετικές αντιδράσεις

Ο εαυτός: Οι απαρχές της αυτογνωσίας

- Κίνητρα που άγουν την αυτογνωσία: συνέπεια
Η κατά Swann θεωρία της αυτοεπαλήθευσης
 - ✓ Γιατί επιδιώκουμε την επαληθευτική των αυτοαντιλήψεών μας ανατροφοδότηση των 1, 2, 3;
 - a) Αισθανόμαστε πιο άνετα και πιο ασφαλείς όταν μας βλέπουν όπως βλέπουμε τον εαυτό μας, αποφεύγουμε τη σύγχυση και την συνεχή προσπάθεια οικοδόμησης-επαναοικοδόμησης ενός «καινού» εαυτού σε κάθε νέα περίπτωση
 - b) Οι αλληλεπιδράσεις μας με τους άλλους διεκπεραιώνονται απρόσκοπτα όταν ισχύει το a) κυρίως γιατί μπορούμε να ασκήσουμε, μερικώς, προβλέψεις και έλεγχο στις αντιδράσεις μας και αυτές των άλλων
 - Η θεωρία προβλέπει ότι τα άτομα ενδιαφέρονται εξίσου για την επιβεβαίωση των αρνητικών αυτοαντίληψεών τους όσο και των θετικών!

19

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

-- αν υποθεθεί ότι μαθαίνουμε πως υπάρχει ένα νέο ανθρώπινο χαρακτηριστικό...από πού και πως θα ενημερωθούμε αν και κατά πόσον το διαθέτουμε;

- Ο φυσικός κόσμος
 - ✓ Π.χ. το ύψος, το βάρος, η ρώμη...πως πληροφορούμαστε γι' αυτά;
 - από αντικειμενικές μετρήσεις
 - Περιορισμοί
 1. Δεν υπάρχει «φυσική» βάση μέτρησης για όλα τα χαρακτηριστικά, π.χ. ευγένεια, εξυπνάδα
 2. Η επίγνωση μιας «μέτρησης» (πόσο ψηλοί είμαστε) δεν μας πληροφορεί για το χαρακτηριστικό που μας ενδιαφέρει εφόσον αυτό αποκτά νόημα μόνον εν σχέσει προς τα χαρακτηριστικά των άλλων (πόσο ψηλοί είμαστε σε σχέση με τους άλλους)
 - Τι είναι «φυσική» μέτρηση, τι είναι «αντικειμενική» μέτρηση;

20

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο φυσικός κόσμος
 - ❑ Η προσωπική μας ταυτότητα σε όλα σχεδόν τα χαρακτηριστικά συλλαμβάνεται **συγκριτικά**
 - ✓ Π.χ. όταν λέμε ότι είμαστε «ανεξάρτητοι» υπαινισσόμαστε ότι είμαστε πιο ανεξάρτητοι σε σχέση με άλλους ή και τους περισσότερους άλλους
 - Αλλά ποιοι είναι αυτοί οι άλλοι προς τους οποίους σταθμίζουμε τα χαρακτηριστικά μας;

21

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο κοινωνικός κόσμος
 - ❑ Η Κοινωνική σύγκριση
 - Συγκρινόμαστε με «ομοίους» μας άλλους ως προς σημαντικές διαστάσεις προκειμένου να αποκτήσουμε **ακριβέστερη** αυτοεικόνα για τα χαρακτηριστικά μας
 - ✓ Κριτήρια ομοιότητας π.χ. Ηλικία, φύλο, φυλή...
 - ✓ Η ομοιότητα μας δίνει πλουσιότερες πληροφορίες για το εαυτό από την ανομοιότητα

22

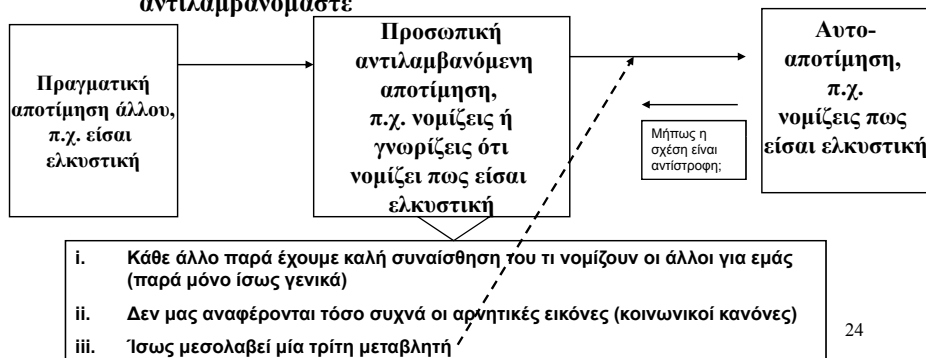
Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο κοινωνικός κόσμος
 - ❑ Η Κοινωνική σύγκριση
- ΑΛΛΑ το προηγούμενο δεν ισχύει πάντα...**
- ...συγκρινόμαστε και με ελαφρά ανόμοιους σε διαστάσεις που μας ενδιαφέρουν και έχουμε έναν προϋδεασμό για το «κινητοποιό προς τη βελτίωση μας αποτέλεσμα» ή έστω «το όχι και τόσο απογοητευτικό για μας...»
 - ✓ Κάνουμε συγκρίσεις
 - ο επί τα βελτίω ή
 - ο επί τα χείρω
 - Υπό πολλές περιστάσεις η ανάγκη μας να νιώθουμε καλά για τον εαυτό μας (αυταξία) επηρεάζει την διεργασία της κοινωνικής σύγκρισης

23

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο κοινωνικός κόσμος
 - ❑ Εξ αντανakλάσεως υποκειμενικές αποτιμήσεις
 - ✓ Πως αναπτύσσονται οι ιδέες που έχουν άνθρωποι για τον εαυτό τους (Kinch, 1963. Felson, 1993)
 - Α. Οι πραγματικές αποτιμήσεις των άλλων επηρεάζουν τις προσωπικές μας αποτιμήσεις έμμεσα, μέσω του πως τις αντιλαμβανόμαστε

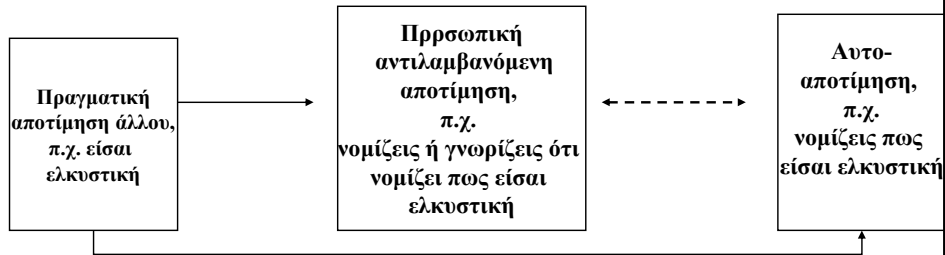


24

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

➤ Ο κοινωνικός κόσμος

- ❑ Εξ αντανάκλασεως υποκειμενικές αποτιμήσεις
 - ✓ Β. Μάλλον η τάση μας να θεωρούμε ότι οι άλλοι μας βλέπουν όπως βλέπουμε τον εαυτό μας εξηγεί τη συσχέτιση μεταξύ της υποκειμενικής αυτοαποτίμησης και της προσωπικής αυτοαποτίμησης (Felson, 1993)



25

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

➤ Ο κοινωνικός κόσμος

- ❑ Εξ αντανάκλασεως υποκειμενικές αποτιμήσεις
 - ✓ Το μοντέλο A ισχύει περισσότερο κατά τη διαμόρφωση του εαυτού στην πρώιμη παιδική ηλικία, ίσως βαθμιαία υποχωρώντας με την μορφοποίηση του εαυτού και κυρίως των αυτοεικόνων μας.
 - ✓ Ίσως ενεργοποιείται όταν δεν έχουμε αυτοεικόνα για μία διάσταση ούτε «δημόσια εικόνα» ή δεν έχουμε πλήρη ή επιθυμούμε και εργαζόμαστε συνειδητά για να αποκτήσουμε!
 - ✓ Το μοντέλο B ισχύει περισσότερο στην περίπτωση του ενήλικα
 - ✓ Το μοντέλο B ισχύει ακόμα και σε περίπτωση «ημιτελών» αλλά κατακτημένων αυτοεικόνων που έχουν ανάγκη ολοκλήρωσης μέσω ετεροεπιβεβαίωσης

26

Ο εαυτός: *Οι πηγές της αυτογνωσίας*

➤ Ο κοινωνικός κόσμος

☐ Εξ αντανάκλασεως υποκειμενικές αποτιμήσεις

- Τα άτομα δεν αφομοιώνουν ως ενήλικες παθητικά ανατροφοδοτήσεις από τους άλλους
- Ενεργητικά αναζητούν και επεξεργάζονται πληροφορίες από τον κοινωνικό τους κόσμο με βάση την ήδη μορφοποιημένη εικόνα εαυτού ή την επιθυμητή

27

Ο εαυτός: *Οι πηγές της αυτογνωσίας*

➤ Ο ενδότερος (ψυχικός) κόσμος

☐ Η ενδοσκόπηση

- ✓ **Κοιτάμε εντός...για να αντιληφθούμε τις εκάστοτε στάσεις, τα συναισθήματα και τα κίνητρά μας. Τι νιώθουμε από κατάσταση σε κατάσταση, με σχετική συνέπεια «κάθε φορά όπου βρίσκομαι...»: έτσι συνάγουμε αν διαθέτουμε ένα σταθερό χαρακτηριστικό.**
- ✓ **Οι προσωπικές ενδοσκοπικές πληροφορίες**
 - ενημερώνουν καλύτερα τους άλλους για το ποιο είμαστε από ότι η παρατήρηση των εξωτερικών συμπεριφορών μας (Andersen, 1984).**
 - ενημερώνουν εμάς τους ίδιους για το ποιο είμαστε, πως νιώθουμε, τις στάσεις, τα κίνητρά μας (Johnson & Boyd, 1995, Millar & Tesser, 1989)**

ΑΛΛΑ ➔

28

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο ενδότερος (ψυχικός) κόσμος
 - ❑ Η ενδοσκόπηση
 - ➔ **ΑΛΛΑ**
 - οι προσωπικές ενδοσκοπικές πληροφορίες μπορούν να υπονομεύσουν την αυτογνωσία
 - όταν αναλογιζόμαστε **γιατί** είμαστε ή νιώθουμε έτσι!!!
 - ο Η ενδοσκόπηση σε λόγους και αιτίες μπορεί να
 - I. μειώσει την ακρίβεια των μελλοντικών προβλέψεων της ίδιας μας της συμπεριφοράς
 - II. μειώσει την ικανοποίησή μας για τις επιλογές και αποφάσεις μας

29

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

- Ο ενδότερος (ψυχικός) κόσμος
 - ❑ Η ενδοσκόπηση
 - Οι άνθρωποι δεν γνωρίζουμε πάντα γιατί νιώθουμε όπως νιώθουμε (Freud, 1957)...παρόλο που έχουμε εύλογες εξηγήσεις
 - ο Οι εύλογες εξηγήσεις υπαγορεύονται πολύ περισσότερο από κοινωνικούς κανόνες, κοινωνικές αναπαραστάσεις, συγκυριακές πιέσεις και διαπροσωπικούς κοινωνικούς στόχους παρά από τις πραγματικά ιδιωτικές, ιδιοσυγκρασιακές μας σκέψεις

30

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

➤ Ο ενδότερος (ψυχικός) κόσμος

☐ Οι αυτοαντιληπτικές διεργασίες

Η κατά D. Bem θεωρία της αυτοαντίληψης

- Οι άνθρωποι δεν γνωρίζουμε γιατί πράττουμε ό,τι πράττουμε
- Το συμπεραίνουμε παρατηρώντας και αναλύοντας τη συμπεριφορά μας όπως ακριβώς ένας εξωτερικός παρατηρητής
 - στάσεις, συναισθήματα, κίνητρα, ψυχικές καταστάσεις ...κ.α. συνάγονται με αυτόν τον τρόπο!
- ✓ Οι διεργασίες αυτές συμβαίνουν περισσότερο όταν τα εσωτερικά δεικτικά σήματα μιας ψυχικής κατάστασης κλπ. είναι ασαφή και αόριστα έναντι εξωτερικών που είναι σαφή και συγκεκριμένα

31

Ο εαυτός: Οι πηγές της αυτογνωσίας

➤ Ο ενδότερος (ψυχικός) κόσμος

☐ Οι αποδόσεις αιτίου

- Πως εξηγούμε τις πράξεις μας; Οι αποδόσεις έρχονται ως απάντηση στην ερώτηση «Γιατί;».
 - Αποδίδουμε ένα γεγονός που παράγουμε οι ίδιοι σε μια αιτία π.χ. επιτυχία –αποτυχία (Weiner) => πηγή αυτογνωσίας
 - Αποδίδουμε ένα γεγονός που παρήχθη έναντι ημών από άλλους π.χ. δεχθήκαμε μία ή περισσότερες άρνηση σε πρότασή μας για γάμο... => πηγή αυτογνωσίας

Σημείωση: οι παρακάτω διαφάνειες αναφέρονται σε γνώσεις φοιτητών από παλαιότερα εισαγωγικά μαθήματά τους στην Κοινωνική Ψυχολογία και Κοινωνική Νόηση, ωστόσο είναι σκόπιμη η επανάληψη εδώ ώστε να συνειδητοποιηθεί καλύτερα πως οι γνωστότατες αυτές διεργασίες της απόδοσης αιτίου αποτελούν πηγή αυτογνωσίας.

32

Αποδόσεις αιτίου σχετικές με τον εαυτό από συμπεριφορές σχετικές με επιτεύγματα κατά Weiner, 1979

Το άτομο εκτελεί έργο, παράγει επίτευγμα

κρίνει εάν πέτυχε ή απέτυχε

προκύπτει γενική συναισθηματική αντίδραση προς την επιτυχία (ευχαρίστηση) ή την αποτυχία (στενοχώρια)

απόδοση αιτίου για να προσδιορισθεί το σημείο (έδρα) ελέγχου, η σταθερότητα, η ελεγχσιμότητα του επιτεύγματος

έδρα ελέγχου

σταθερότητα

ελεγχσιμότητα

33

Απόδοση αιτίου σχετικές με τον εαυτό από συμπεριφορές σχετικές με επιτεύγματα

Απόδοση αιτίου για να προσδιορισθεί το σημείο (έδρα) ελέγχου, η σταθερότητα, η ελεγχσιμότητα του επιτεύγματος

παράγονται προσδοκίες για μελλοντική επίδοση κυρίως με βάση την σταθερότητα

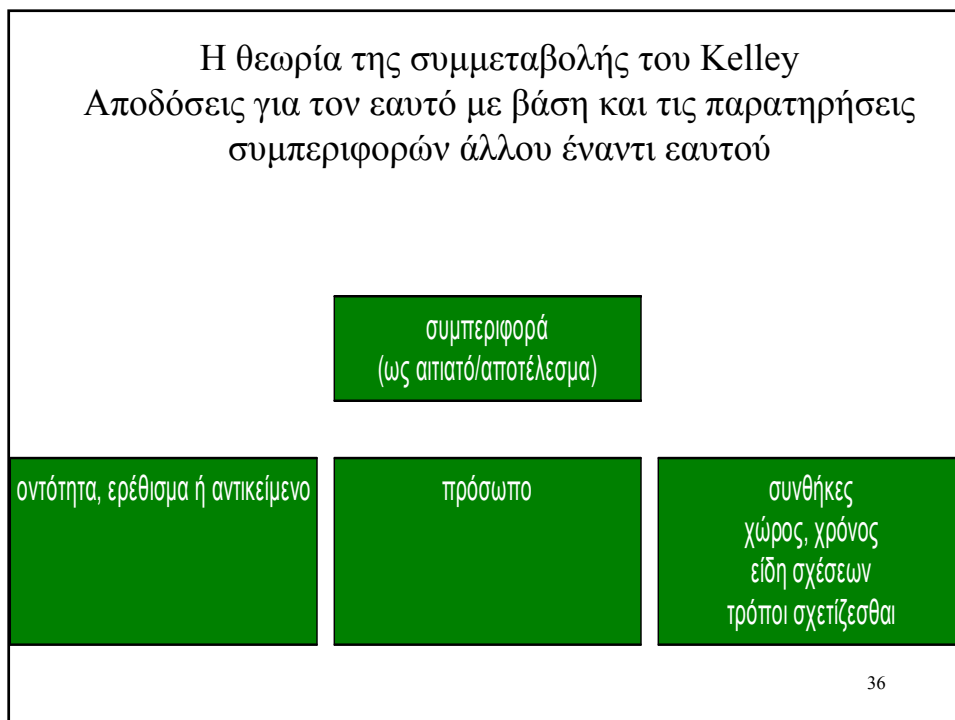
συγκεκριμένες συναισθηματικές αντιδράσεις προκύπτουν συνεπεία της απόδοσης και των υποκειμένων διαστάσεων της π.χ. υπερφάνεια για την επιτυχία εφόσον γίνεται εσωτερική απόδοση (σημείο ελέγχου), ενοχή για την αποτυχία εφόσον γίνεται απόδοση σε ελλειψη προσπάθειας (ελεγχσιμότητα)

συμπεριφορές επίδοσης που σχετίζονται με επόμενα επιτεύγματα

34

Αποδόσεις αιτίου σχετικές με τον εαυτό από επιτεύγματα κατά Weiner, 1979				
Έδρα Ελέγχου	Εσωτερική Έδρα		Εξωτερική Έδρα	
Σταθερότητα	Σταθερή	Ασταθής	Σταθερή	Ασταθής
Ελεγχιμότητα				
Ελέγξιμο	Κανονική προσπάθεια	Παροδική προσπάθεια ειδικά για αυτή την εξέταση	Ορισμένες μεροληψίες ή σφάλματα των εξεταστών	Ασυνήθης βοήθεια πχ αντιγραφή
Μη ελέγξιμο	Σύνθητες όριο ικανοτήτων	Διάθεση	Δυσκολία εξέτασης	Τύχη

35



36

Η θεωρία της συµµεταβολής του Kelley

είδη πληροφοριών
για τη συµπεριφορά/αιτιατό/αποτέλεσµα

οµοφωνία

διακριτότητα

συνέπεια

γενικεύεται η συµπεριφορά σε άλλα **πρόσωπα**;

γενικεύεται η συµπεριφορά σε άλλες **οντότητες**;

γενικεύεται η συµπεριφορά σε άλλες **συνθήκες**;

37

Η θεωρία της συµµεταβολής του Kelley

- **Οµοφωνία**
 - έχουν άλλοι άνθρωποι («πρόσωπα») την ίδια εµπειρία µε την οντότητα;
 - Εάν ναι η Συνάινεση είναι Υψηλή
 - ή
 - η ίδια συµπεριφορά, το ίδιο αιτιατό, το ίδιο αποτέλεσµα παρατηρείται όταν η οντότητα είναι παρούσα ενώπιον άλλων προσώπων
- **Διακριτότητα**
 - έχει το πρόσωπο την ίδια εµπειρία µε τη παρουσία άλλων οντοτήτων όπως η συγκεκριµένη;
 - Εάν όχι η Διακριτότητα είναι Υψηλή
 - ή
 - η συµπεριφορά, το αποτέλεσµα, το αιτιατό δεν προκύπτει στο πρόσωπο µε την παρουσία άλλων οντοτήτων παρά µόνο µε τη συγκεκριµένη.
- **Συνέπεια** (στον χώρο και το χρόνο)
 - Έχει το πρόσωπο την ίδια εµπειρία µε την οντότητα και σε άλλες περιστάσεις (τοποθεσίες, συγκυρίες, κοινωνικές καταστάσεις, είδη σχετίζεσθαι);
 - Εάν ναι η Συνέπεια είναι Υψηλή
 - ή
 - Η συµπεριφορά, το αιτιατό, το αποτέλεσµα προκύπτει κάθε φορά που είναι παρούσα η οντότητα άσχετα µε τον τόπο, το χρόνο και το είδος της αλληλεπίδρασης

38

Η θεωρία της συµµεταβολής του Kelley

Η Άννα και ο Δηµήτρης, γνωρίζονται από παλιά και Αποφασίζουν να βγουν σε ένα µπαρ.
Όµως εκείνος αδιαφορεί, ενώ είναι µαζί, κοιτώντας γύρω του ...

-Η Άννα αναρωτιέται, «γιατί αδιαφορεί;»

Γιατί ο Δηµήτρης (Οντότητα) αδιαφορούσε για την Άννα (Πρόσωπο) χθες το βράδυ στο µπαρ (Κατάσταση-χωροχρόνος);

Σηµείωση: η παρακάτω διαφάνεια νοείται ως απλοϊκά παράδειγμα προκειµένου να κατανοηθεί η λειτουργία του µοντέλου αυτού µε το οποίο αποδίδεται ευθύνη στον εαυτό (ή απαλλάσσεται) για ένα γεγονός µε βάση συµµεταβαλλόµενες παρατηρήσεις της συµπεριφοράς εαυτού-άλλου στο χωροχρόνο

39

Είδη πληροφοριών			Απόδοση
Οµοφωνία	Διακριτότητα	Συνέπεια	Είδος Αιτίας
<p>Σχεδόν όλες οι φίλες της Άννας, όταν έχουν βγει µαζί του, έχουν δεχθεί την αδιαφορία του Δηµήτρη</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Σχεδόν ποτέ, κανείς άλλος συνοδός δεν έχει αδιαφορήσει για την Άννα</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Η Άννα πάντα αντιμετώπιζε αδιαφορία από τον Δηµήτρη</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Οντότητα</p> <p>Η ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ ΑΠΟΔΙΔΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΟΝΤΟΤΗΤΑ, στο ΔΗΜΗΤΡΗ</p>
<p>Σχεδόν καμία από τις φίλες της Άννας, όταν έχουν βγει µαζί του, δεν έχουν δεχθεί αδιαφορία από τον Δηµήτρη</p> <p>ΧΑΜΗΛΗ</p>	<p>Σχεδόν ποτέ, κανείς άλλος συνοδός δεν έχει αδιαφορήσει για την Άννα</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Η Άννα ποτέ δεν αντιμετώπιζε αδιαφορία από τον Δηµήτρη</p> <p>ΧΑΜΗΛΗ</p>	<p>Συνθήκες</p> <p>Η ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ ΑΠΟΔΙΔΕΤΑΙ ΣΤΙΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ, στο µπαρ, στη βραδιά εκείνη</p>

Γιατί ο Δημήτρης (Οντότητα) αδιαφορούσε για την Άννα (Πρόσωπο) χθες το βράδυ στο μπαρ;

Είδη πληροφοριών			Απόδοση
Ομοφωνία	Διακριτότητα	Συνέπεια	Είδος Αιτίας
<p>Σχεδόν όλες οι φίλες της Άννας, όταν έχουν βγει μαζί του, έχουν δεχθεί την αδιαφορία του Δημήτρη</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Σχεδόν όλοι οι συνοδοί της έχουν δείξει αδιαφορία για την Άννα</p> <p>ΧΑΜΗΛΗ</p>	<p>Η Άννα πάντα αντιμετώπιζε αδιαφορία από τον Δημήτρη</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Πρόσωπο – Οντότητα</p> <p>είτε ο ένας είτε ο άλλος αποτελούν επαρκή αιτία της αδιαφορίας.</p>
<p>Σχεδόν καμία από τις φίλες της Άννας, όταν έχουν βγει μαζί του, δεν έχουν δεχθεί αδιαφορία από τον Δημήτρη)</p> <p>ΧΑΜΗΛΗ</p>	<p>Σχεδόν όλοι οι συνοδοί της έχουν δείξει αδιαφορία για την Άννα</p> <p>ΧΑΜΗΛΗ</p>	<p>Η Άννα πάντα αντιμετώπιζε αδιαφορία από τον Δημήτρη</p> <p>ΥΨΗΛΗ</p>	<p>Πρόσωπο</p> <p>ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ στην ANNA</p>

41

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

➤ Πως βλέπουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους

- ❖ Ο τρόπος που αντλούμε πληροφορίες από τις πηγές αυτογνωσίας είναι λίγο-πολύ ορθολογικός = φαίνεται σαν να νομίζουμε πως είμαστε ότι πραγματικά είμαστε.
- ❖ Όντως έτσι είναι; ΟΧΙ!
 - Όσον αφορά τις κοινωνικές μας τουλάχιστον ιδιότητες και δεξιότητες συνήθως νομίζουμε ότι είμαστε ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ απ' ότι πραγματικά είμαστε

42

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως βλέπουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
- ❑ Η προς τα βελτίω μεροληψία, η μεροληψία της θετικής αυτοεικόνας
 - ✓ Τείνουμε να θεωρούμε
 - ότι μας περιγράφουν περισσότερο θετικά χαρακτηριστικά (ειλικρίνεια, ευγένεια, ευαισθησία, εξυπνάδα, ελκυστικότητα...) παρά αρνητικά (ανειλικρίνεια, αγένεια...)
 - ότι τους περισσότερους άλλους τους περιγράφουν πολύ λιγότερο από ότι εμάς τα θετικά χαρακτηριστικά (έστω ο μέσος όρος) ενώ τους περιγράφουν πιο πολύ τα αρνητικά!
 - ✓ «Είμαστε καλύτεροι από του άλλους, είναι χειρότεροι από εμάς»
 - ότι τους περισσότερους άλλους που ανήκουν σε ενδοομάδες μας (σε ομάδες ή κατηγορίες που ανήκουμε και εμείς) τους περιγράφουν λιγότερο μεν αλλά κάπως καλύτερα τα θετικά χαρακτηριστικά και κάπως λιγότερο τα αρνητικά και πάντως καλύτερα και λιγότερο αντίστοιχα από τους άλλους
 - ✓ Η διομαδική εννοιοκρατεία

43

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως βλέπουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
- ❑ Η προς τα βελτίω μεροληψία, η μεροληψία της θετικής αυτοεικόνας
 - ✓ Η συντριπτική πλειοψηφία των ατόμων θεωρούν ότι οι ίδιοι και οι νοερές προεκτάσεις τους (ενδοομάδα, δικοί κλπ.) είναι καλύτεροι, αυτοαξιολογούνται θετικότερα σε πληθώρα διαστάσεων, π.χ. σχετικές έρευνες έδειξαν ότι αυτό ισχύει για,
 - a. ιδιότητες προσωπικότητας
 - b. διαπροσωπικές σχέσεις
 - c. δικαιοσύνη
 - d. οδήγηση
 - e. ηγεσία
 - f. επιδόσεις κάθε είδους (ακόμη και οι καθηγητές πανεπιστημίου το πιστεύουν για την προσωπική τους εργασία...)
 - g. προσαρμογή και προοπτική ανάπτυξης από ασθένεια σε σχέση με άλλους ασθενείς κ.α....

44

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
 - ❑ Αποτίμηση της ακρίβειας των αυτοεικόνων
 - ✓ Υπάρχει σταθερό στάνταρ αποτίμησης της ακρίβειας των αυτοεικόνων μας όταν η κοινωνική αντίληψη είναι σχετική και εναπόκειται στην υποκειμενικότητα του αντιλαμβανόμενου;
 - Αντιστοίχιση μεταξύ των αυτοεικόνων και των αντικειμενικών κριτηρίων
 - έλεγχος εγκυρότητας των αυτοεικόνων μας
 - ο Υπάρχουν ελάχιστα αντικειμενικά κριτήρια, δύσκολα ελέγχεται η εγκυρότητα των αυτοεικόνων μας
 - ο δεν υπάρχει παρά μικρή γενικά συσχέτιση με γενικές διαστάσεις π.χ. γενική νοημοσύνη, σχολική επίδοση, «εξυπνάδα»
 - ο η συσχέτιση βελτιώνεται όταν εξειδικεύεται η διάσταση π.χ. μαθηματική επίδοση, επίδοση στα μαθηματικά
 - ο και πάλι οι συσχετίσεις γενικά μας δίνουν συχετιστική ακριβή πληροφορία, π.χ. Ποια είναι η επίδοση του ατόμου σε σχέση με τους άλλους στα μαθηματικά

45

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
 - ❑ Αποτίμηση της ακρίβειας των αυτοεικόνων
 - Αντιστοίχιση μεταξύ των αυτοεικόνων και των κρίσεων των άλλων
 - έλεγχος της αξιοπιστίας των αυτοεικόνων μας
 - Παρά το ότι οι παρατηρητές συμφωνούν και κατά πολύ μάλιστα μεταξύ τους για τις ικανότητές μας...οι παρατηρούμενοι δεν συμφωνούμε με τους παρατηρητές, παρά πολύ λίγο!
 - - Πόσο ελκυστικοί πιστεύουν οι άλλοι ότι είμαστε, εμείς οι ίδιοι πόσο ελκυστικοί πιστεύουμε ότι είμαστε;
 - Συμφωνούν οι άλλοι μεταξύ τους;
 - Συμφωνούμε εμείς με τους άλλους;

46

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
 - ❑ Αποτίμηση της ακρίβειας των αυτοεικόνων
 - Αντιστοίχιση μεταξύ των αυτοεικόνων και των κρίσεων των άλλων
 - έλεγχος της αξιοπιστίας των αυτοεικόνων μας
 - Υπάρχει όμως υψηλή αντιστοίχιση ή συμφωνία παρατηρητών-παρατηρούμενων ως προς χαρακτηριστικά προσωπικότητας που εκφράζονται αναμφισβήτητα με τη συμπεριφορά π.χ. κοινωνικότητα, ευσυνειδησία....
 - Οι φίλοι και οι κοντινοί μας άνθρωποι έχουν εικόνα για τα πιο «αδιόρατα κοινωνικά» χαρακτηριστικά μας που αντιστοιχεί με την δικιά μας

47

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους
 - ❑ Αποτίμηση της ακρίβειας των αυτοεικόνων
 - Αντιστοίχιση μεταξύ των αυτοεικόνων και των κρίσεων των άλλων
 - Όσο πιο *επιθυμητό* το χαρακτηριστικό τόσο μικρότερη η αντιστοίχιση αυτοεικόνας-ετεροεικόνων για εμάς!
 - Συμφωνία μεταξύ οικείων προσώπων δεν σημαίνει και ακρίβεια
 - Οι κρίσεις των ανθρώπων σε αξιολογικούς τομείς δεν έχουν καλή αντιστοίχιση με τις κρίσεις των άλλων γι' αυτούς

48

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

➤ Πως αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τον εαυτό τους, η αυτοεικόνα τους

- ❑ Αποτίμηση της ακρίβειας των αυτοεικόνων
 - Αντιστοίχιση μεταξύ των αυτοεικόνων και της συμπεριφοράς
 - σύμπεριφερόμαστε σύμφωνα με τους αυτοχαρακτηρισμούς μας;
Συμπεριφέρεται ο αυτοπεριγραφόμενος σαν ευγενικός, ευγενικά;
 - ✓ Είναι πολύ μικρές οι συσχετίσεις μετρήσεων σε διαστάσεις προσωπικότητας και ενδεικτικές συμπεριφορές π.χ. ο έντιμος είναι το ίδιο σχεδόν πιθανό να προβεί σε εξαπάτηση εάν έχει την ευκαιρία και ο οικολογικά ευσυνείδητος σε ρύπανση με οποιονδήποτε άλλο (Mischel)
 - ✓ Υπερεκτιμούμε την ικανότητά μας να προβλέψουμε τη συμπεριφορά μας με βάση το τι γνωρίζουμε για εμάς, τα σχέδια και τις αποφάσεις μας
 - ✓ Οι υπερεκτιμήσει αυτές είναι ιδιαίτερα διογκωμένες και σχετίζονται πολύ λιγότερο με την επικείμενη συμπεριφορά όταν πρόκειται για κοινωνικά επιθυμητές δραστηριότητες

49

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

➤ Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους

- ❑ Συμπεριφορικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Επιλεκτική έκθεση σε ευνοϊκή ανατροφοδότηση
 - Μεροληπτούμε ενεργητικά υπέρ της αναζήτησης θετικής ανατροφοδότησης και κατά της αρνητικής.
 - ✓ Η υπερβολική αποφυγή της αρνητικής ανατροφοδότηση είναι δυσπροσαρμοστική και εν τέλει παθολογική
 - ✓ Επιδιώκουμε να μάθουμε περισσότερα πράγματα για εμάς όταν προσδοκούμε ότι μάλλον θα είναι θετικά παρά αρνητικά...δεν αφορά αυτό μόνο ικανότητες και χαρακτηριστικά αλλά ακόμη και διαγνωστικές ιατρικές πληροφορίες, τις οποίες αποφεύγουμε όταν υποψιαζόμαστε ότι θα είναι αρνητικές για εμάς!!! (π.χ. Έλεγχος για καρκίνο, HIV)
 - ✓ Το φαινόμενο διογκώνεται όταν οι συνθήκες είναι δημόσιες....

50

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

➤ Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους

- ❑ Συμπεριφορικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Αυτοϋπονόμευση
 - Τα άτομα συσκοτίζουν την πληροφοριακή αξία της αρνητικής ανατροφοδότησης με προσωπικές στρατηγικές που προοιωνίζουν, θέτουν εμπόδια και συχνά εξασφαλίζουν την αποτυχία, τη φθορά τους ακόμα και καταστροφικά αποτελέσματα...
Π.χ.
 - Ο φοιτητής που αφήνει το χρόνο να περνά και μετά δεν προλαβαίνει να προετοιμαστεί για τις εξετάσεις.
 - Ο αθλητής που δεν προπονείται αρκετά για επικείμενους αγώνες.
 - Ο νεαρός/νεαρή που δεν κάνει καμία προσπάθεια να δείξει τον καλύτερο εαυτό ή υπεραγχώνεται, αργεί, τρέχει «καταϊδρωμένος», για να παρουσιαστεί μίζερος ... στο πρώτο ραντεβού
 - Οι συμπεριφορές αυτές ναι μεν υπονομεύουν την κάθε είδους επιτυχία κλπ. αλλά δίνουν λαβή στα άτομα να θεωρήσουν ότι η αποτυχία δεν αποτελεί διαγνωστικό στοιχείο

51

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

➤ Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους

- ❑ Συμπεριφορικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Αυτοϋπονόμευση
 - Αυτό που βαραίνει δεν είναι μία συγκεκριμένη επιτυχία ή η αποτυχία μας αλλά κατά πόσον οι πληροφορίες που απορρέουν αποκαλύπτουν κάτι θετικό ή αρνητικό για τον εαυτό
 - **Η αυτοϋπονόμευση, με την ενεργητική επιδίωξη της αποτυχίας (!), διασφαλίζει ότι αυτή δεν θα εμπλέξει ιδιαίτερα προσφιλείς πλευρές του εαυτού (π.χ. ότι είμαστε αδύναμοι σε έναν τομέα....). Έτσι συντηρείται η αυτοεικόνα μας παρά την αποτυχία!**

52

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Συμπεριφορικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Επιλεκτικότητα ως προς έργο που απαιτεί μέτρο επιτεύγματος
 - τα άτομα επιλέγουν έργα που πλεονεκτικά (από τον χαρακτήρα και τις απαιτήσεις τους) αναδεικνύουν τις θετικές ικανότητές τους, προσθέτουν σε αυτές, τις στηρίζουν ή τις εμπλουτίζουν ...

53

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Συμπεριφορικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Άλλα τεκμήρια συμπεριφορών στρατηγικής αναζήτησης πληροφοριών
 - i. Τα άτομα αποφεύγουν καταστάσεις που θα μπορούσαν να θέσουν υπό δοκιμασία ή να τεκμηριώσουν αμφίβολες ιδιότητές τους
 - π.χ. αν πιστεύω ότι είμαι καλλίφωνος, χωρίς βάση, θα αποφύγω να τραγουδήσω μπροστά σε ...ένα γνώστη
 - ii. Τα άτομα όντως αναζητούν ανατροφοδότηση σε χαρακτηριστικά που είναι τροποποιήσιμα
 - π.χ. ζητώντας ανατροφοδότηση για το προϊόν μιας δεξιότητας και όχι για τη δεξιότητα καθαυτή, για ένα γραπτό κείμενο παρά για την ικανότητα του γράφειν...
 - Τα προϊόντα της εργασίας μας είναι βελτιώσιμα και τροποποιήσιμα
 - Οι ικανότητές μας μένουν μάλλον अपαράλλακτες ή αλλάζουν δύσκολα σε σχετικά όρια

54

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Επιλεκτική αλληλεπίδραση
 - i. Συνδεόμαστε επιλεκτικά με ανθρώπους ώστε να έχουμε την κατάλληλη, επιθυμητή για μας και θετική ανατροφοδότηση
 - ii. Η πλειοψηφία των ανθρώπων συνδέεται με ανθρώπους που μας αρέσουν και τους αρέσουμε γενικά
 - iii. Η πλειοψηφία των ανθρώπων συνδέεται με ανθρώπους που έχουν παρόμοια νοοτροπία και στάσεις ζωής με αυτούς...
 - iv. Το ii και το iii τροφοδοτούν το i

55

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Μεροληπτική κοινωνική σύγκριση
 - Επιλέγουμε στρατηγικά με ποιους θα συγκριθούμε, τους στόχους προς τους οποίους η σύγκριση
 - i. Επιλογή των κατάλληλων και προνομακίων στόχων σύγκρισης (ανθρώπων) σε τομείς που μας ενδιαφέρουν και γνωρίζουμε ότι δεν είναι δυνατόν να έχουν παρά μέτριες επιδόσεις π.χ. σύγκριση ως προς την αθλητική εμφάνιση με στερεοτυπικού διανοούμενους....
 - ii. Συγκρίσεις επί τα χείρω με πρόσφορους άλλους στόχους που είναι ή ίδιοι στις επιδόσεις ή χειρότεροι από εμάς ώστε το αποτέλεσμα της σύγκρισης να φανεί θετικότερο για εμάς ή έστω να είμαστε στον μέσο όρο στη διάσταση ενδιαφέροντος.
 - a. Προτιμούμε πολύ συχνά την επί τα χείρω σύγκριση
 - b. Όταν δεν υπάρχει ο πρόσφορος στόχος επινοούμε ένα γενικευμένο άλλο που τα καταφέρνει χειρότερα από εμάς...

56

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Μεροληπτική κοινωνική σύγκριση
 - Επιλέγουμε στρατηγικά με ποιους θα συγκριθούμε, τους στόχους προς τους οποίους η σύγκριση
 - iii. Συγκρινόμαστε όμως και επί τα βελτίω με ανθρώπους που έχουν κάτι κοινό με εμάς και μας δίνουν την αίσθηση ότι και εμείς μπορούμε να τα καταφέρουμε καλύτερα παρά το ότι από τη σύγκριση φαινόμεστε υποδεέστεροι...
 - a. Προϋπόθεση είναι να μην διαφέρουν πάρα πολύ στην διάσταση ενδιαφέροντος ή να μη διαφέρουν πολύ σαν άνθρωποι ώστε να νιώθουμε ότι και η δική μας αλλαγή είναι εφικτή
 - b. Αποτελούν πηγή έμπνευσης,ελπίδας και ετερόφωτης ικανοποίησης, προσφέροντας «εξ αντανάκλασεως δόξα»...

57

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Το μοντέλο συντήρησης της αυτοαξιολόγησης του Tesser
 - ✓ Πρόκειται για μοντέλο αυτοενίσχυσης μέσω σύγκρισης επί τα χείρω ή τα βελτίω που όμως δίνει έμφαση στο πόσο σχετική και σημαντική για τον εαυτό είναι η διάσταση προς την οποία γίνεται σύγκριση
 - ✓ Θεωρεί ότι προσεγγίζουμε πλεονεκτικές καταστάσεις για την αυταξία μας και αποφεύγουμε δυσμενείς

58

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Το μοντέλο συντήρησης της αυτοαξιολόγησης του Tesser (1988, 1991)
 - Εάν η σύγκριση γίνεται
 - A. σε διάσταση σχετική και σημαντική για τον εαυτό προτιμάμε σύγκριση επί τα χείρω ή να μην εκτεθούμε σε σύγκριση με το άτομο αυτό, έτσι αυτοενισχυόμαστε από το θετικό αποτέλεσμα της σύγκρισης
 - B. σε διάσταση λίγο σχετική ή άσχετη και όχι τόσο σημαντική ή ασήμαντη προτιμάμε σύγκριση επί τα βελτίω αλλά πάλι αυτοενισχυόμαστε γιατί λόγω της διαφοράς διάστασης είμαστε επιδεκτικοί στη «δόξα εξ αντανακλάσεως» (θάλλουμε χάρη στην επιτυχία του άλλου με τον οποίο συγκρωτίζομαστε)

59

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Το μοντέλο συντήρησης της αυτοαξιολόγησης του Tesser
 - Το μοντέλο έχει άμεση εφαρμογή με οικεία μας πρόσωπα και με τις κάθε είδους διαπροσωπικές σχέσεις που συνάπτουμε, αδέρφια, συγγενείς γενικά, συναδέλφους, φίλους, συγκατοίκους, συνεργάτες αλλά και ερωτικούς συντρόφους, συζύγους...
 - Π.χ. πως διαλέγουμε φίλους, ποιους προτιμούμε και κρατάμε, πότε τους απομακρύνουμε;
 - ✓ Προτιμούμε αυτούς που διαπρέπουν ή απλώς τα πάνε καλά σε άσχετες με μας διαστάσεις και έχουν λίγο χειρότερες επιδόσεις σε σχετικές!

60

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Κοινωνικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Το μοντέλο συντήρησης της αυτοαξιολόγησης του Tesser (1988, 1991)
 - Είναι πολύ λειτουργικό για τη συζυγική σχέση οι σύζυγοι να έχουν καλές επιδόσεις σε διαφορετικές διαστάσεις ή διαστάσεις με διαφορετική σημασία για τον καθένα
 - έτσι και οι επιδόσεις του συντρόφου τους αντανακλώνται πάνω τους θετικά και στη σύγκριση με αυτόν νιώθουν καλά ή τουλάχιστον δε νιώθουν υποδεέστεροι!

61

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Πως οι άνθρωποι συντηρούν την αυτοεικόνα τους
 - ❑ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
 - Ψυχολογικές διεργασίες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες*
 1. Δέχονται χωρίς κριτική διάθεση θετική ανατροφοδότηση σχετική με τον εαυτό αλλά εξετάζουν με καθ' υπερβολή σχολαστικότητα και απορρίπτουν την αρνητική
 2. Θυμούνται καλύτερα σχετική με τον εαυτό ανατροφοδότηση παρά αρνητική
 3. Ανακαλούν το παρελθόν τους έτσι ώστε να μπορούν να ισχυριστούν ότι διαθέτουν επιθυμητά χαρακτηριστικά και ικανότητες
 4. Ενδοσκοπούν κατά τρόπο που δίνουν την ευκαιρία να επιβεβαιώνουν ότι έχουν θετικά χαρακτηριστικά και δεν έχουν τα όποια αρνητικά

Σημείωση: αν και οι παρακάτω διαφάνειες αναφέρονται σε γνώσεις φοιτητών από εισαγωγικά μαθήματά τους στην Κοινωνική Ψυχολογία και Κοινωνική Νόηση, είναι σκόπιμη η επανάληψη εδώ ώστε να αναλογιστούν πως αυτά τα πολύ γνωστά «σφάλματα» και οι μεροληψίες κατά την απόδοση αιτίου συνδέονται άρρηκτα με την αυτοαξιολόγηση.

62

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

- Το φαινόμενο:
 - Τα άτομα τείνουν να αναλαμβάνουν την υπευθυνότητα και την συμβολή στην επίτευξη της επιτυχίας** και να αρνούνται την υπευθυνότητα και την συμβολή* τους στην αποτυχία

** Η έρευνα υποστηρίζει περισσότερο την αυτεξυπηρετική ανάληψη επιτυχίας

* Η άρνηση της αποτυχίας υποχωρεί με την φανερή ή διακριτική παρουσία ελέγχου

63

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

1. Ως προς την αυτοεξυπηρετική ανάληψη της επιτυχίας πρόκειται για ενίσχυση του εαυτού
 2. Ως προς την αυτοεξυπηρετική απόρριψη της αποτυχίας πρόκειται για προστασία του εαυτού
- Η ισχυρότερη ερευνητική επίρρωση του 1 έναντι του 2 ίσως αντανάκλα την κοινωνικά αποδεκτή επιθυμία μας να φαίνεται ότι προξενούμε επιτυχία-καλό παρά αποτυχία-κακό

64

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

Ο εαυτός έχει κίνητρο να αυτοπαρουσιάζεται με τα καλύτερα δυνατά χαρακτηριστικά, με αυτά που φέρουν επιθυμητή κοινωνική επιδοκίμασία.

Το κίνητρο αυτό εξηγεί γιατί όταν υπάρχει συναίσθηση κοινωνικού ελέγχου τα άτομα σπεύδουν να αναλάβουν και την ευθύνη της αποτυχίας

65

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

Γνωστική εξήγηση = είναι γνωστικό σφάλμα όχι μεροληψία

- **Εξήγηση του φαινομένου:**
 1. Προσδοκούμε την επιτυχία ως κάτι πιο φυσικό και αναμενόμενο της αποτυχίας και βέβαια ως πιο επιθυμητό για τον εαυτό
 2. Επιδιώκουμε ως στόχο την επιτυχία, όχι την αποτυχία, συντονίζουμε τις προσπάθειές μας προς τον στόχο αυτό, άρα όταν προκύπτει την θεωρούμε ως αυτονόητο προσωπικό επίτευγμα
 3. Στον υπολογισμό του ελέγχου επί μίας καταστάσεως, χρησιμοποιούμε παρελθούσες περιστάσεις επιτυχιών συχνότερα από ότι αποτυχιών άρα υπερπολογίζοντας τον έλεγχό μας στην επιτυχία

66

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

- Για να εξυπηρετηθούν οι ανάγκες του Εαυτού είναι δυνατόν και να μετριαστεί η ανάληψη ευθύνης της επιτυχίας ή και να υπάρξει ανάληψη αποτυχίας!
- Όταν καταστέλλονται* ή αίρονται οι γνωστικοί παράγοντες τα άτομα συμπεριφέρονται κατά τα κίνητρά τους, επιχειρούν δηλαδή να διεκδικήσουν μέγιστη συνεισφορά στην επιτευχθείσα επιτυχία για τον Εαυτό

*

π.χ. όταν εγείρεται η προσωπική εμπλοκή των ατόμων σε ένα έργο μετά το έργο

67

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης

- Ο Εαυτός μπορεί να επεκτείνει την αυτοεξυπηρέτηση για να συμπεριλάβει τον «κύκλο των δικών», την ενδο-ομάδα ή ανθρώπους που θεωρούνται προσωρινά «δικοί μας» για στρατηγικούς σκοπούς.

Π.χ.

- Η περίπτωση των συζύγων
- Του γονιού και του παιδιού
- Της παραδοσιακής εκτεταμένης οικογένειας
- Των παραδοσιακών Ελληνικών πελατειακών σχέσεων
- Της «συνευθύνης –συνενοχής» κλειστών συστημάτων (κρατικών οργανισμών κλπ.)

68

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

η εγωκεντρική μεροληψία

- Το φαινόμενο:
 - Το άτομο, ο εαυτός, αναλαμβάνει την ευθύνη για την παραγωγή του μεγαλύτερου μέρους ενός έργου που εκτελέστηκε από κοινού ή και την ευθύνη όλου του έργου ασχέτως εάν η ολοκλήρωσή του απετέλεσε επιτυχία ή αποτυχία

69

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

η εγωκεντρική μεροληψία

- Εξήγηση του φαινομένου:
 1. Η συμπεριφορά-συνεισφορά του εαυτού αυτοπαρατηρείται (προσοχή-κωδικοποίηση) ευχερέστερα **Γνωστική εξήγηση**
 2. Το σκεπτικό μας για το έργο μάς απομακρύνει από το να παρατηρήσουμε και να κατανοήσουμε τι κάνει ο άλλος **Γνωστική εξήγηση**
 3. Οι συμπεριφορές – συνεισφορά μας ταιριάζουν με την αντίληψη που έχουμε για το έργο ή τη γενική μας αντίληψη εργασίας

Γνωστική εξήγηση-gestalt

70

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

η εγωκεντρική μεροληψία

- Εξήγηση του φαινομένου:
 4. Ευχερέστερα ανακαλούνται από τη μνήμη οι προσωπικές συνεισφορές οδηγώντας μας στο συμπέρασμα ότι έχουμε κάνει και περισσότερα **1**
 5. Οι πληροφορίες που έχουμε για την συνεισφορά του άλλου διαφέρουν από αυτές που έχουμε για τη δικιά μας και ποσοτικά και ποιοτικά και από άποψη οπτικής **2**
 6. Η αυξημένη επεξεργασία της συνεισφοράς ενισχύει την αυτοεκτίμηση-επανατροφοδοτεί τον εαυτό με ενημέρωση για το τι κάνει: τι μπορεί, πόσο μπορεί και πόσο καλά μπορεί **3**

71

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

η εγωκεντρική μεροληψία

Οι σημειώσεις 1-3 της προηγούμενης διαφάνειας, οι εξηγήσεις είναι.....:

1. Γνωστική-μνημονική εξήγηση

2. Γνωστική-πληροφορική εξήγηση

3. Εξήγηση με βάση τα κίνητρα του Εαυτού-κυβερνητική

72

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

η εγωκεντρική μεροληψία

- Εξήγηση του φαινομένου:
 7. Αντιλαμβάνομαι τον εαυτό μου ως άνθρωπο ο οποίος προβαίνει σε κάποια ενέργεια προκειμένου να εκδηλώσει τις εσωτέρες προδιαθέσεις του και επομένως αποδίδω μεγαλύτερη βαρύτητα-ευθύνη στην συνεισφορά των προδιαθέσεών μου

Εξήγηση με βάση τα κίνητρα του Εαυτού ή κυβερνητική εξήγηση

73

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

το θεμελιώδες σφάλμα κατά την απόδοση

- Δίνουμε μεγαλύτερη βαρύτητα στις προδιαθέσεις των ατόμων, του εαυτού, ως ατιακό παράγοντα της υπό παρατήρηση συμπεριφοράς απ' ότι στις περιστάσεις κάτω από τις οποίες εμφανίστηκε
 - (υπερεκτίμηση του ψυχολογικού ντετερμινισμού της ανθρώπινης συμπεριφοράς)

74

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
το θεμελιώδες σφάλμα κατά την απόδοση

- **Το σφάλμα εμφανίζεται με δύο μορφές:**
 - ✓ 1. όταν πρόκειται να εξηγήσουμε τη συμπεριφορά ενός ατόμου και κάνουμε αιτιακές συναγωγές
 - ✓ 2. όταν με βάση παρατηρήσεις μας συγκεκριμένων συμπεριφορών ενός ατόμου υπό συγκεκριμένες περιστάσεις κάνουμε γενικές προβλέψεις για παρεμφερείς συμπεριφορές σε άλλες περιστάσεις
 - ✓ - ή και σε όλες τις περιστάσεις!
 - ✓ - ακόμα και όταν γνωρίζουμε ότι αυτές είναι κραυγαλέα διαφορετικές!

75

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
το θεμελιώδες σφάλμα κατά την απόδοση

Όταν με σαφήνεια γίνεται μεροληψία

- **...κύρια χαρακτηριστικά**
- **1. προσδίδεται υπερβολική βαρύτητα στον προσωπικό έλεγχο, πιστεύεται ότι ο εαυτός ελέγχει πλήρως και πάντα ή όφειλε να ελέγχει πλήρως και πάντα τόσο τις πράξεις του όσο και αυτά που του συμβαίνουν.**
- **2. υπόκειται στους κανόνες αυτο-απόδοσης/ετεροαπόδοσης**

76

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
το θεμελιώδες σφάλμα κατά την απόδοση

Όταν με σαφήνεια γίνεται μεροληψία

- **...κύρια χαρακτηριστικά**
- **3. έχει προσωπικό χαρακτήρα, δίνοντάς μας την ψευδαίσθηση του ελέγχου, των συνθηκών που μας περιβάλλουν**
- **4. έχει κοινωνικό χαρακτήρα, λειτουργεί σαν μεροληψία αυτοεξυπηρέτησης για να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση- ταυτότητα ατόμων και ενδοομάδων**

77

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Διαφορές μεταξύ αυτοαπόδοσης – ετεροαπόδοσης ή διαφορές στην απόδοση αιτίου αυτουργού - παρατηρητή της πράξης
 - Το άτομο που δρα τείνει να αντιλαμβάνεται περισσότερο τις πράξεις του ως αποτέλεσμα των περιστάσεων, ως αντίδραση σε αυτές παρά των προδιαθέσεων του
 - Το άτομο που παρατηρεί συμπεριφορά ίδια ή παρόμοια με αυτή του αυτουργού ακόμα και υπό τις ίδιες περιστάσεις τείνει να αντιλαμβάνεται ότι η αιτία της οφείλεται στον δράστη και τις προδιαθέσεις του παρά στις περιστάσεις

78

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
διαφορές αυτοαπόδοσης-ετεροαπόδοσης

• Εξήγηση του φαινομένου:

– Ο δράστης έχει περισσότερες πληροφορίες

- για την παραγωγή της συμπεριφοράς του, τις περιστάσεις υπό τις οποίες προκύπτει,
- την προσωπική του μαθησιακή ιστορία,
- τα κίνητρα του

- τις εμπειρίες του,
- ξέρει πότε και πως τροποποιεί την συμπεριφορά του,
- γνωρίζει ότι δεν παραμένει πάντα ο ίδιος ως προς την συμπεριφορά

**πληροφορική
εξήγηση**

79

□ Προσωπικοί παράγοντες που προάγουν τις θετικές αυτοεικόνες
διαφορές αυτοαπόδοσης-ετεροαπόδοσης

• Εξήγηση του φαινομένου:

➤ ο δράστης εστιάζεται στις περιστάσεις προκειμένου να κατευθύνει σωστά την συμπεριφορά του στο συγκεκριμένο κάθε φορά στόχο.

➤ ο παρατηρητής εστιάζεται στο πρόσωπο που δρα και όχι τόσο στις περιστάσεις προκειμένου να είναι σε θέση να προβλέψει τη συμπεριφορά του στο μέλλον με βάση κάτι σταθερό.

Μορφολογική εξήγηση – gestalt + εξήγηση με βάση τα κίνητρα του εαυτού για πρόβλεψη/έλεγχο κι επίτευξη στόχων

80

Ο εαυτός: Η αυτοαξιολόγηση

- Επαναποτίμηση των κινήτρων που άγουν την αυτογνωσία
 - ❖ Ως προς τα κοινωνικά επιθυμητά χαρακτηριστικά οι άνθρωποι προτιμούν τη θετική ανατροφοδότηση παρά την ακρίβεια της αυτογνωσίας
 - ❖ Οι άνθρωποι έχουν δύο ανεξάρτητα και ταυτόχρονα λειτουργούντα κίνητρα αυτογνωσίας
 1. για αυτοενισχυτική ανατροφοδότηση συνήθως των θετικών τους χαρακτηριστικών
 2. για επαληθευτική συνεπή ανατροφοδότηση συνήθως των αρνητικών τους χαρακτηριστικών
 - Επιδιώκουν την θετική επιβεβαίωση με το 1 και αποφεύγουν, αν γίνεται, τη δοκιμασία επαλήθευσης των αρνητικών χαρακτηριστικών αλλά εάν η κατάσταση το απαιτεί προτιμούν να λειτουργήσει το 2 με συνέπεια προς την επίγνωση των αρνητικών τους χαρακτηριστικών

81