

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|--|------|
| Πρόλογος..... | xiii |
| Σχετικά με τους Συγγραφείς | xix |
| Ειδικές Συμβουλές για τους Φοιτητές..... | xxii |
| Σημείωμα Επιμελητών | xxiv |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχολογία..... 1

| | |
|---|----|
| Ορισμός της Κοινωνικής Ψυχολογίας..... | 3 |
| Κοινωνική Ψυχολογία, Φιλοσοφία, Επιστήμη και Κοινή Λογική | 4 |
| Πώς Διαφέρει η Κοινωνική Ψυχολογία από τα Κοντινότερα «Ξαδέλφια» της | 6 |
| Η Δύναμη της Κατάστασης | 9 |
| Υποτιμώντας τη Δύναμη της Κατάστασης | 11 |
| Η Σημασία των Νοερών Κατασκευών..... | 13 |
| Από πού Προέρχονται οι Νοερές Κατασκευές: Βασικά Ανθρώπινα Κίνητρα | 18 |
| Το Κίνητρο της Αυτοεκτίμησης: Η Ανάγκη να Νιώθουμε Καλά για τον Εαυτό Μας | 20 |
| Το Κίνητρο της Κοινωνικής Νόησης: Η Ανάγκη για Ακρίβεια..... | 21 |
| Γιατί να Σπουδάσει Κανείς Κοινωνική Ψυχολογία; | 22 |
| Περίληψη | 24 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 26 |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 Μεθοδολογία: Πώς Διενεργούν Έρευνες οι Κοινωνικοί Ψυχολόγοι;29

| | |
|--|----|
| Κοινωνική Ψυχολογία: Μια Εμπειρική Επιστήμη | 30 |
| Διαμόρφωση Υποθέσεων και Θεωριών | 31 |
| Ερευνητικοί Σχεδιασμοί..... | 33 |
| Η Μέθοδος Παρατήρησης: Περιγράφοντας την Κοινωνική Συμπεριφορά | 34 |
| Η Συσχετιστική Μέθοδος: Προβλέποντας την Κοινωνική Συμπεριφορά..... | 36 |
| Η Πειραματική Μέθοδος: Απαντώντας σε Ερωτήματα Αιτιακής Φύσεως..... | 43 |
| Νέα Σύνορα στην Έρευνα στην Κοινωνική Ψυχολογία | 54 |
| Κουλτούρα και Κοινωνική Ψυχολογία | 54 |
| Κοινωνική Νευροεπιστήμη | 56 |
| Ηθικά Ζητήματα στην Κοινωνική Ψυχολογία..... | 57 |
| Περίληψη | 60 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 62 |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 Κοινωνική Νόηση: Πώς Σκεφτόμαστε για τον Κοινωνικό Κόσμο65

| | |
|---|----|
| Στον Αυτόματο Πιλότο: Σκέψη Χαμηλής Προσπάθειας | 67 |
| Οι Άνθρωποι ως Θεωρητικοί της Καθημερινής Συμπεριφοράς: Αυτόματη Σκέψη με Χρήση Σχημάτων..... | 68 |
| Ποια Σχήματα Χρησιμοποιούμε; Προσβασιμότητα και Προέγερση | 69 |
| Επαληθεύοντας τα Σχήματα: Η Αυτοεκπληρούμενη Προφητεία..... | 72 |
| Τύποι Αυτόματης Σκέψης | 77 |
| Αυτόματη Επιδίωξη Στόχων | 77 |
| Αυτόματη Σκέψη και Μεταφορές σχετικά με το Σώμα και τον Νου..... | 78 |
| Νοητικές Στρατηγικές και Συντομεύσεις: Ευρετικές για Εκφορά Κρίσεων | 80 |
| Πολιτισμικές Διαφορές στην Κοινωνική Νόηση | 86 |

| | |
|--|------------|
| Πολιτισμικοί Παράγοντες που Καθορίζουν τα Σχήματα | 86 |
| Ολιστική Έναντι Αναλυτικής Σκέψης | 87 |
| Ελεγχόμενη Κοινωνική Νόηση: Σκέψη βάσει Υψηλής Προσπάθειας | 89 |
| Ελεγχόμενη Σκέψη και Ελεύθερη Βούληση..... | 90 |
| Αναιρώντας Νοητικά το Παρελθόν: Αντιγεγονική Σκέψη | 92 |
| Βελτιώνοντας την Ανθρώπινη Σκέψη..... | 95 |
| Επανεξετάζοντας τον Watson | 97 |
| Περίληψη | 99 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 101 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 Κοινωνική Αντίληψη: Πώς Κατανοούμε τους Άλλους | 103 |
| Μη Λεκτική Επικοινωνία..... | 105 |
| Εκφράσεις του Προσώπου που Συνδέονται με τη Βίωση Συναισθημάτων | 106 |
| Κουλτούρα και Διάλογοι Μη Λεκτικής Επικοινωνίας..... | 110 |
| Πρώτες Εντυπώσεις: Γρήγορες αλλά με Μακρά Διάρκεια | 112 |
| Η Επίμονη Επίδραση των Αρχικών Εντυπώσεων..... | 116 |
| Αιτιακή Απόδοση: Απαντώντας στην Ερώτηση «Γιατί»;..... | 119 |
| Η Φύση της Διαδικασίας Απόδοσης | 120 |
| Το Μοντέλο Συνδιακύμανσης: Εσωτερικές έναντι Εξωτερικών Αποδόσεων | 121 |
| Το Θεμελιώδες Σφάλμα Απόδοσης: Οι Άνθρωποι ως Ψυχολόγοι Προσωπικότητας | 124 |
| Αυτοεξυπηρετικές Αποδόσεις | 130 |
| Το «Τυφλό Σημείο ως προς τη Μεροληψία» | 133 |
| Κουλτούρα και Κοινωνική Αντίληψη..... | 134 |
| Ολιστική Έναντι Αναλυτικής Σκέψης | 135 |
| Πολιτισμικές Διαφορές ως προς το Θεμελιώδες Σφάλμα Απόδοσης..... | 136 |
| Κουλτούρα και Άλλες Μεροληψίες στην Απόδοση..... | 138 |
| Περίληψη | 141 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 143 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 Ο Εαυτός: Κατανοώντας τον Εαυτό μας σε Κοινωνικό Πλαίσιο | 145 |
| Η Προέλευση και η Φύση της Κατανόησης για τον Εαυτό..... | 146 |
| Πολιτισμικές Επιρροές στην Κατανόηση για τον Εαυτό..... | 149 |
| Λειτουργίες του Εαυτού | 151 |
| Αυτογνωσία..... | 152 |
| Αυτογνωσία Μέσω Ενδοσκόπησης | 152 |
| Ανάπτυξη Αυτογνωσίας Μέσω Παρατήρησης της Συμπεριφοράς μας..... | 156 |
| Χρησιμοποιώντας τους Άλλους Άνθρώπους για την Ανάπτυξη Αυτογνωσίας..... | 166 |
| Αυτοέλεγχος: Η Εκτελεστική Λειτουργία του Εαυτού..... | 170 |
| Διαχείριση Εντυπώσεων: Ο Κόσμος Όλος Δεν Είναι Παρά Μια Σκηνή | 172 |
| Κολακεία και Αυτοϋπονόμευση | 173 |
| Κουλτούρα, Διαχείριση Εντυπώσεων και Αυτοβελτίωση..... | 175 |
| Περίληψη | 176 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 178 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 Η Γνωστική Ασυμφωνία και η Ανάγκη Προστασίας της Αυτοεκτίμησής μας | 181 |
| Η Θεωρία της Γνωστικής Ασυμφωνίας: Προστατεύοντας την Αυτοεκτίμησή μας | 182 |
| Αποφάσεις, Αποφάσεις, Αποφάσεις..... | 185 |

| | |
|--|------------|
| Η Δικαιολόγηση της Προσπάθειας | 188 |
| Συμπεριφορά Αντίθετη προς τις Στάσεις | 190 |
| Αποφεύγοντας τους Πειρασμούς..... | 198 |
| Το Υπόδειγμα της Υποκρισίας..... | 200 |
| Η Ασυμφωνία στις Διάφορες Κουλτούρες..... | 202 |
| Εξελίξεις και Επεκτάσεις της Θεωρίας της Γνωστικής Ασυμφωνίας..... | 204 |
| Θεωρία Αυτοεπιβεβαίωσης | 204 |
| Η Γνωστική Ασυμφωνία στις Στενές Σχέσεις: Θεωρία Συντήρησης της Αυτοαξιολόγησης..... | 206 |
| Κάποιες Καταληκτικές Σκέψεις για την Ασυμφωνία και την Αυτοεκτίμηση | 208 |
| Ξεπερνώντας την Ασυμφωνία..... | 211 |
| Ο Ναρκισσισμός και οι Κίνδυνοι της Υπερβολικής Αυτοεκτίμησης..... | 212 |
| Περίληψη | 215 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 218 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 Στάσεις και Αλλαγή Στάσεων: Επηρεάζοντας Σκέψεις και Συναισθήματα | 221 |
| Η Φύση και η Προέλευση των Στάσεων | 223 |
| Από πού Προέρχονται οι Στάσεις;..... | 224 |
| Ρητές Στάσεις Έναντι Άρρητων Στάσεων | 227 |
| Πότε Προβλέπουν οι Στάσεις τη Συμπεριφορά;..... | 230 |
| Πρόβλεψη Αυθόρμητων Συμπεριφορών | 230 |
| Πρόβλεψη Συμπεριφορών που είναι Αποτέλεσμα Περίσκεψης | 231 |
| Πώς Αλλάζουν οι Στάσεις;..... | 234 |
| Αλλάζοντας Στάσεις μέσω Αλλαγής Συμπεριφοράς: Επανεξέταση της Θεωρίας της Γνωστικής Ασυμφωνίας | 235 |
| Πειστική Επικοινωνία και Αλλαγή Στάσεων | 236 |
| Συναισθήματα και Αλλαγή Στάσεων | 242 |
| Η Αλλαγή Στάσεων και το Σώμα..... | 245 |
| Η Δύναμη της Διαφήμισης..... | 247 |
| Πώς Λειτουργεί η Διαφήμιση | 248 |
| Υποουδική Διαφήμιση: Μια Μορφή Ελέγχου του Νου;..... | 249 |
| Διαφήμιση και Κουλτούρα | 252 |
| Αντίσταση στα Πειστικά Μηνύματα..... | 254 |
| Εμβολιασμός Στάσεων..... | 255 |
| Σε Επιφυλακή για τυχόν Τοποθέτηση Προϊόντων..... | 256 |
| Αντίσταση στην Πίεση του Περίγυρου | 256 |
| Όταν οι Απόπειρες Πειθούς έχουν Αντίθετο Αποτέλεσμα από το Αναμενόμενο: Η Θεωρία της Αναδραστικότητας..... | 258 |
| Περίληψη | 260 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 262 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 Συμμόρφωση και Υποταγή: Επιρροές στη Συμπεριφορά | 265 |
| Συμμόρφωση: Πότε και Γιατί;..... | 268 |
| Πληροφοριακή Κοινωνική Επιρροή: Η Ανάγκη να Γνωρίζει Κανείς Ποιο Είναι το «Σωστό»..... | 271 |
| Η Σημασία του να Είναι Κανείς Ακριβής..... | 273 |
| Όταν η Πληροφοριακή Συμμόρφωση έχει Αντίθετο Αποτέλεσμα από το Αναμενόμενο | 274 |
| Πότε Συμμορφώνεται Κανείς βάσει Πληροφοριακής Κοινωνικής Επιρροής; | 276 |
| Κανονιστική Κοινωνική Επιρροή: Η Ανάγκη να Είναι Κανείς Αποδεκτός | 277 |
| Συμμόρφωση και Κοινωνική Αποδοχή: Οι Έρευνες του Asch βάσει του Υποδείγματος Εκτίμησης του Μήκους Γραμμών..... | 281 |
| Επανεξέταση της Σημασίας του να Είναι Κανείς Ακριβής..... | 284 |
| Οι Συνέπειες της Αντίστασης στην Κανονιστική Κοινωνική Επιρροή | 286 |

| | |
|--|------------|
| Πότε Συμμορφώνεται Κανείς βάσει Κανονιστικής Κοινωνικής Επιρροής | 287 |
| Μειοποτική Επιρροή: Όταν οι Λίγοι Επηρεάζουν τους Πολλούς | 291 |
| Τακτικές Συμμόρφωσης..... | 293 |
| Ο Ρόλος των Κανονιστικών και των Περιγραφικών Νορμών | 294 |
| Χρησιμοποιώντας τις Νόρμες για να Αλλάξουμε τη Συμπεριφορά: Προσοχή στο «Φαινόμενο Μπούμερανγκ» | 297 |
| Άλλες Τακτικές Κοινωνικής Επιρροής | 298 |
| Υπακοή στην Εξουσία | 302 |
| Η Έρευνα του Milgram | 303 |
| Ο Ρόλος της Κανονιστικής Κοινωνικής Επιρροής..... | 306 |
| Ο Ρόλος της Πληροφοριακής Κοινωνικής Επιρροής | 307 |
| Άλλες Αιτίες Εκδήλωσης Υπακοής | 308 |
| Οι Έρευνες πάνω στην Υπακοή, Παλαιότερα και Σήμερα | 311 |
| Περίληψη | 313 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 315 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9 Ομαδικές Διεργασίες: Επιρροή εντός Κοινωνικών Ομάδων..... | 317 |
| Τι είναι Ομάδα;..... | 319 |
| Γιατί οι Άνθρωποι Εντάσσονται σε Ομάδες; | 319 |
| Η Σύνθεση και οι Λειτουργίες των Ομάδων | 320 |
| Ατομική Συμπεριφορά σε Ομαδικά Πλαίσια..... | 326 |
| Κοινωνική Διευκόλυνση: Όταν η Παρουσία των Άλλων μας Ενεργοποιεί | 326 |
| Κοινωνική Οκνηρία: Όταν η Παρουσία των Άλλων μας Χαλαρώνει..... | 330 |
| Φύλο και Πολιτισμικές Διαφορές ως προς την Κοινωνική Οκνηρία: Ποιος Λουφάρει Περισσότερο; | 331 |
| Απεξαιτομίκευση: Χαμένοι Μέσα στο Πλήθος | 332 |
| Ομαδικές Αποφάσεις: Είναι Δύο (ή Περισσότερα) Μυαλά Καλύτερα από Ένα;..... | 335 |
| Διαδικαστική Απόπτωση: Όταν οι Ομαδικές Αλληλεπιδράσεις Υπονομεύουν την Αποτελεσματική Επίλυση Προβλημάτων | 336 |
| Ομαδική Πόλωση: Φτάνοντας στα Άκρα..... | 339 |
| Η Ηγεσία εντός Ομάδων | 341 |
| Σύγκρουση και Συνεργασία | 347 |
| Κοινωνικά Διλήμματα | 348 |
| Η Χρήση Απειλών κατά την Επίλυση Συγκρούσεων..... | 351 |
| Διαπραγματεύσεις και Παζάρια..... | 353 |
| Περίληψη | 355 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 357 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10 Έλξη και Σχέσεις: Από τις Αρχικές Εντυπώσεις στη Μακροπρόθεσμη Στενή Σχέση..... | 359 |
| Τι Προβλέπει την Έλξη;..... | 361 |
| Το Αγόρι/Κορίτσι της Διπλανής Πόρτας: Το Φαινόμενο της Εγγύτητας | 361 |
| Ομοιότητα..... | 362 |
| Αμοιβαία Συμπάθεια | 365 |
| Εμφανισιακή Ελκυστικότητα | 367 |
| Εξέλιξη και Επιλογή Συντρόφου | 373 |
| Αναπτύσσοντας Σχέσεις στον Ψηφιακό Κόσμο..... | 376 |
| Έλξη 2.0: Προτιμήσεις Συντρόφου σε μια Διαδικτυακή Εποχή | 378 |
| Οι Προοπτικές και οι Παγίδες της Διαδικτυακής Σύναψης Σχέσεων..... | 380 |
| Αγάπη και Στενές Σχέσεις | 381 |
| Ορίζοντας την Αγάπη: Συντροφικότητα και Πάθος | 382 |

| | |
|--|------------|
| Κουλτούρα και Αγάπη | 384 |
| Ύψη Δεσμού στις Στενές Σχέσεις | 387 |
| Το Σώμα και το Μυαλό σας όταν Είστε Ερωτευμένοι | 388 |
| Αξιολογώντας Σχέσεις: Ικανοποίηση και Χωρισμός..... | 390 |
| Θεωρίες Ικανοποίησης από μια Σχέση | 390 |
| Η Διαδικασία και η Εμπειρία του Χωρισμού | 397 |
| Περίληψη | 400 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 401 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11 Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά: Γιατί Προσφέρει Κανείς Βοήθεια;..... | 405 |
| Βασικά Κίνητρα για Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά: Γιατί Προσφέρει Κανείς Βοήθεια; | 407 |
| Εξελικτική Ψυχολογία: Ένστικτα και Γονίδια | 407 |
| Κοινωνική Ανταλλαγή: Το Κόστος και οι Επιβραβεύσεις της Παροχής Βοήθειας | 410 |
| Ενσυναίσθηση και Αλτρουισμός: Το Αγνό Κίνητρο για Παροχή Βοήθειας | 412 |
| Ατομικά Γνωρίσματα και Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά: Γιατί Ορισμένοι Άνθρωποι Βοηθούν Περισσότερο Από Άλλους;... | 416 |
| Ατομικές Διαφορές: Η Αλτρουιστική Προσωπικότητα..... | 416 |
| Διαφορές στη Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά Βάσει Φύλου | 417 |
| Πολιτισμικές Διαφορές στη Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά | 419 |
| Θρησκεία και Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά..... | 420 |
| Οι Επιδράσεις της Διάθεσης στη Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά | 422 |
| Παράγοντες Σχετικοί με την Κατάσταση που Ευνοούν την Ανάκυψη Φιλοκοινωνικής Συμπεριφοράς: Πότε Προσφέρει Κανείς Βοήθεια;..... | 423 |
| Περιβάλλον: Επαρχιακό Έναντι Αστικού | 423 |
| Κινητικότητα στην Κατοίκηση | 424 |
| Ο Αριθμός Παρατηρητών: Το Φαινόμενο του Αμέτοχου Παρατηρητή | 425 |
| Διάχυση Ευθύνης στον Κυβερνοχώρο..... | 431 |
| Επιδράσεις των Μέσων: Βιντεοπαιχνίδια και Στίχοι Μουσικής | 432 |
| Πώς Μπορεί να Αυξηθεί η Προσφορά Βοήθειας; | 433 |
| Αυξάνοντας τις Πιθανότητες να Παρέμβουν Αμέτοχοι Παρατηρητές..... | 434 |
| Αυξάνοντας τον Εθελοντισμό..... | 435 |
| Περίληψη | 437 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 439 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12 Επιθετικότητα: Γιατί Κάνουμε Κακό στους Άλλους; Μπορούμε να το Αποτρέψουμε; | 443 |
| Είναι η Επιθετικότητα Έμφυτη, Επίκτητη ή Προαιρετική; | 445 |
| Η Εξελικτική Θεώρηση | 446 |
| Πολιτισμός και Επιθετικότητα..... | 448 |
| Φύλο και Επιθετικότητα | 451 |
| Μαθαίνοντας να Συμπεριφερόμαστε Επιθετικά..... | 454 |
| Ορισμένες Επιρροές βάσει Φυσιολογίας | 456 |
| Κοινωνικές Περιστάσεις και Επιθετικότητα..... | 458 |
| Ματαίωση και Επιθετικότητα..... | 458 |
| Πρόκληση και Ανταπόδοση..... | 460 |
| Τα Όπλα ως Εναύσματα Εκδήλωσης Επιθετικότητας | 461 |
| Συνδυάζοντας τα Επιμέρους Στοιχεία: Η Περίπτωση της Σεξουαλικής Κακοποίησης..... | 463 |
| Η Βία και τα Μέσα Επικοινωνίας και Ενημέρωσης | 466 |
| Μελετώντας τις Επιδράσεις της Απεικόνισης Βίας στα Μέσα Επικοινωνίας και Ενημέρωσης | 467 |
| Το Πρόβλημα του Προσδιορισμού Αιτίων και Αποτελεσμάτων..... | 470 |

| | |
|--|------------|
| Πώς Μπορεί να Μειωθεί η Επιθετικότητα | 473 |
| Μειώνει την Επιθετικότητα η Τιμωρία της; | 473 |
| Μπορούμε να Εκτονώσουμε τον Θυμό μας Ενδίδοντας σ' Αυτόν; | 475 |
| Πώς Πρέπει να Διαχειριζόμαστε τον Θυμό μας; | 476 |
| Διαταράσσοντας τον Φαύλο Κύκλο Απόρριψης–Οργής | 479 |
| Περίληψη | 483 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 486 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13 Προκατάληψη: Αιτίες, Συνέπειες και Τρόποι Αντιμετώπισης | 489 |
| Ορίζοντας την Προκατάληψη | 491 |
| Ο Γνωστικός Παράγοντας: Στερεότυπα..... | 492 |
| Ο Θυμικός Παράγοντας: Συναισθήματα..... | 496 |
| Ο Συμπεριφορικός Παράγοντας: Διακρίσεις..... | 498 |
| Εντοπίζοντας Κρυφές Προκαταλήψεις | 504 |
| Τρόποι Εντοπισμού Μη Εκφραζόμενων Προκαταλήψεων | 505 |
| Τρόποι Εντοπισμού Άρρητων Προκαταλήψεων | 505 |
| Οι Επιδράσεις των Προκαταλήψεων στα Θύματά τους | 509 |
| Η Αυτοεκπληρούμενη Προφητεία..... | 509 |
| Η Απειλή σε όρους Κοινωνικής Ταυτότητας | 510 |
| Αιτίες της Προκατάληψης | 513 |
| Πιέσεις για Συμμόρφωση: Νόρμες | 513 |
| Θεωρία Κοινωνικής Ταυτότητας: Εμείς Εναντίον Αυτών | 516 |
| Θεωρία Ρεαλιστικής Σύγκρουσης | 521 |
| Μειώνοντας τις Προκαταλήψεις | 523 |
| Η Υπόθεση Επαφής..... | 525 |
| Συνεργασία και Αλληλεξάρτηση: Η Τάξη Παζλ | 529 |
| Περίληψη | 533 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 536 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ 14 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ 1 | |
| Αξιοποιώντας την Κοινωνική Ψυχολογία για την Προετοιμασία ενός Περιβαλλοντικά Βιώσιμου και Ευτυχισμένου Μέλλοντος | 539 |
| Εφαρμοσμένη Έρευνα στην Κοινωνική Ψυχολογία | 543 |
| Αξιοποιώντας την Πειραματική Μέθοδο..... | 544 |
| Η Κοινωνική Ψυχολογία ως Αρωγός..... | 546 |
| Αξιοποιώντας την Κοινωνική Ψυχολογία για να Προετοιμάσουμε ένα Περιβαλλοντικά Βιώσιμο Μέλλον | 547 |
| Επικοινωνία και Μεταβολή των Κοινωνικών Νορμών | 547 |
| Η Επισκόπηση της Κατανάλωσης | 550 |
| Εισάγοντας μια Ελάχιστη Ανταγωνιστικότητα | 551 |
| Υποκινώντας την Υποκρισία..... | 551 |
| Απομακρύνοντας Μικρά Εμπόδια για την Επίτευξη Μεγάλων Αλλαγών | 553 |
| Ευτυχία και Περιβαλλοντικά Βιώσιμος Τρόπος Ζωής | 555 |
| Τι Κάνει τους Ανθρώπους Χαρούμενους;..... | 555 |
| Ξέρουν οι Άνθρωποι τι τους Κάνει Ευτυχισμένους; | 558 |
| Περίληψη | 560 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 562 |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 15 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ 2

| | |
|--|------------|
| Η Κοινωνική Ψυχολογία και η Υγεία..... | 565 |
| Στρες και Ανθρώπινη Υγεία | 566 |
| Ανθεκτικότητα..... | 567 |
| Επιδράσεις Αρνητικών Συμβάντων | 569 |
| Προσλαμβανόμενο Στρες και Υγεία | 569 |
| Αίσθηση Ελέγχου: Η Σημασία του Προσλαμβανόμενου Ελέγχου..... | 573 |
| Αντιμετώπιση του Στρες..... | 577 |
| Διαφορές ως προς την Αντιμετώπιση του Στρες Βάσει Φύλου..... | 578 |
| Κοινωνική Υποστήριξη: Λήψη Βοήθειας από τους Άλλους..... | 579 |
| Αναπλαισίωση: Νοηματοδότηση Τραυματικών Γεγονότων..... | 582 |
| Πρόληψη: Προωθώντας πιο Υγιείς Συμπεριφορές | 584 |
| Περίληψη | 586 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 587 |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 16 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ 3

| | |
|--|------------|
| Η Κοινωνική Ψυχολογία και ο Νόμος | 589 |
| Μαρτυρίες Αυτοπτών Μαρτύρων | 591 |
| Γιατί οι Μαρτυρίες των Αυτοπτών Μαρτύρων Είναι Συχνά Εσφαλμένες;..... | 591 |
| Αξιολόγηση της Ορθότητας των Κρίσεων Αυτόπτων Μαρτύρων..... | 596 |
| Η Διαμάχη Γύρω από την Αποκατεστημένη Μνήμη..... | 600 |
| Ένορκοι: Ομαδικές Διεργασίες Εν Δράσει | 603 |
| Πώς Επεξεργάζονται Πληροφορίες οι Ένορκοι Κατά τη Διάρκεια μιας Δίκης..... | 604 |
| Ομολογίες: Απατούν τα Φαινόμενα;..... | 605 |
| Διαβουλεύσεις στην Αίθουσα Ενόρκων..... | 607 |
| Περίληψη | 608 |
| Τεστάρετε τον Εαυτό Σας | 609 |
| <i>Γλωσσάρι.....</i> | <i>613</i> |
| <i>Βιβλιογραφικές Αναφορές.....</i> | <i>623</i> |
| <i>Πηγές.....</i> | <i>661</i> |
| <i>Ευρετήριο.....</i> | <i>665</i> |