

# Περιεχόμενα

Πρόλογος xix  
Ευχαριστίες xxix  
Σχετικά με τους Συγγραφείς xxxi  
Πρόλογος xxxiii



## 1

### Κοινωνική Ψυχολογία

Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΛΕΥΡΑΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ 2

**Κοινωνική Ψυχολογία: Τι είναι και με τι ασχολείται 6**

Η κοινωνική ψυχολογία είναι εκ φύσεως επιστημονική 6

Η κοινωνική ψυχολογία εστιάζει στη συμπεριφορά των ατόμων 9

Η κοινωνική ψυχολογία επιδιώκει την κατανόηση των αιτιών της κοινωνικής συμπεριφοράς και της κοινωνικής σκέψης 9

Κοινωνική ψυχολογία: Περίληψη 13

**Κοινωνική Ψυχολογία: Τελευταίες εξελίξεις 14**

Νόση και Συμπεριφορά: Δυο πλευρές του ίδιου κοινωνικού νομίσματος 14

Κοινωνική Νευροεπιστήμη: Πού συναντάται η κοινωνική ψυχολογία με την έρευνα του εγκεφάλου 15

Ο ρόλος των συγκαλυμμένων/ασυνείδητων διεργασιών 17

Συνεκτίμηση της κοινωνικής ποικιλότητας 19

**Σύντομη ιστορική ανασκόπηση: Οι ρίζες και οι πρώτες εξελίξεις της κοινωνικής ψυχολογίας 20**

Τα Πρώτα Χρόνια: Η Εμφάνιση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 20

Τα Πρώτα Χρόνια της Κοινωνικής Ψυχολογίας:

Οι Δεκαετίες του 1940, '50 και '60 21

Οι Δεκαετίες του 1970, '80 και '90: Η Ωρίμανση του Κλάδου 22

**Πώς απαντούν οι κοινωνικοί ψυχολόγοι στα συναρπαστικά ερωτήματα που θέτουν οι ίδιοι: Η έρευνα ως πορεία προς την αύξηση της γνώσης 23**

Συστηματική παρατήρηση: Η περιγραφή του κόσμου που μας περιβάλλει 23

Συσχέτιση: Η έρευνα πάνω στη συνάφεια 25

Η πειραματική μέθοδος: Η γνώση μέσω της συστηματικής παρέμβασης 27

Πρόσθετες σκέψεις για την αιτιότητα: Ο ρόλος των ενδιάμεσων μεταβλητών 30

**Ο ρόλος της θεωρίας στην κοινωνική ψυχολογία 31**

**Η αναζήτηση για τη γνώση και για τα ατομικά δικαιώματα: αναζητώντας την κατάλληλη ισορροπία 33**

**Οδηγός χρήσης αυτού του βιβλίου: Πώς θα το αξιοποιήσετε με τον καλύτερο τρόπο 35**

Περίληψη και Ανασκόπηση 37

Όροι Κλειδιά 37



## 2 Κοινωνική Νόηση

ΠΩΣ ΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ 38

### Σχήματα: Νοητικά πλαίσια για την οργάνωση και τη χρήση της κοινωνικής πληροφορίας 41

Η επίδραση των σχημάτων στην κοινωνική νόηση: Προσοχή, Κωδικοποίηση και Ανάκληση 42

Ενίσχυση: Ποια σχήματα καθοδηγούν τη σκέψη μας 43

Επιμονή σχήματος: Γιατί μπορούν ακόμη και απαξιωμένα σχήματα να επηρεάσουν ενίοτε τη σκέψη μας και τη συμπεριφορά μας 45

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Η Αυτοεπιβεβαιωτική Φύση των Σχημάτων/

Η Αυτοεπιβεβαίωση των Σχημάτων: Πότε και Γιατί οι Πεπειθισείς Διαμορφώνουν την Πραγματικότητα 46

### Ευρετικές μέθοδοι: Πώς μειώνουμε την προσπάθειά μας στην κοινωνική νόηση 47

Αντιπροσωπευτικότητα: Διαμόρφωση κρίσης μέσω της ομοιότητας 48

Διαθεσιμότητα: «Εάν μπορώ να το σκεφτώ, πρέπει να είναι σημαντικό» 49

Στήριξη και προσαρμογή: Η αφετηρία κάνει τη διαφορά 49

### Αυτόματη και ελεγχόμενη διεργασία: Δυο βασικές μορφές της κοινωνικής σκέψης 51

Αυτόματη επεξεργασία και αυτόματη κοινωνική συμπεριφορά 52

Τα οφέλη της αυτόματης επεξεργασίας: Πέρα από την απλή επάρκεια 54

### Πιθανές πηγές σφάλματος στην κοινωνική νόηση: Γιατί η απόλυτη λογική είναι σπανιότερη απ' όσο νομίζουμε 57

Βασικές ανατροπές της κοινωνικής σκέψης: οι αρνητικές προκαταλήψεις και η ισχυρή μας τάση για υπερβολική αισιοδοξία 57

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Τον Πόλεμο στο Ιράκ;

Έπαιξε Ρόλο η Μεροληψία Αισιοδοξίας; 60

Ειδικές πηγές σφάλματος στην κοινωνική ψυχολογία: Μη ρεαλιστική σκέψη, καταπίεση σκέψης και μαγική σκέψη 62

Κοινωνική νόηση: Μερικά αισιόδοξα συμπεράσματα 66

### Συναίσθημα και Νόηση: Πώς τα συναισθήματα διαμορφώνουν τη σκέψη και πώς η σκέψη διαμορφώνει τα συναισθήματα 67

Η επίδραση του συναισθήματος στη νόηση 68

Η επίδραση της νόησης στο συναίσθημα 69

Συναίσθημα και νόηση: Κοινωνική νευροεπιστήμη Στοιχεία για δυο διαφορετικά συστήματα 71

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Είναι πάντα ωφέλιμη η καλή διάθεση;

Το πιθανό μειονέκτημα 72

### Περίληψη και Ανασκόπηση 74

Όροι Κλειδιά 76

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 77



# 3 Κοινωνική Αντίληψη

ΠΑΡΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ 78

**Μη λεκτική Επικοινωνία: Η Γλώσσα των Εκφράσεων, Βλέμματα και Χειρονομίες 81**

Μη λεκτική επικοινωνία: Τα βασικά κανάλια 82

Εξαπάτηση: η αναγνώρισή της μέσω των μη λεκτικών σημάτων και οι επιδράσεις της στις κοινωνικές σχέσεις 86

**Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Προοπτική της Κοινωνικής Ψυχολογίας** Είναι πραγματικά ανίδεοι οι άνδρες όσοι αφορά τα μη λεκτικά σήματα; Μύθοι και πραγματικότητα για τις διαφορές φύλου στη μη λεκτική επικοινωνία 90

**Κοινωνική Απόδοση: Κατανοώντας τα αίτια της συμπεριφοράς των άλλων 92**

Θεωρίες Κοινωνικής Απόδοσης: Ερμηνευτικό Πλαίσιο του Τρόπου με τον οποίο Επιχειρούμε να Κατανοήσουμε τον Κοινωνικό Κόσμο 92

Κοινωνική Απόδοση: βασικές πηγές σφαλμάτων 97

**ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασσικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας** Το θεμελιώδες σφάλμα απόδοσης: Ισχυρότερο απ' όσο φαντάζεστε 98

Εφαρμογές της θεωρίας Απόδοσης: γνώσεις και παρεμβάσεις 104

**Διαμόρφωση και Διαχείριση Εντυπώσεων: συνδυάζοντας πληροφορίες για τους άλλους 106**

Η αρχή της έρευνας για τις πρώτες εντυπώσεις: η έρευνα του Asch για τα κεντρικά και περιφερειακά χαρακτηριστικά 107

Πόσο γρήγορα δημιουργούνται οι πρώτες εντυπώσεις; 108

Άρρητες Θεωρίες Προσωπικότητας:

Σχήματα που Διαμορφώνουν τις Πρώτες Εντυπώσεις 109

Η δημιουργία εντυπώσεων: γνωστική προσέγγιση 110

Είναι η Ακρίβεια ό,τι Καλύτερο για την Κοινωνική Αντίληψη; Αποδείξεις για τη Συμβολή των Ψευδαισθήσεων 112

Διαχείριση εντυπώσεων: η τέχνη του να δείχνει κάποιος καλά 113

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Τα Γρήγορα ραντεβού:** μπορούμε πράγματι να διαλέξουμε μέσα σε λίγα λεπτά αυτόν που θα αγαπήσουμε; 113

Περίληψη και Ανασκόπηση 119

Όροι Κλειδιά 120

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 121

# 4 Ο Εαυτός

ΑΠΑΝΤΣΗ ΣΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ «ΠΟΙΣΟ ΕΙΜΑΙ;» 122

**Αυτοπαρουσίαση: Η διαχείριση του εαυτού σε διαφορετικά κοινωνικά πλαίσια** 126

Τεχνικές αυτοπαρουσίασης 126

**Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Το διαδίκτυο: Παρουσίαση της διαδικτυακής μας ταυτότητας** 127

**Αυτογνωσία: Πώς γνωρίζουμε ποιοι είμαστε;** 130

Ενδοσκόπηση: Μια ματιά εντός με σκοπό να αποκαλυφθούν οι αιτίες της συμπεριφοράς μας 130

Ο εαυτός από τη θέση των άλλων 131

**Η σκέψη για τον εαυτό: Η προσωπική έναντι της κοινωνικής ταυτότητας** 133

Το ποιος είμαι εξαρτάται από την κατάσταση 134

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Πως διαχειριζόμαστε πιθανή σύγκρουση των ταυτοτήτων μας** 137

Το ποιος είμαι εξαρτάται από την αντιμετώπιση των άλλων 138

Πιθανοί εαυτοί: Ο εαυτός στην πάροδο του χρόνου 139

Αυτοέλεγχος 141

**Αυτοεκτίμηση: Οι στάσεις έναντι του εαυτού μας** 143

Η μέτρηση της αυτοεκτίμησης 143

Είναι πάντοτε ωφέλιμη η υψηλή αυτοεκτίμηση; 145

Διαφέρουν τα επίπεδα της αυτοεκτίμησης ανδρών και γυναικών; 145

**Κοινωνική σύγκριση: Πώς αξιολογούμε τον εαυτό μας** 148

Προκαταλήψεις που Εξυπηρετούν τον Εαυτό (ή «Αυτο-εξυπηρετικές») 150

**ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασσικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Είναι καλό να μην είσαι κάποιος “ρεαλιστής”; Μπορεί αυτό να είναι “ρεαλιστικό”;** 152

**Ο εαυτός ως στόχος προκατάληψης** 153

Συναισθηματικές συνέπειες: Πώς πάσχει το ευ ζην 153

Γνωστικές συνέπειες: Ανεπαρκείς επιδόσεις 155

Συνέπειες στη συμπεριφορά: Απειλή στερεότυπου 156

Περύληψη και Ανασκόπηση 159

Όροι Κλειδιά 161

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 161





## 5 Στάσεις

Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ Η ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗ ΣΕ  
ΑΥΤΗΝ 162

### Διαμόρφωση Στάσης: Πώς Αναπτύσσονται οι Στάσεις 166

- Κλασική εξαρτημένη μάθηση: Μάθηση που βασίζεται στη συσχέτιση 167
- Συντελεστική μάθηση: Η Επιβράβευση των «ορθών» απόψεων 169
- Μάθηση μέσω παρατήρησης: Μάθηση μέσω της έκθεσης στους άλλους 170

### Πότε και πώς Επηρεάζουν οι Στάσεις τη Συμπεριφορά; 173

- Ο ρόλος του κοινωνικού πλαισίου στη σύνδεση μεταξύ στάσεων και συμπεριφοράς 173
- Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Υπάρχει σταθερή συσχέτιση των στάσεις και της συμπεριφοράς; 174
- Περιστασιακοί περιορισμοί που επηρεάζουν την έκφραση των στάσεων 175
- Ισχύς των στάσεων 175
- Δριμύτητα των στάσεων: Ο ρόλος των επενδυμένων συμφερόντων 176
- Βεβαιότητα των στάσεων: Η σημασία της ευκρίνειας και της ορθότητας 177
- Ο ρόλος της προσωπικής εμπειρίας 176

### Πώς καθοδηγούν οι στάσεις τη συμπεριφορά; 180

- Στάσεις που διαμορφώνονται μέσω της λογικής σκέψης 180
- Στάσεις και αυθόρμητες αντιδράσεις συμπεριφοράς 182

### Η Λεπτή Τέχνη της Πειθούς: Πώς Μεταβάλλονται οι Στάσεις 183

- Πειθώ: Διαβιβαστές, μηνύματα και κοινό 184
- Οι νοητικές διαδικασίες που υπόκεινται της πειθούς 187
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Η επίδραση της καφεΐνης στην πειθώ 189

### Αντίσταση στις Απόπειρες Πειθούς 190

- Αναδραστικότητα: Η προστασία της προσωπικής μας ελευθερίας 191
- Προειδοποίηση: Η εκ των προτέρων γνώση της πρόθεσης για πειθώ 191
- Εκλεκτική αποφυγή των προσπαθειών πειθούς 192
- Η ενεργητική υπεράσπιση των στάσεών μας: Τα αντεπιχειρήματα κατά του ανταγωνισμού 192
- Ατομικές διαφορές στην αντίσταση στην πειθώ 193
- Η εξάντληση του εγώ μπορεί να υπονομεύσει την αντίσταση 194

### Γνωστική Ασυμφωνία: Τι Είναι και πώς τη Διαχειριζόμαστε; 196

- Ασυμφωνία και αλλαγή στάσης: Τα αποτελέσματα της προκαλούμενης ενδοτικότητας 197
- ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Διάσημες μελέτες για τη γνωστική ασυμφωνία: Όταν το λιγότερο οδηγεί σε μεγαλύτερη αυτό-πειθώ 198
- Όταν η ασυμφωνία αποτελεί εργαλείο για εποικοδομητικές αλλαγές στη συμπεριφορά 199

Περίληψη και Ανασκόπηση 201

Όροι Κλειδιά 203

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 203

## 6 Στερεότυπα, Προκαταλήψεις και Διακρίσεις

ΤΑ ΑΙΤΙΑ, ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ Η ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ 204

**Πώς Αντιλαμβάνονται την Ανισότητα τα Μέλη Διαφορετικών Ομάδων 208**

**Η Φύση και η Προέλευση των Στερεοτύπων 211**

Στερεότυπα: Πεποιθήσεις για τις Κοινωνικές Ομάδες 211

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Το Θέμα της φυλής ή του φύλου: Υπερβολικά εύκολο ή δυσκολότερο απ' ό,τι νομίζετε; 216

Μπορούμε να Συμπεράνουμε, ότι τα Στερεότυπα Απουσιάζουν, όταν τα Μέλη Διαφορετικών Ομάδων Αξιολογούνται ως Ίσα; 217

Μπορούμε να Είμαστε Θύματα των Στερεοτύπων και να μην το Αντιλαμβάνομαστε καν; Η Περίπτωση των «Ανύπανδρων» ανθρώπων 218

Γιατί οι Άνθρωποι Διαμορφώνουν και Χρησιμοποιούν Στερεότυπα; 220

**Προκατάληψη και Διάκριση: Συναισθήματα και Ενέργειες έναντι κοινωνικών ομάδων 224**

Η Προέλευση των Προκαταλήψεων: Αντικρουόμενες Θεωρίες 227

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασσικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Τι προκαλεί τις προκαταλήψεις των ομάδων έναντι άλλων ομάδων και κατά πόσον οι προκαταλήψεις είναι αναπόφευκτες 230

Διακρίσεις: Προκαταλήψεις εν Δράσει 234

**Γιατί δεν είναι Αναπόφευκτες οι Προκαταλήψεις: Τεχνικές για την Αντιμετώπιση των Επιδράσεών τους 237**

Μαθαίνοντας να μη Μισούμε 237

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για το ... Όταν η ομάδα μας έχει βλάψει άλλες 238

Τα Πιθανά Οφέλη της Επαφής 238

Ανακατάταξη: Μεταβάλλοντας τα Όρια 240

Τα Οφέλη της Ενοχής για τη Μείωση των Προκαταλήψεων 241

Μπορούμε να Μάθουμε να Λέμε Απλώς «όχι» στα Στερεότυπα; 242

Η Κοινωνική Επιρροή ως Μέσον Μείωσης των Προκαταλήψεων 243

Περίληψη και Ανασκόπηση 245

Όροι Κλειδιά 247

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 247





# 7 Διαπροσωπική Έλξη και Στενές Σχέσεις 248

**Ενδογενείς Παράγοντες της Έλξης: Η Ανάγκη να Προσεγγίζουμε τους άλλους και ο Βασικός Ρόλος του Συναισθήματος 250**

- Η σημασία της προσέγγισης στην ανθρώπινη ύπαρξη 250
- Συναίσθημα και Έλξη: Τα αισθήματα ως βάση της συμπάθειας 253
- Η σχέση Συναισθήματος-Έλξης και Κοινωνικής Επιρροής 254

**Εξωτερικοί Παράγοντες της Έλξης: Εγγύτητα και Άλλα Ευδιάκριτα Χαρακτηριστικά 256**

- Η ισχύς της εγγύτητας: Απρόβλεπτες επαφές 256
- Εμφανή χαρακτηριστικά των άλλων: Συμπάθεια – ή Αντιπάθεια – Τι βλέπουμε 258

**Παράγοντες που Βασίζονται στην Αλληλεπίδραση με τους Άλλους: Η Ομοιότητα και η Αμοιβαία Συμπάθεια 265**

- Η ομοιότητα: «Βρήκε ο γύφτος τη γενιά του και αναγάλιασε η καρδιά του!» 265
- Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Συμπληρωματικότητα ή ομοιότητα; Ποια είναι η βάση της έλξης; 266
- Αμοιβαία συμπάθεια ή αντιπάθεια: Συμπαθούμε όποιους μας συμπαθούν 269
- Τι επιθυμούμε στους άλλους; Σχεδιάζοντας ιδανικούς συντρόφους για αλληλεπίδραση 270

**Στενές Σχέσεις: Οικογένεια, Φίλοι, Εραστές και Σύζυγοι 272**

- Τα πολιτισμικά θεμέλια των σχέσεων: Η κοινωνία από την οπτική της κουλτούρας μας 272

**Αλληλοεξαρτώμενες Σχέσεις: Οικογένεια και Φίλοι 273**

- Οικογένεια: Εκεί που αρχίζουν οι σχέσεις και τα ύφη προσκόλλησης 273
- Φιλίες: Σχέσεις πέρα από την οικογένεια 276
- Μοναχικότητα: Ζωή χωρίς στενές σχέσεις 277

**Ρομαντικές Σχέσεις και Έρωτας 280**

- Ειδύλλιο: Πέρα από τη φιλία – Πολύ πέρα! 281
- Η επιλογή του πιθανού συντρόφου: Διαφορετικά κριτήρια για άνδρες και γυναίκες 282
- Έρωτας: Ποιος μπορεί να τον εξηγήσει; Ποιος μπορεί να πει γιατί; Ίσως μόνο οι κοινωνικοί ψυχολόγοι 283
- Ζήλεια: Μια εσωτερική απειλή για τις σχέσεις, ερωτικές και άλλες 287

**Γάμος: Ευτυχισμένοι για Πάντα – ή Όχι; 289**

- ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασσικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Οι αρχικές έρευνες του Terman για την ομοιότητα και τη συζυγική ευτυχία 290
- Συζυγική ευτυχία: Ποιοι παράγοντες την επηρεάζουν; 291
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Τον ρόλο των θετικών ψευδαισθήσεων στη συζυγική ευτυχία 293
- Γιατί αποτυγχάνουν οι σχέσεις – και γιατί κάποιες φορές, επιτυγχάνουν; 294

**Περίληψη και Ανασκόπηση 298**

**Όροι Κλειδιά 299**

**Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 299**

# 8 Κοινωνική Επιρροή

ΑΛΛΑΖΟΝΤΑΣ ΤΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ 300

## Συμμόρφωση: Η επιρροή της ομάδας εν δράσει 304

Η έρευνα του Ash με τη συμμόρφωση: Κοινωνική πίεση – Ακαταμάχητη δύναμη; 306

Η έρευνα του Sherif στο αυτοκινητικό φαινόμενο.

Πώς προκύπτουν οι νόρμες; 307

Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμόρφωση: μεταβλητές που καθορίζουν τον βαθμό στον οποίο ακολουθούμε 308

Περιπτωσιακές Νόρμες: Η αυτενέργεια στη ρυθμιστική συμπεριφορά 310

Οι κοινωνικές ρίζες της συμμόρφωσης: Γιατί συχνά επιλέγουμε να ακολουθήσουμε άλλους 311

Η αρνητική πλευρά της Συμμόρφωσης: Όταν οι πιέσεις να ακολουθήσουμε προκαλούν επιζήμια αποτελέσματα 312

Η αντίσταση στην πίεση για συμμόρφωση: Γιατί μερικές φορές επιλέγουμε να μην ακολουθήσουμε 313

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Γιατί ενίοτε οι καλοί άνθρωποι κάνουν κακά πράγματα: Οι ισχυρές, πλην όμως όχι ακαταμάχητες επιδράσεις των καταστάσεων - των νόμων και της πίεσης για συμμόρφωση 314

Η επιρροή της μειοψηφίας: Άραγε εξουσιάζει πάντοτε η πλειοψηφία; 318

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Διαφέρουν οι γυναίκες και οι άνδρες ως προς την τάση για συμμόρφωση; 319

## Ενδοτικότητα: Ενίοτε το να ζητάμε σημαίνει να παίρνουμε 321

Ενδοτικότητα: Οι υποκείμενες αρχές 321

Τακτικές που βασίζονται στη φιλία ή στη συμπάθεια: Κολακεία 322

Τακτικές που βασίζονται στη δέσμευση ή τη συνέπεια “Το πόδι στην πόρτα” και το “lowball” 323

Τακτικές που βασίζονται στην αμοιβαιότητα: Η προσέγγιση του τύπου “πόρτα κατάμουτρα” και “αυτό δεν είναι όλο” 324

Τακτικές που βασίζονται στη σπανιότητα: όταν κάνουμε τον δύσκολο και η τεχνική της σύντομης λήξης της προθεσμίας 325

## Συμβολική κοινωνική επιρροή: Πώς επηρεαζόμαστε από τους άλλους ακόμη και όταν αυτοί δεν είναι παρόντες 327

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Η Επιδημία των διαταραχών διατροφής 329

## Υπακοή στην εξουσία: Θα βλάπτατε έναν αθώο άγνωστο εάν σας διέταζαν; 331

Η υπακοή στο εργαστήριο 331

Ολέθρια/Καταστροφική υπακοή: Γιατί συμβαίνει 333

Καταστροφική υπακοή: Η αντίσταση στις επιδράσεις της 334

## Περίληψη και Ανασκόπηση 336

Όροι Κλειδιά 337

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 337





## 9 Φιλοκοινωνική Συμπεριφορά

ΑΡΩΓΗ / ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ 338

### Γιατί Βοηθούν οι Άνθρωποι: Τα Κίνητρα της Φιλοκοινωνικής Συμπεριφοράς 340

Ενσυναίσθηση-Αλtruισμός: Όταν βοηθάμε τους άλλους νοιώθουμε καλά 340

Ανακούφιση της αρνητικής κατάστασης: Η αρωγή περιορίζει ενίοτε τα δυσάρεστα συναισθήματά μας 342

Η χαρά της ενσυναίσθησης: Η βοήθεια ως επίτευγμα 342

Γιατί μερικές φορές οι καλοί άνθρωποι τελειώνουν πρώτοι: Ανταγωνιστικός αλtruισμός 343

Θεωρία της επιλογής των συγγενών: Η βοήθεια του εαυτού μας μέσω της βοήθειας των ανθρώπων που μοιράζονται τα γονιδιά μας 345

### Η Ανταπόκριση σε μια Επείγουσα Κατάσταση: Θα Βοηθήσουν

οι Παριστάμενοι; 346

Αρωγή/ Βοήθεια στις επείγουσες καταστάσεις: Απάθεια ή Δράση; 346

Πέντε κρίσιμα βήματα καθορίζουν την παροχή ή τη μη παροχή βοήθειας 347

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Υπάρχει ασφάλεια στους αριθμούς; Όχι πάντοτε! 348

### Εξωγενείς και ενδογενείς επιρροές στη συμπεριφορά της αρωγής 353

Περιστασιακοί (εξωτερικοί) παράγοντες που ενισχύουν ή αναστέλλουν την αρωγή 353

Συναισθήματα και φιλοκοινωνική συμπεριφορά 355

Ενσυναίσθηση: Ένα σημαντικό θεμέλιο για την αρωγή 356

Κοινωνικός αποκλεισμός: Όταν η αρωγή περιορίζεται επειδή έχουμε παραμεριστεί 359

Προσωπικότητα και αρωγή 361

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Η αρνητική πλευρά του να μας βοηθούν: Γιατί μπορεί συχνά, να είναι βασικά καλύτερο να προσφέρουμε παρά να δεχόμαστε βοήθεια 362

### Μακροχρόνια Δέσμευση σε Φιλοκοινωνικό Έργο 364

Εθελοντισμός: Η αρωγή ως μια συνεχιζόμενη δέσμευση 364

Ιδιοτέλεια, Ηθική Ακεραιότητα και Ηθική Υποκρισία 367

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Είναι πραγματικά αντίθετη αρωγή (Φιλοκοινωνική συμπεριφορά) από την πρόκληση πόνου (επιθετικότητα); 370

Περίληψη και Ανασκόπηση 372

Όροι Κλειδιά 372

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 373

# 10 Επιθετικότητα

Η ΦΥΣΗ ΤΗΣ, ΟΙ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΚΑΙ Ο ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ 374

## Αντιλήψεις για την Επιθετικότητα: Στην Αναζήτηση των Ριζών της Βίας 376

Ο ρόλος των βιολογικών παραγόντων: Από τα ένστικτα στην εξελικτική οπτική 376

Θεωρίες κινήτρων: Το κίνητρο να βλάπτεις τους άλλους 378

Σύγχρονες θεωρίες για την επιθετικότητα: Η κοινωνική μάθηση και το γενικό μοντέλο επιθετικότητας 378

## Αιτίες της Ανθρώπινης Επιθετικότητας: Κοινωνικές, Πολιτιστικές, Προσωπικές και Περιστασιακές 381

Κοινωνικά αίτια της επιθετικότητας: ματαίωση, πρόκληση και αυξημένη διέγερση 381

Έκθεση στη βία των μέσων ενημέρωσης: οι επιδράσεις της βίας στις ταινίες, στην τηλεόραση και στα βιντεοπαιχνίδια 385

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Μελέτες σχετικά με τη διάσημη “Bobo Doll” του Bandura: Η τηλεοπτική βία επισκέπτεται το εργαστήριο 387

Βίαη πορνογραφία: Όταν το σεξ και η επιθετικότητα αναμιγνύονται – και ίσως εκρήγνυνται! 390

Πολιτισμικοί παράγοντες στην επιθετικότητα: “Πολιτισμοί τιμής” και ζήλεια μεταξύ των δύο φύλων 391

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Οι επιδράσεις των σεξουαλικά επιθετικών στίχων τραγουδιών 392

Προσωπικότητα και επιθετικότητα: Γιατί μερικοί άνθρωποι είναι πιο επιθετικοί από άλλους 395

Περιστασιακά αίτια της επιθετικότητας: οι επιδράσεις της θερμοότητας και του αλκοόλ 400

## Επιθετικότητα στις Σταθερές Σχέσεις: Εκφοβισμός και Επιθετικότητα στην Εργασία 405

Εκφοβισμός: ξεχωρίζοντας τους άλλους για επαναλαμβανόμενη κακοποίηση 405

Επιθετικότητα στο χώρο εργασίας: βλάπτοντας τους άλλους στη δουλειά 407

Καταχρηστική εποπτεία: αφεντικά που κάνουν τους χώρους εργασίας ανυπόφορους 409

## Η Πρόληψη και ο Έλεγχος της Επιθετικότητας: Μερικές Χρήσιμες Τεχνικές 410

Τιμωρία: απλώς επιδόρπιο ή αναχαίτιση; 410

Αυτο-ρύθμιση: εσωτερικοί μηχανισμοί για τον έλεγχο της επιθετικότητας 412

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Προοπτική-Κάθαρση: Η εκτόνωση βοηθάει ουσιαστικά; 414

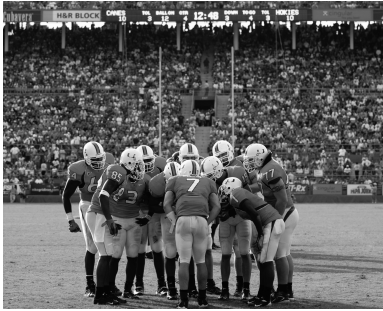
Συγχώρηση: συμπόνια αντί για εκδίκηση 415

Περίληψη και Ανασκόπηση 417

Όροι Κλειδιά 418

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 419





# 11 Ομάδες και Άτομα

ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ «ΑΝΗΚΕΙΝ» 420

- Ομάδες: Όταν Συμμετέχουμε...και Όταν Αποχωρούμε 424**  
 Ομάδες: συστατικά-κλειδιά 246  
 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Είναι του Youtube απλά μια ιστοσελίδα ή μια αληθινή ομάδα; 426  
 Τα οφέλη - και τα κόστη - της συμμετοχής 433  
**Τα οφέλη της συμμετοχής: Τι μας προσφέρουν οι ομάδες 434**  
**Τα Αποτελέσματα της Παρουσίας των Άλλων: Από την Εκτέλεση Καθηκόντων Μέχρι τη Συμπεριφορά στα Πλήθη 439**  
 Κοινωνική διευκόλυνση: αποδίδοντας με την παρουσία των άλλων 439  
 ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας Η παρουσία των άλλων έχει επίδραση στην απόδοση; 440  
**Κοινωνική λούφα: αφήνοντας τους άλλους να κάνουν τη δουλειά 443**  
 Συνέπειες του να είναι κάποιος στο πλήθος 445  
**Συντονισμός στις Ομάδες: Συνεργασία ή Διαμάχη; 447**  
 Συνεργασία: δουλεύοντας με τους άλλους για την επίτευξη κοινών στόχων 447  
 Διαμάχη: η φύση της, οι αιτίες και τα αποτελέσματά της 449  
 Επιλύοντας συγκρούσεις: μερικές χρήσιμες τεχνικές 450  
**Αντιληπτή Δικαιοσύνη στις Ομάδες: Η Φύση της και τα Αποτελέσματά της 452**  
 Βασικοί κανόνες για την αξιολόγηση της δικαιοσύνης: διανεμητική, διαδικαστική και συναλλακτική δικαιοσύνη 453  
 Αντιδράσεις στην αντιληπτή αδικία: τακτικές αντιμετώπισης της αδικίας 454  
**Λήψη Αποφάσεων στις Ομάδες: Πώς Συμβαίνει και οι Παγίδες που Αντιμετωπίζει 455**  
 Η διαδικασία λήψης αποφάσεων: πώς οι ομάδες επιτυγχάνουν συναίνεση 455  
 Τα μειονεκτήματα της ομαδικής λήψης αποφάσεων 456  
 Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας Η έμπνευση σε μια ομάδα μπορεί να οδηγήσει σε περισσότερες και υψηλότερης ποιότητας εφευρετικές ιδέες; 460  
 Περίληψη και Ανασκόπηση 462  
 Όροι Κλειδιά 463  
 Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 463



# 12 Κοινωνική Ψυχολογία

ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΣ ΤΙΣ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΣΤΟ ΔΙΚΑΙΟ, ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ 464

## **Κοινωνική Ψυχολογία και το Νομικό Σύστημα 468**

Κοινωνική επιρροή και το νομικό σύστημα 468

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασσικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας  
Πρώιμες ενδείξεις ότι ακόμη και οι “Ειδικοί” αυτόπτες μάρτυρες είναι ανακριβείς: Η διαμόνινα έρευνα του Munsterberg 474  
Κοινωνική γνώση και το νομικό σύστημα: γιατί η “αυτόπτης μαρτυρία” είναι συχνά ανακριβής 475

Η επίδραση της προκατάληψης και των στερεότυπων στο νομικό σύστημα 479

## **Κοινωνική Ψυχολογία και Υγεία 483**

Ο ρόλος των στάσεων στην προσωπική υγεία: προωθώντας έναν υγιεινό τρόπο ζωής 484

Παχυσαρκία: μια κοινωνική ψυχολογική προοπτική πάνω σε μια μέγιστη απειλή για την υγεία 485

Άγχος: οι αιτίες, τα αποτελέσματα και ο έλεγχός του 487

## **Κοινωνική Ψυχολογία και ο Κόσμος της Εργασίας 493**

Στάσεις σχετικές με την εργασία: η φύση και τα αποτελέσματα της εργασιακής ικανοποίησης 494

Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας  
Είναι οι ευτυχισμένοι εργαζόμενοι παραγωγικοί εργαζόμενοι; Αναθεώρηση της σύνδεσης μεταξύ στάσης και συμπεριφοράς 497

Εργασιακή συναδελφική συμπεριφορά: φιλοκοινωνική συμπεριφορά στην εργασία 498

Ηγεσία: επιρροή στα ομαδικά πλαίσια 501

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για... Πως να κάνετε μια πρώτη καλή εντύπωση σε εργασιακές συνεντεύξεις 508

## **Περίληψη και Ανασκόπηση 510**

Όροι Κλειδιά 511

Συνδέσεις: Ενοποίηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας 511

Γλωσσάρι 513

Βιβλιογραφία 531

Φωτογραφικές Πιστώσεις 605

# Ειδικά Θέματα

## ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ: Κλασικές Απόψεις της Κοινωνικής Ψυχολογίας

Η Αυτοεπιβεβαιωτική Φύση των Σχημάτων/

Η Αυτοεπιβεβαίωση των Σχημάτων: Πότε και Γιατί οι Πεπειθισμένοι Διαμορφώνουν την Πραγματικότητα 46

Το θεμελιώδες σφάλμα απόδοσης: Ισχυρότερο απ' όσο φαντάζεστε 98

Είναι καλό να μην είσαι κάποιος “ρεαλιστής”; Μπορεί αυτό να είναι “ρεαλιστικό”; 152

Διάσημες μελέτες για τη γνωστική ασυμφωνία: Όταν το λιγότερο οδηγεί σε μεγαλύτερη αυτό-πειθώ 198

Τι προκαλεί τις προκαταλήψεις των ομάδων έναντι άλλων ομάδων και κατά πόσον οι προκαταλήψεις είναι αναπόφευκτες 230

Οι αρχικές έρευνες του Terman για την ομοιότητα και τη συζυγική ευτυχία 290

Γιατί ενίοτε οι καλοί άνθρωποι κάνουν κακά πράγματα: Οι ισχυρές, πλην όμως όχι ακαταμάχητες επιδράσεις των καταστάσεων - των νόρμων και της πίεσης για συμμόρφωση 314

Υπάρχει ασφάλεια στους αριθμούς; Όχι πάντοτε! 348

Μελέτες σχετικά με τη διάσημη “Bobo Doll” του Bandura: Η τηλεοπτική βία επισκέπτεται το εργαστήριο 387

Η παρουσία των άλλων έχει επίδραση στην απόδοση; 440

Πρώιμες ενδείξεις ότι ακόμη και οι “Ειδικοί” αυτόπτες μάρτυρες είναι ανακριβείς: Η διαμόνιση έρευνα του Munsterberg 474

## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: Τι μας Λέει για...

Τον Πόλεμο στο Ιράκ; Έπαιξε Ρόλο η Μεροληψία Αισιοδοξίας; 60

Τα Γρήγορα ραντεβού: μπορούμε πράγματι να διαλέξουμε μέσα σε λίγα λεπτά αυτόν που θα αγαπήσουμε; 113

Πως διαχειριζόμαστε πιθανή σύγκρουση των ταυτοτήτων μας 137

Η επίδραση της καφεΐνης στην πειθώ 189

Όταν η ομάδα μας έχει βλάβει άλλες 238

Τον ρόλο των θετικών ψευδαισθήσεων στη συζυγική ευτυχία 293

Η Επιδημία των διαταραχών διατροφής 329

Η αρνητική πλευρά του να μας βοηθούν: Γιατί μπορεί συχνά, να είναι βασικά καλύτερο να προσφέρουμε παρά να δεχόμαστε βοήθεια 362

Οι επιδράσεις των σεξουαλικά επιθετικών στίχων τραγουδιών 392

Είναι του Youtube απλά μια ιστοσελίδα ή μια αληθινή ομάδα; 426

Πως να κάνετε μια πρώτη καλή εντύπωση σε εργασιακές συνεντεύξεις 508

**Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ: Μια Θεώρηση της Κοινωνικής Ψυχολογίας**

- Είναι πάντα ωφέλιμη η καλή διάθεση; Το πιθανό μειονέκτημα 72
- Είναι πραγματικά ανίδεοι οι άνδρες όσοι αφορά τα μη λεκτικά σήματα;  
Μύθοι και πραγματικότητα για τις διαφορές φύλου στη μη λεκτική επικοινωνία 90
- Το διαδίκτυο: Παρουσίαση της διαδικτυακής μας ταυτότητας 127
- Υπάρχει σταθερή συσχέτιση των στάσεις και της συμπεριφοράς; 174
- Το Θέμα της φυλής ή του φύλου: Υπερβολικά εύκολο ή δυσκολότερο απ' ό,τι νομίζετε; 216
- Συμπληρωματικότητα ή ομοιότητα; Ποια είναι η βάση της έλξης; 266
- Διαφέρουν οι γυναίκες και οι άνδρες ως προς την τάση για συμμόρφωση; 319
- Είναι πραγματικά αντίθετη αρωγή (Φιλοκοινωνική συμπεριφορά) από την πρόκληση πόνου (επιθετικότητα); 370
- Προοπτική-Κάθαρση: Η εκτόνωση βοηθάει ουσιαστικά; 414
- Η έμπνευση σε μια ομάδα μπορεί να οδηγήσει σε περισσότερες και υψηλότερης ποιότητας εφευρετικές ιδέες; 460
- Είναι οι ευτυχισμένοι εργαζόμενοι παραγωγικοί εργαζόμενοι; Αναθεώρηση της σύνδεσης στάσης-συμπεριφοράς 497

# Πρόλογος

## Λίγα λόγια για τη νέα έκδοση Η Κοινωνική Ψυχολογία ως... Η Πηγή της Νεότητας

Ένα από τα πιο δελεαστικά και επίμονα όνειρα που έχουν κυνηγήσει τα ανθρώπινα όντα κατά τη διάρκεια των αιώνων, είναι το να βρουν την θρυλική Πηγή της Νεότητας. Σύμφωνα με τον θρύλο, αυτή η μαγική πηγή αποκαθιστά τη νεότητα και την ενεργητικότητα σε όποιον είναι αρκετά τυχερός, ώστε να πιει από τα νερά της. Αυτό το σαγηνευτικό όνειρο έχει αποτελέσει το έναυσμα για πολλά διερευνητικά ταξίδια.

Δυστυχώς, με την κυριολεκτική της έννοια, η πηγή έχει παραμείνει όνειρο. Παρά την εκπληκτική πρόοδο της ιατρικής και των άλλων επιστημών υγείας, η μοίρα μας να γερνάμε εξακολουθεί. Εν τούτοις, όπως θα βρείτε στις σελίδες αυτού του βιβλίου, έχετε ήδη πρόσβαση σε μια αξιοσημείωτη πηγή ανανέωσης και αποκατάστασης, εάν όχι σε μια πραγματική πηγή νεότητας: **στον κλάδο της κοινωνικής ψυχολογίας.**

Αυτά τα λόγια μπορεί να ακούγονται υπερβολικά ή εξαιρετικά ενθουσιώδη εκ μέρους των «αληθινών πιστών» (που είμαστε!), αλλά υπό μια σημαντική έννοια, είναι ακριβή. Επί δεκαετίες συμμετέχουμε στην κοινωνική ψυχολογία και ένα πράγμα που έχουμε μάθει, είναι το εξής: Ο κλάδος μας είναι πράγματι, *πάντοτε καινούργιος*. Διαρκώς ξαναανακαλύπτει τον εαυτό του. Το πεδίο προσφέρει νέες ιδέες και βαθιά γνώση σχετικά με την κοινωνική πλευρά της ζωής. Η **Κοινωνική ψυχολογία**, το επίκεντρο αυτού του βιβλίου, δεν γερνά ποτέ, επειδή υπάρχουν πάντοτε νέα και συναρπαστικά ευρήματα προς καταγραφή. Κάθε δεκαετία, οι κοινωνικοί ψυχολόγοι καταπιάνονταν με τα θέματα της εποχής, διερευνούσαν τις ψυχολογικές διεργασίες που κρύβονται πίσω από τις αποκρίσεις μας στα γεγονότα και με τον τρόπο αυτό έχουν διατηρήσει το πεδίο φρέσκο, δραστήριο και προκλητικό.

Ένας από τους αποφασιστικούς στόχους που θέσαμε στον εαυτό μας κατά τη συγγραφή αυτής της νέας δωδέκατης έκδοσης, αντιπροσώπευε αυτό το βασικό γεγονός, την παρουσίαση της κοινωνικής ψυχολογίας ως έναν διαρκώς μεταβαλλόμενο κλάδο. Ένας άλλος στόχος, ήταν να εξηγηθεί, όσο καθαρότερα και ακριβέστερα γίνεται, πόσο *χρήσιμη* εξακολουθεί να είναι η κοινωνική ψυχολογία. Η βαθιά γνώση που παρέχει για τα τρέχοντα κοινωνικά θέματα και τις τάσεις, μπορεί να μας βοηθήσει να προσαρμοστούμε στον ταχέως εξελισσόμενο κοινωνικό κόσμο. Για να επιτύχουμε αυτούς τους στόχους, κάνουμε συγκεκριμένα βήματα για να διασφαλίσουμε, ότι αυτή η νέα έκδοση αντιπροσωπεύει πραγματικά ό,τι πιο *νέο*, πιο *πρόσφατο* και πιο *συναρπαστικό* στον κλάδο μας, την αυθεντική «τελευταία λέξη της κοινωνικής ψυχολογίας». Καταβάλαμε προσπάθεια να διασφαλίσουμε την επεξεργασία και τη χρήση των νέων τεχνολογιών για την έκδοση των αποτελεσμάτων των ερευνών της κοινωνικής ψυχολογίας. Καλύπτουμε τις πιο ενημερω-

μένες εξελίξεις, στις οποίες προσαρμοζόμαστε ως πανεπιστημιακό διδακτικό προσωπικό και τις οποίες οι σπουδαστές μας παίρνουν ως δεδομένες και υιοθετούν. Ταυτοχρόνως όμως, έχουμε κάνει συγκεκριμένα βήματα για να διασφαλίσουμε, ότι η *υποδομή* όλης της καινούργιας επιστημονικής έρευνας που καλύπτουμε παρουσιάζεται με σαφήνεια. Στην επιστήμη, τίποτε καινούργιο δεν εμφανίζεται τυχαία και χωρίς να βασίζεται στις προηγούμενες θεωρίες, γι' αυτό έχουμε φροντίσει να παρουσιάσουμε τις κλασικές μαζί με τις πρόσφατες και νέες θεωρίες.

Αρκετά όμως αναφερθήκαμε σε γενικότητες. Εδώ περιγράφονται τα συγκεκριμένα βήματα που κάναμε για να επιτύχουμε τους δυο στόχους που αναφέραμε, δηλαδή τι είναι καινούργιο και πρόσφατο και ταυτοχρόνως τα ισχυρά και διαρκή θεμέλια του κλάδου μας.

## Αλλαγές στη Δομή του Βιβλίου: Η παρουσίαση των πιο πρόσφατων εξελίξεων

Τα νέα ερευνητικά πρότυπα στην κοινωνική ψυχολογία έχουν διαμορφώσει τις εξής σημαντικές αλλαγές στη δομή του βιβλίου.

- Στην προσπάθειά μας να συγχρονιστούμε με το αυξημένο ενδιαφέρον για τον *εαυτό*, μετακινήσαμε αυτό το κεφάλαιο νωρίτερα στο βιβλίο, έτσι τώρα βρίσκεται στο Κεφάλαιο 4 (αντί του Κεφαλαίου 5).
- Για να παρουσιάσουμε την αυξανόμενη τάση για ενοποίηση των ερευνών σχετικά με την *έλξη* και τις διαπροσωπικές σχέσεις, έχουμε συνδυάσει αυτά τα θέματα σε ένα μεμονωμένο, ενιαίο κεφάλαιο (Κεφάλαιο 7).
- Για να ανταποκριθούμε στο αυξανόμενο ενδιαφέρον για την εφαρμογή των βασικών αρχών της κοινωνικής ψυχολογίας σε πρακτικά θέματα από κλάδους όπως η Νομική, η Ιατρική και οι Επιχειρήσεις, ασχολούμαστε με όλα αυτά τα θέματα σε ένα μεμονωμένο ενιαίο κεφάλαιο (Κεφάλαιο 12). Αυτό το κεφάλαιο τονίζει τους τρόπους με τους οποίους οι γνώσεις της κοινωνικής ψυχολογίας για τις βασικές διεργασίες (π.χ. κοινωνική νόηση, κοινωνική επιρροή, στάσεις) παρέχουν ανεκτίμητη βαθιά γνώση σε πρακτικά ερωτήματα και θέματα.

## Αλλαγές στο Περιεχόμενο εντός των Κεφαλαίων: Νέα Θέματα και Ερευνητικές Κατευθύνσεις

Συνεχίζοντας τη μακρά παράδοση αυτού του βιβλίου, έχουμε συμπεριλάβει κυριολεκτικά δεκάδες νέων θεμάτων. Πράγματι, κάθε κεφάλαιο παρουσιάζει τις νέες κατευθύνσεις των ερευνών, τα καινούργια ευρήματα και τις νέες θεωρητικές προσεγγίσεις. Αυτά είναι μερικά από τα νέα θέματα που περιλαμβάνονται:

- Πρόσφατες έρευνες στην κοινωνική νευροεπιστήμη και στον ρόλο των *συγκαλυμμένων* (ασυνείδητων) διεργασιών, ως παραδείγματα των πιο εξελιγμένων εργασιών στον κλάδο (Κεφάλαιο 1).
- Η επίδραση της αυτόματης διεργασίας στην κοινωνική συμπεριφορά (Κεφάλαιο 2).
- Τα οφέλη της αυτόματης σκέψης (Κεφάλαιο 2).
- Η έρευνα της κοινωνικής νευροεπιστήμης για την αλληλεπίδραση μεταξύ συναισθήματος και νόησης (Κεφάλαιο 2).
- Ο ρόλος του επιπέδου των ερμηνευτικών αναλύσεων στην απόδοση των γεγονότων στη μοίρα ή στις δικές μας ενέργειες (Κεφάλαιο 3).
- Ο ρόλος της ταυτοποίησης έργου στις αποδόσεις αιτίων που αφορούν στις προθέσεις των άλλων, στη γνωστική λειτουργία και στα κίνητρα (Κεφάλαιο 3).



- Ο ρόλος της μαγικής σκέψης στην απόδοση αιτίων (Κεφάλαιο 3).
- Η αυτοπαρουσίαση στο διαδίκτυο (Κεφάλαιο 4).
- Πώς γίνεται η διαχείριση των συγκρούσεων ανάμεσα σε πολλαπλές ταυτότητες (Κεφάλαιο 4).
- Ο ρόλος της βεβαιότητας της στάσης στη σχέση στάση-συμπεριφορά (Κεφάλαιο 5).
- Η επίδραση της καφεΐνης στην πειθώ (Κεφάλαιο 5).
- Οι συνέπειες της εξάντλησης του εγώ στην ικανότητά μας να αντισταθούμε στην πειθώ (Κεφάλαιο 5).
- Πώς αντιλαμβάνονται την ανισότητα οι διαφορετικές φυλετικές ομάδες (Κεφάλαιο 6).
- Είναι τόσο εύκολο όσο νομίζετε να «παιξέτε το χαρτί» της φυλής ή του φύλου σας (Κεφάλαιο 6);
- Μια νέα μορφή στερεοτυπίας, ο εργενισμός, και γιατί οι ανύπαντροι ούτε καν συνειδητοποιούν ότι είναι θύματα (Κεφάλαιο 6).
- Ευαισθησία απόρριψης της εμφάνισης (Κεφάλαιο 7).
- Η επίδραση της κουλτούρας στις σχέσεις (Κεφάλαιο 7).
- Τι επιθυμούμε στους άλλους – τα χαρακτηριστικά των «ιδανικών συντρόφων» (Κεφάλαιο 7).
- Ο ρόλος των θετικών ψευδαισθήσεων στη γαμήλια ευτυχία (Κεφάλαιο 7).
- Η αρνητική πλευρά της συμμόρφωσης, συμπεριλαμβανομένων των επιδράσεων της συμμόρφωσης στους ρόλους του φύλου σχετικά με τη σεξουαλική απόλαυση και τους μύθους για τον βιασμό (Κεφάλαιο 8).
- Νόρμες που ενθαρρύνουν την ατομικότητα αντί για τη συμμόρφωση (Κεφάλαιο 8).
- Η ενσυναίσθηση και η αρωγή σε διαφορετικές κοινωνικές ομάδες (Κεφάλαιο 9).
- Τα αποτελέσματα του κοινωνικού αποκλεισμού (Κεφάλαιο 9).
- Οι αντιδράσεις κατά την αποδοχή βοήθειας από άλλους (Κεφάλαιο 9).
- Τα αποτελέσματα της κοροϊδίας ως πιθανή αιτία επιθετικότητας (Κεφάλαιο 10).
- Τα αποτελέσματα των βίαιων βιντεοπαιχνιδιών στην επιθετικότητα (Κεφάλαιο 10)
- Τα στοιχεία της νευροεπιστήμης για την απευαισθητοποίηση που οφείλεται στην έκθεση στη βία των μέσων μαζικής ενημέρωσης (Κεφάλαιο 10)
- Πώς μπορεί το αλκοόλ να αυξήσει την επιθετικότητα, ακόμη και όταν στην πραγματικότητα δεν καταναλώνεται (Κεφάλαιο 10)
- Αυτορρυθμιστικοί μηχανισμοί που εξυπηρετούν τη μείωση της επιθετικότητας (Κεφάλαιο 10)
- Πώς αντανάκλα η δραστηριότητα στο You Tube τις ομαδικές διεργασίες (Κεφάλαιο 11)
- Νέα ευρήματα που αφορούν στη διατήρηση της ατομικότητάς μας στις ομάδες (Κεφάλαιο 11)
- Ο ρόλος της «θεωρίας του ασαφούς ίχνους» στην παραμόρφωση της μνήμης σε αυτόπτες μάρτυρες ενός εγκλήματος (Κεφάλαιο 12).
- Νέα ευρήματα που αφορούν στην προκατάληψη εναντίον των παχύσαρκων ανθρώπων
- Νέα μοντέλα και θεωρίες για την ηγεσία (Κεφάλαιο 12)



- Η επίδραση της καφεΐνης στην πειθώ (Κεφάλαιο 5)
- Όταν η ομάδα μας έχει βλάψει άλλους (Κεφάλαιο 6)
- Ο ρόλος των θετικών ψευδαισθήσεων στη γαμήλια ευτυχία (Κεφάλαιο 7)
- Η επιδημία των διατροφικών διαταραχών (Κεφάλαιο 8)
- Η αρνητική πλευρά της αποδοχής βοήθειας: Γιατί συχνά είναι καλύτερο να δίνουμε παρά να παίρνουμε; (Κεφάλαιο 9)
- Η επίδραση των σεξουαλικά επιθετικών στίχων των τραγουδιών (Κεφάλαιο 10)
- Είναι απλώς το You Tube ένας ισότοπος ή μια αληθινή ομάδα; (Κεφάλαιο 11)
- Πώς να δημιουργήσετε μια καλή πρώτη εντύπωση στις συνεντεύξεις για πρόσληψη (Κεφάλαιο 12)

Τέλος, για να εξηγήσουμε πώς η κοινωνική ψυχολογία βοηθά στη διύλιση και τη διόρθωση των ιδεών της «κοινής γνώμης» για την κοινωνική πλευρά της ζωής, διατηρήσαμε ένα στοιχείο που περιλαμβανόταν στην προηγούμενη έκδοση, με τίτλο **Κατανόηση της Κοινής λογικής: μια οπτική της κοινωνικής ψυχολογίας**. Ωστόσο, σχεδόν όλα αυτά τα μέρη είναι καινούργια σε αυτή την έκδοση. Ιδού μερικά παραδείγματα:

- Το διαδικτύο: Η παρουσίαση της διαδικτυακής σας ταυτότητας (Κεφάλαιο 4)
- Υπάρχει συνεπής συσχέτιση των στάσεων με τη συμπεριφορά; (Κεφάλαιο 5)
- Συμπληρωματικότητα ή Ομοιότητα: Ποια είναι η βάση της έλξης; (Κεφάλαιο 7)
- Διαφέρουν οι γυναίκες από τους άνδρες στην τάση για συμμόρφωση; (Κεφάλαιο 8)
- Είναι πραγματικά αντίθετες η προσφορά βοήθειας (φιλοκοινωνική συμπεριφορά) και η πρόκληση βλάβης (επιθετικότητα); (Κεφάλαιο 9)
- Κάθαρη: Πράγματι βοηθά η εκτόνωση; (Κεφάλαιο 10)

### Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΛΟΓΙΚΗΣ ΜΙΑ ΕΠΕΞΗΡΗΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Μόλις θεκαίτε αναγνώστη ότι οι κοινωνικές στάσεις που εκθέτουμε περιέχουν άριστα τη συμπεριφορά τους. Είναι να, δεν είναι οι μόνοι. Για παράδειγμα, υπάρχει μεγάλη πιθανότητα ότι αυτοί που υποστηρίζουν αφρογενετικές στάσεις, θα συμπεριφέρονται ανεγκρίτως απέναντί τους στο επόμενο έτος, ίσως και να πάρουν επενδυτικά. Ισχυρά επηρεασμένοι από τη κοινή λογική, αυτοί που υποστηρίζουν προοδευτικές στάσεις, θα συμπεριφέρονται ανεγκρίτως απέναντί τους στο επόμενο έτος, ίσως και να πάρουν επενδυτικά. Αυτή η λογική αντανακλάται στην κοινωνική ψυχολογία. Η θεωρία της Κοινής Λογικής, που αναπτύχθηκε από τον Albert Asch (1951), ο Richard La Piere (1924) και άλλους, υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι συμπεριφέρονται ανεγκρίτως απέναντί τους στην κοινωνία, αλλά μόνο αν η κοινωνία τους συμπεριφέρεται ανεγκρίτως απέναντί τους. Η Κοινή Λογική είναι η θεωρία που υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι συμπεριφέρονται ανεγκρίτως απέναντί τους στην κοινωνία, αλλά μόνο αν η κοινωνία τους συμπεριφέρεται ανεγκρίτως απέναντί τους. Η Κοινή Λογική είναι η θεωρία που υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι συμπεριφέρονται ανεγκρίτως απέναντί τους στην κοινωνία, αλλά μόνο αν η κοινωνία τους συμπεριφέρεται ανεγκρίτως απέναντί τους.

## Νέα Βοηθήματα για τους Σπουδαστές

Κάθε σύγγραμμα είναι καλό, μόνο στον βαθμό που είναι χρήσιμο και ενδιαφέρον για τους σπουδαστές. Με σκοπό να κάνουμε αυτή την έκδοση ακόμη καλύτερη σε αυτές τις δυο διαστάσεις, συμπεριλάβαμε διάφορα βοηθήματα για τους σπουδαστές. Ανάμεσα σε αυτά τα στοιχεία είναι τα εξής:

**Οι εισαγωγές των κεφαλαίων συνδέονται με σημαντικές τάσεις και γεγονότα της κοινωνίας:** Τα περισσότερα κεφάλαια αρχίζουν με παραδείγματα ή ανέκδοτα που συνδέονται στενά με τις τρέχουσες τάσεις και τα γεγονότα στην κοινωνία, για παράδειγμα δημοφιλείς κινηματογραφικές ταινίες, τηλεοπτικά show, γεγονότα στις ειδήσεις. Αυτό βοηθά στη συσχέτιση των θεμάτων που καλύπτονται με τα γεγονότα που είναι ήδη πολύ οικεία στους αναγνώστες.

**Σημεία Κλειδιά:** Κάθε μεγάλο μέρος τελειώνει με μια σύντομη ανασκόπηση των σημείων κλειδιών που έχουν καλυφθεί και με μια ερώτηση κριτικής σκέψης (Σκεφτείτε).

**Αρχές που αξίζει να θυμόμαστε:** Στο τέλος κάθε μεγάλου μέρους, παρουσιάζεται και τονίζεται μια βασική αρχή που θα πρέπει να συγκατατίθουν οι σπουδαστές.

**Συμπεράσματα που αξίζει να θυμόμαστε**  
 Οι άνθρωποι διαθέτουν πολλές στρατηγικές για την προστασία της ταυτότητας της ομάδας τους εντός και όταν έχουν αντιμέτωπη με τη διακριτική αντιμετώπιση των άλλων από την ομάδα τους.

**Κοινωνική Επιρροή**  
**Αλλάζοντας τις Συμπεριφορές των Άλλων**

**ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ**

Συμπεριφορά: Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους. Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους. Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους. Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους. Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους. Η συμπεριφορά των άλλων είναι ένα θέμα που αφορά όλους.

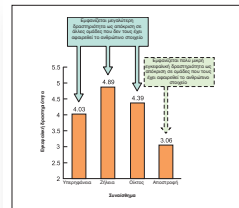
**Αναπτύξτε μια γρήγορη περίοδο στο μέλλον, αυτή την εποχή!** Η επηγήγισμη της επίδοσης... **Φ**ανταστείτε μια γρήγορη περίοδο στο μέλλον, αυτή την εποχή! Η επηγήγισμη της επίδοσης... **Φ**ανταστείτε μια γρήγορη περίοδο στο μέλλον, αυτή την εποχή! Η επηγήγισμη της επίδοσης...

**Σημεία Κλειδιά**  
 Η θεωρία της ενσωμάτωσης εξοπλισμού περιλαμβάνει ότι η κοινωνική ψυχολογία είναι η διαδικασία με την οποία οι άνθρωποι αλλάζουν τις στάσεις τους προκειμένου να συμπεριφέρονται καλύτερα απέναντί τους στο επόμενο έτος. Η θεωρία της ενσωμάτωσης εξοπλισμού περιλαμβάνει ότι η κοινωνική ψυχολογία είναι η διαδικασία με την οποία οι άνθρωποι αλλάζουν τις στάσεις τους προκειμένου να συμπεριφέρονται καλύτερα απέναντί τους στο επόμενο έτος.



**Περίληψεις στο τέλος του κεφαλαίου:** Κάθε κεφάλαιο ολοκληρώνεται με μια περίληψη, η οποία ανακεφαλαιώνει τα σημεία κλειδιά που καλύφθηκαν.

**Ειδικές ετικέτες σε όλα τα διαγράμματα και τους πίνακες:** Συνεχίσουμε να χρησιμοποιούμε τις «ειδικές ετικέτες» που αποτελούν μοναδικό χαρακτηριστικό του βιβλίου, με σκοπό να γίνονται τα διαγράμματα και οι πίνακες πιο κατανοητοί.



**Συνδέσεις:** Τέλος, για να βοηθήσουμε τους σπουδαστές να αναγνωρίσουν τις συνδέσεις μεταξύ των διαφόρων κεφαλαίων και των κατευθύνσεων της έρευνας στην κοινωνική ψυχολογία, συμπεριλαμβανόμε για άλλη μια φορά τους πίνακες «Συνδέσεις» που στρέφουν την προσοχή σε αυτές τις σχέσεις.



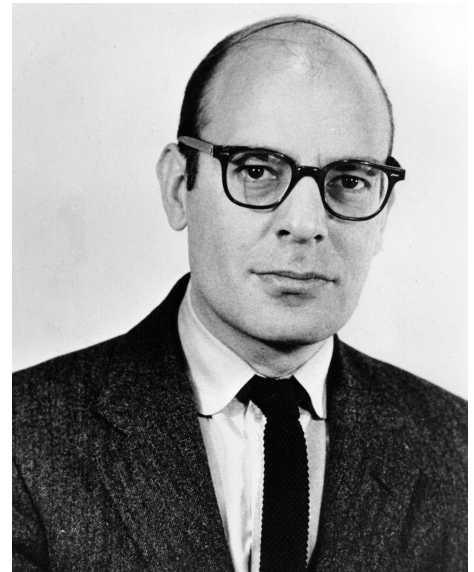
ώρα για τον κόπο του. Όταν προσλήφθηκα στο διδακτικό προσωπικό στο Texas, έλαβα πρόσκληση να επιστρέψω στο Palo Alto και να γίνω επισκέπτης καθηγητής στο Stanford, οπότε άτομα όπως ο Leon Festinger έγιναν αίφνης συνάδελφοί μου. Δεν τον φοβόμουν πλέον και θα θυμάμαι πάντα ένα βράδυ στο ελληνικό εστιατόριο στον χώρο του πανεπιστημίου: Έπαιζε η μουσική και αρκετοί από εμάς χόρευαν μαζί με τον Leon σε κύκλο γύρω από το τραπέζι και στη συνέχεια σπάσαμε κρασοπότηρα μέσα στο τζάκι.

Λίγα χρόνια αργότερα, το Texas χρηματοδοτήθηκε για να προσλάβει νέο πανεπιστημιακό διδακτικό προσωπικό και άρχισε με τον Πρόεδρο του Τμήματος Gardner Lindsay. Ανάμεσα στους πολλούς πιθανούς υποψήφιους ήταν ο Leon. Εκείνη τη εποχή δεν ενδιαφερόταν πλέον για τη γνωστική ασυμφωνία αλλά ασχολούνταν με έργο σχετικά με την αντίληψη και άλλα νέα πεδία έρευνας. Δεν ξεχνώ ένα απόγευμα, που είχε μόλις ολοκληρώσει μια ομιλία και είχε λίγες ώρες πριν από ένα προγραμματισμένο πάρτι με δείπνο. Του πρότεινα να τον πάω με το αυτοκίνητο στο ξενοδοχείο του να αναπαυτεί, αλλά αυτός ως αμετανόητος Νεοϋορκέζος είπε, ότι απλώς θα έβγαινε έξω, θα στεκόταν κοντά στο σιντριβάνι και θα έπαιρνε ταξί. Του υπέδειξα ευγενικά, ότι δεν ήταν τόσο πιθανό να περνάνε ταξί από τους δρόμους του Austin όσο στο Μανχάταν, έτσι πήραμε το αυτοκίνητό μου. Το Τέξας δεν κατάφερε να τον προσλάβει και δυστυχώς δεν διασταυρώθηκαν ξανά οι δρόμοι μου με τον Leon.

Όταν ήμουν νέο μέλος του πανεπιστημιακού διδακτικού προσωπικού στο Texas, μια ομάδα από εμάς γευματίζαμε και με κάποιον τρόπο ήρθε στη συζήτηση η έρευνα του Stanley Schachter. Είχαμε όλοι εντυπωσιαστεί από το έργο του με τον Festinger και τον Back που διαπραγματευόταν τους κοιτώνες και την επίδραση της εγγύτητας στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Επιπλέον εκτόνησε το πρώτο του πειραματικό έργο στις παρόμοιες και ανόμοιες στάσεις και τον τρόπο που επηρεάζουν τη διαπροσωπική απόρριψη και την επικοινωνία. Το τότε καινούργιο του βιβλίο διαπραγματευόταν τον φόβο και την αγωνία ως κίνητρα συνάφειας σε συνδυασμό με την επίδραση της σειράς γέννησης σε αυτή τη σχέση.

Τα χρόνια που ακολούθησαν, ο Stan Schachter εξακολούθησε να ερευνά νέα πεδία της ανθρώπινης συμπεριφοράς, εφαρμόζοντας τη μοναδική διεισδυτικότητά του σε διάφορα αντικείμενα, όπως στη μελέτη του για τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε τη συναισθηματική κατάσταση ως λειτουργία ψυχολογικής εγρήγορσης, τη γνωστική ερμηνεία και το κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο λαμβάνει χώρα (βλέπε φωτογραφία). Είχε πάντοτε την ικανότητα να εκπλήσσει τον κόσμο της κοινωνικής ψυχολογίας με νέα και πρωτότυπα θέματα, όπως το πώς επηρεάζει η παχυσαρκία την προτίμηση για κατανάλωση φιστικιών με κέλυφος έναντι φιστικιών χωρίς κέλυφος.

Αν και γνώριζα το έργο του και είχα επηρεαστεί από αυτό κατά τη διάρκεια της σταδιοδρομίας μου, δεν είχαμε συναντηθεί πριν από τα μέσα της δεκαετίας του 1980. Εκείνη την εποχή ήμουν Πρόεδρος του Τμήματος στο Albany και προκάλεσε έκπληξη στο πανεπιστήμιο η ανακάλυψή μου, ότι υπήρχαν λιγότεροι ψυχολόγοι στο Τμήμα της Ψυχολογίας σε σχέση με άλλους τομείς του ιδρύματος, όπως η εκπαίδευση, οι επιχειρήσεις, η κοινωνική πρόνοια, η ποινική δικαιοσύνη, η γεροντολογία, η βιολογία και διάφορα άλλα πλαίσια. Δεδομένης αυτής της πληροφορίας, οι διαχειριστές αποφάσισαν να μας ενώσουν. Για να το πραγματοποιήσουν, διέθεσαν κονδύλια, ώστε να προσκληθεί σειρά επιφανών ψυχολόγων, για να κάνουν διαλέξεις που θα ενδιέφεραν το σύνολο της κοινότητας των ψυχολόγων. Ο Stan Schachter ήταν το πρώτο άτομο που έλαβε πρόσκληση και μου ζητήθηκε να τον μεταφέρω μαζί με τη σύζυγό του από το ξενοδοχείο τους στο γεύμα πριν από την παρουσίασή του. Δεν είχα ιδέα τι να περιμένω, αλλά βρήκα το ζεύγος Schachter τόσο ενδιαφέρον και ευπαραουσίαστο, που μετάνιωσα που δεν τους είχα συναντήσει νωρίτερα.



Stanley Schachter

Robert A. Byron  
Donn Byrne