



Podstawowe pojęcia psychologii społecznej

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Mapa myśli](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Bibliografia:

- Źródło: *8 zasad, jak udzielać informacji zwrotnej*, 10.11.2017, dostępny w internecie: porady.pracuj.pl [dostęp 8.01.2020].
- Źródło: Monika Kornaś, *Psychologia społeczna, czyli jak wpływają na nas inni*, dostępny w internecie: edukuj.pl [dostęp 8.01.2020].
- Źródło: *Wpływ portali społecznościowych – zagrożenie czy ogromne możliwości?*, 25.04.2018, dostępny w internecie: poradnikprzedsiębiorcy.pl [dostęp 7.01.2020].
- Źródło: Bogdan Wojciszke, *Psychologia społeczna*, Warszawa 2011, s. 25.

- Źródło: Timothy D. Wilson, Robin M. Akert, Elliot Aronson, *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Poznań 1997.



Podstawowe pojęcia psychologii społecznej

Źródło: Pixabay, domena publiczna.

Już Arystoteles wiedział o tym, że człowiek jest istotą społeczną (z łac. *homo sociologicus*), że potrzebuje innych ludzi, aby się rozwijać, że żyje w społeczeństwie i jest nosicielem ról społecznych. Wszystkim, co dla niego jest ważne, chce dzielić się z innymi. Ludzie kształtują jego myślenie, uczucia i zachowania. Człowiek kopiuje ich myśli, postawy, a nawet sposób mówienia i poruszania się. Temu wszystkiemu przygląda się właśnie psychologia społeczna.

Twoje cele

- Wyjaśnisz, czym jest i czym zajmuje się psychologia społeczna.
- Przeanalizujesz najważniejsze pojęcia z zakresu psychologii społecznej.
- Ocenisz znaczenie psychologii społecznej w codziennym życiu.

Dla zainteresowanych





**Psychologia społeczna –
wybrane pojęcia**



**Psychologiczne
konceptje osobowości**

Przeczytaj

Czym dla psychologii społecznej są relacje międzyludzkie?

[Psychologia społeczna](#) jest nauką empiryczną z pogranicza psychologii i socjologii, której głównym zainteresowaniem jest [wpływ społeczny](#). Dla psychologa społecznego ważne jest nie tylko zachowanie jednostek, ale też ich myśli i uczucia. Wpływ społeczny jest zatem nie tylko celowym nakłanianiem innych osób do konkretnego działania – sama tylko obecność ludzi lub myślenie o nich wpływa na jednostkę. Właśnie to założenie, że pomiędzy jednostką i jej otoczeniem jest ścisły związek, jest podstawą psychologii społecznej.

Jako nauka z pogranicza socjologii i psychologii czerpie wiedzę z obu tych nauk. Bazując na metodach badań socjologicznych, zajmuje się relacjami człowieka z innymi ludźmi, natomiast z psychologii czerpie wiedzę na temat mechanizmów funkcjonowania pojedynczej osoby.

Jako nauka empiryczna za prawdziwe przyjmuje tylko prawa, które zostały potwierdzone wynikami badań empirycznych. Jednak specyfiką psychologii społecznej jest to, że badań i wniosków odnoszących się do społeczności w jednym kraju nie zawsze można odnieść do społeczności innego terytorium, choćby ze względu na różnice kulturowe.

Psychologia społeczna jako nauka wyodrębniła się jako gałąź psychologii dopiero w latach 30. XX wieku wraz z rozwojem badań eksperymentalnych prowadzonych przez Kurta Lewina. W Polsce początek zainteresowań tą dziedziną datowany jest na rok 1959, kiedy to ukazało się dzieło *Wprowadzenie do psychologii społecznej* Stefana Baleya. Jest to więc nauka stosunkowo młoda.

Psycholodzy społeczni nie tworzą, przynajmniej na razie, żadnej jednolitej teorii wyjaśniającej wszystkie lub większość wpływów społecznych, jakie ludzie na siebie nawzajem wywierają. Sformułowali za to wiele pytań, na które starają się znaleźć odpowiedź.

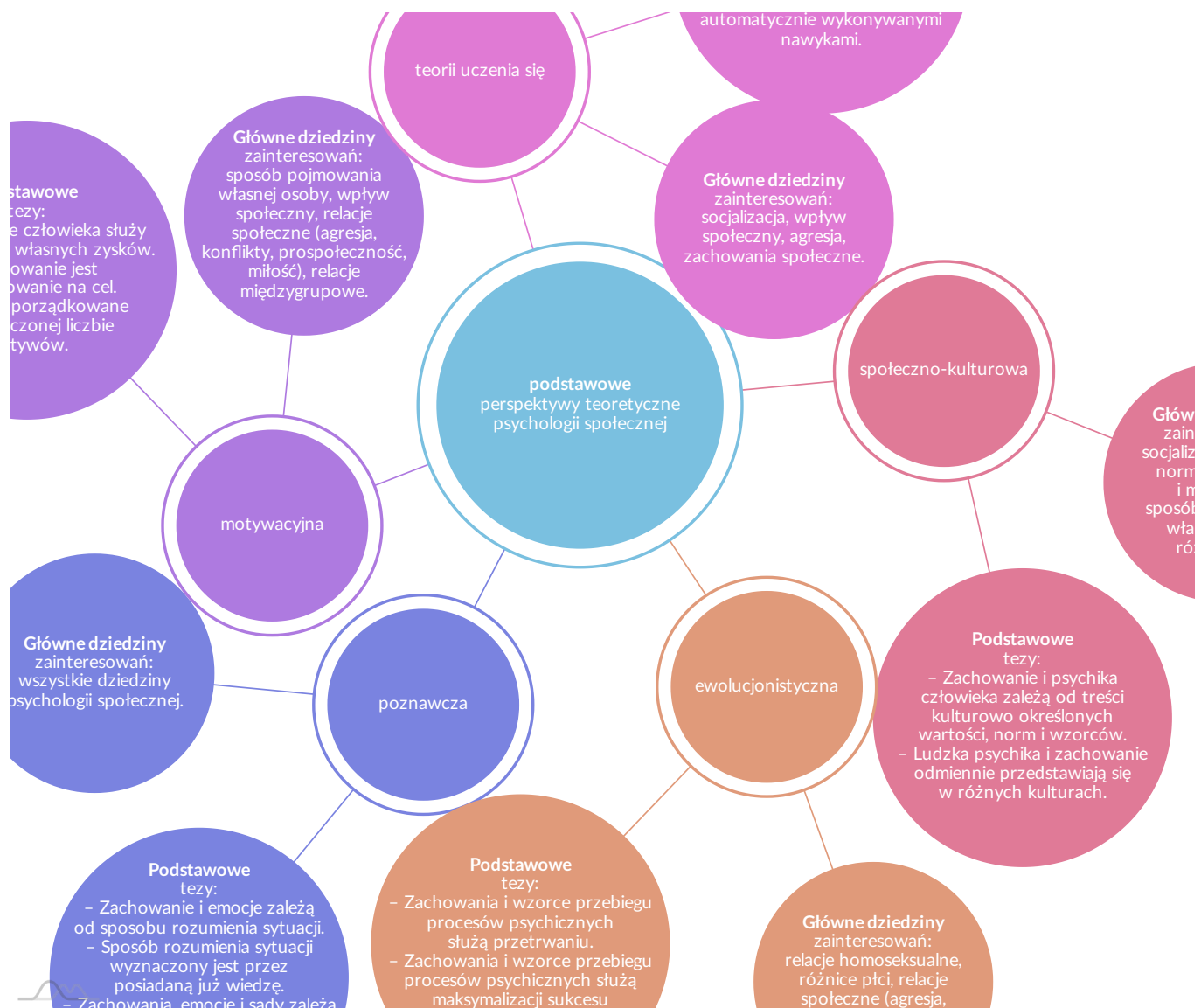
Pytania te dotyczą m.in.:

- [motywacji społecznych](#),
- [pojęcia człowieka o świecie społecznym](#),
- [wiedzy człowieka o samym sobie](#),
- [moralności](#),
- [uczuć](#),
- [postaw i zachowań ludzkich](#),
- [wywierania wpływu na innych](#),
- [relacji człowieka z innymi ludźmi](#),
- [relacji zarówno wewnątrz grupy, jak i między jednostką a grupą oraz między grupami](#),
- [zróżnicowania płci](#).

Szukając odpowiedzi na swoje pytania, psycholodzy społeczni tworzą teorie wyjaśniające pojedyncze zjawiska (np. jak obecność kobiety wpływa na męski dotąd zarząd firmy) lub typy zachowań (np. agresywne). Jednocześnie psychologia społeczna bierze pod uwagę, że człowiek wpływa, często świadomie, na otoczenie i może je zmieniać, może też zmieniać samego siebie, pracując nad sobą.

W psychologii społecznej można wyróżnić kilka podejść teoretycznych, które zostały przedstawione na schemacie.

Charakterystyka podstawowych perspektyw teoretycznych psychologii społecznej



Oprac. na podst. Bogdan Wojciszke, *Psychologia społeczna*, Warszawa 2011, s. 25.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Psychologia społeczna ma zastosowanie w wielu dziedzinach życia. Przykładowe zastosowania to:

- polityka – wpływanie na ludzi podczas kampanii wyborczych i nakłanianie ich do głosowania na wybranych kandydatów;
- rozmowy kwalifikacyjne czy biznesowe – znajomość podstaw psychologii społecznej pomaga w wywieraniu odpowiedniego wrażenia na rozmówcach oraz osiąganiu celów biznesowych;

- marketing – obecnie większość reklam jest opracowywana w oparciu o osiągnięcia psychologii społecznej.

Słownik

Elliot Aronson

psycholog amerykański i autor podręczników do psychologii społecznej, znany m.in. z eksperymentu „klasy z puzzli”

efekt pierwszeństwa

efekt, który wpływa na odbieranie danej osoby według pierwszego wrażenia, jakie na nas zrobiła

efekt uporczywości

utrzymywanie się pierwotnych przekonań, nawet wówczas, gdy zostały one podważone

heurystyki

umysłowe sposoby myślenia, dzięki którym możemy wydawać sądy w sposób szybki i efektywny, tzw. drogi na skróty; wnioski wyciągane w ten sposób nie zawsze są poprawne

postrzeganie społeczne

badanie sposobu tworzenia przez człowieka obrazu innych ludzi i wyciąganie wniosków na ich temat

poznanie społeczne

sposób, w jaki ludzie selekcjonują, interpretują, zapamiętują i wykorzystują płynące z otoczenia informacje i na ich podstawie podejmują decyzje oraz budują własną wiedzę o świecie; sposób myślenia człowieka o świecie społecznym i o sobie oraz jego wpływ na formułowanie sądów i podejmowanie decyzji

psychologia społeczna

dziedzina nauki łącząca psychologię z socjologią, która bada, w jaki sposób obecność i działania innych ludzi wpływają na psychikę człowieka; nauka empiryczna z pogranicza psychologii i socjologii, której głównym zainteresowaniem jest wpływ społeczny

samospełniające się proroctwo

zjawisko, które polega na tym, że oczekując spełnienia się pewnych zachowań/wydarzeń, swoim działaniem doprowadzamy do ich spełnienia

samowiedza

wiedza na temat samego siebie, sposób myślenia o sobie

schematy poznawcze

schematy, według których wiedza w naszym umyśle zorganizowana jest w określony sposób oparty na naszych doświadczeniach, rodzaju przeżytych zdarzeń, spotkanych osób czy obiektów

wpływ społeczny

proces, w wyniku którego człowiek zmienia swoje uczucia, zachowania czy zdanie na konkretne tematy na skutek oddziaływania innych osób, ich zachowania czy też opinii

Mapa myśli

Polecenie 1

Zapoznaj się z mapą myśli przedstawiającą różne aspekty psychologii społecznej. Jeśli chcesz, możesz ją rozbudować o ważne dla ciebie informacje. Następnie wykonaj ćwiczenia.



Ćwiczenie 1

Podaj przykład, w jaki sposób człowiek dochodzi do rozumienia innych ludzi.

Ćwiczenie 2

Wyjaśnij, w jaki sposób samowiedza może wpływać na relacje człowieka z innymi ludźmi.

Sprawdź się

Pokaż ćwiczenia:   

Ćwiczenie 1



Dokończ zdanie.

Psychologia społeczna zajmuje się...

- ☐ przepływem informacji.
- ☐ wpływem interakcyjnym.
- ☐ wpływem wychowawczo-dominującym.
- ☐ wpływem społecznym.

Ćwiczenie 2



Wskaż dyscypliny, z których badań przede wszystkim korzysta psychologia społeczna.

- ☐ psychologia
- ☐ pedagogika
- ☐ psychiatria
- ☐ socjologia

Ćwiczenie 3



Uzupełnij luki w zdaniach.

Psychologia społeczna należy do nauk empirycznych, w związku z czym posługuje się metodami naukowymi, takimi jak:

- , które wykorzystując m.in. sondaże, badają określone zmienne;
- , które bazują m.in. na danych archiwalnych;
- , wśród których można wyróżnić eksperymenty laboratoryjne.

Jednym z podstawowych pojęć psychologii społecznej jest , definiowane jako sposób myślenia człowieka o świecie społecznym oraz sposób formułowania przez niego sądów czy podejmowania decyzji. Z kolei to, w jaki sposób człowiek myśli o samym sobie, wiąże się z pojęciem .

metody segregacji

metody korelacyjne

samowiedzy

metody laboratoryjne

doznanie społeczne

poznanie społeczne

samorealizacji

metody eksperymentalne

metody obserwacji

Ćwiczenie 4



Scharakteryzuj perspektywy teoretyczne w psychologii społecznej, przypisując do nich główne dziedziny zainteresowań.

Perspektywa motywacyjna

podejście do własnej osoby

socjalizacja pierwotna i wtórna

wpływ społeczny

Perspektywa społeczno-kulturowa

relacje międzygrupowe

socjalizacja pierwotna i wtórna

zachowania prospołeczne

Perspektywa teorii uczenia się

relacje społeczne

podejście do własnej osoby

normy społeczne

Ćwiczenie 5



Zapoznaj się z ilustracją i wykonaj ćwiczenie.



Relacje biznesowe.

Źródło: domena publiczna.

Podaj nazwę typu wpływu społecznego ukazanego na ilustracji.



Zapoznaj się z poniższym tekstem, a następnie wykonaj zadanie.

” Wpływ portali społecznościowych – zagrożenie czy ogromne możliwości?

Niektórzy nie potrafią już sobie wyobrazić życia społecznego bez Facebooka czy Twittera. Na wzrost popularności portali społecznościowych bez wątpienia miało wpływ upowszechnienie się urządzeń mobilnych z dostępem do internetu bezprzewodowego. Na każdym kroku możemy spotkać ludzi scrollujących posty na swoich smartfonach czy tabletach. Jednak rzeczywistość przedstawiona w wirtualnym świecie zdecydowanie odbiega od tego, co spotykamy w rzeczywistości. Codziennie oglądamy sukcesy i osiągnięcia naszych znajomych, najlepsze zdjęcia i fantastyczne podróże. Zagłębiając się w tak przedstawiony obraz, można uznać, że wszyscy dookoła żyją w idealnym świecie pozbawionym jakichkolwiek negatywnych emocji czy problemów. Konsekwencją funkcjonowania w przekoloryzowanym świecie, wykreowanym przez portale społecznościowe mogą być mocne wahania samooceny i poczucia własnej wartości. Publikowane treści są odpowiednio wyselekcjonowane i pokazują tylko pozytywne wydarzenia czy korzystnie wyglądające zdjęcia.

Użytkownicy, którzy chętnie zamieszczają na portalach społecznościowych treści na swój temat, mogą wpaść w tzw. błędne koło autoprezentacji. Mimo że najczęstszym motywem tego typu działań jest chęć podniesienia własnej samooceny, w rezultacie może to doprowadzić do pogorszenia samopoczucia. Poprawa własnego wizerunku na tego typu portalach jest bardzo prosta – wystarczy jeden post czy zdjęcie, aby pokazać się w lepszym świetle. Jednak branie udziału w niekończącej się gonitwie za lajkami może

spowodować ciągłe pragnienie dowartościowania i pozytywnej oceny innych. Na dłuższą metę taka nieustannie wyreżyserowana autoprezentacja może być męcząca i obciążająca psychicznie. Warto zachować duży dystans do publikowanych treści, aby negatywny wpływ portali społecznościowych nie zachwiał naszego poczucia własnej wartości i umiejętności komunikowania się z innymi ludźmi w świecie realnym.

Podsumowując wpływ portali społecznościowych na ich odbiorców, można wyciągnąć kilka zasadniczych wniosków: portale społecznościowe stały się istotną częścią życia współczesnych ludzi. Duży wpływ portali społecznościowych na społeczeństwo sprawił, że zainteresowali się tym tematem psycholodzy, obserwując reakcje osób nadmiernie korzystających z tego medium.

Sieci społecznościowe są niezwykle atrakcyjne dla użytkowników poprzez ogrom możliwości, jakie oferują. Do głównych motywów korzystania z portali społecznościowych zaliczamy potrzebę kontaktu, rozrywkę oraz możliwość autoprezentacji.

Portale społecznościowe przedstawiają użytkownikowi przekoloryzowany świat, który znacznie odbiega prawdą od rzeczywistości. Może to powodować zachwianie własnej wartości i nasilenie potrzeby dowartościowywania się poprzez poprawę własnego wizerunku w sieci.

Źródło: *Wpływ portali społecznościowych – zagrożenie czy ogromne możliwości?*, 25.04.2018 r., dostępny w internecie: poradnikprzedsiębiorcy.pl [dostęp 7.01.2020 r.].

Określ, które z podanych stwierdzeń są prawdziwe, a które fałszywe.

Stwierdzenie	Prawda	Fałsz
--------------	--------	-------

Stwierdzenie	Prawda	Fałsz
Korzystanie z portali społecznościowych, takich jak Facebook, Instagram czy Twitter, pozwala na zachowanie wysokiej samooceny.	☐	☐
Problemem, który często występuje u użytkowników portali społecznościowych, jest błędne pojęcie autoprezentacji.	☐	☐
Portale społecznościowe kreują świat wyidealizowany, w którym każdy odnajdzie się bez najmniejszych problemów.	☐	☐
Scrolling jest zjawiskiem nagminnym, polegającym na przeglądaniu portali społecznościowych nawet w miejscach publicznych i podczas spotkań towarzyskich.	☐	☐



Przeczytaj poniższy tekst i wykonaj ćwiczenia.

” Monika Kornaś

Psychologia społeczna, czyli jak wpływają na nas inni

Psychologia społeczna zajmuje się bardzo istotnym dla nas obszarem: wpływem innych na nas. Jej teorie i wyniki badań znajdują więc szerokie zastosowanie w życiu codziennym. Jej teorie oraz techniki są znane światu reklamy i marketingu. Specjaliści od promocji wykorzystują szereg mechanizmów psychologii społecznej, np. poprzez stosowanie manipulacji, perswazji w celu zwiększenia sprzedaży. Psychologia społeczna odgrywa ważną rolę w pracy trenerów i szkoleniowców. Każda osoba, która zajmuje się prowadzeniem zajęć, kursów czy szkoleń, musi posiadać wiedzę z zakresu psychologii społecznej. Niezbędne są dla niej bowiem informacje odnośnie struktury grupy, procesów grupowych oraz rozwiązywania ewentualnych konfliktów. Kompetencje te przydadzą się praktycznie każdemu, kto pracuje z grupą, czy jest to grupa szkoleniowa lekarzy, czy grupa wesołych przedszkolaków. Pamiętajmy, że procesy grupowe zachodzą w każdej tego typu zbiorowości. Psychologia społeczna i jej teorie wykorzystywane są w prowadzeniu szeregu badań psychologicznych oraz socjologicznych, w terapii psychologicznej, w resocjalizacji, a nawet terapii medycznej oraz rehabilitacji.

Źródło: Monika Kornaś, *Psychologia społeczna, czyli jak wpływają na nas inni*, dostępny w internecie: edukuj.pl [dostęp 8.01.2020 r.].

1. Podaj trzy przykłady zawodów, w których wykorzystuje się wiedzę z zakresu psychologii społecznej, innych niż podane w tekście.

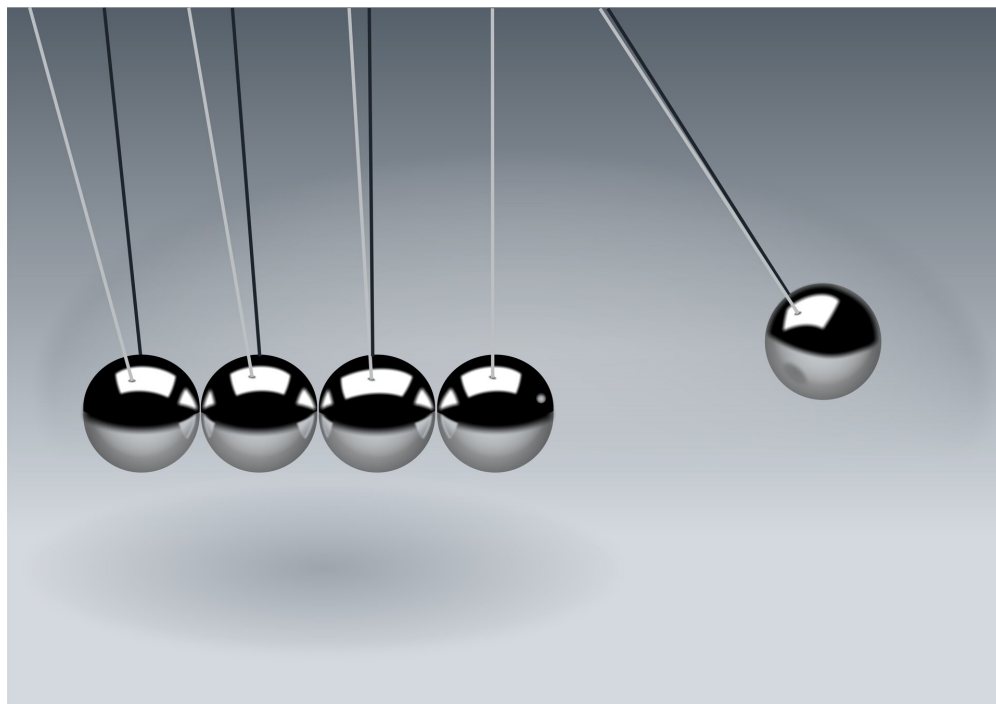
2. Wskaż, jaki zakres wiedzy z dziedziny psychologii społecznej może wykorzystać terapeuta w trakcie terapii osób uzależnionych od alkoholu.

Ćwiczenie 8



Zapoznaj się z materiałami źródłowymi i wykonaj ćwiczenia.

Źródło I



Wahadło Newtona.

Źródło: domena publiczna.

Źródło II

” 8 zasad, jak udzielać informacji zwrotnej

Konstruktywna informacja zwrotna to jeden z istotniejszych czynników wspomagających rozwój osobisty. Aby uwaga była faktycznie wartościowa dla rozmówcy, należy pamiętać o kilku zasadach. Niewłaściwe jest np. ocenianie człowieka, a nie jego zachowania lub uogólnianie wniosków na podstawie pojedynczej obserwacji.

Nasza opinia może zmotywować lub zniechęcić ocenianą osobę. Chcąc nadać komunikatowi właściwy wydźwięk, warto:

- zwracać się bezpośrednio do rozmówcy;
- w pewnych okolicznościach unikać publicznej oceny;
- przedstawić swoje obserwacje natychmiast po zaistnieniu określonej sytuacji;
- oceniać zachowanie lub wypowiedź, a nie człowieka;
- przytaczać konkretne argumenty;
- mówić o efektach, jakie przyniosło zachowanie rozmówcy;
- przekazywać tylko te informacje, które mogą przynieść korzyść ocenianej osobie;
- równoważyć komunikaty pozytywne i negatywne.

Źródło: *8 zasad, jak udzielać informacji zwrotnej*, 10.11.2017 r., dostępny w internecie: porady.pracuj.pl [dostęp 8.01.2020 r.].

1. Wyjaśnij, co łączy wahadło Newtona i powyższy tekst.

2. Wyjaśnij, co łączy wahadło Newtona i feedback z psychologią społeczną.

Dla nauczyciela

Autorka: Małgorzata Krzeszowska

Przedmiot: wiedza o społeczeństwie

Temat: Po co nam psychologia społeczna?

Grupa docelowa: III etap edukacyjny, liceum, technikum, zakres rozszerzony

Podstawa programowa:

Zakres rozszerzony

I. Człowiek w społeczeństwie.

Uczeń:

6) analizuje poznawcze przyczyny stosowania stereotypów i związane z tym niebezpieczeństwa.

Kształtowane kompetencje kluczowe:

- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji;
- kompetencje cyfrowe;
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się;
- kompetencje obywatelskie.

Cele operacyjne:

Uczeń:

- wyjaśni, czym zajmuje się psychologia społeczna;
- analizuje podstawowe pojęcia psychologii społecznej;
- oceni znaczenie psychologii społecznej dla życia codziennego.

Strategie nauczania:

- konstruktywizm.

Metody i techniki nauczania:

- burza mózgów;
- zamiana grup;
- rozmowa nauczająca z wykorzystaniem ćwiczeń interaktywnych.

Formy zajęć:

- praca indywidualna;
- praca w parach;
- praca w grupach;
- praca całego zespołu klasowego.

Środki dydaktyczne:

- komputery z głośnikami i dostępem do internetu, słuchawki;
- zasoby multimedialne zawarte w e-materiale;
- tablica interaktywna/tablica, pisak/kreda;
- kartki A4.

Przebieg zajęć:

Faza wstępna

1. Podanie tematu i celów lekcji.

2. Uczniowie wypisują na tablicy swoje skojarzenia z terminem „psychologia społeczna” metodą burzy mózgów. Następnie rozmawiają na temat skojarzeń i wybierają pięć według nich najlepszych. Na ich podstawie tworzą definicję pojęcia „psychologia społeczna”.

Faza realizacyjna

1. Uczniowie dzielą się na pięć grup. Każda z grup analizuje jedną z gałęzi mapy myśli zawartej w multimedium:

- co to jest;
- dyscypliny pokrewne;
- metody psychologii społecznej;
- zainteresowania relacjami;
- podstawowe pytania.

Każda grupa na podstawie informacji zawartej na gałęzi tworzy krótką notatkę.

2. Uczniowie zamieniają się grupami. W każdej z nowo utworzonych grup powinien być przynajmniej jeden przedstawiciel każdej z poprzednich grup. W nowych grupach osoby przedstawiają notatki utworzone we wcześniejszych grupach. W każdej powinno być przedstawionych pięć notatek. W razie niejasności po prezentacji notatek uczniowie odpowiadają na pytania innych osób. Po zapoznaniu się z notatkami uczniowie wykonują ćwiczenia interaktywne 1–3.

3. Uczniowie wykonują ćwiczenie 7. Na jego podstawie rozmawiają na temat zastosowania psychologii społecznej w życiu codziennym. W trakcie rozmowy warto nakierować uczniów na podawanie konkretnych przykładów z ich życia.

Faza podsumowująca

1. Uczniowie dokończają zdanie „Dziś dla mnie najważniejsze było...”.
2. Wybrana osoba podsumowuje wypowiedzi uczniów, podając najczęściej powtarzające się zakończenia zdań.

Praca domowa:

Uczniowie wykonują pozostałe ćwiczenia interaktywne do lekcji.

Materiały pomocnicze:

E. Aronson, T. D. Wilson, R. M. Akert, *Psychologia społeczna*, Zysk i S-ka, Poznań 2006.

B. Wojciszke, *Psychologia społeczna*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2011.

Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania multimedium:

Uczniowie mogą w grupach przygotować zamiast notatek formy graficzne, np. rysunek lub plakat.