

---



# ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ Ι (ΨΧ11)

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΓΚΑΡΗ  
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ  
e-class: PSYCH440

ΑΚΑΔ. ΕΤΟΣ 2024-2025

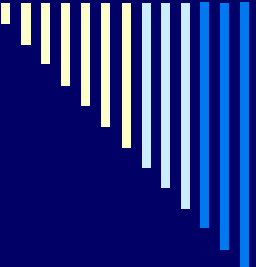
---

---



# Μελέτη Ημερολογίου SurveyYik

---



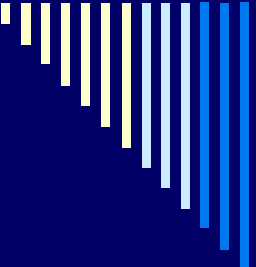
The Hong Kong University of Science and Technology,  
Division of Social Science, Kowloon, Hong Kong.

Michelle.Yik, Καθηγήτρια Ψυχολογίας (Michelle.Yik@ust.hk)

Editor-in-Chief στο διεθνές περιοδικό Personality & Individual Differences

Τα επιστημονικά ενδιαφέροντά της:

- Συναισθήματα (emotion)
  - Προσωπικότητα (personality),
  - Πολιτισμός και γλώσσα
  - Ψυχολογική αίσθηση Ευεξίας (Subjective Well-being) και Ερωτική αγάπη (Romantic Love).
-



## Ερευνητικά ερωτήματα για το συναίσθημα (emotion)

- ❖ Ποια είναι τα θεμελιώδη συστατικά του συναισθήματος;
  - ❖ Ποικίλλουν διαπολιτισμικά (cross-culturally) τα συναισθήματα;
  - ❖ Διαφοροποιείται το πώς τα συναισθήματα συμβάλλουν στην ψυχολογική ευεξία; (psychological well-being)?
-



# Συναίσθημα

Περιλαμβάνει:

- ❖ **Υποκειμενική Εμπειρία:** ο τρόπος με τον οποίο κάποιος/α το βιώνει συνειδητά
  - ❖ **Φυσιολογική/Σωματική Αντίδραση:** σωματικές αλλαγές και αντιδράσεις π.χ. χρώμα δέρματος, εκφράσεις του προσώπου, μέγεθος κόρης ματιών, χειρονομίες
  - ❖ **Συμπεριφορική Αντίδραση:** εξωτερική, έκδηλη έκφραση του συναισθήματος με τη συμπεριφορά π.χ. του θυμού με θυμωμένο τόνο φωνής, της ανυπομονησίας με βηματισμό στο δωμάτιο κ.ά.
-



## Λειτουργίες του Συναισθήματος

- **Κινητοποιεί τη Συμπεριφορά:** συχνά μας ωθεί να δράσουμε με συγκεκριμένους τρόπους, πράξεις
  - **Ωθεί και επηρεάζει τη λήψη Αποφάσεων:** επηρεάζει τις επιλογές που κάνουμε και τις τελικές μας αποφάσεις.
  - **Συμβάλλει στην Επικοινωνία:** μας βοηθάει να κατανοούμε τους άλλους και να επικοινωνούμε μαζί τους προωθώντας τη δημιουργία σχέσεων
-



# Πολιτισμικό Πλαίσιο και Συναισθημα

Διαφοροποιούνται οι άγραφοι πολιτισμικοί κανόνες/νόρμες (norms) για την:

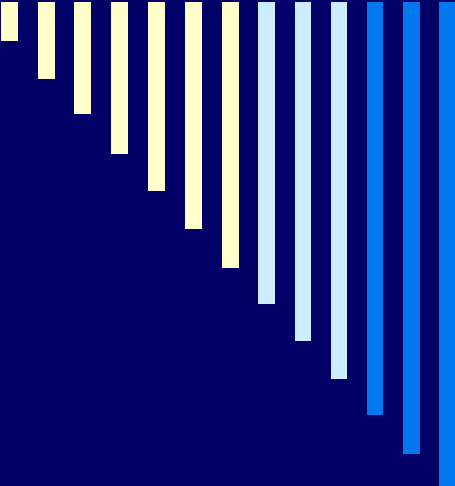
- Έκφραση των συναισθημάτων
- Αναγνώριση και Κατανόηση των συναισθημάτων

Οι λαοί της βόρειου Ευρώπης π.χ. Οι Βρετανοί χρησιμοποιούν «πολύ περιορισμένα» το σώμα τους και δείχνουν συγκρατημένα τη χαρά .

Οι Μεσογειακοί λαοί χρησιμοποιούν περισσότερο το σώμα τους για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.

---

---



Η **Mary Douglas (1973)** μελέτησε φυλές που διανύουν μία ιστορική περίοδο προ-της-γραφής π.χ. Πυγμαίους στην έρημο Καλαχάρι.

Διαπίστωσε ότι όταν γελούν και εκφράζουν ευχαρίστηση χρησιμοποιούν όλο το σώμα τους, με ποικιλία κινήσεων και «ελεύθερη χρήση» όλου του σώματος.

---





## Διαφέρουν οι Ατομικιστικοί έναντι των Συλλογικών Πολιτισμών

Εντοπίζονται Διαπολιτισμικές Διαφορές:

- ❑ στο πώς βιώνεται η ένταση του συναισθήματος π.χ. οι δυτικοί πολιτισμοί τείνουν να δίνουν έμφαση σε συναισθήματα υψηλής διέγερσης (arousal).
- ❑ σε ποιο βαθμό βιώνονται Συλλογικά Συναισθήματα και η Αίσθηση του Ανήκειν σε Ομάδες (κοινή αίσθηση ταυτότητας)



## Ατομικιστικοί πολιτισμοί

Επικρατούν στα άτομα **Ιδιοκεντρικές Στάσεις**, δηλ. στάσεις που εστιάζουν κυρίως στον εαυτό και όχι στους άλλους *(υπέρ του επιτυχημένου αυτοπροσδιορισμού και της ανάπτυξης της προσωπικότητας)*.

Συνδέονται και αποτελούν συνέχεια των **Ατομικιστικών Αξιών** (π.χ. αυτονομίας, ανταγωνισμού, έμφασης στην αφθονία και ευημερία, έμφαση στα ατομικά επιτεύγματα).

---



## Σε Ατομικιστικούς πολιτισμούς

Τα συναισθήματα εκφράζονται πιο άμεσα, πιο ανοικτά και ενθαρρύνεται η ανοικτή επικοινωνία των προσωπικών συναισθημάτων με τους άλλους.

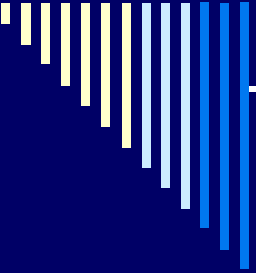
Δίνεται μεγαλύτερη σημασία στα συναισθήματα που προάγουν την ατομική επιτυχία, όπως η υπερηφάνεια, η αίσθηση αυτοξίας κλπ. Τα άτομα τείνουν να βιώνουν τα συναισθήματα σε σχέση με το "εγώ", όπως την αυτονομία, την ανεξαρτησία.



## Μεταβλητότητα των συνασθημάτων

**Στους ατομικιστικούς πολιτισμούς, τα συναισθήματα είναι πιο ευμετάβλητα μέσα στην ημέρα, καθώς τα άτομα:**

- δίνουν έμφαση στην προσωπική εμπειρία και την αυθεντική έκφραση, δηλ. νιώθουν άνετα να εκφράζουν και τα αρνητικά συναισθήματά τους, ενώ τα βιώνουν.
  - έχουν μεγαλύτερη ελευθερία να ακολουθούν τις προσωπικές τους επιθυμίες και ανάγκες.
-




---

- ζουν σε πιο πολύπλοκες καταστάσεις και αυτό μπορεί να μεταβάλει γρήγορα και τα συναισθήματα που βιώνονται

Στους γρήγορους ρυθμούς ζωής στις πόλεις τα άτομα έχουν ποικιλία ερεθισμάτων που προκαλούν απότομες συναισθηματικές διακυμάνσεις.

π.χ., μια επαγγελματική επιτυχία μπορεί να προκαλέσει χαρά, αλλά μια απογοητευτική εμπειρία με έναν φίλο, λίγες ώρες αργότερα, μπορεί να φέρει θλίψη

---



---

Τα άτομα έχουν λιγότερη Εξάρτηση από την Κοινωνική Αρμονία (την εσω-ομάδα), δηλ. δεν βασίζονται ιδιαίτερα στην κοινωνική συνοχή και αρμονία, προκειμένου να ρυθμίσουν τη συναισθηματική τους κατάσταση.

Αυτό τους επιτρέπει να αλλάζουν συναισθηματικές καταστάσεις πιο ελεύθερα, χωρίς να ανησυχούν για την επίδραση στις κοινωνικές τους σχέσεις.

Τα συναισθήματα μπορεί να αλλάζουν γρήγορα, αυτό θεωρείται φυσιολογικό και ενθαρρύνεται ως έκφραση του "πραγματικού εαυτού".

---



## Συλλογικοί πολιτισμοί

Επικρατούν στα άτομα **Αλλοκεντρικές Στάσεις**, δηλ. εστιάζουν στους άλλους (π.χ. υπέρ του ενδιαφέροντος για μοίρασμα των υλικών πόρων βάσει αρχών όπως της Δικαιοσύνης, της Ισότητας, της Ανάγκης, υπέρ του υπολογισμού των συνεπειών των πράξεών μας για τους άλλους για τη λήψη αποφάσεων κλπ).

Συνδέονται και αποτελούν συνέχεια των **Συλλογικών Αξιών** (υπακοή στους δικούς μου ανθρώπους (εσω-ομάδα), ενδιαφέρον και νοιάξιμο για τους άλλους, συνεργασία, επικάλυψη ατομικών & ομαδικών στόχων κ.ά.) .

(Triandis, 1968, 1971, 1983; Hui & Triandis, 1984, 1985)

---



## Σε Συλλογικούς πολιτισμούς

- ❑ Η έκφραση των συναισθημάτων είναι πιο περιορισμένη και διαμορφώνεται από το πλαίσιο, με σκοπό να αποφεύγεται η αναταραχή και ρήξη στην κοινωνική ισορροπία.
  - ❑ Δίνεται μεγαλύτερη σημασία στα συναισθήματα που ενισχύουν τις κοινωνικές σχέσεις, όπως η ντροπή, η ευγνωμοσύνη, η συμπόνια.
  - ❑ Βιώνονται περισσότερο σε σχέση με το "εμείς", με έμφαση στις διαπροσωπικές δυναμικές και την ευθύνη απέναντι στην ομάδα.
-





## Πολιτισμικές διαφορές στο πώς ο λόγος εκφράζει συναισθηματικά στοιχεία, ρητά ή τα υποδηλώνει.

Τα συναισθήματα μπορεί να εκφράζονται ρητά, άμεσα και ξεκάθαρα μέσω της γλώσσας. Ο ομιλητής δεν αφήνει περιθώρια αμφιβολίας για το πώς αισθάνεται.

Τα υποδηλούμενα συναισθήματα μπορεί να εκφράζονται έμμεσα, συχνά μέσω του τόνου της φωνής, της επιλογής των λέξεων ή του πλαισίου της συζήτησης. Ο ομιλητής αφήνει τον ακροατή να "διαβάσει" τα συναισθήματά του, μέσα από τα συμφραζόμενα, διατηρώντας την κοινωνική αρμονία, αφήνοντας περιθώρια για ευελιξία στην ερμηνεία των συναισθημάτων και συμβάλλοντας στον περιορισμό των εντάσεων.



## Καθολικά συναισθήματα έναντι Ειδικών Συναισθημάτων (πολιτισμικά).

Καθολικά Συναισθήματα είναι αυτά που βιώνονται από όλους τους ανθρώπους, ανεξάρτητα από τον πολιτισμό τους.

Εξυπηρετούν βασικές λειτουργίες επιβίωσης και κοινωνικής ισορροπίας με τους άλλους (εξελικτικές ανάγκες).

- Βασίζονται σε κοινά βιολογικά και νευρολογικά μονοπάτια.
  - Συνοδεύονται από εκφράσεις που αναγνωρίζονται παγκοσμίως (π.χ., εκφράσεις προσώπου χαράς, θλίψης, θυμού, φόβου, αηδίας και έκπληξης).
-



## Ειδικά Συναισθήματα

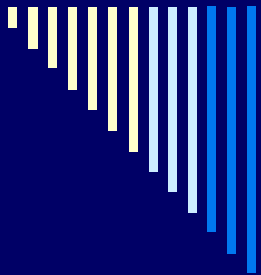
είναι όσα διαμορφώνονται από τις αξίες, τις παραδόσεις και τα κοινωνικά πρότυπα κάθε συγκεκριμένου πολιτισμού, προσφέροντας μια βαθύτερη κατανόησή του.

- Συνδέονται συχνά στενά με το πολιτισμικό πλαίσιο και μπορεί να μην έχουν αντίστοιχη έννοια ή εμπειρία σε άλλους πολιτισμούς.
- Περιλαμβάνουν συναισθηματικές αποχρώσεις που σχετίζονται με πολιτισμικές αξίες (π.χ., συλλογικότητας ή ατομικότητας).

Π.χ. Το **Amae** (Ιαπωνία): συναίσθημα εξάρτησης και εμπιστοσύνης σε ένα αγαπημένο πρόσωπο

Το **Μεράκι** (Ελλάδα) είναι η αφοσίωση σε αυτό που δημιουργείς ή κάνεις.

---



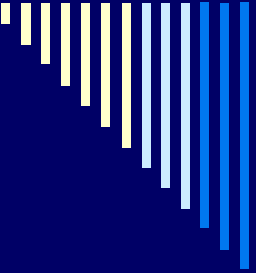
- ❑ Μελέτες δείχνουν ότι στην καθημερινή ζωή, σε χώρες της Ανατολής αλλά όχι σε δυτικές, μπορούν να συνυπάρχουν ταυτόχρονα ένα ευχάριστο και ένα δυσάρεστο συναίσθημα.
- ❑ Είναι υπό συζήτηση και διερεύνηση ακόμα εάν η συνύπαρξη αυτή συναισθημάτων έχει θετική επίδραση στην αίσθηση ευημερίας (well-being).



## Μετρήσεις: Κλίμακα Σημασιολογικής Διαφοροποίησης του Osgood (Semantic Differentiated Scale)

Η κλίμακα Osgood κατασκευάστηκε για τη μέτρηση της σημασιολογικής διαφοροποίησης του λόγου, δηλαδή του νοήματος που υποδηλώνεται πέρα από τις ρητές δηλώσεις του λόγου, εκφράζοντας έμμεσα βαθύτερα συναισθήματα.

Πρόκειται για εργαλείο μέτρησης του βαθμού που αποδίδεται διαφορετικό νόημα σε συγκεκριμένα αντικείμενα, με βάση τις κατηγορίες της «αξιολόγησης», της «δυναμικότητας» και της «ενεργητικότητας».

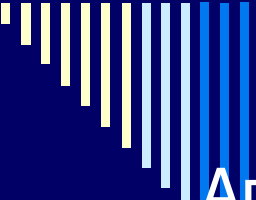


---

Παράλληλα, απετέλεσε εύχρηστο μέσο μελέτης και των στάσεων, στο πλαίσιο της αξιολόγησης – θετικής ή αρνητικής – αντικειμένων, προσώπων και καταστάσεων, σε διαφορετικά κοινωνικά και πολιτισμικά πλαίσια.

Χαρακτηρίζεται από μια σχετικά «επιφανειακή προσέγγιση» των στάσεων.

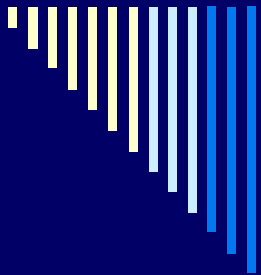
---



Αποτελείται από ζεύγη αντίθετων επιθέτων, διαταγμένων πάνω σ' ένα διπολικό συνεχές, με 7 ή και λιγότερες ενδιάμεσες απαντητικές βαθμίδες, όπου το 7 δηλώνει το μέγιστο βαθμό απόδοσης νοήματος και συναισθηματικής φόρτισης του επιθέτου και το 1 τον ελάχιστο βαθμό.

Το αντικείμενο της στάσης ή των συναισθηματικών υποδηλώσεων γράφεται στο επάνω μέρος της κάθε ομάδας των αντιθέτων ζευγών επιθέτων, π.χ. ένα πρόσωπο, ένας ρόλος, μία κατάσταση.

---



## Ο/Η ΣΥΖΥΓΟΣ ΜΟΥ

Αξιόλογος/η \_\_\_\_\_ Αναξιόλογος/η

Καθαρός \_\_\_\_\_ Βρώμικος/η

Κακός/ή \_\_\_\_\_ Καλός/ή

Ανέντιμος \_\_\_\_\_ Έντιμος/η

Μεγαλόσωμος/η \_\_\_\_\_ Μικρόσωμος/η

Δυνατός/ή \_\_\_\_\_ Αδύνατος/η

Δραστήριος/α \_\_\_\_\_ Νωθρός/ή

Θερμός/ή \_\_\_\_\_ Ψυχρός/ή.





## Ενδεικτική βιβλιογραφία

- Yik, M. (2010). Affect and interpersonal behaviors: Where do the circumplexes meet? *Journal of Research in Personality, 44*, 721–728.
- Yik, M., & Russell, J. A. (2001). Predicting the Big Two of affect from the Big Five of personality. *Journal of Research in Personality, 35*, 247–277.
- Yik, M., & Russell, J. A. (2004). On the relationship between circumplexes: Affect and Wiggins' IAS. *Multivariate Behavioral Research, 39*, 203–230.
- Yik, M., Russell, J. A., & Barrett, L. F. (1999). Structure of self-reported current affect: Integration and beyond. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*, 600–619.
- Yik, M., Mues, C., Sze, I. N. L., et al., Kuppens, P., Tuerlinckx, F., De Roover, K., Kwok, F. H. C., Schwartz, S. H., ... & Russell, J. A. (2023). On the relationship between valence and arousal in samples across the globe. *Emotion, 23*(2), 332–344. <https://doi.org/10.1037/emo0001095>



## Μελέτη Ημερολογίου SurveyYik - ΦΑΣΗ1<sup>η</sup> (gk1)

-ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ (ΗΛΙΚΙΑ, ΦΥΛΟ κλπ)

-ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ  
(Satisfaction with Life Scale - SWLS; Diener et al., 1985)

Κλίμακα: 7 «Συμφωνώ απόλυτα» -1 «Διαφωνώ απόλυτα»  
5 ερωτήσεις π.χ. «Γενικά η ζωή μου θεωρώ ότι είναι κοντά στο  
ιδανικό».

-ΑΝΑΘΕΩΡΗΜΕΝΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ 5 ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ (NEO  
Five Factor Inventory -NEO-FFI; Costa & McCrae, 1992)

---



# ΚΛΙΜΑΚΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

«ΠΩΣ ΘΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΖΑΤΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ «

1 ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΥΛΟΥ - 5 ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

## Διαστάσεις προσωπικότητας

- Διαθεσιμότητα σε εμπειρίες [openness]** (εφευρετικότητα, περίεργεια)
  - Ευσυνειδησία [Conscientiousness]** (αποτελεσματικότητα, οργάνωση)
  - Εξωστρέφεια [extroversion]** (κοινωνικότητα, ενεργητικότητα)
  - Συνεργατικότητα - Καλή προαίρεση [Agreeableness]** (φιλικότητα, αλληλοϋποστήριξη)
  - Νευρωτισμός [Neurotism]** (ευαισθησία / νευρικότητα).
-



## Μελέτη Ημερολογίου SurveyYik - ΦΑΣΗ 2<sup>η</sup> ( gk2)

ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΕΣ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΓΙΑ 7 ΗΜΕΡΕΣ  
3 ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ / ΗΜΕΡΑ

### ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Σκέψου πώς νιώθεις αυτή τη στιγμή.

Για κάθε μία από τις ερωτήσεις που ακολουθούν, να επιλέξεις μία απάντηση για να περιγράψεις το συναίσθημα που νιώθεις αυτήν τη στιγμή.

---



# ΟΜΑΔΑ

Η έννοια της «Ομάδας»  
(Οντολογικότητα)

Διαμόρφωση των ομάδων


Λειτουργία των ομάδων

---



## **ΟΜΑΔΑ: Συστατικά Στοιχεία**

- ❑ **ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΑΤΟΜΩΝ:** αμοιβαία
  - ❑ **ΑΛΛΗΛΕΞΑΡΤΗΣΗ ΜΕΣΩ ΡΟΛΩΝ** π.χ. ο ρόλος του συζύγου και της συζύγου, οι ρόλοι των αδελφών
  - ❑ **ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΤΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ:** σύνολο από ψυχολογικά φαινόμενα που συνθέτουν κάτι περισσότερο και διαφορετικό από το σύνολο των δυαδικών αλληλεπιδράσεων
  - ❑ **ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ ΔΟΜΗΣ** (ιεραρχία)
  - ❑ **ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΤΟΥ ΑΝΗΚΕΙΝ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ**
-

- 
- ❑ ΠΑΡΑΔΟΧΗ ΑΠΟ ΤΡΙΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΜΕΛΟΥΣ ΣΕ ΜΙΑ ΟΜΑΔΑ
  - ❑ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΑΝΑΓΚΩΝ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ
  - ❑ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΓΙΑ ΠΡΑΓΜΑΤΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝ ΣΤΟΧΩΝ
  - ❑ ΜΟΙΡΑΣΜΑ ΚΟΙΝΩΝ ΑΞΙΩΝ, ΣΤΑΣΕΩΝ
  - ❑ ΤΑΥΤΙΣΗ ΜΕ ΜΕΛΗ / ΜΕ ΤΗΝ ΗΓΕΣΙΑ
  - ❑ ΟΜΟΙΟΓΕΝΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΠΟΥ ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΕΙ ΣΥΜΠΝΟΙΑ, ΣΥΝΟΧΗ (ΥΠΟ ΣΥΝΗΘΕΙΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ)
-



## Τύποι ομάδας (Lickel et al. , 2000)

Τύπος Ομάδας	Παραδείγματα
<b>1. Ομάδες οικειότητας (με τα <u>περισσότερα χαρακτηριστικά</u> από αυτά που αφορούν στην ομάδα)</b>	Οικογένεια, σύντροφοι σε μια ερωτική σχέση, φίλοι
<b>2. Ομάδες έργου</b>	Συνάδελφοι, επιτροπές, ομάδες εργασίας
<b>3. Κοινωνικές κατηγορίες</b>	Γυναίκες, μουσουλμάνοι, Βρετανοί
<b>4. Χαλαροί δεσμοί (με τα <u>λιγότερα χαρακτηριστικά</u> από αυτά που αφορούν στην ομάδα)</b>	Άτομα που μένουν στην ίδια οδό, άτομα που τους αρέσει η ροκ μουσική





# Φάσεις εξέλιξης της ομάδας

Φάση προσανατολισμού

Φάση σύγκρουσης


Φάση σύνθεσης

Φάση απόδοσης

Στατική φάση

R. B. Caple, (1978). The sequential stages of group development. *Small Group Behavior*, 9, 470-476.

---



---

Οι ομάδες αποτελούν δυναμικές δομές που μεταβάλλονται συνεχώς ως προς τη σύνθεσή τους μέσα στο χρόνο (λαμβάνεται υπόψη ο χρόνος στην έρευνα της Ψυχολογίας των Οργανισμών/της Εργασίας).

### 5 στάδια εξέλιξης των ομάδων:

- διαμόρφωσης, «θύελλας», κανονιστικό, απόδοσης και διακοπής εργασιών (Tuckman, 1965).
  - προσανατολισμού, σύγκρουσης, σύνθεσης, απόδοσης, στατική (Carple 1978).
-



---

**Η εξέλιξη της ομάδας σχετίζεται με:**

**1. ΣΚΟΠΟ & ΣΤΟΧΟΥΣ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ**

Σαφείς & ασαφείς, με σύμπτωση ως προς το στόχο ή με περιορισμένη σύμπτωση

**2. ΠΙΕΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**

Όσο αυξάνεται η πίεση από το περιβάλλον, τόσο αυξάνεται η συνοχή και μειώνονται οι συγκρούσεις.

---



### 3. ΑΚΟΥΣΙΑ / ΕΚΟΥΣΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Η ακούσια-καταναγκαστική συμμετοχή των μελών συχνά οδηγεί την ομάδα συχνά σε φάση σύγκρουσης (ομάδες καταδίκων σε φυλακές, ομάδες νεοσυλλέκτων στο στρατό).

### 4. ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΜΕΛΩΝ

**Ηλικία:** παιδιά μικρών ηλικιών (στη σχολική περίοδο) για να φτάσουν στη φάση της σύνθεσης χρειάζονται καθοδήγηση από ενήλικο άτομο.

*Ποικιλία ηλικιών στην ομάδα μπορεί να δημιουργήσει δυσκολίες λόγω διαφορετικών αναγκών και ενδιαφερόντων.*

**Προσωπικότητα:** καλό είναι να υπάρχουν ομοιομορφίες ως προς την προσωπικότητα στην ομάδα.

---



## ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

ΒΑΘΜΟΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ: ΥΨΗΛΟΣ ≠ ΧΑΜΗΛΟΣ

ΕΚΟΥΣΙΑ ≠ ΑΚΟΥΣΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

ΝΕΑ ≠ ΠΑΛΙΑ ΟΜΑΔΑ

ΑΝΟΙΧΤΗ ≠ ΚΛΕΙΣΤΗ ΣΕ ΝΕΑ ΜΕΛΗ

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΩΝ

Με χαμηλό βαθμό οργάνωσης και για νέες ομάδες: διέρχονται τις δύο πρώτες φάσεις (προσανατολισμού, σύγκρουσης) και διαλύονται

Για τις οργανωμένες ανοικτές ομάδες που δέχονται νέα μέλη: συνήθως φτάνουν στην 4<sup>η</sup> φάση της απόδοσης

Για τις οργανωμένες περιορισμένης ανοικτότητας ομάδες που δέχονται μεμονωμένα μέλη: βρίσκονται στην 5<sup>η</sup> στατική φάση, δέχονται δύσκολα νέα μέλη και ακολουθούν τους ισχύοντες κανόνες και ρόλους.

---

---



## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΣΗ (SOCIAL FACILITATION)

(Allport 1920 · Zajonc, 1965)

**Πειράματα F. H. Allport (1920)** είχαν δείξει ότι η λύση σε απλά σχετικά προβλήματα (π.χ. διαγραφή φωνηέντων σε ένα κείμενο, επίλυση μαθητικών προβλημάτων) είναι αποδοτικότερη μπροστά σε ακροατήριο.

Αυτή ήταν η αρχική εμφάνιση του όρου «**Κοινωνική Διευκόλυνση**».

---



## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΣΗ

- Παλαιότερα πειράματα του Norman Triplett με ποδηλατοδρόμους που έτρεχαν μόνοι τους και με παραγγέλματα για το ρυθμό της κούρσας μαζί με άλλους (1897) ανέδειξαν την κοινωνική διευκόλυνση στη β' ομάδα ποδηλατών.
  - Άλλα επόμενα πειράματα του L. E. Travis (1925) σε δοκιμασίες οπτικοκινητικού συντονισμού με μικρούς μαθητές να τυλίγουν πετονιά σε ένα καρούλι (κινητικές δοκιμασίες), σε ανταγωνιστικές συνθήκες, μεταξύ α) ζευγαριών και β) μεταξύ ατόμων.  
Βρέθηκε ότι ο ανταγωνισμός σε μικρές ομάδες και σε ζευγάρια βελτιώνει την ατομική απόδοση, συγκριτικά με την ατομική συνθήκη.
-



## Κοινωνική Διευκόλυνση κατά Jajong (1965)

Βασίστηκε σε εμπειρικές έρευνες με ποικιλία προβλημάτων:

**Μετακίνηση δίσκων από ένα στύλο σε άλλο, με 2 κριτήρια:** να μετακινείται κάθε φορά ένας μόνο δίσκος και να μην τοποθετείται ένας μεγαλύτερος πάνω από έναν μικρότερο. Διαπιστώθηκε ότι:

Με την **απλή παρουσία άλλων ατόμων\***, βρέθηκε ότι όταν για την επίλυση του προβλήματος **απαιτείται μόνο μία, κυρίαρχη λύση**, τότε η διέγερση των ορμών/ενορμήσεων διευκολύνει την επίλυσή του.

\* Απλή παρουσία των άλλων: ένα παθητικό και απαθές κοινό που είναι παρόν μόνο σωματικά.





## Άλλες προϋποθέσεις της Κοινωνικής Διευκόλυνσης

- ❑ να μην απαιτούνται πολλές αντιδράσεις σε ένα πολύπλοκο πρόβλημα.
- ❑ το θέμα προς παρουσίαση να μην το έχει μάθει κανείς προηγουμένως καλά, οπότε η παρουσία ακροατηρίου να μην διευκολύνει την απόδοση του ατόμου.

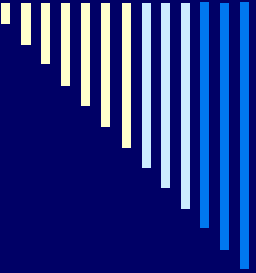
**Κοινωνική Αναστολή (social inhibition).** Πρόκειται για το αντίθετο φαινόμενο, δηλαδή να παρουσιάζεται μείωση της απόδοσης όταν υπάρχει κοινό που παρακολουθεί έστω και παθητικά.

---



## Ερμηνείες στο φαινόμενο της Κοινωνικής Διευκόλυνσης

A) Οι ορμές ή ενορμήσεις αποτελούν για τον άνθρωπο κινητήρια δύναμη, δηλ. επιφέρουν την ενστικτώδη διέγερση κινητήριων δυνάμεων για την επίτευξη κάποιου στόχου και την ικανοποίηση μιας ανάγκης (Spence & Hall).



# ΘΕΩΡΙΑ ΤΩΝ ΟΡΜΩΝ (Drive Theory) ΚΑΤΑ ΖΑΪΟΝΣ (1965)





## Οι Michaels, et al., (1982)

Παρουσίασαν εμπειρικά ευρήματα ότι οι ειδήμονες έχουν καλύτερη απόδοση μπροστά σε κοινό.

Αφού αξιολογήθηκε η ικανότητα επιλεγμένων παικτών μπιλιάρδου που ήταν και μέλη ενός συλλόγου φοιτητών κολλεγίου. Αξιολογήθηκε η ακρίβεια των βολών:

α) στη συνθήκη παρουσίας κοινού και β) στη συνθήκη μη παρουσίας κοινού.

Σύμφωνα με τη Θεωρία των Ορμών/Ενορμήσεων βρέθηκε:

- ❑ η απόδοση όσων παικτών είχαν αξιολογηθεί *άνω του μέσου όρου, με την παρουσία κοινού βελτιώθηκε.*
- ❑ η απόδοση όσων παικτών ήταν *κάτω του μέσου όρου, αυτή επιδεινώθηκε με την παρουσία κοινού* (κοινωνική αναστολή λόγω παρουσίας κοινού σε ένα σύνθετο έργο).