

Redactare: *Ciprian Voicilă* cărți
Tehnoredactare: *Mariana Radu*
Corectură: *Adrian Daniel Olaru*
Copertă: *Luca Emil Cornel*

Titlul original: *PSYCH EXPERIMENTS*

Copyright © 2017 by Simon & Schuster, Inc.

All rights reserved, including the right to reproduce this book
or portions thereof in any form whatsoever. For information address
Adams Media Subsidiary Rights Department, 1230
Avenue of the Americas, New York, NY 10020.

© 2019 Toate drepturile asupra acestei ediții sunt rezervate
editurii METEOR PRESS

Contact:
Tel./Fax: 021.222.83.80
E-mail: editura@meteorpress.ro

Distribuție la:
Tel./Fax: 021.222.83.80
E-mail: carte@meteorpress.ro
www.meteorpress.ro

ISBN 978-973-728-731-1

Descrierea CIP este disponibilă la Biblioteca Națională a României

Dr. Michael A. Britt

EXPERIMENTE PSIHOLOGICE

Traducere din limba engleză
de *Eugen Damian*

CUPRINS

INTRODUCERE	7
O INTRODUCERE ÎN EXPERIMENTUL PSIHOLIC	9
CONDIȚIONAREA CLASICĂ PE CARE O PUTEȚI FACE SINGURI	19
CUM SUNTEȚI MANIPULAȚI CA SĂ PLĂȚIȚI MAI MULȚ DECÂT AȚI VRUT SĂ CHELTUIȚI	23
ESTIMAREA DISTANȚELOR – MAI MULTĂ PSIHOLOGIE DECÂT CREDEȚI	28
MEMORIA DUMNEAVOASTRĂ ESTE MAI BUNĂ DECÂT CREDEȚI	31
CUM POT FI INDUȘI ÎN EROARE MARTORII OCULARI	35
DA – INTRAREA PE UȘĂ VĂ FACE SĂ UITAȚI	39
METODA LOCI – UNA DINTRE CELE MAI EFICIENTE TEHNICI DE MEMORARE	45
CUM ÎI FACEM PE LUCRĂTORI SĂ FIE MAI EFICIENȚI	51
CUM VĂ PUTEȚI ÎMBUNĂȚĂȚI CAPACITATEA DE A CREA	56
TIPARELE MENTALE VĂ POT LIMITA LA UN SINGUR MOD DE GÂNDIRE	60
OBSERVAREA UNUI CHIP ÎN MULȚIME	64
CUM SĂ GÂNDIM POZITIV DESPRE VIAȚĂ	69
MODUL ÎN CARE ETICHETELE PSIHIATRICE NE AFECTEAZĂ PĂREREA DESPRE OAMENI	74
SCHEMA LUCRURILOR DE FIECARE ZI	79
APARENT, FRUMUSEȚEA NU SE AFLĂ DOAR ÎN OCHII PRIVITORULUI	83
ROLURILE NE POT AFECTA LA UN NIVEL PROFUND	87
ATUNCI CÂND STRĂDANIILE NU CONTEAZĂ	91
ANONIMATUL NE POATE FACE RĂUTĂCIOȘI	95
MOTIVUL PENTRU CARE ALEGEȚI UN PARTENER ROMANTIC ESTE MAI PUȚIN ROMANTIC DECÂT CREDEȚI	100
PUTEREA CONFORMĂRII	105
CE ANUME NE FACE CU ADEVĂRAT FERICIȚI?	109
TACTICI DE PERSUADARE ÎNTR-UN RESTAURANT	113
STIMULI SUPRANORMALI	117
DISONANȚA COGNITIVĂ: VEDEM CEEA CE VREM SĂ VEDEM	121

PETELE DE CERNEALĂ ALE LUI RORSCHACH	125
PRIN CE DIFERĂ O CONVERSAȚIE LA TELEFON DE UNA PERSONALĂ	130
SĂ-ȚI AMINTEȘTI CEEA CE NU S-A ÎNTÂMPLAT NICIODATĂ	134
CUM ȘI CÂND SUNTEM ORBI LA SCHIMBARE	138
DE CE NE AMINTIM ANUMITE LUCRURI?	143
CUM SE TRANSFORMĂ CĂLDURA FIZICĂ ÎN CĂLDURĂ PSIHOLICĂ	148
OARE ROȘUL VĂ FACE MAI ATRACTIV?	153
CORPURILE NOASTRE NE INFLUENȚEAZĂ MAI MULT DECÂT CREDEM	159
ATUNCI CÂND ÎNCERCAREA DE A ARĂTA BINE ARATĂ RĂU	163
IMAGINILE CREIERULUI ȘI PERSUASIUNEA	168
CREIERULUI NOSTRU ÎI PLACE CURIOSITATEA	172
MODELAREA COMPORTAMENTULUI	177
CUM FUNCȚIONEAZĂ, DE FAPT, CREATIVITATEA?	181
CUM FUNCȚIONEAZĂ SUPERȘTIILE	185
UNDE ÎNCEPE DISCRIMINAREA	189
NU TE-AI GÂNDIT PEA MULTE LA ASTA	194
DEZVOLTAREA GÂNDIRII MORALE	198
MODUL ÎN CARE COPIII GÂNDESC DIFERENȚIAT PE MĂSURĂ CE CRESC	203
CUM ÎI CONVINGEM PE OAMENI, CERÂNDU-LE MAI ÎNTĂI IMPOSIBILUL	207
PSIHOLOGIA UMORULUI	212
O MODALITATE MAI BUNĂ DE A DETECTA MINCIUNILE	216
CORPUL VĂ AFECTEAZĂ GÂNDIREA	221
CAUZELE SATISFACȚIEI PROFESIONALE	225
UN STIMULENT PSIHOLIC	229
PERCEPȚIA ÎNSEAMNĂ MAI MULTE DECÂT CEEA CE VEDEM	234
SMARTPHONE-URILE: NE ÎNGREUNEAZĂ SAU NE ÎMBUNĂTĂȚESC EXPERIENȚELE DE VIAȚĂ?	238
<i>BIBLIOGRAFIE</i>	243
<i>INDEX</i>	251

O INTRODUCERE ÎN EXPERIMENTUL PSIHOLOGIC

Câini care salivează, pisici confuze, porumbei superstițioși, gorile perspicace, copii agresivi, adulți fricoși – lista studiilor psihologice e lungă. Uneori, e dificil să urmărești cercetarea ființelor umane, care poate fi nonconformistă, neobișnuită, răsunătoare, stânenitoare chiar. Am învățat multe și am parcurs un drum lung de când Wilhelm Wundt (cel care a „fondat” în 1879 psihologia) îi pune pe participanți să asculte bătăile regulate ale unui metronom și să-și analizeze experiența. La ora actuală avem teste sofisticate de personalitate și tehnica RMN (rezonanță magnetică) pentru a privi în „interiorul cutiei negre” a creierului în timp ce gândește. Dar pentru că anumite cercetări sunt „vechi” – cum sunt experiențele lui Skinner cu porumbei –, asta nu înseamnă și că sunt „demodate” sau greșite. În schimb, sunt foarte utile. Dacă utilizăm rezonanța magnetică asupra creierului, asta nu înseamnă că și înțelegem ceea ce vedem. Ne întoarcem în timp la munca lui Sigmund Freud și ne gândim cât de absurdă a fost o parte din ea. Dar, peste o sută de ani, ne vom uita în urmă la ceea ce facem astăzi și vom avea aceeași părere.

DE CE SUNT IMPORTANTE EXPERIMENTELE PSIHOLOGICE

În cartea de față ne vom referi la o parte dintre cele mai faimoase și mai puțin cunoscute studii din istoria psihologiei. Cred că vi se va părea amuzant, chiar dacă nu ați pus în practică niciunul dintre studiile descrise. Iată câteva exemple de studii ciudate, impresionante și importante (vom recrea o parte dintre ele în cele ce urmează).

EXPERIMENTE CIUDATE

Ce-ar fi dacă v-ați prezenta ca să dați o mână de ajutor unui experimentator, iar acesta v-ar cere să stați în cabina unei toalete și să filmați bărbații care urinează în pisoar? Da, un astfel de studiu

a fost realizat în anii '70 de R. Dennis Middlemist și colegii lui. Sună ciudat, dar au vrut să vadă efectul pe care-l are asupra noastră prezența în apropiere a unei persoane care ne urmărește... urinănd. Nu e deloc surprinzător faptul că „începerea micțiunii” e întârziată de prezența cuiva în apropiere. Probabil că numiți o astfel de situație „invadarea spațiului personal”. Acest studiu, deși puțin cam ciudat, a fost de mare ajutor pentru cei care suferă de sindromul vezicii timide.

EXPERIMENTE SURPRINZĂTOARE

Mulți oameni se tem de sfârșitul lumii. Uneori chiar au și o dată precisă (amintiți-vă de 12 decembrie 2012, când se presupunea că lumea se va sfârși). Ce se întâmplă în mintea oamenilor atunci când cred cu tărie în așa ceva, iar lumea nu se sfârșește la termenul respectiv? Cum fac față acestei situații? Leon Festinger și colegii lui au decis să se alăture unei secte a „sfârșitului lumii” și să afle ce se petrece în ultima zi. Acest studiu ne-a învățat foarte multe despre ideea de *disonanță cognitivă*. Așa cum veți vedea mai târziu, disonanța cognitivă este prezentă zilnic în viața dumneavoastră.

EXPERIMENTE RĂSUNĂTOARE

Nu mulți psihosociologi care au efectuat studii pot pretinde că au fost inspirați de o relatare din Biblie, însă chiar aceasta este originea studiului realizat de John M. Darley și C. Daniel Batson. Ei au recurs la parabola bunului samaritean și au transformat-o într-un studiu psihologic. Parabola vorbește despre mai mulți oameni care treceau pe lângă un bărbat ce avea, evident, nevoie de ajutor. Mulți nu l-au ajutat. Unul a făcut-o. Prin urmare, Darley a organizat un studiu în cadrul căruia participanților (studenți la seminar) li s-a cerut să spună câteva cuvinte despre parabolă. Dar, ce să vezi? Participanții trebuiau să se ducă să vorbească într-o clădire din partea opusă a campusului. Pe drum, Darley și Batson au pus pe cineva să stea pe jos și să pretindă că avea nevoie de ajutor. Am învățat o mulțime de lucruri despre situațiile în care ajutorul vine sau nu și ce trebuie să facem pentru a-l primi când avem nevoie de el.

EXPERIMENTE INFLUENTE

Mulți dintre noi credem că amintirile noastre sunt exacte. Suntem de părere că avem „amintiri bliț”, iar pentru că „am văzut totul cu propriii noștri ochi!”, în mod sigur s-a întâmplat așa cum ne aducem noi aminte. Psihologul Elizabeth Loftus ne-a demonstrat cât de inexacte și de ușor de influențat sunt amintirile noastre. Ea le-a prezentat participanților înregistrări cu accidente de mașini, apoi i-a întrebat ce anume au văzut. O simplă modificare a formulării a fost de ajuns pentru a-i face să creadă că au văzut lucruri care nu erau acolo sau nu s-au întâmplat. Această cercetare este astăzi extrem de importantă (poate nu chiar într-atât cât își doresc psihologii să fie) la tribunal, când jurații examinează dovezile și iau decizii.

REPRODUCERI CONCEPTUALE

Nu vom realiza o replică a cercetării lui Stanley Milgram, în care participanții erau convinși că aplicau unei persoane un șoc electric letal. Nici nu-i vom închide în false celule de închisoare, încredințându-le rolurile de „prizonier” sau „gardian” (Philip Zimbardo). Nu le vom aplica unor câini mici șocuri electrice (Martin Seligman), nu ne vom interna singuri în instituții psihiatrice (David Rosenhan), nu vom vâri șoareci într-un labirint și nici nu vom modela comportamentul porumbeilor (Skinner). Cu toate acestea, mai putem învăța câte ceva despre puterea supunerii, roluri sociale, etichetare, modelare și neajutorare realizând „replici conceptuale”. Adică putem examina aceste idei importante făcând studii de mici dimensiuni, care sunt diferite de cele inițiale, dar reușesc să demonstreze existența fenomenului.

De pildă, vom analiza aceste concepte, dar o vom face într-o manieră originală:

- **Disonanța cognitivă:** în loc să urmărim membrii unei secte, vom observa modul în care apare disonanța cognitivă când facem cumpărături pe internet.
- **Rolurile sociale:** în loc să creăm o închisoare falsă, așa cum a procedat Zimbardo, vom observa cum ne afectează rolurile sociale când lucrăm ca grup în cadrul unei discuții în clasă.

- **Neajutorarea învățată:** în loc să aplicăm unor câini șocuri electrice, așa cum a făcut Seligman, vom examina efectele neajutorării cerându-le participanților să dezlege anagrame – unele dintre acestea fiind chiar greu de rezolvat.
- **Petele de cerneală ale lui Rorschach:** în loc să le prezentăm oamenilor pete de cerneală pentru a vedea dacă interpretările lor indică schizofrenie, vom examina dificultatea de a aprecia aceste pete de cerneală arătându-le participanților și atribuind răspunsurilor denumiri neobișnuite.
- **Detectarea minciunilor:** probabil că nu aveți la îndemână un detector de minciuni, totuși putem cerceta modul în care minciunile pot fi detectate folosind o abordare amuzantă de tipul „poveștilor”.
- **Modificarea comportamentului:** presupun, de asemenea, că nu aveți la îndemână o „cutie Skinner” sau un stol de porumbei. Totuși, puteți experimenta ideea de modificare a comportamentului utilizând claviatura pianului (veți afla cum anume).

RESPECTAȚI PARTICIPANȚII

Deși reproducerile descrise aici ar trebui să fie amuzante, una dintre preocupările fanatice ale psihologilor este legată de grija și respectul față de cei care acceptă să participe la studii. De exemplu, toate colegiile și universitățile au o comisie internă de revizuire – câțiva oameni care citesc propunerile referitoare la cercetările dorite de psihologi. Comisia verifică dacă studiile conțin următoarele elemente-cheie:

- **Consimțământul în cunoștință de cauză:** fiecare participant trebuie să primească suficiente informații despre studiu, pentru a decide dacă dorește sau nu să colaboreze.
- **Libertatea de retragere:** nimeni nu e forțat, păcălit sau constrâns să participe la un studiu psihologic. Deși multe colegii și universități solicită ca la cercetare să participe 101 studenți de la Psihologie, cei sub 18 ani sau care, pur și simplu, nu doresc să participe au posibilitatea să aleagă o temă alternativă (cum ar fi scrierea unei lucrări scurte despre un subiect care-i interesează).

- **Raportul și urmarea:** după încheierea studiului, toți participanții au dreptul să cunoască exact subiectul studiului, cum să găsească rezultatele dacă sunt interesați de ele și pe cine să contacteze dacă au întrebări sau nelămuriri referitoare la participarea lor la studiu. Pentru a găsi răspunsurile pe care le caută, unele studii presupun o anumită doză de amăgire sau omit informații importante, pentru ca participanții să se comporte cât mai natural cu putință. Totuși, odată cu încheierea studiului, participanților li se explică totul.

ESTE ETIC?

Ca investigatori ai comportamentului uman, cercetătorii trebuie să pună în balanță posibilitatea de a învăța ceva important și eventualul risc la care ar putea fi expuși participanții. Aceasta este dilema morală pe care comisiile de revizuire trebuie să o evalueze atunci când citesc o propunere.

RISCURI

Care sunt potențialele riscuri pentru participanți? În afară de riscurile referitoare la rănirea fizică, este, oare, posibil ca participanții să sufere de pe urma unui stres excesiv? Este posibil ca la finalul studiului să aibă o stare negativă? Să fie anxioși sau triști? În mod ideal, ne dorim ca participanții să încerce sentimentul pozitiv că au contribuit la înțelegerea condiției umane. Însă orice studiu poate declanșa emoții pe care cercetătorii nu le-au anticipat. Anumite situații stârnesc îngrijorări evidente, de pildă cercetările despre abuzul asupra copiilor, când oamenilor li se pun întrebări referitoare la trecutul lor, de care e posibil să nu vrea să-și amintească. Alte situații sunt mai subtile. Să presupunem că sunteți interesați de memorie și le cereți participanților să memoreze cuvintele dintr-o listă. Pare să fie o solicitare inofensivă, însă unii dintre subiecți nu se vor descurca deloc bine, iar dacă sunt mai în vârstă, încep să se îngrijoreze, gândindu-se că, poate, suferă de Alzheimer, așa cum s-a întâmplat cu unul din părinții lor. Acesta este unul dintre motivele pentru care raportul final și informațiile

despre un eventual contact le sunt oferite participanților în cazul apariției unor preocupări sau îngrijorări ulterioare.

BENEFICII

Care sunt beneficiile pe care această cercetare le oferă omenirii? De obicei, comisia de revizuire caută să vadă dacă riscurile pentru participanți sunt minime. Totuși, un oarecare risc poate fi inevitabil, de pildă atunci când cercetătorii testează un medicament nou și nu cunosc dozajul optim sau care vor fi eventualele efecte secundare. În astfel de cazuri, membrii comisiei trebuie să se întrebe: „Oare vom învăța ceva important de aici, care să justifice asemenea riscuri?” Este o întrebare importantă și dificilă.

STUDII PSIHOLOGICE ȘI DILEME ETICE

Iată câteva exemple de studii care sunt însoțite de dileme evidente și mai puțin evidente:

STUDIUL LUI MILGRAM DESPRE AUTORITATE

Oare oamenii se vor supune unei autorități chiar dacă asta ar însemna să-i facă rău unei alte persoane? Probabil că ați auzit de studiul realizat de Stanley Milgram, în care participanții, instruiți să se comporte ca niște „profesori”, le aplicau șocuri electrice „elevilor” atunci când aceștia răspundeau greșit la întrebări. Studiul ne-a dat vești neliniștitoare despre ființele umane care-i pot răni pe alții atunci când o persoană cu autoritate le cere acest lucru. De asemenea, am aflat cum și când poate fi diminuată obediența față de o autoritate. Evident că nimeni nu a primit șocuri electrice. Țipetele elevilor au fost, de fapt, înregistrare pe bandă, pentru ca fiecare participant să asculte exact același lucru. Totuși, a fost un studiu care pe unii dintre participanți i-a zguduit, ca să nu spunem decât atât. Ulterior, a fost conceput Codul de conduită al Asociației Psihologice Americane. Studiul s-a desfășurat la începutul anilor '60 și s-a intenționat, în pofida faptului că descoperirile erau importante, ca el să nu se mai repete, din cauza potențialei vătămări psihologice a participanților. Cu toate acestea, psihologul Jerry Burger

a descoperit o modalitate ingenioasă de a repeta studiul, reducând semnificativ riscurile. El a analizat cu atenție cercetarea lui Milgram și a descoperit că 79% dintre „profesorii” care i-au aplicat „elevului” un șoc electric de 150 de volți au mers mai departe, până la 450 de volți (un nivel notat cu XXX pe „aparatură de șocuri”). Prin urmare, 150 de volți reprezentau un fel de punct de cotitură. Dacă erai dispus să ajungi acolo, probabil că ai fi mers până la capăt. Ce ar fi dacă am repeta studiul, dar ne-am opri la 150 de volți? De ce să mergem mai departe? Comisia de revizuire a lui Burger a aprobat acest raționament și renumitul experiment al lui Milgram a fost repetat în 2009. Burger le-a oferit participanților un raport mult mai detaliat decât cel al lui Milgram, iar stresul acestora a fost mult mai mic. Din păcate, se pare că, între timp, nu prea s-au schimbat multe în psihicul uman: și Burger a descoperit că două treimi dintre participanți au făcut ce le-a spus persoana cu autoritate și au administrat șocul de 150 de volți. Aparent, ascultarea orăbă este încă prezentă printre noi.

FRUSTRARE ȘI CREATIVITATE

Oare frustrarea îi ajută pe oameni să devină mai creativi? Probabil că ați trăit o situație frustrantă care v-a făcut să găsiți o soluție creativă pentru rezolvarea problemei. Prin urmare, întrebarea este rezonabilă: oare frustrarea ne face mai creativi? Pentru a răspunde, ar trebui să-i frustrăm pe participanți. Hmm... Cum frustrați pe cineva?

1. I-ați putea cere să îndeplinească o sarcină care nu poate fi realizată.
2. Îi oferiți informații false, de pildă îi spuneți că nu și-a îndeplinit bine sarcina (când, de fapt, a făcut-o la fel de bine precum ceilalți).
3. Le spuneți studenților că programa lor s-a pierdut și că trebuie să se înscrie din nou la toate cursurile (o astfel de propunere a fost făcută la una dintre universitățile pe care le-am urmat).

Trebuie să găsim o modalitate care să frustreze subiecții, dar să nu le cauzeze un stres prea mare, permițându-ne să examinăm ceea

ce ne interesează (în cazul de față, creativitatea). Vezi capitolul intitulat „Cum funcționează, de fapt, creativitatea?” pentru a afla una dintre modalitățile descoperite de cercetători.

LUPTA VIRTUALĂ ÎMPOTRIVA FRICII

Pot fi folosite dispozitivele care creează o realitate virtuală (RV) pentru a trata fobiile? Să presupunem că vă temeți de înălțimi (mulți se tem, și pe bună dreptate), însă vreți să vă biruiți frica, deoarece la noul loc de muncă trebuie să vă aflați adeseori în locuri înalte. Ei bine, una dintre abordările folosite la tratarea fobiilor de acest tip se numește *imersiune (flooding)*. În cazul de față, asta presupune ca psihoterapeutul să vă ducă, efectiv, pe acoperișul unei clădiri înalte și să vă ceară să stați aproape de marginea acestuia. Veți fi neliniștiți, probabil o bună bucată de timp, dar, în cele din urmă, anxietatea se va diminua. Cercetări anterioare au demonstrat deja eficiența acestei tehnici. Dar astăzi avem la dispoziție aparate care creează o realitate virtuală. O întrebare rezonabilă este următoarea: ar fi la fel de eficient ca pacientul să poarte acești ochelari și să stea pe marginea acoperișului unei clădiri virtuale? Ar ajuta la vindecarea fobiei? Unul dintre studiile cu acest subiect pare destul de tranșant: fă rost de un dispozitiv pentru crearea realității virtuale, angajează un expert în programare RV, creează o simulare a „marginii acoperișului” și publică un anunț în care spui că te afli în căutarea unor participanți care se tem de înălțime pentru a încerca un nou tratament și a vedea câți vor reuși să-și învingă teama utilizând acest dispozitiv. Sună mai sigur decât să-i urci pe un acoperiș real, de unde ar putea cădea în gol. Cu toate acestea, veți descoperi că mulți au senzația că purtarea ochelarilor RV nu e doar derutantă, ci le produce, literalmente, greață. Cum îi veți proteja pe participanții care nu sunt deocamdată conștienți de această tendință?

POSTĂRI POZITIVE ȘI POZITIVITATE

Dacă vedeți postări pozitive pe Facebook, aveți și dumneavoastră tendința să postați tot ceva pozitiv? Poate ați auzit că în 2012 cercetătorii de la Facebook au realizat un studiu în cadrul căruia

le-au arătat unor oameni mai mult postări pozitive, în timp ce alții au văzut mai multe postări negative. Au vrut să stabilească dacă citirea unor postări pozitive îi face pe oameni să aibă sentimente pozitive și să scrie ei înșiși mesaje pozitive. Conturile de Facebook deținute de peste 700 000 de oameni au fost manipulate în acest fel. S-a descoperit că respectiva manipulare a fluxului de informații nu a avut un efect puternic asupra subiecților. Dar, oare, a fost o inițiativă etică? Probabil că vi se pare o acțiune relativ inofensivă, dar dacă anumite persoane ușor depresive au început să vadă o mulțime de postări deprimante? E posibil să fi devenit din această cauză și mai depresive? Dacă ar fi avut ocazia să examineze acest studiu înainte de a fi încheiat, o comisie de revizuire ar fi insistat asupra consimțământului în cunoștință de cauză. Cei de la Facebook ar putea susține că, atunci când ați fost de acord cu condițiile de utilizare a serviciului, ați consimțit și la utilizarea unor asemenea manipulări. Ați putea răspunde că, practic, foarte puțini oameni citesc condițiile de utilizare a serviciului de pe site-urile pe care le vizitează. Care este varianta corectă?

„PSEUDOȘTIINȚA”

Studentii sau profesorii de psihologie au observat, probabil, că am evitat folosirea multor termeni vehiculați la cursuri, referitori la metodele de cercetare din psihologie – termeni precum variabile independente și dependente, definiții operaționale și variabile de control, dar și termeni care au de-a face cu detaliile analizei statistice. Am procedat în acest fel pentru ca lucrarea de față să fie citită cu plăcere și de un public fără pregătire universitară. Totuși, toate experimentele descrise în carte pot fi realizate, datele pot fi analizate, iar rezumatele rapoartelor pot fi comentate. Variabilele – atât cele independente (ceea ce este manipulat), cât și cele dependente (ceea ce este comensurat¹) – nu sunt greu de identificat.

În cea mai mare parte a studiilor, datele au forma „scalelor Likert”. Asta înseamnă că participanții încercuiesc un număr de

¹ A comensura – a măsura prin comparație; a compara (*n.red.*)