

Cuprins

<i>Prezentarea autorilor</i>	13
<i>Cuvânt-înainte</i>	19

Partea I

APLICABILITATEA TEORIILOR PSIHOSOCIALE ÎN DOMENIUL CLINIC

Capitolul 1. Teoria atașamentului (<i>Ion Dafinoiu</i>).....	27
1.1. Sistemul comportamental de atașament.....	27
1.2. Infrastructura psihologică a sistemului comportamental de atașament : modelele de lucru interne	29
1.3. Evaluare și diferențe individuale.....	31
<i>Referințe bibliografice</i>	35
Capitolul 2. Teoria managementului terorii (<i>Grigore M. Havârneanu,</i> <i>Daniela Victoria Zaharia</i>).....	37
2.1. TMT și frica de moarte : anxietate existențială și concepții culturale.....	37
2.2. Saliența morții și apărarea credințelor culturale.....	39
2.3. Saliența morții și stima de sine	41
2.4. Eforturile pentru restaurarea sensului pierdut	43
<i>Referințe bibliografice</i>	46
Capitolul 3. Autodeterminarea (<i>Dorin Nastas</i>)	48
3.1. Autodeterminarea ca psihologie a organismului activ	49
3.2. Obstrucționarea autodeterminării, alienarea și dezvoltările psihopatologice	51
3.3. Rolul autodeterminării în îmbunătățirea sănătății fizice și a sănătății psihice.....	54
3.4. Viața eudemonică fundamentată pe autodeterminare	55
<i>Referințe bibliografice</i>	59
Capitolul 4. Teoria sociometrică a stimei de sine (<i>Georgeta Diac</i>)	60
4.1. Ce este stima de sine ?	61
4.2. De ce oamenii au nevoie de stimă de sine (<i>self-esteem motive</i>) ?	63
4.3. Teoria sociometrică asupra stimei de sine – o perspectivă evoluționistă	63
4.4. Stima de sine – indicator al funcționării mecanismului sociometric.....	64
4.5. Stima de sine – indicator evaluativ al relațiilor interpersonale	65
4.6. Starea stimei de sine și anomaliile funcționale ale sociometrului	67

4.7. Stima de sine stabilă și anomaliile funcționale ale sociometrului	68
4.8. Stima de sine instabilă.....	69
<i>Referințe bibliografice</i>	70
Capitolul 5. Teoria discrepanțelor sinelui (<i>Octavian Onici</i>)	71
5.1. Din ce este compus conceptul de „sine” ?	72
5.2. Ce sunt și ce efecte determină discrepanțele sinelui?	73
5.3. Cum se explică apariția și dezvoltarea discrepanțelor sinelui?	75
5.4. Cum s-au studiat și măsurat discrepanțele sinelui?	76
5.5. Cum pot fi ameliorate discrepanțele sinelui?	77
<i>Referințe bibliografice</i>	78

Partea a II-a

PROBLEME EMOȚIONALE ȘI COMPORTAMENTALE ÎN VIAȚA COTIDIANĂ

Capitolul 6. Atenția autocentrată (<i>Dorin Nastas</i>)	83
6.1. Începuturi: teoria conștientizării sinelui ca obiect (Duval și Wicklund, 1972).....	84
6.2. Revizuirea și rafinarea teoriei: modelul dual al conștientizării sinelui și atribuirilor cauzale (Duval și Silvia, 2001)	86
6.3. Sabia cu două tăișuri: funcțiile și consecințele atenției autocentrate.....	88
6.4. Teorii și modele cu privire la consecințele disfuncționale ale atenției autocentrate.....	88
6.5. Diminuarea atenției autocentrate și funcționarea hipo-egotică	93
<i>Referințe bibliografice</i>	95
Capitolul 7. Anxietatea socială fizică (<i>Ana-Maria Țepordei</i>)	97
7.1. Ce este anxietatea socială fizică	97
7.2. Corpul ca obiect al privirii și evaluării celorlalți	99
7.3. Cum vreau, cum trebuie, cum nu-mi doresc să arăt	100
7.4. Și bărbații resimt anxietate socială fizică	102
7.5. Contexte anxiogene și strategii de coping	103
<i>Referințe bibliografice</i>	107
Capitolul 8. Insatisfacția imaginii corporale și tulburările de comportament alimentar (<i>Violeta Enea</i>)	109
8.1. Imaginea și insatisfacția corporală.....	109
8.2. Factorii de risc pentru insatisfacția corporală	111
8.3. Consecințele insatisfacției corporale	112
8.4. Modificări în diagnosticarea tulburărilor de comportament alimentar conform <i>DSM-V</i>	112
8.5. Evaluarea insatisfacției corporale.....	114
8.6. Direcții promițătoare în prevenirea dezvoltării unei imagini corporale negative și a tulburărilor de comportament alimentar la copii și adolescenți	114
8.7. Program terapeutic pentru îmbunătățirea imaginii corporale negative.....	116
<i>Referințe bibliografice</i>	117
Capitolul 9. Sinuciderea: repere pentru strategii preventive eficiente (<i>Grigore M. Havârneanu</i>).....	120
9.1. „Am gânduri negre”: sinuciderea	120
9.2. „Ce mă predispune și ce mă poate proteja?”: factori de risc și preventivi	121
9.3. „Vreau să mor, dar n-am cu ce”: restricția accesului la metode letale.....	123

9.4. „Nimeni nu mă poate ajuta ?” : facilitarea și oferirea suportului	125
9.5. „Cineva m-ar fi putut salva” : reorganizarea asistenței persoanelor vulnerabile.....	127
9.6. „Cui îi pasă de mine ?” : responsabilizarea mass-media și educarea publică.....	129
<i>Referințe bibliografice</i>	131

Partea a III-a

CAUZELE COMPORTAMENTULUI DISFUNȚIONAL

Capitolul 10. Procese interpersonale în depresie (<i>Daniela Muntele Hendreș</i>).....	135
10.1. Geneza situațiilor stresante	135
10.2. Căutarea la cei din jur a opiniilor negative despre sine	136
10.3. Căutarea excesivă a reasigurărilor.....	138
10.4. Evitarea conflictelor interpersonale	139
10.5. Autohandicaparea.....	141
10.6. Atitudinea de autoînvinovățire	142
10.7. Compararea socială	143
<i>Referințe bibliografice</i>	144
Capitolul 11. Teoria neajutorării învățate (<i>Loredana Ruxandra Gherasim</i>).....	145
11.1. Teoria inițială a neajutorării învățate	145
11.2. Reformularea teoriei neajutorării învățate.....	146
11.3. Teoria lipsei de speranță învățate	148
11.4. Dovezi empirice ale rolului stilului atributiv și efecte ale stilului de atribuire	149
11.5. Strategii de reziliență	150
11.6. Modelul recuperării din depresie	151
<i>Referințe bibliografice</i>	153
Capitolul 12. Stresul traumatic secundar (<i>Irina Crumpei</i>)	156
12.1. Trauma secundară dincolo de etichete	156
12.2. Teoria autodezvoltării constructiviste	158
12.3. Modelul transmiterii traumei	159
12.4. Modelul ecologic al traumei.....	160
12.5. Modelul neurobiologic	162
<i>Referințe bibliografice</i>	163
Capitolul 13. Proiecția defensivă (<i>Ștefan Boncu</i>).....	165
13.1. Mecanismele de apărare.....	165
13.2. Concepții clasice asupra proiecției defensive	167
13.3. Proiecția atributivă.....	169
13.4. Falsul consens.....	171
13.5. Proiecție și control mental	173
<i>Referințe bibliografice</i>	174
Capitolul 14. Stigmatul bolii mentale (<i>Oana Dănilă</i>)	176
14.1. Natura și tipurile de stigmat ale bolii mentale	176
14.2. Stigmatul public	179
14.3. Autostigmatul	179
14.4. Evitarea etichetării sau consecințele stigmatului asupra bolnavului mental.....	181
<i>Referințe bibliografice</i>	183

Partea a IV-a

CARACTERISTICI INDIVIDUALE

Capitolul 15. Locul controlului (<i>Corneliu Havârneanu</i>)	187
15.1. Potențialul comportamental, funcție a expectanței și a valorii de întărire	187
15.2. Așteptările generalizate pentru controlul intern <i>versus</i> extern al recompensei	190
15.3. Își doresc oamenii un anumit loc al controlului?	192
15.4. În traficul rutier preferăm șoferii intenaliști sau externaliști?	194
15.5. Aspecte patologice și intervenție	195
<i>Referințe bibliografice</i>	196
Capitolul 16. Tipul A și tipul B de comportament (<i>George Florian Macarie</i>).....	198
16.1. Ce sunt tipul A și tipul B de comportament?	198
16.2. Măsurarea conceptului.....	200
16.3. Expresii ale comportamentului de tip A : angajarea în competiție, presiunea timpului, agresivitatea și ostilitatea, stilistica vorbirii.....	202
16.4. Tipul A și percepția controlului.....	204
16.5. Succesul academic	206
16.6. Implicații asupra sănătății	208
<i>Referințe bibliografice</i>	209
Capitolul 17. Implicații psihologice ale ordinii nașterii (<i>Radu Mihail Robotă</i>).....	211
17.1. Intuiții adleriene și confirmări actuale cu privire la importanța ordinii nașterii	211
17.2. Ordinea nașterii și inteligența – asumții metodologice și controverse teoretice	215
17.3. Ordinea nașterii contează – mit sau realitate?	217
<i>Referințe bibliografice</i>	219
Capitolul 18. Narcisismul (<i>Adrian Vicențiu Labăr</i>).....	221
18.1. Ce este narcisismul	221
18.2. Modele explicative cu privire la narcisism.....	222
18.3. Forme ale narcisismului : narcisismul grandios și narcisismul vulnerabil	223
18.4. Beneficiile narcisismului	224
18.5. Costurile narcisismului	225
18.6. Diferențe de gen și vârstă în ceea ce privește narcisismul	226
<i>Referințe bibliografice</i>	228

Partea a V-a

FACTORI CARE SUSȚIN SĂNĂTATEA PSIHOLICĂ

Capitolul 19. Emoțiile pozitive (<i>Andrei Holman</i>).....	231
19.1. Care este funcția emoțiilor pozitive?	231
19.2. Emoțiile pozitive anulează efectele celor negative.....	232
19.3. Emoțiile pozitive extind perspectiva.....	234
19.4. Emoțiile pozitive stimulează construcția resurselor importante pe termen lung	236
19.5. Emoțiile pozitive protejează sănătatea mentală.....	237
<i>Referințe bibliografice</i>	238
Capitolul 20. Beneficii adaptative ale eficienței personale percepute (<i>Versavia Curelaru</i>)	240
20.1. Teoria eficienței personale	240
20.2. Mecanisme prin care acționează eficiența personală percepută.....	242

20.3. Surse de informare cu privire la eficiența personală	243
20.4. Eficiența personală percepută și schimbarea cognitiv-comportamentală	246
20.5. Efectele expectanțelor privind eficiența personală în cazurile de fobie specifică	248
20.6. Eficiența personală percepută și depresia	249
<i>Referințe bibliografice</i>	251
Capitolul 21. Rolurile de bărbat, femeie și sănătatea mentală (Tudor-Ștefan Rotaru).....	253
21.1. Băutură, pumni și sex	254
21.2. „Și băieții plâng câteodată...”	257
21.3. Bărbați în terapie	259
21.4. Doctrina genurilor și orientarea sexuală.....	260
21.5. Femeie „feminină” sau femeie puternică ?	262
<i>Referințe bibliografice</i>	263
Capitolul 22. Suportul social (Maria Nicoleta Turliuc, Cornelia Măirean).....	265
22.1. Conceptul de suport social : definiții și evaluare	265
22.2. Suportul social din diferite perspective teoretice.....	267
22.3. Tipologii și surse ale suportului social	268
22.4. Suportul social ca strategie de coping în condiții de stres.....	270
22.5. Suportul social și sănătatea	270
22.6. Suportul social și calitatea relațiilor interpersonale	272
22.7. Implicații pentru intervenții.....	272
<i>Referințe bibliografice</i>	274
Capitolul 23. Iluzia controlului (Ștefan Boncu)	276
23.1. Sarcini de abilitate și sarcini implicând șansa	277
23.2. Impactul factorilor situaționali	278
23.3. Realismul depresiv	280
23.4. Dorința de control.....	281
23.5. Euristică controlului	282
23.6. Adaptarea și iluzia controlului	283
23.7. Jocurile de noroc	284
<i>Referințe bibliografice</i>	286

Partea a VI-a

ROLUL DINAMICILOR INTERPERSONALE ÎN ADAPTARE

Capitolul 24. Iertarea (Mihai Curelaru)	291
24.1. Ce este iertarea ?	292
24.2. Stiluri personale sau stadii ale iertării	293
24.3. Iertarea în cadrul terapiei familiale contextuale	295
24.4. Modelul procesual al iertării	297
24.5. Perspectiva <i>stress-coping</i> asupra iertării	298
<i>Referințe bibliografice</i>	302
Capitolul 25. Autohandicaparea (Adina Karner Huțuleac).....	304
25.1. De ce oamenii ar alege comportamente autodistructive când ar avea la îndemână alternative sănătoase ?	304
25.2. Caracteristicile autohandicapării	306
25.3. Tipul mecanismelor de autohandicapare.....	307

25.4. Etiologia autohandicapării	309
25.5. Modificarea mecanismelor de autohandicapare	310
<i>Referințe bibliografice</i>	312
Capitolul 26. Credința într-o lume dreaptă (<i>Maria Nicoleta Turliuc</i>)	314
26.1. Dezvoltări și diferențieri conceptuale	314
26.2. Direcții de cercetare	317
26.3. Variabile psihologice asociate	319
26.4. Credința în lumea dreaptă și experiența traumatică	321
<i>Referințe bibliografice</i>	323
Capitolul 27. Veștile rele (<i>Cătălin Dîrțu</i>)	327
27.1. Evităm veștile extreme în favoarea celor cu care deja suntem obișnuiți?	327
27.2. Dar dacă totuși veștile extreme sunt preferate în dauna celor obișnuite, comune?	328
27.3. Extreme sau nu, până la urmă preferințele noastre se îndreaptă spre veștile bune sau spre cele rele?	329
27.4. Când veștile sunt cumplit de rele: cazul bolnavilor cronici aflați în stadiul terminal.....	332
<i>Referințe bibliografice</i>	334
Capitolul 28. Fenomenul impostorului (<i>Ștefan Boncu, Ciprian Ceobanu</i>)	336
28.1. Când mă vor descoperi?	336
28.2. Impostura la feminin și la masculin	337
28.3. Patternuri de socializare	339
28.4. Instrumente de măsură	340
28.5. Autoprezentarea strategică	342
28.6. Frica de succes	343
28.7. Pesimismul defensiv	345
<i>Referințe bibliografice</i>	346

Partea a VII-a

AMPLIFICAREA STĂRII DE BINE

Capitolul 29. Optimismul nerealist (<i>Loredana Ruxandra Gherasim, Cornelia Măirean</i>).....	351
29.1. Definiție și implicații ale optimismului nerealist	351
29.2. Rolul factorilor individuali.....	353
29.3. Rolul factorilor contextuali	355
29.4. Modalități de măsurare	356
29.5. Prezența optimismului nerealist în diferite etape de viață	358
29.6. Strategii pentru reducerea optimismului nerealist.....	358
<i>Referințe bibliografice</i>	360
Capitolul 30. Eudemonia (<i>Cătălin Dîrțu</i>)	362
30.1. Fericirea chiar există sau este o Fata Morgana?	363
30.2. Și dacă există fericire, ce nume ar trebui să poarte?	364
30.3. Hedonism <i>versus</i> eudemonie în Antichitate	364
30.4. Reflectarea vechilor dispute în cercetările actuale	365
30.5. A fi fericit înseamnă a fi mai sănătos?	367
30.6. Este sau nu posibil să ne contaminăm de fericire?	368
30.7. Concluzii.....	368
<i>Referințe bibliografice</i>	368

Capitolul 31. Identitatea narativă (<i>Ovidiu Gavrilovici</i>).....	370
31.1. Identitatea narativă – apanaj al postmodernității.....	370
31.2. Perspective teoretice despre sine și identitate.....	371
31.3. Povestea internalizată, în devenire, integrativă.....	372
31.4. Studiul identității narative.....	373
31.5. Aplicații terapeutice în studiul și regenerarea identității narative.....	374
31.6. Absent, dar implicit.....	376
31.7. Coloratura dezvoltării a identității narative.....	377
<i>Referințe bibliografice</i>	378
Capitolul 32. Conștientizarea meditativă a prezentului (<i>Dorin Nastas</i>).....	381
32.1. Conștiința și mintea noastră cea de toate zilele.....	382
32.2. Despre conștientizarea meditativă sau calea spre viața noastră reală, aici și acum.....	384
32.3. Practicarea conștientizării meditative sau deprinderea înotului.....	387
32.4. Efectele benefice ale practicării sau ce am de câștigat dacă practic înotul susținut?.....	390
32.5. Programe de intervenție sau despre diferitele stiluri ale înotului.....	391
<i>Referințe bibliografice</i>	393

Partea a VIII-a

PROCESE DE SCHIMBARE PSIHOLAGICĂ

Capitolul 33. Reglarea emoțională (<i>Andrei Holman</i>).....	397
33.1. Emoțiile și reglarea lor.....	397
33.2. Forme de reglare emoțională.....	399
33.3. „Latura întunecată” a reglării emoționale.....	400
33.4. Strategiile de reglare emoțională focalizate pe antecedente.....	401
33.5. Suprimarea emoțiilor.....	404
<i>Referințe bibliografice</i>	407
Capitolul 34. Epuizarea eului (<i>Cornelia Măirean</i>).....	409
34.1. Funcția executivă a eului.....	409
34.2. Cum acționează autocontrolul și importanța lui în viața cotidiană.....	410
34.3. Circumstanțe care facilitează apariția epuizării eului.....	411
34.4. Consecințe personale și interpersonale ale stării de epuizare.....	413
34.5. Rolul personalității și al diferențelor interindividuale.....	415
34.6. Modalități de refacere a resurselor epuizate.....	416
<i>Referințe bibliografice</i>	417
Capitolul 35. Schimbarea personală și sindromul falsei speranțe (<i>Ștefan Boncu</i>).....	419
35.1. Schimbarea autoinițiată.....	419
35.2. Pericolul recăderii.....	421
35.3. Stadiile schimbării.....	423
35.4. Efectul noului început.....	425
35.5. Speranță și realism.....	426
35.6. Sindromul falsei speranțe.....	428
<i>Referințe bibliografice</i>	430
Capitolul 36. Căutarea ajutorului profesional psihologic (<i>Camelia Soponaru</i>).....	433
36.1. Delimitări conceptuale.....	433
36.2. Psihologia comportamentului de căutare a ajutorului profesional. Teorii și modele.....	434

36.3. Teoria comportamentului planificat și comportamentul de căutare a ajutorului profesional psihologic	438
36.4. Factori care influențează comportamentul de căutare a ajutorului profesional psihologic	440
<i>Referințe bibliografice</i>	444

Partea a IX-a

STRATEGII TERAPEUTICE ȘI CONTEXT SOCIAL

Capitolul 37. Hipnoză, sugestibilitate și hipnoterapie (<i>Ion Dafinoiu, Violeta Enea</i>)	451
37.1. Cum și de ce funcționează hipnoza	451
37.2. Sugestibilitate și hipnotizabilitate	453
37.3. Utilizarea hipnozei în medicină	454
37.4. Hipnoza centrată pe soluții	456
<i>Referințe bibliografice</i>	458
Capitolul 38. Durere, dizabilitate și integrare socială (<i>Eugen Avram</i>)	461
38.1. Cadre conceptuale	461
38.2. Durerea lombară	462
38.3. Dizabilitatea	463
38.4. Precauții în diagnosticul durerii lombare și al dizabilității	464
38.5. Percepția durerii, dizabilității și insuccesului operator	466
38.6. Comportamentul revendicativ	468
38.7. Revenirea la muncă după HDL	469
<i>Referințe bibliografice</i>	471
Capitolul 39. Autodezvăluirea în psihoterapie (<i>Camelia Soponaru</i>)	477
39.1. Autodezvăluirea, repere conceptuale	477
39.2. Tipuri de autodezvăluiri în psihoterapie	479
39.3. Intimitate și autodezvăluire	480
39.4. Beneficii și funcții ale autodezvăluirii	482
<i>Referințe bibliografice</i>	485
Capitolul 40. Schimbare de atitudine și psihoterapie (<i>Mihaela Boza</i>)	488
40.1. Schimbarea atitudinală în context psihoterapeutic	488
40.2. Prevenția în psihologia sănătății	492
40.3. Ce este rezistența la schimbare?	493
40.4. Rezistența la influență: reactanța	494
40.5. Rezistența la conținutul mesajului: scepticismul	496
40.6. Rezistența la schimbare: inerția	497
<i>Referințe bibliografice</i>	499
Capitolul 41. Atingerea în psihoterapie (<i>Adina Karner Huțuleac</i>)	501
41.1. A atinge sau a nu atinge... aceasta este întrebarea!	502
41.2. Tipuri de atingere în psihoterapie	504
41.3. Factorii care influențează sensul atingerii în psihoterapie	505
41.4. Ghid general de utilizare a atingerii în psihoterapie (Caldwell, 1999; Zur și Nordmarken, 2011)	506
<i>Referințe bibliografice</i>	508

Seria *Collegium. Psihologie* este inițiată de Adrian Neculau.

© 2014 by Editura POLIROM

Această carte este protejată prin copyright. Reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea prin orice mijloace și sub orice formă, cum ar fi xeroxarea, scanarea, transpunerea în format electronic sau audio, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informațiilor, cu scop comercial sau gratuit, precum și alte fapte similare săvârșite fără permisiunea scrisă a deținătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislației cu privire la protecția proprietății intelectuale și se pedepsesc penal și/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Pe copertă: © Iqoncept/Depositphotos.com

www.polirom.ro

Editura POLIROM

Iași, B-dul Carol I nr. 4; P.O. BOX 266, 700506
București, Splaiul Unirii nr. 6, bl. B3A, sc. 1, et. 1,
sector 4, 040031, O.P. 53, C.P. 15-728

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României:

Psihologie socială clinică / coord.: Ion Dafinoiu și Ștefan Boncu. – Iași: Polirom, 2014
Bibliogr.

ISBN print: 978-973-46-4436-0

ISBN ePub: 978-973-46-4658-6

ISBN PDF: 978-973-46-4659-3

I. Dafinoiu, Ion (coord.)

II. Boncu, Ștefan (coord.)

159.9

Printed in ROMANIA

Volum coordonat de
Ion Dafinoiu și Ștefan Boncu

PSIHOLOGIE SOCIALĂ CLINICĂ

POLIROM
2014

Clark Hull pornește de la conceptul de homeostazie, conform căruia organismul acționează activ pentru a menține o anumită stare de echilibru. În baza acestei idei, Hull susține că un comportament reprezintă o modalitate prin care un organism menține acel echilibru, iar motivația apare ca un rezultat al trebuințelor biologice. În fundamentarea teoriei sale pornește de la starea de tensiune sau excitare cauzată de nevoi biologice sau fiziologice (sete, foame, nevoie de căldură etc.). O trebuință produce o alertă, o tensiune care trebuie să fie redusă. Pentru a reduce acea stare de tensiune, oamenii și animalele caută modalități de a-și satisface nevoile biologice și atunci vor repeta orice comportament care reduce această tensiune. În relația stimul-răspuns (S – R), atunci când stimulul și răspunsul sunt urmate de o reducere a tensiunii, crește probabilitatea ca același stimul să producă în viitor același răspuns.

Hull și-a propus să exprime teoria printr-o relație matematică. Într-o formă simplificată¹ arată în felul următor :

$$E = H \times D.$$

Probabilitatea de apariție a unui comportament (E) este în funcție de întărirea obișnuinței dată de numărul de condiționări anterioare (H) și intensitatea tensiunii determinată de durata privării biologice (D).

Burrhus Frederic Skinner, prin teoria învățării operante, simplifică în mare măsură lucrurile, întărirea devenind conceptul central. Omul fiind o ființă activă nu are nevoie de un stimul pentru a acționa, ci reacționează de la sine pentru a face față solicitărilor mediului. Dacă răspunsurile primite sunt pozitive, atunci crește probabilitatea repetării comportamentului. Dacă aceste răspunsuri sunt negative, atunci probabilitatea repetării comportamentului este redusă.

Kurt Lewin construiește un model în care pune accentul pe interacțiunea dintre individ și câmpul total sau mediul înconjurător. În teoria câmpului comportamentul este determinat de interacțiunea dintre numeroșii factori din mediu și cei de personalitate. Comportamentul este explicat de un ansamblu de fapte care coexistă. Aceste fapte coexistente alcătuiesc un „domeniu dinamic”, ceea ce înseamnă că starea din oricare parte a câmpului depinde de o altă stare din oricare altă parte a acestuia. Comportamentul depinde mai degrabă de starea prezentă decât de trecut sau viitor.

Ideea de bază de la care pornește Rotter pentru fundamentarea teoriei învățării sociale este că personalitatea reprezintă o interacțiune a individului cu mediul și nu putem vorbi despre o personalitate a individului independentă de mediu. Comportamentul unei persoane nu poate fi considerat doar un răspuns automat la stimulii din mediu. Pentru înțelegerea comportamentului trebuie să luăm în considerare atât individul (istoria personală și experiențele de învățare), cât și mediul (stimulii și răspunsurile conștiente ale persoanei la aceștia). Rotter descrie personalitatea ca pe un set relativ stabil de potențialități ale

1. În forma completă, relația este : $sEr = (V \times D \times K \times J \times sHr) - (sIr - Ir) - sOr - sLr$ unde : sEr : potențialul de excitare sau probabilitatea unui organism de a produce un răspuns (r) la un stimul (e); sHr : puterea obișnuinței, dată de numărul de condiționări anterioare; D : forța tensiunii, dată de intensitatea privării biologice; K : motivația de stimulare sau dimensiunea, amploarea obiectivului urmărit; J : întârzierea organismului înainte de a fi lăsat să caute întărire; V : indice de conexiune; Ir : inhibiția reactivă sau oboseala; sIr : inhibiția condiționată, cauzată de lipsa anterioară de întărire; sLr : pragul de reacție, cea mai mică cantitate de întărire care va produce învățarea; sOr : eroare aleatorie.

individului de a răspunde într-un mod specific situațiilor cu care se confruntă. Experiența acumulată de o persoană pe parcursul vieții duce la formarea unui set de convingeri, care au o mare stabilitate, iar pentru ca schimbarea să se producă sunt necesare intervenții repetate și mult efort din partea acelei persoane. Rotter consideră că personalitatea și comportamentul sunt schimbătoare dacă reușim să schimbăm credințele persoanei sau mediul în care persoana este pusă să acționeze.

În construcția teoriei sale, Rotter pornește de la următoarele concepte și principii: potențialul comportamental (*behavior potential*), expectanța (*expectancy*), întărirea sau valoarea recompensei (*reinforcement value*), situația psihologică (*psychological situation*), libertatea de mișcare (*freedom of movement*), obiectivul minim (*minimal goal*).

a) *Potențialul comportamental* se referă la probabilitatea persoanei de a manifesta un comportament special într-o situație specifică. Probabilitatea ca un anumit comportament să se producă este în funcție de *expectanță* (așteptarea unui rezultat pozitiv) și *întărire* (valoarea percepută a recompensei). Într-o situație pot fi activate mai multe comportamente. Pentru fiecare comportament posibil există un anumit potențial comportamental. Individul va activa comportamentul care are cel mai mare potențial. Factorii de care depinde probabilitatea activării unui anumit comportament sunt: interpretarea subiectivă a situației și a comportamentelor celorlalți, opțiunea intențională a persoanei pentru un comportament dintre comportamentele posibile în acea situație.

b) *Expectanța* este probabilitatea ca un anumit comportament să ducă la un anumit rezultat, credința individului că un comportament va produce o anumită recompensă. Credința în această probabilitate se bazează, în principal, pe experiența anterioară. De exemplu, credința persoanei că, dacă va juca, va câștiga la loto sau dacă va depune un efort susținut, va obține performanțe școlare bune. În cazul în care credința este puternică, atunci individul este încrezător că acel comportament va duce la rezultatul scontat. Așteptările scăzute înseamnă că individul consideră că este puțin probabil ca acel comportament să producă o satisfacție. Dacă rezultatele așteptate sunt la fel de dorite, individul se va angaja în acel comportament care are cea mai mare probabilitatea de a duce la obținerea rezultatului scontat. Așteptările sunt formate pe baza experienței anterioare. Comportamentele care în trecut au dus la satisfacție cresc speranța persoanei că și acum rezultatul va produce satisfacția așteptată. Este important de subliniat că expectanța este o probabilitate subiectivă și nu există nici o relație între evaluarea subiectivă a persoanei și probabilitatea obiectivă a recompensei. Oamenii pot subestima sau supraestima această probabilitate.

c) *Întărirea sau valoarea recompensei* este legată de rezultatele comportamentului. Valoarea recompensei se referă la oportunitatea, utilitatea rezultatelor. Cu cât recompensa este mai atractivă (icre negre *versus* dovleac) cu atât întărirea este mai puternică. Lucrurile care dorim să se întâmple, de care suntem atrași vor avea o valoare mare de întărire, în timp ce lucrurile care nu dorim să se întâmple, pe care dorim să le evităm vor avea o valoare de întărire redusă. Dacă probabilitatea de realizare a întăririi este aceeași, vom manifesta comportamentul cu cea mai mare valoare de întărire (de exemplu, cel care duce spre rezultatul preferat). Menționăm că mediul social este de primă importanță în formarea comportamentului, deoarece pentru oameni cele mai importante sunt recompensele sociale. Răspunsurile care vin din mediul social, cum ar fi respingerea, aprobarea, dragostea sau ura, influențează puternic comportamentul.

Ca și în cazul expectanței, valoarea de întărire este subiectivă, ceea ce înseamnă că același eveniment sau aceeași experiență pot diferi foarte mult în privința oportunității, a satisfacției în funcție de experiența de viață a individului. Pedepsa primită de la un părinte reprezintă o consolidare negativă pentru cei mai mulți copii și trebuie evitată. Cu toate acestea, copiii care primesc puțină atenție pozitivă de la părinți pot căuta pedeapsa, deoarece are o valoare de întărire mai mare decât neglijarea.

Valoarea de întărire este determinată în parte și de recompensele care pot să apară în viitor. De exemplu, comportamentul altruist, de ajutorare a persoanelor nevoiașe poate avea o valoare de întărire sporită dacă persoana crede că rezultatul va avea efecte într-o viață viitoare. Prin urmare, chiar și un eveniment aparent banal poate avea o valoare de întărire foarte puternică, pozitivă sau negativă, în cazul în care persoana crede că acesta duce la alte recompense puternic evaluate.

d) *Situația psihologică* se referă la modul în care individul percepe situația actuală. Rotter consideră că este întotdeauna important să se țină seama de faptul că persoane diferite interpretează aceeași situație în mod diferit. Prin natura sa, psihicul presupune o reconstrucție subiectivă a realității.

e) *Libertatea de mișcare* este în funcție de așteptările persoanei cu privire la manifestările comportamentale și rezultatele specifice ale acestora. Dacă libertatea de mișcare este mare, atunci ne așteptăm să obținem o recompensă datorată comportamentului nostru. Dacă libertatea de mișcare este mică, atunci ne așteptăm la eșecuri datorate propriilor noastre comportamente.

f) *Obiectivul minim* este cel mai scăzut nivel de recompensă care determină continuarea acțiunii în vederea atingerii scopului urmărit. În cazul în care rezultatul comportamentului este egal sau depășește scopul minim, indivizii vor simți că au reușit. Atunci când nivelul de întărire scade sub obiectivul minim al unui individ, este resimțit un eșec. Oamenii diferă în privința obiectivelor lor minime. Astfel, același rezultat poate reprezenta un succes pentru o persoană cu un obiectiv minim inferior sau un eșec pentru o altă persoană, cu un obiectiv minim mai mare.

Potențialului comportamental (BP) poate fi prezis cu ajutorul a două variabile-predictor: expectanța (E) și valoarea recompensei (RV).

$$BP = f(E \& RV)$$

Potențialul comportamental este o funcție a expectanței și a valorii de întărire. Sau, cu alte cuvinte, probabilitatea unei persoane de a manifesta un anumit comportament este în funcție de probabilitatea ca acel comportament să ducă la un anumit rezultat și oportunitatea rezultatului. În cazul în care expectanța și valoarea de întărire sunt ridicate, atunci potențialul comportamental va fi mare. În cazul în care expectanța și valoarea de întărire sunt scăzute, atunci potențialul comportamental va fi mai mic.

15.2. Așteptările generalizate pentru controlul intern *versus* extern al recompensei

În forma sa cea mai simplă, ipoteza de bază de la care pornește Rotter este aceea că, în cazul în care o persoană percepe o recompensă ca fiind condiționată de propriul

comportament, atunci apare fie o întărire pozitivă, fie una negativă, care vor mări sau diminua potențialul pentru repetarea comportamentului în aceeași situație sau în situații similare.

Dacă persoana percepe recompensa în afara propriei sale posibilități de control și consideră că aceasta este în funcție de șansă, destin, persoane mai influente sau întâmplare, atunci comportamentul precedent este mai puțin probabil să fie consolidat sau slăbit. Dar vom constata că există o diferență de grad în funcție de natura rezultatelor unei serii de încercări. Diferite situații de învățare vor produce diferite tipuri de funcții ale învățării. O situație de învățare în care experimentatorul stabilește arbitrar recompensa potrivită (dacă oferă sau nu recompensă, indiferent de comportamentul subiectului) va produce un tip de învățare diferit față de situația în care subiectul crede că propriul său comportament determină sau nu obținerea recompensei.

Faptul că persoanele construiesc așteptări generalizate pentru controlul intern *versus* extern are implicații evidente în activarea unui comportament și pentru obținerea unei performanțe. Atunci când o persoană se gândește la evenimentele viitoare, poate percepe un eveniment ca urmare a unui comportament anterior. În acest caz, forța conexiunii depinde de măsura în care persoana crede că există o relație de cauzalitate între comportamentul său și eveniment.

O persoană care este în căutarea unui brand neobișnuit de tutun și în cele din urmă a avut posibilitatea de a găsi acele țigări va reveni la același loc atunci când are nevoie din nou de tutun. Dar o persoană care are nevoie de bani și găsește cinci dolari pe stradă nu se întoarce în acel loc să se uite dacă mai găsește cinci dolari atunci când are nevoie de bani. Comportamentul de a explora cu privirea strada poate fi consolidat, totuși, într-o anumită măsură, în al doilea caz. Cu toate acestea, individul este selectiv cu aspectele comportamentului său care se repetă sau sunt consolidate, în funcție de propria percepție a relației de cauzalitate dintre consolidare și comportamentul precedent (Rotter, 1966, p. 4).

Conceptul locul controlului deși relativ nou (Rotter, 1954), a fost frecvent utilizat în studierea diferențelor interindividuale (Lefcourt, 1976 ; Phares, 1976). Locul controlului se referă la convingerea unei persoane despre controlul asupra propriilor evenimente produse pe parcursul vieții (Findley și Cooper, 1983). Unii oameni consideră că sunt responsabili personal pentru evenimentele care se produc în legătură cu ei. Aceste persoane sunt etichetate cu un stil de atribuire intern. Alții consideră că evenimentele din viață sunt determinate de forțe care le scapă controlului propriu. Ei sunt etichetați cu un stil de atribuire extern. Uneori, locul controlului este văzut ca un construct stabil de personalitate. Statistic, se consideră că majoritatea oamenilor se încadrează între cele două extreme, și observăm o distribuție gaussiană sub aspectul propriilor credințe de control. Acest lucru poate fi înșelător, deoarece teoria inițială și cercetările ulterioare indică faptul că locul controlului este în mare măsură învățat. Există dovezi că, cel puțin într-o anumită măsură, locul controlului este un răspuns la circumstanțe. Psihologii au imaginat intervenții psihologice și educaționale pentru a produce schimbări față de locul controlului intern. Se consideră că stilul de atribuire este o trăsătură stabilă a persoanelor, dar în același timp această trăsătură poate fi modificată prin educație și acumulare de experiență (Findley și Cooper, 1983).

În 1966, Rotter a publicat o monografie intitulată *Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement* și a construit scala de măsurare a diferențelor

individuale pentru această dimensiune a personalității. După publicare, scala locul controlului a fost utilizată în numeroase studii și s-au găsit corelații semnificative cu performanța în muncă, atitudinea față de sănătate, strategiile de căutare a unui loc de muncă, performanța academică, competența și stilul de conducere auto, decizia de a finaliza studiile medii și alegerea direcțiilor viitoare de formare. Scala generală construită de Rotter are 29 de itemi, dintre care 6 itemi sunt distractori și nu se află în relație cu dimensiunea măsurată. Fiecare item are două variante (notate „a” și „b”), dintre care persoana trebuie să aleagă una, iar fiecare dintre cele două variante reprezintă una dintre cele două tendințe posibile (internalism *versus* externalism), cu excepția itemilor distractori la care variantele de răspuns nu au nici o legătură cu dimensiunea măsurată.

Prin studiile realizate de diferiți cercetători s-a constatat că scala locului controlului intern-extern nu caracterizează adecvat individul și este un indicator care induce în eroare controlul perceput al comportamentului într-un domeniu specific. Astfel s-a promovat ideea multidimensionalității controlului perceput al comportamentului. Utilizând analizele factoriale, cercetătorii au oferit numeroase variante de scale, dintre care unele s-au bazat pe concepția teoretică de bază. Levenson (1973) constată că oamenii ar putea atribui controlul unuia dintre cei trei agenți: șansă, puterea altora și sine. În consecință, a dezvoltat trei scale pentru a evalua gradul de control atribuit fiecăruia dintre ei. Estimarea numărului de factori a variat de la un autor la altul.

O altă abordare se bazează pe sferile de control SOC (Paulhus și Christie, 1981). Sistemul conceptual presupune împărțirea spațiului de viață al individului în sfere comportamentale primare. Confruntarea individului cu lumea este descompusă în trei teatre distincte:

- eficiența personală – control personal asupra mediului nonsocial, realizarea personală;
- controlul interpersonal – control asupra altor persoane în diade sau grupuri;
- controlul sociopolitic – control asupra evenimentelor și instituțiilor sociale și politice.

O persoană poate avea așteptări de control diferite în cele trei domenii de interacțiune cu lumea. Totuși, empiric, ar trebui să coreleze moderat. Această abordare în evaluarea controlului perceput oferă trei avantaje majore față de alte abordări existente: oferă o împărțire sistematică a expectanțelor de control în cele trei domenii majore de activitate, oferă un instrument pentru evaluarea controlului interpersonal, aspect care a fost neglijat anterior, și divizează nucleul intern (mai degrabă decât forțele externe) pentru a oferi un set mult mai semnificativ de atribute cu ajutorul cărora putem caracteriza o persoană.

15.3. Își doresc oamenii un anumit loc al controlului?

Persoanele *internaliste* văd viața ca pe un joc al îndemânării, nu al șansei. Subiecții au un serios control asupra a ceea ce li se întâmplă, în bine sau în rău. În această viziune, locul controlului intern presupune inițiativa în toate activitățile legate de profesie sau în relațiile cu ceilalți. Subiectul este descris de ceilalți ca fiind vigilent, că ia lucrurile așa cum sunt, conștient de ceea ce se petrece în jurul lui și are dorința de a-și cheltui energia în muncă pentru scopuri precise. Subiectul se simte probabil frustrat să stea în umbră și să îi lase pe ceilalți să aibă grijă de el. Deși consideră controlul vieții cel mai bun mod de a exista, psihologii atrag atenția asupra unor dificultăți. O persoană responsabilă de propriul succes este responsabilă și pentru eșecuri. Un punctaj ridicat în această direcție oferă atât avantaje, cât și dezavantaje.

Subiecții *externaliști* văd viața mai curând ca pe un joc al șansei decât ca un efect al abilităților pe care le posedă. Sunt multe motive ca o persoană să gândească în acest mod. Psihologii au identificat astfel de subiecți în cadrul mai multor grupuri minoritare sau grupuri dezavantajate, care tind să se situeze în direcția extraversiunii. O explicație a acestor rezultate ar fi că oamenii din astfel de grupuri resimt realist situația vieții lor. În general, femeile și persoanele din clase cu un nivel economic mediu au mai multe restricții în obținerea succesului, au opțiuni pentru slujbe prost plătite, consideră că au ocazii rare de avansare indiferent de ceea ce fac. Un sentiment al controlului intern ar fi nepotrivit și nerealist în aceste situații. O notă ridicată a controlului extern ar putea reprezenta o percepție realistă a împrejurărilor curente din viață. Pe de altă parte, rezultatul ar putea reprezenta o încredere puternică în noroc sau superstiții și un sentiment al lipsei de speranță pentru controlul propriei vieți. Studiile au arătat o relație directă între convingerile controlului extern nerealiste, anxietate și depresie. Există și o categorie de subiecți la care controlul intern și extern este legat de situații specifice. De exemplu, în situația de muncă, subiectul poate crede că recompensele sunt stabilite de șefi și nu contează performanța în activitate. În relațiile afective însă, ei se pot gândi la faptul că soarta se află în întregime în propriile lor mâini. Deci, o persoană poate manifesta tendințe externaliste atunci când este vorba de primirea unor recompense și tendințe internaliste atunci când se referă la relațiile afective. Multe comentarii din literatura de specialitate susțin că internaliștii și externaliștii diferă din punct de vedere comportamental, în special în ceea ce privește activitatea lor cognitivă și acțiunile de stăpânire a mediului extern. Internaliștii fiind mai receptivi la elementele interne par să exercite un control mai bun asupra vieților lor datorită cunoștințelor și abilităților de care dispun (Lefcourt, 1976). Internaliștii par să dobândească și să utilizeze mai ușor informațiile considerate relevante pentru atingerea scopului urmărit chiar și atunci când aparent ele nu sunt relevante (Phares, 1976). Autorul susține că deoarece reușita este evaluată pozitiv cei care cred că sunt în măsură să controleze situațiile depun mai mult efort în sarcinile cu care se confruntă. De asemenea, constatăm diferențe între internaliști și externaliști în ceea ce privește reacția la eșec. Internaliștii se mândresc atunci când obțin rezultate bune și se rușinează când rezultatele nu sunt satisfăcătoare, în timp ce externaliștii trăiesc experiențe emoționale mai puțin intense. Această diferență explică tendința de orientare spre succes a internaliștilor.

O serie de studii au asociat convingerilor de control intern comportamentele care afectează probabilitatea de a reuși (Findley și Cooper, 1983). Ducette și Wolk (1972) au constatat că externaliștii tind să se expună mai puțin atunci când se angajează în rezolvarea unor sarcini. Alți autori au identificat o relație pozitivă între atribuirile interne și dorința de a amâna o recompensă, în scopul de a maximiza performanța, precum și preferința pentru a obține o calificare mai degrabă decât pentru credința în șansă. Aceste tendințe sugerează că la internaliști există o probabilitate mai mare de realizare.

Se pare că oamenii își doresc un anumit tip de loc al controlului. În termeni simpli, un loc al controlului intern este în general mai dorit. Internalitatea este pusă în legătură cu „controlul personal” și „autodeterminarea”. Cercetările au evidențiat că bărbații tind să fie mai internaliști decât femeile, pe măsură ce îmbătrânesc toți oamenii tind să devină mai internaliști, iar cei care au capacități organizatorice mai bune tind să aibă un loc al controlului intern (Mamlin, Harris și Case, 2001). Totuși, este important să evidențiem că nu există un loc al controlului bun (locul controlului intern) și altul rău (locul controlului extern). Câteva aspecte importante trebuie luate în considerare atunci când dorim să cunoaștem o persoană. Și internaliștii pot fi instabili sau pot prezenta dezechilibre