# Spostrzeganie społeczne: jak dochodzimy do rozumienia innych ludzi

Na podstawie: E. Aronson. T. D. Wilson, R. M. Akert. Psychologia społeczna. Serce i umysł. Poznań 2006. Rozdział 5, s. 96 – 124.

Ludzie chcą poznawać innych ludzi, interesują się ludźmi, chcą wyjaśnić zachowania innych ludzi. Zastanawiają się dlaczego, ktoś zachował się tak a nie inaczej. Dzięki zrozumieniu zachowań innych ludzi czujemy się bezpieczniejsi, możemy zrozumieć i przewidzieć nasz świat społeczny.

1. **Zachowania niewerbalne.**

**Gdy kogoś mało znamy albo widzimy po raz pierwszy jesteśmy skłonni oceniać go po wyglądzie i po zachowaniach niewerbalnych, na przykład po wyrażanych emocjach.**

Wyobrażeniao innych tworzymy szybko i bez wysiłku, jednym ze źródeł informacji są zachowania niewerbalne(mimika i ruchy ciała).

Co wiemy o innych, gdy spotkamy ich po raz pierwszy?

* to, co możemy usłyszeć - kanał komunikacji werbalnej
* to, co możemy zobaczyć - cechy fizyczne: atrakcyjność, wyraz twarzy
* kanał **komunikacji niewerbalnej -** czyli sposób, w jaki ludzie komunikują, intencjonalnie bądź nieintencjonalnie, bez słów;wskaźniki niewerbalne to:mimika, ton głosu, gesty, pozycje i ruchy ciała, dotyk i spoglądanie.

Kanały komunikacji niewerbalnej

1. **Mimiczne wyrazy emocji**

Darwin badał tę kwestię i stwierdził, że podstawowe emocje przenoszona za pomocą wyrazu twarzy są uniwersalne- wszyscy ludzie wszędzie wyrażają (lub kodują) te emocje w ten sam sposób i wszyscy potrafią zinterpretować (czy zdekodować) je z jednakową dokładnością (bo są gatunkowo specyficzne, ewolucyjne, gwarantują przetrwanie). Czy tak jest rzeczywiście?

Według Ekmana i Freisena TAK, jeśli dotyczą 6 głównych emocji: *gniewu, radości, smutku, strachu, niesmaku, zdziwienia (Patrz zdjęcie poniżej).* Zdolność do interpretowania tych emocji jest międzykulturowa, jest cechą człowieka, a nie wytworem międzykulturowego doświadczenia.



1. **Inne kanały komunikacji niewerbalnej.**

Duże znaczenie mają: kontakt wzrokowy i spojrzenie, gesty rąk i ramion. Jesteśmy biegli w rozumieniu znaczeń różnych specyficznych gestów. Takie niewerbalne gesty, które są w danej kulturze dobrze zdefiniowane; mają zwykle swoje bezpośrednie słowne odpowiedniki. Nie są one uniwersalne, każda kultura wypracowuje swoje własne **emblematy**, które nie są rozumiane przez ludzi z innych kręgów kulturowych.

Wnioski: wyrazy mimiczne emocji są uniwersalne, są odczytywane wszędzie tak samo, gdyż są one ukształtowane w toku ewolucji, natomiast emblematy, takie jak znak OK, nie są wszędzie rozpoznawalne i zależne są od kultury

1. **Różnice płciowe w komunikacji niewerbalnej.**

Kobiety są lepsze w nadawaniu i odkodowywaniu informacji niewerbalnej, ale tracą przewagę w rozszyfrowywaniu, gdy nadawca kłamie. Rosetnhal i DePaulo twierdzą, że kobiety są uprzejmiejsze niż mężczyźni i choć odczytują te informacje to ignorują je. Kobiety chcąć być bardziej uprzejme nie zauważają kłamstwa, dzieje się tak dlatego, że kobiety pełniąc rolę matki żony i opiekunki potrzebują cechy uprzejmości. **Teorii roli społecznej** Alice Eagly mówi, że różnice płciowe pojawiające się w zachodnich społeczeństwach wynikają ze społecznego podziału pracy pomiędzy płciami; prowadzi to różnic w oczekiwaniach wobec ról płciowych umiejętności związanych z płcią, które określają różnice w społecznych zachowaniach kobiet i mężczyzn. Chodzi o to, że kobietom potrzebne są umiejętności i cechy tj; komunikatywność, opiekuńczość, wrażliwość, uprzejmość, gdyż związane są one z rolami, jakie najczęściej pełnią (matki, żony itd.) w społeczeństwie, a to powoduje różnice w sferze zachowań społecznych (również niewerbalnych). Pani Hall udowodniła to badając kobiety, z krajów gdzie są najbardziej zniewolone i uciskane. Okazało się, że faktycznie w tych krajach kobiety zachowują się zgodnie ze wzorcem uprzejmości (im większe zniewolenie tym większa umiejętność przystosowania się i grzeczność)

1. **Ukryte teorie osobowości: mające funkcję wypełnianie luk w ocenie cech ludzkich.**

Ukryte teorie osobowości to schematy, które ludzie stosują, by pogrupować różne rodzaje cech osobowości. Teorie te składają się z naszych własnych przekonań o zasadach współwystępowania cech osobowości(np. jeśli ktoś jest pomocny to jest też szczery)

**Czasami zdarza się, że to, co myślimy o cechach ludzkich jest mylące, gdyż wnioskujemy o cechach na podstawie np. krótkiej obserwacji zachowania ludzi. Obrazuje to przykład zaczerpnięty ze strony przeciwprzemocy.pl autorstwa dr Moniki Fmurek**

Posłuchaj zatem pewnej historii z sali sądowej. Jej bohaterem jest pokrzywdzony – p. Andrzej, który doświadczał przemocy fizycznej i psychicznej ze strony partnerki – p. Anny. Pan Andrzej to nieatrakcyjny mężczyzna. Mówi powoli, nieśmiało, zastanawia się nad wypowiadanymi słowami, często ucieka ze wzrokiem w bok lub patrzy w podłogę.

* Mam na imię Andrzej. Skończyłem 27 lat. Obecnie nie pracuję, ponieważ staram się wrócić do równowagi psychicznej i fizycznej po tym, co mnie spotkało. Jestem ofiarą przemocy ze strony pokrzywdzonej. Przez 5 lat pozostawiliśmy w związku. Od 3 lat wszystko się zmieniło, tak diametralnie i nagle, że nadal trudno mi to zrozumieć. Nie wiem co się stało, nie ogarniam tego, co się dzieje. Anna stała się taka inna, brutalna, zimna. Nie rozpoznaje w niej tej kobiety, którą pokochałem. Była dla mnie wszystkim, tym bardziej to, co się teraz między nami dzieje, boli. Właściwie tego nie rozumiem, psycholog mi to tłumaczy. Po tym, jak zamieszkaliśmy razem, Anna zaczęła drwić z mojej pracy, a byłem wykładowcą literatury angielskiej. Najpierw w domu, a potem przy znajomych. Śmiała się, że „takich nieżyciowych, teoretyków rodem z angielskich powieści romantycznych, to trzeba potraktować po męsku i dać im lekcję życia, to im się od razu odechce tych ich bredni”. Bolało. Myślałem, że ma jakiś problem w pracy i w ten sposób odreagowuje. Próby rozmowy nie przynosiły skutku, wręcz przeciwnie. Ilekroć mówiłem, że mnie rani takimi ocenami, tylekroć krzyczała na mnie i mówiła, że może chcę się popłakać. „Płacz, ty mięczaku, no płacz”. Powinienem był wtedy odejść, lecz ją po prostu kochałem. Podczas przyjęcia dla naszych znajomych nie tylko czyniła ironiczne uwagi na temat mojej pracy, lecz także kilkukrotnie mnie popychała, nakazując zadbać o gości. Kiedy poszedłem do kuchni, coś powiedziała na mój temat, co wywołało śmiech. Nie pamiętam już co. Jak wróciłem z przystawkami, cały czas mnie pośpieszała, mówiąc, że goście czekają, by coś zjeść i mam się lepiej uwijać. Robiła przy tym taki ruch ręką, jakby wymierzała mi razy batem. Poczułem się strasznie. Powiedziała, że byle kelner by sobie z tym poradził lepiej niż ja. Widziałam jak kilka osób śmiało się ukradkiem, mówiąc „patrz, jaki pantoflarz. Widać, kto nosi spodnie w tej rodzinie. I to bardzo atrakcyjne spodnie”. Wyszedłem. Kiedy wróciłem, zamierzałem zabrać swoje rzeczy i się wyprowadzić, lecz zaczęła płakać, przepraszać i mówić, jak bardzo mnie kocha. Obiecała, że pójdziemy na terapię dla par. Ustąpiłem. To był błąd. Nie poszliśmy do psychoterapeuty. Od tego momentu, przy byle okazji, szarpała mnie, potrafiła spoliczkować, ciągnęła za włosy. Mówiła, że jestem zerem, do niczego się nie nadaję, nawet pracy porządnej nie mam i żadna mnie nie zechce. Zacząłem mieć problemy ze snem, odczuwałem lęk przed kolejnym dniem. Pojawił się mętlik w głowie. Patrzyłem na studentki i widziałem w nich Annę. Zacząłem się ich bać. Wykłady mi szły. Zapomniałem, co miałem powiedzieć. Nie poruszałem newralgicznych tematów, bo obawiałem się ich reakcji, tego, że mnie zaatakują, jak ona. Tego, bym nie zniósł. W końcu straciłem pracę – redukcja etatów. To spotęgowało przemoc ze strony Anny. Wyzywała mnie od „śmieci, nierobów, eunuchów”. Zaczęła wydzielać pieniądze. Nie miałem się dokąd wyprowadzić – wszystkie oszczędności włożyłem w mieszkanie, które kupiliśmy i dzieliliśmy. Do tego straciłem pracę. Miotałem się. Nikomu nic nie mówiłem, ponieważ wstydziłem się. No wie Sąd, mężczyzna nad którym kobieta się znęca. Ludzie tego nie rozumieją, śmieją się, obwiniają faceta. Patrzą, tak stereotypowo, że to mężczyzna powinien być macho. Z tego macho, którego oni tak chcą, to więcej łez jest wielu kobiet i więcej siniaków na ich ciele niż pożytku”. Trudno mi o tym, wszystkim mówić. Wskutek publicznego ośmieszania mnie,… drwienia ze mnie przy naszych znajomych i sąsiadach, popychania, szarpania, wielokrotnego policzkowania, gdy coś w jej mniemaniu źle zrobiłem oraz w wyniku przemocy słownej i ekonomicznej, uczęszczam na psychoterapię. Staram się wrócić do równowagi psychicznej po tym, co się stało, odbudować samoocenę. Lekarz psychiatra stwierdził u mnie depresję i dlatego zażywam leki. Cierpię też na bóle głowy i bezsenność. To wszystko, co mam do powiedzenia.

* Na salę wchodzi oskarżona – p. Anna. To drobna, atrakcyjna, młoda kobieta. Ma 25 lat, 156 cm wzrostu, 50 kilo wagi. Uśmiecha się delikatnie a jednocześnie smutno do ławników. Ten smutek podkreśla skromna, granatowa sukienka z białym kołnierzykiem i związane w kitkę włosy. Patrzy na ciebie, a jej wzrok budzi zaufanie. Gdy zaczyna mówić, już wiesz, kim ona jest. Wiedziałeś to od pierwszego momentu, gdy ją ujrzałeś. To ładna – inteligentna – miła i dobra kobieta, niezdolna by skrzywdzić choćby muchę, nie mówiąc już o swoim rosłym i dobrze zbudowanym partnerze. Jak ktoś, o takim wyglądzie i posturze mógłby kogoś uderzyć. To nieprawda.

Mogłeś/aś dzięki tej historii zaobserwować to, co często się zdarza nie tylko na sali sądowej, lecz przede wszystkim w życiu codziennym. W przeważającej mierze nie jesteśmy tego świadomi i tego nie kontrolujemy. Wydaje nam się, że posiadamy wystarczające dane na temat innych, by z całą pewnością móc powiedzieć, że są typem takiej a nie innej osoby. Mówimy to z całym przekonaniem, nie wiedząc, że większość z tych cech nie tylko sami wytworzyliśmy, lecz i przypisaliśmy danej jednostce, a teraz przez ich pryzmat ją postrzegamy i oceniamy. Tak działają ukryte teorie osobowości. Są to schematy, czyli uproszczone struktury poznawcze, które pozwalają nam kategoryzować bodźce, dzięki którym każdy z nas może zorganizować swoją wiedzę o świecie według pewnych tematów. Stosujemy je, by pogrupować różne rodzaje cech osobowości, posługując się własnymi przekonaniami o zasadach ich współwystępowania. Inaczej mówiąc, wydaje nam się, że na podstawie jednej cechy, np.: czyjeś atrakcyjności bądź jej braku, możemy przewidzieć kolejne. Uczymy się tego w procesie socjalizacji, zdobywając umiejętności językowe. Osoby dla nas znaczące niejednokrotnie przekazują i utrwalają stereotypy, np.: że ktoś brzydki to niedobry, złośliwy, zły. Dodatkowo, na bazie własnego doświadczenia, zaczynamy postrzegać osoby z np.: lekko odstającymi uszami jako złośliwe i manipulacyjne, ponieważ Krzyś z przedszkola był właśnie kimś takim.

Podsumowując. Ukryte teorie osobowości są sposobami syntetyzowania wiedzy nt. jednostki przez pryzmat pozytywnych – negatywnych cech społecznych i intelektualnych. Wpływają silnie na to, co z otrzymywanych później od danej osoby informacji zauważymy, o czym myślimy i co pamiętamy. Zawierają silny komponent kulturowy.

Proponuję, byś zastanowił/a się, czy i w jakich sytuacjach stosowałeś/aś ukryte teorie osobowości. Pomyśl również, w jaki sposób możesz zminimalizować ich oddziaływanie w przyszłości, gdy wiesz już jaki jest mechanizm ich działania.

Autorka: dr Monika Gmurek (<http://www.przeciwprzemocy.pl/ludziefundacji/monika-gmurek-ekspert-fundacji-a-r-t-przeciwprzemocy-pl/>)

1. **Atrybucja przyczyn: odpowiadanie na pytanie „dlaczego?”**

**Teoria atrybucji-**określenie sposobu, w jaki ludziewyjaśniają przyczyny tak swego zachowania jak i zachowania innych ludzi, czyli jak wnioskujemy o powodach różnych zachowań ludzi.

**Istnieją dwa rodzaje atrybucji:**

**Atrybucja wewnętrzna** wnioskowanie, że jakaś osoba zachowała się w określony sposób ze względu na swe właściwości, postawy, charakter czy osobowość(dyspozycje). Np. Stefan pobił Andrzeja, bo jest agresywny.

**Atrybucja zewnętrzna** wnioskowanie,że ktoś zachowuje się w określony sposób ze względu na właściwość sytuacji, w której się znalazł. Np. Stefan pobił Andrzeja, bo ten interesował się jego dziewczyną.

Heider stwierdził, że mamy tendencje do stosowania atrybucji wewnętrznej, kosztem zewnętrznej.

Z tym wnioskiem związany jest podstawowy błąd atrybucji, który często mam miejsce przy wyjaśnianiu swoich zachowań i zachowań innych osób.

**Podstawowy błąd atrybucji: polega na tym, że** *ludzie czynią to, co czynią, bo są tacy właśnie,* błąd polega na tym, że nie doceniamy siły wpływu sytuacji społecznej.

Przykładowo, osoba, która jest zdenerwowana, krzyczy, zostanie odebrana jako furiatka, ktoś kto nie potrafi pohamować swojej złości. Całkowicie pominięte zostanie to, że dana osoba dowiedziała się niedawno o zdradzie męża.

**Atrybucje w służbie ego.** Są towyjaśnienia, które przypisują sukcesy czynnikom wewnętrznym zależnym od dyspozycji, za niepowodzenia obwiniają czynniki zewnętrzne należące do sytuacji. Oznacza to, że sukces w pracy będziemy interpretować, jako wynik włożonej pracy, własnej pomysłowości czy, sumienności. Porażkę będziemy zaś usprawiedliwiać nieodpowiednimi warunkami pracy, brakiem czasu, niechęcią współpracy ze strony zespołu. Lubimy też winę za własne przewinienia zrzucać na innych ludzi.

Często dzieje się tak w przypadku sportowców, którzy tłumaczą swoje porażki przez użycie nieodpowiedniego sprzętu, przez warunki atmosferyczne itp.

Robimy tak, bo lubimy mieć wysoką samoocenę i chcemy sobie ją podwyższać.

Ludzie zmieniają swoje atrybucje również po, to by sobie poradzić z innymi zagrożeniami poczucia własnej wartości. Jedną z najtrudniejszych rzeczy do zrozumienia jest pojawianie się w życiu tragicznych zdarzeń takich jak gwałty, śmiertelne choroby i tragiczne wypadki.

Nawet, gdy dotyczą osób obcych, których w ogóle nie znamy, mogą wytrącić nas z równowagi. Przypominają nam, że nieszczęścia, które dotknęły innych mogą spotkać i nas. Ze wszystkich rodzajów samowiedzy najtrudniej chyba zaakceptować świadomość tego, że jesteśmy śmiertelni i że również nam może zdarzyć się coś złego. Podejmujemy więc kroki, żeby zaprzeczyć tej prawdzie. Jednym ze sposobów są atrybucje obronne.

**Atrybucje obronne** wyjaśnienia zachowania, które pozwalają tłumić świadomość tego, że się jest śmiertelnym i podatnym na zranienia.

**formy atrybucji obronnych**

* **nierealistyczny optymizm-**polega na przeświadczeniu ludzi, że rzeczy dobre przydarzą się raczej im, niż ich partnerom, a złe spotkają raczej innych niż ich samych. Studenci np. myślą, że takie wydarzenia jak rozwód czy utrata pracy nigdy im się nie zdarzą, ale mogą się zdarzyć ich rówieśnikom w przyszłości. Smutnym faktem jest to, że maltretowane kobiety również przejawiają nierealistyczny optymizm, wracając do życia z mężczyzną, który się nad nimi znęcał. Własne ryzyko oceniają jako znacznie niższe niż ryzyko maltretowanych kobiet.
* **wiara w sprawiedliwy świat-**forma atrybucji obronnej, gdzie zakłada się, że zło dotyka złych ludzi, natomiast dobro dobrych, a ludzie otrzymują to, na co sobie zasłużyli. Takie myślenie jest bardzo niebezpieczne, gdyż może powodować wnioskowanie typu ofiary gwałtu i maltretowania są same sobie winne i np. sprowokowały napastnika swoim wyglądem lub ubiorem, bo złe rzeczy zdarzają się tylko złym ludziom)

Zadania na egzamin

Znajdź w Internecie przykłady stosowania przez publicystów lub osoby udzielające wywiadów atrybucji w obronie swojego ego.

Zastanów się dlaczego czasami błędnie oceniamy niektóre osoby, podając przyczyny skorzystaj z powyżej opracowanej wiedzy.