

# Wykład 11-12

## Kontrola i bezradność społeczna

*Dariusz Doliński*  
SWPS Wrocław

# POCZUCIE SPRAWSTWA

- White i jego motywacja kompetencji
- [Zmiany następujące w kolejnych stadiach rozwoju człowieka polegają na poszerzaniu sfer wpływu w środowisku fizycznym i społecznym].
- Skuteczność – esencja rozwoju osobowości
- deCharms i jego koncepcja źródła i pionka

# Badania Langer i Rodin jako przykład doniosłości sprawowania kontroli

- Badania w domu starców (91 osób)
- (1) Grupa z możliwością wpływania na swój los
- (2) Grupa z zapewnieniem badanym pensjonariuszom pełnego komfortu przy braku kontroli
- (3) Grupa kontrolna

# Grupa 1 (kontrola)

- Decyzje o umeblowaniu pokoi
- „Jesteście odpowiedzialni za informowanie nas o wszystkich nieprawidłowościach”
- Jesteście odpowiedzialni za rozwój roślinki, która dostajecie w prezencie
- W czwartki i piątki będą wyświetlane filmy – zdecyduj czy chcesz i kiedy chcesz...

# Grupa 2 (komfort)

- Uczynimy wszystko, by Wasze pokoje były jak najlepiej i jak najsensowniej umeblowane.
- Pielęgniarki będą dbały o wszystko
- Roślinki, które dostaliście w prezencie personel ustawi w waszych pokojach i będzie o nie dbał.
- W czwartek i piątek będziemy wyświetlać filmy. Poinformujemy Cię kiedy masz przyjść...

# Grupa 3 (kontrolna)

- Żadnych oddziaływań

## Różnice między ankietą wstępną a ankietą wypełnianą po 3 tygodniach : samoocena

|                              | Grupa „kontrola własnego losu” | Grupy „komfort” |
|------------------------------|--------------------------------|-----------------|
| Ogólne zadowolenie           | + 0,28                         | - 0,12          |
| Aktywność fizyczna           | + 0,20                         | -1,28           |
| Funkcjonowanie intelektualne | + 0,29                         | -0,37           |

# Oceny dokonywane przez personel

|                                    |       |       |
|------------------------------------|-------|-------|
|                                    |       |       |
| Stan ogólny                        | +3,97 | -2,39 |
| Odwiedzanie<br>innych<br>pacjentów | +6,78 | -3,30 |
| Odwiedzanie<br>innych osób         | +2,14 | -4,16 |
| Rozmowy z<br>personelem            | +8,21 | +1,61 |



# Śmiertelność badanych po 18 miesiącach

- 15% z grupy „kontrola”
- Po 30% z grup „komfort” i kontrolnej

# POCZUCIE ZEWNĘTRZNEGO vs. WEWNĘTRZNEGO UMIEJSCOWIENIA KONTROLI

- JULIAN ROTTER
- - przekonania powstają na drodze generalizacji doświadczeń
- - raczej zabarwiają niż determinują przekonania o możliwości kontrolowania konkretnych sytuacji

# Przykłady alternatywnych twierdzeń ze skali Rottera:

- (2A) Wiele przykrych rzeczy jest częściowo spowodowanych pechem
- (2B) Nieszczęścia, jakie zdarzają się ludziom są wynikiem popełnianych przez nich błędów
- (23A) Nie mogę pojąć czym kierują się nauczyciele, wystawiając mi oceny
- (23B) Moje oceny zależą bezpośrednio od tego, jak dużo się uczę

## Osoby o wewnętrznym umiejscowieniu poczucia kontroli wzmocnień

- Hazard – raczej unikanie, racjonalność, brak *biasów*
- Aktywność polityczna – większa (wybory, protesty, marsze)
- Większa skuteczność w przekonywaniu innych, mniejsza podatność na perswazję ze strony innych.
- Palenie tytoniu
- Motywacja osiągnięć
- Konformizm

# Rodzice ludzi o wewnętrznym umiejscowieniu poczucia kontroli

- Bardziej czuli
- Bardziej konsekwentni w egzekwowaniu dyscypliny
- Bardziej nastawieni na uczenie dzieci odpowiedzialności za własne czyny
- Mniej autorytarni, mniej restrykcyjni

# Badania Sims & Baumann 1972

- Śmiertelność w czasie tornado w Alabamie i Illinois związana z LOC!!!!
- Częstość używania prezerwatyw (badania Sun)

# Burger: pragnienie kontroli

- Pragnienie kontroli jako zmienna sytuacyjna i indywidualna
- Wzorzec A zachowania i negatywne konsekwencje nadmiernej potrzeby kontroli

# MOTYWACJA OSIĄGNIĘĆ

- Hipotetyczna tendencja do osiągnięcia sukcesu (**T<sub>s</sub>**)
- $T_s = P_s$  (prawdop. sukcesu)  $\times$   $W_s$  (jego wartość)
- $W_s = (1 - P_s)$
- $T_s = P_s \times (1 - P_s)$
- $T_s$  osiąga wartość maksymalną przy  $P_s = 0,5$




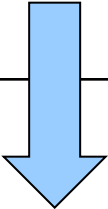
# Tendencja do unikania porażek ( $T_p$ )


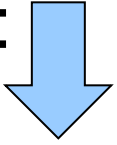
- $T_p = P_p$  (prawd. porażki)  $\times$   $W_p$  (ujemna wartość niepowodzenia)
- „Im pewniejszy sukces (łatwiejsze zadanie), tym większe poczucie klęski w przypadku porażki:  $W_p = -P_s$
- Oczywiście:  $P_s = 1 - P_p$
- $T_p = P_p \times -(1 - P_p)$
- $T_p$  osiąga maksimum przy  $P_s=0,5$  (a więc przy zadaniach średnio trudnych)

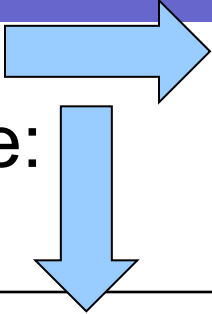
# Iluzja kontroli

- Zdarzenia kontrolowalne i niekontrolowalne
- Paradoks Pascala

# Paradoks Pascala

|                      |   |                     |                    |
|----------------------|---|---------------------|--------------------|
| Realnie<br>Sądzę, że |  | <b>BÓG ISTNIEJE</b> | <b>BOGA NIE MA</b> |
|                      |  |                     |                    |
| <b>BÓG ISTNIEJE</b>  |   |                     |                    |
| <b>BOGA NIE MA</b>   |   |                     |                    |

|   |              |             |
|---|--------------|-------------|
| Realnie <br>Sądzę, że:  | BÓG ISTNIEJE | BOGA NIE MA |
|   | <b>OK</b>    |             |
| BÓG ISTNIEJE  |              |             |
| BOGA NIE MA   |              | <b>OK.</b>  |

|                       |   |                                    |                         |
|-----------------------|---|------------------------------------|-------------------------|
| Realnie<br>Sądzę, że: |  | BÓG ISTNIEJE                       | BOGA NIE MA             |
|                       |   | <b>OK</b>                          | Drobne<br>niedogodności |
|                       |   | BÓG ISTNIEJE                       |                         |
|                       |   | BOGA NIE MA                        |                         |
|                       |   | Tragedia,<br>potępienie<br>wieczne | <b>OK.</b>              |

|                      |           |                   |
|----------------------|-----------|-------------------|
| Realnie<br>Sądzę, że | LOSOWE    | SPRAWNOŚC<br>IOWE |
|                      | <b>OK</b> |                   |
| LOSOWE               |           |                   |
| SPRAWNOŚC<br>CIOWE   |           | <b>OK.</b>        |

|                       |              |  |
|-----------------------|--------------|--|
| Realnie<br>Sądzę, że: | LOSOWE       | SPRAWNOŚC<br>IOWE                                |
|                       | <b>OK</b>    | Spore kłopoty,<br>czasem nawet<br>bardzo duże... |
| LOSOWE                |              |  |
| SPRAWNOŚC<br>IOWE     | Niedogodność | <b>OK.</b>                                       |

# Kształtowanie poczucia sprawstwa

- Doświadczanie własnej skuteczności
- Komunikaty werbalne



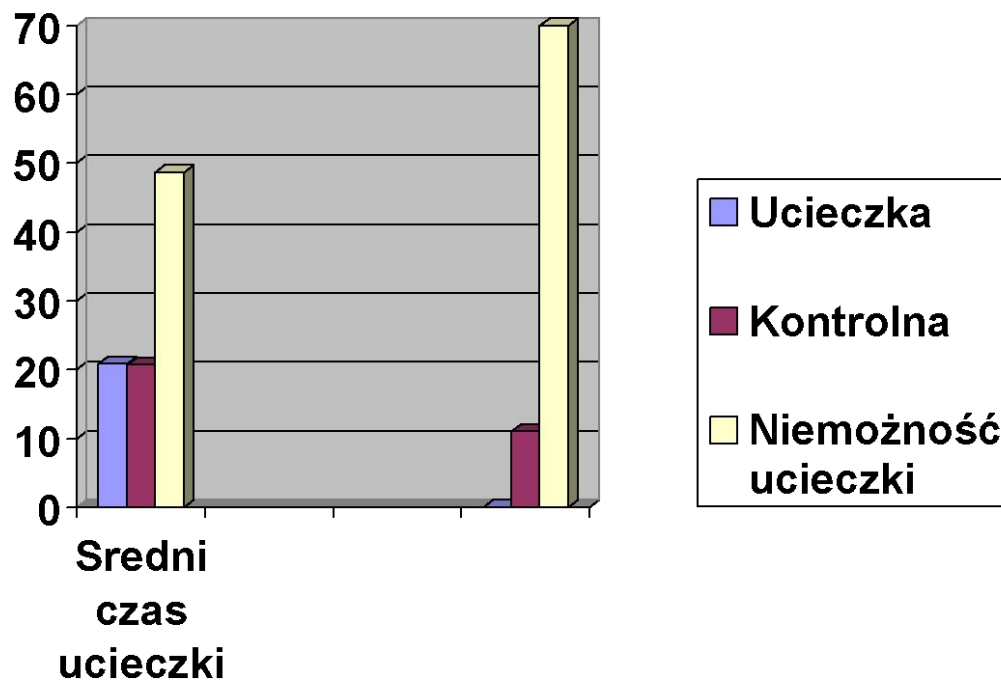
# Wyuczona bezradność

- Pierwotna koncepcja Seligmana
- Faza treningowa – pies jest poddawany wstrząsoms elektrycznym, których nie może uniknąć, ani przed nimi uciec
- Faza testowa – pies umieszczany jest w skrzynce wahadłowej (pudło przedzielone przegrodą na dwie połowy)

# Klasyczny eksperyment z 24 psami

- (1) Grupa ucieczki
- (2) Grupa bez możliwości ucieczki
- (3) Grupa kontrolna
- W grupach 1 i 2 psy w uprzężach z płytami koło głowy. Dotknięcie głowa płyty w grupie 1 – wyłączenie prądu. Psy w grupie 2 nie mają możliwości wyłączenia prądu, ale są sprzężone z psami a grupy 1

# Średni czas ucieczki w skrzynce wahadłowej i procent psów, które pozostały bierne



# Deficyty bezradnościowe

- Poznawcze (utrudnienie w nabywaniu asocjacji reakcja-wzmocnienie)
- Motywacyjne (zmniejszenie motywacji do emitowania nowych reakcji dowolnych)
- Emocjonalne (lęk a potem depresja)

# Ogólność zjawiska wyuczonej bezradności

- Psy, koty
- Myszy, gołębie, złote rybki
- Ludzie
- Także przy bodźcach pozytywnych (pożywienie)

# Wyuczona bezradność i życie

- Bycie dobrym pacjentem w szpitalu = bierność, uległość i rezygnacja z jakiejkolwiek kontroli (ufaj lekarzowi) – takie są oczekiwania i pacjentów i lekarzy.
- Filkenstein i Ramey (1977) eksperyment z niemowlakami, które mogły (vs. nie mogły) ruchami głowy sterować obrotami zawieszanej nad łóżeczkiem zabawki
- Te, które nie mogły nie opanowały tej umiejętności, (gdy już potencjalnie mogły).

# Chorpita & Barlow (1998)

„Wczesne doświadczenie ograniczonej kontroli może sprzyjać stylowi poznawczemu sprzyjającemu interpretowaniu zdarzeń w kategoriach zagrożenia (vs. wyzwania) oraz podatności na lęki”

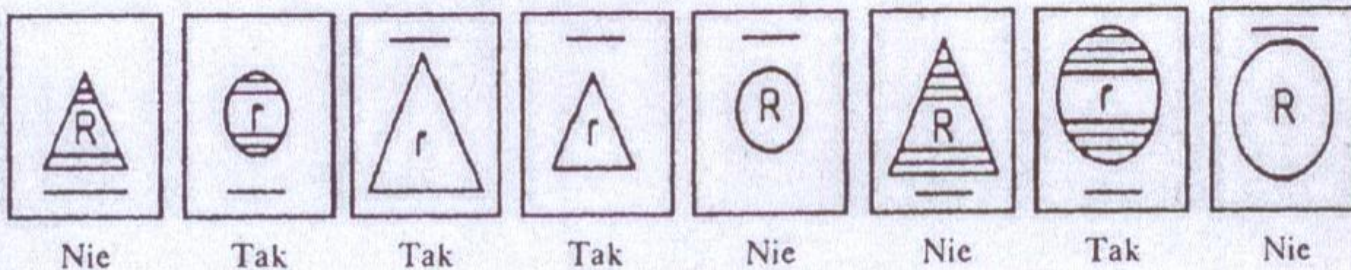
# Inne ujęcia bezradności

- Ujęcie atrybucyjne
- Przypisywanie niepowodzenia czynnikom stałym (jak brak zdolności) warunkiem wystąpienia bezradności
- Model sugestywny, ale ... nietrafny w świetle badań empirycznych
- Bezradność jako wyczerpanie poznawcze (model Kofty i Sędka)

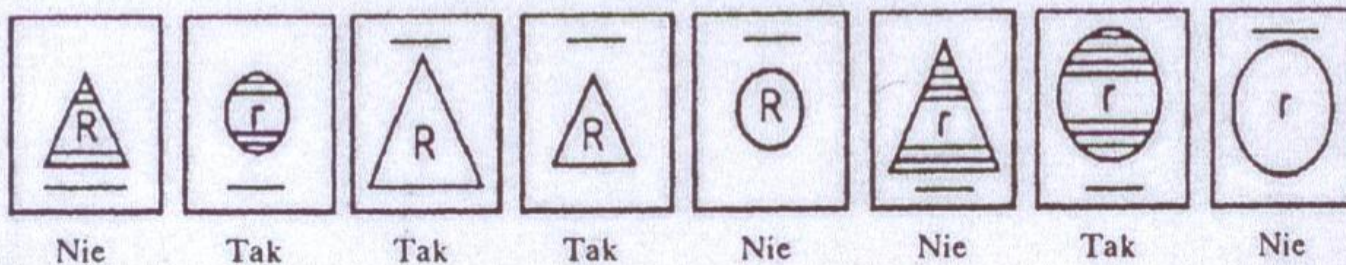


Rys. 1. Przebieg informacyjnego treningu bezradności. Pokazano kolejno eksponowane figury wchodzące w skład pierwszego zadania w Eksperymentcie 1, wraz z informacją o obecności (TAK) lub nieobecności (NIE) poszukiwanej cechy. W grupie kontrolnej litera „r” jest cechą, którą należy wykryć.

### GRUPA KONTROLNA



### GRUPA TRENINGOWA



# Faza testowa

- Unikanie przykrych dźwięków poprzez wciskanie odpowiedniego przycisku (jednego z trzech) w odpowiedzi na pojawiające się sekwencje światełek.

# Egotystyczny model bezradności (propozycja Frankela)

- Faza treningowa: zadanie trudne w dwóch grupach eksperymentalnych, łatwe - w grupach kontrolnych
- Faza testowa: zadanie przedstawiane bądź jako równie trudne, jak w fazie pierwszej, bądź – wyraźnie trudniejsze
- DEFICYTY największe w grupie eksperymentalnej, dowiadującej się, że czeka ją podobnie trudne zadanie

# Wyuczona... zaradność

- Seligman i Maier
- Najpierw psy w uprzęży z możliwością ucieczki od uderzania prądem
- Następnie: warunki w uprzęży bez możliwości ucieczki
- Finalnie: skrzynka wahadłowa
- Jeśli organizm NAUCZY się własnej skuteczności, to późniejsze niepowodzenia nie wyuczają go zbyt łatwo bezradności

# Kontrola i odpowiedzialność: Model Rothbauma

- Kontrola silnie związana z odpowiedzialnością
- Dwa wyjątki: rozproszenie odpowiedzialności i depresja
- Wystarczalność i konieczność

**WYSTARCZALNOŚĆ** to zdolność działającego podmiotu do wywołania lub wstrzymania jakiegoś zdarzenia.

**KONIECZNOŚĆ** to brak takiej wystarczalności u innych ludzi

John obserwuje  
tonącego ...

**Informacja o wielkości wystarczalności** ma większy wpływ na sąd o kontroli niż odpowiedzialności.

**Informacja o wielkości konieczności** ma większy wpływ na sąd o odpowiedzialności



W **depresji** spostrzeganie niskiej  
wystarczalności innych implikuje spostrzeganie  
własnej wysokiej konieczności

**Rozproszenie odpowiedzialności** wiąże się ze  
spostrozeganiem wysokiej wystarczalności  
innych ludzi

# Rezygnacja z kontroli osobistej

- PRZYKŁADOWE PERSPEKTYWY:
- Burger – różnice indywidualne w nasileniu potrzeby sprawowania kontroli
- Miller – hipoteza minimaksowa
- Egotystyczne podstawy rezygnacji ze sprawowania kontroli

# Paradoksalne konsekwencje iluzji kontroli

- Losowanie pytań dla innych
- Czy chcesz rzucać kostką?
- Sukces: Jeśli Ci się uda - klasa pójdzie do kina vs: Jeśli Ci się nie uda – klasa przyjdzie w sobotę pisać specjalny sprawdzian.
- Niezależnie od tego sukces- tylko 6 vs. od 2 do 6

| Prawdopodobieństwo | NATURA            | SUKCESU            |
|--------------------|-------------------|--------------------|
| sukcesu            | Uniknięcie straty | Uzyskanie korzyści |
| Niskie             | <b>43%</b>        | <b>60%</b>         |
| Wysokie            | <b>60%</b>        | <b>80%</b>         |

# Unikanie osobistego wpływu na zdarzenia kontrolowalne

- Hipoteza minimaksowa S. Miller: Ludzie zorientowani są przede wszystkim na uniknięcie maksymalnego zagrożenia
- Badanie: pierwsza faza: badany i partner testowani w szybkości reagowania na bodźce. INFORMACJA ZWROTNA: JESTEŚ LEPSZY, JESTEŚ GORSZY, JESTEŚ TAKI SAM.
- Faza druga: wybierz kto weźmie udział w drugiej części, jeśli porażka = karanie prądem was obu

# Eksperyment Burgera i wsp.

- Kto ma pobrać krew z Twojego palca?
- 75% - eksperymentator; 25% - ja sam
- Kto ma pobrać krew: ty, czy twój kolega?
- 62% - ja; 38% - kolega
- Silny związek decyzji ze skalą pragnienia kontroli Burgera i Coopera

# Strube i Berry: analogiczne efekty dla uzyskiwania korzyści

- Eksperyment: FAZA (1) test wiadomości + informacja zwrotna o kompetencjach badanego i jego partnera (+, -, =)
- FAZA (2) Nagrody za najlepszy wynik w 25 zadaniach – kogo do ilu zadań desygnujesz ?
- Różnice między płciowe – kobiety chętniej rezygnują wyłącznie z kontroli nad bodźcami awersyjnymi

# Motywy egotystyczne

- Eksperymenty, w których brak wiedzy o kompetencjach swoich i partnera wystarczającą przesłanką rezygnacji z kontroli