

# Sociální psychologie

## Sociální facilitace, sociální inhibice a sociální zahálení

Minulé prezentace byly o tom, jak je naše mysl evolucí připravena na život v sociálních skupinách.

Nyní se podíváme na to, jak se mění chování jedince, když je v přítomnosti jiných lidí.

Zabývali jsme se kognicí, nyní se bude výklad týkat ani ne tak kognice jako motivace.

Jak přítomnost jiných lidí působí na naši motivaci?



# SOCIÁLNÍ FACILITACE (SF) & SOCIÁLNÍ INHIBICE (SI)

Norman Triplett (1898): učinil první sociálně-psychologický výzkum, při němž nechal děti navíjet vlasec samotné & ve dvojicích (*soutěžily*).

Děti navíjely v přítomnosti druhých rychleji (**sociální facilitace**), některé to ovšem zcela rozhodilo (**sociální inhibice**).

Floyd Allport (1920) zjistil, že k **SF** dochází i při pouhé (nesoutěživé) přítomnosti druhých.

Později bylo vyzkoumáno, že mravenci, švábi (Zajonc, Heingartner, Herman, 1969), slepice, ryby, krysy ad. v přítomnosti druhých (stejného druhu) rychleji běží, jí či kopulují.

Někdy nás však přítomnost druhých při výkonu zcela ochromí (srov. trému). = **sociální inhibice** (Pessin, 1933)

# SOCIÁLNÍ FACILITACE & INHIBICE (SFI) – Vysvětlení jevu

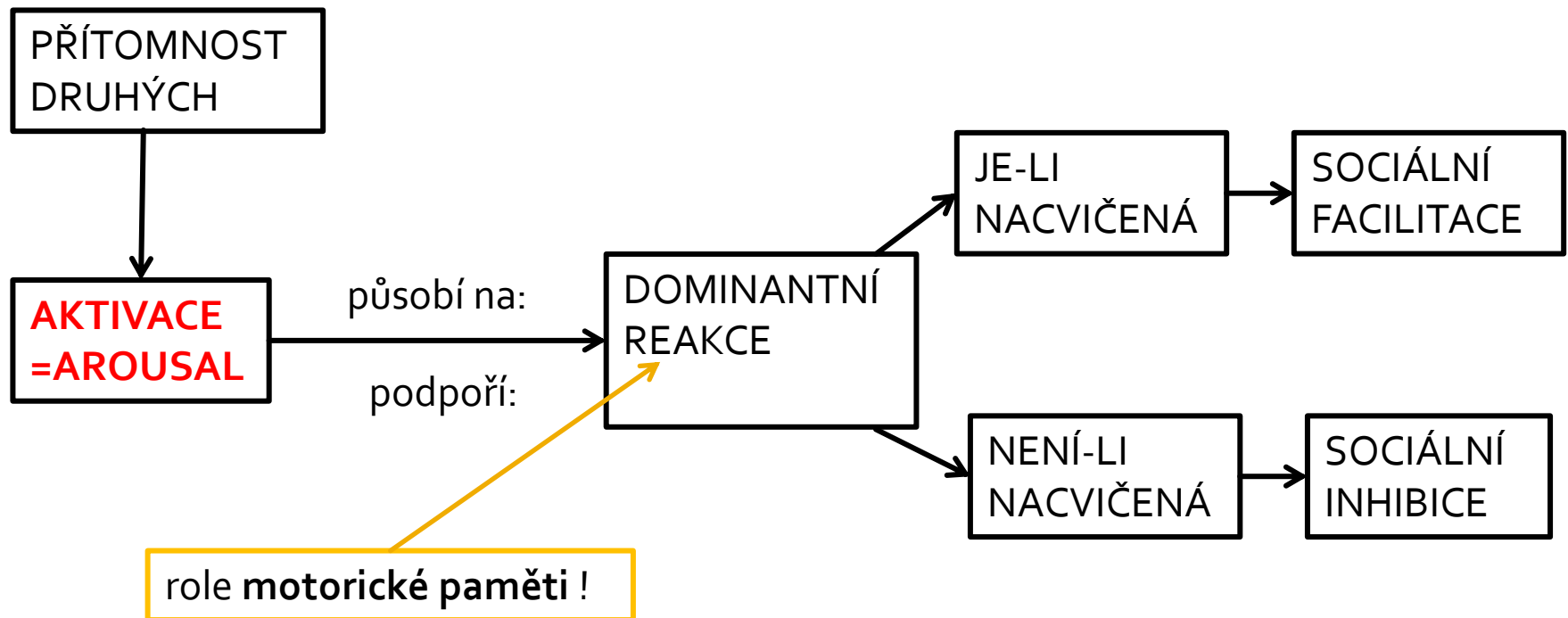
Jedna věc je zjistit, že výkon lidí je facilitován či inhibován pouhou přítomností druhých.

Druhá věc je fungování sociální facilitace vysvětlit.

Proč (a hlavně jak) by přítomnost druhých měla zvyšovat (SF) či snižovat (soc. inhibice) náš výkon?

# SOCIÁLNÍ FACILITACE - Vysvětlení

## 1. Teorie aktivace Roberta Zajonce (1956)



# SOCIÁLNÍ FACILITACE - Vysvětlení

2. **Teorie očekávání hodnocení** (*evaluation apprehension*) = **aktivace** (*arousal*) za přítomnosti druhých je založena na tom, že očekáváme, že nás druzí hodnotí (Cottrell, 1972): lidé, kteří se o nás nezajímají, nevyvolávají soc. facilitaci.

Jen u lehkých úkolů zvyšuje očekávané hodnocení výkon (u složitých úkolů zhoršuje výkon i pouhá přítomnost bez očekávání).

Kritika: Těžko však obavou z hodnocení vysvětlíme SF u švábů, mravenců apod.!

# SOCIÁLNÍ FACILITACE - Vysvětlení

3. **Teorie konfliktu pozornosti** (*distraction-conflict theory* – Sanders, Baron, Moore, 1978): přítomnost druhých odvádí naši pozornost od úkolu. Konflikt může být překonán pouze úsilím, tzn. *arousal* (a *drive*) se díky konfliktu pozornosti zvyšuje. Větší aktivace pak vede k SF u tzv. nacvičené reakce a k SI u nenacvičené reakce. Tato teorie vysvětluje i případy, kdy je SF způsobovaná třeba jen zvuky, pohyby a blikajícím světlem.



# SOCIÁLNÍ FACILITACE - Vysvětlení

4. *Self-discrepancy theory* (Higgins, 1987) – když se jedinec zabývá sám sebou jakožto objektem, vidí rozdíly mezi aktuálním já (*actual self*) a ideálním já (*ideal self*). Rozdíl (**diskrepance**) mezi výkonem a očekáváním vede k aktivaci, takže jednoduché úkoly budou podpořeny. Složitější úkoly nikoli, protože diskrepance je příliš velká, než aby se čl. o úkol pokusil.

# Příjem potravy

- V roce 1994 De Castro prokázal, že sociální facilitace ovlivňuje příjem potravy tím, že prodlužuje čas strávený jezením. Jeho výsledky ukázaly, že přítomnost rodiny a přátel ve srovnání s přítomností pouze známých od vidění zvyšuje příjem potravy ve větší míře. Muži jedli o 36% více jídla, když byli s jinými lidmi, než když byli sami, a ženy jedly o 40% více jídla, když byly s jinými lidmi, než když byly samy.

# SOCIÁLNÍ FACILITACE & INHIBICE VE ŠKOLE

Zkoušení před tabulí nebo prostě v přítomnosti druhých některé žáky inhibuje – k těm je třeba přistupovat citlivě, nikoli spartánsky.

Sociální facilitaci můžeme chápat i širěji: jako situace, kdy okolí facilite určité jednání (např. když parta provokuje člena k určitému činu).

# Social loafing = sociální zahálení



# SOCIÁLNÍ ZAHÁLENÍ

M. Ringelmann (1913) při výzkumu *tahání lana* (je to tzv. *kumulativní úkol*) zjistil, že čím větší je skupina, tím méně každý táhne (=Ringelmannův efekt).

Důvody snížení výkonu mohou být dva:

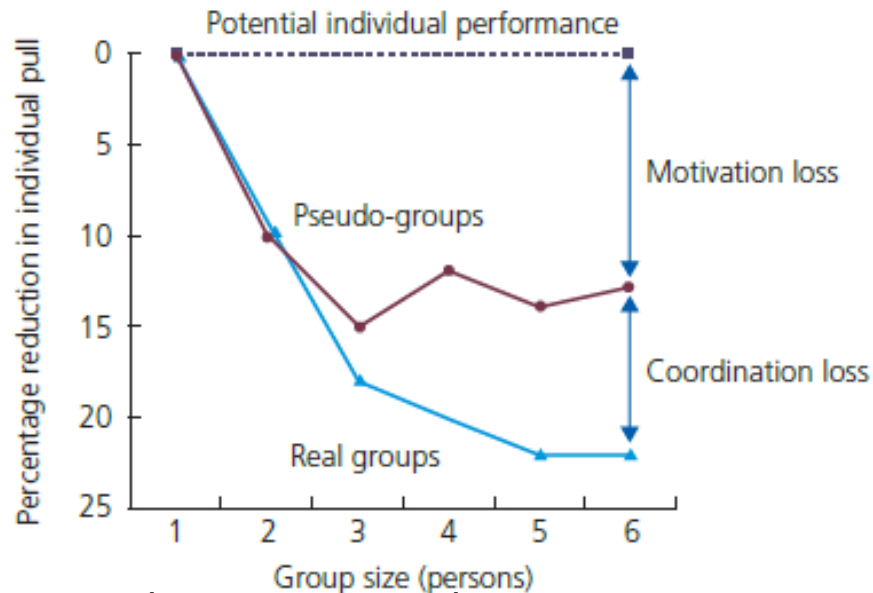
1. ztráta koordinace
2. ztráta motivace.

Výsledky jsou jiné v **reálných skupinách** (ztráta koordinace i motivace) a v **pseudoskupinách** (jen ztráta motivace).

# SOCIÁLNÍ ZAHÁLENÍ (Latané, Williams & Harkins, 1979)

Ztrátu motivace v pseudoskupinách nazval Latané a kol. (1979) **sociálním zahálením** (*social loafing*).

Experiment s křičením v reálných skupinách a pseudoskupinách (tj., kdy si lidé jen mysleli, že jsou ve skupině).



Dle Hogg & Vaughan (2010)

# SOCIÁLNÍ ZAHÁLENÍ

Ve větších skupinách dochází k rozptýlení pozornosti a navíc nelze identifikovat výkon jednotlivce.

Sociální zahálení lze v pracovních i jiných skupinách blokovat pomocí **zviditelnění výsledků**, zvýšením **motivace** ve skupině a zvýšením tlaku na **týmovost**.

