

Cuprins

Cuvânt înainte / 11

Sinele: preliminarii psihosociologice / 13

Teoriile clasice despre sine / 14

Conceptul de sine / 15

Evaluarea conceptului de sine / 16

Discrepanțele sinelui, un fenomen psihologic normal / 19

Teoria discrepanței sinelui / 19

Implicații teoretice și practice / 20

Claritatea sinelui, factor al stării psihice de bine / 25

Implicații / 26

Stima de sine, dimensiune a umanității / 32

Stima de sine: câteva precizări / 32

Stima de sine înaltă / 35

Stima de sine scăzută / 36

Ce este sociometrul? / 38

Fenomenul imposturii sau sentimentul îndoielii de sine / 42

Definiție, caracteristici / 42

Comasiunea de sine, un veritabil liant social / 47

Ce este compasiunea pentru propria persoană? / 47

Conexiuni / 50

Efectul Barnum sau validarea subiectivă personală / 54

Experimentul Forer / 54

Efectul Barnum: ipoteze explicative / 56

Conexiuni / 57

Putem reduce consecințele efectului Barnum? / 57

O strategie de gestionare a anxietății: pesimismului defensiv / 59

Valoarea adaptativă a pesimismul defensiv / 59

Limitele pesimismului defensiv / 60

Conexiuni / 61

A fi unic - o trebuință inerentă ființei umane / 64

Teoria trebuinței de a fi unici / 64

Trebuința de unicitate influențează comportamentul de consum / 65

În căutarea diferențierii optime / 66

Efectul consensului fals sau percepția în oglindă / 69

Documentarea efectului / 69

De ce ne înșelăm supraestimând numărul celor care reacționează la fel ca noi? / 71

Efectul consensului fals în viața socială / 71

Victimizarea secundară / 74

De ce avem tendința să învinovățim victima? / 74

Subminarea propriului succes: autohandicaparea / 79

Autohandicaparea: cercetări empirice și teoretizări / 80

Speranța falsă, iluzie personală și colectivă / 87

Speranța falsă / 87

După eșecuri repetate, unii oamenii continuă să speră / 89

Speranța falsă și manipularea comportamentală / 89

Efectul „Peștele mare într-un bazin mic” / 91

Efectul „Peștele mare într-un bazin mic” asupra elevilor / 91

Efectul „Peștele mare într-un bazin mic” este un fenomen psihosociologic universal / 93

Autoeficacitatea, factor al succesului / 95

Teoria autoeficacității / 96

Aplicații ale autoeficacității / 98

Complezența de sine / 101

Repere / 102

Cercetări psihosociologice / 102

Autoprezentarea, o abilitate care ne poate evidenția / 106

Abilitatea de a ne autoprezenta / 106

Autoprezentarea *on-line* / 107

Controlul de sine, predictor social / 111

Explicații / 112

Ne autoamăgim: de ce? / 117

Autoamăgirea / 117

Autodezvăluirea și „deschizătorii” / 123

Dimensiunile autodezvăluirii / 123

Teoria pătrunderii sociale / 125

Ce sunt „deschizătorii”? / 127

Autodezvăluirea *on-line* / 128

Măsurarea autodezvăluirii / 130

Imaginea de sine a românilor / 134

Glosar / 139

Bibliografie / 143