

LATVIJAS UNIVERSITĀTE

Pedagoģijas un psiholoģijas fakultāte

Psiholoģijas nodaļa

Psiholoģijas nodaļas
profesionālas organizāciju psiholoģijas
maģistrantūras programmas studentes

Olgas Cigankovas

Apl. Nr. Psih030044

Maģistra darbs

Pašapliecināšanās kā stereotipizācijas draudus mazinošs faktors

Darba vadītājs:

Asoc. prof. Ivars Austers

Rīga 2009

Satura rādītājs

Rezumējums	3
Abstract	4
Teorētiskā daļa	5
Stereotipizācijas draudi	5
Pašapliecināšanās (self-affirmation) un tās ietekme uz cilvēku darbību	10
Pašapliecināšanās ietekme uz stereotipizācijas draudiem	16
Manipulācija ar pašapliecināšanos	18
Maģistra darba pētījuma uzbūve	20
Pētījuma metode	21
Pētījuma dalībnieki	21
Instrumentārijs	22
Pētījuma procedūra	23
Rezultāti	25
Iztirzājums	27
Izmantotās literatūras saraksts	33
Bibliogrāfija	37
Pielikums	44

Rezumējums

Maģistra darba pētījuma mērķis bija pierādīt, ka pašapliecināšanās mazina stereotipizācijas draudus sievietes matemātiski - loģiskajā darbībā, kā arī noskaidrot, vai šis faktors uzlabo sievietes darbību nedraudošajā situācijā.

Ekperimentālajā pētījumā piedalījās 120 sievietes, Latvijas Universitātes PPF Psiholoģijas Bakalaura programmas studentes vecumā no 18 līdz 22 gadiem. Sievietes tika randomizēti sadalītas četrās grupās, katrā pa 30 cilvēkiem. Manipulācija tika veikta trijās grupās. Vienā tika manipulēts ar pašapliecināšanos, otrajā manipulācija tika veikta ar stereotipizācijas draudiem, trešajā gadījumā manipulācijas tika veiktas gan ar pašapliecināšanos gan ar stereotipizācijas draudiem. Vienā no grupām netika veiktas nekādas manipulācijas.

Pētījumā tika izmantota pašizveidota metodika, uz kuru tika balstīts Olgas Cigankovas 2006. gada kursa darbs un 2007. gadā izstrādātais bakalaura darbs (Cigankova, 2006, 2007). Metodika satur 7 matemātiski - loģiskos uzdevumus, kuriem ir dažāda sarežģītības pakāpe. Manipulācijai ar pašapliecināšanos un stereotipizācijas draudiem tika izveidota instrukcija un papildus uzdevums, kurā bija jāranžē 11 apgalvojumi personīgas nozīmības pakāpē.

Maģistra darbā tika noskaidrots, ka iespēja pašapliecināties mazina stereotipizācijas draudu ietekmi uz sievietes matemātiski loģiskās darbības rezultātiem. Tajā pat laikā nedraudošā situācijā iespēja pašapliecināties uzlabo sievietes darbības efektivitāti. Ņemot vērā metodoloģiju, kas var ietekmēt pašapliecināšanās efektu - manipulācijas veikšanā pirms vai pēc pašdraudiem, kā arī manipulāciju daudzveidība, minimāli ietekmē rezultātus.

Atslēgas vārdi: *pašapliecināšanās, stereotipizācijas draudi, ietekme, darbība*

Abstract

The main purpose of this word exploration is to prove that the self-affirmation reduce the stereotype threat in the women's mathematically – logical activity. The second target is to find out, does this factor improve women's activity in not threatening case or not.

There are 120 women who participated in the research. They are students at the age of 18 – 22 from the Latvian University PPF Bachelors in Psychology. The women were divided into four groups at random, 30 persons per group. Manipulation has been made in three groups. One of the groups was created to test the influence of self-affirmation on women activity, the second one – to test the influence of stereotype threat on women activity, and the third one – to test the hypothesis of the work about the self-affirmation as a factor which reduces the stereotype threat.

There was used the methodology, that was developed by the author. This methodology was also used in the course paper of Olga Cigankova in 2006 year and in the bachelor thesis in 2007 year (Cigankova, 2006, 2007). The methodology consists of 7 mathematically – logical tasks with different complexity level. There was an instruction for manipulation with self-affirmation and stereotype threats developed.

It was concluded that the possibility of self-affirmaion reduce the influence of stereotype threat on women's mathematically – logical activities' results. On the other hand, the possibility of self –affirmation improves the efficiency of women activity in not threatening case. Taking into account the methodology, which can have influence to self - affirmation effect in manipulation before or after self threats and also the manipulation, the variety have a minimum effect on the results.

Key words: *self-affirmation, stereotype threat, influence, activity*

Teorētiska daļa

Stereotipizācijas draudus un pašapliecināšanās ietekmi uz to izpausmes pakāpi, ka arī uz cilvēku darbību kopumā, ir pētījuši ārzemju sociālie psihologi. Ir tikusi pētīta stereotipizācijas draudu parādība kā tāda, kā arī citi stereotipizācijas draudu mazinošie faktori. Šajā darbā tiks veikts dziļāks ieskats uz pētāmās parādības ietekmi uz cilvēka darbību un stereotipizācijas draudiem, rēķinoties ar to, ka Latvijā šāda veida pētījumi nav veikti. Diezgan augsta ir tēmas sociālā aktualitāte sakarā ar to, ka Latvijā vēl joprojām ir plaši izplatīta stereotipizēta uzvedība pret abu dzimumu pārstāvjiem, kas mudina pievērsties šim jautājumam. Svarīgi būtu pievērst īpašu uzmanību šādai parādībai uzņēmumos (darba vietās): ja stereotipizācijas draudu ietekme uz stereotipizētas grupas pārstāvju darbu netiks mazināta, darbs netiks veikts viņu īsteno spēju līmenī, proti, kvalitatīvāk nekā draudošajā situācijā.

Pie tam šajā darbā tiks mēģināts izpētīt, vai pašapliecināšanās iespēja pati par sevi ietekmē cilvēku darbību, precīzāk, vai pašapliecināšanās iespēja varētu to uzlabot. Šīs atziņas pētnieciskais apliecinājums ir aktuāls darbības efektivitātes uzlabošanas jomā.

Pagājušajā un aizpagājušajā gadā jau tika izpētīta humora un paškategorizācijas loma stereotipizācijas draudu mazināšanā (Cigankova, 2006; Cigankova, 2007). Eksperimentāli tika pierādīts, ka humors un paškategorizācija mazina stereotipizācijas draudu negatīvo ietekmi uz matemātisko un loģisko uzdevumu pildīšanu sievietēm. Ir svarīgi izpētīt arī citus iespējamus stereotipizācijas draudu mazinošos faktorus, kas dotu lielāku izvēles brīvību stereotipu izraisošas trauksmes mazināšanai, kā arī iespēju kombinēt vairākus faktorus tās augstākai efektivitātei.

Par pamatu pētījuma veikšanai tiks ņemti Stila un Aronsona (Steele & Aronson, 1995), kā arī A. Martena, M. Džona, J. Grinberga un J. Šimela (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) veiktie pētījumi un to analīze.

Pētījuma priekšmeti: atkarīgais mainīgais – matemātisko uzdevumu pildīšanas rezultāti, neatkarīgie mainīgie – stereotipizācijas draudi un pašapliecināšanās.

Stereotipizācijas draudi

Vieni no pirmajiem hipotēzi par stereotipizācijas draudiem (stereotype threat) izvirzīja K. Stila un Dž. Aronsons (Steele & Aronson, 1995). Pēdējos gados šī parādība tika pētīta aktīvāk un pētnieki (Marx & Stapel 2006; Smith, 2004; O'Brien, 2006; Khan, 2002; Schmader & Johns, 2003) savās definīcijās mūsdienīgāk un plašāk novērtē stereotipizācijas draudu efekta būtību. Stereotipizācijas draudi ir situatīva parādība, kura izraisa cilvēkam bailes apstiprināt stereotipu, kas pastāv sabiedrībā par viņa grupu, tādā veidā traucējot

individam veikt noteiktu uzdevumu savu īsteno spēju līmenī. Stereotipizācijas draudi neparedz stereotipizētas grupas ticību stereotipam un tā pieņemšanu (Cigankova, 2007).

21. gadsimta sākumā veiktie starptautiskie pētījumi parāda, ka jautājums par studentu dzimuma rakstura atšķirību matemātiskajos un loģiskos uzdevumos ir strīdīgs (Keller, 2002; Ryan & Ryan, 2005). Piemēram, Dienvidāfrikā, Krievijā, Francijā un ASV - heterogēno kultūru savienojuma valstīs, tiek uzskatīts, ka dzimumu atšķirība matemātiskajos uzdevumos ir universāla parādība, jo nerodas līdz brīdim, kad tiek pilnībā sasniegts briedums, un mainās atkarībā no pieredzes uzdevumu risināšanā (Hyde, Fennema & Lamon, 1990, kā arī minēts Keller, 2002). Šī atziņa liek secināt, ka atšķirību pamatā ir sociālā vide, kurā cilvēks izaug, kā arī viņa paša šī jautājuma uztvere.

Iepriekš minēto atziņu teorētiskais pamatojums piedāvā gan psiho socioloģisko modeli, gan arī bioloģisko modeli parādības izskaidrošanā (Ryan & Ryan, 2005). Bioloģiskais modelis paredz smadzeņu atšķirības (Levy, 1976), hormonālas atšķirības (Broverman, Klaiber, Kobayashi & Vogel, 1968), ģenētiskos faktorus (Bock & Koiakowski, 1973), kā arī evolucionāros procesus (Geary, 1996), taču psiho socioloģiskajā modelī ietilpst iemācīta bezpalīdzība (Dweck & Licht, 1980), autonoma mācīšanās (Fennema & Peterson, 1985), gaidas un vērtības (Eccles et al., 1983). Analizējot šo pētnieku (Hyde, Fennema & Lamon; Levy; Broverman, Klaiber, Kobayashi & Vogel; Bock & Kolakowski; Geary; Dweck & Licht; Fennema & Peterson; Eccles et al.) teorijas, var secināt, ka daļējas atšķirības starp sievietes un vīriešu matemātiski loģisko uzdevumu izpildes rezultātiem var vērot daļēji abu dzimumu pārstāvju bioloģisko atšķirību dēļ, daļēji tas ir stereotipizēto uzskatu nosacītas, kas veicina trauksmi un bailes un rada darba kvalitātes samazināšanos. Stereotipu definīcijā uzsvars tiek likts tieši uz daļēju vai pārāk vispārinātu šāda veida uzskatu patiesību. Dzimuma stereotipi ir pārliecību komplekss, ieskaitot idejas par psiholoģiskām, sociālām un uzvedības atšķirībām, kas ir raksturīgas vīriešu un sievietes dzimumiem un kas var būt daļēji patiesas vai pārāk vispārinātas (Cigankova, 2005).

Spenners, Briants, Bonneau, Landermans un Tomsons (Spenner, Bryant, Bonneau, Landerman & Thompson, 2004) izdala septiņus sociālpsiholoģiskus stereotipizācijas draudu mehānismus: (1) uztraukums; (2) darba gaidas; (3) darba piedēvēšana; (4) paškavēšanas; (5) pozicionālie kultūras notikumi; (6) identifikācijas spēks un (7) naidīga apkārtējā vide, kas noteiktā mērā ietekmē cilvēka baiļu intensitāti un darbaspējas. Galvenais faktors, kas padara šīs parādības efektu negatīvu, ir trauksme. Atrodoties baiļu ietekmē, cilvēkam ir grūti paveikt noteiktu darbu savu spēju līmenī.

(1) Uztraukums un bailes, kā pirmie stereotipizācijas draudu komponenti, paredz aktīvu informācijas apstrādi un uzmanības novēršanu no uzdevuma, kas savukārt izraisa darbaspēju

samazināšanas, proti, cilvēks nespēj paveikt noteiktu darbu savu īsteno spēju līmenī (Steele & Aronson 1995; Spencer, Steele & Quinn 1999). Lai pārbaudītu šī komponenta pastāvēšanu praksē, J. V. Osborns (Osborne, 2001) piedāvāja pētāmajiem pēc testu aizpildīšanas stereotipizācijas draudošajā un nedraudošajā situācijās novērtēt šādas dimensijas pēc Likerta skalas: “sasprindzināts”, “spiedienā atrodams”, “uzbudināts/nervozs” utt., un secināja, ka stereotipizācijas draudošajā situācijā respondenti norāda uz daudz lielākām raizēm nekā nedraudošajā situācijā. Neskatoties uz to, ir arī pētījumi, kuros netiek uzrādītas atšķirības uztraukuma līmenī diagnostiskajos apstākļos esošiem respondentiem un nediagnostiskajos apstākļos esošajiem. Var pieņemt, ka pirmais uzskats par uztraukuma izteiksmi stereotipizācijas draudošajā situācijā ir ticamāks un pie tā arī jāpieturas tālāk šajā darbā, jo pirmām kārtām pētījumi, kas to pierāda, ir veikti pēdēja laikā un otrām kārtām vairākos stereotipizācijas draudu definējumos, kuri jau tika apskatīti pirmajā apakšnodaļā, sastopami komponenti – bailes, trauksme. Tas liek domāt ne tikai par šī faktora saistību ar pētāmo parādību, bet arī tā primāro funkciju stereotipizāciju draudošajā situācijā.

(2) Darba gaidas ir reālie cilvēka paša nostādītie mērķi un ar tiem saistītie vērtējumi, kas paredz viņa konkurentsipējas noteiktā darba jomā. Tās spēlē noteiktu lomu sociāli psiholoģiskajos augstāka statusa sasniegšanas modeļos. Vairāki pētnieki (Kray, Thompson & Galinsky 2001; Spencer, Steele & Quinn, 1999; Shih, Pittinsky & Ambady, 2000; Spenner, Bryant, Bonneau, Landerman & Thompson, 2004) uzskata, ka zemākas darba gaidas pastiprina stereotipizācijas draudu graužošu efektu un traucē indivīdam sasniegt augstākus rezultātus, ieņemt augstāku statusu grupā. Šis fakts pierāda to, ka ne tikai situācija un apkārtēja vide ietekmē stereotipizācijas draudu izteiksmes pakāpi, bet arī cilvēka pašvērtējums.

(3) Darba piedēvēšana ir citu uzskati par to, cik spējīgs savā darbā ir konkrēts cilvēks (Steele & Aronson, 1995). Zema darba pierakstīšana ir negatīvi saistīta ar darba efektivitāti. Tātad stereotipizācijas draudi paredz indivīda darba vērtēšanu no malas, kas atstāj iespaidu uz viņu.

(4) Kā atzīmē R. P. Brauns, R. A. Džozefs un citi (Brown & Josephs, 1999; Croizet & Claire, 1998), paškavēšanās ir cieši saistīta ar darba pierakstīšanu. Liels pētījumu skaits norāda uz to, ka saskaroties ar stereotipizācijas draudiem, cilvēki parasti neapzinās, ka tieši šī parādība ietekmē viņu spējas, bet gan pieraksta savas neveiksmes sliktajam fiziskajam stāvoklim, kā, piemēram, neizgulēšanās, vai arī netaisnīgajam testam un citiem faktoriem. K. Stils un Dž. Aronsons (Steele & Aronson, 1995) paplašināja šo skaidrojumu, uzsverot, ka paškavēšanās ir indivīda vērtēšanas līmeņa nojauta noteiktajā situācijā. Tiek pieņemts, ka paškavēšanās process ir negatīvi saistīts ar darba spējām.

J. Kellers (Keller, 2002), veicot literatūras analīzi, ir izdalījis jēdzienu „paškvēšana”, ko ir saistījis ar indivīda identitātes pakāpi. Jo cilvēka identifikācijas pakāpe ar noteiktu grupu ir augstāka, jo augstāka paškvēšanās stereotipizācijas draudu situācijā. Attiecīgi, jo izteismīgākas ir stereotipizēto uzskatu izpausmes, jo lielākā mērā šādam cilvēkam aktivizējas paškvēšanas. Lai to pārbaudītu, Kellers pētīja Vācu divu ģimnāziju studentus: 37 sievietes un 38 vīriešus, kuru vidējais vecums bija 18,7 gadi (Keller, 2002). Visi studenti, kas piedalījās pētījumā, studēja klasēs ar matemātisko novirzienu. Matemātiskajā testā, kas tika piedāvāts pētāmajiem, ietilpa 20 uzdevumi un tika piedāvāti 4 atbilžu varianti. Pēc testa pildīšanas dalībniekiem bija jānovērtē testa grūtības pakāpe, kas deva iespēju ranžēt pētāmos divās grupās. Studentiem, kuri novērtēja matemātisko testu kā sarežģītu, bija jāatbild uz jautājumiem par to, kā viņi vērtē savu ieguldījumu testa pildīšanā, kas varēja traucēt uzdevumu risināšanai un kā viņi vērtē savu darbu, salīdzinot ar citu grupas dalībnieku darbu. Paškvēšanās pakāpe tika pārbaudīta ar šādu jautājumu palīdzību: „Cik lielā spriedzē Jūs atrodaties testa pildīšanas laikā?” un „Cik lielā mērā Jūs vērtējat testu kā sarežģītu/viltīgu?”.

Pētījuma laikā tika secināts, ka identificēšanās ar noteiktu grupu stereotipizācijas draudu laikā izraisa nepieciešamību aizstāvēt savu *Es* no negatīvajiem spriedumiem, kas attiecīgi izraisa paškvēšanos.

(5) Kultūras opozīcijas teoriju izveidoja Ogbu (Ogbu's 1978, 1981, 1997, kā minēts Spenner, Bryant, Bonneau, Landerman & Thompson, 2004), skaidrojot tās darbošanās mehānismus uz rases atšķirībām akadēmiskajos uzdevumos. Viņš iekļāva kultūras opozīcijas atšķirības būtībā piespiedu un brīvprātīgās mazākuma grupās. Brīvprātīgas mazākuma grupas – tie, kas ienāca valstī meklēt darbu vai brīvību, vai ko citu, savukārt brīvprātīgas mazākuma grupas nokļuva valstī bez viņu piekrišanas un gribas, t.i., caur kolonizāciju, zemes iekarošanu utt. Salīdzinot melnās rases pārstāvjus un aziātus, Ogbu pieskaita pirmos pie brīvprātīgo, bet otros pie piespiedu mazākuma grupas. Būtiski ir tas, ka piespiedu mazākuma grupas pārstāvji ir tendēti salīdzināt sevi ar dominējošo sabiedrības grupu, attīstot uzskatus, kas ir pret dominējošo kultūru un tās vērtībām, kas aizņem daudz laika un spēka, novērš viņu uzmanību no mācībām un līdz ar to neļauj pilnībā parādīt savas spējas akadēmiskajos uzdevumos.

(6) Identifikācijas pakāpe iekļauj sevī grupas ideoloģiju un uzdevuma nozīmi indivīdam. Identifikācijas pakāpe un nozīmīgums tikt pieņemtiem kā pilnvērtīgs indivīds ar augstām spējām tajā vai citā darbā samazina stereotipizācijas draudu efektu, palielinot darba efektivitāti. Savukārt, ja identifikācijas pakāpe indivīdam ir vāja, proti, uzdevums vai arī grupas uzskati, uzvedība un viss pārējais, kas tai ir raksturīgs, viņam nav nozīmīgs, tad arī stereotipizācijas draudi ietekmē viņa darbību. Tas ir saistīts ar to, ka šādas nenozīmības dēļ

cilvēkam rodas neitrāla vai arī negatīva attieksme pret noteiktu grupu, kas savukārt veicina domas par šīs grupas negatīviem uzskatiem attiecībā pret indivīdu.

Šajā sakarā tika veikts pētījums (Pronin, Steele & Ross, 2004), kurā piedalījās 51 sieviete - Stenforda universitātes matemātisko specialitāšu studentes. Pētāmajām piedāvāja novērtēt sevi piecās skalās, kurās tika iekļautas arī dažādas apakš skalas: (1) individualitāte (konkurentspējīga, jūtīga, spējīga adaptēties, koķetējoša, emocionāla, draudzīga, analītiska), (2) saskarsmes stils (ekstraverta, agresīva, tenkotāja, uzticama), (3) interesējošas nodarbes (sarunāties ar draugiem, spēlēt sporta spēles, risināt matemātiskos uzdevumus, iepirkties), (4) nākotnes plāni (pabeigt skolu, atdot visus spēkus darbam, precēties, audzināt bērnus) u. c. Pie tam studentēm bija jāuzraksta atsevišķi, kuru gadu viņas mācās un cik matemātiskos kursus ir ņēmušas papildus mācību laikā.

Izrādījās, ka sievietes, kuras ir papildus mācījušās vairākus matemātikas kursus, noliedza stereotipizētas īpašības vai nodarbes, kuras varētu būt ar viņām saistītas, piemēram, bērnu audzināšana, iepirkšanās un koķetēšana u. c. lielākā mērā, nekā sievietes, kuras mācību laikā apmeklējušās 1 – 2 papildus matemātikas kursus. Tātad šis pētījums parādīja: jo mazāka identifikācijas pakāpe, šajā gadījumā sievietei ar matemātiku, jo lielāka mērā viņa ietekmējas no stereotipizētiem uzskatiem un līdz ar to arī no stereotipizācijas draudu efekta.

Ir vērojama identitātes cieša saistība ar šajā klasifikācijā ceturtajā punktā minēto paškavēšanos, kas apliecina, ka visi minētie faktori ir saistīti un darbojas kā viens vesels.

(7) Klimats kolektīvā vai kādā citā cilvēku grupā ietekmē katra indivīda un arī visas grupas darba kvalitāti un perspektīvas. Par klimatu tiek nosaukta pakāpe, kādā indivīds uztver apkārtējo vidi. Noteikta grupa var būt pieņemta un uztverta pozitīvi vai arī uztverta negatīvi un līdz ar to noraidīta. D. L. Osvalde un R. D. Harvijs (Oswald & Harvey, 2000) paziņo par būtisku mijiedarbību starp stereotipizācijas draudiem un eksperimentāli izsaukto naidīgu apkārtējo vidi sievietēm, pildot matemātisko testu. Naidīga apkārtējā vide šajā gadījumā negatīvi ietekmē sievietes darbaspējas matemātisko uzdevumu pildīšanā. Tā var būt, piemēram, klases audzinātājas neticība meiteņu spējām, komentāri no audzinātājas vai citu puses utt. (Cigankova, 2006).

Var redzēt, ka visi šie stereotipizācijas draudu mehānismi noteiktā mērā ietekmē cilvēka jūtīgumu pret stereotipizācijas draudiem un līdz ar to darbaspējas. Tas liecina par to, ka stereotipizācijas draudu intensitāte ir atkarīga no katra atsevišķa to mehānisma pastāvēšanas un izteiksmes līmeņa noteiktajā situācijā. Tajā pašā laikā minētie faktori ir saistīti savā starpā un ir viens no otra atkarīgi, kas liecina par to kopīgo pastāvēšanu stereotipizācijas draudu situācijā un kopīgo cilvēka darbības ietekmēšanu.

Tika veikta eksperimentu sērija, kuros bija apstiprināta stereotipizācijas draudu negatīva ietekme uz cilvēka darbību. Piemēram, studentiem piedāvāja atbildēt uz sarežģītiem eksāmena jautājumiem. Grupās, kur sievietes bija mazākumā, šī dzimuma pārstāvji tika galā ar uzdevumiem sliktāk, nekā grupās, kur sieviešu un vīriešu skaits bija vienāds, jo sievietes baidījās ar sliktu atbildi apliecināt stereotipu par zemāku intelekta līmeni nekā vīriešiem (Cadinu, Maass, Rosabianca & Kiesner, 2005).

Aronsons, Lustina, Guds, Keogs un Brauns (Aronson, Lustina, Good, Keough & Brown, 1999, kā minēts Wout, 2003) arī pētīja stereotipizācijas draudu ietekmi uz cilvēka uzvedību. Viņi piedāvāja sievietēm aizpildīt matemātisko testu, veicinot katrai no divām grupām savādākus darba apstākļus. Proti, kontrolgrupai tests tika aprakstīts kā viņu spēju nediagnosticējošs, bet eksperimentālai grupai kā tests, kurš pārbauda viņu matemātiskās spējas. Rezultāti parādīja, ka sievietes labāk tika galā ar matemātisko testu tajā situācijā, kad viņas pārliecināja par to, ka tests nav domāts viņu matemātisko spēju diagnosticēšanai, proti, stereotipizācijas draudoša situācija netika izraisīta (Wout, 2003). Pie tam tika pierādīts, ka stereotipizācijas draudošā situācijā sievietēm, risinot matemātiskos uzdevumus, nāk prātā daudz vairāk negatīvo domu par viņu spējām matemātikā un loģikā, nekā kontrolgrupā esošām pētāmajām, kad matemātiskie uzdevumi tiek risināti nedraudošā situācijā (Cadinu, Maass, Rosabianca & Kiesner, 2005)

Šie un vēl virkne līdzīgu pētījumu pierāda, ka stereotipizācijas draudi negatīvi ietekmē cilvēku uzvedību, pazeminot viņu darba efektivitāti un līdz ar to sanāk, ka cilvēki, baidoties apstiprināt noteiktu stereotipu, apstiprina to ar savas uzvedības palīdzību. Negatīvas uzvedības iemesls ir liela koncentrācija uz sevi, kuras rezultātā cilvēks bieži nespēj kārtīgi pievērsties uzdevumam. Citiem vārdiem sākot, vērtējošas situācijas rada papildus spiedienu uz stereotipu mērķiem, negatīvi ietekmējot cilvēka darbaspējas. Tiek pieņemts arī, ka stereotipizācijas draudošajā situācijā ir traucēta cilvēka motivācija, tiek izraisīta emocionālitate un mazināta vēlme izzināt (Ryan & Ryan, 2005).

Pašapliecināšanās (self-affirmation) un tās ietekme uz cilvēku darbību

Pirmais par pašapliecināšanos sāka runāt K. Stils (Steele, 1988) sociālas identitātes teorijas ietvaros. Pašapliecināšanās (self-affirmation), pēc viņa uzskatiem, ir jebkura svarīga patības aspekta apliecināšana (t.i. personīgas vērtības, īpašības). To iedala divos veidos, kas ir saistīti ar iekšējiem vai ārējiem cilvēku pašvērtējuma komponentiem. Tie ir attiecīgi – piemītoša pašapliecināšanās un ārēja pašapliecināšanās, kura veidojas pēc sociāliem standartiem (Schimel, Arndt, Banko & Cook, 2004).

Pietiekami daudz datu liecina par to, ka cilvēks dod priekšroku informācijai, kas uzrunā viņa priekšrocības vai izceļ viņa labās īpašības, nodarbes (piemēram, Brown, 1990; Sachs,

1982; Zukerman et al., 1979; Brown & Dutton, 1995; Sedikides & Strube, 1997; Taylor & Brown, 1988). Ja cilvēks saskaras ar negatīvo informāciju par sevi, piedāvātie secinājumi, fakti un pieņēmumi tiek noraidīti no patības (Breznitz, 1983; Klein & Weinstein, 1997; Lazarus, 1983, kā minēts Reed, & Aspinwall, 1998; Ditto & Lopez, 1992; Greenwald, 1980; Kunda, 1990; Pyszczynski & Greenberg, 1987; Tesser, 1988; Wyer & Frey, 1983). Patība, „Es” pēc būtības ir sociāla struktūra un rodas no sociālas pieredzes (Spencer, Fein & Lomore, 2001). Eksperimentāli tika novērots cilvēka pozitīvas informācijas par savu „Es” meklēšanas veids, kur tendence ir meklēt labvēlīgu informāciju un, kā jau tika minēts, noraidīt negatīvu. Minētais fakts saskan ar vēl 1910. gadā pētnieka V. Džeimsa izteiktajiem vārdiem: „ Es – ir, bez šaubām, ideāla izsekošana” (James, 1910, 46 lpp., kā minēts Spencer, Fein, & Lomore, 2001). Pētījumu mērķis bija saprast, kādā veidā indivīds īstenībā meklē un uztver informāciju par sevi. Šāda veida tendences tiek ietekmētas no īstenības ierobežojošiem notikumiem, kas padara tās par neadekvātas uzvedības cēloņiem (Armor & Taylor, 1998; Ditto & Lopez, 1992, kā minēts Reed & Aspinwall, 1998). Respektīvi, acīmredzama negatīvo iespaidu neitralizācijas arsenāla efektivitāte var novest pie problēmas, ka uzvedība, koncentrējoties uz šādu informāciju, rezultātā kļūst neadekvāta.

Viens no pašiem spilgtākajiem minētās uzvedības un tās potenciālo risku piemēriem ir aizspriedumaina informācijas par veselības traucējumiem uztvere. Nereti fiziskas izpausmes un medicīnisko analīžu rezultāti liecina par potenciāliem veselības graušanas riskiem, kas izraisa slimību, taču indivīds ir pārāk ātrs savos spriedumos, lai pavājinātu vai noliegtu šādas informācijas uztveri. Tas tika pierādīts eksperimentāli (Ditto & Croyle, 1995). Pie tam, kad cilvēks tiek pakļauts negatīvai informācijai, viņš pēc būtības izpēta to vairāk nekā pozitīvo informāciju, kā arī izdomā kontrargumentus un alternatīvus skaidrojumus, lai likvidētu to (Giner-Sorolla & Chaiken, 1997). Cilvēks var arī uztvert informāciju par sevi, izvēloties nepastarpināto un uz citiem attiecināmo informāciju tādā veidā, ka uztvere tiek balstīta uz viņa zemāko risku saistībā ar slimību salīdzinājumā ar citiem. Attiecīgi konkrētajā gadījumā uzvedība ir saistīta ar šāda veida informācijas uztveri var veicināt negatīvus ilglaicīgus rezultātus veselībā.

K. Stils, sociālās identitātes teorijas autors, pētot pašapliecināšanās būtību, ir koncentrējies uz procesiem, caur kuriem indivīdi atbalsta pašvērtējumu vai pašpietiekamību, ko Stils definē kā cilvēka kompetences, morālo apsvērumu un stabilitātes globālo jēgu (Steele, 1988). Stils min, ka cilvēki meklē veidus redzēt sevi kā labu, konsekventu, stabilu, ar izvēles brīvību, kas saskan ar informācijas meklēšanas un uztveres par sevi teorijām (Brown, 1990; Sachs, 1982; Zukerman et al., 1979; Brown & Dutton, 1995; Sedikides & Strube, 1997; Taylor & Brown, 1988; Spencer, Fein & Lomore, 2001).

Pētot pašapliecināšanās lomu patības sociālajā novērtēšanā, S. Dž. Spensers un kolēģi (Spencer, Fein & Lomore, 2001) analizēja arī K. Stila (Steele, 1988) minēto pašvērtējumu, kas ietilpst pašapliecināšanās būtībā. Pētnieki noskaidroja, ka indivīdi ar zemu pašvērtējumu, aizstāvot sevi, gaida vairāk negatīvu vērtējumu par savu darbu. Mazinot paškavēšanās problēmas, kad viņu darbs tiek vērots, atšķirības vērtējumu gaidās starp indivīdiem ar zemu pašvērtējumu un indivīdiem ar augstu pašvērtējumu nav. Šie rezultāti atbilst Šaugera (Shrauger's, 1972) atzinumam, ka cilvēki ar zemu pašvērtējumu zemāk vērtē savu darbu auditorijas priekšā, nekā cilvēki ar augstu pašvērtējumu (Spencer, Fein & Lomore, 2001), tajā pati laikā tiek paplašināti, uzsverot, ka zems darbības vērtējums no indivīda ar zemu pašvērtējumu puses tiek vērojams tikai tajos gadījumos, kad tiek novērota viņu darbība. Arī citi pētnieki (Gilovich, Kerr & Medvec, 1993) saprata, ka cilvēki kļūst mazāk pārliecināti par savu darbu un vairāk paškritiski, ja tiek sagaidāma atgriezeniskā saite. Tas nozīmē, ka, zinot par vērtēšanu no malas, cilvēks savā darbībā vairāk ietekmējas no ārējiem sociālajiem standartiem, kas ir ārējās pašapliecināšanās būtība. Jo zemāks ir pašvērtējums, jo lielāka ir šī ietekme, kas maina adekvāto savu spēku uztveri. Atziņas par pašvērtējuma ietekmi uz pašapliecināšanos, neņemot vērā darba vērošanas no malas apstākļus, ir pretrunīgas. No vienas puses tiek pieņemts, ka pašapliecināšanās var izsaukt lielāku attieksmes maiņu starp cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu salīdzinājumā ar indivīdiem ar augstu pašvērtējumu (Steele et al., 1993; Stone & Cooper, 2003; Creswell, Welch, Taylor, Sherman, Gruenewald & Mann, 2005). Respektīvi uztverta trauksme mazinās. Citi pētnieki apgalvo, ka pašapliecināšanās efektu manipulācijas ir vienlīdzīgas gan cilvēkiem ar augstu, gan cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu (Spencer, Fein & Lomore, 2001). Attiecīgi pašvērtējuma pakāpe neietekmē pašapliecināšanās procesu.

Īpašības, ko savā teorijā par pašapliecināšanos min K. Stils (Steele, 1988), pieder, pēc viņa domām, cilvēkam, kas spēj virzīt savas dzīves rezultātus. Analizējot iepriekš minētos pētījumus (Shrauger's, 1972; Gilovich, Kerr & Medvec 1993; Spencer, Fein & Lomore, 2001), var secināt, ka darbības rezultāti ir lielā mērā atkarīgi no tā, kā ir attīstīts pašvērtējums un pašpietiekamība. Šajā gadījumā, ja pašvērtējums ir augsti attīstīts, tad indivīds, kā jau tika minēts, ir vairāk pārliecināts par savu darbu. Kad indivīds piedalās uzvedībā, kura nav konsekventa ar viņa attieksmi, nesaskaņota uzvedība un attieksme rada iekšējo konfliktu, nevis nekoncekvences pēc būtības dēļ, bet gan saistībā ar to, ka šī parādība grauj cilvēka pašvērtējumu (Thibodeau & Aronson, 1992). Agrīno pašapliecināšanās pētījumu rezultāti liecina par attieksmes maiņu pēc pretrunīga notikuma (Simon, Greenberg & Brehm, 1995; Steele & Liu, 1983, kā minēts McQueen, & Klein, 2006). Var rasties situācija, kad izvēlēts apliecinājums ir neveiksmīgs (Galinsky, Stone & Cooper, 2000). Tāpat liecība pieņem, ka

pašpazīmju, kas ir saistīti ar pašdraudiem, apliecināšana var palielināt domstarpības. Eksperimentāli ir pierādīts, ka pašizpratnes apstiprināšana mazina uzvedību, kas tipiski paredz nesaskaņu vājināšanu (Steele, 1975; Steele & Liu, 1981, 1983; Steele, Spencer & Lynch, 1993, kā minēts Reed & Aspinwall, 1998). Piemēram, Stils un Liu (Steele & Liu, 1983, kā minēts Reed & Aspinwall, 1998) piedāvāja pētījuma dalībniekiem lasīt eseju par to, ka tika samazināts finansējums studentu invalīdu grupām. Vēlāk pētāmajiem tika piedāvāts aizpildīt anketu par viņu politiskajām un ekonomiskajām vērtībām, kur šīs vērtības bija jāvērtē Likerta skalā. Dalībnieki tika izvēlēti tā, lai puse no viņiem uztver minētās vērtības stipri personiski un puse vāji personiski. Tika pierādīts, ka pētījuma dalībnieki, kuri akceptēja vērtības kā sev svarīgas, neparādīja tipisku pašattaisnojošas uzvedības paraugu, kas tiek atrasts daudzās iekšēja konflikta teorijās un pētījumos. Minētājā Stila un Liu (Steele & Liu, 1983, kā minēts Reed & Aspinwall, 1998) pētījumā, pašpazīme ir līdzjūtība, pašdarudi – esejā minētā informācija par finansējuma samazināšanu studentiem invalīdiem.

Pētījuma rezultāti noveda Stilu (Steele, 1988) pie secinājuma – rezultāti, kas panākti, lai noteiktu pašizpratnes apstiprināšanos, var būt efektīva stratēģija, lai samazinātu domas, kas sagroza aizstāvēšanas mehānismus, tādus kā atspēkojums, pašattaisnošanas un modernizācija, kas mudināja pētniekus paplašināt sociālas identitātes teoriju (Steele, Spencer & Lynch, 1991). Ņemot vērā, ka pozitīvas pašapliecināšanās šķērslis ir attieksmju un vērtību nesaskaņas ar uzvedību, pētnieki uzsver, ka pretrunīgas uzvedības apstākļos katram indivīdam ir izvēle - mainīt attieksmes un vērtības vai attiecīgi mainīt uzvedību. Nesaskaņas vērtībās un uzvedībā ir spēcīgs faktors, kas prasa apziņas pašapliecināšanos (piem., Grube et al., 1994; Festinger & Carlsmith, 1959 kā minēts Watson, Papamarcos, Teague & Bean, 2004). Citi pētnieki (Wiesenfeld et al., 1999 kā minēts Watson, Papamarcos, Teague & Bean, 2004) pierādīja, ka pašapliecināšanās procesi veidojas arī tad, ja eksperimenta dalībnieki tiek nostādīti uzvedībai draudošos apstākļos, nezinot iespējamus rezultātus un to perspektīvu. Kā piemēru var minēt aktieru darbu, bieži viņi var saprast savas uzvedības jēgu, pēc tās izpildīšanas, jēgas interpretācijas un veidošanas laikā (Kristiansen & Zanna, 1994; Weick, 1995, kā minēts Watson, Papamarcos, Teague & Bean, 2004). Šajā salīdzinājumā var redzēt, ka cilvēkam rodas iespēja atkārtoti un pamācoši attīstīt notikumus, saistītus ar vērtībām, kas atbalsta patību – indivīda “Es”. Pēc K. Stila teorijas paplašināšanās var secināt, ka cilvēki pārveido vērtību struktūru, lai nostiprinātu pozitīvo pašapliecināšanos un pastiprina personisko pašpietiekamību, kura veido pozitīvu pašvērtējumu.

Tika veikts pētījums (Reed & Aspinwall, 1998), kura galvenā hipotēze bija: manipulācija ar pašapliecināšanos mazina vai pilnībā maina gaidāmo aizspriedumaino informāciju, par veselības risku starp indivīdiem, kas bieži lieto kofeīnu, apstrādes paraugu.

Studentes tika izvēlētas, pamatojoties uz mācību gada sākumā veikto aptauju par kofeīnu saturošo dzērienu lietošanas biežumu. Grupa ar zemu kofeīna lietošanas daudzumu tika izveidota, vadoties pēc principa, ka tajā jāiesaista sievietes, kas lieto kofeīnu saturošus dzērienus vienu reizi dienā vai vispār nelieto, attiecīgi grupā ar lielu kofeīna lietošanas daudzumu ietilpa respondentes, kas lietoja šos dzērienus divas vai vairākas reizes dienā. Medicīnā ir pierādīts, ka, dzerot divus vai vairāk kofeīnu saturošos dzērienus dienā, cilvēks grauj savu veselības stāvokli - kofeīns izraisa dažādas slimības. Tieši šis fakts tika ņemts grupu izveidošanas pamatā pētījuma laikā. Dalībnieki tika brīdināti, ka pētījuma mērķis, saistībā ar paaugstināto uzmanību par veselības problēmām, ir izpētīt, kā respondentes vērtē noteiktas slimības iespējamību attiecībā uz viņām. Sieviešu galvenais uzdevums bija izlasīt rakstu par slimībām, kuras izraisa kofeīna lietošana, taču ne rakstos, ne no pētnieka puses nebija minēts, ka slimības izraisa kofeīna saturošo dzērienu lietošana. Pēc raksta izlasīšanas sievietēm tika piedāvāts aizpildīt anketas, kur skalā no 1 līdz 7 bija jānovērtē, cik lielā mērā šī slimība var rasties konkrētai respondentei. Pašapliecināšanās manipulācija tika panākta ar uzdevumu, kas tika veidots ar nejausības pieskaņu, imitējot traucējumu novēršanas nepieciešamību datorā. Attiecīgi, kamēr notika imitācija, tika piedāvāts 10 apgalvojumu tests, kurā bija jāatzīmē, vai konkrēts apgalvojums piemīt respondentēm. Apgalvojumu būtība bija saistīta ar īpašību – labsirdīgums, kas tika izvēlēta kā viena no svarīgākajām cilvēka rakstura vērtībām. Pētījuma laikā tika novērots, ka grupas ar biežo kofeīna lietošanu dalībnieki pašapliecināšanās ietekmē ir tērējuši vairāk laika, lasot rakstu par veselības riskiem nekā par neitrālo rakstu. Tika secināts arī, ka cilvēki, kuriem tuvākajā laika sprīdī bija novēroti pozitīvie notikumi dzīvē, ievēro noderīgo negatīvo informāciju par viņu uzvedības riskiem bez aizspriedumu iekļaušanas (Reed & Aspinwall, 1998).

Šie rezultāti liecina par saistību starp pozitīvo informāciju vai notikumiem un pašatbilstošas informācijas apstrādes noliegšanu. Tātad pozitīvie notikumi vairāk atver cilvēkus informācijai, kura atšķirās no viņu esošās uzvedības un vērtībām. Tas var būt noderīgs indivīda efektīvai pašregulācijai un problēmu risināšanai.

Ir redzams, ka pētījuma rezultāti ir saistīti ar K. Stila (Steele, 1988) teorijas apgalvojumiem: pētījuma dalībnieki, kuri izrādīja pašsapatni, iepazīstoties ar informāciju par veselības risku, neparādīja pašattaisnojuma risku informācijas apstrādes laikā. Atceroties K. Stila (Steele, 1988) pašapliecināšanās teorijas apgalvojumus, jāmin: darbojoties neatbilstoši pašizpratnei, to apliecinot, var mazināt tendences attaisnot nesaskaņas.

Minētais pētījums paplašināja skatījumu uz pašapliecināšanās jēdzienu. Šo secinājumu var izdarīt pēc Marka Rida un Lizas Aspenvalas (Reed & Aspinwall, 1998) pētījuma par pašapliecināšanās apkopojumu, kurā autori secina, ka iepriekšējie pētījumi par

pašapliecināšanās parādību tika veikti ar atkarīgu mainīgo lielumu – nesaskaņas ar pašattaisnojošu attieksmi. Piemēram, vienā no šādiem pētījumiem (Steele & Liu, 1983, kā minēts Reed & Aspinwall, 1998) dalībniekiem tika lūgts apliecināt vērtības, kas ir tuvas vai nepiemīt cilvēka patībai – „ES”. Tas attiecīgi nozīmē, ka daļai no dalībniekiem netika apliecinātas pozitīvas vērtības. Taču minētais autoru pētījums (Reed & Aspinwall, 1998) aptver pašattaisnošanās uzvedībā mazināšanu, kas skar negatīvo informāciju, kā arī pret aizspriedumu pašatbilstošas informācijas apstrādi.

Jāmin vēl viens svarīgs minētā pētījuma (Reed & Aspinwall, 1998) mērķis – pārbaudīt pašapliecināšanās ietekmi uz veselības risku uztveri un tālāk ejošo uzvedību. Tika secināts, ka pašapliecināšanās paaugstina pašizpratni, par kuru runā arī K. Stils (Steel, 1998), ar tādu metožu palīdzību, kas rada papildus faktiskus vai uztveramos resursus, lai tiktu galā ar veselības vai labklājības riskiem. Šāda risku uztvere savukārt rada kontroli, kas samazina veselības risku izraisīto uzvedību.

Daudzu pētījumu analīzes ietvaros E. Makkuin un U. M. R. Klain (McQueen & Klein, 2006) secināja, ka pašapliecināšanās var būt mazāk efektīvs faktors hroniskās nesaskaņas veicinošai uzvedībai, piemēram, pīpēšana, alkohola lietošana, kam cilvēki jau ir attīstījuši aizsardzības stratēģijas.

Citi pētnieki, kā, piemēram, A. Martens, M. Džons, J. Grinbergs un J. Šimels (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006), pētot pašapliecināšanas ietekmi uz stereotipu draudiem, vēroja arī to, vai šī parādība kaut kādā veidā ietekmē cilvēka darbību nedraudošā situācijā, bez iespējamiem riskiem, un saprata, ka pašapliecināšanās nepalielina darba efektivitāti parastajā situācijā. Šis eksperimentālā veidā iegūtais fakts daļēji nesaskan ar šajā nodaļā apskatītajām teorijām un pētījumiem, jo tiek minēts, ka pašapliecināšanās bez draudiem ietekmē cilvēka pašvērtējumu. Neskatoties uz to, ka atziņas par pozitīva pašvērtējuma darba uzlabošanu ir pretrunīgas (Steele et al., 1993; Stone & Cooper, 2003; Creswell, Welch, Taylor, Sherman, Gruenewald & Mann, 2005; Spencer, Fein & Lomore, 2001), tomēr ir pētījumi, kas liecina, ka pašapliecināšanās var izsaukt lielāku attieksmes maiņu, starp cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu salīdzinājumā ar indivīdiem ar augstu pašvērtējumu. Respektīvi trauksme mazinās, kas attiecīgi ietekmē viņu darbību.

Tātad pašapliecināšanās, kā tiek gaidīts, mazina psiholoģisko disharmoniju, kas saistīta ar iekšējo konfliktu, ņemot vērā, ka faktiskā problēma vai nesaskaņas iemesli netiek pilnībā atrisināti vai noraidīti. Cilvēki, iespējams, necenšas noraidīt katrus draudus, taču pieņem vai atzīst dažus, kamēr viņu globālais pašvērtējums paliek pozitīvs. Pašapliecinājuma lielums var būt atkarīgs no draudu svarīguma vai lieluma un esošiem vērtējumiem - no pašvērtējuma. Pašapliecināšanās var būt resurss, lai tiktu galā, kad patība tiek apdraudēta, taču tā nav

vienkārši pozitīva īpašība vai pašapzināšanās aktivācija (Steele & Liu, 1983, kā minēts McQueen & Klein, 2006). Attiecīgi, lai mazinātu nesaskaņas, individuālām vajadzībām jāpiedalās vienīgajā kopējā pašvērtējuma apliecinājumā. Nedraudošas situācijas gadījumā pašapliecināšanās ietekmi uz cilvēka uzvedību var aplūkot no pašvērtējuma rakursa, kur pašapliecināšanās var izsaukt lielāku attieksmes maiņu cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu. Taču šis jautājums ir vēl pārbaudāms, rēķinoties ar to, ka dažos pētījumos ietekme netika novērota (piemēram, Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006).

Pašapliecināšanās ietekme uz stereotipizācijas draudiem

Teorijas un pētījumi, kas attēloti šajā darbā, sniedz informāciju par to, ka stereotipizācijas draudu apstākļi - situatīva parādība, kura izraisa cilvēkam bailes apstiprināt stereotipu, kas pastāv sabiedrībā par viņa grupu, samazina cilvēku darbības efektivitāti.

Pēc sociālas identitātes teorijas (Steele, 1988) cilvēkam ir tieksme sevi uztvert kā vienu veselumu, tā ir tā saucamā pašpietiekamība. K. Stila (Steele & Aronson, 1995) uzsver, ka stereotipizācijas draudi ir draudi cilvēka pašpietiekamībai, kas savukārt draud adekvātai adaptīvai un morālai pašuztverei. Šīs autores un viņas kolēģu pētījumi pierādīja, ka pašpildības draudi var tikt atviegloti, kad cilvēkiem pirms uzdevuma veikšanas procesa piedāvā pieeju alternatīvajām pozitīvajām koncepcijām par sevi, kas atjauno sevis izprašanu. Proti, kad sievietēm stereotipizācijas draudošā situācijā liek risināt matemātiskos uzdevumus, viņu rezultāti ir zemāki nekā vīriešiem, tomēr, kad pirmajām liek saprast, ka uzdevumi tiek pildīti ar mērķi apliecināt viņu pašiztēlošanos akadēmiskajā jomā, viņu darba spējas palielinājās un uzlabojās.

Arī A. Martens, M. Džons, J. Grinbergs un J. Šimels (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) min, ka aizstāvēšanās reakcijas uz situācijām, kas draud pašpietiekamībai, var mazināt vai novērst, koncentrējoties uz alternatīvajiem ceļiem uz pašapliecināšanos – cieņas pašvajadzības. Summējot pašapliecināšanās pētījumu rezultātus, pētnieki saista tos ar ideju par pašpietiekamību, ko min Stils (Steele, Spencer & Lynch, 1991), paplašinot to. Pašpietiekamība ir fundamentāla. Kad tā tiek apdraudēta, draudi netiek uztverti pēc būtības, bet gan ir problēma pašpietiekamības globālajām jēgas vērtībām. Līdzīgā veidā tiek nostādīta pašpietiekamības jēga, kura tiek apdraudēta, lai kalpotu par izšķirošo komponentu stereotipizācijas draudu situācijas veidošanā. Kad darbs, saistīts ar pašpietiekamības izjūtu, ir pārpildīts ar pārspīlētu jēgu, kļūdas iespējamība paaugstina trauksmi darbības procesā. Iekšēja konflikta trauksmi var mazināt pašapliecināšanās.

A. Martens un kolēģi (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) pētīja iespēju mazināt stereotipizācijas draudu efektu sieviešu matemātiskajā darbībā, iesaistot pašapliecināšanos. Pētījuma dalībnieki bija 77 sievietes un 70 vīriešu dzimuma pārstāvji,

psiholoģijas nodaļas studenti. Sievietes tika randomizēti sadalītas trijās grupās: ar nediagnostiskiem kontroles pētījuma apstākļiem, ar stereotipu draudu efekta apstākļiem un ar stereotipizācijas draudu efekta apstākļiem, iekļaujot pašapliecināšanās iespēju. Vīrieši tika salīdzināti divos apstākļos: nediagnostiskajos pētījuma kontroles apstākļos un stereotipizācijas draudošajos apstākļos. Stereotipizācijas draudu efekts tika panākts eksperimentatora runā, kurā viņš uzsvēra ar pētījuma mērķi izprast problēmu ar matemātiskiem uzdevumiem sievietēm un ar spriešanas procesiem vīriešiem būtību. Pie tam testā dalībnieki tika aicināti veikt vairāk spēka, pildot uzdevumus, lai precīzi izprastu viņu ierobežojumus.

Pašapliecināšanās tika vadīta, izmantojot procedūru, kas balstās uz 11 īpašību un vērtību novērtēšanu svarīguma pakāpes kārtībā (Sherman et. all, 2000). Punkti ietver tādas īpašības kā humora izjūta, radošais potenciāls, fiziskā pievilcība, sociālās dotības un tuvas attiecības (ar ģimeni un draugiem). Svarīgi ir minēt, ka pēc ranžēšanas respondentiem eksperimentālajā grupā bija jānorāda iemesli īpašību secībai, kas bija attiecināmas pirmajai vietai, taču kontroles grupā - devītajai vietai sarakstā. Savos pētījumos par pašapliecināšanās izteiksmes ietekmi uz stereotipizācijas draudu efektu pētnieki saprata, ka gadījumā ar matemātisko testu sievietes pašapliecinoties labāk risina uzdevumus.

Dž. Šimels, Dž. Arndts, K. M. Banko un A. Kuks (Schimel, Arndt, Banko & Cook, 2004) arī savu pētījumu vidū izvirzīja hipotēzi par pašapliecināšanās pozitīvo ietekmi uz stereotipizācijas draudiem un matemātikas testa risināšanas rezultātiem sievietēm. Pētnieciskas darbības tika veiktas ar 46 sievietēm – psiholoģijas nodaļas studentēm, ar iespēju saņemt papildus kredītpunktu psiholoģijas studiju noteiktajos priekšmetos. Dalībnieces lūdza pabeigt atvērto jautājumu, kurā viņām bija jāapraksta stereotipu par sieviešu matemātiskajām spējām. Pēc tam bija jānorāda līmeni, līdz kuram viņas pašvērtējumu investē akadēmiskajā darbā, vērtējot to no 1 līdz 9 Liketa skalā. Pētījumam tika izvēlētas dalībnieces, kuras atbildēja pareizi uz uzdoto jautājumu – sievietēm ir vājas spējas matemātikā un novērtēja pašvērtējuma investīcijas augstāk par vidējo balli – 5. Respondentes randomizēti sadalīja pa grupām ar nosacījumiem – stereotipizācijas draudoša situācija vs. nedraudoša situācija, pašapliecināšanās piemītoša vs. ārēja. Stereotipizācijas draudoša situācija tika panākta ar instrukcijas palīdzību, kur pētāmajām sievietēm tika paskaidrots, ka pētījuma mērķis ir uzzināt to, cik spēcīgas ir viņu spējas matemātiskajā testā. Manipulācijas ar pašapliecināšanos laikā tika paredzēts, ka sievietēm bija jāsarunā 12 pašapzīmējumus (mākslinieks, jautrs cilvēks, atlēts, students, medmāsa, dakters, advokāts, matemātiķis, inženieris, zinātnieks) to svarīguma kārtībā. Izveidot teikumus no pašvērtējumiem, kuriem tika piešķirtas visaugstākās balles bija kā papildus uzdevums. Piemītošas pašapliecināšanās grupā teikumi bija izstrādāti tā, lai viņu visaugstāk novērtētais pašvērtējums nebūtu saistīts ar sociālajiem

standartiem un uzvedības neparedzamiem apstākļiem. Savukārt grupā ar ārējo pašapliecināšanos teikumus izstrādāja tā, lai fokusētu pētāmos uz viņu nejaušo pašapzīmējumu vērtējuma izvēli. Eksperimentāli tika pierādīts, ka pašapliecināšanās iespēja mazina aizsardzības traucējumus, kas paaugstina darba spējas uzdevumos, kuri var draudēt pašvērtējumam. Pie tam tika izdarīti papildus secinājumi, kas atbilst iepriekš teikto eksperimentālo pētījumu atzinumiem (piemēram, Beck, Koons & Milgrim, 2000; Zuckerman, Kieffer & Knee, 1998). Paškvēšanās pierakstīšanai izmantošana negatīvi korelē ar pareizam atbildēm. Pētījuma dalībnieki, kuri pašapliecinājās piemītoši, mazāk ieciklējās uz paškvēšanās piedēvēšanu viņu darbam un efektīvāk veic darba uzdevumus. Pretēji dalībniekiem, kuri apliecināja ārējo pašapliecināšanos, ietekmējoties no liela paškvēšanās piedēvēšanu skaita, matemātiskajā uzdevumā bija daudz mazāk pareizo atbilžu. Visticamāk šo parādību var sasaistīt ar to, ka ārējā pašapliecināšanās vairāk ir raksturīga cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu, kuriem mainās adekvāta savu spēku uztvere viņu darba novērošanas laikā, kas jau tika parādīts iepriekšējā nodaļā.

Emijs Makvīns un Viljams Kleins (McQueen & Klein, 2006), analizējot 69 pētījumus, kuros tika pētīta pašapliecināšanās ietekme uz cilvēka uzvedību draudošajā situācijā, saprata, ka lielākā to daļa norāda uz pašapliecināšanos kā parādības, cilvēka darbības uzlabošanu, taču bija arī 3 eksperimentālie pētījumi, kuros netika atrastas atšķirības starp eksperimentālo un kontroles grupām (piemēram, Creswell at. all, 2005). Šie pētījumi skaitliski neietekmē kopējo secinājumu, pie tam pētnieku papildus secinājums pētījumu analīzes laikā ir - pašapliecināšanās salīdzinājumā ar citiem faktoriem (piemēram, humors, pašpietiekamība) ir faktors draudošajā situācijā, kas vairāk konsekventi pozitīvi ietekmē cilvēka attieksmi, līdz ar to arī darbību.

Tātad, eksperimentāli tika pierādīts, ka pašapliecināšanās uzlabo cilvēku darbību stereotipizācijas draudošajā situācijā. Aplūkojot pašapliecināšanās ietekmi uz cilvēka uzvedību stereotipizācijas draudošajā situācijā, Dž. Šimela, Dž. Arndta, K. M. Banko un A. Kuka (Schimel, Arndt, Banko & Cook, 2004) teorijā par pašapliecināšanās diviem veidiem ietvaros tiek pierādīts, ka piemītošas pašapliecināšanās gadījumā cilvēki mazāk aizdomājas par paškvēšanas piedēvēšanu viņu darbam un efektīvāk veic darba uzdevumus. Pretēji rezultāti tiek panākti ar ārējo pašapliecināšanās iespēju. Tika secināts arī, ka pašapliecināšanās salīdzinājumā ar citiem faktoriem (piemēram, humors, pašpietiekamība) ir faktors draudošajā situācijā, kas vairāk konsekventi pozitīvi ietekmē cilvēka attieksmi, līdz ar to arī darbību.

Manipulācija ar pašapliecināšanos

Apskatot pat nelielo pētījumu skaitu, var redzēt, ka, pētot gan pašapliecināšanās ietekmi uz cilvēka uzvedību kopumā, gan uz stereotipu draudiem kā parādību, kura ietekmē cilvēku

uzdevumu veikšanas spējas, tiek izmantotas dažādas manipulāciju variācijas, lai eksperimentālā veidā panākti pašapliecināšanās efektu. Tika veikta 278 eksperimentālo pētījumu analīze, kas palīdzēja saprast manipulāciju tendences un efektivitāti (McQueen & Klein, 2006). No atrastajiem eksperimentālajiem pētījumiem tika izslēgti: (1) pētījumi ar ekvivalentiem salīdzināšanas apstākļiem, kas neskar tieši pašapliecināšanās manipulāciju (piemēram, Boney-McCoy, Gibbons & Gerrard, 1999; Kaplan & Krueger, 1999; McGregor, Zanna, Holmes & Spencer, 2001), (2) pētījumi, kuru laikā netiek radīti pašdraudi, taču stratēģijas, kas rada pozitīvo pašvērtējumu (piemēram, Harber, 2005; McGuire & McGuire, 1996), (3) pētījumi, kuros izmanto manipulāciju, kas izsauc pašpaaugstināšanās stratēģijas, neieskaitot pašapliecināšanās (piemēram, Beauregard & Dunning, 1998), (4) pētījumi, kuros tiek izmantoti līdzekļi, lai novērtētu pašapliecināšanās kā atkarīgu mainīgo (piemēram, Lockwood, Dolderman, Sadler & Gerchak, 2004; Murray, Bellavia, Feeney, Holmes & Rose, 2001; Murray, Holmes, MacDondald & Ellsworth, 1998). Šāda veida analīzes laikā pētījumu skaits tika samazināts līdz 69.

Tika vērojamas šādas tendences: 67 pētījumiem kā dalībnieki tika izvēlēti koledžas vai universitātes studenti; 51 no visiem pētījumiem tika veikti ASV; 22 gadījumos dalībnieki pētījumam netika izvēlēti randomizēti, bet gan pēc noteiktiem kritērijiem; 15 pētījumos tika izsaukts iekšējais konflikts, 11 no kuriem piedāvāja iekšējo konfliktu un pašapliecināšanos kā neatkarīgus pētījumus, citreiz izmantojot arī dažādas telpas un eksperimentatorus; tajā laikā, kamēr daži draudi bija vairāk atklāti, piemēram, negatīva atgriezeniskā saite pēc svarīgām pazīmēm, citi bija mazāk acīmredzami – ārējas grupas vērtēšana, laboratorijas apstākļos izsaukti draudoši uzdevumi, darba nodrošinājuma novērtēšana pēc neseniem atlaišanas reidiem.

Manipulācijās ar pašapliecināšanās tika novērots: (1) lielākajā pētījumu daļā pašapliecināšanās tika manipulēta pirms (27) vai pēc (38) pašdraudiem, taču 3 eksperimentālajos pētījumos tika veidoti draudi un tad pašapliecināšanās, kura tika vadīta līdz pašdarudošas situācijas beigām; pastāv arī pētījums, kurā pašapliecināšanās situācija tika veidota gan pirms draudiem, gan draudu laikā; (2) lielākā pētījumu daļā dalībniekiem, kuri atradās ne pašapliecināšanās ietekmē, bija jāvērtē viņiem piemītošas nozīmīgas vērtības un īpašības vai jāraksta eseja, atbildot uz jautājumu, kāpēc īpašības, kas ir maznozīmīgas viņiem, varētu būt daudz vairāk nozīmīgas pārējiem; alternatīvi tika atzīts (Cohen, Aronson & Steele, 2000), ka manipulējot ar pašapliecināšanos, dalībniekiem var piedāvāt jebkuru pašrefleksīvo rakstu ar pašapliecināšanās tendencēm, kas deva pētņiem iespēju pateikt kontroles grupas dalībniekiem, ka viņiem būtu jāsaraksta visi ēdieni un dzērieni, ko viņi ir lietojuši pēdējo 48 stundu laikā (Harvey & Oswald, 2000, kā minēts McQueen & Klein, 2006); (3) 13 no 20

pētījumiem tika izmantota Olporta, Vernona un Lindzeja vērtību skala (Allport, Vernon & Lindzey, 1960 kā minēts McQueen & Klein, 2006), kurā ietilpst šādas vērtības: teorētiskās, ekonomiskās, estētiskās, sociālās, politiskās un reliģiozās.

Tātad, lai manipulētu ar pašapliecināšanās parādību, eksperimentālajos pētījumos tiek izmantotas dažādas metodes. Konsekventa ir apliecināšanās joma, sasniegumi un procedūra. Apliecināšanās joma ir koncentrēta uz atsevišķām vērtībām vai personiskām īpašībām. Vērtību vai personisko īpašību sasniegšana vai nu tika piedāvāta no pētnieku puses, vai nu tika lūgta izveidot pašiem esejā. Procedūrā vai metodē dalībniekiem tiek piedāvāts gan atbildēt uz jautājumiem, gan izveidot vērtību sarakstu vai eseju ar īpašībām, gan izmantot iztēli un domāt par viņu pozitīvām īpašībām. Citas metodes tiek balstītas uz pašvērtējumu, pozitīvo atgriezenisko saiti, netiešām pašapliecināšanās izpausmēm.

Ņemot vērā metodoloģisko faktoru, kas var ietekmēt pašapliecināšanās efektu - manipulācijas veikšanā pirms vai pēc pašdraudiem, pētījuma ietvaros var redzēt, ka rezultātu būtība nemainās, kas norāda uz šī faktora mazsvarīgumu. Manipulāciju daudzveidība arī minimāli ietekmē rezultātus.

Neskatoties uz daudzveidīgo pašapliecināšanās manipulācijas pētījumu analīzi, paliek daži neatbildēti jautājumi. Pirmkārt, nav skaidrs, kāda no izmantotajām eksperimentālajām pašapliecināšanās manipulācijām ir vistuvākā cilvēku pašapliecināšanās reālajā situācijā. Otrkārt, nav izpētīts, kā saprast, līdz kurai pakāpei katrs dalībnieks pašapliecinās. Treškārt, nav pietiekami precīzas informācijas, kāpēc manipulācijas ietekmē dažus paradumus, piemēram, kofeīna izmantošanu (Reed & Aspinwall, 1998) vai pīpēšanu savādāk, nekā maģistra darbā pētāmo parādību.

Maģistra darba pētījuma uzbūve

Par pamatu maģistra darba pētījumam ir izvēlēts ASV veiktais A. Martena un kolēģu (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) minētais ekperiments, kurā tika pētīta iespēja mazināt stereotipizācijas draudu efektu sievietēm matemātiskajā darbībā, iesaistot pašapliecināšanos. Abu dzimumu pārstāvji risnāja matemātiskos uzdevumus ar un bez manipulācijas ar pašapliecināšanos, pie tam sievietēm tika izveidoti stereotipizācijas draudu apstākļi. Paralēli tika vērota pašapliecināšanās ietekme uz stereotipizācijas draudu parādību sievietēm un darbību vīriešiem. Maģistra darba pētījumā papildus tiks dziļāk izpētīta pašapliecināšanās ietekme uz cilvēka darbību kopumā un stereotipizācijas draudu parādība.

Pētījumos par stereotipizācijas draudu ietekmi uz cilvēka darbību un to mazinošiem faktoriem, kas tika apskatīti kursa darba un bakalaura darba ietvaros (Cigankova, 2006; Cigankova, 2007), pārsvarā tika veidota mākslīgi izstrādāta stereotipu draudoša vide. Šī darba ietvaros tiks veikts arī papildus pētījums par stereotipizācijas draudu ietekmi uz sievietēm

matemātiski loģisko darbību reālajā stereotipizācijas draudošas situācijas vidē. Tas dos iespēju paskatīties, vai nepastāv atšķirības pētāmās parādības iedarbībā, mākslīgi izceļot attiecīgo situāciju un līdzīga dabiskajā situācijā.

Šī darba ietvaros analizētie literatūras atzinumi un pētījumu rezultāti liecina par to, ka stereotipizācijas draudi negatīvi ietekmē cilvēku uzvedību, pazeminot viņu darba efektivitāti un līdz ar to sanāk, ka cilvēki, baidoties apstiprināt noteiktu stereotipu, apstiprina to ar savas uzvedības palīdzību. Negatīvas uzvedības iemesls ir liela koncentrācija uz sevi, kuras rezultātā cilvēks bieži nespēj kārtīgi pievērsties uzdevumam. Pašapliecināšanās savukārt kalpo kā resurss, lai tiktu galā ar pašdraudiem un uzlabo cilvēka darbības rezultātus, kas liek šī darba ietvaros izvirzīt hipotēzi: *iespēja pašapliecināties mazina stereotipizācijas draudus sievietēm matemātiski loģiskajā darbībā.*

A. Martens, M. Džons, J. Grinbergs un J. Šimels (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006), pētot pašapliecināšanas ietekmi uz stereotipizācijas draudiem, papildus vēroja to, vai šī parādība kaut kādā veidā ietekmē cilvēka darbību nedraudošā situācijā bez iespējamajiem riskiem, un saprata, ka pašapliecināšanās nepalielina darba efektivitāti parastajā situācijā. Šis eksperimentālā veidā iegūtais fakts daļēji nesaskan ar darbā apskatītajām teorijām un pētījumiem, jo tiek minēts, ka pašapliecināšanās bez draudiem ietekmē cilvēka pašvērtējumu. Neskatoties uz to, ka atziņas par pozitīva pašvērtējuma darba uzlabošanu ir pretrunīgas (Steele et al., 1993; Stone & Cooper, 2003; Creswell, Welch, Taylor, Sherman, Gruenewald & Mann, 2005; Spencer, Fein & Lomore, 2001), tomēr ir pētījumi, kas liecina, ka pašapliecināšanās var izsaukt lielāku attieksmes maiņu starp cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu salīdzinājumā ar indivīdiem ar augstu pašvērtējumu, kas attiecīgi ietekmē viņu darbību. Atzinumu nesaskaņas liek izvirzīt papildus pētījuma jautājumu: *vai pašapliecināšanās iespēja palielina sievietēm darbības efektivitāti?* Saistībā ar to, ka konkrētajā pētījumā tiks pētīta sievietēm darbības efektivitāte, jautājums ir attiecināms uz šo konkrēto dzimumu.

Respektīvi, darba ietvaros tiek izvirzīta 1 hipotēze:

iespēja pašapliecināties mazina stereotipizācijas draudus sievietēm matemātiski loģiskajā darbībā;

un 1 pētījuma jautājums:

vai pašapliecināšanās iespēja palielina sievietēm darbības efektivitāti nedraudošā situācijā?

Pētījuma metode

Pētījuma dalībnieki

Eksperimentālajā pētījumā piedalījās 120 sievietes, Latvijas Universitātes PPF Psiholoģijas bakalaura programmas studentes vecumā no 18 līdz 22 gadiem. Sievietes tika randomizēti sadalītas četrās grupās, katrā pa 30 cilvēkiem. Manipulācija tika veikta trijās grupās. Vienā tika manipulēts ar pašapliecināšanos un netika manipulēts ar stereotipizācijas draudiem ar mērķi pārbaudīt pašapliecināšanās ietekmi uz sieviešu darbību, otrajā manipulācija tika veikta ar stereotipizācijas draudiem un netika veidota iespēja pašapliecināties ar mērķi pārbaudīt stereotipizācijas draudu ietekmi uz sieviešu darbību, trešajā gadījumā manipulācijas tika veiktas gan ar pašapliecināšanos, gan ar stereotipizācijas draudiem ar mērķi pārbaudīt darbā izvirzīto hipotēzi par pašapliecināšanās kā stereotipizācijas draudus mazinošo faktoru. Tika izveidota arī grupa, kurā netika veiktas manipulācijas un tās mērķis bija pārbaudīt manipulāciju efektivitāti un ticamību.

Instrumentārijs

Pētījumā tika izmantota pašizveidota metodika, uz kuru tika balstīts Latvijas Universitātes studentes Olgas Cigankovas 2006. gada kursa darbs „Humoristiskās perspektīvas ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm” un 2007. gadā izstrādātais bakalaura darbs „Paškategorizācijas ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm”. Metodika satur 7 matemātiski loģiskos uzdevumus, kuri ir dažādas sarežģītības pakāpes. Tā tika izveidota atkarīgais mainīgais lielums darbības rezultātu pētīšanai. Neatkarīgo mainīgo pētīšanai tika izveidota instrukcija, ar kuru tika manipulēts. Stereotipizācijas draudi tika aktivizēti instrukcijā divās no eksperimentālajām grupām, nosakot faktu par sieviešu vājākam spējām matemātisko uzdevumu risināšanā salīdzinājumā ar vīriešu dzimuma pārstāvjiem. Pašapliecināšanās efekts arī tika panākts ar instrukcijas palīdzību – grupas dalībniekiem pirms testa pildīšanas bija jāranžē vairāki apgalvojumi (par viņu ārējo izskatu, humora izjūtu, attiecībām ar vecākiem un draugiem, kreativitāti u.c.) personīgā svarīguma pakāpēs. Apalvojumi tika pielīdzināti A. Martena un kolēģu (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) pētījumā izmantotai vērtību un īpašību sistēmai, ņemot vērā, ka uz šo autoru pētījumu tika balstīts maģistra darbā veiktais eksperimentālais pētījums. Tad grupās, kurās tika aktivizēta pašapliecināšanās iespēja, dalībniekiem bija jāapraksta, kāpēc viņi ir ielikuši konkrēto īpašību vai vērtību pirmajā vietā un kādā situācijā tā ir visspilgtāk izpaudusies viņiem pašiem (pašapliecināšanās iespējas aktivizēšana). Lai neitralizētu pašapliecināšanās aktivizēšanu, saglabājot vienlīdzīgus eksperimentāla pētījuma nosacījumus, grupā, kurā tika pārbaudīta stereotipizācijas ietekme uz sieviešu darbību, tika piedāvāts līdzīgs uzdevums ar

pašapliecināšanās aspektu izcelšanu, taču sievietēm bija jāappraksta tas, kāpēc viņas ir ielikušas konkrēto īpašību vai vērtību devītajā vietā un kādās situācijās tā varēja izpausties citiem indivīdiem, kas neitralizē papildus uzdevuma pamata mērķi.

Pildot matemātiski loģiskos uzdevumus, par katru pareizu atbildi var saņemt 2 punktus, par daļēji pareizu – 1 punktu un par nepareizu - 0 punktu.

Pētījuma procedūra

Mērījumi tika veikti vienā no Latvijas Universitātes Psiholoģijas fakultātes auditorijām mierīgos apstākļos. Pētījuma laikā tika nodrošināts labs apgaismojums un svaigs gaiss. Datu ievākšana bija frontāla, ar laika ierobežojumu – matemātiski loģisko uzdevumu pildīšanai tika atvelētas 20 minūtes, bet apgalvojumu ranžēšanai – 5 minūtes.

Tika veikta manipulācija ar testa instrukciju – katrai grupai tā bija atšķirīga. Grupas, kurās netika veiktas manipulācijas, instrukcija bija:

Lūdzu, uzmanīgi izlasiet instrukciju!

Jums tiek piedāvāti 7 matemātiskie vai loģiskie uzdevumi, kurus Jums jāizpilda 20 minūšu laikā. Uzdevumus drīkst risināt jauktā kārtībā – galvenais ir sniegt pēc iespējas vairāk pareizu atbilžu.

Grupas ar pašapliecināšanās manipulāciju instrukcija bija:

Lūdzu, uzmanīgi izlasiet instrukciju!

Jums tiek piedāvāti 7 matemātiskie vai loģiskie uzdevumi, kurus Jums jāizpilda 20 minūšu laikā. Uzdevumus drīkst risināt jauktā kārtībā – galvenais ir sniegt pēc iespējas vairāk pareizu atbilžu.

Pirms matemātisko vai loģisko uzdevumu pildīšanas Jums būs jāizlasa nākamajā lapaspusē piedāvātie apgalvojumi par cilvēka vērtībām un īpatnībām. Lūdzu, padomājiet, cik svarīga Jums ir katra no norādītām vērtībām! Pierakstiet pie apgalvojumiem numurus no 1 līdz 11, tādā veidā atzīmējot svarīgo vērtību.

Apgalvojumi:

Labas attiecības ģimenē

Slaida figūra

Materiālais nodrošinājums

Atpūta jautrajās kompānijās

Labs vizuālais izskats

Spēja uzturēt labas attiecības ar cilvēkiem

Apkārtējo cieņa

Spēja radoši pieiet situāciju risināšanai

Izglītošanās

Spēja uzjautrināt apkārtējos cilvēkus

Karjeras izaugsmes iespējas

Lūdzu, atbildiet uz jautājumu! Kāpēc vērtība, kuru Jūs ielikāt pirmajā vietā, Jums ir pati svarīgākā un kādā brīdī tā bija nozīmīga Jums?

Grupas ar stereotipizācijas draudu un pašapliecināšanās manipulāciju instrukcija bija šāda:

Lūdzu, uzmanīgi izlasiet instrukciju!

Lai gan pētījumi sniedz pretrunīgus rezultātus, tomēr pastāv uzskats, ka sievietēm matemātikā ir vājākas spējas nekā vīriešiem. Šī pētījuma mērķis ir pārbaudīt, cik lielā mērā tas atbilst patiesībai.

Jums tiek piedāvāti 7 matemātiskie vai loģiskie uzdevumi, kurus Jums jāizpilda 20 minūšu laikā. Uzdevumus drīkst risināt jautā kārtībā – galvenais ir sniegt pēc iespējas vairāk pareizu atbilžu.

Pirms matemātisko vai loģisko uzdevumu pildīšanas Jums būs jāizlasa nākamajā lapaspusē piedāvātie apgalvojumi par cilvēka vērtībām un īpatnībām. Lūdzu, padomājiet, cik svarīga Jums ir katra no norādītajām vērtībām! Pierakstiet pie apgalvojumiem numurus no 1 līdz 11, tādā veidā atzīmējot svarīgo vērtību.

Apgalvojumi:

Labas attiecības ģimenē

Slaida figūra

Materiālais nodrošinājums

Atpūta jautrajās kompānijās

Labs vizuālais izskats

Spēja uzturēt labas attiecības ar cilvēkiem

Apkārtējo cieņa

Spēja radoši pieiet situāciju risināšanai

Izglītošanās

Spēja uzjautrināt apkārtējos cilvēkus

Karjeras izaugsmes iespējas

Lūdzu, atbildiet uz jautājumu! Kāpēc vērtība, kuru Jūs ielikāt pirmajā vietā, Jums ir pati svarīgākā un kādā brīdī tā bija nozīmīga Jums?

Grupas ar stereotipizācijas draudu manipulāciju instrukcija bija šāda:

Lūdzu, uzmanīgi izlasiet instrukciju!

Lai gan pētījumi sniedz pretrunīgus rezultātus, tomēr pastāv uzskats, ka sievietēm matemātikā ir vājākas spējas nekā vīriešiem. Šī pētījuma mērķis ir pārbaudīt, cik lielā mērā tas atbilst patiesībai.

Jums tiek piedāvāti 7 matemātiskie vai loģiskie uzdevumi, kurus Jums jāizpilda 20 minūšu laikā. Uzdevumus drīkst risināt jauktā kārtībā – galvenais ir sniegt pēc iespējas vairāk pareizu atbilžu.

Pirms matemātisko vai loģisko uzdevumu pildīšanas Jums būs jāizlasa nākamajā lapaspusē piedāvātie apgalvojumi par cilvēka vērtībām un īpatnībām. Lūdzu, padomājiet cik svarīga Jums ir katra no norādītajām vērtībām! Pierakstiet pie apgalvojumiem numurus no 1 līdz 11, tādā veidā atzīmējot svarīgāko vērtību.

Apgalvojumi:

Labas attiecības ģimenē

Slaida figūra

Materiālais nodrošinājums

Atpūta jautrajās kompānijās

Labs vizuālais izskats

Spēja uzturēt labas attiecības ar cilvēkiem

Apkārtējo cieņa

Spēja radoši pieiet situāciju risināšanai

Izglītošanās

Spēja uzjautrināt apkārtējos cilvēkus

Karjeras izaugsmes iespējas

Lūdzu, atbildiet uz jautājumu! Kāpēc vērtība, kuru Jūs ielikāt devītajā vietā, var būt svarīga citiem cilvēkiem un kādos gadījumos tā viņiem ir īpaši nozīmīga?

Rezultāti

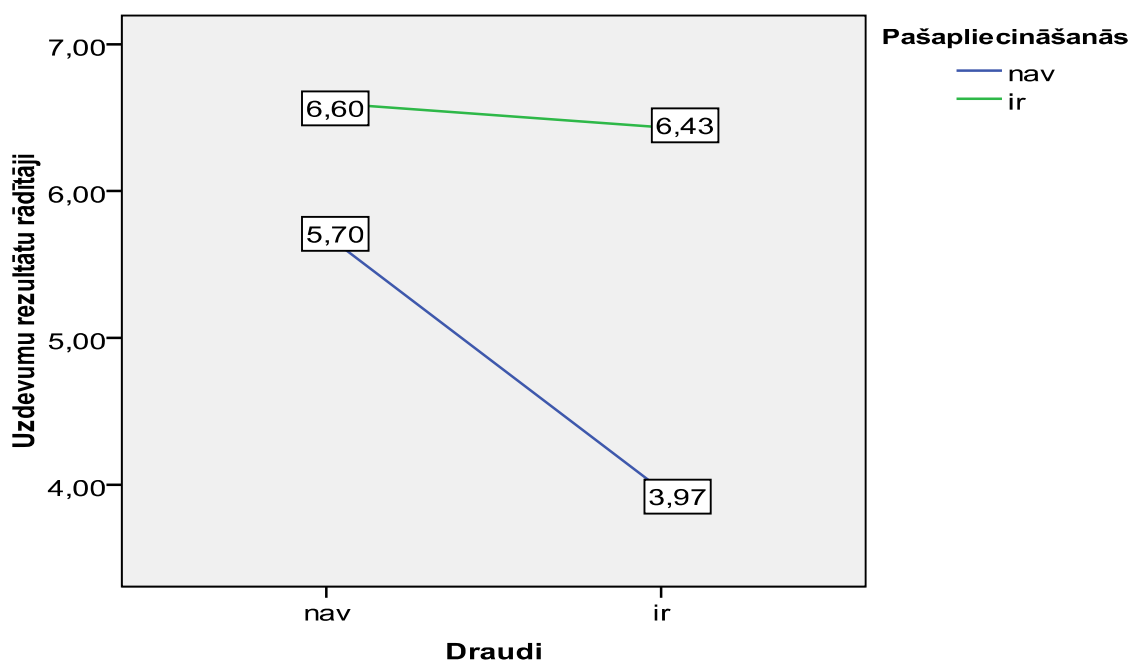
Eksperimentālajā pētījumā tika vērtēta matemātisko un loģisko uzdevumu izpildes kvalitāte. Lai pārbaudītu pētījumā izvirzīto hipotēzi par atšķirībām testa rezultātos starp kontroles un eksperimentālo grupām *Iespēja pašapliecināties mazina stereotipizācijas draudus sievietēm matemātiski - loģiskajā darbībā* un saprastu, vai mākslīgi izveidota stereotipizācijas draudu situācija mazina sievietēm matemātiski loģisko uzdevumu risināšanas spējas, kā arī atbildētu uz pētījuma jautājumu *Vai pašapliecināšanās iespēja palielina sievietēm darbības efektivitāti nedraudošā situācijā?*, visu iegūto datu analīze tika veikta SPSS programmā. Dati tika analizēti ar divfaktoru dispersijas analīzes metodes palīdzību 2X2

ANOVA. Pētījumā kā neatkarīgie mainīgie tika noteikti stereotipizācijas draudi un pašapliecināšanās, bet atkarīgais mainīgais ir matemātisko un loģisko uzdevumu pildīšanas rezultāti.

1. tabula. Vidējo un standartnovirzes radītāju summa dažādās manipulācijās ar pašapliecināšanās un stereotipizācijas draudiem

Statistiskie radītāji	Manipulācijas nav (n=30)	Manipul. ar pašapliecināšanos (n=30)	Manipul. ar stereotipizācijas draudiem (n=30)	Stereotipizācijas draudi + pašapliecināšanās (n=30)
Aritmētiskais vidējais	5,70	6,60	3,70	6,43
Standartnovirze	1,70	0,72	1,65	0,86

Analīzes laikā tika secināts (skat. 1. tabula), ka stereotipizācijas draudiem ir statistiski nozīmīga ietekme uz matemātiski loģisko uzdevumu risināšanas rezultātiem $F(1,72)=15,72$, $p<0,05$, kā arī pētāmajam neatkarīgajam faktoram – pašapliecināšanās ir statistiski nozīmīga ietekme uz uzdevumu risināšanas rezultātiem $F(1,72)=49,35$, $p<0,05$. Pie tam abu neatkarīgo mainīgo: gan pašapliecināšanās, gan stereotipizācijas draudu mijiedarbībai arī ir statistiski nozīmīga ietekme uz sieviešu rezultātiem matemātiski loģisko uzdevumu risināšanās procesā, $F(1,72)=10,69$, $p<0,05$, ko var redzēt arī 1. attēlā.



1. attēls. Pašapliecināšanās un stereotipizācijas draudu mainīgo mijiedarbība

1. attēlā tiek atspoguļots, ka ar pašapliecināšanās manipulāciju tiek vērojami augsti rezultāti gan draudošajā, gan nedraudošajā situācijā, uz ko norāda grupu aritmētisko vidējo vērtības. Taču gadījumā, kad pašapliecināšanās iespējas nav, stereotipizācijas draudu situācijā rezultāti ir nozīmīgi atšķirīgi ar nedraudošās situācijas rezultātiem. Var redzēt arī, ka draudu gadījumā pašapliecināšanās iespēju ietekme uz rezultātiem ir lielāka nekā nedraudošā situācijā.

Tātad, ja mākslīgi izveidotajā stereotipu draudošā situācijā sievietēm pirms matemātiski loģiskā testa pildīšanas tiek dota stimulācija padomāt par sev nozīmīgām vērtībām un īpašībām, t. i., manipulējot ar pašapliecināšanos, sievietes uzrāda daudz labākus rezultātus testā nekā tad, ja stimulācija ir citu indivīdiem nozīmīgo īpašību un ērtību izcelšana. Ja sievietēm dod risināt matemātiski loģiskos uzdevumus nedraudošā situācijā, stimulējot domāšanu par sev nozīmīgām vērtībām un īpašībām, t. i., manipulējot ar pašapliecināšanos, sievietes uzrāda daudz labākus rezultātus testā nekā tad, ja stimulācijas nav. Kā arī, risinot matemātiski loģiskos uzdevumus nedraudošajā situācijā, sievietes uzrāda labākus rezultātus testā nekā stereotipizācijas draudošā situācijā.

Iztirzājums

Tika pētīta iespēja ar pašapliecināšanās palīdzību mazināt stereotipizācijas draudu negatīvo ietekmi uz sieviešu matemātiski – loģisko darbību. Pie tam tika pārbaudīta pašapliecināšanās ietekme uz sieviešu darbību nedraudošā situācijā. Veicot statistiskos aprēķinus, tika secināts, ka pastāv nozīmīgas saistības starp neatkarīgiem pašapliecināšanās un stereotipizācijas draudiem un atkarīgiem – matemātisko un loģisko uzdevumu risināšanas rezultātu mainīgajiem.

Tātad var redzēt, ka:

- Stereotipizācijas draudi statistiski nozīmīgi negatīvi ietekmē sieviešu spējas risināt matemātiski loģiskos uzdevumus.
- Pašapliecināšanās iespēja statistiski nozīmīgi mazina stereotipizācijas draudu ietekmi uz sieviešu spējām risināt matemātiskus un loģiskus uzdevumus.
- Pašapliecināšanās statistiski nozīmīgi paaugstina sieviešu darbības rezultātus nedraudošajā situācijā.

Papildus kursa darba ietvaros (Cigankova, 2006) un bakalaura darba ietvaros (Cigankova, 2007) iegūtajiem datiem par humora un paškategorizācijas mazinošo ietekmi uz stereotipizācijas draudu negatīvajām sekām, kas apdraud sieviešu darba spējas, matemātisko uzdevumu risināšanas laikā tika eksperimentāli pierādīta vēl viena faktora pozitīvā ietekme

uz daba kvalitāti, pie tam ne tikai draudošajā, bet arī nedraudošajā situācijā. Maģistra darba ietvaros iegūtie rezultāti no psiholoģijas zinātnes viedokļa ir vērtējami augstu. Tie pierāda stereotipu draudu, kuri traucē cilvēkam veikt noteikto darbu savu īsto spēju līmenī, viena no mazināšanas mehānisma produktivitāti. Bija svarīgi veikt šāda veida pētījumu tieši Latvijā, pirmkārt, jo tādi Latvijā līdz šim vēl netika veikti, bet, otrkārt, sakarā ar to, ka valstī vairāk ir izteikta kolektīvisma, nevis individuālisma kultūra, piemēram, salīdzinājumā ar ASV (Wout, 2003), uz kuru pētījumu datiem visbiežāk balstās (Cohen, Aronson & Steele, 2000). Tas, ka Latvijā pārsvars ir kolektīvisma kultūrai, pastiprina stereotipu iedarbību uz tās iedzīvotājiem un sakarā ar to pastāvēja risks, ka stereotipu stipruma pakāpes dēļ to mazinošie, jau citās valstīs apliecinātie, mehānismi nebūs efektīvi. Nozīmīgi ir tas, ka šobrīd tiek pierādīts, ka trīs faktori, t. i., paškategorizācija, humors un pašapliecināšanās mazina draudošu situāciju, kura negatīvi ietekmē cilvēku darba spējas. Līdz ar to cilvēkiem ir lielāka izvēles variācija iespējā palielināt darbības efektivitāti indivīdu grupai, pret kuru tiek vērsts stereotipizēts uzskats.

Iepazīstoties ar dažādiem pētījumiem un teorijas atzinumiem, tika secināts, ka nav dzimuma vai stereotipu konteksta atšķirības stereotipizācijas draudošajā situācijā (Ford, Ferguson, Brooks, & Hagadone, 2004; Ployhart, Ziegert, & McFarland, 2003; Mussweiler, Gabriel, & Bodenhausen, 2000). Zinot, ka šajā rakursā Latvijā dzīvojošiem vīriešiem nav vērojami izteiktas atšķirības no ASV dzīvojošiem vīriešu dzimuma pārstāvjiem, var secināt, ka pētījuma rezultātus var attiecināt uz abiem dzimumiem, kā arī dažāda veida stereotipizētiem uzskatiem.

Īpašu uzmanību šo eksperimentu sērijas rezultātiem būtu jāpievērš darba devējiem, jo to rezultātus, kā tika minēts, var attiecināt uz jebkura veida stereotipizētiem uzskatiem un tie parāda to, kā var uzlabot darba spējas kolektīvam, kurā dominē maldīgo priekšstatu virkne par noteiktu grupu. Pie tam īpaši svarīga loma ir jāpiešķir pašapliecināšanās iespējām saistībā ar to, ka šī darba ietvaros veiktajā eksperimentālajā pētījumā tika pierādīts, ka pašapliecināšanās uzlabo sieviešu darbības rezultātus matemātiski loģisko uzdevumu pildīšanas laikā arī nedraudošajā situācijā.

Maģistra darba vērtība ir vērojama arī tajā, ka eksperimentālajā pētījumā tika ieviesta kontroles grupa, kuras dalībnieki pievērsās matemātisko uzdevumu pildīšanai bez jebkādam manipulācijām. Kontroles grupas ieviešana deva iespēju pārlicināties par manipulācijas – stereotipizācijas draudu situācijas validitāti, ko var attiecināt arī uz kursa darba (Cigankova, 2006) un bakalaura darba (Cigankova, 2007) ietvaros iepriekš veiktajiem pētījumiem saistībā ar to, ka eksperimentālo pētījumu sērijā manipulācija instrukcijā tika veidota vienlīdzīga. Augstu ticamības radītāju manipulācijai ar pašapliecināšanās dod pamatīga iepriekš veikto pētījumu izpēte, balstoties uz A. Makvīna un V. Kleina (McQueen & Klein, 2006) rakstā

pētījumu aprakstiem, kas tika minēti un analizēti teorētiskās daļas apakšnodaļā „Manipulācija ar pašapliecināšanos”. Analīzes laikā tika secināts, ka, ņemot vērā metodoloģisko faktoru, kas var ietekmēt pašapliecināšanās efektu - manipulācijas veikšanā pirms vai pēc pašdraudiem pētījuma ietvaros var redzēt, ka rezultātu būtība nemainās, kas norāda uz šī faktora mazsvarīgumu. Manipulāciju daudzveidība arī minimāli ietekmē rezultātus.

Maģistra darbā iegūtie rezultāti pierāda teorētiskajā nodaļā minētos atzinumus daļēji. Stereotipizācijas draudi negatīvi ietekmē cilvēku uzvedību, pazeminot viņu darba efektivitāti un līdz ar to cilvēki, baidoties apstiprināt noteiktu stereotipu, pastiprina to ar savas uzvedības palīdzību (Steele & Aronson, 1995; Marx & Stapel 2006; Smith, 2004; O'Brien, 2006; Khan, 2002; Schmader & Johns, 2003). Negatīvas uzvedības iemesls ir liela koncentrācija uz sevi, kuras rezultātā cilvēks bieži nespēj kārtīgi pievērsties uzdevumam. Pašapliecināšanās savukārt kalpo kā resurss, lai tiktu galā ar pašdraudiem un uzlabo cilvēka darbības rezultātus (Steele, 1988; Schimel, Arndt, Banko & Cook, 2004), kas tika pierādīts eksperimentāli arī šajā maģistra darbā.

Savukārt, rēķinoties ar to, ka maģistra darbs tika sākotnēji balstīts uz A. Martena, M. Džona, J. Grinberga un J. Šimela (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) pētījumu par pašapliecināšanās ietekmi uz cilvēka uzvedību kopumā, var redzēt autoru pētījumā iegūto datu neatbilstību maģistra darba ietvaros iegūtajiem statistiskajiem datiem un secinājumam par pašapliecināšanās ietekmi uz cilvēka darbību nedraudošā situācijā. Tajā pat laikā jāatceras, ka A. Martena, M. Džona, J. Grinberga un J. Šimela (Martens, Johns, Greenberg & Schimel, 2006) pētījumā eksperimentālā veidā iegūtais fakts daļēji nesaskan ar darbā apskatītajām teorijām un pētījumiem, jo tiek minēts, ka pašapliecināšanās bez draudiem ietekmē cilvēka pašvērtējumu. Neskatoties uz to, ka atziņas par pozitīva pašvērtējuma darba uzlabošanu ir pretrunīgas (Steele et al., 1993; Stone & Cooper, 2003; Creswell, Welch, Taylor, Sherman, Gruenewald & Mann, 2005; Spencer, Fein & Lomore, 2001), ir pētījumi, kas liecina, ka pašapliecināšanās var izsaukt lielāku attieksmes maiņu starp cilvēkiem ar zemu pašvērtējumu salīdzinājumā ar indivīdiem ar augstu pašvērtējumu. Attieksmes maiņa nozīme trauksmes mazināšanās, kas attiecīgi ietekmē cilvēka darbību.

Ņemot vērā iepriekšminēto informāciju, kas ir gan teorētiski, gan praktiski pierādīta var saistīt maģistra darba ietvaros iegūtos datus ar pašvērtējuma līmeni respondentiem. Šajā gadījumā var pieļaut, ka pētījuma vājā puse ir tas, ka netika pārbaudīti respondentu pašvērtējuma līmeņi kontroles grupā un pirmajā eksperimentālajā grupā, kurā tika manipulēts ar pašapliecināšanās nedraudošajā situācijā, lai paredzētu visus aspektus iegūto datu ticamībai. Tiek pieļauts, ka šis eksperimentāla pētījuma aspekts prasa dziļāku izpēti, ņemot vērā indivīdu īpatnības. Saistībā ar to, ka maģistra darba ietvaros šī pašapliecināšanās ietekme

tika traktēta kā jautājums izpētei, var redzēt iegūto atbildi uz šo jautājumu. Atgriežoties pie teorētiska pārskata par pašapliecināšanās un pētījumu analīzes, ir jāatceras, ka indivīds pēc būtības meklē pozitīvo informāciju par savu „Es” un negatīvo cenšas noraidīt (Breznitz, 1983; Klein & Weinstein, 1997; Lazarus, 1983, kā minēts Reed, & Aspinwall, 1998; Ditto & Lopez, 1992; Greenwald, 1980; Kunda, 1990; Pyszczynski & Greenberg, 1987; Tesser, 1988; Wyer & Frey, 1983). Respektīvi, acīmredzama negatīvo iespaidu neitralizācijas arsenāla efektivitāte var novest pie problēmas, ka uzvedība, koncentrējoties uz šādu informāciju, kļūst neadekvāta, kas ļoti labi parāda stereotipizācijas draudu iedarbību. Analizējot daudzos pētījumus (Shrauger's, 1972; Gilovich, Kerr & Medvec 1993; Spencer, Fein & Lomore, 2001), var secināt, ka darbības rezultāti ir lielā mērā atkarīgi no tā, kā ir attīstīts pašvērtējums un pašpietiekamība. Šajā gadījumā, ja respondentiem dod iespēju pašapliecināties, tiek celti divi minētie faktori, ar ko var attiecīgi skaidrot maģistra darbā iegūtos rezultātus, kur pašapliecināšanās arī nedraudošajā situācijā paaugstina darbības rezultātus sievietēm, pildot matemātiskos un loģiskos uzdevumus.

Pastāvēja risks, ka darba ietvaros veiktajā pētījumā izvēlētas sievietes varēja gadīties vienā grupā tādas, kurām ir labas un teicamas matemātiskās dotības, un otrajā - vājas. Lai novērstu šāda veida situāciju, grupas, pirmkārt, tika izveidotas pēc nejaušības principa, t. i., sievietes randomizēti tika sadalītas četrās grupās, viena no tām bija kontroles un trīs eksperimentālas grupas. Otrkārt, vienā grupā respondenšu skaits bija pietiekams, lai samazinātos iespēja, ka vienā grupā varētu būt sievietes ar vienādām spējām matemātikā. Tika pieņemts, ka šajā gadījumā nevajadzēja pārbaudīt pirms eksperimenta respondentu matemātiskās spējas. Noteiktā ziņā tas arī palielināja pētījuma validitāti, jo liekas, ka gadījumā, ja sievietes pirms pētījuma risinātu noteiktus matemātiskos uzdevumus, viņām būtu izveidojies priekšstats par pētījuma daļu un par uzdevumiem, kas varētu tajā tikt doti.

Maģistra darbā analizēti pētījumi par pašapliecināšanos parāda manipulācijas ar pašapliecināšanos kopējos principus, tendences un rezultātu ticamības radītājus. Tajā pat laikā būtu noderīga arī šāda veida analīze par stereotipizācijas draudu manipulāciju eksperimentālajos pētījumos ar mērķi dziļāk izprast tendences, kā arī to, cik lielā mērā šo mākslīgi izveidoto situāciju var attiecināt uz dabīgo, kas veido noteiktai grupai stereotipizācijas draudus. Šāda veida pētījumi vēl netika veikti līdz šim, kas paaugstina interesi par situāciju. Lai realizētu eksperimentālo pētījumu, tiek plānots, ka grupās būtu nepieciešams iedalīt gan vīriešu, gan sieviešu dzimuma pārstāvjus, kur būs vērojams vīriešu pārsvars pār sievietēm (2/1). Tad kontroles grupā situācija tiks pietuvināta dabiskai ar vīriešu pārsvaru, bet eksperimentālajā – stereotipizācijas draudi tiks izveidoti mākslīgi ar instrukcijas palīdzību.

Kā otrais variants varētu būt noderīgs arī kvalitatīvs pētījums, kurā interesanti būtu izpētīt, kādā veidā sievietes pašas tiek galā ar stereotipizācijas draudiem. Iespējams, ka dažām sievietēm varētu būt izstrādājies mehānisms, kas varētu palīdzēt viņām tikt galā ar stereotipu draudošu situāciju un samazināt to trauksmi, kura mazina viņu darba spējas. Tātad ar intervijas palīdzību varētu uzzināt, vai sievietes prot pašas, bez citu iejaukšanās, tikt galā ar stereotipizācijas draudiem un kā viņas to dara. Ja tas tiešām notiek, tad varētu saprast tendenci un to, kuri no paņēmieniem ir visbiežāk sastopami.

Līdzīgi pētījumi ir veikti ārzemēs (piemēram, Pronin, Steele, & Ross, 2004). Piedāvājos sievietēm izlasīt zinātniskos rakstus, kas apliecināja stereotipizētos uzskatus par dzimuma atšķirībām matemātisko uzdevumu risināšanas rezultātos starp dzimumiem, pētnieki pamanīja atšķirības reakcijā un atbildēs uz jautājumiem starp sievietēm, kuras stipri identificēja sevi ar matemātiku labi pārzinošu cilvēku grupu, un sievietēm, kuras ar šo grupu identificējās vāji. Proti, sievietes pirmajā grupā labāk spēja adaptēties draudošajā situācijā nekā otrās grupas sievietes. Tika veikts arī interesants novērojums, ka respondentēm, kuras spēja adaptēties stereotipizācijas draudošajā situācijā, parādījās identitātes „dubultošanās”. Pētnieki uzskata, ka tas bija sieviešu aizsardzības mehānisms konkrētajā brīdī. Identitātes dubultošanās paredzēja, ka sievietes daļēji pieņēma un piekrita stereotipizētiem uzskatiem par viņu grupu, bet daļēji nē.

Maģistra darbā tiek iegūti šādi secinājumi:

1. Iespēja pašapliecināties mazina stereotipizācijas draudus sieviešu matemātiski loģiskajā darbībā.
2. Pašapliecināšanās iespēja palielina sieviešu darbības efektivitāti nedraudošā situācijā.
3. Stereotipizācijas draudi mazina sieviešu matemātiski loģiskas darbības efektivitāti.
4. Pašapliecināšanās manipulācijas veikšana pirms vai pēc pašdraudiem, kā arī manipulāciju daudzveidība minimāli ietekmē pētījuma rezultātus.

Īpaši augsti ir vērtējams 1. un 2. darba ietvaros iegūtais secinājums. Pirmais secinājums ir hipotēzes apstiprinājums, kas, kā jau tika minēts, dod iespēju cilvēkiem saprast, kā var mazināt stereotipu draudu negatīvo ietekmi uz cilvēka darbaspējām. Praktiskajā nozīmē to visbiežāk un noderīgāk būtu jāizmanto darba kolektīviem un mācību iestādēm, kur arī parasti tas ir sastopams. Tas ir viens no veidiem, kā mazināt šķēršļus produktīvam darbam uzņēmumos un paaugstināt uzņēmuma darba ražīgumu, pēc kā arī katrs no uzņēmumiem tiecas. Ir svarīgi novērst stereotipu draudus sociālajā vidē arī sakarā ar to, ka biežāka draudošu situāciju sastopamība cilvēkam paaugstina ticamību stereotipam, kas var pazemināt viņa darbaspējas līdz regulārai noteiktas darbības veikšanai ne savu īsteno spēju līmenī. Kas atkal

paaugstinās vēl vairāk stereotipa ticamību un dos pamatu sabiedrībai būt pārliecinātai, ka noteiktais uzskats ir patiess. Otrais secinājums ir atbilde uz darba ietvaros izvirzīto hipotētisko jautājumu, kas rāda iespēju paaugstināt darbības rezultātus nedraudošajā situācijā. Iegūto rezultātu būtu ļoti nozīmīgi izpētīt dziļāk un izmantot līdzīgi pirmajam secinājumam sociālas vides uzlabošanā, darba procesā un mācību procesos. Īpaša nozīmība secinājumu izmantošanai ir šajā laikā, kad pasaulē valda ekonomiskā krīze, kas ir nopietni skārusi arī Latviju.

Kā jau tika minēts šajā darbā, ir vērtīgs arī ceturtais secinājums, kas dod iespēju pašapliecināšanās pētījumu turpināšanas brīvībai, rēķinoties ar to, ka izmaiņas manipulācijas veikšanā nenozīmīgi ietekmē rezultātus. Praktiskajā nozīmē tas arī dod brīvību pašapliecināšanās aktivizēšanas izvēlē sociālajā vidē ar mērķi uzlabot darba rezultātus vai mazināt draudu ietekmi uz indivīda darbību.

Tātad, apkopojot rezultātus, var redzēt, ka pašapliecināšanās ietekmē cilvēka darbību gan draudošajā, gan nedraudošajā situācijā, pie tam abos gadījumos šī ietekme ir pozitīva.

Izmantotās literatūras saraksts

- Beauregard, K. S., & Dunning, D. (1998). Turning up the contrast: Self-enhancement motives prompt egocentric contrast effects in social judgments. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 606 – 621.
- Beck, B. L., Koons, S. R., & Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem, and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality, 15*, 3-13.
- Boney-McCoy, S., Gibbons, F. X., & Gerrard, M. (1999). Self-esteem, compensatory selfenhancement, and the consideration of health risks. *Personality and Social Psychology Bulletin, 25*, 954 – 965.
- Brown, J. D. (1990). Evaluating one's abilities: Shortcuts and stumbling blocks on the road to self-knowledge. *Journal of Experimental Social Psychology, 26*, 149-167.
- Brown, J. D., & Dutton, K. A. (1995). Truth and consequences: The costs and benefits of accurate self-knowledge. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*, 1288-1296.
- Brown, R. P., & Josephs, R. A. (1999). Stereotype relevance and gender differences in math performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 246–257.

- Candinu, M., Maass, A., Rosabianca, A., & Kiesner, J. (2005). Why Do Women Underperform Under Stereotype Threat? Evidence for the Role of Negative Thinking. *American Psychological Society, 16*(7), 572-578.
- Cigankova, O. (2005). *Dzimuma stereotipi un to ietekme uz cilvēka uzvedību*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cigankova, O. (2006). *Humora ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cigankova, O. (2007). *Paškategorizācijas ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cohen, G. L., Aronson, J., & Steele, C. M. (2000). When beliefs yield to evidence: Reducing biased evaluation by affirming the self. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*, 1151 – 1164.
- Creswell, J. D., Welch, W. T., Taylor, S. E., Sherman, D. K., Gruenewald, T. L., & Mann, T. (2005). Affirmation of personal values buffers neuroendocrine and psychological stress responses. *Psychological Science, 16*, 846 – 851.
- Croizet, J., & Claire, T. (1998). Extending the concept of stereotype threat to social class: The intellectual underperformance of students from low socioeconomic backgrounds. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(6), 588-594.
- Ditto, P. H., & Croyle, R. T. (1995). Understanding the impact of risk factor test results: Insights from a basic research program. In R. T. Croyle (Ed.), *Psychosocial effects of Screening for disease prevention and detection* (pp. 144-181). New York: Oxford University Press.
- Ditto, P. H., & Lopez, D. F. (1992). Motivated skepticism: Use of differential decision criteria for preferred and nonpreferred conclusions. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 568-584.
- Ford, T. E., Ferguson, M. A., Brooks, J. L., & Haganone, K. M. (2004). Coping Sense of Humor Reduces Effects of Stereotype Threat on Women's Math Performance. *Personality and social psychology bulletin, 3*, 643-652.
- Galinsky, A. D., Stone, J., & Cooper, J. (2000). The reinstatement of dissonance and psychological discomfort following failed affirmation. *European Journal of Social Psychology, 30*, 123 – 147.
- Gilovich, T., Kerr, M., & Medvec, V. H. (1993). Effect of temporal perspective on subjective confidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 552–560.
- Giner-Sorolla, R., & Chaiken, S. (1997). Selective use of heuristic and systematic processing under defense motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*, 84-97.

- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, *35*, 603-618.
- Harber, K. D. (2005). Self-esteem and affect as information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *31*, 276 – 288.
- Kaplan, A., & Krueger, J. (1999). Compliance after threat: Self-affirmation or selfpresentation? *Current Research in Social Psychology*, *4* (7).
- Keller J., (2002). Blatant Stereotype Threat and Women's Math Performance: Self-Handicapping as a Strategic Means to Cope With Obtrusive Negative Performance Expectations. *Sex Roles*, *47*(3/4).
- Khan, S. R. (2002). Stereotyping from the perspective of perceivers and targets. In W. J. Lonner, D. L. Dinnel, S. A. Hayes, & D. N. Sattler (Eds.). *Online Readings in Psychology and Culture*. USA: Washington.
- Kray, L. J., Thompson, L. A., & Galinsky. (2001). Battle of the Sexes: Gender Stereotype Confirmation and Reactance in Negotiations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*, 942-958.
- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*, *108*, 480-498.
- Martens, A., Johns, M., Greenberg, J., & Schimel, J. (2006). Combating *stereotype threat*: The effect of self-affirmation on women's intellectual performance. *Journal of Experimental Social Psychology*, *42*(2), 236-243.
- Marx, D. M., & Stapel, D. A. (2006). Distinguishing Stereotype Threat From Priming Effects: On the Role of the Social Self and Threat-Based Concerns. *Journal of Personality and Social Psychology*, *91*(2), 243–254.
- McGregor, I., Zanna, M. P., Holmes, J. G., & Spencer, S. J. (2001). Compensatory conviction in the face of personal uncertainty: Going to extremes and being oneself. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*, 472 – 488.
- McGuire, W. J., & McGuire, C. V. (1996). Enhancing self-esteem by directed-thinking tasks: Cognitive and affective positivity asymmetries. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*, 1117 – 1125.
- McQueen A., & Klein W. M. P. (2006). Experimental Manipulations of Self-Affirmation: A Systematic Review. *Self and Identity*, *5*, 289 – 354.
- Murray, S. L., Bellavia, G., Feeney, B., Holmes, J. G., & Rose, P. (2001). The contingencies of interpersonal acceptance: When romantic relationships function as a self-affirmational resource. *Motivation and Emotion*, *25*, 163 – 189.

- Murray, S. L., Holmes, J. G., MacDonald, G., & Ellsworth, P. C. (1998). Through the looking glass darkly? When self-doubts turn into relationship insecurities. *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*, 1459 – 1480.
- Mussweiler, T., Gabriel, S., & Bodenhausen, G. V. (2000). Shifting social identities as a strategy for deflecting threatening social comparisons. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*, 398–409.
- O'Brien, L. T. (2006). Memory performance of late middle-aged adults: Contrastind Self-Stereotyping and Stereotype Threat Accounts of Assimilation to age stereotypes. *Social Cognition*, *24*(3), 338-358.
- Osborne, J. W. (2001). Testing stereotype threat: Does anxiety explain race and sex differences in achievement? *Contemporary Educational Psychology*, *26*, 291-310.
- Oswald, D. L., & Harvey, R. D. (2000). Hostile environments, stereotype threat, and math performance among undergraduate women. *Current Psychology*, *19*(4), 338-356.
- Ployhart, R. E., Ziegert, J. C., & McFarland, L. A. (2003). Understanding Racial Differences on Cognitive Ability Tests in Selection Contexts: An Integration of Stereotype Threat and Applicant Reactions Research. *Human Performance*. Vol. 16, No. 3, 231-259.
- Pronin, E., Steele, C. M., & Ross, L. (2004). Identity bifurcation in response to stereotype threat: Women and mathematics. *Journal of Experimental Social Psychology*, *40*, 152–168.
- Pyszczynski, T. A., & Greenberg, J. (1987). Toward an integration of cognitive and motivational perspectives on social inference: A biased hypothesis-testing model. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, *20*, 297-340. San Diego, CA: Academic.
- Reed, M. B., & Aspinwall, L. G. (1998). Self-Affirmation Reduces Biased Processing of Health-Risk Information. *Motivation and Emotion*, *22*(2), 99 – 132.
- Ryan, K. E., & Ryan, A. M. (2005). Psychological Processes Underlying Stereotype Threat and Standardized Math Test Performance. *Educational Psychologist*, *40*(1), 53–63.
- Sachs, P. R. (1982). Avoidance of diagnostic information in self-evaluation of ability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *8*, 242-246.
- Scherman, D. A. K., Nelson, L. D., & Steele, C. M. (2000). Do messages about health risks threaten the self? Increasing the acceptance of threatening health messages via self-affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *10*, 80-83.
- Schimmel, J., Arndt, J., Banko, K. M., Cook, A. (2004). Not all Self-Affirmations were created equal: the Cognitive and Social Benefits of Affirming the Intrinsic (vs. Extrinsic) Self. *Social Cognition*, *22*(1), 75-99

- Schmader, T., & Johns, M. (2003). Converging Evidence That Stereotype Threat Reduces Working Memory Capacity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 440–452.
- Sedikides, C., & Strube, M. J. (1997). Self-evaluation: To thine own self be good, to thine own self be sure, to thine own self by true, and to thine own self be better. In M. P. Shih, M., Pittinsky, T. L., & Ambady, N. (2000). Stereotype susceptibility: Identity salience and shifts in quantitative performance. *Psychological Science*, 10, 80–83.
- Smith, J. L. (2004). Understanding the Process of Stereotype Threat: A Review of Mediation Variables and New Performance Goal Directions. *Department of Psychology. Plenum Publishing Corporation*, 54(3/4), 287-296.
- Spencer, K. I., Bryant, A. Y., Bonneau, K., Landerman, L. R., & Thompson, R. (2004). *Race, Stereotype Threat, and Classroom Performance: Tests of Social Psychological Mechanisms*. San Francisco: American Sociological Association.
- Steele, C. M. (1988). The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self. In Berkowitz, L. (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 261–302). New York: Academic Press.
- Steele, C. M., & Aronson, J. A. (1995). Stereotype Threat Does Not Live by Steele and Aronson. *American Psychological Association*, 59(1), 47–55.
- Steele, C. M., Spencer, S. J., & Lynch, M. (1993). Self-image resilience and dissonance: The role of affirmational resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 885 – 896.
- Spencer, S. J., Fein, S., & Lomore, C. D. (2001). Maintaining One's Self-Image Vis-à-Vis Others: The Role of Self-Affirmation in the Social Evaluation of the Self. *Motivation and Emotion*, 25(1), 41 – 64.
- Spencer, S. J., Steele, C. M., & Quinn, D. M. (1999). Stereotype threat and women's math performance. *Journal of Experimental Social Psychology*, 35, 4–28.
- Spencer, K. I., Bryant, A. Y., Bonneau, K., Landerman, L. R., & Thompson, R. (2004). *Race, Stereotype Threat, and Classroom Performance: Tests of Social Psychological Mechanisms*. San Francisco: American Sociological Association.
- Stone, J., & Cooper, J. (2001). A self-standards model of cognitive dissonance. *Journal of Experimental Social Psychology*, 37, 228 – 243.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. *Advances in experimental social psychology*, 21, 181-227.

- Thibodeau, R., & Aronson, E. (1992). Taking a closer look: Reasserting the role of the selfconcept in dissonance theory. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *18*, 591-602.
- Watson, G. W., Papamarcos S. D., Teague B. T., & Bean C. (2004). Exploring the Dynamics of Business Values: A Self-affirmation Perspective. *Journal of Business Ethics*, *49*, 337–346.
- Wout, D. A. (2003). *Stereotype Threat: A Group Threat or a Self Threat?* Washington: District of Columbia; US: American Psychological Association.
- Wyer, R. S., & Frey, D. (1983). The effects of feedback about self and others on the recall and judgments of feedback-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology*, *19*, 540-559.
- Zukerman, M., Brown, R. H., Fischler, G. L., Fox, G. A., Lathin, D. R., & Minesian, A. J. (1979). Determinants of information seeking behavior. *Journal of Research in Personality*, *13*, 161-174.
- Zuckerman, M., Kieffer, S. C., & Knee, R. C. (1998). Consequences of self-handicapping: Effects on coping, academic performance, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 1619-1628.

Bibliogrāfija

- Allport, G. W., Vernon, P. E., & Lindzey, G. (1960). *Study of values (3rd ed.)*. Boston: Houghton Mifflin.
- Armor, D. A., & Taylor, S. E. (1998). Situated optimism: Specific outcome expectancies and self-regulation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* *30*, (pp. 309-379). San Diego, CA: Academic Press.
- Beauregard, K. S., & Dunning, D. (1998). Turning up the contrast: Self-enhancement motives prompt egocentric contrast effects in social judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 606 – 621.
- Beck, B. L., Koons, S. R., & Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem, and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality*, *15*, 3-13.
- Boney-McCoy, S., Gibbons, F. X., & Gerrard, M. (1999). Self-esteem, compensatory selfenhancement, and the consideration of health risks. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*, 954 – 965.

- Breznitz, S. (1983). The seven kinds of denial. In S. Breznitz (Ed.), *The denial of stress* (pp. 257-286). New York: International Universities Press.
- Bock, R. D., & Koiakowski, D. (1973). Further evidence of sex linked major-gene influence on hitman spatial visualizing ability. *American Journal of Human Genetics*, 25, 1-14.
- Brown, J. D. (1990). Evaluating one's abilities: Shortcuts and stumbling blocks on the road to self-knowledge. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 149-167.
- Brown, J. D., & Dutton, K. A. (1995). Truth and consequences: The costs and benefits of accurate self-knowledge. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 1288-1296.
- Brown, R. P., & Josephs, R. A. (1999). Stereotype relevance and gender differences in math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 246-257.
- Candinu, M. Maass, A. Rosabianca, A., & Kiesner, J. (2005). Why Do Women Underperform Under Stereotype Threat? Evidence for the Role of Negative Thinking. *American Psychological Society*, 16(7), 572-578.
- Cigankova, O. (2005). *Dzimuma stereotipi un to ietekme uz cilvēka uzvedību*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cigankova, O. (2007). *Paškategorizācijas ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cigankova, O. (2006). *Humora ietekme uz stereotipu draudiem sievietēm*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Cohen, G. L., Aronson, J., & Steele, C. M. (2000). When beliefs yield to evidence: Reducing biased evaluation by affirming the self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1151 – 1164.
- Creswell, J. D., Welch, W. T., Taylor, S. E., Sherman, D. K., Gruenewald, T. L., & Mann, T. (2005). Affirmation of personal values buffers neuroendocrine and psychological stress responses. *Psychological Science*, 16, 846 – 851.
- Croizet, J., & Claire, T. (1998). Extending the concept of stereotype threat to social class: The intellectual underperformance of students from low socioeconomic backgrounds. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(6), 588-594.
- Ditto, P. H., & Croyle, R. T. (1995). Understanding the impact of risk factor test results: Insights from a basic research program. In R. T. Croyle (Ed.), *Psychosocial effects of Screening for disease prevention and detection* (pp. 144-181). New York: Oxford University Press.
- Ditto, P. H., & Lopez, D. F. (1992). Motivated skepticism: Use of differential decision criteria for preferred and nonpreferred conclusions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 568-584.

- Dweck, C. S., & Licht., B. G. (1980). Learned helplessness and intellectual achievement. In J. Garber, & M. E. P. Seligman (Eds.), *Human helplessness. Theory and applications* (pp. 197-221). New York: Academic Press.
- Eccles, J. (1983). Expectancies, values and academic behaviors. In J. T. Spence (Ed.), *The development of achievement motivation* (pp. 283–331). Greenwich, CT: JAI.
- Fennema, E., & Peterson, P. (1985). Autonomous learning behavior: A possible explanation of gender-related differences in mathematics. In L. C. Wilkinson & C. B. Marrett (Eds.). *Gender influences and classroom interaction* (pp. 17-35). Orlando: Academic Press.
- Festinger, L., & Carlsmith, J. (1959). Cognitive Consequences of Forced Compliance. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 58*, 203–210.
- Galinsky, A. D., Stone, J., & Cooper, J. (2000). The reinstatement of dissonance and psychological discomfort following failed affirmation. *European Journal of Social Psychology, 30*, 123 – 147.
- Gilovich, T., Kerr, M., & Medvec, V. H. (1993). Effect of temporal perspective on subjective confidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 552–560.
- Giner-Sorolla, R., & Chaiken, S. (1997). Selective use of heuristic and systematic processing under defense motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*, 84-97.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist, 35*, 603-618.
- Grube, J., Mayton, D., & Ball-Rokeach, S. (1994). Inducing Change in Values, Attitudes and Behaviors: Belief System Theory and the Method of Value Self-Confrontation. *Journal of Social Issues, 50*(4), 153–173.
- Harber, K. D. (2005). Self-esteem and affect as information. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 276 – 288.
- Harvey, R. D., & Oswald, D. L. (2000). Collective guilt and shame as motivation for White support of Black programs. *Journal of Applied Social Psychology, 30*, 1790 – 1811.
- Hyde, J. S., Fennema, E., & Lamon, S. J. (1990). Gender differences in mathematics performance: A meta-analysis. *Psychological Buletin, 107*, 139-155.
- James, W. (1910). *Psychology: The briefer course*. New York: Henry Holt.
- Kaplan, A., & Krueger, J. (1999). Compliance after threat: Self-affirmation or selfpresentation? *Current Research in Social Psychology, 4* (7).
- Keller J., (2002). Blatant Stereotype Threat and Women's Math Performance: Self-Handicapping as a Strategic Means to Cope With Obtrnsive Negative Performance Expectations. *Sex Roles, 47*(3/4).

- Khan, S. R. (2002). Stereotyping from the perspective of perceivers and targets. In W. J. Lonner D. L. Dinnel S. A. Hayes & D. N. Sattler (Eds.). *Online Readings in Psychology and Culture*. USA: Washington.
- Klein, W. M., & Weinstein, N. D. (1997). Social comparison and unrealistic optimism about personal risk. In B. P. Buunk & F. X. Gibbons (Eds.), *Health coping, and well-being: Perspectives from social comparison theory* (pp. 25-61). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kray, L. J., Thompson, L. A., & Galinsky. (2001). Battle of the Sexes: Gender Stereotype Confirmation and Reactance in Negotiations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 942-958.
- Kristiansen, C., & Zanna, M. (1994). The Rhetorical Use of Values to Justify Social and Intergroup Attitudes. *Journal of Social Issues*, 50(4), 47–65.
- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*, 108, 480-498.
- Lazarus, R. S. (1983). The costs and benefits of denial. In S. Breznitz (Ed.), *The denial of stress* (pp. 1-30). New York: International Universities Press.
- Levy, B. (1996). Improving memory in old age through implicit self-stereotyping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1092–1107.
- Martens, A., Johns, M., Greenberg, J., & Schimel, J. (2006). Combating *stereotype threat*: The effect of self-affirmation on women’s intellectual performance. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42(2), 236-243.
- Marx, D. M., & Stapel, D. A. (2006). Distinguishing Stereotype Threat From Priming Effects: On the Role of the Social Self and Threat-Based Concerns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(2), 243–254.
- McGregor, I., Zanna, M. P., Holmes, J. G., & Spencer, S. J. (2001). Compensatory conviction in the face of personal uncertainty: Going to extremes and being oneself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 472 – 488.
- McGuire, W. J., & McGuire, C. V. (1996). Enhancing self-esteem by directed-thinking tasks: Cognitive and affective positivity asymmetries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1117 – 1125.
- McQueen A., & Klein, W. M. P. (2006). Experimental Manipulations of Self-Affirmation: A Systematic Review. *Self and Identity*, 5, 289 – 354.
- Murray, S. L., Bellavia, G., Feeney, B., Holmes, J. G., & Rose, P. (2001). The contingencies of interpersonal acceptance: When romantic relationships function as a self-affirmational resource. *Motivation and Emotion*, 25, 163 – 189.

- Murray, S. L., Holmes, J. G., MacDonald, G., & Ellsworth, P. C. (1998). Through the looking glass darkly? When self-doubts turn into relationship insecurities. *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*, 1459 – 1480.
- O'Brien, L. T. (2006). Memory performance of late middle-aged adults: Contrastind Self-Stereotyping and Stereotype Threat Accounts of Assimilation to age stereotypes. *Social Cognition*, *24*(3), 338-358.
- Osborne, J. W. (2001). Testing stereotype threat: Does anxiety explain race and sex differences in achievement? *Contemporary Educational Psychology*, *26*, 291-310.
- Oswald, D. L., & Harvey, R. D. (2000). Hostile environments, stereotype threat, and math performance among undergraduate women. *Current Psychology*, *19*(4), 338-356.
- Pronin, E., Steele, C. M., & Ross, L. (2004). Identity bifurcation in response to stereotype threat: Women and mathematics. *Journal of Experimental Social Psychology*, *40*, 152–168.
- Pyszczynski, T. A., & Greenberg, J. (1987). Toward an integration of cognitive and motivational perspectives on social inference: A biased hypothesis-testing model. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, *20*, 297-340. San Diego, CA: Academic.
- Reed, M. B., & Aspinwall, L. G. (1998). Self-Affirmation Reduces Biased Processing of Health-Risk Information. *Motivation and Emotion*, *22*(2), 99 – 132.
- Ryan, K. E., & Ryan, A. M. (2005). Psychological Processes Underlying Stereotype Threat and Standardized Math Test Performance. *Educational Psychologist*, *40*(1), 53–63.
- Sachs, P. R. (1982). Avoidance of diagnostic information in self-evaluation of ability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *8*, 242-246.
- Scherman, D. A. K., Nelson, L. D., & Steele, C. M. (2000). Do messages about health risks threaten the self? Increasing the acceptance of threatening health messages via self-affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *10*, 80-83.
- Schimmel, J., Arndt, J., Banko, K. M., & Cook, A. (2004). Not all Self-Affirmations were created equal: the Cognitive and Social Benefits of Affirming the Intrinsic (vs. Extrinsic) Self. *Social Cognition*, *22*(1), 75-99
- Schmader, T., & Johns, M. (2003). Converging Evidence That Stereotype Threat Reduces Working Memory Capacity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(3), 440–452.
- Sedikides, C., & Strube, M. J. (1997). Self-evaluation: To thine own self be good, to thine own self be sure, to thine own self by true, and to thine own self be better. In M. P.

- Shih, M., Pittinsky, T. L., & Ambady, N. (2000). Stereotype susceptibility: Identity salience and shifts in quantitative performance. *Psychological Science, 10*, 80–83.
- Shrauger J. S., (1972). Self-esteem and reactions to being observed by others. *Journal of Personality and Social Psychology, 23*, 184–191.
- Simon, L., Greenberg, J., & Brehm, J. (1995). Trivialization: The forgotten mode of dissonance reduction. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 247–260.
- Smith, J. L. (2004). Understanding the Process of Stereotype Threat: A Review of Mediational Variables and New Performance Goal Directions. *Department of Psychology. Plenum Publishing Corporation, 54*(3/4), 287-296.
- Spencer, K. I., Bryant, A. Y., Bonneau, K., Landerman, L. R., & Thompson, R. (2004). *Race, Stereotype Threat, and Classroom Performance: Tests of Social Psychological Mechanisms*. San Francisco: American Sociological Association.
- Steele, C. M. (1988). The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self. In Berkowitz, L. (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 261–302). New York: Academic Press;.
- Steele, C. M. (1975). Name calling and compliance. *Journal of Personality and Social Psychology, 31*, 361-369.
- Steele, C. M., & Aronson, J. A. (1995). Stereotype Threat Does Not Live by Steele and Aronson. *American Psychological Association, 59*(1), 47–55.
- Steele, C. M., & Liu, T. J. (1983). Dissonance processes as self-affirmation. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 5 – 19.
- Steele, C. M., & Liu, T. J. (1981). Making the dissonance act unreflective of the self: Dissonance avoidance and the expectancy of a value-affirming response. *Personality and Social Psychology Bulletin, 7*, 387-393.
- Steele, C. M., Spencer, S. J., & Lynch, M. (1993). Self-image resilience and dissonance: The role of affirmational resources. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 885-896.
- Spencer, S J., Fein, S., & Lomore, C. D. (2001). Maintaining One's Self-Image Vis-à-Vis Others: The Role of Self-Affirmation in the Social Evaluation of the Self. *Motivation and Emotion, 25*(1), 41 – 64.
- Spencer, S. J., Steele, C. M., & Quinn, D. M. (1999). Stereotype threat and women's math performance. *Journal of Experimental Social Psychology, 35*, 4–28.
- Spencer, K. I., Bryant, A. Y., Bonneau, K., Landerman, L. R., & Thompson, R. (2004). *Race, Stereotype Threat, and Classroom Performance: Tests of Social Psychological Mechanisms*. San Francisco: American Sociological Association.

- Stone, J., & Cooper, J. (2001). A self-standards model of cognitive dissonance. *Journal of Experimental Social Psychology, 37*, 228 – 243.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin, 103*, 193-210.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. *Advances in experimental social psychology, 21*, 181-227.
- Thibodeau, R., & Aronson, E. (1992). Taking a closer look: Reasserting the role of the selfconcept in dissonance theory. *Personality and Social Psychology Bulletin, 18*, 591-602.
- Watson G. W., Papamarcos S. D., Teague B. T., & Bean C. (2004). Exploring the Dynamics of Business Values: A Self-affirmation Perspective. *Journal of Business Ethics, 49*, 337–346.
- Weick, K.: 1995, *Sense Making in Organizations* (Sage, Thousand Oaks, CA).
- Wiesenfeld, B., Brockner, J., & Martin, C. (1999). A Self-Affirmation Analysis of Survivor's Reactions to Unfair Organizational Downsizing. *Journal of Experimental Social Psychology, 35*(5), 441–460.
- Wout, D. A. (2003). *Stereotype Threat: A Group Threat or a Self Threat?* Washington: District of Columbia; US: American Psychological Association.
- Wyer, R. S., & Frey, D. (1983). The effects of feedback about self and others on the recall and judgments of feedback-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology, 19*, 540-559.
- Zukerman, M., Brown, R. H., Fischler, G. L., Fox, G. A., Lathin, D. R., & Minesian, A. J. (1979). Determinants of information seeking behavior. *Journal of Research in Personality, 13*, 161-174.
- Zuckerman, M., Kieffer, S. C., & Knee, R. C. (1998). Consequences of self-handicapping: Effects on coping, academic performance, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 1619-1628.

Aplicinu, ka šis ir Olgas Cigankovas oriģināls darbs

29 maijs 2009 gads

Paraksts_____

Pielikums**Matemātiskie un loģiskie uzdevumi ar instrukciju pētāmām grupām**