

روان شناسی اجتماعی در عمل

مداخلات مبتنی بر شواهد از نظریه تا عمل

۳۷. ۶۲. ۲۰

۱۱۸/۹۹

تألیف :

سایمان نبرگ و مایکل ال. دبلیو. ولیک

ترجمه :

دکتر عزالدین حاجیک اسمعیلی

عضو هیئت علمی دانشگاه خوارزمی

پرستو حسن زاده

دانشجوی دکتری دانشگاه پیام نور



روان‌شناسی اجتماعی در عمل / تألیف : کای ساسنبرگ و مایکل ال. دبلیو. ولیک؛ ترجمه : دکتر عزیزالله تاجیک اسمعیلی، پرستو حسن‌زاده... تهران: نشر روان، ۱۳۹۹.
هجده - ۳۱۰ ص، مصور، جدول.

ISBN : 978-600-8352-43-3

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.
عنوان اصلی:

Social Psychology in Action: Evidence-Based Interventions from Theory to Practice,
c2019.

موضوع : روان‌شناسی اجتماعی

رده‌بندی کنگره : HM ۱۰۳۳

رده‌بندی دیویی : ۳۰۲

شماره کتابشناسی ملی : ۷۳۲۸۶۶۹

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز خواننده گرام، این کتاب حاصل دسترنج چندین‌ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. پیامد این عمل ناصواب موجب بی‌اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز محیطی ناسالم جهت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان خود شما و فروردان نیز خواهد شد.

سایت

www.Ravabook.com

پست الکترونیکی

ravan_shams@yahoo.com

□ روان‌شناسی اجتماعی در عمل (مداخلات مبتنی بر راهبرد از نظریه تا عمل)

□ تألیف : کای ساسنبرگ و مایکل ال. دبلیو. ولیک

□ ترجمه : دکتر عزیزالله تاجیک اسمعیلی، پرستو حسن‌زاده

□ ناشر : روان

□ نوبت چاپ : اول، آذر ۱۳۹۹

□ لیتوگرافی : طیف‌نگار چاپ : شاهین صحافی : چاوش

□ شمارگان : ۱۱۰۰ تعداد صفحات : ۳۲۸ صفحه

□ قیمت : ۶۰۰,۰۰۰ ریال

ISBN : 978-600-8352-43-3

□ شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۵۲-۴۳-۳

مرکز پخش : تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان پنجم و ششم، پلاک ۶۳

تلفکس : ۸۸۹۶۲۷۰۷

۸۸۹۶۵۲۲۸

۸۸۹۶۷۷۰۴

تلفن : ۹ - ۸۸۹۷۳۳۵۸



1. *What is the purpose of this document?*
 2. *What are the main findings of the study?*
 3. *What are the implications of the findings?*
 4. *What are the limitations of the study?*
 5. *What are the conclusions of the study?*

۳. نظر به استفاده از مدار قدرت خازنی دارای:

۲۰	سوگیری انتشار.....
۲۱	تعدیل و میانجی‌گری.....
۲۳	فراتحلیل.....
۲۴	گزارش‌های تکرار تأییدشده.....
۲۵	بحث.....
۲۶	خلاصه فصل.....
۲۷	منابع پیشنهادی برای مطالعه.....

■ فصل ۲: نظریه آمایه ذهنی درباره مراحل عمل و برنامه‌ریزی «اگر - آنگاه» — ۲۹

۲۹	مقدمه.....
۳۱	نظریه آمایه ذهنی درباره مراحل عمل.....
۳۴	آمایش ذهنی.....
۳۵	تأثیر و پیشرفت‌ها.....
۳۶	مقاصد اجرای.....
۳۹	فرایندها، عوامل تعدیل‌کننده شناختی.....
۴۲	کاربرد.....
	مطالعه نمونه: پرکردن شکاف، تعدیل رفتار: القای مقاصد اجرایی از طریق جذبه‌های
۴۴	متقاعدکننده (فنیس، ادریانز، اتره و پل، ۲۰۱۱).....
۴۶	خلاصه فصل.....
۴۷	منابع پیشنهادی برای مطالعه.....

■ فصل ۳: فراتر از کمیت انگیزش: کیفیت انگیزش در نظریه خودتعیین‌گری — ۴۹

۴۹	مقدمه.....
۵۱	انواع انگیزش.....
۵۲	انگیزش، انگیزش کنترل‌شده و انگیزش خودمختار.....
۵۳	اندازه‌گیری و پیامدهای انگیزش خودمختار و کنترل‌شده.....
۵۵	پیامدهای انگیزش خودمختار و کنترل‌شده.....
۵۶	پیشایندهای انگیزش خودمختار و کنترل‌شده.....
۵۸	نیازهای روان‌شناختی اساسی: تعریف و تقویت زمینه‌ای.....
۶۰	انگیزش خودمختار در مراقبت از سلامت و آموزش.....
۶۴	سخن آخر.....
۶۴	خلاصه فصل.....
۶۵	منابع پیشنهادی برای مطالعه.....

■ فصل ۴: راهبردهای خودتنظیمی و تناسب تنظیمی

۶۷	مقدمه
۶۹	سلسله‌مراتب انگیزشی: انگیزه‌ها، اهداف و راهبردها
۷۰	راهبردهای خودتنظیمی
۷۰	تمرکز تنظیمی
۷۴	اثر پیشرفت محوری در مقابل بازداری محوری
۷۸	افزایش انگیزش از طریق تناسب تنظیمی
۷۹	تناسب تنظیمی در عرصه عمل
۸۱	خودتنظیمی و تناسب تنظیمی در ارتباطات سلامت
۸۵	خلاصه فصل
۸۶	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۵: عادت و تغییر عادت

۸۷	مقدمه
۸۸	تعریف عادت
۸۹	پیامدهای خوگیری
۹۲	اندازه‌گیری عادت
۹۴	دیدگاه‌هایی درباره تغییر دادن عادت
۹۶	استفاده از مقاصد اجرایی برای تغییر دادن عادت
۹۷	ترک عادت
۱۰۱	برخی نکات
۱۰۲	آزمون فرضیه ترک عادت در یک آزمایش میدانی
۱۰۶	سخن آخر
۱۰۶	خلاصه فصل
۱۰۷	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۶: نظریه واکنش

۱۰۹	مقدمه
۱۱۱	نظریه واکنش
۱۱۱	آزادی و تهدید آزادی
۱۱۲	انگیزش واکنش
۱۱۳	تلاش برای واکنش

۱۱۳	انگیزش واکنش چیست: اندازه‌گیری حالت
۱۱۴	مقیاس‌های خودسنجی
۱۱۴	سنجه‌های فیزیولوژیکی و عصب - روان‌شناختی
۱۱۵	عوامل تعیین‌کننده واکنش
۱۱۵	انتظار آزادی، اهمیت آزادی و میزان تهدید
۱۱۶	باور به توانایی احیای آزادی
۱۱۷	واکنش نیابتی و خویشتن
۱۱۹	کاربردهای واکنش
۱۲۰	پژوهش‌های متقاعدسازی
۱۲۱	کاهش دادن واکنش
۱۲۲	نیروی انگیزشی واکنش: خودجهت‌دهی
۱۲۳	خودتنظیمی
۱۲۵	تأثیر شدت تلاش‌های نفوذ اجتماعی بر تلاش برای واکنش: یک مطالعه میدانی
۱۲۸	ارزش واکنش
۱۲۹	خلاصه فصل
۱۲۹	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۷: نظریه کانونی رفتار هنجاری

۱۳۱	نظریه اساسی
۱۳۳	هنجارهای اجتماعی توصیفی و تجویزی
۱۳۵	کانون هنجاری
۱۳۷	پژوهش در زمینه کاربردی
۱۳۹	منابع خودتنظیمی
۱۴۱	ارتباط با گروه مرجع هنجار
۱۴۳	استفاده از هنجارهای اجتماعی توصیفی یا تجویزی برای تغییر دادن رفتار
۱۴۴	شرح مفصل یک مطالعه
۱۵۰	خلاصه فصل
۱۵۰	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۸: وابستگی متقابل اجتماعی و ترویج یادگیری مشارکتی

۱۵۳	مقدمه
۱۵۵	وابستگی متقابل اجتماعی

۱۵۶	فرایندهای روان‌شناختی دخیل در وابستگی متقابل اجتماعی
۱۵۸	همکاری
۱۶۱	روش‌های یادگیری مشارکتی
۱۶۳	وابستگی متقابل مثبت و مقایسه اجتماعی
۱۶۶	همکاران الهام‌بخش و تهدیدکننده
۱۶۷	تهدید شایستگی
۱۶۸	ترویج روش‌های مشارکتی
۱۷۲	خلاصه فصل
۱۷۳	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۹: نظریه هویت اجتماعی ۱۷۵

۱۷۵	گروه‌ایی که شما عذری از آن‌ها هستید
۱۷۶	اصول نظریه هویت اجتماعی
۱۷۶	گروه‌ها تنها در ذهن آن‌ها
۱۷۸	از طبقه تا هویت
۱۸۱	وقتی که هویت اجتماعی منفی است
۱۸۳	کاربرد نظریه هویت اجتماعی در سیاست
۱۸۵	کاربرد نظریه هویت اجتماعی در روان‌شناسی سازمانی
۱۸۷	مدیران می‌توانند یک هویت مشترک را تحریف کنند
۱۸۸	چه چیزی موجب جذابیت محل کار می‌شود؟
۱۹۰	تلاش مضاعف
۱۹۱	مدیریت کردن تنوع
۱۹۲	مداخله کردن برای بهبود تماس میان‌گروهی و همکاری
۱۹۴	خلاصه فصل
۱۹۴	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۱۰: نظریه تماس میان‌گروهی ۱۹۵

۱۹۵	مقدمه
۱۹۷	آیا تماس میان‌گروهی امکان‌پذیر است؟
۲۰۰	اشکال گوناگون تماس میان‌گروهی
۲۰۳	تماس میان‌گروهی چه زمانی و چرا مؤثر واقع می‌شود؟
۲۰۴	عوامل تعدیل‌کننده اثرات تماس
۲۰۶	عوامل میانجی اثرات تماس

۲۰۶	اثرات نامطلوب و ناخواسته تماس میان‌گروهی
۲۰۷	مداخلات تماس میان‌گروهی
۲۰۹	مثالی از مداخله تماس مستقیم
۲۱۱	مثالی از مداخله تماس غیرمستقیم
۲۱۴	خلاصه فصل
۲۱۴	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۱۱: پیش‌داوری ناآشکار

۲۱۵	مقدمه
۲۱۶	پیش‌داوری چیست؟
۲۱۷	پیش‌داوری چگونه قضاوت و رفتار را شکل می‌دهد؟
۲۱۸	مرحله اول: ارزی خودانگیخته
۲۱۸	مرحله دوم: عمل
۲۱۸	مرحله سوم: اح
۲۲۰	عوامل تسهیل‌کننده پیش‌داوری ناآشکار
۲۲۱	فشار زمانی
۲۲۱	منابع شناختی محدود
۲۲۲	ابهام
۲۲۲	فقدان انگیزه (بی‌انگیزگی)
۲۲۳	پیش‌داوری ناآشکار در عمل
۲۲۵	تکلیف تیراندازی اول شخص
۲۲۹	اشارات ضمنی عملی
۲۳۰	نکات مهم
۲۳۱	خلاصه فصل
۲۳۲	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۱۲: نظریه آمایه ذهنی

۲۳۳	مقدمه
۲۳۵	نظریه فزاینده‌گی در برابر نظریه جوهری
۲۳۶	اندازه‌گیری نظریه‌های ضمنی
۲۳۶	ثبات نظریه‌های ضمنی
۲۳۷	منشأ نظریه‌های ضمنی
۲۳۸	مکانیزم‌ها: نظریه‌های ضمنی در نظام‌های معنایی عمل می‌کنند

۲۳۹	اهداف یادگیری و عملکرد
۲۴۰	باورهای مربوط به تلاش
۲۴۱	اسنادها
۲۴۲	راهبردهای تسلط محور و درماندگی
۲۴۴	کاربرد نظریه آمایه ذهنی در زمینه پرخاشگری در روابط میان فردی
۲۴۹	خلاصه فصل
۲۵۰	منابع پیشنهادی برای مطالعه

بخش دوم: تلفیق بینش های نظری: نشان دادن رفتار پیچیده انسان

■ فصل ۱۱: سیری رو به کلک: دو مداخله رفتاری برای افزایش پس انداز — ۲۵۳

۲۵۳	اهمیت پول داشتن و پس انداز کردن مقداری از آن
۲۵۵	چرا پس انداز؟ دیدن اسان نیست
۲۵۷	مداخله «برای فردی کمتر پس انداز کنید»
۲۵۹	هدف گذاری برای پس انداز: باید خاص تر باشیم
۲۶۱	مداخله مبتنی بر نظارت بر پیشرفت هدف
۲۶۵	سخن آخر
۲۶۵	خلاصه فصل
۲۶۶	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۱۴: رسانه های اجتماعی به عنوان منابع هیجان ها — ۲۶۷

۲۶۷	مقدمه
۲۶۸	رسانه های اجتماعی
۲۷۰	هیجان ها
۲۷۱	سرمایه گذاری
۲۷۳	سرایت هیجانی
۲۷۳	رویکرد میدانی
۲۷۵	رویکرد پیمایشی
۲۷۶	رویکرد آزمایشی
۲۷۸	نظریه مقایسه اجتماعی
۲۸۱	مدنظر قراردادن قابلیت رسانه های اجتماعی
۲۸۴	فیس بوک و غبطه خوردن: کاربرد در رفتار مصرف کننده

۲۸۷	خلاصه فصل
۲۸۷	منابع پیشنهادی برای مطالعه

■ فصل ۱۵: گذشت میان‌گروهی: تقابل میان آنچه هستیم و آنچه روایت می‌کنیم - ۲۸۹

۲۸۹	مقدمه
۲۹۰	رنج جمعی: آسیب رساندن به من در مقابل آسیب رساندن به ما
۲۹۲	باورهای قربانی: داستان‌هایی که درباره رنج‌مان روایت می‌کنیم
۲۹۳	باورهای قربانی تطبیقی (مقایسه‌ای)
۲۹۶	ما همان باورهایمان هستیم
۲۹۷	گذشت میان‌گروهی
۳۰۱	مداخلات: باورهای قربانی و هویت چگونه تعامل می‌کنند
۳۰۴	سود شخص: درباره ما چه فکری می‌کنند؟
۳۰۶	آیا می‌توانیم تغییر کنیم؟
۳۰۷	محدودیت و پیامدهای ناخواسته گذشت
۳۰۹	خلاصه فصل
۳۰۹	منابع پیشنهادی برای مطالعه

مقدمه نویسندگان

در این کتاب، از دانشمندان برجسته در حوزه روان‌شناسی اجتماعی نام برده‌ایم تا نشان دهیم که چگونه نظریه‌ها و مفاهیم کلیدی می‌توانند برای حل مسائل اجتماعی و عملی به کار روند. ما برای نشان دادن اینکه چگونه نظریه‌های اصلی و مفاهیم زمینه‌ساز آن‌ها به پیش‌بینی و تبیین رفتار کمک می‌کنند، به ادبیات روان‌شناسی اجتماعی پرداخته‌ایم و بر نظریه‌ها و مدل‌های اساسی تمرکز کرده‌ایم که در موقعیت‌های گوناگون (از مداخلات در کلاس درس تا رفتار سلامت و از تغییر مالی تا کاهش پیش‌داوری و رفتار تبعیض‌آمیز) با موفقیت مورد استفاده قرار گرفته‌اند. امیدواریم که مطالب این کتاب به آگاه‌سازی بیشتر متخصصان حوزه تغییر رفتار کمک کرده، دانشجویان روان‌شناسی و رفتار انسان را برای استفاده از دانش‌شان در مشاغل که بعدها به مدد می‌کنند، آماده کند.

از آنجا که نظریه‌ها جایگ، ویژه‌ای دارند، در فصل اول به این پرسش اساسی پاسخ می‌دهیم که «نظریه خوب کدام است؟» و دربارهٔ موضوع اساسی بحث می‌کنیم: (۱) معیارهای ارزیابی کیفیت نظریه‌های روان‌شناسی و (۲) معیارهای ارزیابی شواهد تجربی مرتبط با نظریه. در این فصل با توضیح یک نظریه خاص (مثلاً مدل‌های هیجانی هیجانی) و پژوهش‌های تجربی مرتبط با آن، دربارهٔ این معیارها بحث می‌کنیم. معیارهای مورد بحث می‌توانند برای بسیاری از نظریه‌ها در پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی به کار روند. بنابراین علاوه بر اینکه با پژوهش‌های بنیادی ارتباط دارند، در پژوهش‌های کاربردی نشأت‌گرفته از نظریه هم به کار می‌روند.

باقی‌مانده کتاب به دو بخش اصلی تقسیم می‌شود. در بخش اول، در فصل به یک نظریه روان‌شناسی اجتماعی خاص می‌پردازد و رویکرد دوحله‌ای را اتخاذ می‌کند. اول، در بخش نظری به ارائه تعریف مفاهیم کلیدی و خلاصه نظریه می‌پردازد و شواهدی را برای اعتبار آن و محدودیت‌های حاصل از پژوهش بنیادی ارائه می‌کند. دوم، در بخش کاربردی به ارائه خلاصه‌ای از پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه‌های کاربردی می‌پردازد و جزئیاتی را دربارهٔ یک مطالعه خاص از جمله موقعیت کاربرد مربوطه ارائه می‌دهد. هدف بخش اول کتاب این است که نشان دهد نظریه و مجموعه مفاهیم زمینه‌ساز آن در یک موقعیت معین کدامند. در بخش دوم، فصل‌ها از رویکرد متفاوتی برخوردارند. از آنجا که مسائل دنیای واقعی اغلب بسیار پیچیده و متشکل از عوامل زیادی هستند که بر مسئله مورد بررسی تأثیر می‌گذارند، در این فصل‌ها با

استفاده از مفاهیم مربوطه و نظریه مرتبط با یک موضوع کاربردی، از زوایای دیگری به مسائل خاص پرداخته می‌شود. هدف بخش دوم این است که نشان دهد چگونه بینش‌های نظری گوناگون می‌توانند به منظور درک و مداخله در انواع موضوعات اجتماعی به‌طور معناداری تلفیق شوند.

بخش اول کتاب با سه فصل درباره نظریه‌های انگیزش آغاز می‌شود. نظریه آمایه ذهنی درباره مراحل عمل و مقاصد اجرایی در فصل دوم مطرح شده‌اند. نظریه آمایه ذهنی درباره مراحل عمل به توصیف چهار مرحله گوناگون می‌پردازد که افراد در خلال پیگیری هدف پشت سر می‌گذارند و فرایندهای شناختی خاصی (آمایه‌های ذهنی) را برای مقابله با درخواست‌های هر مرحله فعال می‌کنند. مقاصد اجرایی برنامه‌های «اگر-آن‌گاه» هستند که در راه‌اندازی پیگیری اهداف در سیر عقبت، های گوناگون (مثلاً وقتی فرصت‌ها از دست می‌روند) بسیار کارآمد عمل می‌کنند. این فصل به ارائه یک نمونه پژوهش میدانی (مطالعه تأثیر مقاصد اجرایی در تسهیل مصرف پایدار می‌پردازد که شواهدی را مبنی بر اثربخشی مقاصد اجرایی خارج از محیط آزمایشگاه ارائه می‌دهد.

در فصل سوم به نظریه خود تعیین‌گری اشاره می‌شود. نظریه خودتعیین‌گری برخلاف نظریه آمایه ذهنی درباره مراحل عمل با فاصله‌گیری هدف ارتباطی ندارد و به این موضوع می‌پردازد که آیا منبع انگیزش افراد خودکار است یا توسط عوامل بیرونی کنترل می‌شود، به عبارت دیگر آیا تلاش توسط فرد یا توسط سایرین تعیین می‌شود. این فصل به بررسی پیشایندها و پیامدهای سودمند انگیزش خودکار می‌پردازد. اعتبار بیرونی نظریه در یک مطالعه مداخله‌ای اثبات می‌شود. این مطالعه نشان می‌دهد که ارزش دادن معلمان برای تعلیم دانش‌آموزان به شیوه‌ای که انگیزش خودکار را تسهیل کند، موجب افزایش این نوع انگیزش و بهبود عملکرد دانش‌آموزان می‌شود.

در فصل چهارم به جنبه دیگری از انگیزش، مثلاً انتخاب ابزار و نظریه تمرکز تنظیمی پرداخته می‌شود که بینش‌هایی را درباره راهبردهای افراد برای انتخاب ابزار در خلال پیگیری هدف ایجاد می‌کند. به علاوه، نظریه تناسب تنظیمی نشان می‌دهد که هرچه تعهد بالاتر باشد، بین راهبرد ترجیحی افراد و نیازهای راهبردی زمینه (مثلاً وقتی افراد ترجیح می‌دهند به دقت عمل کنند و زمینه مستلزم همان راهبرد است) تناسب بیشتری وجود دارد. پس از بحث درباره زمینه‌های کاربردی گوناگون، یک مطالعه مداخله‌ای ارائه می‌شود که نشان می‌دهد متناسب

بودن راهبرد خودتنظیمی ترجیحی دریافت‌کنندگان پیام به فعالیت جسمی بیشتر می‌انجامد. در فصل‌های پنجم، ششم و هفتم بر انواع نفوذ اجتماعی تمرکز می‌شود. فصل پنجم به بحث دربارهٔ عادت‌ها و نحوهٔ تغییر آن‌ها می‌پردازد و توضیح می‌دهد که عادت‌ها چیستند و چگونه عمل می‌کنند، مثلاً اثرات پردازش اطلاعات، رابطه با مقاصد و دشواری تغییر عادت‌ها. شواهد حاصل از مطالعات انجام‌شده در دنیای واقعی نشان می‌دهد که نقل مکان (تغییر محیط اجتماعی فرد) با استفاده از رفتار پایدار (مثلاً رفتارهای صرفه‌جویی در انرژی) فرصتی را برای تغییر عادت فراهم می‌کند.

در فصل ششم دربارهٔ مقاومت انگیزشی در برابر نفوذ اجتماعی بحث می‌شود. این فصل دربارهٔ مفهوم واکنش روانی (حالت انگیزشی با هدف احیای آزادی) بحث می‌کند که اغلب در پاسخ به نفوذ اجتماعی، معمولاً روی می‌دهد. پیشایندها و پیامدهای گوناگون واکنش روانی مورد بحث قرار می‌گیرند. پس از آن به ذکر چند حوزه کاربردی و یک مطالعه کاربردی نظریهٔ واکنش روانی در رفتار سیگنال پرداخته می‌شود.

در فصل هفتم نظریهٔ قانونی رفتار (هنجار) مطرح می‌شود. هنجارها ابزارهای نفوذ اجتماعی هستند، چرا که میان‌برهای تصمیم‌گیری را برای نحوهٔ رفتارکردن در موقعیت‌های خاص در اختیار افراد قرار می‌دهند. آن‌ها به رفتار مناسب (هنجارهای توصیفی) با رفتار مناسب (هنجارهای تجویزی) اشاره می‌کنند. این فصل به توصیف شرایطی می‌پردازد که در آن هنجارها بر رفتار فرد تأثیر می‌گذارند. در نهایت، مطالعهٔ ما خله‌ای شواهدی را ارائه می‌کند مبنی بر اینکه اگر هنجارها به شیوهٔ صحیح ارائه شوند، می‌توانند رفتار دوستدار محیط را در افراد تحت تأثیر قرار دهند.

سه فصل بعدی به گروه‌های اجتماعی می‌پردازند. در فصل هشتم، مطالعهٔ وابستگی متقابل (نظریهٔ پیش‌بینی‌کنندهٔ الزام ادراک‌شده برای همکاری یا رقابت کردن حین انجام تکلیف) مطرح می‌شود. در این فصل دربارهٔ پیش‌شرط‌های همکاری موفقیت‌آمیز و مطالعه‌ای بحث می‌شود که نشان می‌دهد این پیش‌شرط‌ها تأثیر مثبتی بر همکاری در کلاس درس دارند.

فصل نهم از روابط میان‌فردی (و ساختار وابستگی متقابل) به روابط افراد در قالب گروه و نظریهٔ هویت اجتماعی تغییر جهت می‌دهد. این نظریه معتقد است که عضویت گروهی در شکل‌گیری خودپندارهٔ افراد یا به اصطلاح هویت اجتماعی نقش دارد. در این فصل به بازبینی پژوهش‌های انجام‌شده دربارهٔ هویت اجتماعی و کاربردهای آن‌ها در زمینه‌های سلامت و

سازمانی پرداخته می‌شود. اعتبار بیرونی نظریه در دو مطالعه توصیف‌کننده مداخله مبتنی بر هویت اجتماعی برای بهبود روابط میان‌گروهی در موقعیت آموزشی نشان داده می‌شود.

فصل دهم به روابط میان‌گروهی می‌پردازد و نظریه تماس میان‌گروهی را مطرح می‌کند که نشان می‌دهد تحت کدام شرایط تماس بین اعضای گروه‌های اجتماعی گوناگون در بهبود نگرش‌ها درباره برون‌گروه‌های مربوطه نقش دارد. همچنین، به ارائه دو مطالعه می‌پردازد که نشان‌دهنده بهبود موفقیت‌آمیز نگرش‌ها درباره اعضای برون‌گروه در تعارض‌های میان‌گروهی، مثلاً اسرائیلی‌ها و فلسطینی‌ها و هوتوها و توتسی‌ها در روآندا هستند.

بخش مربوط به نظریه‌ها و کاربرد آن‌ها با دو نظریه شناختی - اجتماعی به پایان می‌رسد. در فصل یازدهم رویکرد متفاوتی درباره روابط و اهداف میان‌گروهی (پیش‌داوری ناآشکار، یعنی نگرش‌ها به‌طور سودکار اعمال‌شده درباره گروه‌های خاص) اتخاذ می‌شود. این فصل به ارائه فرایندهای شناختی اجتماعی می‌پردازد که این نگرش‌ها از طریق آن‌ها بر رفتار افراد نسبت به اعضای این گروه‌ها اثر می‌گذارد. مطالعه مطرح‌شده در این فصل نشان می‌دهد که این نگرش‌ها می‌توانند به جهت بیشتر شلیک کردن افسران پلیس به مظنونان آمریکایی آفریقایی‌تبار در مقایسه با مظنونان اسپانیایی سفیدپوست منجر شوند.

در فصل دوازدهم نظریه آمایه ذهنی مطرح می‌شود که بین نظریه‌های جوهری (مفروضه افراد غیرمتخصص درباره اینکه ویژگی‌ها در یک زمینه خاص ثابت است) و نظریه‌های فزاینده (مفروضه افراد غیرمتخصص درباره اینکه ویژگی‌ها قابل تغییر هستند) تمایز قائل می‌شود. اشارات تلویحی این نظریه‌های ضمنی در سوزهای گوناگون مورد بررسی قرار گرفته و به این نتیجه‌گیری منتهی شده است که نظریه فزاینده در بسیاری از موارد، سودمند واقع می‌شود. این موضوع در یک مطالعه مداخله‌ای ثابت شد که نشان‌دهنده مزایای آمایه‌های ذهنی فزاینده برای قربانیان زورگویی بود.

در سه فصل پایانی در بخش دوم کتاب، بینش‌های نظری متعددی به منظور درک و مداخله در حل مسائل دنیای واقعی مورد استفاده قرار می‌گیرند. فصل سیزدهم به بررسی نحوه ارتقای رفتار مالی سالم (مثلاً پس‌انداز کردن برای رفع هزینه‌های غیرمنتظره و ضروری) می‌پردازد و درباره تعدادی از موانع روان‌شناختی (اجتماعی) بحث می‌کند که در ناتوانی افراد برای پس‌انداز پول برای نیازهای مالی آینده نقش دارند. این فصل با بحث درباره دو مطالعه مداخله‌ای به کارگیرنده این بینش‌ها برای اصلاح رفتار پس‌انداز به پایان می‌رسد.