

## Cognitive Dissonance 2

### ناهماهنگی شناختی (۲)

این برنامه آموزشی با پشتیبانی و حمایت بنیاد غیر انتفاعی آینه تهیه و تقدیم حضور شما عزیزان میشود. در این بسته آموزشی که صد جلسه خواهد بود، اصول درست فکر کردن بر اساس آموزه های تفکر نقادانه، (Critical Thinking) و با بهره گیری از آخرین یافته های علمی در زمینه تفکر، آموزش داده میشود. هدف از این برنامه آشنایی همگان با اصول درست اندیشیدن است تا از این طریق شاهد گسترش هر چه بیشتر عقل ورزی و خردگرایی در جامعه باشیم.

ناهماهنگی شناختی به طور کلی زمانی اتفاق می افتد (۱) که ذهن میزبان ایده ها، افکار و باورهای ضد و نقیض می شود و (۲) آگاهی از این افکار متناقض آرامش ذهنی را خدشه دار می سازد و (۳) انسان را به سمت اتخاذ راهکاری برای فائق آمدن بر این چالش سوق می دهد. میتوان برای آن سه مرحله را در نظر گرفت.

لیان فستینگر (Leon Festinger) برای اولین بار برای این پدیده نظریه ای ارائه کرد و آنرا مورد مطالعه تجربی قرار داد. چگونه فستینگر وارد این نوع مطالعات شد؟ زمانی که در دانشگاه مینسوتا بود درباره باورهای فرقه ای به رهبری خانم کیچ مطالبی خواند که به شدت توجه او را به این فرقه و باورهای آنها جلب کرد. اینها باور داشتند که پایان جهان نزدیک است و در تاریخی که رهبر آنها مشخص کرده بود، جهان به پایان می رسد.

پیروان حقیقی این فرقه از کار و تحصیل دست کشیدند و حتی همسران خود را ترک کردند. آماده سفری شدند که قرار بود به وسیله یک سفینه یا بشقاب پرنده انجام شود و کسانی که ایمان آورده اند را نجات دهد. طبق پیشگویی رهبر این فرقه قرار بود در روز واقعه جهان گرفتار سیل و بلایای طبیعی شود و همه چیز نابود شود.

فستینگر وقتی متوجه شد که گروهی این او هام را باور کرده و از زندگی و کار خود دست کشیده اند، علاقه مند شد ببیند بعد از اینکه روز واقعه از راه می رسد و اتفاقی نمی افتد، باورمندان این عقیده چه خواهند کرد و چه برخوردی با رهبر خود خواهند کرد. او و همکارش خود را جزو باورمندان این عقیده جا زدند و به این گروه پیوستند تا از نزدیک بتوانند مطالعه خود را دنبال کنند. روز واقعه از راه رسید، نه از سیل خبری شد و نه از بشقاب پرنده. رهبر این فرقه بیانیه ای داد و اعلام کرد خداوند به خاطر ایمان شما تصمیم خود را عوض کرد.

آنچه توجه فستینگر را به خود جلب کرد واکنش این افراد بعد از اینکه پیشگویی غلط از آب در آمد بود. آنها شروع کردند به دعوت دیگران به آیین خود!!!

اینجا برای پژوهشگر این پرسش پیش می آید که دلیل این کار چیست؟ چرا بعد از دیدن واقعیت برنگشتند و به مسیر خود ادامه دادند؟ وقتی انسان برای باوری هزینه بدهد، نمی تواند به راحتی بپذیرد که مسیری که آمده غلط بوده است.

علت اینکه برخی حکومت ها و فرقه های مذهبی جنگ راه می اندازند همین است که میخواهند از طریق کسانی که در این راه کشته می شوند، هزینه باور به این عقیده را در خانواده و اطرافیان آنها بالا ببرند تا بازگشت از آن سخت باشد. کسانی که در این حد هزینه داده باشند، هر سختی و فلاکتی را تحمل می کنند.

بطور کلی چهار دلیل وجود دارد که انسان از باور خود در مواجهه با واقعیت دست نکشد:

- وقتی برای باوری هزینه داده باشد.
- وقتی از داشتن باور و عقیده ای منفعت می برد.
- وقتی به رشد شناختی کافی نرسیده باشد.
- وقتی امیال و خواسته ها سگاندار ذهن باشند و احساسات و عقلانیت را به خدمت خود در آورد.

ناهماهنگی شناختی انسان را دچار تنش می کند و آرامش روانی را از او میگیرد. انسان آرام و قرار نخواهد داشت تا راهی پیدا کند و بیشتر وقت ها استراتژی ها و ترفند هایی را بکار میگیرد تا از این وضعیت خلاص شود.

فستینگر بعد از مینسوتا به دانشگاه استنفورد رفت و در آنجا پژوهش هایی را با کمک دانشجویانش انجام داد. نتیجه این پژوهش ها بر نظریه او صحه گذاشت. در یکی از این پروژه های تحقیقاتی از گروهی شرکت کننده خواسته شد کارهای خسته کننده و ملالت آوری را انجام دهند و سپس به شرکت کنندگان بعدی درباره اینکه چه نوع کاری انجام داده اند، دروغ بگویند و کار را خیلی جالب و دوست داشتنی تعریف کنند. به گروه اول از این شرکت کنندگان که دروغ می گفتند یک دلار و به گروه دوم بیست دلار برای هر دروغ داده می شد.

پژوهشگران می خواستند ببینند کدام گروه بیشتر دچار ناهماهنگی شناختی می شود. اگر نظریه فستینگر درست بود، باید کسانی که با دریافت یک دلار دروغ گفتند، بیشتر دچار ناهماهنگی شناختی شوند و همین گونه بود. آنها که بیست دلار گرفته بودند بهتر کار خود را توجیه می کردند و با این وضعیت کنار می آمدند.

آیا ما همیشه از وجود افکار متناقض در ذهن خود آگاهیم و به آن واکنش نشان می دهیم؟ خیر، سقراط در پرسشگری خود یکی از کارهایی که می کرد این بود که تناقض های فکری را به افراد نشان می داد. انسان گاهی از تناقض افکار خود بی خبر است و با آن زندگی می کند.

در بحث پیرامون همگونی و انطباق گفتیم برای اینکه اساساً وضعیت ناهماهنگی شناختی ایجاد نشود، انسان جزم اندیش با ذهنیت سرباز اجازه ورود افکار و باور های متفاوت را به ذهن خود نمی دهد و در مقابل آنها موضع می گیرد. اتخاذ این رویکرد نشان از میزان پایین رشد عقلی و فکری او دارد.

این جزم اندیشی یک مزیت برای او دارد و آن این است دچار ناهماهنگی شناختی نمی شود، چون انکار می کند. ناهماهنگی شناختی برای رشد فکری انسان وضعیتی مطلوب است و نشان می دهد ذهن در معرض افکار گوناگون قرار گرفته است.

اگر مدت زمان مدیدی است که احساس می کنیم بطور جدی دچار ناهماهنگی شناختی نشده ایم، این علامت خوبی نیست. شاید خود را درون یک حباب معرفتی قرار داده ایم و در معرض افکار متفاوت قرار نمی گیریم. هر زمان هم که فکری متفاوت عرضه شده، با ذهنیت سرباز به مقابله برخاسته ایم و بدون بررسی آن را رد کرده ایم.

یکی از دلایلی که برخی افراد از تفکر فراری هستند این است که می خواهند آرامش ذهنی شان بر هم نخورد و با افکار و باورهای خود خوش باشند. ناهماهنگی شناختی بالاخره جایی گریبان انسان را می گیرد. اگر در حوزه باورها نگیرد در تصمیم گیری میگیرد.