

Cognitive Dissonance

ناهماهنگی شناختی

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.

یکی از پرسش های اساسی که مطرح شد این بود که انسان در مواجهه با اطلاعات جدید که با نظرات و باورهای او در تضاد باشد چکار می کند؟

یادآور شدیم که واکنش او به چنین وضعیتی بستگی به میزان رشد عقلی و فکری او دارد.

استفاده از دو مفهوم مورد استفاده پیازده در این جهت بود که صرفاً آنرا یک انتخاب ندانیم. آنرا یک حالت ذهنی بدانیم. به دلیل اهمیت موضوع ناهماهنگی شناختی آن را در جلسه ای مجزا مورد بحث قرار میدهیم.

اهمیت این موضوع از این جهت است که معمولاً همه به نوعی دچار ناهماهنگی شناختی می شویم. هر چند ممکن است درست متوجه آن نشویم. همه ما دچار باورهایی ضد و نقیض می شویم. گاهی متوجه می شویم عمل و رفتار ما متناسب با باور و عقیده ما نیست. یا اینکه باید از بین دو گزینه یکی را انتخاب کنیم و دائماً در ذهن ما این کارزار برپاست که نکند آن دیگری بهتر بود و من گزینه بدتر را انتخاب کردم.

در این میان، توجه به تفاوت بین نظر و باور اهمیت دارد.

چگونه برخی ایده‌ها از سطح نظر بالاتر میروند و در قلمرو باور جای می‌گیرند. باور از نظر بسیار قوی‌تر است.

ما معمولاً نظرمان را خیلی راحت‌تر عوض می‌کنیم تا باورمان را.

باور به نظری می‌گوییم که روی آن حساسیت داریم و صرفاً باور مذهبی مد نظر ما نیست.

در جوامع سنتی افراد بخاطر اینکه مورد انتقاد دیگران بخصوص بزرگترها قرار نگیرند، بر خلاف باور و عقیده خود عمل می‌کنند. معمولاً کارهایی را به خاطر فشار اجتماعی انجام می‌دهند و در دل رضایت به انجام آنها ندارند و دچار ناهماهنگی شناختی می‌شوند. البته گاهی شاهد نزاع و درگیری بین صاحبان باورهای سنتی و مدرن در این گونه جوامع هستیم. در کشورهای که آزادیهای فردی و اجتماعی بوسیله دولت‌ها بسیار محدود میشود، افراد مجبور می‌شوند به گونه‌ای رفتار کنند که با باور و عقیده‌شان سازگار نیست.

گاهی افراد به واسطه شغل خود مجبور می‌شوند به گونه‌ای رفتار کنند که با آرمانها و باورهایشان در تعارض است. اینگونه افراد با احساس گناه زندگی می‌کنند.

گاهی اجبار در کار نیست ولی امیال درونی ما را به انجام کارهایی سوق می‌دهند که می‌دانیم درست نیستند. مثلاً می‌دانیم سیگار کشیدن ضرر دارد ولی می‌کشیم. می‌دانیم غذای چرب برای سلامت ما مضر است، ولی چون خوشمزه است می‌خوریم. می‌دانیم فلان کار غیر اخلاقی است، ولی چون از انجامش لذت می‌بریم انجامش می‌دهیم.

برای کسانی که در حوزه تفکر مشغول پژوهش هستند، این پرسش همواره مطرح است که چرا انسان اینگونه فکر و عمل می‌کند. کدام نیروها غلبه دارند و چرا.

یکی از پژوهشگرانی که این موضوع را مورد توجه قرار داد لیان فستینگر بود. او نظریه‌ای را در مورد ناهماهنگی شناختی مطرح کرد و به مطالعه تجربی این پدیده پرداخت.

نظریه فستینگر ناظر بر این است که انسان چگونه سعی می‌کند با باورها و عقاید ضد و نقیض خود کنار بیاید و چگونه تلاش می‌کند خود را متقاعد کند که هیچ مشکلی نیست. ارائه این نظریه باعث شد بیش از سه هزار کار پژوهشی در این زمینه صورت پذیرد و نظر و دیدگاه روانشناسان و متفکران نقاد را درباره نحوه کارکرد ذهن دگرگون کرد.

کانسپت ناهماهنگی شناختی محدود به محافل دانشگاهی نماند و به عرصه عمومی کشیده شد. در روزنامه ها و برنامه های رادیو تلویزیونی درباره آن صحبت شد.

رفتار انسان فراتر از آنچه در روانشناسی رفتارگرایی توضیح داده میشود که در آن بر اساس پاداش و تنبیه رفتار تنظیم می شود، مورد دقت و بررسی قرار گرفت. مطالعات نشان داد ذهن انسان بسیار پیچیده تر از ذهن حیواناتی است که رفتارشان بر اساس محرک و پاسخ تبدیل به عادت میشود.

ببینیم فستینگر چگونه 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 خانم از کار و تحصیل دست کشیدند و حتی همسران خود را ترک گفتند تا آماده سفری شوند که قرار بود بوسیله یک بشقاب پرنده کسانی که ایمان آورده اند را نجات دهد.

چون قرار بود بعد از آن روز واقعه جهان گرفتار سیل و بلایای طبیعی شود و همه چیز نابود شود.

فستینگر وقتی متوجه شد که گروهی این اوهام 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 خانم کیچ 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 باورمندی شما تصمیم خود را عوض کرد.

ادامه در جلسه آینده