

باور اشتباه

چه چیزی باعث می‌شود که افراد منطقی
چیزهای غیرمنطقی را باور کنند؟

دن آریلی

مترجم: مهسا نظریور



باور اشتباه

چه چیزی باعث می شود که افراد منطقی

چیزهای غیر منطقی را باور کنند؟

نویسنده: دن آریلی

مترجم: مهسا نظرپور



آوای بوف

نشر آوای بوف ۱۴۰۴

© AVAYE BUF - 2025

سرشناسه : باور اشتباه/ چه چیزی باعث می‌شود که افراد منطقی چیزهای غیرمنطقی را باور کنند؟

عنوان و نام پدیدآور : باور اشتباه / نویسنده: دن آریلی / مترجم: مهسا نظرپور/ به کوشش: قاسم قره داغی ؛

مشخصات نشر : دانمارک: نشر آوای بوف ، 2025.

مشخصات ظاهری : ۳۷۹ ص.؛ ۲۱×۵/۱۴ سم.

شابک : نشر اینترنتی:

موضوع : / متن فارسی

رده بندی کنگره :

شماره کتابشناسی جهانی: ZFR8EZPG1UA

شابک: GGKEY:ZFR8EZPG1UA

ISBN: GGKEY:ZFR8EZPG1UA

کلیه‌ی حقوق محفوظ است. باز نشر به هر شکل، با ذکر منبع بلامانع است.

جهت هماهنگی برای استفاده به هر شکل و نحو(تکثیر، انتشار و ترجمه و هرگونه استفاده‌ی دیگر) لطفا به ایمیل

زیر پیام ارسال کنید:

AVAYE.BUF@gmail.com

فهرست

۵.....	سخن ناشر
۱۰.....	من شیطان صفت
۳۲.....	بخش اول
۳۲.....	فصل اول
۵۰.....	فصل دوم
۶۱.....	بخش دوم
۶۱.....	فصل سوم
۱۰۳.....	فصل چهارم
۱۴۳.....	بخش سوم
۱۴۳.....	فصل پنجم
۱۸۳.....	فصل ششم
۲۲۶.....	بخش چهارم
۲۲۶.....	فصل هفتم

۲۶۲..... فصل هشتم

۲۹۹..... بخش پنجم

۲۹۹..... فصل نهم

۳۲۶..... فصل دهم

۳۵۷..... بخش ششم

۳۵۷..... فصل یازدهم

۳۷۲..... فصل دوازدهم

سخن ناشر

هنگامی که به جهان فکری معاصر نگاه می‌کنیم، نخستین چیزی که به چشم می‌آید تناقض عمیقی است میان پیشرفت حیرت‌انگیز علوم تجربی و استمرار باورهایی که از حیث عقلانی، هیچ جایگاهی جز در تاریک‌ترین لایه‌های ذهن انسان ندارند. آنچه این شکاف را به مسئله‌ای ماندگار بدل کرده، نه فقدان داده‌ها، بلکه تمایل انسان به ساختن جهان‌هایی درونی است که با منطق عینی سازگار نیست. کتاب «باور اشتباه»، در روایت تازه‌ای که در نشر آوای بوف منتشر می‌شود، حفره‌ای در این دیوار میان‌تهی ایجاد می‌کند؛ حفره‌ای که اگرچه کوچک است، اما از درون آن می‌توان ریشه‌های روان‌شناختی و اجتماعی این خطاهای شناختی را با دقت مشاهده کرد.

ما در مقام منتقدانی که سال‌هاست با ادبیات علمی، فلسفی و اجتماعی سروکار داریم، این کتاب را نه یک اثر ساده در روان‌شناسی عامه‌پسند، بلکه کوششی برای گشودن میدان گفت‌وگو درباره‌ی هراسناک‌ترین حقیقت انسان می‌دانیم: این که اغلب آنچه ما «اطمینان» می‌نامیم، چیزی نیست جز محصول یک دستگاه معیوب پردازش جهان. این کتاب، به‌ویژه در زمینه‌ی اجتماعی امروز ایران، جایی که باورهای تحمیل‌شده با قدرت سیاسی، مذهب رسمی، فشار ایدئولوژیک و عادت فرهنگی درهم پیچیده‌اند، پتانسیلی بی‌نظیر برای بازکردن زنجیرهایی دارد که نگاه را از حرکت باز می‌دارند.

کمتر کتابی را دیده‌ایم که چنین صریح به این لایه‌ی تاریک ذهن انسان چنگ بزند و از ما بخواهد پیش از هر چیز، ساختارهایی را که به آن تکیه کرده‌ایم، در هم بشکنیم. این نگاه ساختار شکنانه در ترجمه و باز نشر آوای بوف نیز

تقویت شده و نتیجه‌ی آن متنی است که می‌تواند برای خواننده‌ی فارسی‌زبان، مثل یک ضربه‌ی مستقیم به قفسه‌ی سینه عمل کند: دردناک، اما بیدارکننده.

ما وقتی سطر به سطر کتاب را می‌کاویم، شاهد برهنه شدن فرایندهایی هستیم که آدمی در ناخودآگاه خود فعال می‌کند تا به خود بقبولاند جهان قابل پیش‌بینی است. اما خرد علمی جدید نشان می‌دهد که این نظم فرضی چیزی نیست مگر توجیهات ذهن. کتاب، با بی‌رحمی‌ای که ما آن را فضیلت می‌دانیم، تمام پرده‌های توهم را کنار می‌زند. جایی که بسیاری کتاب‌ها می‌کوشند مخاطب را آرام کنند، این اثر — به‌درستی — او را آشفته می‌کند. و این همان چیزی است که در فرهنگ امروز ما، بیش از هر زمان دیگری ضروری است: بی‌قراری فکری.

ما به تجربه دریافته‌ایم که جامعه‌ای که از پرشش‌های بنیادی می‌گریزد، ناگزیر در دام باورهای ساده‌انگارانه می‌افتد. کتاب «باور اشتباه» با اتکا به شواهد تجربی و روان‌شناختی، به ما نشان می‌دهد که این لغزش‌ها، نه محصول جهل، بلکه نتیجه‌ی سازوکارهای طبیعی ذهن هستند. اما مشکل از آنجا آغاز می‌شود که قدرت‌های سیاسی و مذهبی این سازوکارهای طبیعی را به خدمت می‌گیرند تا مردم را در دام نظام‌های فکری‌ای بیندازند که از پیش برایشان طراحی شده است. به‌همین دلیل است که ما معتقدیم این کتاب، برای خواننده‌ی ایرانی، تنها یک متن علمی نیست؛ یک ابزار دفاعی است.

جذابیت اصلی کتاب در این است که نویسنده به مخاطب اجازه نمی‌دهد در هیچ نقطه‌ای احساس امنیت فکری کند. او با ارائه‌ی مثال‌هایی از تصمیم‌های مالی، اخلاقی، سیاسی و حتی روابط انسانی، نشان می‌دهد که چگونه ذهن می‌تواند ما را به‌سوی انتخاب‌هایی سوق دهد که بعداً با حیرت از خود پرسیم «چطور چنین اشتباهی کردم؟». ما به‌عنوان منتقدانی که هزاران جلد کتاب در حوزه‌ی روان‌شناسی اجتماعی و فلسفه‌ی ذهن مطالعه کرده‌ایم، به سختی

می‌توانیم نمونه‌ای پیدا کنیم که به این حد از عمق و بی‌رحمی روان‌شناختی برسد. این اثر، نه صرفاً درباره‌ی خطاهای شناختی، بلکه درباره‌ی شکنندگی تمام نظام‌های معنابخش ذهن انسان است.

وقتی نویسنده از «باورهای اشتباه» سخن می‌گوید، منظورش صرفاً افکار نادرست نیست. او درباره‌ی ستون‌هایی حرف می‌زند که کل ساختمانِ ادراک ما بر آنها بنا شده است. هرگاه یکی از این ستون‌ها فرو بریزد، آنچه فرو می‌پاشد، تنها یک عقیده‌ی ساده نیست، بلکه بخشی از هویت ما است. این همان جایی است که کتاب، خواننده را تحریک می‌کند تا از مرزهای راحتی عبور کند. او را به منطقه‌ای می‌برد که در آن، نه مذهب پناهگاه است، نه سنت، نه فرهنگ و نه حتی عقل متعارف. در این فضای تهی، تنها چیزی که باقی می‌ماند، مواجهه‌ی بی‌واسطه با این پرسش بنیادین است: ما چرا چنین فکر می‌کنیم؟

در این نقطه، نقش مترجم و ناشر نیز اهمیت پیدا می‌کند. نسخه‌ی فارسی ارائه‌شده توسط آوای بوف، برخلاف بسیاری از ترجمه‌های رایج که با ساده‌سازی افراطی، متن را از عمق می‌اندازند، با دقتی مثال‌زدنی ساختار استدلالی نویسنده را حفظ کرده است. زبانی روان اما سختگیر، که خواننده را نه به مقصدی آرام، بلکه به میدان جدال فکری هدایت می‌کند.

در شرایط اجتماعی امروز، که شکاف میان واقعیت و روایت روزبه‌روز عمیق‌تر می‌شود، این کتاب همچون دستگاهی برای افشای سازوکارهای توجیهی عمل می‌کند. ما شاهدیم که چگونه مردم، در برابر فاجعه‌های سیاسی، ظلم ساختاری و بحران‌های اجتماعی، اغلب به الگوهای ذهنی‌ای پناه می‌برند که نه تنها ناکافی‌اند، بلکه مانع درک درست و اقدام مؤثر می‌شوند. این اثر، به‌شیوه‌ای علمی و مستدل، نشان می‌دهد که این واکنش‌ها از کجا می‌آیند، چگونه شکل می‌گیرند و چرا خطرناک‌اند.

در گفتارهای کتاب، خواننده با پرسشی تکرارشونده مواجه می‌شود: «اگر شواهد خلاف باور شماست، چرا همچنان به آن چسبیده‌اید؟» این سؤال، در بطن جامعه‌ای که سال‌ها با روایت‌های رسمی و ایدئولوژیک تغذیه شده، معنایی دوچندان پیدا می‌کند. ما می‌دانیم که لایه‌های مختلف قدرت چگونه از ضعف‌های ذهن انسان برای تثبیت ساختارهای نابرابر استفاده می‌کنند. این کتاب، با اتکا به روش‌های علمی، این فرایند را برهنه می‌سازد و این همان چیزی است که آن را به متنی ضروری بدل می‌کند.

آنچه ما را در نهایت شیفته‌ی این اثر می‌کند، جسارت آن در مواجهه با خودِ انسان است. نویسنده، به جای نجات‌دادن مخاطب از شک، او را در دل شک غوطه‌ور می‌کند. او نشان می‌دهد که رهایی، نه در تسلیم شدن به روایت‌های آرام‌کننده، بلکه در فهم دقیق سازوکارهایی است که ذهن بر پایه‌ی آن عمل می‌کند. اگر انسان، به‌راستی می‌خواهد آزاد باشد، باید نخست ماشین پیچیده و پرخطای ذهن خود را بشناسد.

در این مسیر، خواننده درمی‌یابد که «دانستن» هرگز کافی نیست. او باید بپذیرد که ذهنش، به‌طور طبیعی، تمایل دارد راه‌های ساده‌تر، اطمینان‌بخش‌تر و کم‌خطرتر را انتخاب کند؛ حتی اگر این راه‌ها او را از حقیقت دور کنند. این اثر، با ساختاری خوش‌پرداخت و استدلال‌هایی سرسخت، خواننده را از این دام‌ها آگاه می‌کند و او را به مشارکت فعال در فرایند اندیشیدن فرا می‌خواند.

هدف از انتشار چنین کتابی، صرفاً افزودن یک عنوان جدید به کتابخانه‌ی ذهنی مخاطب نیست. ما باور داریم که این کتاب، می‌تواند نقطه‌ی آغاز یک بازنگری عمیق در شیوه‌ی نگاه انسان به جهان باشد. اگر جامعه‌ای بخواهد از چرخه‌ی تکرارشونده‌ی اشتباهات تاریخی خارج شود، باید با دقت و بی‌رحمی، بنیان‌های شناختی خود را بررسی کند. «باور اشتباه» به‌مثابه‌ی ابزاری تحلیلی، این امکان را فراهم می‌آورد.

در نهایت، ما بر این باوریم که ارزش این اثر در صداقتش است. نویسنده، با پرهیز از هرگونه تسلی و آرام‌بخشی، خواننده را با تصویری مواجه می‌کند که شاید مطلوب نباشد، اما حقیقی است. و حقیقت، به‌رغم همه‌ی تلخی‌اش، تنها نقطه‌ی قابل اتکایی است که بر آن می‌توان ساخت.

این کتاب نه وعده‌ی خوشبختی می‌دهد، نه امید واهی. آنچه ارائه می‌کند، چیزی بسیار ارزشمندتر است: فهم. فهمی که اگرچه سخت و بی‌رحم است، اما می‌تواند انسان را به سمت آزادی ذهنی و استقلال فکری سوق دهد. برای خواننده‌ی امروز ایران، که زیر فشار روایت‌های تحمیلی و باورهای ناکارآمد زیست می‌کند، این اثر نه یک پیشنهاد مطالعاتی، بلکه یک ضرورت فکری است.

قاسم قره داغی

مدیر بنگاه انتشاراتی آوای بوف

من شیطان صفت

حتی اگر معمولاً مقدمه کتاب را نمی‌خوانید، این مقدمه را حتماً بخوانید

هرگز خودت را آنطور که هستی چیز دیگری تصور نکن و سعی نکن خودت را طور دیگری جلوه بدهی که آنطور نیست.

—آلیس در سرزمین عجایب، لویس کارول^۱

(دَن. باورم نمی‌شه انقدر عوض شدی. چرا انقدر حریص شدی؟ چرا انقدر عوض شدی؟)

اسم فرستنده‌ی ایمیل برایم آشنا بود. این پیام از طرف زنی به اسم شارون بود که چند سال قبل از من خواسته بود که برای برگزاری کارگاهی درباره تغییرات رفتاری به او کمک کنم. در آن زمان به مدت ۳ ساعت و به طور رایگان به او کمک کردم که مطالب بیشتری به ارائه‌ی خود اضافه کند. او بعد از اتمام کارگاه با من تماس گرفت و از من تشکر کرد. این آخرین ارتباط ما بود تا اینکه او در جولای ۲۰۲۲ این پیام عجیب و مرموز را برایم فرستاد.

^۱Lewis Carroll

با عصبانیت پاسخ دادم: (دقیقاً منظورت چیست؟)

او در جواب چند لینک برایم فرستاد. هنگامی که بر روی آن لینک ها کلیک کردم، یکی از آزاردهنده ترین، ناخوشایندترین و در عین حال جالب ترین سفرهای زندگیم را آغاز کردم. گویی که در این سفر به انتهای واقعیت شناخته شده رسیدم، پرده ها را کنار زده و یک جهان موازی به همه نشان دادم که در آن شخصی تا مدتی با چهره، صدا و اسمی شبیه من مرتکب اعمالی شیطانی می شود و کل بشریت را در معرض خطر قرار می دهد. احساس می کردم که این سفر شروع یک داستان علمی تخیلی بود. لینک هایی که شارون برایم فرستاده بود مربوط به چند وب سایت بود که من را به عنوان معمار اصلی خود آگاهی فریب کووید ۱۹ و رهبر توطئه ی دستورالعمل ۲۱ معرفی کرده بود. در این دنیای موازی من و دوستان ایلومیناتی ام هم ردیف با بیل گیتس قرار داده شده بودیم و قصد داشتیم با طراحی نقشه ای شیطانی به زنها و اکسنی بزیم که آنها را عقیم کند تا جمعیت جهان کاهش یابد و در عین حال یک سیستم گذرنامه و اکسن بین المللی ایجاد کنیم تا ما افراد قدرتمند دنیا (مثل بیل گیتس و ایلومیناتی هایی مثل خودم) بتوانیم رفت و آمد مردم را در سراسر دنیا تحت نظر بگیریم. در فضای مجازی افراد بسیاری از این حد فراتر رفته و ادعا می کردند که من با دولت های مختلف همکاری می کنم تا دولتها بتوانند شهروندان خود را کنترل کنند.

نمی دانستم که باید چه واکنشی نشان دهم. وقتی نظر افراد را می خواندم لبخند می زدم. این ادعاها بسیار مضحک و بهتر بگویم کاملاً غلط بود. ارتباط من با بیل گیتس تنها به همکاری کوتاه مدتی که با بنیاد بیل و ملیندا گیتس درباره ی سوتغذیه ی کودکان در آفریقا داشتم محدود می شود. قطعاً من هیچگاه عضو ایلومیناتی ها نبوده ام (حتی اگر بخواهم عضو ایلومیناتی ها شوم نمی دانم که باید چگونه وارد این گروه شوم). تاکنون هیچ کدام از واکسن های کرونا تایید نشده است و من نیز در ساخت واکسن نقشی نداشته ام. در مورد مشاوره به دولت باید بگویم که بله من به دولت پیشنهادهایی ارائه کردم، اما توصیه های من تنها به مسائلی از قبیل ایجاد مشوق هایی برای اعمال محدودیت و

پوشیدن ماسک، کمک مالی به صورت عادلانه، افزایش انگیزه‌ی معلمان و دانش آموزان و تلاش برای کاهش خشونت خانگی ختم می شود. من خودم را انسانی خستگی ناپذیر می دانستم که سعی دارد او ضاع را بهتر کند، اما عده‌ی زیادی من را با وزیر تبلیغات نازی‌ها و افسر سرسپرده‌ی ادولف هیتلر مقایسه می کردند. آیا این مقایسه تنها یک شوخی زشت بود؟ یا صرفاً یک سوء تفاهم عجیب بود؟ مطمئناً کسی نمی تواند این ادعاها را به صورت جدی مطرح کرده باشد.

بنابراین تصمیم گرفتم که در اینترنت بیشتر جستجو کنم. به نظر می رسید که افراد زیادی این ادعاها را جدی گرفته اند چون زیر هر کدام از پست هایی که درباره‌ی من منتشر می شد هزاران کامنت نوشته می شد. یک نسخه‌ی دوقلوی شیطان صفت از من در ویدیوهای دارای تدوین ضعیف ظاهر می شد که گاهی اوقات یونیفرم نازی ها را بر تن داشت و اهداف شومی را در سر می پروراند. افراد در کنفرانس های اینترنتی درباره‌ی نواقص شخصیتی و انگیزه های پلید من صحبت می کردند. این کنفرانس ها به نوعی درخواست برگزاری دادگاهی شبیه دادگاه نورنبرگ برای مجازات و اعدام من در ملأعام بود.

پس از اینکه به مدت چند ساعت نظرها را خواندم و ویدیوهای مختلف را تماشا کردم، این ادعاها دیگر برایم خنده دار نبود بلکه در واقع به نظر من این ادعاها دردناک و گمراه کننده بود و پس از مدتی متوجه شدم این تنها غریبه ها نیستند که این دروغ ها را باور می کنند، بلکه حتی کسانی که قبلاً آثار من را مطالعه کرده بودند و آنها را تحسین می کردند و کسانی که من را شخصاً از سال ها قبل می شناختند نیز این دروغ ها را باور می کنند. اما آنها چگونه می توانستند اشتباه کنند؟ فکر کردم که اگر به آنها صحبت کنم متوجه اشتباه خود خواهند شد و این جنون به پایان خواهد رسید. حتی شاید از من معذرت خواهی کنند.

متوجه شدم که یکی از مدیران این کنفرانسهای اینترنتی به نام سارا اطلاعات تماس من را به دست آورده است. او کسی بود که خواستار محاکمهی من شده بود. او مطمئن بود هنگامی که جنایات من علیه بشریت به صورت علنی منتشر شود من جزو اولین افرادی خواهم بود که اعدام خواهند شد و بقیه نیز به تماشای این صحنه خواهند آمد، شادی کرده و جشن خواهند گرفت. تصمیم گرفتم با او تماس بگیرم و حقیقت ماجرا را برایش توضیح دهم.

اما مشخص شد که اوضاع باب میل من پیش نمی‌رود. هر فردی که سعی کرده است با یک تماس غیر منتظره‌ی چند دقیقه‌ای نظر شخص دیگری را تغییر دهد، درک می‌کند که چرا گفتگوی ما به خوبی پیش نرفت. سارا به شدت به من توهین کرد و من نیز احساساتی شدم. پس از معرفی خودم به او گفتم که قصد دارم حقیقت ماجرا را برای او شرح دهم و او می‌تواند هر سوالی که می‌خواهد از من بپرسد. اولین سوالی که از من پرسید من را متعجب کرد. او از من پرسید که نظرم راجع به اتفاقات اخیر چیست. هنگامی که درباره کووید ۱۹ صحبت کردم او حرف من را قطع کرد و گفت: (نه نه نه! تو از ارتباط بین کووید ۱۹ با دستورالعمل ۲۱ و گلوبالیستها چی می‌دونی؟)

پاسخ دادم: (من اصلاً نمی‌دونم دستورالعمل ۲۱ چیه. نمی‌دونم منظورت از گلوبالیستها کیه؟)

سارا پاسخ داد: (ادای آدم‌های بی‌گناه در نیارا! من می‌دونم تو کی هستی و چیکار می‌کنی؟)

سپس لحن او تغییر کرد و می‌خواست بداند که من در چه پروژه‌هایی با دولت‌های مختلف کار می‌کنم. من در آن زمان با دولت‌های اسرائیل، بریتانیا، هلند و برزیل بر روی پروژه‌های مربوط به کووید ۱۹ همکاری می‌کردم. در مواجهه با سوالات سخت سارا احساس می‌کردم در جلسه‌ی محاکمهی خودم حاضر شده‌ام و او بازجوی من است. به او گفتم من تنها قصد داشتم پلیس را قانع کنم که به جای جریمه کردن مردم، از طریق پاداش مردم را به پوشیدن ماسک و حفظ فاصله اجتماعی ترغیب کنند. علاوه بر این برای این موضوع کار می‌کردم که چگونه می‌توانیم

فاصله‌ی اجتماعی را در مدارس رعایت کنیم و دولت چگونه باید از افرادی که به ناچار کسب و کار خود را تعطیل کرده‌اند حمایت اقتصادی کند؟

سارا هیچ کدام از حرف‌های من را باور نمی‌کرد و گفت: (اینکه گفتی نوه‌ها نباید پدر بزرگ و مادر بزرگ خودشان را ببینند و خانواده‌ها را از هم دور کردی چی؟ اینکه تنهایی و استرس مردم را بیشتر کردی و باعث مرگ آدم‌ها شدی چی؟ اینکه بچه‌ها را مجبور کردی ماسک بزنن تا اکسیژن کمتری به مغزشون برسه چی؟) تلاش‌های من برای رد این اتهامات بی‌فایده بود.

سارا پرسید: (پس آن چند میلیون دلاری که بابت ارائه‌ی مشاوره از دولت‌های مختلف گرفتی چی؟). من که روحم از این موضوع خبر نداشت اندکی امیدوار شدم. زیرا تمام اتهاماتی که قبلاً به من زده شده بود به قدری دور از ذهن بود که حتی نمی‌دانستم چگونه باید آن اتهامات را رد کنم. در زبان عبری اصطلاحی وجود دارد که می‌توان آن را اینطور ترجمه کرد: (وقتی خواهر نداری چه جوری می‌خواهی ثابت کنی که خواهرت فاحشه نیست؟). حداقل می‌توانستم ثابت کنم که هیچ پولی از دولت نگرفته‌ام. درست است که من به دولت‌های زیادی کمک می‌کنم ولی این کمک‌ها را بخشی از وظیفه‌ی علمی خودم می‌دانستم و بابت وقتی که برای مشاوره صرف می‌کردم پولی دریافت نمی‌کردم. علاوه بر این من هم مثل دیگر شهروندان آمریکایی پرونده مالیاتی پر می‌کنم و منبع درآمد من در برک‌های مالیاتی ذکر می‌شود.

به او گفتم: (اگر برگه‌ی مالیاتی‌ام را بهت نشان بدهم و ببینی من از هیچ دولتی پول نمی‌گیرم نظرت عوض میشه؟)

او زیر لب چیزی گفت و فوراً از من پرسید که آیا می‌تواند مکالمه ضبط شده ما را در اینترنت به اشتراک بگذارد؟ تعجب کردم نمی‌دانستم که او مکالمه ما را ضبط کرده است. اینجا بود که فهمیدم انسانهایی با طرز فکری مشابه او همه چیز را ضبط می‌کنند.

گفتم: (نه همیشه)

سارا گفت: (داری چیزهای مخفی می‌کنی؟!)

پاسخ دادم: (نه چیزی را پنهان نمی‌کنم ولی اگر می‌دونستم این گفتگو به صورت عمومی پخش می‌شه خودم را جور دیگه‌ای آماده می‌کردم).

واقعاً نمی‌دانستم که باید چه بگویم. به نظر می‌رسید که گفتگوی ما به بن‌بست رسیده بود. تلاش کردم چیزی بگویم ولی نتوانستم سرانجام به او گفتم: (متأسفم. ما نمی‌تونیم اختلافاتمون رو حل کنیم) و گوشی را قطع کردم. چند دقیقه بعد سارا پست جدیدی در فیسبوک به اشتراک گذاشت و نوشت که پروفیسور دن آریلی (او حالا دیگر من را پروفیسور خطاب می‌کرد) با من تماس گرفت تا ثابت کند که بی‌گناه است، اما جای نگرانی نیست، زیرا من نمی‌گذارم که آن پروفیسور من را فریب دهد یا به من دروغ بگوید. سارا در ادامه‌ی پست نوشته بود که گفتگو با من به او نشان داده است که دولت‌ها تنها با هدف شستشوی مغزی مردم افرادی مثل من را استخدام می‌کنند. اگر ما با یک همه‌گیری واقعی روبرو هستیم چرا دولت‌ها باید با کسی مثل من مشاوره کنند؟ او در پایان اینطور نتیجه گرفته بود که من اصرار می‌کنم پولی دریافت نکرده‌ام و اصرار من باعث شک او شده بود که حتماً کاسه‌ای زیر نیم کاسه است و روزی همه چیز در دادگاه مشخص خواهد شد.

گفتگوی من با سارا کاملاً بی‌فایده بود. می‌دانید که برخی از افراد دیر یاد می‌گیرند. من هم جزو این دسته از افراد هستم اما با این وجود دست از تلاش برنداشتم. من در تلگرام یعنی نرم‌افزاری که منتقدانم در آن حضور پررنگی دارند عضو شدم. این نرم‌افزار روسی برای افرادی طراحی شده است که به راحتی اعتماد نمی‌کنند. کد منبع به صورت عمومی پست می‌شود تا همه مطمئن شوند که هیچ چیز خنده‌داری در پشت پرده در جریان نیست. علاوه بر این، تلگرام امکان ضبط و فرستادن ویدیوهای یک دقیقه‌ای را فراهم می‌کند. بنابراین، من به سرعت دست به کار شدم و در چند ویدیو به اتهامات وارد شده به خودم از جمله اینکه من باعث اجرای برنامه‌ی قرنطینه شده‌ام، مردم را مجبور کرده‌ام که ماسک بزنند و اکسیژن به مغزشان نرسد، باعث سلب آزادی‌های اولیه مردم، ترس آنها، نابودی خانواده‌ها، دوری نوه‌ها از پدربزرگ و مادربزرگ و تنهایی مردم در جهان شده‌ام پاسخ دادم.

علاوه بر این درباره‌ی همکاری خودم با دولت مورد به مورد توضیح دادم و گفتم که در آن زمان بر روی مسئله‌ی کاهش خشونت خانگی کار می‌کردم ولی در اجرای قرنطینه نقشی نداشتم. من درباره‌ی موضوع انگیزه‌ی کودکان و آموزش از راه دور تحقیق می‌کردم، اما باعث ترس مردم نشدم. من به مخاطبان شواهدی ارائه کردم که نشان می‌داد نگرانی‌ها در مورد ماسک بی‌فایده است. اگر ماسک زدن مانع از رسیدن اکسیژن به مغز می‌شود پس چرا قبل از شیوع کرونا اختلالی در توانایی ادراکی جراحان و دندانپزشک‌ها به وجود نیامد؟ در ادامه گفتم از اینکه مردم احساس تنهایی می‌کنند و کودکان مجبور هستند در خانه بمانند متأسفم و به این نکته اشاره کردم که همه کارهای دولت را تایید نمی‌کنم اما بسیاری از امور پیچیده هستند و مزایا و معایب خود را دارند.

در هر ویدیویی که پست می‌کردم در قسمت کامنت‌ها افرادی به من حمله می‌کردند و در ویدیوهای دیگری که مثل زنبورهای خشمگین دور صفحه نمایش می‌چرخیدند اتهامات دیگری به سمت من روانه می‌شد. نمی‌دانستم با

این حجم عظیم از اتهامات چه کار کنم این اتهامات مثل زنبورهای خشمگینی بودند که هرچه سعی می کردم آنها را از خودم دور کنم بیشتر عصبانی می شدند.

احساس می کردم هزاران نفر در مقابل من بسیج شده اند و هیچکدام از آنها نمی خواست که با من گفتگو کنند. آنها حرف های من را به نفع خود عوض می کردند و آن را به عنوان مدرکی برای اثبات روایت خود استفاده می کردند. آنها بسیار سریع تر از آنکه بتوانم به اتهامات وارده پاسخ دهم اتهامات جدیدی مطرح می کردند. سرانجام به این نتیجه رسیدم که با ویدیوهای خودم بهانه ی خوبی برای تدوینگران ویدیوهای آنها فراهم کرده ام. در نتیجه، از کار خود پشیمان شدم و ویدیوهایم را پاک کردم. پاک کردن ویدیوها بهانه خوبی به دست آنها داد که من آدم پستی هستم و به خطاکار بودن خودم اعتراف کرده ام. بنابراین تلگرام خود را پاک کردم و به این فکر کردم که نمی توان با افرادی که نمی خواهند باورهای خود را تغییر دهند و تا این حد نفرت ورزی می کنند گفتگویی منطقی داشته باشم. نفرت ورزی با یک گفتگوی سازنده تفاوت دارد.

پس از مدت کوتاهی سیل نظرات منفی افراد به سمت من جاری شد و حساب کاربری من در رسانه های اجتماعی پر از نفرت پراکنی شد. عده ای اعلام کردند که کتاب های من را می سوزانند. آنها به همکاران من زنگ می زدند و به من و حتی اعضای خانواده ام تهمت می زدند. تقریباً هر روز تهدید به مرگ می شدم.

اگر در دنیای مجازی یا در واقعیت مورد نفرت پراکنی قرار گرفته اید یا از حرف های شما سو برداشت شده است حتماً درک می کنید که چه احساس بدی داشتم. گاهی اوقات درمانده می شدم، گاهی اوقات عصبانی می شدم، گاهی اوقات می ترسیدم و همیشه همه چیز برخلاف انتظارم پیش می رفت. علاوه بر این، کاملاً گیج شده بودم و به این فکر می کردم که چرا آنها به من حمله می کنند؟ چرا من به هدف حمله ی آنها تبدیل شده ام؟ اینکه عده ای به بیل گیتس حمله کنند کاملاً قابل درک است زیرا او شخصی ثروتمند و معروف است و بنیادی دارد که در زمینه ی بهداشت

عمومی کار می‌کند. البته منظورم این نیست که او مغز متفکرِ شرور در حوزه‌ی سلامت است ولی اینکه او هدف حمله قرار گیرد کاملاً قابل درک است. حمله به دکتر آنتونی فائوچی چطور؟ او بارها در تلویزیون حضور یافته و مطالبی ناخوشایند عامه‌ی مردم درباره‌ی ما سک و قرنطینه بر زبان رانده است. البته سخنان او دلیل بر این نیست که او مغز متفکرِ شرور است اما می‌توانید درک کنید که چرا عده‌ای به او حمله می‌کنند. ایلومیناتی‌ها چطور؟ اگر ایلومیناتی‌ها واقعاً وجود دارند کسی نمی‌داند آنها کی هستند و افرادی مرموز هستند. بنابراین عجیب نیست که آنها هدف حمله نظریه‌های توطئه قرار بگیرند. اما چرا من که فقط یک دانشمند علوم اجتماعی تا حدی شناخته شده هستم و چند کتاب درباره‌ی علت غیر منطقی بودن انسان‌ها نوشته‌ام؟ نمی‌توانستم درک کنم که چرا من هم‌تراز با آن شخصیت‌های معروف قرار داده شده‌ام؟

چرا من؟

تصمیم گرفتم شواهدی که باعث شده بود افراد زیادی از من متنفر شوند را به دقت بررسی کنم. مدرکی که به طور گسترده درباره‌ی من پخش شده بود ویدیویی از من بود که در آن می‌گفتم برای کاهش هزینه‌های درمان باید کاری کنیم که آمبولانس دیرتر برسد، باید مردم را به مصرف سیگار تشویق کنیم و به طور کل استرس همه‌ی مردم را افزایش دهیم. شخصی که در آن ویدیو با ریش نصفه نیمه صحبت می‌کرد واقعاً من بودم (اگر کنجکاو هستید که بدانید چرا ریش من نصف نیمه است در ادامه برایتان توضیح خواهم داد). یادم آمد که در یک سخنرانی واقعاً چنین حرف‌هایی زده بودم. اما دقیقاً این کلمات را نگفته بودم. چطور چنین چیزی امکان دارد؟ برای روشن شدن ماجرا لازم است که شما را به ایرلند سال ۱۷۲۹ ببرم.

جاناتان سویفت نویسنده‌ی کتاب سفرهای گالیور یک مقاله‌ی طعنه‌آمیز به نام پیشنهاد متواضعانه^۲ نوشته است. اسم کامل این مقاله محتوای آن را به خوبی نشان می‌دهد: (یک پیشنهاد متواضعانه برای اینکه فرزندان افراد فقیر باری بر دوش والدین خود یا این کشور نباشند و برای جامعه سودمند باشند). سویفت در این مقاله پیشنهاد می‌کند که فقرای ایرلندی می‌توانند با فروش کودکان خود به زنان و مردان ثروتمند مشکلات اقتصادی خود را رفع کنند. سویفت از این حد فراتر رفته و به جزئیات بیشتری اشاره می‌کند: (یک کودک سالم و جوان، حدود یک ساله چه به صورت خورشت چه به صورت کبابی چه به صورت پخته شده یا آبپز غذایی بسیار خوشمزه، مغذی و کامل است. قطعا گوشت کودکان در غذاهایی مثل فریکاسی^۴ (گوشت در سس سفید با سبزیجات) یا راگو^۵ نوعی تاس کباب پر از ادویه و چاشنی) نیز خوشمزه خواهد شد. در این مقاله که اغلب از آن به عنوان شاهکاری در هنر طعنه‌زدن یاد می‌شود نکات شوکه‌کننده و مفیدی درباره‌ی نظر عوام نسبت به فقر بیان می‌شود.

شاید با خود فکر کنید که این مقاله چه ربطی به داستان من دارد؟ من در سال ۲۰۱۷ پیشنهاد متواضعانه خودم را مطرح کردم. من در آن زمان به یک کنفرانس پزشکی درباره‌ی آینده پزشکی دعوت شده بودم. البته من پزشک نیستم و در آن کنفرانس چالش‌های حوزه‌ی درمان را تنها از دیدگاه اقتصاد رفتاری بررسی می‌کردم. در آن کنفرانس گفتم: (مشکل پزشکی نوین قطعاً مسئله عرضه و تقاضا است. مردم خدمات درمانی فراوانی طلب می‌کنند، ولی نظام سلامت کشور تنها می‌تواند بخشی از این نیاز را برآورده سازد. اکثر مردم سعی می‌کنند این مشکل را به این صورت حل کنند که چطور می‌توان نظام سلامت را به نحوی تغییر داد که خدمات بیشتری ارائه شود. اما من رویکرد دیگری را پیشنهاد می‌کنم. اینکه مردم سطح تقاضای خود را پایین بیاورند. به این ترتیب ایجاد توازن بین

Johnatan Swift²
A modest proposal³
fricassie⁴
ragoust⁵

عرضه و تقاضا بسیار ارزان تر تمام می شود. اما باید چه کار کنیم که مردم تقاضای کمتری برای خدمات درمانی داشته باشند؟) سپس بدون اینکه در چهره‌ام تغییری ایجاد شود در ادامه گفتم که دیر رسیدن آمبولانس‌ها می تواند نیاز به بستری شدن و هزینه بالای درمان را کاهش دهد. از لحاظ اقتصادی مصرف دخانیات و افزایش استرس باعث مرگ سریعتر بیماران می شود و به طور کل هزینه‌های درمان را کاهش می دهد. در پایان برای اینکه به همه نشان دهم که کنایه زده‌ام گفتم: (صبر کنید! ولی ما الان هم این کارها را انجام می دهیم).

قصد داشتم بر این موضوع تاکید کنم که نظام درمان تا زمانی که افراد وارد بیمارستان نشده‌اند (در اینجا آمبولانس) به آنها اهمیت نمی دهد. ما در حوزه‌ی پیشگیری از بیماری، کاهش مصرف دخانیات و کاهش استرس سرمایه گذاری زیادی نکرده ایم. سعی می کردم موقع سخنرانی قیافه‌ای جدی داشته باشم. اما اگر به دقت به چهره‌ام نگاه می کردید گاهی اوقات لبخندی بر لبان من می دیدید. ویدیوی منتشر شده در یوتیوب به خوبی نشان می دهد که سخنرانی طنز من با خنده و تشویق حضار همراه است. اما متأسفانه آن بخش از ویدیوها به دست تدوین گران ویدیو نیفتاده بود. آنها سخنرانی من را به نفع خود تغییر دادند تا نشان دهند که من اهداف شومی در سر دارم. آنها قسمت‌هایی از تصاویر اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها و صدای خنده شیطانی را با هم ترکیب کرده بودند. در پایان ویدیو نیز یک صدای شوم قرار داده شده بود که می گفت: (این همان کسی است که سیاستهای کشور را تعیین می کند). متنی که در ویدیو آمده بود به نحوی بود که گویی تولیدکنندگان ویدیو مثل یک کارآگاه واقعیت‌های درباره شخصیت حقیقی من کشف کرده‌اند و ویدیو را به نحوی ساخته بودند که گویی افشاگری مهمی راجع به من انجام داده‌اند.

یکی دیگر از شواهد مخالفان بر علیه من کلیپی از یک برنامه تلویزیونی بود که در آن گفته بودم با بیل گیتس درباره‌ی مسائل مربوط به واکسن همکاری می کنم. با این وجود اگر این کلیپ را به دقت بررسی می کردید متوجه می شدید که ویدیو تقطیع شده است. تدوینگران ویدیو جمله‌ای که در آن درباره‌ی پروژه‌ای صحبت می کردم که

بنیاد بیل گیتس در مورد گرسنگی تغذیه کودکان در آفریقا انجام داده بود را با جمله‌ی دیگری که درباره واکسن حرف می‌زد ترکیب کرده بودند و اینطور نتیجه گرفته بودند که پروفیسور دن آریلی اعتراف کرده است که با بیل گیتس درباره‌ی ساخت واکسن همکاری می‌کند.

در یک ویدیوی افشاگرانه‌ی دیگر تصویری از من در نوجوانی در بیمارستان پس از حادثه‌ای که در آن ۷۰ درصد از بدنم سوخت نشان داده می‌شد (این ماجرا واقعیت دارد). در این ویدیو تصاویر نزدیکی از صورت سوخته من و پانسمان کل بدنم نشان داده و ادعا می‌شد که ظاهر زشت و رنجی که می‌کشم باعث شده از افراد سالم متنفر شوم و می‌خواهم بقیه نیز مثل خودم رنج بکشند. اما در واقعیت آن رنج باعث شد که همدردی بیشتری با افراد داشته باشم و سعی کنم رنج افراد را از بین ببرم. در پایان این ویدیو نیز جمله‌ای احساسی درباره‌ی نقش من در نابودی جهان ذکر شده بود. شواهد بسیاری به صورت ویدیو، متن و کامنت‌های تمسخرآمیز درباره زخم‌های ساختگی من وجود دارد و عده‌ای می‌گویند که باید در آتش سوزانده شوم و ریش نصفه نیمه‌ام باعث شده که ظاهری شیطانی پیدا کنم.

با توجه به دستکاری در ویدیوهای من و حذف پس زمینه‌ی ماجرا و شنیدن سخنانی از زبان من احتمالاً اینطور نتیجه‌گیری کرده‌اید که حتماً یک نفر که اهداف پلیدی دارد پشت این قضیه قرار دارد. اگرچه احتمال وجود یک دشمن شیطان صفت به ذهن من هم رسید، اما به سرعت این احتمال را رد کردم. نخست اینکه ویدیوهای تدوین شده کیفیت پایینی داشتند. دوم اینکه چرا باید یک نفر روی من زوم کند؟ منظورم این نیست که من اعتماد به نفس ندارم، اما تصور نمی‌کنم آنقدر فرد مهمی باشم که کسی بخواهد برای ضربه زدن به من انرژی صرف کند. حدس می‌زنم سازندگان آن ویدیوها از نظر خودشان قصد خیر داشتند. آنها مجموعه‌ای از اطلاعات تدوین نشده پیدا کرده و سعی کردند به ارتباط بین این اطلاعات پی ببرند و نتیجه‌گیری کنند. آنها از نتیجه‌گیری خود مطمئن بودند و اطلاعات مرتبط را ویرایش می‌کردند تا ارتباط بین آنها را برای دیگران روشن سازند و سپس نتیجه‌ی بررسیهای خود را به

اشتراک می گذاشتند تا حقیقت را به دیگران نشان دهند. قطعاً کسب اعتبار در رسانه‌های اجتماعی به صورت لایک و کامنت به آنها انگیزه می داد. من از دست کسانی که می گفتند کتاب‌های من را آتش می زنند بسیار ناراحت بودم (حتی بعضی از آنها وعده دادند که ویدیوهای سوزاندن کتاب‌های من را منتشر می کنند) زیرا این دسته از افراد کتاب‌های من را خریده و خوانده بودند و از سوابق کاری، انگیزه، تفکرات و نتیجه‌ی تحقیقاتم خبر داشتند. آنها چگونه می توانستند نسبت به تمام چیزهایی را که راجع به من می دانستند بی توجه باشند و آن ویدیوی سه دقیقه‌ای را باور کنند؟ حتی اگر آنها اینطور تصور می کردند که شواهد ارائه شده در ویدیوها قابل بررسی است، چگونه می توانستند با توجه به چیزهایی که از من می دانستند ادعاهای مطرح شده را باور کنند و لبریز از خشم و نفرت شوند؟ آنها در رسانه‌های اجتماعی خود اعلام می کردند که مشغول تحقیق هستند و دیگران را نیز به این کار تشویق می کردند. اما کاملاً مشخص بود که کسی به جز تماشای ویدیوهای تقطیع شده، عدم بررسی دقیق و نتیجه‌گیری شتاب زده هیچ نوع تحقیقی انجام نمی دهد. نقل قول معروفی منسوب به افراد مختلف به ذهنم خطور کرد که بیان می کند: (انسان به هر دستاویزی چنگ می زند تا از سختی اندیشیدن رها شود). این نقل قول تا حد زیادی در مورد رسانه‌های اجتماعی صدق می کند.

هنوز هم نمی دانم که چرا در نزد سایر افراد به عنوان یک انسان شرور معرفی شده‌ام، اما تصور می کنم علت آن این است که مطالب زیادی در اینترنت به اشتراک گذاشته‌ام، حس شوخ طبعی عجیبی دارم و زخم‌های سوختگی و ریش نصفه نیمه‌ام باعث شده است چهره‌ی متفاوتی داشته باشم و در انجام چند پروژه با دولت همکاری داشته‌ام. علاوه بر این بدشانس بودم زیرا یک نفر که نظری منفی نسبت به من داشت، ویدیوهایی درباره من ساخت و این ویدئوها به منبع اطلاعات دروغین و نفرت از من تبدیل شد و در نهایت به مرحله‌ی خطرناکی رسید. اگرچه از این

پاسخ قانع نشدم، اما این بهترین پاسخی بود که به فکرم می‌رسید. اکنون می‌توانستم سوالات مهم‌تری را بررسی کنم. در ابتدا قصد دارم به افرادی که کنجکاو هستند که بدانند چرا ریش من نصف نیمه است علت آن را توضیح بدهم.

ریش نصفه نیمه‌ی من چه اشکالی دارد؟

علت اصلی ریش عجیب وجود زخم‌های سوختگی روی صورت من است. سمت راست صورت من مو ندارد. البته می‌توانم ریش سمت چپ صورتم را اصلاح کنم تا صورتم متقارن به نظر برسد. من تا مدت‌های زیادی ریشم را اصلاح می‌کردم. وقتی ۵۰ ساله شدم، تصمیم گرفتم به مدت یک ماه کوهنوردی کنم. در طی آن یک ماه ریش خود را اصلاح نکردم و نمی‌دانستم چه شکلی شده‌ام. در پایان این کوهنوردی یک ماهه قصد داشتم ریشم را اصلاح کنم. اما ریش صورتم من را به یاد آن کوهنوردی می‌انداخت. بنابراین تصمیم گرفتم اصلاح ریشم را تا چند هفته‌ی بعد به تعویق بیندازم. اما ناگهان اتفاق غیرمنتظره‌ای رخ داد. افرادی با فرستادن ایمیل و پیام‌هایی در رسانه‌های اجتماعی از من بابت ریش نصفه نیمه‌ام تشکر می‌کردند و به من می‌گفتند که آنها نیز زخم‌هایی در بدن خود دارند و اینکه من با ریش خودم مشکلی ندارم باعث می‌شود که آنها نیز جرات نشان دادن این زخم‌ها را به دیگران داشته باشند. این پیام‌ها من را به یاد اولین روزهایی می‌انداخت که واقعاً با زخم‌های قابل مشاهده بیرون می‌رفتم. عده‌ای با انگشت خود به من اشاره می‌کردند و گاهی اوقات به من می‌خندیدند. والدین به فرزندان خود می‌گفتند: (اگه با آتش بازی کنی اینجوری میشی). حس بدی بود.

بنابراین تصمیم گرفتم که ریش نصفه نیمه‌ی خود را نگه دارم. افراد زیادی با تمسخر به من نگاه می‌کردند و بچه‌ها به من می‌خندیدند اما احساس می‌کردم اصلاح ریشم به معنی پنهان کردن زخم‌هایم است. پس از چند ماه اتفاق عجیبی رخ داد. ریش نصفه نیمه‌ام باعث شد که زخم‌های صورتم را بهتر بپذیرم. البته این زخم‌های سوختگی فقط در صورتم نیست. من به دلیل سوختگی زخم‌های دیگری در بدنم دارم و ریشه نصفه نیمه‌ام باعث شد که حس بهتری

نسبت به بدنم داشته باشم و حالا این زخم‌ها را به عنوان بخشی از بدن خود پذیرفته‌ام. این زخم‌ها صفحاتی از داستان زندگی من را تشکیل می‌دهند.

پذیرفتن بدنم به صورتی که هست باعث شد به این نکته پی ببرم هنگامی که جلوی آینه ریش خود را اصلاح می‌کنم تنها ریش خود را نمی‌زنم بلکه سعی می‌کنم نواقص و زخم‌هایم را پنهان کنم. اما این مخفی‌کاری‌های روزانه چه تاثیری بر دیدگاهم نسبت به خودم و زخم‌هایم داشت؟ اگر بخواهم به گذشته نگاه کنم باید بگویم که اصلاح یا پنهان کردن زخم‌هایم مانع از این می‌شد که زخم‌هایم را آنطور که هست بپذیرم. اکنون که حس دیگری به بدنم دارم اوضاع بسیار بهتر شده است.

من به عنوان یک دانشمند علوم اجتماعی که از او انتظار می‌رود ذات انسان‌ها را به خوبی درک کرده باشد اعتراف می‌کنم که از مزایای ریش نصفه‌نیمه‌ام بسیار شگفت زده شدم. اصلاً فکر نمی‌کردم که اصلاح نکردن ریشم باعث شود که دید مثبتی نسبت به بدنم داشته باشم (نمی‌دانستم که افراد در اینترنت من را با پروفیسور داستان هری پاتر مقایسه می‌کنند و من را پروفیسوری با ریش نصفه نیمه خطاب می‌کنند). این اتفاق به ما نشان می‌دهد که قوای شهودی ما محدود است و حتی اگر اینطور تصور کنیم که تغییرات رخ داده در زندگیمان هیچ نفعی برای ما ندارد، بهتر است تغییرات مختلفی را در زندگیمان تجربه کنیم.

باید چه کار کنم؟

پس از اینکه به مدت چند ساعت پست‌های مربوط به خودم را خواندم در ویدیوهای مربوط به شخصیت خیالی خودم را دیدم، احساس می‌کردم دارم دیوانه می‌شوم. واقعا داشتم دیوانه می‌شدم. به نظر می‌رسید که بخشی از

وجودم دائماً با نفرتی که تجربه می کردم کلنجار می رود و توان ذهنی ام به قدری کاهش یافت که نمی توانستم کاری کنم. کامپیوتری را تصور کنید که نیروی زیادی را صرف پردازش یک عمل در پس زمینه ی خود می کند. احساس می کردم مغز من نیز نیروی زیادی را صرف پردازش یک عمل در پس زمینه می کند. اما من برخلاف کامپیوترها به خوبی آگاه بودم که عملکردم نسبت به قبل کندتر شده است. بعید می دانستم راه اندازی مجدد مغزم عملکرد من را بهبود بخشد. خیلی طول می کشید که تصمیم بگیرم و مطمئن نبودم تصمیمی که می گیرم درست است. اما چرا مشغله ی فکری من درباره ی اطلاعات دروغین میزان ضریب هوشی من را کم کرده بود؟ چرا نمی توانستم مغزم را کنترل کنم؟ چرا تا این حد در دروغ های آنها غرق شده بودم که ذهنم مشغول شده بود؟

پی بردن به سستی خودم باعث شد که به مفهوم جدیدی یعنی ذهنیت کمبود علاقمند شوم که تا آن موقع به اهمیت آن پی نبرده بودم. پژوهش ها بر روی ذهنیت کمبود نشان می دهد که افراد بی پول (یعنی کشاورزانی که چند هفته تا فصل برداشت محصول فاصله دارند) در مقایسه با زمانی که پول داشتند (یعنی محصول خود را برداشت کرده و فروخته بودند) ضریب هوشی پایین تری داشتند. تفاوت توانایی ذهنی افراد (هوش سیال و کنترل اجرایی) هنگامی که افراد دغدغه ی معیشتی داشتند قابل توجه بود.

من از نظر اقتصادی مشکلی نداشتم، اما تاثیرات اندیشیدن درباره ی دغدغه هایی که داشتم باعث می شد که احساسی مشابه افراد فقیر داشته باشم. پس از بررسی پژوهش های بیشتری درباره ی ذهنیت کمبود – یعنی اینکه فقر بخشی از پهنای محدود ذهن را اشغال می کند – تاثیرات کمبود را بهتر درک کردم و با افرادی که در این مقاله ها به آنها اشاره شده بود همدردی می کردم. تحمل مسائلی که باعث نگرانی من می شد برایم دشوار بود. البته نگران بودن تا حدی مفید است زیرا باعث می شود که بیشتر دقت کنیم و بهتر تصمیم بگیریم. اما نگرانی دائم درباره ی مسئله ای که توجه و توانایی ذهنی شما را به خود جلب کند مضر است.

شاید پی بردن به پهنای ذهنی محدودم و شباهت آن به ذهنیت کمبود کشف مهمی نباشد، اما پی بردن به ارتباط میان خودم و این پدیده‌ی علمی، احساسات من را تغییر داد. احساس درماندگیم کمتر شد و دوست قدیمی‌ام یعنی کنجکاوی جای آن را گرفت. به هر حال من دانشمند علوم اجتماعی هستم و عمر خود را صرف تحقیق درباره‌ی رفتار انسان‌ها و غیرعقلانی بودن رفتار آنها کرده‌ام. من معمولاً در ابتدای تحقیقاتم به تجربه‌ی خودم اشاره می‌کنم. ممکن است که نتوانم با افراد دارای باور اشتباه گفتگوی منطقی داشته باشم چه برسد به اینکه بخواهم صدای آنها را خفه کنم. اما سعی کردم آنها را درک کنم و بفهمم که انگیزه‌ی آنها از ساختن آن داستان‌ها راجع به من چیست. به این ترتیب می‌توانستم به محقق بهتری تبدیل شوم و در نتیجه کنترل ماجرا را در دست بگیرم. دوست داشتم که بدانم این پژوهش من را به کجا می‌رساند؟

مادرم که فهمیده بود قصد دارم در این زمینه تحقیق کنم نگران من شده بود و از من خواست که اول با متخصصان حوزه‌ی رسانه‌های اجتماعی و روابط عمومی مشورت کنم. همه‌ی آنها من را نصیحت کردند که این کار را نکنم. در حال حاضر در عصر اطلاعات دروغین، دوقطبی سازی شدید، عصبانیت سریع و رسانه‌های آزاد معمولاً این توصیه را می‌شنوید که فراموشش کن. بهانه به دست ترول‌ها نده! اگر روح و روان متفاوتی داشتم، احتمالاً به توصیه‌ی آنها گوش می‌کردم. یکی از آن متخصصان به من گفت اینکه انکار کنندگان کرونا من را در کنار بیل گیتس و ایلومیناتی‌ها قرار می‌دهند باعث شده است که در نزد بقیه مردم معروف شوم.

سعی کردم ارتباطم را با منتقدانم قطع کنم. در آن دوران در طی روز سخت مشغول انجام تحقیق و ارائه‌ی برنامه‌های مختلفی برای مدیریت پیامدهای اجتماعی همه‌گیری کووید بودم. بنابراین از رسانه‌های اجتماعی دوری کرده و بر کارم تمرکز می‌کردم. اما هنگام شب اوضاع فرق می‌کرد. شب‌ها مدام کابوس می‌دیدم که کسی به من حمله می‌کند. علاوه بر این خواب می‌دیدم که در حال سفر به دور دنیا هستم، از شهری به شهر دیگر می‌روم و به دنبال

مکانی هستم که نفرت و خشم کمتری در آن وجود داشته باشد تا بتوانم آنجا را خانه‌ی خود بنامم. پس از چند هفته متوجه شدم که نمی‌توانم با این شرایط ادامه دهم. علی‌رغم همه‌ی رنج‌ها و آسیب‌هایی که به من وارد شده بود، کنجکاوی‌ام بیشتر شد. مکانیسم مقابله‌ای که من برای مواجهه با این شرایط انتخاب کردم، این بود که سعی کردم پدیده‌ی باور اشتباه را درک کنم و از دانش خود در زمینه‌ی علوم اجتماعی برای پی بردن به این موضوع استفاده کردم که چرا چنین تجربه‌ی تلخی را از سر می‌گذرانم. هیچگاه فکر نمی‌کردم که ده‌ها هزار نفر من را فردی شیطان‌صفت خطاب کنند. اما وقتی چنین اتفاقی رخ داد، احساس می‌کردم برای اینکه بتوانم سلامت عقل خود را به دست آورم باید به علت آن پی ببرم. بنابراین این کتاب را نوشتم.

چرا این کتاب را نوشتم؟

در ابتدای کتاب درباره تجربه‌ی خودم نوشتم اما در ادامه پدیده‌ای را بررسی کردم که بر همه‌ی ما تاثیر می‌گذارد. علاوه‌براین، برای نوشتن این کتاب درباره‌ی موضوعات جدیدی از قبیل شخصیت، روانشناسی بالینی و انسان‌شناسی مطالعه کردم. البته باید به این نکته توجه کنیم که رواج نظریه‌های توطئه و گسترش اطلاعات دروغین چالش‌ها و موانعی هستند که از حیطه‌ی علوم اجتماعی و تخصص من فراتر می‌رود و نمی‌توان تنها در یک کتاب آن را بررسی کرد. تکنولوژی، سیاست، اقتصاد و غیره در جهت‌دهی و تسریع این موانع نقش دارند. با توسعه‌ی ابزارهای هوش مصنوعی پیشرفته، چت‌جی‌پی‌تی و ابزارهای مشابه و قطبی‌سازی مستمر همه‌ی پدیده‌ها به سختی می‌توان متوجه شد که از نظر اجتماعی و ساختاری چگونه می‌توان این مشکلات را حل کرد. چیزی که برای من جالب است و من آن را به عنوان عاملی برای تغییر مثبت در نظر می‌گیرم این است که چرا عده‌ای به سرعت تحت تاثیر اطلاعات دروغین قرار می‌گیرند؟ چرا ما اطلاعات دروغین را باور می‌کنیم، آن را پیگیری می‌کنیم و آن را به اشتراک می‌گذاریم؟ چه

چیزی باعث می‌شود که یک فرد منطقی باورهای غیرمنطقی را باور کرده و از آن باورهای غیرمنطقی دفاع کند؟ پاسخ به این سوالات با همدلی و نه قضاوت یا تمسخر می‌تواند آگاهی‌بخش و در عین حال ناخوشایند باشد.

در این کتاب از اصطلاح باور اشتباه برای اشاره به پدیده‌ای استفاده می‌کنیم که قصد داریم آن را بررسی کنیم. باور اشتباه دیدگاه اشتباهی است که افراد دنیا را از طریق آن می‌بینند، با توجه به آن استدلال می‌کنند و دنیا را برای دیگران توصیف می‌کنند. باور اشتباه فرآیند و کیفی است که افراد را هر چه بیشتر به درون خود می‌کشد. در این کتاب قصد دارم بر این موضوع تاکید کنم که چگونه ممکن است در شرایط خاص همه‌ی افراد در دام باور اشتباه سقوط کنند. شاید تصور کنیم که مطالب این کتاب در مورد ما صدق نمی‌کند، اما این احتمال وجود دارد که همه‌ی ما به دام تله‌ی باور اشتباه بیفتیم. این کتاب درباره‌ی این است که باورهای ما چگونه شکل می‌گیرد، چگونه تقویت می‌شود و ما چگونه از باورهایمان دفاع می‌کنیم و آن را نشر می‌دهیم. امیدوارم به جای اینکه به دور و ور خود نگاه کنیم و بگوییم: (آنها چقدر احمق هستند!) بتوانیم نیازهای عاطفی، روانی و نیروهای اجتماعی که باورهای ما را شکل می‌دهد و خود این افراد را درک کرده و با آنها همدلی کنیم.

علوم اجتماعی ابزار ارزشمندی برای درک عوامل مختلف دخیل در فرآیند سقوط به قیف باور اشتباه و نحوه‌ی از بین بردن و خنثی کردن آن فراهم می‌کند. اکثر پژوهش‌هایی که در این کتاب به آن اشاره کرده‌ام جدید نیستند. علاوه‌براین، با توجه به مفاهیم مختلف علوم اجتماعی عناصر احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی که به باور اشتباه ختم می‌شود را بررسی کردم. به هر حال باید بپذیریم که گرایش به باور اشتباه جزئی از ذات بشر است.

در این کتاب تا حد زیادی بر پژوهش‌های قبلی من و به ویژه مطالعات من بر روی غیر عقلانی بودن انسان اشاره شده است. به هر حال پذیرفتن باورهایی که شواهد اندکی برای آن وجود دارد یا اصلاً شواهدی برای آن وجود ندارد و

اصرار بر درستی باورهایمان حتی در صورتی که باعث دوری ما از خانواده و دوستانمان شود، امری کاملاً غیرمنطقی و مختص به انسانها است.

این کتاب با کتابهای دیگری که قبلاً نوشته‌ام تفاوت‌های زیادی دارد. نخست اینکه در این کتاب تا حدی به زندگی شخصیم و تجربه‌های چالش برانگیز و دشواری که پشت سر گذاشتم اشاره کرده‌ام. بنابراین مجبور شدم که به مدت طولانی بر تجربه‌های تلخ زندگی تمرکز کنم و این کار برایم آزاردهنده بود. دوم اینکه در این کتاب پدیده‌ای بررسی می‌شود که بسیار پیچیده است و ابعاد مختلفی دارد. پژوهشهایی که در کتابهای قبلی‌ام به آن اشاره کرده‌ام درباره‌ی موضوعات مشخصی از قبیل اهمال کاری، انگیزه‌ی افراد در محل کار، قرار عاشقانه‌ی آنلاین و تصورات اشتباه رایج درباره‌ی پول بود. در آن کتابها فرضیه‌هایی را مطرح کردم که کاملاً دقیق بودند (حداقل من اینطوری فکر می‌کنم) و در این پژوهشها به سوالاتی پاسخ داده می‌شد که به نظر من عملی و از لحاظ نظری جالب بود. مسئله‌ای که قصد دارم در این کتاب بررسی کنم از عوامل مختلفی تاثیر می‌پذیرد و وجه مشترک بسیاری دارد. از همان ابتدا می‌دانستم که راه‌حل ساده‌ای برای رفع این مشکل وجود ندارد. امیدوارم که بتوانم در این کتاب چارچوب مناسبی ارائه دهم که افراد بتوانند با توجه به آن فرآیند کلی منتهی به باورهای اشتباه را درک کنند.

در این کتاب به ناچار از رویکردی تشکیل شده از تفکرات فردی، گفتگو، مطالعات انسان‌شناسی و مرور گسترده‌ی پیشینه‌ی تحقیق در حوزه‌ی علوم اجتماعی استفاده کردم تا ابعاد مختلف این مسئله را روشن سازم. هنگام نوشتن عناصر داستانی این کتاب از حافظه‌ی خود کمک گرفتم. علاوه‌براین در این کتاب به تحقیقات مختلف و در برخی موارد به شواهد بدست آمده از سایر افراد اشاره کردم. تجربه‌ی ناخوشایندی که از سر گذراندم باعث شد که به مدت چند هزار ساعت منابع مختلف برای اطلاعات و اطلاعات دروغین را بررسی کنم، در مباحث آنلاین شرکت

کنم، پیشینه‌ی تحقیقات را بررسی کنم و شخصا تحقیق کنم (البته منظورم از تحقیق کردن تماشای ویدئوهای یوتیوب نیست).

علاوه‌براین، من با افراد دارای باور اشتباه یعنی افرادی که در فضای مجازی نسبت به من نفرت پراکنی می‌کردند گفتگو و با آنها ارتباط برقرار کردم. در ادامه‌ی این کتاب با عده‌ی زیادی از این افراد آشنا خواهید شد. این افراد در ابتدا دشمن من بودند اما در نهایت خودشان به سوژه‌ی تحقیق تبدیل شدند. من سعی کردم با آنها آشنا شوم، همدردی کنم و بفهمم چه چیز باعث شده است که آنها به ته قیف باور اشتباه سقوط کنند تا بتوانم با استفاده از اطلاعاتی که در زمینه‌ی علوم اجتماعی داشتم نتیجه‌گیری کنم. من اسم بعضی از این افراد و جزئیاتی که ممکن بود باعث شناسایی این افراد شود مثل توصیف ظاهری، ملیت و شغل آنها را تغییر دادم تا به حریم خصوصی آنها احترام بگذارم. تا حد امکان گفتگوهایی که با این افراد داشتم را بازنویسی و تا حد زیادی بر متنها، ایمیل‌ها و پستهای آنها در رسانه‌های اجتماعی تمرکز کردم (گاهی اوقات آنها را خلاصه و گاهی اوقات ترجمه کردم). گفتگوهای ما به صورت کلمه‌به‌کلمه ذکر نشده است. در واقع، من این گفتگوها را به نحوی بازگویی کردم که احساسم را نشان دهم.

امیدوارم که با توجه به این داستانها و با اندیشیدن درک بهتری درباره‌ی اینکه در دنیای اطرافمان چه می‌گذرد داشته باشیم و بررسی کنیم که در سطح فردی، خانوادگی و اجتماعی چگونه می‌توانیم با مشکل باور اشتباه مقابله کنیم. از آن جهت که به نظر می‌رسد این مشکل بسیار فراگیر است، تمرکز بر جنبه‌ی انسانی این مشکل یعنی شناخت و مقابله با باور اشتباه در خودمان و سایر افراد بهترین راه ایجاد تغییر است. اگرچه این کار راحت نیست، اما می‌توانیم اقدامات کوچک و موثری برای محافظت از خود در برابر باور اشتباه انجام دهیم و مانع از این شویم که اطرافیانمان

باورهای اشتباه داشته باشند و نگذاریم آشنایان و عزیزانمان در برابر باور اشتباه تسلیم شوند. در این کتاب در قسمت اطلاعات بیشتر توصیه‌هایی را مطرح کردم که شامل ابزارها و اطلاعاتی در حوزه‌ی علوم اجتماعی است و به ما در این مسیر کمک می‌کند. امیدوارم که توصیه‌های من به شما کمک کند و اعتراف می‌کنم که لازم است چیزهای زیادی درباره‌ی این پیام‌هایم که چگونه باید کلاف سردرگم باور اشتباه و اطلاعات دروغین را که گفتمان عمومی و خصوصی ما را تحت تاثیر قرار می‌دهد باز کنیم.

احتمالاً بهترین راه مقابله با باور اشتباه، شناخت و همدلی نسبت به دیگران است. اطلاعات دروغینی که با آن مواجه می‌شویم می‌تواند محتوایی مضحک، عجیب، مسخره یا توهین‌آمیز و خطرناک داشته باشد. حتی می‌توان بخشی از این اطلاعات دروغین را نظریه‌ی توطئه نامید. اما مسئله‌ی مهم این است که چه چیزی باعث می‌شود عده‌ای از افراد به این نوع محتوا علاقه‌مند شوند. سعی کردم با کنجکاوی فراوان به افراد دارای باور اشتباه نزدیک شوم و دریافتم که با ترد کردن، تمسخر یا دوری از افرادی که باورهایشان با واقعیتی که من به آن باور دارم تفاوت دارد به جایی نمی‌رسم. به همین دلیل ترجیح دادم که از اصطلاح افراد دارای باور اشتباه به جای اصطلاح (طرفداران نظریه‌ی توطئه) استفاده کنم. به این ترتیب، امیدوارم که بتوانیم افرادی را که دنیا را به شیوه‌ای می‌بینند که برای ما قابل درک نیست را بهتر درک کنیم. حتی ممکن است که در این راه برخی از باورهای خود و نحوه‌ی پذیرش آن باورها را زیر سوال ببریم. به هر حال هر کدام از ما به نحوی دارای باور اشتباه هستیم.

بخش اول

فصل اول

او چگونه می تواند چنین چیزی را باور کند؟

(می دانم اکثر کسانی که هوشمند به شمار آمده اند و واقعا نیز خداوندِ هوش و مستعد درک مشکل ترین مباحث علمی، ریاضی و فلسفی اند، به ندرت ساده ترین و واضح ترین حقیقت را در می یابند، به ویژه اگر این حقیقت چیزی باشد که در نتیجه ی آن به قبول این نکته ناگزیر شوند که عقیده ای را که با صرف وقت و کوشش بسیار درباره ی

موضوعی پیدا کرده‌اند و از داشتن آن مفتخراند و به دیگران تعلیمش داده‌اند و بر اساس آن تمامی حیات خویش را ترتیب داده‌اند، این عقیده ممکن است غلط باشد).

لئو تولستوی هنر چیست؟ ۱۸۹۷

یکی از دوستانم در حالیکه لبخند تلخی بر لب داشت با اشاره به خانواده‌ی شوهر خود گفت: (ما بیشتر درباره‌ی آب و هوا حرف می‌زنیم). اکثر مکالمات روزمره‌ی او در مورد کار، سلامت، سیاست و حتی فرزندانش اکنون به موضوعات خطرناکی تبدیل شده‌اند که می‌تواند شکاف اعتقادی عمیق موجود بین او و افرادی که زمانی او را مثل دختر خودشان در جمع خانواده می‌پذیرفتند را بیشتر کند.

به نظر می‌رسد که همه‌ی ما به حضور افرادی از قبیل دوست، اعضای خانواده یا همکارانی عادت کرده‌ایم که مجبور هستیم در مکالمه با آنها محدودیت‌هایی اعمال کنیم. ممکن است این افراد صرفاً افرادی باشند که در رسانه‌های اجتماعی با آنها آشنا شده‌ایم و نیز ممکن است افرادی باشند که آنها را از نزدیک می‌شناسیم.

شرط می‌بندم همه‌ی افرادی که این کتاب را می‌خوانند کسی را می‌شناسند که در چند سال اخیر تغییراتی اساسی در باورهایش در مورد بهداشت، رسانه، دولت، صنایع داروسازی و غیره رخ داده است. اگرچه ممکن است که آنها به طور ناگهانی باور نکنند که زمین تخت است، اما ممکن است که وجود کووید ۱۹ را انکار کنند یا گمان کنند که این بیماری یک سلاح زیستی است. علاوه بر این ممکن است که آنها انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۲۴ آمریکا را فاقد مشروعیت بدانند یا تصور کنند که حمله به ساختمان کنگره توسط سازمان انتیفا^۶ برنامه‌ریزی شده است. حتی ممکن است آنها اصرار داشته باشند که درباره‌ی ترور جان اف کندی^۷، تغییرات اقلیمی، واقعه‌ی ۱۱ سپتامبر یا مرگ

Antifa⁶
John F Kennedy⁷

پرنس دینا حقیقت ماجرا بیان شود. ممکن است برخی از آنها با اطمینان اعلام کنند که تمام واکسنها مضر هستند. عده‌ای دیگر از این افراد فکر می‌کنند که مخالفان واکسیناسیون در واقع افرادی مارمولکی هستند که نقشه‌ای هوشمندانه برای نابودی انسانها کشیده‌اند (این شایعه توسط طرفداران جنبش science saves مطرح شده است تا واکسیناسیون را ترویج کنند، اما می‌دانید که منظورم چیست).

به نظر می‌رسد که هیچ جامعه یا خانواده‌ای از موج عظیم اطلاعات گمراه کننده و باورهای اشتباه در امان نمانده است. اگر شوخی در مورد افراد مارمولکی را کنار بگذاریم، آنگاه این باورها دیگر خنده‌دار نیستند. هنگامی که عبارت تئوری یا نظریه‌های توطئه را می‌شنوید احتمالا آنچه به ذهنتان خطور می‌کند، نظریه‌های توطئه درباره‌ی کلاه فویل از جنس قلع یا آدم کوتوله‌های سبز رنگ نیست، بلکه قضیه بسیار جدی‌تر و شخصی‌تر است. هر دفعه که به موضوع نظریه‌ی توطئه اشاره می‌کنم، حالت چهره‌ی افراد عرض می‌شود و سر خود را تکان می‌دهند و در مورد دوستان، همزاده‌ها، والدین، خانواده‌ی همسر و فرزندان‌شان یعنی همان افرادی صحبت می‌کنند که می‌ترسند آنها را به مهمانی‌ها یا رویدادهای خانوادگی خود دعوت کنند، یعنی افرادی که اصلا نمی‌توان با آنها به صورت منطقی صحبت کرد. آنها اصلا نمی‌توانند درک کنند که آن افراد چگونه چنین شایعاتی را باور می‌کنند.

من احساس آنها را به خوبی درک می‌کنم. به نظر من یکی از آزاردهنده‌ترین لحظات در سفرم به دنیای باور اشتباه مکالمه با زنی بود که من از هنگامی که او ۸ ساله بود او را می‌شناسم و او را مثل عضوی از خانواده‌ام می‌دانم. او نه تنها باور داشت که کووید ۱۹ یک توطئه جهانی برای فروش واکسنهای شیطانی و کشتن مردم است، بلکه باور داشت که من هم در این مورد مقصر هستم. حتی ارتباط طولانی مدت بین ما نیز نظر او را تغییر نداد و من نیز نمی‌توانستم نظر او را عوض کنم.

من اغلب به این موضوع فکر می‌کنم که آیا مشکل باور اشتباه روزه‌روز و خیم‌تر می‌شود؟ بر اساس روایت‌های مختلف پاسخ مثبت است و اینگونه به نظر می‌رسد که نظریه‌های توطئه‌ی مختلف به طور فزاینده‌ای رو به افزایش است و عامل اصلی این افزایش نیز همه‌گیری کووید ۱۹، اینترنت، دو قطبی‌های سیاسی و پیشرفت‌های اخیر در فناوری هوش مصنوعی است. این نظریه‌ها تنها به اقلیتی خاص یا ویدیوهای خانگی که به طرز ناشیانه‌ای اغراق شده‌اند و چت‌رومهای خصوصی محدود نمی‌شود، بلکه این نظریه‌ها توسط سیاستمداران منتخب مردم، سلبیتی‌های معروف و مجری‌های اخبار تلویزیون بر زبان آورده می‌شود و از طریق رویدادهایی از قبیل حمله به ساختمان کنگره در تاریخ ۶ ژانویه ۲۰۲۱ و جرایم مرتبط با نفرت‌پراکنی ناشی از اطلاعات گمراه کننده به طرز خطرناکی وارد زندگی ما می‌شود. اما تنها با گذشت زمان و تحقیقات مختلف مشخص خواهد شد که چرا امروزه این توطئه‌ها رواج بیشتری دارد یا بیشتر به چشم می‌آید.

می‌دانیم که مسئله‌ی باور اشتباه در گذشته نیز وجود داشته است و احتمالاً در آینده‌ی دور نیز ادامه خواهد داشت. برای درک بیشتر وجود باورهای اشتباه در گذشته، به این نمونه‌های باستانی توجه کنید. در سال ۶۸ پس از میلاد مسیح، عده‌ای از رومیان باستان باور داشتند که امپراتور بدنام روم یعنی نرون^۸ خود را به مردن زده و برای بازپس گیری تاج و تخت نقشه چیده است. چند سال پس از گسترش این شایعه، مدعیانی در روم ظاهر شدند که ادعا می‌کردند امپراتور نرون هستند. علاوه‌براین، عده‌ای از افراد باور داشتند که ملکه الیزابت اول در دوران کودکی مرده و پسری به طور مخفیانه جایگزین او شده است (پس چرا ملکه هرگز ازدواج نکرد و همیشه کلاه گیس بر سر داشت؟). پل مک کارتنی^۹ که اکنون در زمان نگارش این متن ۸۱ ساله است، در دهه‌ی ۶۰ میلادی مجبور شد که به سختی برخی از طرفداران خود را متقاعد سازد که هنوز نمرده است و فردی شبیه او جایگزین او نشده است. شاید

Nero⁸
Paul McCartney⁹

شنیده باشید که عده‌ای باور دارند که زمین تخت است، اما آیا می‌دانید که عده‌ی دیگری باور دارند که زمین توخالی است؟ همچنین، نظریه‌های توطئه‌هایی وجود دارد که بیان می‌کند یک سری از وقایع تاریخی و وقایع دوران معاصر از جمله هولوکاست، ترور مارتین لوتر کینگ پسر، فرود آمدن بر روی ماه، ۱۱ سپتامبر و کشتار در مدرسه‌ی ابتدایی سندی هوک^۱ هرگز رخ نداده است. حتی نظریه‌ی توطئه‌ای درباره‌ی ریشه‌ی اصطلاح نظریه‌ی توطئه نیز وجود دارد (اینکه سازمان CIA این اصطلاح را عمداً به وجود آورده است تا افرادی را که روایت رسمی مربوط به ترور جان اف کندی را زیر سوال می‌بردند، بی‌اعتبار سازد).

علاوه بر این تعیین اینکه یک نظریه‌ی توطئه در چه نقطه‌ای به پایان می‌رسد و یک نظریه‌ی توطئه‌ی دیگر از چه نقطه‌ای آغاز می‌شود کار دشواری است. در نظریه‌ی توطئه پدیده‌های مختلف به هم ربط داده می‌شود یعنی شبکه‌ای از علت و معلول، روابط پنهانی و علل مخفی بخشی از ماهیت نظریه‌ی توطئه را تشکیل می‌دهد. بنابراین عجیب نیست که خود این نظریه‌ها با هم همپوشانی داشته باشند (به عنوان مثال عده‌ای باور داشتند که واکسن کووید ۱۹ محتوی یک تراشه‌ی نسل ۵ است!). نظریه‌های توطئه‌ای که حول محور کووید ۱۹ به وجود آمد، بر شایعاتی استوار بود که مدتها قبل از پیدایش کرونا یعنی زمانی که حتی نام این ویروس به گوش کسی نخورده بود نیز وجود داشت و اگرچه در این نظریه‌های توطئه شخصیت‌های شرور جدیدی (به عنوان ماثل دکتر فائوچی، بیل گیتس و خود من) ظاهر شده بودند، دوباره از همان افراد شرور قدیمی (به عنوان مثال ایلومیناتیها، دولت پنهان و طبقه‌ی فرادست گمنام) نام برده شده بود. داستانهای قدیمی و جدیدی که در آن دوران مطرح شده بود، شایعات را تقویت می‌کردند.

Martin Luther King Jr.¹
Sandy Hook¹

هنگامی که بر روی این کتاب کار می کردم، به شهر تورنتو سفر کردم و پروازم که از طریق فرودگاههای مختلف انجام می شد در فرودگاه بین المللی شهر دنور^۱ توقف کرد و البته من با این موضوع مشکلی نداشتم. در صورتی که زمان رسیدن به آن فرودگاه را طوری برنامه ریزی کرده باشید که از طوفانهای رعدوبرق تابستانی در امان باشید، آنگاه می توان گفت که فرودگاه بسیار خوبی است. موقع فرود هواپیما از دیدن کوهها لذت می بردم و یک صندلی خوب پیدا کردم تا وعدهی غذایی خود را دریافت کنم. با این وجود اگر یکی از دشمنان من در فضای مجازی از این موضوع خبردار می شد، احتمالاً اینکه پروازم از آن مکان مشخص سر در آورده است را مشکوک و نه اتفاقی بر اثر اشتباه تلقی می کرد. آیا این اتفاق تصادفی بود؟ از نظر آنها تصادفی نبود. می دانید که افراد بسیاری تصور می کنند که فرودگاه بین المللی دنور در واقع مقر فرماندهی ایلومیناتیها است. گفته می شود که در حال حاضر، این گروه برادری باستانی در تونل های زیرزمینی پایگاه های این فرودگاه با یکدیگر ملاقات کنند. مطمئن هستم که می شد به راحتی اینطور استنباط کرد که من برای ملاقات سری با دوستان ایلومیناتی خود به آنجا رفته بودم تا برای کاهش جمعیت کره زمین از طریق واکسن برنامه ریزی کنم. به این ترتیب ممکن بود نظریه های توطئه های متعلق به اواسط دهه ۹۰ میلادی یعنی زمانی که فرودگاه بین المللی دنور افتتاح شد با باورهای اشتباه اخیر در مورد کووید ۱۹ ادغام شود.

البته نظریه های توطئه تنها به حضور ایلومیناتی ها در آن فرودگاه محدود نمی شود. برخی افراد معتقد هستند که آن تونل های زیرزمینی آشیانه ی افراد مارمولکی است (یعنی افرادی که طرفدار جنبش ضد واکسن هستند). عده ای دیگر تصور می کنند که این تونلها در اصل پناهگاهی برای افراد طبقه فرادست جامعه در صورت بروز فاجعه است. یا اینکه این فرودگاه یک شهر زیرزمینی است که با توجه به سیاست نظم نوین جهانی^۳ ساخته شده است اگر گمان می کنید که چنین باورهایی بسیار دور از ذهن است از شما دعوت می کنم که در مجموعه آثار هنری این فرودگاه از قبیل

Denver International Airport¹
New World Order¹

ناودان‌هایی به شکل موجودات ترسناک و اسبی به رنگ آبی است که بر روی پاهای عقب خود ایستاده و چشمان درخشان قرمزی دارد و گفته می‌شود که یک نماد شیطانی آخرالزمانی است به دنبال سرخ‌های آن بگردید. باور نمی‌کنید؟ پس چرا هنرمندی که این اثر را خلق کرد حین ساخت آن مجسمه درگذشت؟ (البته این بخش از ماجرا واقعیت دارد. مجسمه‌ساز این اثر به نام لویس جیمز پس از آنکه قطعه‌ای از مجسمه سرخرگ او را برید دچار مرگ نابهنگام شد و پسران او به ناچار این پروژه را دیرتر از موعد مقرر به اتمام رساندند).

منظورم این است که می‌توان نظریه‌های توطئه را در هر کجا که بخواهید پیدا کنید. اگرچه بسیاری از داستانهای شخصی که در این کتاب به اشتراک گذاشته‌ام مربوط به کووید ۱۹ است و من تجربه‌ی دسته اول بسیاری از آنها دارم، اما هدفم از ذکر این داستانها چیزی فراتر از آن است. در واقع هدف من تبیین زیربنای روان‌شناختی باورهای اشتباه است.

علت دیگری که در این کتاب بر کووید ۱۹ تمرکز شده این است که به طور کل این همه‌گیری زمینه‌ی مناسبی برای درک مسئله‌ی باور اشتباه فراهم کرده است. در کدام دوران دیگری از تاریخ شاهد ترکیبی از استرس و ترس فراگیر، انزوای اجتماعی و فقدان زیربنای حمایتی، پیامهای گمراه‌کننده، بی‌اعتمادی به نهادهای مختلف، دو قطبی‌سازی‌های سیاسی، صرف اوقات فراغت به صورت آنلاین و غیره بوده‌ایم؟ این اتفاقات باعث شد که عده‌ی زیادی از مردم در طی مدت کوتاهی به روایت‌هایی جدید و اشتباه در مورد دنیا اعتقاد پیدا کنند.

این تغییرات عظیم و گسترده، از لحاظ تاریخی بی‌سابقه بوده است. در واقع اگر تنها یک نکته برای اندیشمندان علوم سیاسی آشکار شده باشد، آن نکته این است که تغییر افکار و باورهای مردم بسیار دشوار است. برای اینکه این امر به

شما ثابت شود دفعه بعد که به یک مهمانی شام کسل کننده رفتید، از افراد سر میز بخواهید تا درباره‌ی یک مسئله که در دوران قبل از کووید ۱۹ عقیده‌یشان در مورد آن تغییر کرد را به اشتراک بگذارند. حدس می‌زنم که شگفت زده خواهید شد. مشخص می‌شود که افراد بسیاری پاسخی برای این سوال ندارند یا حداقل می‌توان گفت که پاسخ قابل قبولی ندارد. اگر بخواهید صادقانه جواب دهید چه پاسخی به این سوال می‌دهید؟ اطرافیانتان چگونه؟ چند نفر را می‌شناسید که طرفدار تیم فوتبال (یا تیم ورزشی) دیگری شده‌اند؟ چند انسان بزرگسال را می‌شناسید که گرایش سیاسی خود را تغییر داده‌اند؟ پژوهش‌ها نشان می‌دهد که حتی تغییر رهبر و دستورالعمل‌های حزب تاثیر کمی بر اکثریت مردم دارد.

بنابراین بسیار عجیب است که بین سالهای ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۳ عده‌ی زیادی از مردم نظرات و باورهای خود را تغییر داده‌اند. چند نفر نظر خود را تغییر داده‌اند؟ نمی‌دانیم. اما شواهد نشان می‌دهد که اگر طیفی از افرادی که نظر خود را تغییر داده‌اند را در نظر بگیریم، یعنی از افرادی که اکنون اعتماد کمتری به سازمان بهداشت جهانی^۵ دارند تا افرادی که تصور می‌کنند برنامه‌ی بازنشانی عظیم^۶ به طور کامل در حال اجرا است، آنگاه به درصد قابل توجهی از افراد می‌رسیم. تنها کافیست که به افراد پیرامونتان فکر کنید. به نظرم می‌توان گفت که همه حداقل یک نفر را می‌شناسند که در چند سال اخیر به باورهای اشتباه اعتقاد گرایش پیدا کرده‌اند.

در دوران کرونا نیروهای مختلف شرایطی را به وجود آوردند که در آن افراد بسیاری توانستند نظرات خود را تغییر دهند. اما آیا این شرایط مختص به آن لحظه تاریخی مشخص بود؟ نه. آیا این شرایط به طرز عجیبی گسترده بود و به صورت همزمان رخ داد؟ بله. بنابراین درک این دوره بسیار اهمیت دارد.

¹ World Health Organization
¹ The Great Reset

امیدوارم که همه گیری کرونا نیز مثل دوران پادشاهی نرون دیگر هرگز تکرار نشود. در حال حاضر لازم است که شرایط ضمنی و زیربنای روانشناختی که سبب آسانتر شدن این تغییر عظیم اعتقادی می شود را درک کنیم. البته ممکن است که نظرات و باورها در جهت مثبت نیز تغییر کند، اما اکنون شاهد آن هستیم که نظرات بسیاری از افراد به نحوی تغییر می کند که باعث می شود اعتماد آنها به سایر افراد جامعه، علم و موسسات مختلف کاهش یابد.

بررسی دقیق باورهای اشتباه

طبق تعریف ساده ای که از باور اشتباه ارائه می شود، باور اشتباه به معنای پذیرفتن یک باور اشتباه به جای یک واقعیت مشخص است. اما در کتاب حاضر، باور اشتباه به معنی فوق استفاده نشده است. بلکه ما باور اشتباه را نوعی دیدگاه یا ذهنیت روانشناختی محسوب می کنیم که نگرش افراد به دنیا، نحوه ی تعقل آنها در مورد جهان و توصیف آنها از دنیا را مخدوش می کند. علاوه بر این، باور اشتباه نه تنها به عنوان یک وضعیت مشخص، بلکه به عنوان یک فرآیند بررسی خواهد شد.

در فصل دوم توضیح خواهم داد که فرآیند باور اشتباه را می توان به یک قیف تشبیه کرد. هنگامی که شخصی برای نخستین بار وارد این قیف می شود، ممکن است درباره حقایق پذیرفته شده و منابع اطلاعاتی موجود درباره ی علم، سلامت، سیاست، رسانه و نظیر آن تنها چند سوال جزئی داشته باشد. در انتهای دیگر این قیف افراد همه ی منابع به اصطلاح جریان اصلی را کنار گذارند و سایر واقعیتهای نظریه های توطئه را بی درنگ می پذیرند. البته در این مسیر طولانی مراحل زیادی وجود دارد.

هنگامی که راجع به باورهای اشتباه صحبت می کنیم تنها در مورد افرادی که هر چیز عجیبی را باور می کنند صحبت نمی کنیم. بین همه ی ما و افرادی که یک سری باورهای اشتباه را می پذیرند تا حدودی خصوصیات مشترکی وجود

دارد. بسیاری از ما آنچه شرکتهای دارویی ادعا می کنند را باور نمی کنیم و به دنبال چیزهایی فراتر از داروهای معمولی هستیم تا وضعیت سلامت خود را بهبود بخشیم. بسیاری از ما سوالاتی در مورد نحوه مدیریت کووید ۱۹ توسط دولت و مسئولان حوزه بهداشت داریم و با برخی از تصمیمهای آنها مخالف هستیم. اکثر ما به خوبی می دانیم که شبکه های رسانه ای، یک سری پیش داوری های درونی و دستور کارهای ناگفته ای دارند که لزوماً با اهدافی شوم طراحی نشده اند. اما به طور کلی ما اطلاعات خود را از دولت، موسسات علمی یا رسانه ها و با توجه به این باور به دست می آوریم که به احتمال زیاد این اطلاعات درست است. البته اینطور نیست که ما اطلاعات به دست آمده را اصلاً بررسی یا تایید نمی کنیم. شک گرایی، طرح پرسش، تحقیق به صورت فردی و واقعیت سنجی به ویژه در دوران معاصر که اطلاعات اشتباه تا این حد رواج دارد بسیار خردمندانه است.

هنگامی که افراد به ته قیف باور اشتباه سقوط می کنند به نقطه ای می رسند که در آن شک گرایی به شیوه ای صحیح به نوعی بی اعتمادی نسبت به همه چیز تبدیل می شود و روشن فکری حقیقی آنها به نوعی تردید ناکارآمد تبدیل می شود. در واقع یک آستانه ی بحرانی وجود دارد که با عبور از آن مردم دیگر روایت های پذیرفته شده را زیر سوال نمی برند بلکه یک سری باورهای جدید را پذیرفته و باور می کنند. در این مرحله افراد به اطلاعاتی که از دولت، موسسات علمی یا رسانه منتشر می شود با عینک شک و بی اعتمادی می نگرند. بنابراین آنها به دنبال روش هایی می گردند تا احتمال اشتباه و گمراه کننده بودن این اطلاعات را بررسی کنند. کسانی که در باورهای اشتباه غرق می شوند، اطمینان دارند که حتماً یک نقشه شیطانی یعنی برنامه ای عجیب و شرورانه وجود دارد که توسط افراد شیطان صفت برنامه ریزی شده است. در نتیجه، باور اشتباه هم به معنی تعداد باورهای غلطی است که یک فرد به آن اعتقاد دارد و هم به معنی ذهنیت کلی افراد نسبت به بی اعتمادی و تردید است.

می‌توان باور اشتباه را با یک بیماری خود ایمنی مقایسه کرد. یک سیستم ایمنی سالم به دنبال نابودی عفونت و ویروس‌هایی است که جسم را تهدید می‌کند و از ما در برابر بیماریها محافظت می‌کند. اما گاهی اوقات واکنش سیستم ایمنی بسیار شدید یا اشتباه است و به بدنی که باید از آن محافظت کند حمله می‌کند. هنگامی که یک بیماری خود ایمنی به حالت مزمن تبدیل می‌شود بر چند سیستم مختلف بدن اثر می‌گذارد و عملکرد ما را مختل می‌کند. باور اشتباه مزمن نیز همین طور است. یعنی غرایز مفید ما نسبت به شک گرایشی و تفکر مستقل، بسیار شدید می‌گردد و به نحوی خود-ویران‌گرانه و ناتوان کننده بر علیه ما عمل می‌کند.

باور اشتباه مسئله‌ای حزبی مربوط به احزاب چپ یا راست نیست

به آسانی می‌توانیم انگشت اتهام خود را به سمت افرادی با مناصب سیاسی متفاوت نشانه گرفته و آنها را مقصر بدانیم و در عین حال افرادی که نظرات سیاسی مشابهی با نظرات ما دارند را کاملاً محق بدانیم. باور اشتباه مسئله‌ای منحصر به حزب چپ یا راست نیست بلکه یک مسئله انسانی است.

مطالعات مختلف نشان می‌دهد که هر دو طیف سیاسی لیبرال و محافظه کار و به ویژه دو سوی افراطی آن به میزان مختلف از اطلاعات اشتباه استفاده و آن را منتشر می‌کنند. اگر شما به یکی از دو سوی افراطی این طیفهای سیاسی تعلق داشته باشید، آنگاه مشاهده خواهید کرد که گاهی اوقات جایگاه دو سر افراطی دو طیف عوض شده و ما در نقطه‌ی وسط به یک نقطه‌ی مشترک می‌رسیم و شاهد به وجود آمدن اتحاد عجیبی از قبیل جنبش فعلی ضدواکسن یا حتی QAnon^۱ هستیم و حتی هیپی‌های فوق مدرن که از داروهای نوین اجتناب می‌کنند خود را همسو با افراد به شدت محافظه کاری می‌یابند که نسبت به دولت بی‌اعتماد هستند. اگرچه (همانطور که در تصویر ۱ نشان داده شده

جنبشی که اعضایش باور دارند دنیا توسط زهرانی پدوفیل و آدم‌خوار هدایت می‌شود^۱

است) مضمون برخی از باورهای اشتباه با توجه به گرایشات سیاسی تا حدی تغییر می‌کند، پدیده‌ی باور اشتباه فی نفسه یک معضل انسانی است و تنها به طیف لیبرال یا محافظه کار محدود نمی‌شود.

تصویر ۱: فهرستی از باورهای اشتباه متعلق به طیفهای سیاسی

محافظه‌کار/ جمهوری خواه

لیبرال/ دموکرات

● مخالفان سیاسی ترامپ درباره‌ی خطرات کووید ۱۹ اغراق می‌کنند ● باراک اوباما اسناد مربوط به شهروندی خود در آمریکا را جعل کرده است ● تغییرات اقلیمی یک فریب است ● این رابرت مولر بود که به صورت مخفیانه درباره‌ی خانوادگی کلینتون تحقیق می‌کرد نه	ترامپ جورج سوروس ● قصد دارد دنیا را کنترل کند دموکراتها ● باعث ابتلای ترامپ به کووید ۱۹ شدند یک توطئه‌ی ملی ● برای کشتن پلیس وجود دارد هدف از قتل جفری اپستاین ● این بود که شبکه‌ی جرم و جنایتش حفظ شود ● کووید ۱۹ به طور عمدی شیوع یافت ● بیل گیتس کووید ۱۹ را به وجود آورد سیستم حاکم خطرات ● واکسن کووید ۱۹ را از مردم پنهان می‌کند افراد با نفوذ در دولت و ● هالیوود در محافل پدوفیل مشارکت دارند
--	--

یک دولت پنهان به طور مخفیانه • درون دولت وجود دارد

FDA مانع از دسترسی افراد به درمانهای • طبیعی سرطان می شود تا از شرکتهای بزرگ داروسازی

حمایت کند

در واکسن کرونا ابزارهایی برای ردیابی • مردم قرار داده شده است

کشتار مدرسه‌ی سندی هوک توسط دولت • انجام شد

حملات تروریستی ۱۱ سپتامبر توسط القاعده • انجام نشد

اینترنت 5G باعث بروز کوید ۱۹ می شود •

تیراندازی در مدارس در واقع نوعی از عملیات • پرچم دروغین است که توسط دولت اجرا شد

ترور جان اف کندی بخشی از یک توطئه بود •

دولتها از فناوری خاصی برای کنترل ذهن مردم • توسط سیگنالهای پخش تلویزیونی استفاده

می کنند

حکومت خطرات واکسن ام‌ار را از مردم • پنهان می کند

شرکتهای بزرگ داروسازی و صنایع پزشکی برای • کسب سود بیشتر عمداً بیماریهایی را درست

می کنند

ترور جان اف کندی بخشی از یک توطئه بود •

موبایل باعث ایجاد سرطان می شود •

در مورد تعداد کشته‌شدگان هولوکاست • بزرگنمایی شده است

خطرات غذاهای دستکاری شده‌ی ژنتیکی از • مردم پنهان می شود

نظام درمان کشور روشهای واقعی درمان سرطان • را از مردم پنهان می کند

خاندان روتشیلد دنیا را اداره می کند •

با افزودن فلوراید در آب می توان ذهن مردم را • کنترل کرد

- به غیر از دولتهای منتخب مردم، یک گروه مشخص دنیا را کنترل می کند
- بانکها در اقتصاد تاثیر می گذارند تا بتوانند از نظر اقتصادی بر مردم تسلط یابند
- دولت استفاده از لامپهای فلورسنت را اجباری کرده است تا ذهن مردم را کنترل کند
- بیماری ایدز به صورت عمدی شیوع یافت
- فرانکلین روزولت قبل از وقوع حمله به پرل هاربر از وقوع آن اطلاع داشت
- ترور مارتین لوتر کینگ بخشی از یک توطئه بود
- شواهد مربوط به تماس آدام فضایی ها از مردم پنهان می شود
- فرود بر روی ماه واقعیت ندارد
- دولت هنرمندانی مثل جان لنون و توپاک شکور را ترور کرد
- ولادیمیر پوتین هیلاری کلینتون را مسموم کرد تا او در انتخابات پیروز نشود
- اُ جی سیمپسون که توسط پلیس و به اتهامات دروغین دستگیر شد بی گناه بود
- در توفان کاترینا مقامات سیل بندیهای ساختند تا از خانه های ثروتمندان محافظت کنند
- برادران کخ قصد دارند که دنیا را اداره کنند
- ریگان و دولت ایران در یک توطئه تصمیم گرفتند تا پس از انتخابات سال ۱۹۸۰ گروگانها را آزاد نکنند
- در انتخابات سعی شد که اداره ی پست رای های ارسال شده از طریق ایمیل شمارش نشود
- جورج بوش درباره ی آمار اشتغال دروغ گفت تا شدت بحران سال ۲۰۰۷ را بی اهمیت جلوه دهد
- دولت روسیه بر سیاستهای ملی ایالات متحده تاثیر می گذارد

ترامپ وانمود کرد که به کووید ۱۹ مبتلا شده است تا دوباره

● در انتخابات پیروز شود

ترامپ

● مهره‌ی روسها است

ترامپ

● با پوتین معامله کرده است

حزب

● جمهوری خواه در انتخابات تقلب کرد

ترامپ علائم ابتلای خود

● به کرونا را از سایر افراد پنهان کرد

۰/۶ - ۰/۴ - ۰/۲ - ۰/۲ ۰/۴ ۰/۶

در صورتی که یک باور نمره‌ی مثبت داشته باشد یعنی در سمت راست نمودار قرار داشته باشد، باوری است که محافظه کاران شدیداً به آن اعتقاد دارند. اگر یک باور نمره‌ی منفی داشته باشد و در سمت چپ نمودار قرار داشته باشد یعنی باوری است که لیبرال‌ها به آن اعتقاد دارند. ما معمولاً تصور می‌کنیم که فقط افراد متعلق به طیف سیاسی مقابل به چیزهای اشتباه باور دارند و همفکران ما اینطور نیستند. اما بر اساس تصویر فوق و تحقیق آدام اندرز^{۱۸} همکاران به نظر می‌رسد که در طیفهای سیاسی باور اشتباه به طور برابر توزیع شده است.

¹⁸ Adam Enders

ترکیبی از افرادی که باور اشتباه دارند

لازم به ذکر است که در زمینه‌ی اطلاعات دروغین، عوامل مختلفی از جمله عوامل منفی و هم عوامل ابتدایی اشتباه نقش دارد. در طیفی از اطلاعات اشتباه که در آن افراد به عوامل منفی اعتقاد دارند، قدرت‌های بیگانه قرار دارند که از اطلاعات اشتباه به عنوان ابزاری راهبردی در برابر رقبای خود استفاده می‌کنند. به عنوان مثال در سال ۲۰۱۶ دستگاه اطلاعاتی روسیه داستانی در مورد یک دختر روسی-آلمانی که به مدت ۲۴ ساعت گم شده بود منتشر و ادعا کرد که مهاجران عرب به او تجاوز کرده‌اند. آنها با سوءاستفاده از این ماجرا، دولت آلمان را متهم کردند که درباره‌ی پرونده‌ی آن دختر پنهان کاری و شواهد را مخفی کرده تا نشان دهند که بحران پناهجویان از کنترل خارج شده است. این دختر بعدها اعتراف کرد که این داستان واقعیت ندارد. اما انتشار این اطلاعات غلط منجر به برگزاری تظاهرات ضد مهاجرت شد و اختلافات نژادی بین آلمانی‌ها و مسلمان‌ها و تنش‌های دیپلماتیک بین آلمان و روسیه را تشدید کرد.

علاوه بر این افرادی وجود دارند که از اطلاعات اشتباه برای ترویج دستورالعمل‌های سیاسی خود استفاده می‌کنند. در سال ۲۰۱۷ لیبرال‌های آمریکایی یک خبر جعلی درباره حمله پلیس به چادر معترضان و آتش زدن چادرها در شهر Standing Rock منتشر کردند. پس از مدتی مشخص شد که این داستان واقعیت ندارد و حتی عکس منتشر شده نیز مربوط به وقایع آن روز نبود. اما این داستان باعث نگرانی عده‌ای از افراد چپ‌گرا شد که معتقد بودند انتخاب دونالد ترامپ به عنوان رئیس جمهور آمریکا نشان‌دهنده‌ی آغاز سقوط کشور در دام یک خودکامگی خشونت‌بار است. البته طیف سیاسی رقیب نیز اطلاعات دروغ منتشر می‌کند. به عنوان مثال جمهوری خواهان

گزارشهایی غلط درباره‌ی تقلب در انتخابات منتشر می‌کنند تا در صورتی که نامزد مورد نظرشان در انتخابات شکست خورد، اعتماد مردم نسبت به نحوه برگزاری انتخابات تضعیف شود. گاهی اوقات از اطلاعات دروغین برای پنهان کردن پیامدهای نامطلوب اطلاعات دروغین استفاده می‌شود. هنگامی که در سال ۲۰۲۲ یک مرد مهاجم تحت تاثیر نظریه پردازهای توطئه‌ی حزب راستی وارد منزل نانسی پلوسی^۹ سخنگوی مجلس نمایندگان شد و با یک چکش به شوهر او پل پلوسی^{۱۰} حمله کرد، تنها طی چند ساعت قانون‌گذاران و مفسران حزب راستی شایعاتی مبنی بر این منتشر کردند که فرد مهاجم یا یک تن فروش همجنسگرا بوده است یا نقش بازی می‌کرده.

گروه بعدی افرادی هستند که از انتشار اطلاعات دروغ سود اقتصادی کسب می‌کنند. به عنوان مثال افرادی مثل مشاوران بهداشت که از طریق فروش مکمل‌های دارویی به افرادی که معتقدند محصولات تولید شرکت‌های دارویی برای کشتن آنها طراحی شده است میلیون‌ها دلار سود کسب می‌کنند.

نمونه‌ی بارز این افراد اشخاص زودباوری هستند که به غیر از دنبال کردن شایعات، هیچ علاقه و اولویتی در زندگیشان ندارند. این افراد قصد ندارند که نفرت‌پراکنی کرده و باعث گمراهی دیگران شوند و به دنبال قدرت سیاسی و پول هم نیستند، بلکه تنها قصد دارند دنیای پیرامون خود را درک کنند. در واقع همه‌ی انسانها شامل این دسته از افراد می‌شوند، اما تلاش این افراد برای درک جهان باعث شده است که به انتهای قیف باور اشتباه سقوط کنند و در نتیجه دیدگاهشان نسبت به جهان کاملاً تغییر کند. علاوه بر این، آنها احساس می‌کردند که باید بینش و

Nancy Pelosi¹
Nancy Pelosi²

درک جدید خود از واقعیت را با سایر افراد به اشتراک بگذارند. دقیقاً معلوم نیست که چه چیزی به افکار آنها جهت می‌دهد یا آنها از باور کردن اطلاعات اشتباه چه چیزی به دست می‌آورند.

شاید این افراد را صرفاً افرادی متفاوت در نظر بگیریم اما واقعیت این است که این افراد نیز مثل همه‌ی ما هستند. همه‌ی ما انسانها سعی می‌کنیم با استفاده از اطلاعات مشخصی جهان پیرامون خود را درک کنیم و در این مسیر گاهی اوقات به دوراهی‌های عجیبی می‌رسیم یا مسیر اشتباهی را طی کرده و راه خود را گم می‌کنیم. برای اینکه خودمان و عزیزانمان دچار چنین سرنوشتی نشویم ضروری است که احتمال وقوع اشتباه را در نظر بگیریم و سعی کنیم مسیری که باعث گمراهی ما می‌شود، مسائل روانشناختی عبور از این مسیر و نتایج سفر را درک کنیم.

فصل دوم

عملکرد قیف

همه‌ی دوستانم باورهای جدیدی دارند.

یکی کاتولیک می‌شود و آن یکی به درخت تبدیل می‌شود.

خداوند مثل یک یهودی بسیار باسواد که قبلاً نسبت به مذهب بی تفاوت بود، به عنوان یک خالق ژنتیکی وارد عمل

می‌شود.

رژیم غذایی پالئو،^{۲۲}رژیم کتو،^{۲۳}زون،^{۲۴}محلای ساوت بیچ،^{۲۴}نوشیدنی بوربون.^{۲۵}

برنامه ورزشی بسیار فشرده‌ای که باعث می‌شود زنی با دستگاه ورزشی یکی شود.

مردی با زنی که ۲۰ سال از خودش جوان‌تر است ازدواج می‌کند

و گاهی هنگام صرف چاشت از کلمه‌ی سرسبز استفاده می‌کند.

نبرد فرد آهنین مشت دیگری به زوال تبدیل می‌شود

و شخص دیگری پس از یک دهه مبارزه و زخم زبان

مثل پرنده‌ای بر لب ساحل

تصمیم می‌گیرد که بمیرد.

چه در مقام یک کشیش و چه در مقام یک جانور، دشواریها و شادیها

ترک لوازم مجلل و سرگرم شدن به دنیای خاکی

هشیاری، بی‌نیازی و سفر به انتهای هستی

همه‌ی دوستانم باورهای جدیدی دارند

و دنبال کردن خدایان و عشق‌های جدید

و خدایان و عشق‌های قدیم برایم دشوار است

و روزها خنجر و آینه‌ها طرح دارند

و سیاره‌ی ما و شبه‌های ما،

Paleo²

Keto²

Zone²

South Beach²

Bourbon²

تردیدهای ما و دوستانم

دوستان زیبا و قابل اعتمادم

هر چه سریعتر به سمت تاریکی می‌روند.

— کریستین ویمن^{۲۶}

هنگامی که در تاریخ ۱۱ سپتامبر سال ۲۰۰۱ دومین هواپیما به مرکز تجارت جهانی برخورد کرد، مردم وحشتزده این فاجعه را به صورت زنده در تلویزیون مشاهده می‌کردند. یکی از این افراد مرد جوان بیست و چند ساله‌ای به نام برد^{۲۷} بود که در نیویورک زندگی می‌کرد. او که آن شب بدخواب شده بود از پله‌ها پایین اومد و تلویزیون را روشن کرد. او به قدری از دیدن صحنه‌ی انفجار در صفحه‌ی تلویزیون وحشت کرده بود که با خود فکر می‌کرد آیا دارد کابوس می‌بیند. او در روزها و هفته‌های بعد همواره به آن حادثه فکر می‌کرد. افرادی که از ساختمان‌های آتش گرفته به بیرون می‌پریدند، افرادی که از خاکستر پوشیده شده بودند و در خیابان‌های منتهن^{۲۸} می‌دویدند و خانواده‌های درمانده‌ای که به دنبال یافتن اطلاعاتی درباره‌ی عزیزان گم شده‌ی خود بودند. او همواره در ذهن خود صحنه‌ی برخورد هواپیما را مرور می‌کرد. یعنی تصویری از گلوله آتشی که در آسمان پاک صبحگاهی منفجر شد و پس از آن برج به آرامی فرو ریخت. او که مردی حساس و متفکر بود سعی داشت بفهمد که در آن حادثه که از نظر احساسی برایش ویرانگر بود واقعا چه اتفاقی افتاد.

Christian Wiman²
Brad²
Manhattan²

چند سال بعد از آن اتفاق که برد به واسطه شغل خود به ایالات متحده سفر کرد فکرش همچنان در گیر حادثه‌ی ۱۱ سپتامبر بود. زندگی در یک کشور غریب به مدت چند ماه و نبود شبکه‌ی حمایتی خانواده و دوستان فرصت زیادی برای اندیشیدن و مطالعه برایش فراهم ساخت. او چند مستند درباره‌ی ۱۱ سپتامبر تماشا کرد که در آن روایت رسمی حکومت زیر سوال برده می‌شد و علت آن حادثه را به عوامل دیگری نسبت می‌داد. تفاسیر جدید از حادثه‌ی ۱۱ سپتامبر باعث شد که او با امکان وقوع احتمالات دیگری آشنا شود. او به دنبال کسب اطلاعات بیشتری بود و اطلاعات خود را با هر کسی که مایل به شنیدن آن بود به اشتراک می‌گذاشت. او نه تنها با نظریه‌های بیشتری درباره حملات به مرکز تجارت جهانی آشنا شد، بلکه جستجوی او باعث شد که با فعالیتهای یک فوتبالیست بریتانیایی به نام دیوید آیک^۲ آشنا شود که بعدها به یک شخصیت معروف در رسانه‌های اجتماعی تبدیل شد. آیک تاکنون ادعاهای بسیاری مطرح کرده است از جمله اینکه یک گونه از مارمولکهای شرور کروی زمین را به سرقت برده‌اند. برد علاوه بر نظریه‌های مختلف درباره‌ی سفینه‌های فضایی، آدم فضایی‌ها و غیره این شایعه را نیز باور کرده بود. او اکنون باور دارد که جهان توسط گروهی شیطانی از افراد بچه‌باز اداره می‌شود و ۱۱ سپتامبر کار دولت آمریکا است. او به غیر از زمانی که به عنوان مشاور املاک مشغول است و با همسر و دو فرزندش وقت می‌گذراند، تمام وقت خود را به اصطلاح صرف تحقیق و آگاهی‌رسانی در مورد مسائلی می‌کند که به گمان او واقعا در دنیای پیرامون ما رخ می‌دهد. او در دو دهه‌ی گذشته به انتهای قیف باور اشتباه رسیده است و اکنون دوستان جدیدی دارد که در جستجوهای آنلاین خود با آنها آشنا شده و ارتباطش با بسیاری از افرادی که قبلا با آنها صمیمی بود قطع شده است.

قیف باور اشتباه پدیده‌ای شگفت‌انگیز و پیچیده است. افراد با نظرهای و باورهای خاصی وارد این قیف شده و با نظرهای و باورهای بسیار متفاوتی از آن خارج می‌شوند. در اغلب موارد، خانواده و دوستان با حیرت شاهد این تغییر هستند و نمی‌توانند درک کنند شخصی که او را کاملاً می‌شناسند تا این حد تغییر کرده است.

اساس قیف

به نظر من قیف باور اشتباه را می‌توان به عناصر مختلفی از قبیل عناصر احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی تقسیم کرد (تصویر ۲). در این کتاب از کلمه عناصر استفاده می‌کنیم زیرا این کلمه به معنی اجزای سازنده‌ی چندگانه‌ای است که هریک در ایجاد یک ساختار مجزا نقش دارد. البته تقسیم‌بندی عناصر تشکیل‌دهنده‌ی باور اشتباه ایراداتی دارد و فرایندی خطی نیست (مثلاً اینطور نیست که مجموع عوامل $A+B+C+D$ به باور اشتباه منتهی شود). این عناصر، چهار مرحله‌ی مجزا از یک فرایند جبرگرایانه نیستند. در واقع شما می‌توانید تمام این عناصر که در ادامه آنها را شرح خواهم داد را در کنار هم قرار دهید، ولی هیچ تضمینی وجود ندارد که شخص حتماً باور اشتباهی را بپذیرد و تنها احتمال پذیرفتن باورهای اشتباه افزایش می‌یابد.

در ابتدا عناصر احساسی و مسئله‌ی استرس را بررسی می‌کنیم زیرا استرس عاملی است که شرایط را برای پذیرفتن باورهای اشتباه مهیا می‌کند و در انتها عناصر اجتماعی را بررسی می‌کنیم زیرا این عناصر اجتماعی است که از جنبه‌های مختلف مهر تایید نهایی را بر باور اشتباه می‌زند. هنگام بررسی هر یک از این عناصر، نقش آنها در مراحل

ابتدایی و پایانی سقوط نهایی به انتهای قیف باور اشتباه را بررسی خواهیم کرد. بررسی این عناصر به ما کمک می‌کند که بفهمیم با فردی که در باور اشتباه غرق شده است باید چگونه برخورد کنیم. به عنوان مثال در صورتی که عناصر احساسی از قبیل استرس و ترس در زندگی این افراد غالب باشد، آنگاه این احتمال وجود دارد که آنها در ابتدای مسیر سقوط قرار داشته باشند و می‌توان از روش‌های مختلفی برای برقراری ارتباط با این افراد و کند یا معکوس کردن سرعت سقوطشان استفاده کرد. به عبارت دیگر، اگر این افراد قصد داشته باشند با توجه به عناصر اجتماعی، توانایی‌های خود را ثابت کنند یا جایگاه بالایی در گروه‌های افراد دارای باور اشتباه کسب کنند، احتمالاً در انتهای این قیف قرار دارند. در این مرحله، بیرون کشیدن افراد از ورطه‌ی باورهای اشتباه اگر نگوئیم غیرممکن، بسیار دشوار است زیرا این افراد از لحاظ اجتماعی در محافل افراد دارای باور اشتباه به جایگاه ثابتی دست یافته‌اند و از گروه‌های حمایتگر اجتماعی قدیمی خود فاصله گرفته‌اند.

بنابراین توجه داشته باشید که در فرایند سقوط افراد عناصر احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی دخیل است. تصور کنید که چند مایع مختلف و دارای چهار رنگ متفاوت به آهستگی به سمت پایین قیف جاری و با یکدیگر ترکیب می‌شوند و به این ترتیب شما مشاهده می‌کنید که این عناصر چه واکنشی نشان می‌دهند. در ادامه هر یک از این عناصر را به صورت دقیق‌تر بررسی خواهیم کرد. این کتاب را به چهار بخش تقسیم کردم تا خواننده‌ی کتاب بتواند حین مطالعه استراحت کوتاهی داشته باشد زیرا در هر بخش از کتاب اطلاعات فراوانی ذکر شده است. بنابراین از شما دعوت می‌کنم که پیش از مطالعه هر بخش توقف کرده و آن بخش را به دقت بررسی کنید تا بفهمید چه ارتباطی میان موضوع آن بخش از کتاب و افرادی که می‌شناسید و شاید خود شما وجود دارد. در ابتدا خلاصه‌ای از این عناصر ذکر خواهد شد.

عناصر احساسی: انسان‌ها موجوداتی احساساتی هستند و همانطور که به دفعات در پژوهش‌های علوم اجتماعی نشان داده شده است احساسات انسان بر باورهایش مقدم است. در اغلب موارد، احساسات نوع اعمال ما را تعیین می‌کند. جانان‌هاйт معتقد است که (شهود در جایگاه نخست و استدلال راهبردی در جایگاه دوم قرار می‌گیرد). به عبارت دیگر ما در ابتدا یک واکنش احساسی شدید نشان می‌دهیم و سپس یک توضیح منطقی برای اعمال خود ارائه می‌کنیم. در باور اشتباه، عناصر احساسی حول محور استرس و ضرورت مدیریت آن می‌گردد و زمینه مداخله‌ی عناصر دیگر را فراهم می‌کند.

عناصر ادراکی: مغز انسان از ظرفیت بالایی برای استدلال برخوردار است اما این مسئله به معنای این نیست که مغز ما همیشه بر اساس عقلانیت عمل می‌کند. هنگامی که به یک جهت مشخص گرایش بیشتری داریم، آنگاه سوگیری تایید^۳ وارد عمل می‌شود و باعث می‌شود که به دنبال اطلاعاتی بگردیم که نیازهای ما را بدون در نظر گرفتن درستی آن اطلاعات برآورده می‌سازد. در نتیجه ما چرا پیچیده‌تر می‌شود زیرا ما معمولاً روایت‌هایی می‌سازیم که ما را به نتیجه دلخواه‌مان می‌رساند. این فقط طرز تفکرمان نیست که ما را به انتهای قیف باور اشتباه هدایت می‌کند بلکه هنگامی که از واقعیت فاصله می‌گیریم، اینکه دوباره‌ی نحوه‌ی اندیشیدنمان چه فکر می‌کنیم نیز ما را دچار مشکل می‌کند.

عناصر شخصیتی: همه‌ی افراد به یک اندازه در معرض باورهای اشتباه قرار نمی‌گیرند. تفاوت‌های فردی نقش مهمی در سقوط بعضی از افراد به انتهای قیف باور اشتباه ایفا می‌کند. به نظر می‌رسد که بعضی از تیپهای شخصیتی بیشتر مستعد این سقوط هستند. افرادی که ویژگی‌های شخصیتی خاصی دارند بیشتر مستعد پذیرفتن روایت‌های اشتباه

³ Johnatan Haidt

³ Confirmation bias

درباره‌ی جهان هستند و اگرچه داشتن این ویژگی‌های شخصیتی به معنی این نیست که یک فرد حتماً باورهای اشتباه خواهد داشت، هر کدام از این ویژگی‌های شخصیتی احتمال گرایش فرد به باور اشتباه را افزایش می‌دهد.

عناصر اجتماعی: گرایش به باور اشتباه خود به خود رخ نمی‌دهند و به یک مورد خاص نیز محدود نمی‌شوند. در واقع مجموعه‌ای از نیروهای اجتماعی باعث می‌شود که افراد نظر خود را تغییر دهند، افکارشان به مسیر خاصی هدایت شود و به جمع افراد دیگری ملحق شوند که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند و حتی پس از مدتی باورهای آنها تقویت می‌شود. احساس تعلق به یک گروه خاص، به انسان انگیزه می‌دهد و در مواردی که فرد احساس می‌کند از جامعه اصلی دور مانده یا رانده شده است و به ویژه در مواردی که این طرد شدن از جانب محفل دوستان یا خانواده باشد، احساس تعلق به گروه اهمیت بیشتری دارد. در افرادی که به باورهای اشتباه باور دارند طرد شدن توسط دوستان یا خانواده تا امر رایجی است. ما اطلاعات خود را از شبکه‌های اجتماعی بدست می‌آوریم و لایک و واکنش سایر افراد باعث می‌شود که احساس کنیم عضو اثرگذاری از آن جامعه هستیم. در واقع اگر باور اشتباه را یک قیف در نظر بگیریم، عناصر اجتماعی همان عنصر تعیین کننده‌ی نهایی است که به سختی می‌توان از آن فاصله گرفت.



تصویر ۲: قیف باور اشتباه و اجزای تشکیل دهنده‌ی آن (احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی)

تصویر کلی از قیف باور اشتباه : گرداب کاهش اعتماد در جامعه

در این کتاب عوامل روانشناختی سقوط به انتهای قیف باور اشتباه در قالب یک سفر شخصی خواسته یا ناخواسته که توسط یک سری نیروهای درونی و بیرونی هدایت می شود توضیح داده شده است. اما اگر این سفر را از دیدگاه وسیع اجتماعی بررسی کنیم، آنگاه تصویر متفاوت و نگران کننده‌ای به دست می آید. سفر درونی افراد به انتهای قیف باور اشتباه، نشان دهنده‌ی بی اعتمادی افراد جامعه است. فارغ از اینکه در چه نقطه‌ای از طیف سیاسی و در کجای این جهان (به استثنای اسکاندیناوی) قرار داشته باشید، نمی توانید از روند افزایش بی اعتمادی در جامعه و عوارض هشدار دهنده‌ی آن اجتناب کنید.

اگر فرآیند باور اشتباه را از لحاظ میزان اعتماد افراد بررسی کنیم، آنگاه می‌توانیم نحوه‌ی سقوط افراد به قیف باور اشتباه (مثلاً این باور که در انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۲۰ آمریکا آرای مردم دزدیده شد یا اینکه ترور جان اف کندی نقشه سازمان سیا بود) را بهتر درک کنیم. به این ترتیب متوجه می‌شویم که چرا اعتقاد به یک باور اشتباه به باورهای اشتباه دیگری که به ظاهر نامرتب است ختم می‌شود و چرا در افرادی که به یک باور اشتباه اعتقاد دارند احتمال پذیرفتن باورهای اشتباه دیگر بیشتر است؟ پاسخ این سوال بی‌اعتمادی است. اگر بپذیریم که باور اشتباه در بستر بی‌اعتمادی رشد می‌کند، آنگاه اعتقاد به چند باور اشتباه چیز عجیبی نیست. در صورتی که به یک موسسه‌ی مشخص بی‌اعتماد شویم، آنگاه به آسانی به نهادهای دیگر نیز بی‌اعتماد می‌شویم. در واقع طی مدت کوتاهی تصور می‌کنیم که احتمالاً نهادهای دیگر نیز فاسد، طمعکار و شرور هستند. اگر شرکت‌های دارویی سعی دارند ما را مریض کرده یا بکشند، آنگاه در مورد دولت‌ها که بر این شرکت‌ها نظارت می‌کنند چه می‌توان گفت؟ احتمالاً فکر می‌کنیم که همه آنها با هم همدست هستند. اگر دولت‌ها چشم خود را بر خلاف‌های شرکت‌های دارویی می‌بندند، پس احتمالاً خود دولت‌ها نیز قادر به انجام اعمالی شیطانی هستند. آیا این دور از ذهن است که فکر کنیم دولت به شهروندان خود حمله می‌کند تا جنگ با عراق را توجیه کند؟ آیا این قابل تصور نیست که یک دولت جنگ طلب که بر آتش جنگ ویتنام دمید در ترور رئیس جمهور کندی نقش داشته است؟ به این ترتیب باور الف به باور ب و سپس باور پ منتهی می‌شود. به عنوان مثال نظریه‌های توطئه مربوط به کووید ۱۹ به نظریه‌های توطئه‌ی ۱۱ سپتامبر و نظریه‌های توطئه درباره‌ی ترور جان اف کندی منتهی می‌شود. وجه اشتراک این نظریه‌های توطئه، بی‌اعتمادی است. با گذشت زمان بر شدت بی‌اعتمادی افراد افزوده می‌شود و به همین علت است که در یک شبکه از اطلاعات غلط، وجه اشتراک غیرمنتظره‌ی فراوانی وجود دارد. در انتهای دیگر این قیف، گروه QAnon قرار دارد که در آن رشته‌های چندگانه باور اشتباه به یک باور یکپارچه تبدیل می‌شود. افراد از دو سوی طیف سیاسی به جنبش

QAnon ملحق می‌شوند و وجه اشتراک آنها بی‌اعتمادی نسبت به همه چیز یعنی دولت، حرفه‌ی پزشکی، بخش

خصوصی، رسانه و افراد رده بالا است.

اگرچه ماجرای اطلاعات گمراه‌کننده و کیف باور اشتباه، گوشه‌ای از این واقعیت است که اعتماد در جامعه‌ی ما در

حال از بین رفتن است، مهم‌ترین مسئله از بین رفتن بی‌اعتمادی است. برای بازگرداندن اعتماد به جامعه باید به این

مسئله توجه کرده و این مشکل را برطرف نماییم.

بخش دوم

عناصر احساسی و داستان استرس

فصل سوم

فشار، استرس، پذیرش و قطع رابطه

مهمترین چیزی که درباره نظریه‌ی توطئه آموختم این است که نظریه‌پردازان توطئه به این دلیل به یک نظریه باور دارند که تسلی بخش است. واقعیت این است که این جهان آشفته است. واقعیت این دنیا این نیست که بانکداران یهودی یا آدم فضایی‌های خاکستری یا موجودات مارمولک‌نمای دوازده فوتی از یک بُعد دیگر کنترل جهان را در دست دارند. واقعیت این دنیا بسیار ترسناک‌تر است. یعنی هیچکس آن را کنترل نمی‌کند. به عبارت دیگر این دنیا هیچ سکان هدایتی ندارد.

الن مور مستند the mindscape of Alan Moore

چند عامل مختلف در به وجود آمدن باورهای اشتباه ریشه‌دار نقش دارد که هر کدام از آنها در ایجاد باور نهایی تاثیرگذار است. همانطور که قبلاً گفته شد این عوامل شامل احساسات، سوگیری‌های شناختی، ویژگی‌های

شخصیتی و نیروهای اجتماعی می شود. اما اولین عامل که همه‌ی ما نیز آن را می شناسیم استرس است. برای درک این موضوع که چرا استرس شرایط را برای وقایع آینده فراهم می کند، سفری کوتاه به یک دوران بسیار استرس‌زا خواهیم داشت که در زمان نه چندان دوری رخ داد و با یک فریلنسر به نام جنی^{۳۳} آشنا می شویم که مادری مجرد بود و در ابتدای مسیر باور اشتباه قرار داشت.

استرس و مادر مجرد

آیا ماه می سال ۲۰۲۰ را به خاطر می آورید؟ چند ماه پس از تعطیلی‌های گسترده به دلیل شیوع بیماری کووید، هوای گرم هم باعث امیدواری و هم باعث نگرانی مردم شد. شاید چیزی نمانده بود که این همه‌گیری از بین برود یا شاید یک موج دیگر کرونا در راه بود. در آن تاریخ محدودیتها به تدریج لغو و کسب و کارها به تدریج و با احتیاط باز شدند. مردمی که چند ماه در خانه‌های خود حبس شده بودند، همانند حیواناتی که از خواب زمستانی بیدار می شوند از خانه خود بیرون می آمدند و در برخی از مناطق کودکان دوباره به مدرسه بازگشتند. پدر و مادرها از دیدن دختران و پسران خود که با ماسک به مدرسه می رفتند هم آسوده خاطر بودند و هم می ترسیدند.

جنی خوشحال بود که پسرش مایک^{۳۴} می تواند به زندگی عادی بازگردد. البته جنی نگران شیوع این ویروس بود، اما در آن زمان نگران سلامتی پسرش از نظر احساسی بود. برای آن پسر کلاس چهارمی خجالتی، یک قرنطینه‌ی چند ماهه سخت بود. او که از هرگونه تعامل اجتماعی محروم شده بود، به فردی منزوی و خشک و جدی تبدیل شده بود و کلاس‌های آنلاین طولانی او را کسل می کرد. دوران همه‌گیری کرونا برای مادرش نیز سخت بود زیرا او مجبور بود که در خانه به پسرش درس بدهد و در عین حال برای کسب درآمد به عنوان یک طراح گرافیک با تعدادی از

³³ Jenny

³⁴ Mike

کسب و کارهای کوچک همکاری کند. مشتریان جنی نیز به سختی تلاش می کردند که در بازار دوام بیاورند و هزینه های اضافی را از برنامه ی خود حذف می کردند. از زمان آغاز بیماری کووید-۱۹ آرزوی او برای تبدیل شدن به یک فریلنسر مستقل جای خود را به حسادت و ریزی به افرادی داد که در خانه کار می کردند و حقوق ثابتی داشتند. او برای جذب مشتریان جدید به زمان و مکان مشخصی نیاز داشت اما به علت اینکه به ناچار اتاق کارش را با مایک شریک بود، انجام چنین کاری برایش دشوار بود. صبح اولین روزی که جنی نهار مایک را بسته بندی کرد و او را به مدرسه فرستاد، از باز شدن مدرسه ها خوشحال بود، اما چند ساعت بعد مایک با چشمانی اشک آلود به خانه بازگشت. هنگامی که جنی از پسرش پرسید چه اتفاقی افتاده است، او جواب داد که در زنگ تفریح به دست شویی رفته و ماسک خود را گم کرده است. او در ردیف عقب در صندلی خود خم شده بود و سعی می کرد صورت بدون ماسک خود را پشت یک کتاب پنهان کند اما معلم فوراً او را دیده و پرسیده بود: (مایک ماسکت کو؟)

مایک زیر لب جواب داد که ماسک ندارد. سپس معلم به دور و ور نگاهی انداخته و از دانش آموزان سوال کرد که آیا کسی ماسک اضافه دارد، اما هیچکس ماسک اضافه نداشت زیرا در آن دوران کمبود ماسک وجود داشت. معلم از مایک خواست که از کلاس بیرون برود و این کار باعث خجالت زدگی بیشتر مایک شد. هنگامی که او وسایل خود را جمع کرد تا از کلاس بیرون برود، احساس می کرد که همه ی چشمها به او خیره شده است.

هنگامی که جنی ماجرای که برای پسرش رخ داده بود را شنید، چیزی در وجودش تکان خورد. او با عصبانیت با معلم تماس گرفت و از اینکه آنها یک بچه ی ۱۰ ساله را در مقابل دوستانش تحقیر کرده اند خشمگین بود. اما معلم به شکایت او اهمیت نداد. جنی گفت که بیماری کرونا برای کودکان خطرناک نیست و عده ای معتقدند که این بیماری در مقایسه با آنفولانزا خطر کمتری برای کودکان دارد. اما معلم استدلال او را نپذیرفت زیرا دستورات واضحی از مقامات بالا دریافت کرده بود که بر طبق آن اگر کسی ماسک نداشته باشد، نمی تواند در کلاس حاضر

شود. تمام کودکان موظف بودند پوششی بر روی صورت خود داشته باشند تا از خود و سایر کودکان محافظت کنند. سپس جرو بحث بالا گرفت. هنگامی که جنی تلفن را قطع کرد عصبانیتش بیشتر شد. گویی که همه‌ی مردم دنیا دیوانه شده بودند. دیگر هیچ چیزی با عقل جور در نمی‌آمد. احساسات جریحه‌دار شده‌ی جنی در حالت انفجار قرار داشت.

آن شب پس از آنکه جنی مایک را تسلی داد و او را به رختخواب برد، پشت کامپیوتر نشست. سوالات بسیاری در ذهن او وجود داشت. مثلاً چه چیز مهمی در مورد این ویروس وجود دارد؟ چرا در مورد بچه‌ها تا این حد سخت‌گیری می‌شود درحالی‌که این بیماری به وضوح بیشتر بر افراد مسن تاثیر می‌گذارد؟ برخلاف تمام داستانهایی که در خبرها گفته می‌شد او کسی را نمی‌شناخت که بر اثر این بیماری مرده باشد. هیچ گزارشی درباره‌ی مریض شدن افراد جوان وجود نداشت. او با خود فکر می‌کرد که واقعا چه اتفاقی در حال رخ دادن است؟ چه کسی پشت همه‌ی این اتفاقات قرار دارد؟ این فکر که حتما باید علتی وجود داشته باشد، داشت او را دیوانه می‌کرد.

در آن شب جنی تنها با یک کلیک به قعر چاه باور اشتباه سقوط کرد. سقوطی که باعث شد او به یکی از طرفداران سرسخت نظریه‌های توطئه در مورد کووید-۱۹ و جنبش ضدواکسن تبدیل شود. او در ابتدا قصد داشت ویدئوهایی را پیدا کند که در آن با ماسک زدن مخالفت می‌شد و ویدئوهای مرتبط بسیاری نیز پیدا کرد. او حتی چند مقاله‌ی دانشگاهی یافت که در آنها ادعا می‌شد به دلیل اندازه‌ی بسیار کوچک ویروس، زدن ماسک نمی‌تواند از افراد در برابر این ویروس محافظت کند. مقاله‌های مشابه ادعا می‌کردند که زدن ماسک میزان اکسیژن دریافتی افراد را کاهش می‌دهد و این کاهش اکسیژن برای کودکان در سن رشد بسیار مضر است. او پس از مدت کوتاهی متقاعد شد که آن پارچه کهنه که فرزندش مجبور به پوشیدن آن شده بود نه تنها خطر ابتلا به کووید-۱۹ را کاهش نمی‌داد، بلکه سلامتی او را نیز به خطر می‌انداخت. او حتی شواهدی یافت که ممکن است در صورت استفاده‌ی طولانی مدت

از ماسک، خود ماسک به منبع باکتری تبدیل و باعث تشدید آکنه در نوجوانان شود. علاوه بر این، او دریافت که ماسک می تواند هوا را به اطراف بینی هدایت کرده و باعث خشکی چشمان پسرش شود.

در این زمان بود که من وارد زندگی جنی شدم. پس از اینکه جنی خود را در محتوای آنلاین مربوط به پوشیدن ماسک غرق کرد، متوجه شد که همه چیز تقصیر شخص بنده یعنی دن آریلی^{۳۵} است! او با توجه به دو واقعیت درباره ی من به این نتیجه رسیده بود که همه چیز تقصیر من است. اگرچه هر دو واقعیت درست بودند، اما اگر سعی می کردید به ارتباط بین این واقعیت ها پی ببرید، آنگاه به یک نتیجه گیری اشتباه می رسیدید (که ممکن است به دستورالعملی برای باور اشتباه تبدیل شود). واقعیت اول این بود که من در وزارت آموزش به مسئولان مشاوره می دادم. این مورد صحیح بود و من واقعاً در مورد چند مسئله ی مختلف مرتبط این موضوع که بینش حاصل از علوم انسانی چگونه می تواند به معلمان و دانش آموزان در دوران دشوار تعطیلی مدارس انگیزه دهد مشاوره می دادم. واقعیت دوم این بود که من به عنوان یک متخصص علوم اجتماعی به این نتیجه رسیده بودم که برای متقاعد ساختن افراد به پوشیدن ماسک، انتقال پیام (محافظت از دیگران) در مقایسه با انتقال پیام (محافظت از خود) به افراد انگیزه ی بیشتری به آنها می دهد. این واقعیت نیز درست است و من نظرم را در رسانه ها و در طی جلسات مختلف با مسئولین در میان گذاشته بودم. جنی با کنار هم قرار دادن این دو واقعیت به این نتیجه رسیده بود که من همان شخصی هستم که وزارت آموزش را متقاعد کرده است که کودکان را ملزم به پوشیدن ماسک کند. بنابراین جنی تصور می کرد که این اقدام من باعث شده است که دانش آموزان در معرض خطرات احتمالی ناشی از پوشیدن ماسک قرار بگیرند. اما در واقعیت من هرگز با همکارانم در وزارت آموزش درباره پوشیدن ماسک صحبت نکرده بودم و اگرچه مشتاق

^{۳۵} Dan Ariely

هستم که باور کنم در دوران کرونا پیشنهادهای مفیدی به دولت‌های بسیاری ارائه کردم، اما در واقعیت و در بهترین حالت تاثیر اندکی بر سیاستهای آنها داشتم.

چطور ممکن است که یک فرد توانمند، مادری فداکار، کارآفرینی موفق و انسان باهوشی که مفهوم علم را درک می‌کند به باورهای اشتباه گرایش پیدا کند؟ داستان جنی عوامل مختلفی را به ما نشان می‌دهد که به ما کمک می‌کند به شرایط احساسی پدیدآورنده‌ی این فرایند پی ببریم. عامل نخست وجود استرس فراگیر است. در آن دوران سطح بی‌سابقه‌ای از استرس وجود داشت که همه‌ی ما آن را در دوران همه‌گیری کرونا به میزان مختلف تجربه کردیم. دوم اینکه این میزان از استرس باعث شد که تجربه‌ی ناخوشایندی مبنی بر احساس عدم کنترل داشته باشیم و تحت تاثیر نیروهایی قرار بگیریم که اطلاع کاملی از آنها نداریم. سوم اینکه نیاز مبرم ما به اینکه حتما باید توضیحی برای همه چیز وجود داشته باشد به مسیر خطرناکی ختم می‌شود.

استرس نقش مهمی در تمام زندگی ما ایفا می‌کند. بنابراین هنگامی که در مورد باور اشتباه صحبت می‌کنیم باید توجه داشته باشیم که نقش استرس به صورت جبرگرایانه نیست.

تجربه‌ی استرس لزوماً باعث نمی‌شود که یک فرد به باورهای اشتباه اعتقاد پیدا کند، اما یکی از مهم‌ترین عوامل احساسی است که می‌تواند در کنار عوامل دیگر احتمال اعتقاد به باورهای اشتباه را افزایش دهد.

چرا پیام (محافظت از دیگران) بیشتر از پیام (محافظت از خود) تاثیر گذارتر است؟

حتی اگر باور نداشته باشید که قوانین مربوط به ماسک زدن بخشی از یک نقشه‌ی شیطانی بوده است، شاید تعجب کنید که چرا من توصیه کردم که در دوران همه‌گیری کرونا دولتها باید در پیام خود به جای محافظت از خود بر محافظت از دیگران تاکید کنند. پژوهش‌های علوم اجتماعی سه علت عمده را بیان می‌کند که توضیح می‌دهد چرا

پیام (ماسک بزنید تا از دیگران محافظت کنید) احتمالاً از پیام (ماسک بزنید تا از خودتان محافظت کنید) تاثیر گذارتر است.

نخست اینکه انسانها یک انگیزه‌ی درونی دارند که به اصطلاح سودمندی اجتماعی تأمیده می‌شود و به معنی توانایی اهمیت دادن به دیگران است. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که اگرچه این منافع فردی است که به انسانها انگیزه می‌دهد، اما گاهی اوقات سودمندی اجتماعی بر منافع فردی اولویت دارد. هنگامی که به دیگران توصیه می‌کنیم ماسک بزنند، به طور کلی احتمالاً یادآوری سودمندی اجتماعی عملی که زیر سوال می‌بریم انگیزه‌ی بیشتری به افراد می‌دهد.

دومین مشکل این بود که اگرچه ویروس کرونا خطر کمتری برای کودکان داشت، ممکن بود که آنها ناقل ویروس باشند. بنابراین رساندن پیام (محافظت از دیگران) به افراد در این گروه سنی مشخص بسیار مهم بود زیرا افراد کم سن نگران محافظت از خود نبودند. در صورتی که منفعت شخصی مهم نباشد، آنگاه سودمندی اجتماعی اهمیت می‌یابد. سوم اینکه ما انسان‌ها عموماً از رویدادهایی که احتمال وقوع پایینی دارند درسهای غلطی می‌آموزیم. یعنی چه؟ به عنوان مثال ارسال پیام هنگام رانندگی را در نظر بگیرید. تصور کنید که احتمال تصادف کردن شما هنگام ارسال پیام هنگام رانندگی ۳ درصد است (این عدد فرضی است و خطر تصادف به عوامل فراوانی بستگی دارد). یک روز مشغول رانندگی در خیابان هستید و ناگهان موبایلتان به حالت ویبره در می‌آید. حس کنجکاوی شما اندکی گل می‌کند. چه کسی پشت سر هم به شما پیام می‌فرستد؟ شما همین یک ساعت پیش به عشق زندگیتان پیام مهمی فرستادید ولی او جواب نداد. آیا او پاسخ پیام شما را داده است؟ بنابراین گوشیتان را چک می‌کنید اما بر حسب خوش شانسی تصادف نمی‌کنید. این مسئله عجیب نیست. به طور کلی، احتمال ارسال پیام حین رانندگی و تصادف

³ Social utility

کردن بسیار اندک است. از طرفی این تجربه باعث می‌شود که نظرتان تغییر کند. بنابراین با خود فکر می‌کنید که شاید احتمال تصادف کمتر از ۳ در صد و شاید ۲٫۸ در صد باشد. بنابراین احتمال اینکه دفعه دیگر هنگام رانندگی پیام ارسال کنید بیشتر می‌شود. در واقع هر دفعه که رانندگی می‌کنید احتمال ارسال پیام افزایش می‌یابد. هر دفعه که هنگام ارسال پیام تصادف نمی‌کنید، این پیام اشتباه را دریافت می‌کنید که خطر ارسال پیام حین رانندگی کمتر از آن چیزی است که تصور می‌کردید. ما در زندگی خود بر اساس رویدادهایی با احتمال وقوع اندک در یک چرخه از نتیجه‌گیری اشتباه گرفتار می‌شویم.

این نتیجه‌گیری غلط در مورد رویدادهایی با احتمال وقوع پایین از جمله تخمین احتمال ابتلا به ویروس کووید ۱۹ نیز رخ می‌دهد. اگر تنها به مدت چند دقیقه در معرض یک ویروس قرار بگیریم، احتمال ابتلایمان به آن ویروس تقریباً کم است. بنابراین هنگامی که در برخی مواقع رفتارهایی ناامن داریم و به ویروس مبتلا نمی‌شویم، نظرمาน عوض می‌شود و اینطور نتیجه‌گیری می‌کنیم که احتمال ابتلایمان کمتر از آن چیزی است که در ابتدا تصور می‌کردیم. این چرخه‌ی شانس ابتلای کمتر و رفتار خطرناکتر ادامه پیدا می‌کند و در عین حال انگیزه‌ی مراقبت فردی ما را از بین می‌برد. اما این مسئله در مورد سودمندی اجتماعی صدق نمی‌کند. هنگامی که قصد داریم از دیگران مراقبت کنیم، نتیجه‌گیری خود را بر مبنای چرخه‌ای از وقایع با احتمال وقوع پایین قرار نمی‌دهیم. در نتیجه میزان مراقبت ما از دیگران در طی زمان کاهش نمی‌یابد. ما همیشه ماسک می‌زنیم تا کاری که درست است را انجام داده باشیم و خطر ابتلای خود را براساس تجربه‌ی قبلی خود مبنی بر ابتلا یا عدم ابتلا به ویروس کرونا محاسبه نمی‌کنیم. در ادامه بار دیگر ارتباط بین استرس و باور اشتباه را بررسی خواهیم کرد.

انواع مختلف استرس به شیوه‌های مختلف به وجود می‌آید

در ادامه توضیح خواهم داد که در مورد چه نوع از استرس صحبت خواهیم کرد. کلمه‌ی استرس برای اشاره به موارد مختلفی از قبیل حجم کاری بالا یا یک فاجعه جهانی به کار می‌رود. بنابراین لازم است که بین دو دسته‌ی کلی استرس یعنی استرس قابل پیش‌بینی و غیرقابل پیش‌بینی تمایز قائل شویم. استرس قابل پیش‌بینی شامل مواردی از قبیل پرداخت مالیات، امتحانات مدرسه، اتمام به موقع ضرب الاجل‌های کاری، نحوه‌ی برخورد با بدخلقی‌های کودک نوپا یا گذراندن تعطیلات با خانواده‌ی همسر می‌شود. وقوع چنین اتفاقاتی خوشایند نیست اما آنها اتفاقاتی قابل پیش‌بینی هستند. اگرچه ممکن است با نزدیک شدن به فصل پرداخت مالیات نگران شده و مجبور شویم تعداد زیادی رسید را مرتب و مبلغ مشخصی را پرداخت کنیم، ولی اکثر ما می‌توانیم این نوع از استرس را به خوبی مدیریت کنیم. حتی شاید مجبور شویم که از خواب شبانه‌ی خود بزنیم تا گزارش‌هایی که هر ماه باید تحویل دهیم را تکمیل کنیم. شاید گاهی اوقات به این فکر کنیم که چرا با وجود تحمل فروپاشی روانی در هر روز صاحب فرزند شدیم. ممکن است با بی‌میلی به در خانه‌ی اقوام همسر برویم، یک شیرینی پای کدو در دست گرفته و نگران بحثها و حرفهای احتمالی در میهمانی‌ها شویم. اما هیچ کدام از این استرسها ما را دچار فروپاشی نمی‌کند (حداقل نه تا زمانی که پدر همسرمان سومین لیوان مشروب را پر کرده و توضیح دهد که چگونه بعد از دهه‌ی ۶۰ میلادی اوضاع بدتر شده است). در اکثر موارد ضمن تحمل این نوع از استرس، همواره تصمیمات درستی می‌گیریم و قوه‌ی ادراک خود را به کار می‌بریم. در واقع این نوع از استرس افراد را به ته قیف باور اشتباه هدایت نمی‌کند.

اما استرس غیرقابل پیش‌بینی، متفاوت است و شامل مواردی از قبیل مرگ ناگهانی یکی از عزیزان، تشخیص ابتلا به یک بیماری، بلایای طبیعی، از دست دادن ناگهانی شغل یا یک بحران مالی می‌شود. به عنوان مثال هنگامی که خواهر عزیزمان را در یک تصادف از دست می‌دهیم، هنگامی که می‌فهمیم به بیماری سرطان مبتلا شده‌ایم، هنگامی که آتش‌سوزی یا طوفان محله‌ی ما را نابود می‌کند و بی‌خانمان می‌شویم، هنگامی که بدون اخطار قبلی از کار

اخراج می شویم، نوعی از استرس را تجربه می کنیم که با استرس قابل پیش بینی روزانه فرق دارد و تفاوت آنها تنها به شدت استرس محدود نمی شود. در واقع، غیرقابل پیش بینی بودن این عوامل استرس زا، انسانها را به دردسر می اندازد.

با وجود اینکه می دانیم ممکن است چنین اتفاقات ناگواری رخ دهد، اما تصور می کنیم که چنین اتفاقاتی برای ما رخ نمی دهد. اگر چنین اتفاقات ناگواری به دفعات در زندگی ما تکرار شود، باعث می شود که احساس درماندگی کنیم. به طور کلی انسانها قادر نیستند که با استرس غیرقابل پیش بینی کنار بیایند.

من در نوجوانی و در دورانی که یکی از پراسترس ترین و دشوارترین روزهای عمرم را می گذراندم به این واقعیت تلخ پی بردم. من پس از یک تصادف که باعث سوختگی ۷۰ درصد از بدنم شد سه سال در بیمارستان بستری بودم و مجبور بودم هر روز درمان هایی بسیار دردناک را تحمل کنم و برای مدتی طولانی تصور می کردم تنها مشکلی که با آن مواجه هستم درد ناشی از زخم ها و فرآیند درمان است. اما با گذشت زمان متوجه شدم اینکه نمی دانستم در آینده چه اتفاقی رخ خواهد داد سبب می شد که این اتفاق به تجربه ی سختی تبدیل شود. افراد دیگری به جای من تصمیم می گرفتند و تعیین می کردند که در یک دقیقه، ساعت، روز و هفته ی بعد باید کدام روش درمان دردناک را تحمل کنم. آنها بودند که تصمیم می گرفتند من چه زمانی بیدار شوم، چه موقع پانسمانم را عوض کنم و چطور حمام کنم (که کاری بسیار دردناک ولی ضروری بود). در آن دوران این احساس عدم کنترل بر فرایند درمان و سرنوشتم باعث شد که به غیر از درد جسمانی و جراحات، از نظر روانی نیز دچار مشکلات فراوانی شوم. بنابراین اکنون بسیاری از بیمارستان ها سیاست (انتخاب داروهای ضد درد توسط بیمار) را در پیش گرفته اند که طبق آن بیماران می توانند تا حد مشخصی از داروی مسکن استفاده کنند. مشخص شده است که حتی کمی کنترل داشتن بر اوضاع نه تنها برای انجام فعالیتهای خاصی (در این مورد کاهش درد)، بلکه برای سلامت کلی بیمار نیز مفید است.

بدون شک اتفاقی مثل همه گیری جهانی مثل کرونا در دسته ی استرس غیرقابل پیش بینی قرار می گیرد. احتمالاً شنیده بودیم که ممکن است اتفاق ناگواری رخ دهد اما انتظار ندا شتیم که چنین چیزی برای ما اتفاق بیفتد. در عرض یک شب زندگیمان دگرگون شد و ادارات و مدارس تعطیل شدند. هنگامی که سعی می کردیم درباره ی ویروس اطلاعات بیشتری کسب کنیم، قوانین و محدودیت ها هر روز عوض می شد و در اغلب موارد، قوانین و محدودیت های قبلی نقض می شد. اخبار شبانه روزی مرگ و میر انسانها را نشان می داد و در هر ساعت میزان مرگ و میر کلی بر اثر کرونا اعلام می شد. ما نگران ابتلای خود به این ویروس بودیم و اینکه اگر عزیزانمان بیمار شوند چگونه باید از آنها مراقبت کنیم. برای بسیاری از افراد، این استرس با بی ثباتی اقتصادی، بیکاری و ورشکستگی مالی همراه بود.

عده ای نمی توانستند انزوای اجتماعی را تحمل کنند. برای عده ای دیگر نزدیکی اجباری به هم اتاقی ها و اعضای خانواده مشکلات خود را داشت. افرادی مانند جنی وظایف مضاعفی به عنوان نان آور خانواده، پدر یا مادر و معلم خانگی بر عهده داشتند. زوجها در زمان قرنطینه ی خانگی یعنی هنگامی که قادر نبودند حتی برای قدم زدن از خانه بیرون بروند، آستانه ی سازگاری خود را امتحان می کردند. صدها هزار نفر دوست یا عضوی از خانواده ی خود را از دست دادند و غم خود را تنها از طریق نرم افزار Zoom با دیگران به اشتراک می گذاشتند. تمام این وقایع در فضایی از اضطراب بالا، بی اعتمادی و تشدید قطبی شدن سیاسی یعنی زمانی رخ داد که درهای خانه یمان را بسته و از جوامع انسانی فاصله گرفته و به اخبار و رسانه های اجتماعی بیشتر وابسته شده بودیم.

استرس غیرقابل پیش بینی چگونه به احساس درماندگی منجر می شود؟

مواجهه با استرس غیرقابل پیش‌بینی که قادر به کنترل آن نیستیم از نظر عاطفی چه تاثیری دارد؟ پاسخ به این سوال را می‌توان در آزمایشهایی یافت که در دهه‌های ۶۰ و ۷۰ میلادی توسط مارتین سلینگمن^{۳۷} و استیون مایر^{۳۸} انجام شد. هدف پژوهش آنها این بود که بررسی کنند هنگامی که انواع مختلف استرس غیرقابل پیش‌بینی را تجربه می‌کنیم توانایی حل مشکل و تصمیم‌گیری ما چه تغییری می‌کند؟ به علت آنکه انجام آزمایش بر روی انسانها دشوار است، پژوهشگران از حیوانات استفاده کردند.

هشدار: مطالب زیر ممکن است برای دوستداران حیوانات آزاردهنده باشد. این مطالعات در زمانی انجام شد که آگاهی اندکی در این مورد وجود داشت.

سلینگمن و مایر در آزمایش‌های خود با استفاده از شوک الکتریکی، چند سگ را در معرض استرس قرار دادند. برای اطلاع از نحوه‌ی انجام این آزمایش، یک سگ بیچاره را تصور کنید که ما آن را چارلی^{۳۹} می‌نامیم. چارلی یک سگ کوچک دورگه است. در قسمت اول آزمایش، چارلی در یک قلابه شیشه گهواره قرار گرفت که مانع فرار او می‌شد. صفحات الکتریکی در دو طرف سرش قرار داده شد. چارلی به طور ناگهانی یک شوک الکتریکی در پنجه‌های عقبی خود احساس می‌کند. پس از چند شوک الکتریکی و چند تلاش ناموفق برای فرار، او به طور تصادفی بینی خود را بر روی یکی از آن صفحات فشار می‌دهد و شوک الکتریکی بلافاصله قطع می‌شود. دفعه‌ی دیگر نیز او همین کار را تکرار می‌کند. چارلی که سگ بسیار باهوشی است، به سرعت یاد می‌گیرد که می‌تواند تجربه ناخوشایند شوک الکتریکی را متوقف کند.

³ Martin Seligman

³ Steven Maier

Charlie³

اکنون یک سگ دیگر را تصور کنید که ما آن را لورن نمی‌نامیم. او نیز یک سگ بیچاره‌ی دورگه و کوچک است. لورن نیز قلاده دارد و به او شوک الکتریکی وارد می‌شود. اما تجربه‌ی دردناک او پس از گذشت مدت زمان معینی به پایان می‌رسید و سگ نمی‌توانست درد را متوقف کند. پس از تکرار آزمایش لورن یاد می‌گیرد که در معرض شوک قرار دارد و نمی‌تواند آن را کنترل کند.

۲۴ ساعت بعد لورن و چارلی به یک دستگاه جدید منتقل شدند که جعبه‌ی رفت و آمد^۴ نام داشت. در این جعبه دو اتاق مجزا وجود داشت که به وسیله مانعی کم ارتفاع از هم جدا شده بودند. در یک اتاق کف زمین به جریان برق متصل بود و می‌توانست شوک الکتریکی وارد کند اما کف اتاق دیگر به برق متصل نبود. هنگامی که سگ شوک الکتریکی را احساس می‌کرد، می‌توانست از روی مانع بپرد و بگریزد. در این لحظه شوک الکتریکی بلافاصله متوقف می‌شد. هنگامی که چارلی در جعبه قرار گرفت و جریان شوک الکتریکی وصل شد، او فوراً آموخت که چطور با پرش به طرف دیگر جعبه از شوک الکتریکی فرار کند. اما هنگامی که نوبت لورن فرا رسید، پس از وارد شدن شوک الکتریکی از جایش تکان نخورد. او در حالی که زوره می‌کشید در جعبه دراز کشید. اما داخل آن جعبه چه اتفاقی رخ داده بود؟ به گفته‌ی سلیگمن و مایر، تفاوت بین این دو سگ را می‌توان در پدیده‌ای جست که به اصطلاح درماندگی آموخته شده^۴ نامیده می‌شود. در آزمایش اول، چارلی که قلاده داشت آموخت که می‌تواند جریان شوک الکتریکی را کنترل کند ولی لورن آموخت که نمی‌تواند شوک الکتریکی را متوقف کند. هنگامی که چارلی در جعبه‌ی رفت و آمد قرار داده شد، به دنبال راهی برای فرار بود اما لورن برخلاف چارلی حتی سعی نکرد که فرار کند. اگرچه لورن می‌توانست از روی مانع بپرد اما تصور می‌کرد که چاره‌ای جز تحمل درد ندارد. به نظر می‌رسد که لورن علی‌رغم امکان فرار، انگیزه‌ای برای یافتن راهی برای فرار نداشت.

Loren⁴
shuttle box⁴
learned helplessness⁴

در آزمایش سلیگمن و مایر دو سوم سگهایی که همانند لورن قلادهی مجهز به شوک الکتریکی داشتند نتوانستند از جعبه فرار کنند و در رفتارشان نوعی درماندگی آموخته شده وجود داشت. این واکنش برخلاف نتایج بدست آمده از سگهایی همانند چارلی است که امکان فرار از شوک الکتریکی برایشان فراهم بود یا سگهایی که قبلاً شوک الکتریکی دریافت نکرده بودند. نود درصد از این سگها یاد گرفتند که در جعبه‌ی رفت و آمد چگونه از شوک الکتریکی فرار کنند.

در آزمایشهای مشابهی که بر روی موشها انجام شد، پژوهشگران به نتایج مشابهی رسیدند. علاوه بر این سلیگمن و مایر پژوهش‌هایی با میزان خشونت کمتری بر روی انسانها انجام دادند و به جای شوک الکتریکی، صداهای گوش‌خراش پخش کردند و از مشارکت کنندگان خواستند که پازل‌هایی بسیار دشوار را حل کنند. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که ناتوانی افراد در کنترل شرایط استرس‌زا باعث بروز اشکالات جدی از لحاظ انگیزشی، ادراکی و عاطفی می‌شود. به عبارت دیگر هنگامی که به طور مکرر با حجمی از استرس مواجه هستیم که قادر به کنترل آن نیستیم، احتمال کمتری وجود دارد که به صورت عملی برای رفع مشکل‌مان اقدام کنیم و راه‌حلی بیابیم. علاوه بر این احساس عدم کنترل بر او ضاع باعث می‌شود که احساس بدی داشته باشیم. بنابراین درماندگی آموخته شده ارتباط مستقیمی با احتمال ابتلا به افسردگی دارد.

شاید شما در دوران همه‌گیری کرونا برخی از علائم درماندگی آموخته شده را تجربه کرده یا در رفتار اطرافیانتان مشاهده کرده باشید. در آن دوران عده‌ی بسیاری بیان می‌کردند که احساس می‌کنند خسته، شکست خورده، درمانده و بی‌انگیزه هستند. با توجه به اینکه همه‌ی ما به مدت چند ماه، چند سال و به طور مستمر با استرس غیرقابل پیش‌بینی و احساس عدم کنترل زندگی کردیم نباید از بروز چنین علائمی تعجب کنیم. ممکن است نقصهای انگیزشی، ادراکی و عاطفی پدید آمده در آن دوران در هدایت مردم به انتهای قیف باور اشتباه موثر باشند.

استرس مشکلات دیگری نیز ایجاد می کند که یک نمونه از آن افزایش استرس در سایر جنبه های زندگی است. در ادامه مطالعه ای را بررسی خواهیم کرد که این مسئله را بررسی می کند.

ماهیت افزایشی استرس

با گسترش نظریه های توطئه مربوط به کرونا در سراسر جهان، گروهی از پژوهشگران در مورد علت محبوبیت این شایعات و به ویژه نقش استرس در گسترش نظریه های توطئه کنجکاو شدند. به این علت که استرس ناشی از همه گیری کرونا در سراسر دنیا وجود داشت، نمی دانستیم که چرا عده ای از افراد روایتهای اشتباه و غیرمنطقی را باور می کردند ولی عده ای دیگر این روایتهای را نمی پذیرفتند. محققان به ناچار نوع دیگری از استرس را بررسی کردند که در دوران کرونا در بین مردم با شدت مختلف وجود داشت. آنها قصد داشتند بررسی کنند که آیا ارتباطی بین شدت استرس و احتمال بالاتر اعتقاد به نظریه های توطئه ای مربوط به کرونا وجود دارد یا نه.

تصور کنید در کشوری زندگی می کنید که ویروس کووید ۱۹ در آن شیوع پیدا کرده است. البته این ویروس از سال ۲۰۲۰ تا چند سال پس از آن در مورد همه ی کشورها شیوع پیدا کرد. تصور کنید انواع مختلف استرس که در بالا ذکر شد از قبیل دغدغه های مربوط به سلامتی، بیماری، مشکلات اقتصادی و بی ثباتی، انزوا، محدودیت تردد و نظیر آن را تجربه می کنید. احتمالاً شما خود را فردی عاقل و باهوش می دانید، بنابراین از شما سوال می کنم که به نظر شما چقدر احتمال دارد که یکی از نظریه های توطئه ای رایج از جمله این ادعا که این ویروس فریب است یا واکسنها حاوی ابزارهای ردیابی هستند را باور کنید؟ حدس می زنم حتی تصور اینکه چنین توطئه هایی را باور کنید دشوار است.

اکنون تصور کنید کشوری که در آن زندگی می‌کنید علاوه بر همه‌گیری کرونا، درگیر یک نزاع خشونت‌بار نیز است. این نزاع ممکن است به صورت جنگ داخلی یا اختلافات مرزی با دولت مجاور باشد و شما علاوه بر استرس ناشی از ویروس کووید ۱۹، با خطر خشونت و ویرانی جامعه خود مواجه هستید. شما هر شب صدای آژیر خطر می‌شنوید، در انبارتان یک پناهگاه موقت دارید و یک کیف از قبل آماده شده در کنار در ورودی قرار داده‌اید. شما تعدادی از دوستان و اعضای خانواده‌تان را در طی این نزاع‌ها از دست داده‌اید و حتی شاید زخمی نیز شده باشید. شما عزیزانی دارید که در خط مقدم جبهه می‌جنگند و هر روز زندگیشان را به خطر می‌اندازند. سعی کنید شرایط پیچیده در این موقعیت‌ها را شبیه‌سازی کرده و بررسی کنید که آیا میزان استرس بیشتر احتمال اینکه به نظریه‌های توطئه در مورد ویروس کرونا اعتقاد پیدا کنید را افزایش می‌دهد یا نه. یکبار دیگر حدس می‌زنم که پاسختان منفی است. به هر حال استرس جنگ چه تاثیری در شیوع یک ویروس دارد؟ البته هر دو اتفاق استرس‌زا و ترسناک هستند ولی با هم فرق دارند. مشخص شده است که برخلاف آنچه که قبلاً تصور می‌کردیم بین استرس جنگ و شیوع ویروس ارتباط مستقیمی وجود دارد. شیرا هبل - سلا^۴ و همکاران تصمیم گرفتند که این موضوع را بررسی کنند که آیا درگیر شدن در یک نزاع احتمال پذیرفتن باورهای اشتباه در مورد کووید ۱۹ را افزایش می‌دهد یا نه. یافته‌های آنها نشان می‌دهد که پاسخ این سوال مثبت است. آنها با بررسی ۶۶ کشور نشان دادند احتمال بیشتری وجود دارد افرادی که در مناطق دارای میزان نزاع بالاتری زندگی می‌کنند، نظریه‌های توطئه مربوط به بیماری کرونا را باور کنند. اما چرا اینطور است؟ زیرا استرس ناشی از رویدادهای مختلف از جمله عدم قطعیت ناشی از زندگی در کشوری با میزان نزاع بالاتر، احساس عدم کنترل را در افراد افزایش می‌دهد. استرس باعث می‌شود که احساس کنیم

Shira Hebel-Sela⁴

کنترل اوضاع از دست ما خارج شده است و نمی‌دانیم که در آینده چه چیزی رخ خواهد داد. این احساس بسیار آزاردهنده است و باعث می‌شود که حس کنیم باید این اوضاع نابسامان را درست کنیم.

یافته‌های این پژوهش سرنخ مهمی درباره‌ی رابطه‌ی بین استرس و باور اشتباه به ما می‌دهد. پس از مدتی شدت استرس افزایش می‌یابد و پژوهش هبل-سلا و همکاران مشخص کرد که برای جهت‌دهی به افکار عمومی درباره یک موضوع خاص لازم نیست که میان عامل استرس و باور اشتباه ارتباط مستقیم داشته باشد. به عبارت دیگر لازم نیست که استرس ناشی از یک همه‌گیری باشد تا بر نحوه‌ی اندیشیدن فرد در مورد همه‌گیری اثر بگذارد. علاوه بر این یافته‌های این پژوهش نشان داد که در ایالات متحده با توجه به سطح نزاع پایینی که در این کشور وجود دارد، باور به نظریه‌های توطئه نسبتاً بالاتر است. به نظر من علت آن شدت نزاع ایدئولوژیک و قطبی‌سازیه‌ای سیاسی درون این کشور است که بر شدت بی‌ثباتی می‌افزاید. اگر ارتباط بین بی‌ثباتی و استرس را بررسی کنیم، متوجه می‌شویم که این بی‌ثباتی اثری مشابه تاثیر خشونت دارد.

چگونه در تشخیص احساسات خود دچار اشتباه می‌شویم

یکی از دلایل افزایش استرس ما این است که نمی‌توانیم منشأ استرس را به درستی تشخیص دهیم. در واقع، ما انسانها به طور کلی نمی‌توانیم به درستی تشخیص دهیم که احساساتمان از کجا نشأت می‌گیرد. به این پدیده خطای انتساب احساسات^{۴۴} گفته می‌شود و این موضوع یکی از بهترین پژوهش‌های من در حوزه‌ی علوم انسانی است که در سال ۱۹۷۴ توسط دونالد داتون^{۴۵} و آرتور آرون^{۴۶} انجام شد. در این مطالعه یک زن از مشارکت کنندگان مرد درخواست

misattribution of emotions⁴
Donald Dutton⁴
Arthur Aron⁴

کرد که به چند سوال پاسخ دهند و سپس یک داستان نمایشی بر اساس تصویر یک زن بنویسند. پس از پایان آزمایش، خانم آزمایش کننده گوشه‌ای از کاغذ را پاره کرد و شماره خود را بر روی آن نوشت و به مشارکت کنندگان گفت که اگر مایل هستند از یافته‌های پژوهش مطلع شوند می‌توانند با او تماس بگیرند. اما هیچکدام از آنها مایل نبود که از یافته‌های پژوهش مطلع شود زیرا این مطالعه به نحوی طراحی شده بود که بسیار کسل کننده بود. بنابراین تماس گرفتن یا تماس نگرفتن مشارکت کنندگان نشان دهنده‌ی علاقه‌مندی آنها به آزمایش کننده‌ی زن بود. پس از آن داستان‌های نوشته شده از لحاظ محتوای جنسی بررسی شد و به عنوان معیاری برای سنجش میزان شیفتگی مشارکت کنندگان از لحاظ جنسی در نظر گرفته شد. مهمترین تغییر صورت گرفته در این آزمایش این بود که در گروه کنترل، زن آزمایش کننده هنگامی که مشارکت کنندگان از یک پل مستحکم عبور می‌کردند، به سراغ آنها می‌رفت. اما مشارکت کنندگان در گروه آزمایش در میانه‌ی یک پل معلق ترسناک قدیمی به طول ۱۳۷ متر با فرد آزمایش کننده ملاقات می‌کردند. داتون و آرون حدس می‌زدند مشارکت کنندگانی که بر روی پل معلق راه می‌رفتند، اضطراب بیشتری داشته باشند و قصد داشتند بفهمند که آیا مشارکت کنندگان اضطراب خود را به اشتباه به برانگیختگی جنسی نسبت می‌دهند و آیا داستان‌هایی که می‌نویسند مضمون جنسی بیشتری دارد. آیا احتمال بیشتری وجود داشت که مشارکت کنندگان پس از پایان مطالعه با آزمایش کننده‌ی زن تماس بگیرند؟ حدس پژوهشگران درست بود و مشارکت کنندگانی که بر روی پل معلق راه می‌رفتند احساس برانگیختگی جنسی بیشتری می‌کردند و فرد آزمایش کننده را زنی جذاب تلقی می‌کردند.

یافته‌های این پژوهش تایید می‌کند که ما از منشا احساسات خود آگاه نیستیم و در بعضی مواقع و تحت شرایط خاص علت احساساتمان را به اشتباه به چیزهای مختلف نسبت می‌دهیم. در این آزمایش، یافته‌ها نشان می‌دهد که ممکن است یک احساس منفی (مثلا ترس) را به عنوان یک احساس مثبت (مثلا جاذبه‌ی جنسی) تفسیر کنیم.

درک این موضوع که ما عموماً علت احساساتمان را به اشتباه به چیزهای مختلف نسبت می‌دهیم چند فایده دارد. نخست اینکه هنگام مواجهه با استرس و به ویژه استرس زیاد ناشی از چند عامل مختلف، ممکن است علت استرس را به غلط به عامل اشتباهی نسبت دهیم و این مسئله باعث می‌شود که نتوانیم از استرس رها شویم. بنابراین ضروری است که در مورد احساسات و نتیجه‌گیری‌هایمان تردید کنیم. دوم اینکه می‌توانیم از این تفسیر اشتباه از علت احساساتمان به نفع خود استفاده کنیم. به عنوان مثال، می‌توانیم استرس منفی و غیرقابل پیش‌بینی را اینطور تفسیر کنیم که این استرس آنقدر که تصور می‌کردیم بد نیست و تا حدی قابل پیش‌بینی است. یک بار دیگر داستان جنی را بررسی می‌کنیم تا بفهمیم که این نوع تفسیر از استرس چگونه می‌تواند به او کمک کند. استرس جنی از عوامل مختلفی از قبیل همه‌گیری کرونا، شغل، مدرسه‌ی فرزندش و نظیر آن نشأت می‌گرفت. احتمالاً تمرکز بر آن دسته از عواملی که تا حدی قابل پیش‌بینی بودند (مثل شغل) و مرتبط دانستن احساساتش به چنین عواملی به او احساس کنترل بیشتری می‌داد. در عوض، جنی بر عواملی مثل محدودیتهای همه‌گیری کرونا تمرکز می‌کرد و این محدودیتها را مقصر همه چیز می‌دانست و سرانجام نیز به دام باور اشتباه افتاد.

اگرچه تفسیر احساس منفی به عنوان یک احساس مثبت چالش‌برانگیز است اما غیرممکن نیست. به عنوان مثال فرض کنید که ما با تصور آینده‌ای نامعلوم دچار اضطراب فراوان می‌شویم. از طرفی می‌توانیم آن آینده را به صورت مجموعه‌ای از احتمالات تصور کنیم و علت اضطرابمان را به هیجان نسبت دهیم. لازم به ذکر است که خطای انتساب احساسات زمانی رخ می‌دهد که در یک موقعیت جدید قرار می‌گیریم. در صورتی که احساسات خود را به شیوه‌ی دیگری تفسیر کنیم، آنگاه نمی‌توانیم نظر خود درباره‌ی احساسمان را تغییر دهیم. به عنوان مثال، اگر از افراد مشارکت‌کننده در آزمایش نخست داتون و آرون خواسته می‌شد که یکبار دیگر با همان آزمایش‌کننده‌ی زن ملاقات کنند، احتمالاً بار دیگر همان تفسیر قبلی را در مورد احساسات خود داشتند و به همان اندازه به آن زن علاقه

نشان می‌دادند. به عبارت دیگر تفسیر مجدد احساساتمان در روزهای اولیه‌ی بروز عوامل استرس‌زای جدید در اطرافمان اهمیت ویژه‌ای دارد.

اطلاعات بیشتر

خطای انتساب مجدد استرس

شما می‌توانید شخصا انتساب مجدد احساسات را امتحان کنید و آن را در مکالمه با فردی در زندگیتان که به یک سری باور اشتباه اعتقاد دارد استفاده کنید. فرض کنید که دوستان به نام تیم^{۴۷} نشانه‌هایی از استرس از خود نشان می‌دهد و این استرس را ناشی از وقایع فراگیر و فاجعه‌بار در دنیا می‌داند و شما نگران این هستید که او در نهایت یک سری مطالب اشتباه و مضر را باور کند. از سوی دیگر شما اطلاع دارید که تیم به تازگی طلاق گرفته است، فرزندانش دانشجو هستند و نگران آینده خود است. شاید اگر با او صحبت کنید بتوانید او را قانع کنید که علت احساسات منفی خود را به این اتفاقات ناخوشایند در زندگی‌اش نسبت دهد و آن را به نیروهای اسرارآمیز و نقشه‌های شیطانی نسبت ندهد. شاید حتی بتوانید به او کمک کنید که اتفاقات رخ داده در زندگیش را به فرصتی برای آزادی و خودشناسی تبدیل کند و آنها را به رویدادهایی آزاردهنده و غیرمنتظره تبدیل نکند.

استرس چه تاثیری بر عملکرد ادراکی دارد؟

Tim⁴

برای محققان طراحی آزمایشهایی که در آن انسانها (یا سگها) بدون اینکه در معرض تجربه‌های آزاردهنده قرار گیرند مورد آزمایش قرار بگیرند دشوار است. به همین دلیل بیشتر مطالعات امروزی رویکرد متفاوتی در پیش گرفته و جوامعی را بررسی می‌کنند که مردم آن شرایط استرس‌زا مثل نزاعهای خشونت‌باری که در پژوهش قبل ذکر شد را تحمل می‌کنند. نوع دیگری از استرس که پژوهشگران به آسانی می‌توانند در مورد آن مطالعه کنند، مشکلات مالی است. آیا مطالبی که در بخش مقدمه درباره‌ی ذهنیت کمبود یعنی تاثیر فقدان منابع بر عملکرد ادراکی ذکر شد را به یاد می‌آوردید؟ یکبار دیگر جزئیات آن پژوهش را که توضیح می‌دهد چه چیزی باعث می‌شود افراد باورهای غیرمنطقی داشته باشند یا نظریه‌های توطئه را بپذیرند را مرور می‌کنیم.

چرا من فکر می‌کنم که میان ذهنیت کمبود و باور اشتباه ارتباط وجود دارد؟ احتمالاً تصور می‌کنید که قصد دارم یک نمونه از ارتباط بین مشکلات اقتصادی و میل افراد به پذیرفتن باورهای اشتباه راجع به جهان را بیان کنم. اگرچه شواهدی مبنی بر ارتباط بین نابرابری اقتصادی و باور به نظریه‌های توطئه وجود دارد، هدف اصلی من از ذکر این نمونه چیز دیگری است. منظورم این است همه‌ی افرادی که باور اشتباه دارند در فقر زندگی نمی‌کنند بلکه بسیاری از آنها از نظر مالی مشکلی ندارند. پژوهش‌ها درباره جوامعی که هم با مشکل کووید ۱۹ و هم مشکل نزاع خشونت‌بار مواجه هستند نشان می‌دهد استرس احساسی است که با گذشت زمان افزایش می‌یابد و عده‌ی زیادی از افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد. این مسئله در مورد ذهنیت کمبود نیز صدق می‌کند. باید توجه داشت که خود کمبود نیز باعث استرس می‌شود و توانایی ما برای استدلال، برنامه ریزی و به طور کل اتخاذ تصمیم درست را کاهش می‌دهد. ما می‌توانیم به آسانی درباره‌ی این نوع استرس مطالعه کنیم.

اگرچه بیشتر پژوهش‌ها درباره کمبود، بر کمبود مالی تمرکز کرده و اطلاعات مهم و ارزشمندی برای افرادی که برای از بین بردن فقر تلاش می‌کنند فراهم می‌کند، ممکن است ذهنیت کمبود بر اثر مشکلاتی از قبیل وقت ناکافی،

انجام چند کار به صورت همزمان، درد، غذا، وضعیت سلامتی و غیره نیز ایجاد شود. ذهنیت کمبود در اصل به معنی کاهش منابع ذهنی در دسترس است زیرا در چنین مواقعی این منابع به طور ناخواسته برای اعمال دیگری استفاده می‌شود. بنابراین بررسی دقیق‌تر ذهنیت کمبود به ما کمک می‌کند که بفهمیم انسانها تحت فشار مستمر و در مواجهه با حجم استرس ذهنی بالا چگونه می‌اندیشند و تصمیم می‌گیرند.

در ادامه تعدادی از پژوهش‌ها را به دقت بررسی می‌کنیم. در ابتدا به یک مطالعه‌ی برجسته اشاره می‌کنیم که توسط آناندی مانی^۴، سندھیل مولایناتان^۴، الدار شفیر^۵ و جیاینگ ژائو^۵ انجام شد.

این پژوهشگران در ابتدا آزمایش‌هایی در مقیاس کوچک و با استفاده از افراد داوطلب حاضر در یک مرکز خرید انجام دادند. یافته‌های این پژوهش تاثیر کمبود بر آنچه دانشمندان علوم اجتماعی عموماً به عنوان پهنای باند شناختی^{۵۲} می‌شناسند را نشان می‌دهد که به معنی (ظرفیت کلی مورد استفاده‌ی افراد برای اندیشیدن) است. با این وجود این دانشمندان علوم اجتماعی از مقیاس محدود این پژوهش خشنود نبودند و قصد داشتند که نظریه‌های خود را در دنیای واقعی و با استفاده از افرادی آزمایش کنند که واقعاً در زندگی روزمره خود با کمبود مواجه بودند و نه کسانی که تنها یک یا دو ساعت در روز دچار کمبود بودند. یعنی آنها به جمعیتی نیاز داشتند که به شدت دچار کمبود باشد.

علاوه بر این، آنها در پژوهش خود به یک گروه کنترل نیاز داشتند تا بتوانند مشارکت کنندگان را با افرادی که با کمبود شدید مواجه بودند مقایسه کنند. به این ترتیب آنها می‌توانستند در پژوهش خود افراد فقیر را با افراد ثروتمند مقایسه کنند. اما میان این دو گروه از افراد تفاوت بسیاری وجود دارد که می‌تواند باعث ایجاد تفاوت‌هایی میان ذهنیت

Anandi Mani⁴
Sendhil Mullainathan⁴
Eldar Shafir⁵
Jiaying Zhao⁵
cognitive bandwidth⁵

افراد فقیر و افراد ثروتمند شود. به دلیل وجود تفاوت‌های بسیار میان این دو گروه، نتیجه‌گیریهای بدست آمده از این تحقیق نیز محدود خواهد بود.

رویکرد تجربی مناسب در تحقیقات مشابه این است که تغییرات رخ داده در وضعیت یک گروه از افراد در طی مدت مشخصی بررسی شود. به عنوان مثال می‌توانیم جمعیتی را بررسی کنیم که گاهی اوقات به شدت دچار کمبود است ولی گاهی اوقات با وفور نعمت زندگی می‌کند. در این رویکرد محققان می‌توانند یک گروه از افراد را در شرایط مختلف بررسی کنند تا بفهمند ذهنیت این افراد در دوران کمبود در مقایسه با دوران فراوانی نسبی چه تغییری می‌کند.

پژوهشگرانی که در مورد کمبود مطالعه می‌کردند، دریافتند شرایطی که مد نظرشان است در زمینهای نیشکر هندوستان وجود دارد. کشاورزانی که نیشکر می‌کارند نیز مانند سایر کشاورزان، در مراحل مختلف کشت محصول شرایط مالی متفاوتی را تجربه می‌کنند. این کشاورزان در بعضی از ماه‌های سال تقریباً پول زیادی دارند و در برخی ماه‌ها از لحاظ مالی دچار مشکل هستند. بنابراین این کشاورزان مورد مناسبی برای درک این موضوع هستند که یک گروه از افراد در شرایط مختلف و با توجه به اینکه احساس می‌کنند ثروتمند یا فقیر هستند، چگونه می‌اندیشند، رفتار می‌کنند و تصمیم می‌گیرند.

پژوهشگران از دو تمرین ساده استفاده کردند تا دو قابلیت ادراکی عمده را بررسی کنند که به عنوان هوش سیال^{۵۳} و کنترل اجرایی^{۵۴} شناخته می‌شوند. این آزمایش در دو مرحله یعنی قبل و بلافاصله بعد از برداشت محصول انجام شد. به عبارت دیگر این آزمایشها یکبار در زمانی که کشاورزان احساس می‌کردند فقیر هستند و سپس در زمانی که احساس می‌کردند از نظر مالی در رفاه هستند انجام شد. یافته‌های این مطالعه بسیار جالب بود. نمره‌ی کشاورزان در

آزمون ماتریس‌های پیش‌رونده‌ی ریون^۵ که آزمونی غیرکلامی برای سنجش میزان هوش کلی و استدلال انتزاعی انسانها است، پیش از برداشت محصول ۲۵ در صد کمتر از نمره‌ی آنها پس از برداشت محصول بود. علاوه بر این پیش از برداشت محصول، سرعت کنترل اجرایی کشاورزان ۱۰ در صد آهسته‌تر و میزان اشتباهشان نیز ۱۵ در صد بیشتر بود. توجه داشته باشید که مشارکت کنندگان همان افراد بودند و هیچ تفاوتی در شخصیت و بهره‌ی هوشی افراد در قبل و بعد از برداشت محصول وجود نداشت!

این قضیه در مورد شرایط استرس‌زای دیگر به جز فقر نیز صدق می‌کند. آیا تا به حال پیش آمده است که به قدری نگران اتمام به موقع یک پروژه باشید که نتوانید درست فکر کنید؟ یا به علت مشغله‌ی ذهنی فراوان در مورد اتفاق بسیار بدی که تصور می‌کردید در محل کارتان رخ خواهد داد، کالای نامرغوبی خریده باشید؟ در این مواقع استرس پهنای باند ذهنی ما را کاهش می‌دهد، تفکر سریع ما را تقویت می‌کند و باعث می‌شود که در جستجوی پاسخ‌های سریع و آسان باشیم که لزوماً صحیح نیستند. اگر بخواهم در مورد خودم حرف بزنم زمانی که در اینترنت به عنوان فردی شرور معرفی شده بودم، این اتفاق نه تنها برایم ناخوشایند و ترسناک بود، بلکه متوجه شدم که عملکرد ادراکیم نیز به دلیل استرس ناشی از مورد حمله قرار گرفتن افت کرده و تصمیماتی که می‌گرفتم ضعیف و کوتاه‌نظرانه بود. همانطور که به صورت کامل به یاد نمی‌آورم موقع تصادف در بیمارستان چقدر درد کشیدم (و بابت آن خوشحالم) اکنون نیز پس از گذشت دو سال از شروع آن دوران عجیب که این مطلب را می‌نویسم، یادآوری تجربه‌ی استرس و ذهنیت کمبودی که در دوران کرونا احساس می‌کردم برایم دشوار است. ما تنها در صورتی می‌توانیم به عمق ذهنیت کمبود پی ببریم که آن کمبود را در همان لحظه و با تمام وجود تجربه کنیم. ما نیز مثل عملکردی که کشاورزان هندی پس از برداشت محصول داشتند، یعنی هنگامی که از بار عاطفی کاری رها هستیم،

Raven's progressive matrices⁵

عملکرد ادراکیمان را دوباره به دست می آوریم و بخش عمده‌ای از احساساتی که چند ماه قبل داشتیم را فراموش می کنیم.

پژوهشها در مورد رنج و کمبود نشان می دهد که ناامنی مالی نه تنها باعث ایجاد استرس عاطفی می شود، بلکه در واقع شدت درد جسمی را نیز افزایش می دهد. آیلین چو،^{۵۶} بیدان پارمر^{۵۷} و آدام گالینسکی^{۵۸} در پژوهشهای خود نشان دادند هنگامی که بی ثباتی اقتصادی بر اثر بیکاری و یا به طور کلی نگرانی درباره‌ی وضعیت اقتصاد کشور افزایش نمی یابد میزان تجربه‌ی درد جسمی و میزان مصرف داروهای مسکن بدون نسخه‌ی پزشک نیز افزایش می یابد. استرس به معنی واقعی کلمه آسیب زننده است. در واقع هنگامی که ما آسیب می بینیم به گونه‌ای می اندیشیم و عمل می کنیم که برایمان مضر است.

مقاومت: نیرویی که به مبارزه با کمبود کمک می کند

به نظر می رسد که یک راه حل مناسب برای اجتناب از آنچه که محققان آن را حجم اضافی پهنای باند^{۵۹} ناشی از کمبود می نامند، حذف یا کاهش میزان استرسی است که افراد تجربه می کنند. اما در عمل اجتناب از استرس کار راحتی نیست و در بیشتر موارد و به ویژه در مواقعی که این استرس توسط سایر افراد یا وقایع غیرمنتظره‌ای مثل شیوع همه گیری ایجاد شده باشد غیرممکن است. اگر نمی توانیم استرس را حذف کنیم، پس باید چه کار کنیم؟ یک روش برای مدیریت استرس این است که خود را در برابر استرس و ذهنیت کمبود مقاوم سازیم. هنگامی که سعی می کردم بفهمم چه چیز باعث می شود تا عده‌ای از افراد باورهای اشتباه داشته باشند، به این نتیجه رسیدم که علت

Eileen Chou⁵
Bidhan Parmar⁵
Adam Galinsky⁵
bandwidth overload⁵

اصلی مقاومت است. در واقع همه‌ی ما در زندگی استرس را تجربه می‌کنیم پس چرا بعضی از انسانها بهتر از دیگران با آن کنار می‌آیند؟ چه چیز باعث می‌شود که بعضی از افراد با ذهن بازتری بیندیشند و چشمان خود را به مدت طولانی باز نگه دارند و تصمیمات عاقلانه‌ای بگیرند درحالیکه سایر افراد کوتاه‌بین هستند و هنگام مواجهه با استرس و ذهنیت کمبود به باور اشتباه پناه می‌برند؟

مقاومت ساختاری پیچیده است که نقطه‌ی قوت آن از منابع متعدد ناشی می‌شود. طبق آنچه درباره مقاومت می‌دانیم، به نظر می‌رسد که مقاومت ما را در برابر استرس بیمه کرده و به ما کمک می‌کند تا لحظات سخت زندگی را تحمل کنیم.

یکی از بهترین روشهای درک مقاومت، درک یک ساختار روانشناختی به نام دلبستگی امن^۶ است که در داستان زیر توضیح داده شده است. تصور کنید که یک فرزند ۴ ساله به نام نتا^۷ دارید. یک روز او را به پارک می‌برید و خودتان روی نیمکت می‌نشینید زیرا دیگر بزرگ شده‌اید و بچه نیستید. شما به نتا می‌گویید: (بدو برو تاب بخور). نتا به سمت تاب می‌دود و به مدت ۱۴ دقیقه بازی می‌کند و سپس به نزد شما می‌آید. اگر چنین اتفاقی بیفتد، تبریک می‌گویم! شما موفق شده‌اید که فرزند^۸ی با دلبستگی امن^۹ تربیت کنید. حالا نتا را با کودک دیگری مقایسه کنید که ما او را آمیت^{۱۰} می‌نامیم. شما به آمیت می‌گویید: (بدو برو تاب بخور). او حین راه رفتن هر دقیقه یکبار سرش را برمی‌گرداند تا ببیند آیا شما هنوز در جای خود منتظر او هستید یا نه. در اینصورت، شما فرزند^{۱۱}ی بدون احساس دلبستگی امن تربیت کرده‌اید. البته این مثالها نمونه‌هایی افراطی مربوط به انتهای دو سر طیف دلبستگی است و شدت دلبستگی امن در طول این طیف متغیر است.

secure attachment⁶

Neta⁶

Secure attachment⁶

Amit⁶

احساس دلبستگی امن در دوران کودکی انسانها شکل می گیرد و به ما کمک می کند که اگر اتفاق بدی در زندگیمان رخ دهد، کسی به دادممان خواهد رسید و مجبور نیستیم همیشه به اطرافمان نگاه کنیم تا ببینیم آیا کسی منتظر ما هست یا نه. در صورتی که از سطح دلبستگی امن بسیار بالایی برخوردار باشیم، این میزان از دلبستگی می تواند به عنوان نوعی بیمه عمل کند که همه چیز را تحت کنترل قرار می دهد. اینکه قادر باشیم با اطمینان خاطر در دنیا گام برداریم، احساسی حیرت انگیز و جادویی است و به ما اعتماد به نفس می دهد تا کارهایی را انجام دهیم که در صورت نبود آن میزان از دلبستگی امن، هرگز آن را انجام نمی دادیم. به عنوان مثال اگر مطمئن باشیم در صورتی که اوضاع بر وفق مراد پیش نمی رود کسی به ما کمک خواهد کرد، آنگاه ممکن است کسب و کار خود را راه بیندازیم. حتی شاید ریسک کرده و با کسی که فکر می کنیم تفاوت بسیاری با ما دارد وارد یک ماجرای رمانتیک شویم. شاید بخواهیم در رشته ای ادامه تحصیل دهیم که مطمئن نیستیم در آن موفق خواهیم شد. ممکن است تصمیم بگیریم به شهر جدیدی نقل مکان کرده و شغل جدیدی را امتحان کنیم. می توان موارد دیگری را نیز به این فهرست افزود. به طور خلاصه دلبستگی امن احساسی است که باعث می شود افراد بر نکات مثبت همه چیز تمرکز کنند و نگران نکات منفی آن نباشند.

اطلاعات بیشتر

سطح احساس دلبستگی امن را ارتقا دهید

دستیابی به سطح بالای دلبستگی امن دشوار است ولی هرگونه تلاش در این جهت قطعاً مانع از سقوط افراد به ورطه ی باور اشتباه می شود. دلبستگی امن یک طیف است و افزایش در میزان دلبستگی امن، در نگرش ما نسبت به نکات مثبت، نکات منفی، ریسک، ظرفیت و اعمالی که انجام خواهید داد تاثیری مثبت دارد. هر چقدر که احساس

دلبستگی امن بیشتری داشته باشیم، مقاومتر خواهیم بود و برای درک جهان پیرامونمان، به داستانهای خیالی کمتری نیاز خواهیم داشت.

احساس دلبستگی امن از دوران کودکی آغاز می‌شود. بنابراین اگر ترجیح می‌دهید که فرزندى با باورهای اشتباه تربیت نکنید، باید مستقیماً بر روی فرزندان خود کار کنید و به آنها اطمینان دهید که در کنارشان هستید، به آنها اعتماد دارید و آنها نباید از طرد شدن بترسند. علاوه بر این، ما می‌توانیم در بزرگسالی از طریق ایجاد و حفظ روابط عمیق و حس اعتمادی که بتواند در دوران استرس از ما محافظت کند، احساس دلبستگی امن خود را افزایش دهیم. علاوه بر این می‌توانیم شخصا از دیگران محافظت کرده و در نتیجه مانع از سقوط آنها به چاه باورهای اشتباه شویم.

افزایش مقاومت

در یکی از جالب‌ترین و مهم‌ترین پروژه‌های تحقیقاتی درباره مقاومت، پژوهشگران تصمیم گرفتند که ذهنیت کمبود افراد را تغییر دهند. جان یاجیمویچ^۴ و همکاران این موضوع را بررسی کردند که آیا افزودن عواملی که مقاومت را افزایش می‌دهد می‌تواند به عنوان راه حل موقتی برای مسئله‌ی حجم اضافی پهنای باند در نظر گرفته شود. یعنی آیا می‌توان شرایطی به وجود آورد که افراد حتی با وجود ادامه‌ی شرایط کمبود آزادانه بیندیشند و تصمیم بهتری بگیرند.

تصور کنید شما جزو آن ۱۰ درصد از جمعیت دنیا هستید که با درآمد کمتر از ۲ دلار در روز زندگی می‌کنند و هر روز با کمبود مواجه هستید و به سختی می‌توانید شکم خود و خانواده‌تان را سیر کنید و به هیچ نوع کالای تجملاتی دسترسی ندارید. فرض کنید که روزی یک فرد بخشنده به روستای شما می‌آید و پیشنهاد می‌کند که یا در همان روز

Jon Jachimowicz⁶

۶ دلار به شما بدهد یا اگر سه ماه منتظر بمانید به شما ۱۸ دلار بپردازد. شما کدام گزینه را انتخاب می‌کنید؟ هر کسی که کمی با علم ریاضی آشنا باشد می‌داند که دریافت سه برابر پول بیشتر در سه ماه بعد گزینه‌ی بهتری است.

اما اغلب مردمی که بسیار فقیر هستند، گزینه‌ی دریافت فوری مبلغ کمتر را انتخاب می‌کنند که این امر نشان می‌دهد کمبود بر توانایی حیاتی ما برای به تأخیر انداختن دریافت پاداش به ازای دریافت پاداشی بزرگتر تأثیر می‌گذارد.

وامهای با سود بالا از قبیل وامهای فوری یک نمونه از پرداختهای با سود بالا است که آثار مخربی بر معیشت فقرا دارد. استرس ناشی از فقر باعث می‌شود که افراد به دنبال وامهایی با سود بسیار بالا باشند که اگرچه در کوتاه مدت مشکل آنها را حل می‌کند اما در دراز مدت آنها را بیشتر قرض‌دار می‌کند.

اکنون از خودتان پرسید که چه چیزی می‌تواند به شما کمک کند تا در شرایطی مشابه شرایط بالا تصمیم عاقلانه‌تری بگیرید؟ اگر به داستان فرضی ذکر شده، عنصر مقاومت را نیز اضافه کنیم چطور؟ اگر همسایه‌ای داشتید که به مدت یک یا دو روز شام خود را با شما به اشتراک می‌گذاشت چطور؟ یا مثلاً اگر در اطرافتان کسی وجود داشته باشد که برای کمک گرفتن و مشاوره به او مراجعه کنید چطور؟ آیا در این شرایط جور دیگری تصمیم می‌گیرید و آیا در برابر دریافت پاداش بیشتر در زمانی دیگر دریافت پاداش فوری را به تعویق خواهید انداخت؟

یاجیمویچ و همکاران قصد داشتند به این سوالات پاسخ دهند. آنها این فرضیه را مطرح کردند که افرادی که در جامعه‌ی خود از میزان اعتماد و حمایت بیشتری (یا به عبارتی نوعی دلبستگی امن از سوی جامعه) برخوردار هستند، حتی هنگامی که شرایط اقتصادی بد یکسانی را تجربه می‌کنند، از ذهنیت کمبود کمتر آسیب می‌بینند و در نتیجه مجبور نیستند که از سر ناچاری تصمیم بگیرند. به عبارت دیگر، نوعی مقاومت در جامعه‌ی آنها ایجاد می‌شود که از افراد در برابر اثرات مضر استرس محافظت می‌کند.

پژوهشگران برای آزمایش فرضیه‌ی خود، به مدت دو سال بر روی افراد زیر خط فقر در بنگلادش تحقیق کردند. در این مطالعه نیمی از مشارکت کنندگان به داوطلبانی دسترسی داشتند که در صورت نیاز به مشاوره با مشاوران دولت محلی به آنها کمک می‌کردند ولی نیم دیگری از جمعیت به کسی برای کمک دسترسی نداشتند. پس از گذشت دو سال پژوهشگران قدرت تصمیم‌گیری افرادی که برای تصمیم‌گیری به کسی مراجعه می‌کردند را با افرادی که کسی را نداشتند که از او کمک بگیرند مقایسه کردند. محققان با استفاده از همان پیشنهاد قبلی (یعنی دریافت فوری ۶ دلار یا دریافت ۱۸ دلار سه ماه بعد) دریافتند در گروهی که میزان مقاومت و میزان اعتماد اجتماعی بالاتری وجود دارد، احتمال بیشتری وجود دارد که افراد دریافت پاداش فوری به میزان کمتر را به دریافت پاداش بیشتر در درازمدت ترجیح دهند. علاوه‌براین پژوهش، این محققان پژوهش مشابهی در ایالات متحده انجام دادند و دریافتند افرادی که حس اعتماد بیشتری به جامعه خود دارند، به دفعات کمتری از وام‌های فوری استفاده می‌کنند.

اطلاعات بیشتر

از افراد دارای باورهای اشتباه حمایت کنید

حذف استرس به طور کامل کار آسانی نیست، اما کاهش استرس به ویژه در مراحل اولیه‌ی قیف باور اشتباه یعنی پیش از آنکه فرد به طور کامل روایت دیگری از ماجرا را بپذیرد اهمیت دارد. اطمینان خاطر دادن به فردی که در شرایط استرس‌زا قرار دارد می‌تواند بسیار مفید باشد. اگرچه ممکن است نتوانیم علت استرس را برطرف کنیم، اما اگر کاری کنیم که فرد احساس کند توجه کافی دریافت می‌کند و از او حمایت می‌شود، آنگاه می‌توانیم مانع از گرفتار شدن افراد در چرخه‌ی تلاش برای یافتن پاسخ و بدست آوردن کنترل شویم. یک رویکرد مناسب برای

کاهش استرس که در آزمایشگاه محل کارم در دانشگاه دوک^۶ آزمایش شد این است که کاری کنیم که افراد احساس کنند باهوش و موفق هستند. ما به این نتیجه رسیدیم که اطمینان خاطر دادن به افراد باعث می شود که احتمال به دام افتادن افراد در گرداب باور اشتباه کمتر شود. علاوه بر این اطمینان بخشیدن به افراد باعث می شود که احساس کنند از لحاظ عاطفی امن هستند و مورد سرزنش قرار نمی گیرند یا عملکرد ضعیفی ندارند و همچنین باعث می شود که به دنبال یافتن مقصر یا داستانی دروغین برای توضیح علت وقایع نباشند. اگرچه مطالعات ما تنها بر ارتباطات بین فردی تمرکز می کرد اما ممکن است در روابط آنلاین نیز اطمینان بخشیدن به افراد از آنچه قبلاً انتظار داشتیم موثرتر باشد. به طور کلی انسان ها عموماً تاثیر حمایت عاطفی را دست کم گرفته و نمی دانند که حتی ذره ای اطمینان دادن به دیگران نیز اهمیت دارد.

شاید حمایت کردن از دیگران و اطمینان دادن به آنها کار آسانی به نظر برسد، اما هنگامی که با فردی برخورد می کنید که به یک سری باور اشتباه اعتقاد دارد، ایده های خطرناکی را بیان می کند و حرف هایی را بر زبان می آورد که از نظر شما عجیب است، آنگاه انجام چنین کاری آسان نیست. هنگامی که استرس داریم، طبق آن توصیه ی قدیمی که (کلاهت را بچسب که باد نبره) در وهله ی اول نیازهای خود را در اولویت قرار می دهیم. اما این کار اشتباه است. ما می توانیم در مراحل اولیه ی استرس یعنی زمانی که فرد در ابتدای مسیر ورود به باورهای اشتباه قرار دارد، بیشترین تاثیر را بر او داشته باشیم. بنابراین لازم است که استرس را هم در خود و هم در عزیزانمان بیشتر جدی بگیریم. در صورتی که یک فرد به انتهای قیف باور اشتباه نزدیک شود و فرایندهای ادراکی و پیوندهای اجتماعی او باعث تقویت باورهای اشتباهش شود، تغییر او دشوارتر می شود.

اثرات مخرب نابرابری اقتصادی

اگر انسجام اجتماعی تنها این حد برای مقاومت در برابر سختی‌ها ضروری است، پس چه عواملی می‌تواند باعث از بین رفتن انسجام اجتماعی شده و مقاومت ما را تضعیف کند یا از بین ببرد؟ جان یاجیمویچ و همکاران، یک عامل مهم دیگر یعنی نابرابری اقتصادی را بررسی کردند که تصور می‌کردند می‌تواند آنچه آنها (سپر حفاظتی جامعه)^۶ می‌نامند را تضعیف کند. چرا نابرابری اقتصادی چنین تاثیری بر انسانها دارد؟ احتمالا به دلیل اینکه ممکن است با افزایش نابرابری اقتصادی، افراد احساس کنند که که با جامعه خود ارتباط کمتری دارند و به تنهایی برای رفع مشکلات اقتصادی خود تلاش می‌کنند. فرضیه‌ی مطرح شده در پژوهش آنها این بود که تا زمانی که میزان نابرابری اقتصادی در یک جامعه بالا است، سپر حفاظتی جامعه هم در جوامع نسبتاً ثروتمند و هم جوامع نسبتاً فقیر از بین می‌رود. آنها با مطالعه‌ی جوامع مردمی در ایالات متحده، استرالیا و مناطقی روستایی اوگاندا دریافتند که سطح بالای نابرابری اقتصادی میزان وابستگی افراد به دریافت حمایت از جامعه را کاهش داده و به فشار اقتصادی بیشتر منتهی می‌شود.

اگر بخواهیم میزان حمایت افراد در طبقات مختلف جامعه را بررسی کنیم چگونه؟ پژوهشگران دریافتند که فارغ از سطح رفاه جامعه، در صورتی که میزان نابرابری افراد از لحاظ درآمد افزایش یابد، آن جامعه از لحاظ اجتماعی آسیب می‌بیند. اما میزان این آسیب اجتماعی در طبقات مختلف جامعه یکسان نیست. در بین افرادی که در محله‌های نسبتاً مرفه زندگی می‌کردند (توجه داشته باشید که حتی در محله‌های بسیار گران‌قیمت نیز ممکن است سطح درآمد افراد بسیار متفاوت باشد) اثرات منفی ناشی از نابرابری اقتصادی شدید نبود زیرا آن افراد از نظر اقتصادی امنیت

Community cohesiveness⁶
Community buffer⁶

داشتند و برای مدیریت پستی و بلندیه‌های اقتصادی منابع کافی در اختیار داشتند. در محله‌های فقیرنشین که خانواده‌ها از لحاظ درآمد بسیار نابرابر بودند، عدم دسترسی به مشاورانی که افراد بتوانند به آن مراجعه کنند اثرات مخربی داشت.

یافته‌های این پژوهش به ما نشان می‌دهد که جامعه‌ی انسانی، نقش مهمی در ایجاد مقاومت ایجاد می‌کند. با وجود اینکه مطالب بسیاری درباره پیامدهای نابرابری اقتصادی و عدم توزیع عادلانه‌ی ثروت گفته شده است، اما نابرابری اقتصادی علاوه بر اینکه ناعادلانه است، تعلقات اجتماعی به جامعه را کاهش می‌دهد و مقاومت افراد را تضعیف می‌کند. بنابراین افرادی که از نظر اقتصادی ضعیف‌تر هستند و به کمک بیشتری نیاز دارند در جوامع دارای نابرابری اقتصادی بالا بیشتر آسیب می‌بینند.

پژوهشهای مربوط به کمبود چه چیزی درباره‌ی تعدیل باورهای اشتباه به ما می‌آموزد؟

شاید اینطور به نظر برسد که زندگی نیشکرکاران هندوستانی که درآمد متغیری در طول سال دارند، روستاییان فقیر بنگلادشی و روستاییان اوگاندایی تفاوت بسیاری با زندگی روزمره‌ی ما و افراد دارای باورهای اشتباه دارد. اما با توجه به این پژوهشها متوجه می‌شویم که به طور کلی استرس چه تاثیری بر عملکرد ادراکی و تصمیم‌گیری انسانها می‌گذارد و تاثیر استرس بر افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند چیست؟ به طور خلاصه، شرایط استرس‌زا پهنای باند شناختی ما را کاهش می‌دهد و توانایی شفاف اندیشیدن و کنترل اجرایی ما را مختل می‌کند. علاوه بر این استرس توانایی تصمیم‌گیری انسانها به نحوی که تصمیمهای افراد در طولانی‌مدت عقلانی و مستلزم رضایت معوق^{۶۸} باشد را تضعیف می‌کند. زندگی در جامعه‌ای که در آن احساس اطمینان و حمایت شدن از طرف دیگران داشته

^{۶۸} Delayed gratification به‌طور کلی، رضایت معوق به معنی نپذیرفتن پاداش کوچکتر اما فوری به منظور دریافت پاداش بزرگتر در آینده است

باشیم، به عنوان نوعی سپر محافظ در برابر تاثیرات زیانبار کمبود عمل می‌کند. با این وجود میزان نابرابری در آمدی بیشتر در جامعه می‌تواند احساس اعتماد اجتماعی ما را تضعیف کند.

به این فکر کنید که در شرایط پراسترسی که در دوران همه گیری کرونا از سر گذراندیم چه وضعیتی داشتیم. همه گیری کرونا می‌تواند مطالعه موردی جالبی برای مطالعه‌ی نقش استرس در دوران همه گیری کرونا در زندگیمان باشد زیرا برخلاف سایر بلایای طبیعی یا حوادث ناگوار که تنها بر یک خانواده یا جامعه تاثیر می‌گذارد، استرس ناشی از کرونا بر همه ما انسانها تاثیر گذاشت. خطرات این ویروس مثل یک زنجیر به هم متصل بود که کارگران چینی را به ملکه‌ی انگلیس و بازیگران هالیوودی معروف را به معلمان شهرستانی وصل می‌کرد. در واقع، هیچکس از احساس بلاتکلیفی، سردرگمی و ترس ناشی از این بحران در امان نبود. فارغ از اینکه در کجای این جهان زندگی می‌کردیم و شرایط اجتماعی و اقتصادی ما چگونه بود، قطعاً دوران کرونا دوران بسیار پراسترسی بود. البته این استرس برای همه یکسان نبود.

علاوه‌براین همه گیری کرونا توجه افراد بسیاری را به مسئله‌ی اعتماد اجتماعی^۹ جلب کرد. بعضی از افراد از حمایت کارفرمایان، دوستان، همسایه‌ها، خانواده و حتی دولت خود برخوردار بودند، اما بعضی دیگر به شدت احساس تنهایی می‌کردند و احساس می‌کردند کسی را ندارند که به آنها کمک کند. علاوه بر این، بسیاری از افراد با خطر نابرابری در آمد مواجه بودند. اخیراً این جمله را به دفعات متعدد شنیده‌ام که اگرچه همه‌ی ما قایق خود را در یک دریای طوفانی به پیش می‌رانیم، ولی در یک قایق نیستیم.

اثر مرکب حاصل از احساس تحت ظلم قرار گرفتن

عجیب نیست هنگامی که مردم به دور و ور خود نگاه می کردند و به اصطلاح قایق های بهتر متعلق به دیگران را می دیدند، بعضی از آنها در مقایسه با دیگران تاثیرات استرس ناشی از همه گیری کرونا را بیشتر احساس می کردند. لازم است یکبار دیگر تکرار کنم که مسئله فقط پول نیست. ممکن است در برخی موارد قایق همسایه بزرگتر و مجلل تر باشد. علاوه بر این ممکن است که قایق های آنها خدمه ی بیشتری داشته باشد، باثبات تر باشد یا تجهیزات بهتری برای مواجهه با شرایط اضطراری داشته باشد. اینکه ما زندگی خود را با زندگی دیگران مقایسه کنیم یا به قایق همسایه ها حسودی کنیم و غیره در ذات انسان نهفته است. اما برای عده ای از افراد این مقایسه می تواند به آسانی به این احساس مخرب منتهی شود که در حقشان ظلم شده است. این افراد نه تنها احساس می کنند که دچار مشکل هستند، بلکه به نوعی احساس می کنند که زندگی سختتری دارند و بی عدالتی و رنج بیشتری را تحمل می کنند.

این احساس تحت ظلم قرار داشتن در میان افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند رایج است و به نظر من به خوبی نشان می دهد که چرا مضمون (طبقه ی فرادست) در بسیاری از نظریه های توطئه ی رایج به دفعات تکرار می شود. به عنوان مثال اگر احساس می کنید که در زندگیتان دچار مشکل هستید، علت این است که یک سری افراد از امتیازهای (ناعادلانه ای) برخوردار هستند. هنگامی که شما شرایط دشواری را تحمل می کنید، عده ای از افراد زندگی راحتی دارند. اگر شما کنترلی بر امور ندارید، حتماً یک نفر وجود دارد که همه چیز را کنترل می کند. این طبقه ی به اصطلاح فرادست مبهم و مرموز طعمه ی راحتی برای خالی کردن خشمهای فرو خورده ی ما است. اما چرا این نظریه های توطئه برای ما انقدر جذاب است؟ اگر یک شخص قادر است که زندگی ما را نابود کند، پس به احتمال زیاد کار این طبقه ی فرادست است (کار چه کس دیگری می تواند باشد؟). این افراد با بقیه ی ما فرق دارند و تا حدی ناشناس هستند. (واقعاً چند نفر را می شناسیم که به طبقه افراد فرادست جامعه تعلق دارند؟ آنها شام چه می خورند؟ روابطشان را چگونه مدیریت می کنند؟). از طرفی این افراد با ما آشنا هستند و اطلاعاتی کلی درباره ی آنها داریم

(برخی از این افراد را براساس نام یا عکسشان می‌شناسیم و جزئیات اندکی درباره‌ی زندگی و شغل آنها بدست آورده‌ایم). مجموع این عوامل باعث می‌شود که در نظریه‌های توطئه انگشت اتهام به سمت طبقه به اصطلاح فرادست جامعه باشد.

بدون شک اگر با طبقه به اصطلاح فرادست جامعه وقت می‌گذرانید، به زودی پی می‌بردید که این باور که آنها جهان را کنترل می‌کنند اشتباه است زیرا این افراد در سازماندهی امور خوب نیستند. من این افتخار را داشتم که چند بار در مجمع جهانی اقتصاد در شهر داووس^{۷۰} شرکت کنم. این مجمع محل اجتماع افراد فرادست جامعه و سرمه‌شاء نظریه‌های توطئه‌ی بسیاری است. حتماً آن تصویر شروری که از من ارائه شده بود برای بسیاری از افراد ثابت شد. طی جلسات این مجمع متوجه شدم که این افراد حتی نمی‌توانند همایشی با محتوای جذاب برگزار کنند، چه برسد به اینکه توطئه‌ای عظیم و پیچیده بچینند تا میلیاردها نفر را فریب دهند. با افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند هم نظر هستم که ممکن است مهمانی‌های پرزرق و برق این افراد باعث شود افرادی که از بیرون به قضیه نگاه می‌کنند، احساس کنند که در حقشان ظلم شده است.

هنگامی که به این احساس مورد ظلم واقع شدن فکر می‌کنم، به یاد سریال فوق العاده‌ی داگلاس آدامز^{۷۱} به نام (راهنمای مسافران مجانی کهکشانی)^{۷۲} می‌افتم. در این سریال یک راننده کامیون به نام راب مک کنا^{۷۳} نشان داده می‌شود که به نظر می‌رسد نمی‌تواند از باران فرار کند و هر جایی که می‌رود و در هر روز باران می‌بارد. او شانس بد خود را در یک دفترچه یادداشت می‌کند. باران بی‌وقفه‌ای که او را دنبال می‌کند باعث بدخلقی و درماندگی او می‌شود و راب شدیداً احساس می‌کند که در حقش ظلم شده است و ابرهایی که در تمام عمر به دنبال او می‌آیند او

World Economic Forum at Davos⁷
Douglas Adams⁷
The Hitchhiker's Guide to the Galaxy⁷
Rob McKenna⁷

را آزار می‌دهند. در واقع، راب نمی‌داند که به خدای باران تبدیل شده است. ابرها به او علاقه دارند و صرفاً می‌خواهند نزدیک او باشند و همیشه او را آبیاری کنند. در واقع ابرها به او علاقه‌مند هستند و قصد ندارند او را آزار دهند. سرانجام راب متوجه می‌شود که این خود او است که باران را کنترل می‌کند و قابلیت جدید خود به عنوان خدای باران را به یک حرفه‌ی پردرآمد تبدیل و بابت دور کردن ابرها از مناطق تفریحی و رویدادهای مهم پول دریافت می‌کند.

اکنون بحث را عوض کرده و دوباره به جنی مادر مجردی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارد بازمی‌گردیم. قطعاً جنی نیز گمان می‌کرد که ابرهای سیاه بد شانسی او را هدف قرار داده‌اند و به دلیل استرس مالی بی‌سابقه‌ای که به عنوان یک فریلنسر احساس می‌کرد و میزان بی‌عدالتی و تحقیر اجتماعی که در برخورد دیگران با پسرش مشاهده می‌کرد تصور می‌کرد که در حقش ظلم شده است. مجموع این عوامل باعث شد که جنی تصمیم بگیرد از احساس ابهام و سردرگمی که در آن زمان با آن مواجه بود رها شود.

تصور کنید که در زندگی دچار احساس استرس غیرقابل‌پیش‌بینی و غیرقابل کنترل هستید و مثل آن سگهایی که در جعبه‌ی رفت و آمد زندگی می‌کردند احساس فرسودگی، خستگی و درماندگی می‌کنید. متأسفانه به تدریج انرژی و انگیزه‌ی لازم برای بهبود وضعیت خود را از دست می‌دهید. صبر کنید! هنوز تمام نشده! حالا فرض کنید که هنگام مواجهه با استرس به تدریج احساس می‌کنید که این تنها شما هستید که مجبور شده‌اید شرایطی بسیار دشوار را تحمل کنید. یعنی شما تنها کسی هستید که راهی برای فرار ندارید! افرادی مانند جنی هنگام سقوط چنین احساس بدی دارند.

این وضعیت با استرس سراسری ناشی از همه‌گیری کرونا آغاز شد و مسائل اقتصادی و دشواری رسیدگی به کسب و کار با وجود پسرش در خانه او ضاع را بدتر کرد. پس از آن نیز برخورد غیرمنصفانه معلم مایک و تحقیر او وضعیت را پیچیده‌تر کرد. این مسائل باعث شد که جنی دچار فروپاشی شود و به دنبال یافتن پاسخ‌هایی برای سوالاتش برود.

پس از اینکه جنی در اینترنت ویدیوهای مختلفی تماشا کرد که شرح می‌دادند استرس او ناشی از یک نقشه‌ی عمدی شیطانی است، ویروس کرونا واقعی نیست و همه‌ی این ادعاهای دروغین به منظور مطیع ساختن و کنترل کردن مردم مطرح شده و هدف از زدن ماسک این است که اکسیژن به مغز نرسد و در نتیجه افراد مانند گوسفند فرمانبردار شوند، اعتقاداتش قوی‌تر شد. احتمالاً جنی به علت نرسیدن اکسیژن به مغزش احساس حواس‌پرتی و تنبلی می‌کرد! این مردم بیچاره‌ی گوسفند-صفت نمی‌فهمند که در اطرافشان چه می‌گذرد! به زودی واکسن تولید خواهد شد و همه‌ی افرادی که شغل خوب، خانه‌ی بزرگ و روابط خوبی با یکدیگر دارند به صورت گله‌ای به مراکز واکسیناسیون فرستاده خواهند شد و در مغزشان ریز تراشه‌هایی تعبیه خواهد شد که همه‌ی حرکتهای آنها را ردیابی خواهد کرد. هر چقدر که جنی مطالب بیشتری می‌خواند و کلیپ‌های بیشتری می‌دید، بیشتر احساس می‌کرد که سیستم، دولت، مدرسه و در نهایت خود من که جنی زمانی به نظرات من احترام می‌گذاشت به او خیانت کرده‌اند.

اطلاعات بیشتر

چگونه با کسی بحث نکنیم؟

به حرف‌های طرف مقابل گوش کنید ولی با او بحث نکنید. هنگامی که شخصی با احساس غصه‌ی شدید و توضیحاتی درباره اینکه مقصر کیست به نزد ما می‌آید، اینطور به نظر می‌رسد که قصد دارد ما را به یک مناظره

دعوت کند و از ما می‌خواهد که راجع به باورها و نظراتش صحبت کنیم. علاوه‌براین، به نظر می‌رسد که آنها در جستجوی حقیقت هستند و اگر با نظر آنها مخالفت کنیم، ممکن است تصور کنیم که حتماً باید ادعاهای آنها را رد کنیم. در دنیای واقعی افراد نیاز دارند که احساس کنند شنیده، دیده و درک می‌شوند تا زمینه‌ی هر نوع مباحثه‌ی سودمند فراهم شود. اولین چیزی که باید بدانیم این است که مشکل اصلی ما واقعیت، ادعاها و داستان‌های مطرح شده نیست، بلکه مشکل اصلی عاطفی است. حتی اگر با تفسیر یک فرد از علت رنج‌هایش موافق نباشیم، می‌توانیم با او همدردی کنیم. به رسمیت شناختن منشأ رنج‌های انسانها و همدردی با آنها بدون اینکه بخواهیم اشتباه آنها را تصحیح کنیم بسیار مفید است و اگر با آنها وارد بحث شویم، بحث مفیدتری خواهیم داشت.

جاشوا کالا^{۷۴} و دیوید بروکمن^{۷۵} در مطالعه‌ی خود ادعای فوق را با استفاده از رویکردی که به نام تبلیغات عمیق^{۷۶} شناخته می‌شود آزمایش کردند. در رویکرد تبلیغات عمیق در ابتدا چند سوال حساسیت‌برانگیز پرسیده می‌شود، به پاسخ‌ها با اشتیاق گوش داده می‌شود و سپس به منظور شروع کردن یک مکالمه چند سوال مرتبط پرسیده می‌شود. چرا این رویکرد اثرگذاری بیشتری دارد؟ به این علت که در رویکرد استدلالی استاندارد^{۷۷} معمولاً بحث را با بیان نظر مخالف (حداقل در ذهنمان و گاهی اوقات با صدای بلند) و پیش از اینکه شخص مقابل حتی استدلال خود را به پایان برساند، آغاز می‌کنیم. قطعاً استفاده از این رویکرد برای انجام یک بحث مفید درباره‌ی مسائل مختلف، شیوه‌ی مناسبی نیست.

باید به این نکته توجه شود که علت قانع نشدن افراد این است که همه‌ی انسانها نیاز دارند که احساس کنند بر حق هستند و به گروه‌هایی تعلق دارند که کار درست را انجام می‌دهند. هنگامی که این احساس بر حق بودن به چالش

Joshua Kalla⁷
David Broockman⁷
Deep canvassing⁷
Standard argumentative approach⁷

کشیده می‌شود، آنگاه هویت ما به خطر می‌افتد و تلاش می‌کنیم که حمله‌ی مخالفان به خودمان را دفع کرده و از آنچه برای ما اهمیت فراوانی دارد یعنی احساس بر حق بودن محافظت کنیم.

تبلیغات عمیق هنگام بحث با دیگران به ما کمک می‌کند زیرا در این رویکرد میل به دانستن و دیدگاهی روشنفکرانه وجود دارد. هنگامی که تبادل نظر با استفاده از این رویکرد انجام شود بخشی از مکانیسم مقابله‌ی هر دو طرف کاهش می‌یابد و ممکن است افراد اندکی (دقت کنید تا حدی) روشنفکر شوند.

صرف نهار با کسی که باورهای اشتباه دارد

در تابستان سال ۲۰۲۰ مدت کوتاهی پس از اینکه داستان‌ها و اتهام زنی‌های جنی را شنیدم، با فرد مشابهی به نام ایو^{۷۸} آشنا شدم که نمونه‌ی خوبی از فردی است که تحت استرس شدید و پیش‌بینی نشده قرار دارد و احساس می‌کند که در حقش ظلم شده است. نخستین بار دو سال پیش و هنگامی که ایو در یک استارت‌آپ غیرانتفاعی به صورت داوطلبانه کار می‌کرد با او آشنا شدم. او با من تماس گرفت و قصد داشت برای پیشرفت شغلی با من مشورت کند. من با او در یک کافی شاپ ملاقات کردم و سعی کردم تا جای ممکن به او کمک کنم و موقع خداحافظی مثل دو دوست از هم جدا شدیم. هنگامی که یک سری اطلاعات غلط درباره‌ی من منتشر شد ایو با من تماس گرفت. پس از اینکه او خود را به من معرفی کرد مستقیم سر اصل مطلب رفت. او فهرستی طولانی از اتهامات دروغین به من تهیه کرده بود که همه آنها را باور کرده بود. ایو اصلاً به داستان من یعنی آن طرف قضیه گوش نمی‌کرد و سرانجام از سر ناچاری گفت: (من باید از ته توی قضیه سر در بیاورم. ما باید همدیگر را حضوری ملاقات کنیم).

Eve⁷

این ماجرا مربوط به اوایل دوران همه گیری کرونا بود و ملاقات حضوری رفتار بسیار خطرناکی محسوب می شد. اما من به شرط اینکه در فضای باز بنشینیم قبول کردم که با او ملاقات کنم. من حتی برای هر دو نفر ناهار سفارش دادم. او دیر آمد و دوباره همان اتهامات را مطرح کرد. من باز هم به او گفتم که این اتهامات حقیقت ندارد.

او گفت: (دوستانم به من هشدار بوده بودند که به اینجا نیایم و با تو حرف نزنم!)

پرسیدم: (چرا؟)

پاسخ داد: (آنها گفتند که تو من را جادو می کنی)

می توانستم منطق پشت حرفهای او را درک کنم. ای کاش ایو مکالمه را در همین جا به پایان می رساند و اینطور تصور می کرد که من موجود شروری هستم. در اینصورت می توانست از دست نیروهای شیطانی من بگریزد! اما اگر با اندیشه ی دیگری در سر آنجا را ترک می کرد، حتما تصور می کرد که من او را جادو کرده ام. فارغ از اینکه مکالمه ی ما چگونه پیش می رفت، من شخصیت بد داستان او بودم.

پس از مدت کوتاهی، دیگر سعی نکردم توضیح دهم در زندگی چه کار می کنم یا چه کار نمی کنم و سعی کردم در این مدت زمانی که با هم بودیم چیزی بیاموزم. موضوع بحث را عوض کردم و از او چند سوال پرسیدم. من به شدت کنجکاو بودم. همین دو سال پیش ایو یک فعال با اعتماد به نفس و مصمم بود و برای هدف ارزشمندی تلاش می کرد. ولی حالا اینطور به نظر می رسید که انسانی ترسو و بدبین است و سختیهای زندگی او را به زانو درآورده است. پس از آخرین ملاقاتی که در کافی شاپ با هم داشتیم، چه اتفاقی افتاده بود؟ این حجم از تغییری که من مشاهده می کردم چیزی فراتر از احساس استرس و خستگی عمومی ناشی از همه گیری کرونا بود که در چهره ی افراد عادی وجود داشت.

ایو به آرامی آنچه بر او گذشته بود را برایم تعریف کرد. او معلم هنر بود ولی برخلاف بیشتر معلم‌ها عضوی از اتحادیه نبود. او بیش از ۱۰ سال در یک مدرسه به تدریس هنر مشغول بود و خود را وقف دانش آموزانش کرده بود. اما موقعیت شغلی او در نهادهای آموزشی به اندازه‌ی معلم‌های عضو اتحادیه امن نبود. تا قبل از همه‌گیری کرونا این موضوع، مسئله مهمی نبود. اما پس از همه‌گیری کرونا ایو بر خلاف بیشتر معلم‌های هنر، شغل خود را از دست داد. پس از این اتفاق اوضاع بدتر شد. او که هیچ درآمد ماهانه‌ای نداشت، نتوانست اجاره خانه را پرداخت کند و آپارتمان خود را از دست داد. او به من گفت: (من الان در ماشینم زندگی می‌کنم!) و به نحوی که انگار نمی‌توانست باور کند، مدام این جمله را تکرار می‌کرد. من نیز نمی‌توانستم باور کنم. این احساس که او به طور ناآدلانه‌ای رنج می‌کشد و او تنها معلمی است که با دشواری و تحقیر رو به رو است در او بسیار شدید بود.

یک ساعت بعد هنگامی که ایو از جایش بلند شد تا برود، از او پرسیدم: (آیا نظرت درباره من اصلاً تغییر کرده؟) او پاسخ داد: (مطمئن نیستم) و سوار ماشین خود شد و رفت. جالب اینجاست که داستان به اینجا ختم نشد. ناگهان چند ماه بعد او نامه‌ای برای من نوشت و از من خواست که در کمپینی که برای کمک هزینه‌های پزشکی راه انداخته شرکت کنم. نامه‌ی مودبانه‌ای به او نوشتم و توضیح دادم که تا آن لحظه بیش از مقدار پولی که برای فعالیت‌های خیریه در آن سال اختصاص داده بودم پرداخت کرده‌ام. او بسیار عصبانی شد و جوابی که به من داد توهین آمیز و همراه با این احساس مسموم بود که در حقش ظلم شده است. او گفت که حالا دیگر قانع شده است که من انسان شروری هستم و آنچه دیگران راجع به من می‌گویند کاملاً درست است.

نیاز به تسکین

ایو نیز همانند جنی تحت تاثیر چند نیروی عاطفی یعنی استرس همگانی، استرس غیرقابل پیش‌بینی، عدم مقاومت، تضعیف اجتماعی و احساس مورد ستم واقع شدن قرار داشت. هیچ کدام از این احساسات تنها به این دو زن یا حتی

زمان و شرایط مشخصی محدود نمی‌شود. اما به راحتی می‌توان فهمید که این عوامل در دوران همه‌گیری کرونا تشدید شد و برخی از افراد بیش از سایرین تحت تاثیر این نیروها قرار داشتند.

هنگامی که نمی‌توانیم استرس‌های موجود در زندگی‌مان را کنترل یا خنثی کنیم و در برابر افراد یا رویدادهای دیگر احساس درماندگی می‌کنیم آنگاه به شیوه‌ی دیگری به دنبال تسکین عاطفی می‌گردیم. راه نسبتاً آسان برای کاهش احساس ناخوشایند کنترل نداشتن بر اوضاع چیست؟ خیلی ساده است. توضیحی برای اتفاقات پیرامونتان پیدا کنید و کسی را پیدا کنید که تقصیرها را به گردن او بیندازید. مهم نیست که توضیحات ارائه شده دقیق یا درست باشد. ما به این توضیحات نیاز داریم تا آسایش پیدا کنیم. در فصل بعد به طور دقیق بررسی خواهیم کرد که هنگامی که شخصی به دنبال تسکین دردهایش است چه اتفاقی رخ می‌دهد.

فصل چهارم

انتخاب یک فرد شرور به عنوان روشی برای بدست گرفتن کنترل اوضاع

تنفر لذت خاص خود را دارد. بنابراین تنفر احساسی است که فرد وحشت‌زده توسط آن رنج و مصیبت ناشی از ترس را جبران می‌کند. هر چه بیشتر وحشت کند، بیشتر نیز تنفر می‌ورزد.

سی اس لوئیس - نامه‌های اسکروتیپ

ما انسانها در طی تاریخ همیشه عاشق آدمهای شرور بوده‌ایم و داستانهایمان از داستانهای قهرمان-محور دوران باستان گرفته تا فیلمهای اکشن پرهزینه‌ی امروزی، بدون حضور این افراد شرور، بی‌روح و کسل‌کننده می‌شد. یک انسان شرور مناسب به ما کمک می‌کند تا مرزهای اخلاقی روشنی ترسیم کرده و در مخاطب شور و هیجان به وجود بیاوریم و در صورتی که در داستانهایمان نیروی شر شکست بخورد از پیام اخلاقی داستان احساس رضایت می‌کنیم. در تاریخ بشر نمونه‌های حقیقی فراوانی از انسان‌های شروری وجود دارد که انسانهای شرور تخیلی در مقایسه با آنها افرادی آرام به نظر می‌رسند. ولی امروزه شرایط فرق می‌کند. الفاظ و اصطلاحاتی که زمانی برای انسانهایی واقعاً نفرت‌انگیز مانند آدولف هیتلر به کار می‌رفت ممکن است حالا در مورد هر کسی که با ما مخالف است به کار گرفته شود. اگر چند ساعت در رسانه‌های اجتماعی وقت بگذرانید و محتوای مربوط به مسائل بحث‌برانگیز روز را بخوانید، متوجه می‌شوید که افراد بسیاری با القابی از جمله نازی، فاشیست، خودکامه، قاتل و از قبیل آن خطاب شده‌اند. در این فضا به این امر توجه نمی‌شود که انسانها نظرات متفاوتی دارند، بلکه مخالفان به چشم انسانهایی شرور دیده می‌شوند. در چنین فضایی هیلاری کلینتون تنها سیاستمداری عاقل، لیبرال، و فمینیست نیست که سایر افراد با او مخالف هستند، بلکه او مغز متفکر، پدوفیل و کودک‌کش است. دونالد ترامپ صرفاً یک رهبر مغرور، بلندپرواز و عوامگرا نیست که مخالفانی دارد، بلکه مامور مخفی روسیه و انسانی فاشیست است که قصد دارد دموکراسی را نابود و حکومت نظامی برقرار کند. این فقط نامزدهای ریاست جمهوری نیستند که با آنها مثل یک انسان شرور برخورد می‌شود، بلکه با انسان‌های عادی که به صورت حضوری و به صورت آنلاین با آنها برخورد می‌کنیم نیز چنین برخوردی می‌شود.

هنگامی که ناگهان با من مثل یک انسان شرور برخورد شد من نیز چنین چیزی را شخصا تجربه کردم. در یک صبح فراموش نشدنی با صدای پیام‌هایی که در شبکه‌های اجتماعی برایم فرستاده می‌شد بیدار شدم. در آن هنگام سعی

می کردم از هر نوع پیامی در شبکه‌های اجتماعی دوری کنم ولی حجم پیام‌ها به قدری زیاد بود که نمی‌شد آنها را نادیده گرفت. حتماً اتفاقی افتاده بود که به من مربوط می‌شد و با وجود اینکه می‌دانستم احتمال دارد ناراحت شوم، مجبور شدم به گوشی نگاه کنم. پستی که در آن اسم من تگ شده بود، با پاراگراف وحشتناک زیر آغاز شده بود:

اگر گاو نری که به کشتارگاه برده می‌شود، ببیند که برادرانش در مقابل چشمانش کشته می‌شوند و بوی خون آنها را حس کند و بفهمد که در شرف مردن است، خشمگین می‌شود و تا آخرین نفس برای نجات زندگی خود می‌جنگد.

اما در صنعت دامپروری، متخصصان روانشناسی حیوانات می‌دانند که چگونه آن گاو را در صلح آرامش و بدون دردسر به مسلخ ببرند. گاو کاملاً بی‌حس شده تا ثانیه‌های آخر که برعکس از پاهایش آویزان شده و چاقوی قصاب در مقابل چشمانش برق می‌زند هیچ اطلاعی ندارد که به زودی قصابی خواهد شد. مهندسی آگاهی انسان نیز همینطور است و هدف آن این است که افراد ناآگاه از نقشه‌ی نهایی، با رضایت خودشان و به تدریج به سمت مقصد نهایی بروند. نام خالق این پوستر جان بود. جان پس از اشاره به ماجرای آن گاو بدبخت با ذکر جزئیات بیشتری توضیح داده بود که نازی‌ها از روش (مهندسی آگاهی) مشابهی استفاده می‌کردند تا میلیون‌ها یهودی، کولیها، همجنسگرا و افراد ناتوان را در واقعه‌ی هولوکاست به بستر مرگ هدایت کنند. او در ادامه به نام من اشاره کرده بود (زیرا کلمات کشتارگاه و اتاق گاز بدون شک به اسم پروفیسور آریلی ختم می‌شود!).

جان نوشته بود که من نیز مثل قاتلان حیوانات و آدم‌کشها مسئول عملیات مهندسی آگاهی هستم تا افراد ساده‌لوح را به ورطه‌ی نابودی بکشانم. او من را متهم کرده بود که سایر افراد را مجبور می‌کنم که ماسک بزنند تا آنها را متقاعد کنم که یک بیماری دروغین وجود دارد و قصد دارم مانع دیدار افراد با پدر بزرگها و مادر بزرگهایشان شوم تا آنها را منزوی کرده و سپس وادار به واکسن زدن کنم و مخالفان واکسیناسیون را متهم به طرفداری از نظریه‌های توطئه می‌کنم تا مبارزه‌ی آنها با نهادهای چپاولگر را بی‌ارزش جلوه دهم. علاوه بر این او ذکر کرده بود که من از

تهریش خود برای فریب دادن افراد و تظاهر به قربانی بودن خودم استفاده می‌کنم تا نیت شیطانی خود را پنهان کنم. او در پایان برای رفع این مشکل خواستار محاکمه‌ی من شده بود و اینکه باید بررسی شود که آیا مجازات حبس ابد همراه با اعمال شاقه متناسب با جرم آقای آریلی است یا باید او را اعدام کنیم .

این پست بیش از هزار کامنت و لایک گرفته بود. حتی تعدادی از مخاطبین گفته بودند که مجازات اعدام برای مجرمهایی مثل من کافی نیست. آنها گفته بودند که ما از نازی‌ها نیز بدتر هستیم و من و سایر ایلومیناتی‌ها باید در قفس باغ وحش نگهداری شویم و در مقابل چشمان همه تحقیر شویم. آنها من را با صفاتی مثل شیطان-صفت توصیف کرده بودند و من را با شیطان، ابلیس و وزیر بدذات خشایارشا^{۷۹} یعنی هامان مقایسه می‌کردند.

هدف من از به اشتراک گذاشتن این پست این نیست که به دشمنی بقیه با خودم اشاره کنم. مسئله این است که اتهام‌زنی به مخالفان تا این اندازه رواج یافته است. این مثال نمونه‌ی واضحی از میزان نفرتی است که در گفتمانهای مشابه درباره‌ی هر کسی که به عنوان انسان شرور محسوب می‌شود به کار می‌رود.

هنگامی که تقریباً هر روز با این احساسات منفی مواجه می‌شدم با خود فکر می‌کردم که چرا؟ چرا این افراد تا این اندازه افراطی هستند؟ چه چیزی باعث می‌شود که افراد دارای باور اشتباه، باور کنند که دنیا توسط این افراد شیطان‌صفت اداره می‌شود؟ آنطور که در فصل قبل گفته شد به تدریج دریافتم که تجربه‌ی چند نوع استرس غیرقابل پیش‌بینی، چگونه باعث می‌شود که عده‌ای از افراد رویکردی افراطی در پیش بگیرند. علاوه بر این دریافتم در صورتی که انسانها احساس کنند با آنها به صورت ناعادلانه رفتار می‌شود و در حقشان ظلم شده است، نسبت به یکدیگر بی‌اعتماد می‌شوند و پیوندهای اجتماعی میان آنها تضعیف می‌گردد. من در تحقیقات خود به مواردی از

(هامان) ⁷ Haman قصد داشت دربار پادشاه را به کشتن یهودیان ترغیب کند.

قبیل نیاز به یافتن پاسخ و نیاز به داشتن کنترل پی بردم که باعث می شود افراد اولین گام را به درون قیف باورهای اشتباه بردارند. با این وجود هنوز نمی توانستم درک کنم که سقوط به قیف باور اشتباه چه نفعی برایشان دارد. علاوه بر این، فهمیدم که انسانها هنگام مواجهه با کدام چالشها و نیاز عاطفی به باور اشتباه گرایش پیدا می کنند، اما نمی دانستم که باورهای اشتباه با چه نوع پاداش عاطفی همراه است؟ این روایتهای منفی و سرشار از اهداف شیطانی و نقشه های پنهانی چگونه باعث می شد که افراد از لحاظ عاطفی تسکین یابند؟ چرا آنها همواره به دنبال باورهای اشتباه بیشتری می روند؟ چرا برخی از این افراد وجودشان لبریز از عواطف مسمومی از قبیل نفرت و خشم نسبت به غریبه هایی می شوند که حتی او را نمی شناسند؟ این ها سوالاتی است که در ادامه بررسی خواهیم کرد.

به نظر من به طور کلی مغز انسانها اینگونه سیم کشی نشده است که تصور کند دنیا توسط نیروهای شرور داره می شود. بیشتر افراد به یک نیروی مثبت در جهان اعتقاد دارند. عده ای به یک خدای رحمان اعتقاد دارند، بعضی از افراد به کارما یا جهانی پر از مهر و محبت باور دارند و حتی اگر یک نیروی شیطانی نیز دخیل باشد، خوبی در دنیا غالب است. از نظر روانشناسی عاقلانه به نظر می رسد که باور داشته باشیم که جهان به طور کلی توسط نیروهای مثبت اداره می شود. اینکه صبح از خواب بیدار شویم و تصور کنیم که جهان توسط نیروهایی اداره می شود که به نفع ما کار می کند، اندیشه ای آرامش بخش و مفید است. آن دسته از افرادی که به خدا یا کارما یا جهانی پرمهر باور دارند، هنگامی که اوضاع خوب نیست، کمتر دچار استرس می شوند زیرا تصور می کنند که یک نیروی مثبت اوضاع کلی را کنترل می کند. در واقع در پژوهشهای بسیاری سطح دینداری بالاتر با میزان سلامتی بیشتر مرتبط دانسته شده است.

اما به نظر می رسد افرادی که من در فضای مجازی با آنها آشنا شدم، به هر طرف که نگاه می کردند تنها بدی می دیدند و با شورو هیجانی مشابه شور مذهبی به وجود شر باور داشتند. این نقشه های شیطانی پیچیده هستند و بر

اساس این نقشه‌ها معمولاً یک نفر قصد دارد که با استفاده از نوعی تکنولوژی که به ظاهر بی‌خطر است اما در واقعیت اینطور نیست به شیوه‌ای پیچیده و زیرکانه چیزی را کنترل یا نابود کند. جالب توجه اینکه در رسانه‌های اجتماعی شده افراد اندکی در مورد نقشه‌هایی پنهانی برای بهبود اوضاع جهان، مبارزه با فقر و بیماری و نجات جان میلیون‌ها نفر صحبت می‌کنند و نقشه‌هایی که این افراد بر آن تمرکز می‌کنند همواره شامل مواردی از قبیل نقض حقوق بشر، سوءاستفاده از کودکان، فساد، کنترل اعمال و افکار مردم و تقویت انسانهای شرور می‌شود.

من راجع به این موضوع بسیار فکر کردم و به این نتیجه رسیدم که این افراد واقعا قصد ندارند یک یا چند انسان شرور پیدا کنند یا به نقشه‌های شیطانی دیگران پی ببرند، بلکه معتقد هستم که جستجو برای یافتن انسانهای شرور به ساختار روانی انسانها برای مواجهه با استرس و ترس مربوط می‌شود. علاوه بر این به این نتیجه رسیدم که نیازهای عاطفی و روانی پیچیده‌ای که افراد را به سمت باورهای اشتباه سوق می‌دهد، تا حدی به طور موقت به وسیله‌ی تمرکز کردن بر افراد شروری برآورده می‌شود که در جهانی فعالیت می‌کنند که در آن مسائل اخلاقی به صورت سیاه و سفید دیده می‌شود. این افراد که در زندگی با کمبودهایی مواجه هستند، به دنبال راهی برای تسکین خود می‌گردند و با مقصر دانستن یک فرد شرور تسکین می‌یابند. اگرچه ممکن است یافتن یک انسان شرور کار راحتی نباشد، اما باعث می‌شود که دنیا را در قالب دو دسته‌ی خوب و بد تعریف کنیم. یافتن انسان شرور مشابه خاراندن جای نیش پشه است و زخم را به طور موقت التیام می‌بخشد، ولی در درازمدت اوضاع را بدتر می‌کند.

اگر بخواهم نظر خود را بیان کنم از یک مکانیسم مقابله‌ای روانشناختی به نام اختلال و سواس اجباری^۸ یا به اختصار (OCD) به عنوان استعاره استفاده می‌کنم.

Obsessive-compulsive disorder⁸

اختلال وسواس اجباری به عنوان استعاره‌ای از قیف باور اشتباه

زن جوانی (که او را امی^۸ نامیم) را تصور کنید که در کودکی به علت اضافه وزنی که داشت مورد آزار قرار می‌گرفت. بنابراین او نگران ظاهر خود است. این نگرانی حتی تا دوران بزرگسالی، موقع رفتن به دانشگاه و استخدام شدن به عنوان نیروی متخصص در یک شرکت توزیع غذا ادامه داشت. با گذشت زمان، این افکار منفی مدام در ذهنش تکرار می‌شد و در نهایت به نوعی وسواس تبدیل شد. او به طور دائم و به ویژه هنگامی که از خانه بیرون می‌رود تا با کسی ملاقات کند، نگران ظاهر خود است.

امی هنگام مواجهه با این افکار وسواسی، دچار عاداتی وسواس گونه شده است. به عنوان مثال هنگامی که امی قصد دارد از خانه بیرون برود، خود را در آینه بررسی می‌کند، به موهایش دست می‌کشد و دستان خود را می‌شوید تا مطمئن شود که کاملاً آماده است. اگرچه این رفتارها نگرانی‌های او در مورد ظاهرش را برطرف نمی‌کرد، ولی باعث می‌شد که او احساس کند بر اوضاع تسلط دارد و تا حدی باعث آرامش او می‌شد. با گذشت زمان بر شدت این عادت‌های روزمره و اجباری افزوده شد و در نهایت او هنگام ترک خانه به تدریج به تکرار این رفتارها وابسته شد. در واقع این اعمال تکراری در تعریف کلی و ساده از اختلال وسواس اجباری قرار می‌گیرد.

در ادامه با توجه به ساختار کلی اختلال وسواس اجباری یعنی وجود افکار وسواس گونه و رفتارهای اجباری غیرقابل تحمل بررسی می‌کنیم که چطور می‌توانیم اختلال وسواس اجباری را به فرآیند یافتن احساس آرامشی که افراد معتقد به باورهای اشتباه به دنبال آن هستند تشبیه کنیم. منظورم این است که همانگونه که امی با شستن دست‌هایش تا

Amy⁸

حدی آرامش پیدا می‌کرد، افراد معتقد به باورهای اشتباه نیز از طریق یافتن فردی که او را مقصر اتفاقات پیرامونشان می‌دانند، آرامش خاطر پیدا می‌کنند و این احساس که قادر هستند از وقایع پیرامونشان سر درآورند، حداقل تا مدت کوتاهی باعث می‌شود که احساس کنند بر اوضاع مسلط هستند.

البته این مقایسه ایراداتی دارد زیرا میان شستن دست و مقصر دانستن دیگران برای اوضاع بد دنیا تفاوت‌های بسیاری وجود دارد. اما این تفاوت‌ها به ما کمک می‌کند تا بفهمیم نیازهای عمیقی که افراد معتقد به باورهای اشتباه با جستجوی یک انسان شرور سعی در رفع آن دارند چیست و اینکه چرا این جستجو آنها را به ناچار به ته قیف باور اشتباه هدایت می‌کند.

شستن دست‌ها هر روز به شیوه‌ی ثابتی انجام می‌شود اما جستجوی روزانه برای یافتن یک انسان شرور در فضای مجازی به صورت متفاوتی انجام می‌شود و ابعاد آن گسترده‌تر می‌شود. هر دفعه که در اینترنت جستجو می‌کنیم ویدیوهای جدید، اطلاعات بیشتر، ارتباطات جدید و یافته‌های بیشتری پیدا می‌کنیم و این امر باعث می‌شود در تله‌ای گرفتار شویم که روز به روز بدتر می‌شود.

اکنون امی را با مرد جوانی به نام تام^{۸۲} مقایسه می‌کنیم. تام بابت وزن خود اصلاً نگرانی و استرسی ندارد، اما راجع به آنچه در دنیای اطرافش می‌گذرد نگران است و استرس دارد. او به طور خاص نگران تغییرات اقلیمی است. او افرادی را می‌شناسد که خانه‌ی خود را بر اثر آتش سوزی و طوفان از دست داده‌اند و داستان زندگی آنها باعث نگرانی تام

می‌شود. از سوی دیگر مطالب علمی باعث سردرگمی او می‌شود و در نتیجه افکارش به حالت وسواس گونه در می‌آید. او مشتاق است که بفهمد چرا چنین اتفاقاتی در دنیا رخ می‌دهد و به ناچار به اینترنت روی می‌آورد. لازم به ذکر است که در این مورد رفتاری مثل شستن دست برای تام جواب نمی‌دهد. او به دنبال پاسخی برای سوالات درون ذهنش است و به دلیل اینکه به دنبال یافتن علت وقوع اتفاقات ناگوار است، نمی‌تواند علت وقوع این اتفاقات بد را به یک خدای مهربان نسبت دهد. بنابراین تام به دنبال یافتن نوعی مکانیزم شریعی یک نیروی شر است تا علت مسائل را توضیح دهد و تقصیر را به گردن او بیندازد.

تام ویدئویی پیدا می‌کند که در آن گفته می‌شود تغییرات اقلیمی هیچ ارتباطی با سوختهای فسیلی ندارد، بلکه حاصل آزمایش‌های مخفیانه‌ی دولت در حوزه‌ی مهندسی زمین است. اگرچه او در ابتدا شوکه شده بود اما حالا احساس آرامش بیشتری دارد زیرا احساس می‌کند که درک بهتری از مسائل دارد. مثل امی که وقتی برای اولین بار قبل از خروج از خانه دستانش را شست، احساس می‌کرد که آرامش یافته است، از نظر تام اکنون دیگر همه چیز در دنیا با عقل جور در می‌آید و این باعث آرامش او می‌شود. اما (مثل مورد امی) این آرامش خاطر استرس و نگرانی تام را برطرف نمی‌کند و او پس از مدت کوتاهی (باز هم مثل مورد امی) به یک راه‌حل جایگزین نیاز داشت. تام دوباره به اینترنت وصل می‌شود ولی جستجو در اینترنت او را به مسیر دیگری هدایت می‌کند و می‌آموزد که چیزی به نام برنامه پژوهشی یونو سفر فعال با فرکانس بالا^۸ (یا به اختصار پروژه‌ی هارپ) وجود دارد. این برنامه واقعا وجود دارد و تصاویر آن در برنامه‌ی گوگل ارت^۹ در یک پژوهشگاه نظامی قدیمی در آلاسکا موجود است. تام متوجه شد که در پروژه‌ی هارپ می‌توان با استفاده از مرتعش ساختن ذرات فلزی موجود در اتمسفر، طوفان، زلزله و سیل ایجاد کرد و داستان‌هایی که ما در مورد تغییرات اقلیمی می‌شنویم در واقع دروغی برای پنهان ساختن اثرات مرگبار پروژه

هarp است. به نظر می‌رسد که حالا دیگر همه چیز با عقل جور در می‌آید! سپس او مطلبی را می‌خواند که در آن ادعا می‌شود که در پروژه‌ی هarp، هواپیماها انواع مواد شیمیایی و فلزات مضر را به اتمسفر اسپری می‌کنند و هarp این مواد و فلزات را با استفاده از امواج رادیویی به اصطلاح تحریک کرده و آب‌وهوا را تغییر می‌دهد. او در اینترنت پستی از شخصی را می‌بیند که برادرش در نیروی هوایی کار می‌کند و مطالبی که او خوانده را تایید می‌کند. هنگامی که تام پیاده به خانه می‌رود، متوجه می‌شود که جت‌های زیادی در بالای سر او پرواز می‌کنند و رد سفیدی از خود باقی می‌گذارند. او بلافاصله شروع به تحقیق می‌کند و متوجه می‌شود که همه‌ی این اتفاقات دلیلی دارد و همه‌ی این کارها نقشه‌ی دولتها برای ایجاد اختلال در منابع زمین است تا در جنگ سردی دیگر از آب‌وهوا به عنوان سلاح کشتار جمعی استفاده کرده و بر مردم خود سلطه‌ی بیشتری پیدا کنند.

از مقایسه‌ی داستان تام و امی متوجه می‌شویم که مکانیسم مقابله‌ی تام یعنی نیاز به جستجوی مطالب در اینترنت تفاوت بسیاری با مکانیسم مقابله‌ی امی یعنی نیاز به شستن دستها دارد. برخلاف شستن دستها که همیشه به یک حالت ثابت انجام می‌شود، جستجوی مطالب در اینترنت هر دفعه به صورت مختلفی انجام می‌شود. بنابراین تام هر چه بیشتر در دنیای پیچیده‌ی نقشه‌ها و افراد شیطانی غرق می‌شود و یک واقعیت دروغین را در ذهن او نقش می‌بندد. هر چقدر که تام بیشتر در این دنیا غرق می‌شود، دیدگاهش نسبت به مسائل مختلف بیشتر تغییر می‌کند. در واقع تام در مسیر سقوط به قیف باور اشتباه قرار دارد.

یک تفاوت مهم دیگر بین اختلال وسواس اجباری و باور اشتباه این است که اگرچه ممکن است احساس اجبار ما را تضعیف کند و مضر باشد، شستن دستها عمل بی‌خطری است که با آسیب طولانی‌مدت همراه نیست و شخص را تغییر نمی‌دهد. باور اشتباه به ویژه هنگامی که این باورها بر شخصیت‌های منفوری تمرکز می‌کند که قصد دارند کنترل

دنیا را در دست بگیرند، ما را نابود کنند و همه‌ی جنبه‌های زندگی ما را کنترل کنند، ممکن است شخصیت فرد را به طور کلی عوض کند.

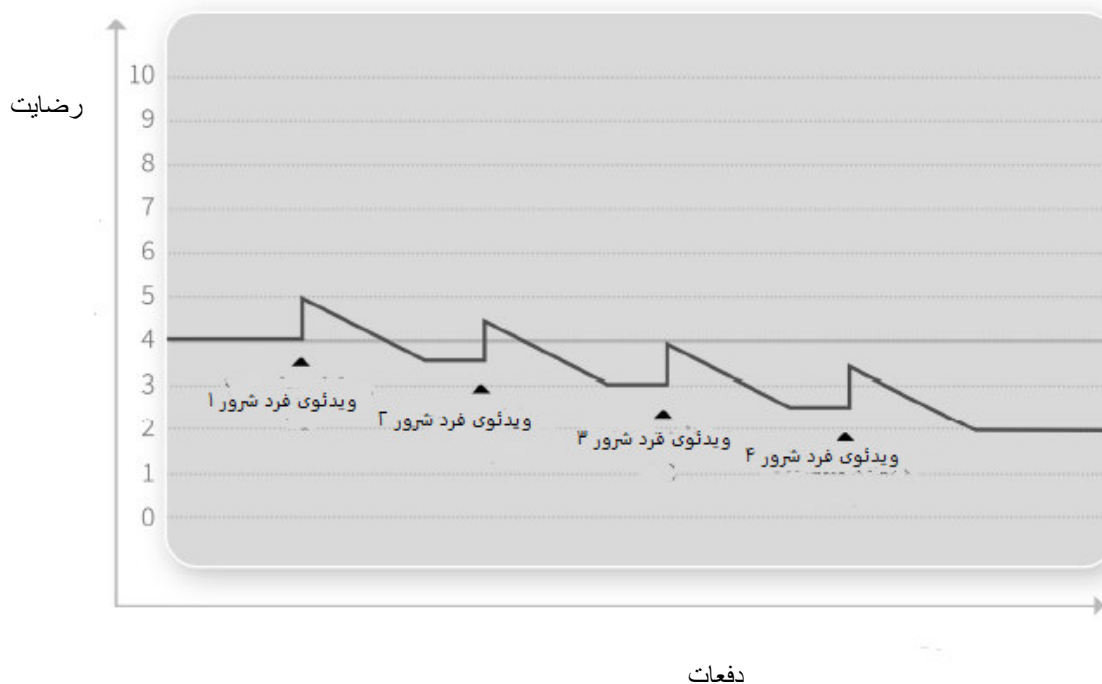
دو تفاوت مهم میان قیف باور اشتباه و اختلال وسواس اجباری وجود دارد، یعنی مطالب در دسترس به صورت آنلاین که روز به روز بر حجمشان افزوده می‌شود و تمرکز بر علت‌ی شیطانی. اما این دو عامل باعث می‌شود که قیف باور اشتباه از لحاظ روانشناختی آسیب‌زننده و فرار از آن دشوار باشد.

واضح است که ارائه‌ی توضیحی که در آن یک نیروی شیطانی خیالی مقصر همه چیز است، راه‌حل درستی نیست و نمی‌توان مسائلی از قبیل تغییرات اقلیمی، بیکاری، سردرگمی، ترس، اضطراب، غفلت اجتماعی و نظیر آن را به یک نیروی شیطانی خیالی نسبت داد. باین وجود مقصر دانستن نیروهای شیطانی باعث تسکین کوتاه مدت انسانها می‌شود و باعث می‌شود که احساس کنیم دانا هستیم و بر او ضاع کنترل داریم و باعث می‌شود که در کوتاه‌مدت احساس بهتری داشته باشیم. اگر از تام سوال می‌کردید که به وضعیت رضایتمندی کلی خود در زمانی که سردرگم و نگران بود امتیاز دهد، احتمالاً او به وضعیت رضایتمندی خود نمره‌ی ۵ از ۱۰ می‌داد. اما پس از اینکه او اولین ویدئوها را تماشا کرد احتمالاً به خودش نمره‌ی ۶ از ۱۰ می‌داد. عجب پیشرفتی! در ابتدا هنگامی که تام انسان شروری را پیدا می‌کند که تقصیرها را گردن او بیندازد، از لحاظ روانشناختی تسکین می‌یابد. این احساس که تام می‌فهمد در اطرافش چه خبر است و مهم‌تر از همه اینکه می‌داند که مقصر نیست باعث آرامش خاطر او می‌شود. در واقع تمام اتفاقات بد تقصیر شخص دیگری است. اما پس از اینکه تام با نظرات جدیدی آشنا می‌شود و دیدگاهش نسبت به دنیا تیره‌وتر می‌شود، میزان رضایتمندیش نسبت به نقطه‌ی آغاز بدتر شده و مثلاً به ۴ از ۱۰ کاهش می‌یابد. بنابراین تام از خود می‌پرسد که چه چیزی می‌تواند حال او را بهتر کند؟ سپس به یاد می‌آورد که آخرین بار چه چیزی حال او را بهتر کرد. او دوباره به اینترنت و صل می‌شود و ویدئوهای بیشتری پیدا می‌کند و موقتاً احساس بهتری دارد، اما

در درازمدت احساس بدی خواهد داشت. همانطور که در تصویر ۳ نشان داده شده است، هر چقدر که تام بیشتر در دام نفرت و اندیشیدن وسواس-گونه غرق می‌شود، هر عملی که باعث تسکین کوتاه-مدت او می‌شود سیستم باور او را تغییر می‌دهد و به تدریج بر شدت نگرانی و حتی وسواس او نسبت به ترسها و اضطرابهایی که در ابتدا از آنها دوری می‌کرد افزوده می‌شود. این الگوی تسکین کوتاه-مدت و وخیم‌تر شدن اوضاع در دراز-مدت باعث می‌شود که کیف باور اشتباه بسیار جذاب و مخرب باشد.

تصویر ۳: عواقب ناخواسته‌ی یافتن یک انسان شرور

معمولاً هر بار که شخصی دچار استرس می‌شود و ویدیویی تماشا می‌کند که در آن انسان شروری نشان داده می‌شود که می‌توان او را مقصر دانست، به طور موقت احساس آرامش می‌کند. اما این آرامش در درازمدت پایدار نیست. این چرخه به دفعات تکرار می‌شود و رضایتمندی فرد در درازمدت کاهش می‌یابد.



آسیب عمدی درد بیشتری دارد

در این قسمت به طور دقیق بررسی خواهیم کرد هنگامی که شخصی مثل تام انسان شروری پیدا می کند تا تقصیرها را گردن او بیندازد چه اتفاقی رخ می دهد و چرا این امر یک چرخه معیوب ایجاد می کند. همانطور که قبلاً ذکر شد تام به دلیل اینکه احساس می کند بر او ضاع مسلط است احساس آرامش می کند و از علت استرس و اضطراب خود آگاه است. به نظر او، این اتفاقات ناگوار تصادفی نیست بلکه حتماً انسان شروری پشت این اتفاقات قرار دارد. نمونه هایی از این احساس آزاردهنده که کسی فکر می کند در حقش ظلم شده است و حتماً کسی پشت این ماجرا قرار دارد را در داستانهای جنی و ایو در فصل قبل مشاهده کردیم. به عبارت دیگر این افراد تصور می کنند که یک نفر عمداً چنین کارهایی انجام می دهد و در پس استرسی که تام تجربه می کند حتماً قصد و نیت خاصی وجود دارد. نیت پلید این افراد، احساس آرامش ناشی از احساس تسلط بر شرایط را کاهش می دهد و در نهایت استرس افراد بیشتر می شود. مطالعه ی مهمی در مورد اهمیت نیت و ارتباط آن با استرس توسط کرت گری^{۵۵} و دانیل و گنتر^{۵۶} انجام شده است. آنها بر روی این موضوع تحقیق کردند که آیا در صورتی که باور داشته باشیم یک تجربه ی آزاردهنده به طور عمدی به ما تحمیل شده است، درد و رنج بیشتری را تحمل می کنیم یا نه.

اطلاعات بیشتر

بیاموزید که از ابهام در زندگی لذت ببرید

kurt Gray^{۵۸}
Daniel Wegner^{۵۸}

برای اکثر افراد احساس ابهام در زندگی بسیار ناخوشایند است. بنابراین اغلب در مورد این احساس اشتباه می‌کنیم و اینطور نتیجه می‌گیریم که حتماً اشتباهی رخ داده است، اما در واقعیت ممکن است احساس ابهام مولد و مفید باشد. هنگامی که بر روی موضوعی تحقیق می‌کنیم خودمان، دانش‌آموزان و همکارانمان را ترغیب می‌کنیم که از نوعی حالت ابهام در زندگی لذت ببرند. ممکن است هنگامی که پاسخ سوالی را نمی‌دانیم سعی کنیم که به علت واقعی پی ببریم. بنابراین بهتر است که به آرامی پیش برویم، به دقت فکر کنیم و از این تلاش برای درک دنیای اطرافمان لذت ببریم. متأسفانه اکثر افراد از احساس ابهام بیزارند. معمولاً انسانها به ویژه در شرایطی که تحت استرس هستند، آبه دنبال پاسخهای سریع و واضح هستند. در عده‌ای از افراد احساس بیزاری از ابهام باعث گرایش افراد به باور اشتباه می‌شود. توانایی عدم نتیجه‌گیری شتاب‌زده، در نظر گرفتن چند نظریه در ذهن و پذیرفتن اطلاعات و احتمالات جدید، رمز دوری از باور اشتباه است. ما معمولاً به دنبال تقویت اعتقادات و افزایش اعتماد به نفس خود هستیم. اما اگر یاد بگیریم که از احساس ابهام لذت ببریم آنگاه وضعیت بهتری خواهیم داشت.

شاید این ایده که می‌توانیم از احساس ابهام لذت ببریم در نگاه اول مغایر با ذات انسان به نظر برسد. به هر حال مگر ما خواهان قطعیت نیستیم؟ آیا هر نوع شک و تردیدی به معنای این نیست که اشتباهی رخ داده است؟ اگرچه ما به طور طبیعی از احساس ابهام بیزاریم، می‌توانیم کاری کنیم که از احساس ابهام لذت ببریم. یک لحظه به چیزی مثل قهوه، آبجو، موسیقی جاز یا غذای تلخ فکر کنید که در ابتدا از آن متنفر بودید اما پس از مدتی به آن علاقه‌مند شدید. اگر این امکان وجود دارد که به این چیزها علاقه‌مند شویم، پس چرا نمی‌توانیم از احساس ابهام لذت ببریم و از آن استقبال کنیم؟ من فکر می‌کنم که نه تنها چنین امکانی وجود دارد بلکه لذت بردن از احساس ابهام از لذت بردن از سس تند (که با وجود اینکه به طور مستقیم گیرنده‌های درد ما را تحریک می‌کند اما می‌توانیم از آن لذت ببریم) نیز آسانتر است. هنگامی که از احساس ابهام لذت می‌بریم، متوجه می‌شویم که زندگیمان جالب‌تر می‌شود.

تصور کنید که دانشجو هستید و برای شرکت در یک آزمایش ثبت نام کرده‌اید. هنگامی که به محل آزمایش می‌رسید، به شخص دیگری معرفی می‌شوید که ما او را لورا^۸ می‌نامیم و به هر دوی شما گفته می‌شود که در اتاقهای مجاور بشینید. در اتاقی که شما در آن نشسته‌اید صفحه‌ی کامپیوتری وجود دارد که در آن دو ماموریت شرح داده شده است. یک ماموریت شامل چیزی است که محققان آن را ارزیابی شدت ناراحتی^۸ می‌نامند و به معنی دریافت شوک الکتریکی و نمره دادن به میزان دردناکی شوک است. اما ماموریت دیگر دردناک نیست و شامل گوش دادن به دو صدای مختلف و تشخیص این است که کدام صدا زیربوم بالاتری دارد. به شما گفته می‌شود که یکی از آن دو ماموریت ذکر شده در صفحه را انجام خواهید داد ولی شما انتخاب نمی‌کنید که کدام ماموریت را انجام بدهید، بلکه لورا که در اتاق مجاور نشسته است و همان ماموریتها را در کامپیوترش می‌بیند تصمیم می‌گیرد که شما کدام یک را انجام بدهید.

پس از چند لحظه گزینه‌ی انتخاب شده توسط لورا در صفحه مشخص می‌شود. او اینطور تصمیم گرفته است که شما شوک الکتریکی دریافت کنید. شما تا حدی آزرده می‌شوید و این درد قریب الوقوع شما را می‌ترساند. به این فکر می‌کنید که چرا او ماموریت دیگر را انتخاب نکرد؟ مگر او با شما دشمنی دارد؟ شما که حتی او را نمی‌شناسید. شما که از رفتار او آزرده شده‌اید به تدریج احساس می‌کنید که شوک دریافت می‌کنید و به میزان رنجش خود نمره می‌دهید.

حالا تصور کنید که همین آزمایش با یک تغییر مهم انجام شود و هنگامی که محققان نحوه‌ی انجام آزمایش را به شما توضیح می‌دهند به شما بگویند که لورا نمی‌داند که جای ماموریتها عوض شده است. یعنی شما ماموریتی خلاف آنچه لورا برای شما انتخاب کرده است را انجام خواهید داد. لورا گزینه‌ی مورد نظرش را انتخاب می‌کند و گزینه‌ی شوک الکتریکی روشن می‌شود. شما آزرده می‌شوید ولی می‌دانید که لورا این کار را به طور عمدی انجام نداده است. درواقع، لورا تصور می‌کرده که گزینه‌ی غیردردناک را انتخاب کرده است. درد شوک الکتریکی آغاز می‌شود و بسیار دردناک است. این دفعه نیز شما به میزان رنجش خود نمره می‌دهید. اما اکنون این سوال مطرح می‌شود که آیا شما در این دو حالت، شدت درد متفاوتی را حس می‌کنید؟ به عبارت دیگر آیا در صورتی که بدانید به طور غیرعمدی شوک الکتریکی دریافت می‌کنید، آنگاه درد کمتری را حس می‌کنید؟

در این آزمایش به این نتیجه رسیدیم که پاسخ این سوال بله است. در واقع قصد و نیت افراد اهمیت دارد و انسانها در شرایط مختلف شوک الکتریکی را به صورت متفاوتی حس می‌کنند. با وجود اینکه شدت شوک الکتریکی در هر دو قسمت از آزمایش دقیقا یکسان بود، مشارکت کنندگانی که تصور می‌کردند طرف مقابل آنها را به طور عمدی در معرض شوک قرار داده است در مقایسه با کسانی که تصور می‌کردند بدون نیت سوء در معرض شوک قرار نگرفته‌اند سطح ناراحتی خود را بالاتر ارزیابی کرده بودند. بنابراین، درد عمدی نسبت به درد غیرعمدی دردناکتر است و رنج ما حاصل شرایط بیرونی و تفسیر ما از آن شرایط است.

علاوه براین افرادی که درد غیرعمدی را تجربه می‌کردند، بیان می‌کردند که پس از چند دفعه تکرار، درد کمتری را حس می‌کردند. به عبارت دیگر انسانها همان طور که به تمام تجربه‌های دیگری که تکرار می‌شود عادت می‌کنند، به درد نیز عادت می‌کنند. اما درد عمدی چگونه؟ شدت درد عمدی در طی آزمایش تغییری نکرد. این سازگاری گزینشی (سازگاری با درد غیرعمدی و عدم سازگاری با درد عمدی) نشان می‌دهد که اگرچه ما انسانها قادر هستیم

که در زندگی به چیزهای زیادی عادت کنیم، نیت پلید افراد در وارد کردن درد عمدی باعث می شود که نتوانیم آن را فراموش کنیم و درد به همان شدت قبل ادامه دارد.

خوشبختانه در واقعیت کسی در اتاق مجاور وجود ندارد که با نیتی پلید در ذهنش ما را در معرض شوک الکتریکی قرار دهد. اما می توانیم در زندگیمان نمونه هایی از نیت شوم سایر افراد پیدا کنیم که باعث می شود رنج حاصل از یک تجربه ی دردناک افزایش یابد. من معتقدم که افراد بسیاری در دوران همه گیری کرونا چنین حسی را تجربه کردند و مثل تام استرس و اضطراب داشتند. آنها در اینترنت به دنبال پاسخ سوالات خود می گشتند و به این نتیجه رسیدند که افرادی شیطان-صفت پشت ماجرای ویروس و قوانین مرتبط با آن قرار دارند. بنابراین به طور موقت خیالشان راحت می شد اما پس از مدتی احساس بدی داشتند. تحمل استرس مزمن و پیش بینی نشده برای انسانها به قدر کافی ناخوشایند است اما تحمل استرسی که حاصل نیت شوم یک شخص باشد، از آن نیز بدتر است. برخلاف افرادی که مجبور بودند در آزمایش ذکر شده به طور موقت درد بکشند، انسانهایی که از استرس ناشی از کرونا رنج می بردند (که تقریباً شامل همه ی ما می شود) تقریباً به مدت سه سال از این استرس مزمن رنج می بردند. واکنش افرادی که تصور می کردند رنجشان عمدی بود و آن را با شدت بیشتری احساس می کردند، چه بود؟ آنها همان کاری را انجام دادند که قبلاً نیز حالشان را بهتر می کرد یعنی به دنبال یافتن پاسخی برای سوالاتشان یا یافتن انسانهای شرور یا نقشه های شیطانی بودند و هر دفعه که پاسخ سوالات خود را پیدا می کردند بیشتر در قیف باور اشتباه فرو می رفتند .

هنگامی که یک نفر به عنوان شخصیت شرور شناخته می شود، می توان به دفعات به او اشاره کرد و او را عامل رنج و عذاب مردم دانست. اگر باور داشته باشیم که فردی نیت پلیدی در سر دارد، هر دفعه علت اتفاقات بد را به او نسبت می دهیم و با اطمینان کامل انگشت اتهام خود را به سمت او می گیریم. هنگامی که تام مطلبی درباره ی شرایط

آب و هوایی نامساعد می خواند که باعث نگرانی او می شود یا آمارهای مربوط به گرمایش زمین را مشاهده می کند، پروژه هارپ یا دولت را عامل شرایط آب و هوایی نامساعد می داند. اگر تصور می کنید که با بقیه فرق دارید و این امر در مورد شما صدق نمی کند، لحظه ای به سیاستمداری فکر کنید که از او متنفر هستید. من دونالد ترامپ را مثال می زنم زیرا بخش عمده ای از جمعیت آمریکا او را به عنوان سیاستمداری منفور انتخاب می کنند اما شما می توانید یک سیاستمدار دیگر را در نظر بگیرید تا این مثال را بهتر درک کنید. حالا این سوال را از خودتان پرسید که اگر بشنوید یا در جایی بخوانید که دونالد ترامپ با یک فاحشه روسی رابطه دارد یا با پوتین معاملات مخفیانه انجام می دهد، چه واکنشی نشان خواهید داد؟ افراد بسیاری صادقانه خواهند پذیرفت که این شایعات را بدون انجام تحقیق باور می کنند. عده ی زیادی باور دارند که ترامپ انسان شروری است و همه ما در هر کجای طیف سیاسی که قرار داشته باشیم دوست داریم انسان شروری وجود داشته باشد تا او را سرزنش کنیم .

اطلاعات بیشتر

همه ی اتفاقات را به شر نسبت ندهید

هنگامی که تصور می کنیم اتفاقات ناگوار از روی عمد انجام می شود، بیشتر رنج می کشیم. من به شخصه سعی می کنم از نسخه ی اصلی تیغ هانلون^۱ (البته با اندکی تفاوت) تبعیت کنم. براساس تیغ هانلون (هرگز نباید به چیزی که به عنوان حماقت تعبیر می شود، نسبت بدخواهی و کینه توزی داد). البته استفاده از کلمه ی حماقت اندکی اغراق آمیز به نظر می رسد و به نظر من هدف اصلی اشاره به حماقت نبوده است بلکه منظور نویسنده غیرمنطقی بودن

Hanlon's razor¹

و جایز الخطا بودن انسانها است. من تعریف بالا را به این صورت اصلاح می‌کنم که: (هرگز نباید به چیزی که به عنوان جایز الخطا بودن انسان تعبیر می‌شود، نسبت بدخواهی و کینه‌توزی داد). یعنی هنگامی که اتفاق بدی برای ما و عزیزانمان رخ می‌دهد، باید بیشتر به دلایل ضمنی آن رویدادها توجه کنیم و به دنبال توضیحاتی باشیم که در آن عمد یا شری وجود ندارد و شامل مواردی از قبیل اشتباه، بی‌توجهی، رفتار تکانشی، عواطف یا سایر عاداتهای عجیب انسانها می‌شود.

اگر به نسخه‌ی اصلاح شده‌ی تیغ هانلون باور داشته باشید، نه تنها از شر عمدی بودن اتفاقات خلاص می‌شوید بلکه احتمالاً به علت واقعی مشکل پی خواهید برد و در مسیر درست قرار خواهید گرفت .

چرا افرادی که به باورهای اشتباه معتقد هستند به داستانهای پیچیده تمایل دارند؟

داستانهایی که افراد معتقد به باورهای اشتباه نشر می‌دهند نه تنها ترسناک و منفی است بلکه به طرز عجیبی پیچیده است. البته در ذهن چنین افرادی این روایتها اصلاً داستان نیستند! به عنوان مثال باورهای غلط این افراد تنها به این ادعا که شرکت‌های داروسازی قصد دارند سود خود را افزایش دهند منتهی نمی‌شود، بلکه آنها باور دارند که این شرکتها در ساخت و آزمایش واکسن کرونا ما را دور زده‌اند یا اطلاعات لازم را از سازمان غذا و داروی آمریکا و عموم مردم پنهان می‌کنند (باید این نکته را اضافه کنم که مدرکی برای اثبات این ادعا وجود ندارد). این افراد باور دارند که بیل گیتس^۲ و ایلومیناتی‌ها^۳ در حال برنامه‌ریزی برای کاهش جمعیت زمین و ایجاد یک جامعه تکنوکرات^۴

FDA^۱
Bill Gates^۲
Illuminati^۳
Technocrat^۴

هستند و برای رسیدن به هدف خود بیماری دروغین کرونا را به وجود آوردند و واکسن این بیماری را ساختند تا مردم بر اثر عوارض جانبی واکسن بمیرند و توانایی باروری زنان و مردان تا چند نسل بعد تحت تاثیر قرار گیرد. ولی ماجرا به اینجا ختم نمی‌شود. ترس مردم از ویروس و مرگ و میر ناشی از آن دولت‌ها را قادر می‌سازد که شهروندان‌شان را قرنطینه و آنها را مجبور کنند که یک کارت سبز که همان گواهی واکسن است با خود حمل کنند -این نخستین گام مهم در جهت اطاعت بی‌چون و چرا و تضییع حقوق فردی انسانها است.

البته این ادعاها توطئه‌ها ادعاهایی کلی هستند. اوضاع هنگامی پیچیده‌تر می‌شود که به جزئیاتی از قبیل نحوه‌ی عملکرد واکسنهای mRNA، ادعاهایی مبنی بر اینکه بیل گیتس مالک شرکت فایزر است و سازمان جهانی بهداشت^۱ را مدیریت می‌کند و نظریات مختلف درباره‌ی نقش بانکهای مرکزی و نقش ارزهای دیجیتال در کنترل کردن شهروندان همه‌ی کشورها بیشتر دقت کنیم. شایعات جدید همواره ساخته می‌شود و اگر انتشار این شایعات اثرات مخربی نداشت، می‌توانستیم سریال آبکی^۲ خوبی از آن بسازیم.

هنگامی که برای نخستین بار با چنین شایعاتی مواجه شدم از پیچیدگی آنها شگفت زده شدم. متوجه شدم که به طور کلی در داستان‌هایی که انسان‌ها برای تبیین جهان پیرامونشان استفاده می‌کنند، نوعی گرایش به سادگی وجود دارد. به این موضوع فکر کنید که بسیاری از داستان‌های عاشقانه از ساختار ساده‌ی داستان پریان با یک پایان خوش تبعیت می‌کنند یا بسیاری از داستانهای ابرقهرمانی الگویی یکسان و قابل پیش‌بینی دارند.

Pfizer¹
World Health Organization²
soap opera³

در دنیای علم، این تمایل به سادگی یک اصل مهم است و اغلب در اصلی که به نام تیغ اوکام¹ شناخته می‌شود خلاصه شده است. طبق اصل تیغ اوکام ساده‌ترین توضیح با کمترین پیچیدگی، همان توضیحی است که باید تا زمان اثبات اشتباه بودن آن مد نظر قرار دهیم. توجه داشته باشید که تیغ اوکام به معنای این نیست که ساده‌ترین توضیح همیشه همان توضیح درست است. بلکه به معنای این است که هنگامی که هیچ اطلاعاتی در اختیار نداریم تا یک توضیح را به توضیح دیگر ترجیح دهیم باید ساده‌ترین توضیح را انتخاب کنیم.

این تمایل به سادگی در بیشتر پژوهش‌هایم به من کمک کرده است. به نظر من یکی از اهداف اصلی علوم انسانی یافتن چند اصل مهم است که تا حد امکان دنیای پیرامونمان را تبیین می‌کند. به عنوان مثال اصلی مشابه اصل درد پرداخت² که بیان می‌کند از دست دادن پول نقد دردناکتر از زمانی است که آن پول را نمی‌بینیم یا به پرداخت آن توجه نمی‌کنیم، به درک این موضوع کمک می‌کند که چرا زمانی که از کارت اعتباری استفاده می‌کنیم با دست‌ودلبازی بیشتری پول خرج می‌کنیم و چرا پس از صرف یک وعده غذا هنگامی که صورتحساب را به صورت نقد پرداخت می‌کنیم در مقایسه با زمانی که با کارت اعتباری آن را پرداخت می‌کنیم احساس بدتری داریم و اینکه چرا زمانی که خانه خود را تعمیر می‌کنیم بیشتر از سقف بودجه‌ی خود هزینه می‌کنیم و غیره.

چرا علی‌رغم مزایایی که توضیح ساده دارد، داستانهای افراد معتقد به باورهای اشتباه انقدر پیچیده است؟ این افراد نه تنها اصل تیغ اوکام را در نظر نمی‌گیرند، بلکه با افزودن پیچیدگیها و عوامل دخیل ثانویه، نظریه‌های خود را به طور عمدی پیچیده‌تر می‌سازند.

Occam's razor¹
pain of paying²

به عنوان مثال یکی از جالب‌ترین نظریه‌های توطئه یعنی باور به تخت بودن زمین را در نظر بگیرید. چرا این نظریه برای من بسیار جالب است؟ زیرا برای طرح این نظریه که زمین تخت است باید ادعایی به همان نسبت عظیم ارائه کرد. مثلاً اینکه همه‌ی دولت‌ها حقیقت را می‌دانند ولی آن را پنهان می‌کنند. همه خلبان‌هایی که در آسمان پرواز می‌کنند، واقعیت درباره زمین زیر پایشان را می‌دانند ولی آن را پنهان می‌کنند و قطعاً افرادی وجود دارند که بر روی گنبد اطراف زمین تخت ما کار می‌کنند و خورشید و ابرها را به حرکت در می‌آورند و باد تولید می‌کنند و غیره.

ماجرای اینجا ختم نمی‌شود. عده‌ای از افرادی که باور دارند کره زمین تخت است، بخش دیگری به داستان خود افزوده‌اند و باور دارند که قاره استرالیا وجود ندارد. درست خواندید. آنها باور دارند که کل این کشور و ۲۶ میلیون سکنه‌ی آن بخشی از یک دروغ پیچیده است و استرالیایی‌هایی که ما در رسانه‌ها می‌بینیم بازیگرانی هستند که از ناسا پول می‌گیرند تا وانمود کنند استرالیایی هستند یا با استفاده از برنامه‌های کامپیوتری ساخته شده‌اند. اگر به این فکر می‌کنید که: (صبر کن. این مسخره است من استرالیا رفته‌ام!) آنها به شما خواهند گفت که شما در واقع به جزیره‌ای دور افتاده در آمریکای جنوبی برده شده‌اید که بازیگرانی که در بالا به آنها اشاره کردم در آن زندگی می‌کنند. ولی چرا؟ چرا یک نفر باید کشوری جعلی بسازد؟ خوب، این افراد برای این سوال نیز پاسخی دارند. قطعاً این کار بریتانیایی‌هایی است که قصد داشتند از شر مجرمان خلاص شوند. احتمالاً در مدرسه به شما گفته‌اند که در گذشته بریتانیایی‌هایی که از قانون تخطی می‌کردند به استرالیا فرستاده می‌شدند اما به نظر افرادی که به وجود کشور استرالیا شک دارند این مجرمان به دریا انداخته می‌شدند تا غرق شوند و هدف از نشان دادن جزیره‌ای در آن سوی دنیا که در آن کانگوروهای جهنده، کوالاهایی با آغوش گرم و مجرمان اصلاح‌ناپذیر زندگی می‌کنند، پنهان ساختن قتل عام این مجرمان است. هنگامی که این نظریه را خواندم به یکی از دوستان استرالیایی خود ایمیل فرستادم و نوشتم: (متأسفم. دوستی ما تا موقعی پابرجا بود که من فکر می‌کردم تو واقعی هستی). خوشبختانه آن بازیگرانی که نقش

دوستان استرالیایی من را بازی می کردند پاسخ دادند و تاکید کردند که واقعی هستند. برخی افراد حتی زمانی که به حقیقت پی می برند نیز آن را انکار می کردند.

تعداد بالای افراد، دولتها و نهادهایی که نظریه‌ی زمین تخت را ترویج می دهند باعث می شود که نظریه‌ی زمین تخت، به نظریه‌ی جالبی تبدیل شود. به این فکر کنید که اگر رازی را با ۵ نفر در میان بگذارید چه اتفاقی می افتد. در این صورت احتمال افشای آن راز بیشتر می شود. به قول بنجامین فرانکلین! (سه نفر تنها در صورتی می توانند رازی را نگه دارند که دو نفر از آنها بمیرد). برای اینکه راز یک نظریه توطئه افشا نشود، باید صدها هزار یا چند میلیون نفر این راز را در دل خود نگه دارند!

درباره‌ی اینکه چرا نظریه‌های توطئه تا این حد پیچیده هستند، ممکن است این ادعا مطرح شود که این امر کاملاً تصادفی است و نظریه‌های توطئه به دلیل نوع ساختار و تعداد افرادی که در ساخت آنها دخیل هستند لزوماً پیچیده نیستند. اما در رویکرد روانشناسی-محور سعی می شود که به مزایای روانشناختی احتمالی ناشی از این پیچیدگی پی ببریم.

نخست اینکه واضح است که داستان پیچیده‌تر جزئیات و نکات بیشتری دارد، یعنی در آن مطالب بیشتری برای گفتن وجود دارد. در نتیجه ممکن است با گذشت زمان اطلاعات جدیدی از این داستانها افشا شود. بنابراین افرادی که از روایت این داستانها سود می برند مدت زمان بیشتری از آن نفع می برند. بر اساس این دیدگاه، اگر بخواهید یک امپراتوری رسانه‌ای حول محور باورهای اشتباه ایجاد کنید (یعنی همان کاری که گوینده‌ی رادیوی راست گرا یعنی الکس جونز انجام داد)، باید آن را به حد کافی پیچیده سازید و با گذشت زمان آن را کاملتر کنید. تصور کنید وب سایتی وجود دارد که در آن با سیاست‌های اقتصادی دولت یا مواضع آن در مورد آموزش مخالفت می شود. به

Benjamin Franklin¹
Alex Jones²

نظر شما مردم چند بار به آن وب سایت مراجعه می کنند؟ در بهترین حالت شاید یکبار نگاهی سرسری به آن سایت بیندازند، دیدگاه ذکر شده در سایت را بپذیرند و از آن سایت رد شوند. اکنون وبسایتی را تصور کنید که هویت یک گروه از پدوفیل‌های مخفی را افشا می کند و شامل فهرستی از افراد بانفوذ در هالیوود و کل دنیا می شود. حالا شما داستانی دارید که می توانید بخش هایی را به آن اضافه کنید، به آن شاخ و بال دهید و آن را به روزرسانی کنید. شما می توانید در وب سایتتان افشاگری های جدیدی درباره اعضای این گروه و اعمال آنها، شبکه هایی برای قاچاق قربانیان، املاک شخصی عجیبی که در آن مرتکب جرم می شوند و پنهان کاریهایی که برای حفاظت از یکدیگر انجام می دهند را ذکر کنید. علاوه بر این شما می توانید جزئیات بیشتری درباره ی اختلاف بین افراد مطلع و بقیه دنیا ارائه دهید. آنگاه مردم به دفعات بر روی مطالب شما کلیک می کنند و آن را به اشتراک می گذارند.

دومین علت روانشناختی که باعث می شود افراد پیچیدگی را ترجیح دهند یک سوگیری شناختی به نام سوگیری تناسب^۳ است. سوگیری تناسب یعنی هنگامی که ما با اتفاق عظیمی مواجه هستیم، تصور می کنیم که آن اتفاق حتما علتی به همان اندازه عظیم دارد. واقعیت زندگی این است که اغلب اتفاقات بدون دلیل خاصی رخ می دهند. تصادفی بودن و شانسی بودن وقایع (از جمله بدشانسی) نیروهای مهمی هستند، همانطور که حماقت انسانها نیز نیروی مهمی در جهان است، اما ما معمولا اینطور فکر نمی کنیم. ما انسانها به دنبال علت و دلیل وقایع هستیم و هر چقدر که یک اتفاق بزرگتر باشد، ما نیز به دنبال علت بزرگتری هستیم. به عنوان مثال تصور کنید که فردا صبح بفهمیم که افزودن فلوراید به آب باعث می شود که تمایل کمتری به دیدار با دیگران داشته باشیم، بیشتر منزوی شویم و زمان بیشتری را در مقابل کامپیوترهایمان بگذرانیم. اولین چیزی که به ذهنتان می رسد چیست؟ اینکه آیا این امر یک

proportionality bias³

خطای انسانی قابل درک است؟ یا اینکه بلافاصله به افرادی فکر می کنید که ممکن است از این اتفاق و تلثیر آن بر دنیای ما سود ببرند؟ حدس می زنم که حداقل این احتمال را بررسی می کنید که در آن سوی چنین اتفاق عظیمی یک نیت شیطانی و عمدی وجود دارد. به مثالهای زیر توجه کنید (برخلاف مثال فلوراید که به طور فرضی مطرح کردم، این فهرست شامل اتفاقاتی است که افراد بسیاری آن را به یک علت بزرگ و پلید نسبت می دهند).

از میان جملات زیر گزینه ای را که باور دارید احتمال بیشتری دارد که درست باشد را علامت بزنید.

🌀 ویروس اچ آی وی یا ایدز حاصل یک جهش تصادفی است.

🌀 ویروس اچ آی وی یا ایدز در اصل به عنوان یک سلاح بیولوژیک ساخته شد و به طریق نامعلومی از آزمایشگاه به بیرون نشر پیدا کرد.

🌀 طوفان کاترینا رویداد عجیبی بود.

🌀 طوفان کاترینا حاصل فناوری دستکاری آب و هوایی بود که دولت به صورت آزمایشی اجرا می کند.

🌀 آمار تیراندازی جمعی در ایالات متحده به طور ناگهانی افزایش یافته است.

🌀 دولت عامل تیراندازی جمعی در ایالات متحده است تا بتواند از این طریق برنامه ی کنترل سلاح خود را توسعه دهد.

🌀 پرنسس دایانا در یک تصادف رانندگی غم انگیز کشته شد.

عده‌ای با نیتی شیطانی باعث مرگ پرنسس دایانا شدند.

پرواز TWA800 به دلیل نقص فنی در انتقال سوخت مجبور به فرود اضطراری شد.

فرود اضطراری پرواز TWA800 ماجرایی پیچیده‌ای دارد و ارتش در آن نقش دارد.

آتش‌سوزی‌های فاجعه‌بار کالیفرنیا در سال ۲۰۱۸ حاصل شرایط آب و هوایی بد، خطوط انتقال معیوب یا رعد و برق بود.

آتش‌سوزی‌های فاجعه‌بار کالیفرنیا در سال ۲۰۱۸ توسط شرکت PG&E و گروهی از بانکداران یهودی دنیا و در راس آن خاندان یهودی روتشیلد^۴ ایجاد شد تا زمین‌های منطقه را برای اجرای یک پروژه ریل گذاری آماده کنند.

اگر در هریک از موارد بالا دومین گزینه را انتخاب کردید، احتمالاً سوگیری تناسب دارید. یک نمونه دیگر از سوگیری تناسب، ویروس ساخته شده در شهر ووهان^۵ چین است که یک همه‌گیری در سطح جهانی را رقم زد و باعث شد که در همه‌ی کشورها دولتها مردم را قرنطینه کنند، مدارس تعطیل و مسافرت ممنوع شود و آسیب عاطفی، ذهنی و اقتصادی قابل توجهی پدید آید. آیا اکنون به دولتها و شرکت‌های مختلفی که از این اتفاقات سود می‌برند فکر می‌کنید یا آنها را صرفاً ناشی از بدشانسی می‌دانید؟

Rothschildes⁴
Wuhan⁵

جالب توجه است که به نظر می‌رسد سوگیری تناسب در مورد اتفاقات مثبت صدق نمی‌کند. هنگامی که اختراعات شگفت‌انگیزی از قبیل پنی سیلین، کاغذ یادداشت برچسب‌دار، اشعه ایکس، تفلون، قرص ویاگرا و غیره ارائه می‌شود، ما به راحتی اختراع آنها را به شانس نسبت می‌دهیم. به عبارت دیگر در مقایسه با اتفاقات ناگوار، احتمال بیشتری وجود دارد که بپذیریم اتفاقات مثبت به طور تصادفی رخ می‌دهد.

سومین علت روانشناختی در مورد اینکه چرا مردم پیچیدگی را ترجیح می‌دهند، تمایل انسانها به برخورداری از دانش منحصر به فرد است. همانطور که در فصل قبل اشاره شد در شرایط استرس‌زا، احساس عدم کنترل بر اوضاع، نقش مهمی در سقوط افراد به انتهای قیف باور اشتباه دارد. افرادی که کنترل کمی بر بسیاری از وقایع مهم زندگی خود دارند، به شدت نیاز دارند که دوباره احساس کنند کنترل اوضاع را در دست دارند. یک روش برای به دست آوردن احساس کنترل این است که افراد احساس کنند دارای دانش منحصر به فردی هستند که آنها را از بقیه متمایز می‌کند. احساس برخورداری از دانش منحصر به فرد تا حدی احساس بی‌قدرتی و تاثیرپذیری از نیروهای پنهانی را از بین می‌برد. علاوه بر این افراد دارای باورهای اشتباه، اغلب به طور کامل در جامعه ادغام نمی‌شوند و احساس می‌کنند که طرد شده‌اند، به نحوی که گویی همه‌ی افراد جامعه از جمله نزدیکان آنها با بی‌احترامی با آنها رفتار می‌کنند و با دیده‌ی نفرت به آنها می‌نگرد. در این موارد احساس برخورداری از دانش منحصر به فرد باعث می‌شود که احساس کنیم بر اوضاع کنترل داریم و نسبت به بقیه احساس برتری داشته باشیم. بنابراین برخورداری از دانش منحصر به فرد اثر معکوس دارد و شخص دارای باورهای اشتباه احساس می‌کند که تنها فرد آگاهی است که می‌داند چه اتفاقی در اطرافش رخ می‌دهد، درحالی‌که بقیه افراد (معروف به گوسفند) در جایگاه پست‌تری از آنها قرار دارند. شاید روزی فرا رسد که این گوسفندها نور دانش را مشاهده کرده و به دانش مهمی که کاملاً ضروری است دست یابند.

در طی گفتگوهای بسیاری که با افراد دارای باور اشتباه داشتم که هر دفعه گاهی چند ساعت طول می کشید و در طی چند سال انجام شد، اغلب اینطور احساس می کردم که آنها زمان زیادی را صرف این می کنند که دیدگاه خود را به من تحمیل کنند. آنها تصور می کردند که اگر من از دیدگاه آنها به دنیا نگاه کنم، آنگاه برتری و جایگاه خاص آنها برای من آشکار می شود.

مجموع این عوامل باعث می شود افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند، تیغ او کام را کنار گذاشته و به اصل تیغ ماکو⁶ (نقطه ی مقابل تیغ او کام) رو بیاورند که بیان می کند: (در اکثر موارد، پیچیده ترین راه حل که شامل نیات بسیار پلید و عناصر پنهانی می شود درست است).

اطلاعات بیشتر

سه تیغ فلسفی

برای خنثی کردن تمایل افراد به داستان های پیچیده که در آن انسان های شرور و شیطان صفت وجود دارد، لازم است که این سه تیغ را به خاطر بسپاریم. اصطلاح تیغ فلسفی برای توصیف بخشی از فرآیند یادگیری انسانها از طریق تجربه کردن یا میانبرهای ادراکی به کار می رود که به ما کمک می کند تا در طی مدت کوتاهی اطلاعات و پیچیدگیهای غیر ضروری را کنار بگذاریم و به حقیقت برسیم. در بالا راجع به دو تیغ فلسفی بحث کردیم. اولین تیغ فلسفی نسخه ی ویرایش شده ای از تیغ هانلون بود که بیان می کند: (هرگز نباید به چیزی که به عنوان جایز الخطا بودن انسان تعبیر می شود، نسبت بدخواهی و کینه توزی داد). دومین تیغ فلسفی، تیغ او کام است که بیان می کند: (ساده ترین تو ضیح با کمترین پیچیدگی، همان تو ضیحی است که ما باید تا زمانی که اشتباه بودن آن اثبات شود مد نظر

⁶ Macco's razor

قرار دهیم). سومین تیغ فلسفی تیغ هیچنز است که به نام منتقد ادبی، روزنامه نگار، منتقد و خدانا باور دوران معاصر یعنی کریستوفر هیچنز⁷ نامگذاری شده است. بر طبق تیغ هیچنز: (هر ادعایی که بدون مدرک مطرح شود را می توان بدون مدرک رد کرد). این سه تیغ فلسفی می تواند مانع از سقوط ما به گرداب باور اشتباه می شود. براساس این سه تیغ فلسفی باید سوالات زیر را از خود پرسیم: آیا این معقولانه است اتفاقی که بر اثر حماقت، جازالخطا بودن انسان یا شانس رخ می دهد را ناشی از نیت شوم عده ای بدانیم؟ آیا معقولانه است که مجموعه ی پیچیده ای از اهداف شوم را در وقایع اطرافمان دخیل بدانیم؟ آیا من شواهد لازم برای تایید چنین ادعاهای شگفت انگیزی در اختیار دارم؟ اگر نتوانیم ادعاهایی که سعی در تبیین آن داریم را با استفاده از این سه تیغ فلسفی تایید کنیم، آنگاه مشخص می شود که باید از موضع خود عقب نشینی و شک کنیم که آن ادعا اشتباه است. علاوه براین می توانیم هنگام گفتگو با دیگران از این سه تیغ فلسفی استفاده کنیم تا سوگیری های آنها درباره ی عمدی بودن وقایع، پیچیدگی و شواهد ناکافی را به چالش بکشیم.

ساختار نفرت از لحاظ روانشناسی

هنگامی که سعی می کردم به نیروهای عاطفی و روانشناختی که باعث می شود ما انسانها به دنبال انسان شرور بگردیم و مجذوب داستانهای پیچیده و شیطانی شویم پی ببرم، به یک احساس قدرتمند دیگر یعنی نفرت نیز فکر کردم که در گرایش افراد به باور اشتباه نقش دارد. هنگامی که بسیاری از افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند به نقطه ی معینی در قیف باور اشتباه می رسند، صرفا تصور نمی کنند که حتما انسانی شرور یا نقشه ای شیطانی وجود دارد، بلکه احساس می کنند که باید حتما نسبت به افراد خطاکار ابراز تنفر کرده و این احساس را به سایر افراد نیز منتقل کنند.

Christopher Hitchens⁷

نفرت صرفاً حالت شدیدتری از احساس عدم علاقه نیست، بلکه نشان دهنده‌ی باورهای اخلاقی افراد است و به هیجان‌های اخلاقی^۸ از قبیل تحقیر، اشمئزاز و خشم مربوط می‌شود. من در پست‌های شبکه‌های اجتماعی شاهد این نفرت بودم. به عنوان مثال پستی که در ابتدای این فصل به آن اشاره شد که در آن جان از تصاویری هولناک برای معرفی من به عنوان قاتل توده‌ی مردم استفاده کرده بود، مورد استقبال گروهی از افراد کامنت گذار قرار گرفته بود که خواستار محاکمه، شکنجه و اعدام من در ملاعام شده بودند! من این احساس نفرت را نسبت به افراد دیگر نیز مشاهده کرده‌ام. کم‌دین معروف بیل ماهر^۹ بیان می‌کند که: (نفرت ورزیدن به افرادی که با آنها به طور کامل هم نظر نیستیم، به قدری با ما عجین و به امری روزمره و عادی تبدیل شده است که ما حتی به این موضوع توجه نمی‌کنیم که افراد در فضای مجازی آرزوی مرگ دیگران را می‌کنند. به عبارت دیگر هرکسی که در باره‌ی موضوعی با او هم عقیده نداشتیم، تجسمی از شیطان است و ممکن است هر بحث پیش‌پاافتاده‌ای به قتل افراد منجر شود).

احساسی که ماهر توصیف می‌کند و آنچه که در پیرامون خود مشاهده می‌کنیم صرفاً یک احساس نفرت معمولی نیست، بلکه نوعی نفرت پیچیده است که به عنوان خشم اخلاقی^۱ شناخته می‌شود و تفاوت‌هایی با احساس خشم معمولی دارد. نخست اینکه هنگامی که شخصی خشم اخلاقی خود را ابراز می‌کند، دیگر تنها یک شخص نفرت‌ورز معمولی نیست و به یک جنگجوی صلیبی حق به جانب تبدیل می‌شود که به دنبال تحقق عدالت و اخلاق است. دوم اینکه ممکن است آن شخص قصد داشته باشد که با ابراز خشم اخلاقی به نوعی فضیلت فروشی^۱ کند و به افراد پیرامون خود نشان دهد که فرد بسیار اخلاق‌مداری است و در صورتی که سایر افراد با معیارهای اخلاقی او سازگار

Moral emotions⁸
Bill Maher⁹
moral outrage¹
virtue signaling¹

نباشند خشمگین می‌شود. سوم اینکه زمانی که شخصی خشم اخلاقی خود را ابراز می‌کند، احتمال بخشش را از بین می‌برد. هنگامی که بتوان شخصی را از لحاظ اخلاقی زیر سوال برد، دیگر بخششی در کار نیست و ممکن است شخصی که جرمی را مرتکب شده به زندان برود و زندگی‌اش تغییر کند، اما محال است کسی که یک جرم اخلاقی مرتکب شده است، مورد بخشش قرار گیرد یا بتواند از نو شروع کند. به این ترتیب خشم اخلاقی تنها در جهت عمل مشخصی که مورد سوال قرار گرفته است هدایت نمی‌شود بلکه خود شخص برای همیشه زیر سوال می‌رود. چهارم اینکه اگر احساسی به عنوان خشم اخلاقی محسوب شود، آنگاه سایر افراد را نیز متحد کرده و هنگام مشارکت در یک نبرد اخلاقی مقاومت گروه را افزایش می‌دهد.

درک این نوع از نفرت به ما کمک می‌کند تا به پرسش دیگری که زمانی ذهن من را به خود مشغول کرده بود پاسخ دهیم. اینکه چرا در داستان‌هایی که افراد دارای باورهای اشتباه به آن باور دارند علاوه بر اشاره به افراد خودخواه یا طمعکار به جرایم نفرت‌انگیزی از قبیل پدوفیلی و قربانی کردن کودکان نیز اشاره می‌شود؟ در واقع اغلب به این فکر می‌کنم که چرا این دسته از افراد تا این حد به باورهایی از قبیل اینکه طبقه فرادست جامعه از کودکان سوءاستفاده جنسی می‌کنند، خون نوزادان را می‌مکند و نظیر آن علاقه دارند. علاوه بر این مایل هستم که بدانم چرا افراد دارای باورهای اشتباه انسانهای شرور را عضو حزب نازی خطاب می‌کنند. اما هنگامی که به ماهیت خشم اخلاقی می‌اندیشم، متوجه می‌شوم که هدف از طرح این اتهامات، شعله‌ور ساختن هیجان‌های اخلاقی قدرتمندی از قبیل نفرت و بیزاری و تشدید این احساس نفرت پیچیده است تا شکاف میان کسانی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند و کسانی که به دنیا از دیدگاه این افراد نگاه نمی‌کنند عمیق‌تر شود. هنگامی که افرادی را می‌بینم که احساس خود را در قالب خشم اخلاقی ابراز می‌کنند معلوم می‌شود که این افراد به ته قیف باور اشتباه سقوط کرده‌اند و دنیای آنها به

دو بخش افراد خودی و غیر خودی تقسیم می‌شود و افراد خودی به درستی از آنچه که جایگاه اخلاقی برتر گروه تلقی می‌کنند، در برابر افراد غیر خودی بی‌اخلاق، نفرت‌انگیز و اصلاح‌ناپذیر دفاع می‌کنند.

در یک مورد در ابتدای جستجوی خود برای درک این بخش از ماجرا، با شخصی در نرم‌افزار زوم^۱ مکالمه کردم که اعلام می‌کرد نه تنها آرزوی مرگم را دارد، بلکه دوست دارد شخصاً من را اعدام کند. او مردی چهل و خرده‌ای ساله به نام ریچارد^۲ با ظاهری معمولی بود که توسط خانمی که به صورت اینترنتی با او آشنا شده بودم به من معرفی شده بود. او به من گفت که ریچارد پادکست تولید می‌کند و قصد دارد مکالمه‌ای به اصطلاح صادقانه با من داشته باشد و به من اطلاع داد که ریچارد سوالات دشواری می‌پرسد و من باید راستگو و صادق باشم. من متوجه شدم که میتوانم از این راه صدای خود را به گوش دیگران برسانم. بنابراین موافقت کردم و به این ترتیب یکی از بدترین ملاقاتهایی که در تمام عمرم داشتم رخ داد. ریچارد اصلاً هیچ سوالی نپرسید و صرفاً آنچه از دیدگاه خودش به عنوان واقعیت ماجرا محسوب می‌شد را بر سر من فریاد می‌کشید. هنگامی که سعی کردم به آرامی اشتباه او را تصحیح کنم، با صدای بلندتری بر سرم فریاد کشید و گفت که آرامش من نشان می‌دهد که من در این توطئه‌ها نقش دارم. او حتی به من اجازه نمی‌داد که صحبت کنم و هنگامی که خواستم چیزی بگویم بیشتر عصبانی شد. من آزرده شدم و نگران بودم که دیگران تصور کنند که حالت تدافعی به خود گرفته‌ام. سعی کردم آرامش خود را حفظ کنم، اما عواطفم بر من چیره شد. در قسمتی از مکالمه هنگامی که ریچارد تناقضی میان آنچه که من گفتم و آنچه که یک گزارشگر به اشتباه در مورد من نوشته بود پیدا کرد چشمانش برق زد و گفت: (داری دروغ می‌گی! من قبلاً این مطلب را ذخیره کرده بودم تا مچت را بگیرم!). در آن لحظه فهمیدم که او علاقه‌ای به شنیدن آنچه که می‌خواهم بگویم

Zoom¹
Richard¹

ندارد. او فقط می‌خواست که تنفرش نسبت به من را ابراز کند، در مقابل مخاطبین فراوانش سربلند به نظر برسد و احتمالا از این طریق حمایت مخاطبان خود را به دست آورد.

این گفتگو باعث شد که من عمیقا آزرده خاطر شوم. اما اشتیاق فراوان این مرد که به مسیر درستی هدایت نشده بود و هوش بالایی او واقعا من را تحت تاثیر قرار داد. او دقیقا دارای همان شخصیتی بود که من قصد داشتم آن را درک کنم. یعنی کسی که در ابتدا با دیدگاهی منطقی و مبتنی بر حقیقت آغاز می‌کند اما پس از مدتی به ته قیف باور اشتباه سقوط میکند. ریچارد کل وقت خود را صرف تجزیه و تحلیل داستانهای هولناک و آزاردهنده می‌کرد و این داستانها را با دیگران به اشتراک می‌گذاشت و بر سر افرادی مثل من فریاد می‌کشید.

من تصمیم گرفتم که دنیای این افراد را بهتر درک کنم، بنابراین با ریچارد تماس گرفتم و از او خواستم که با من مصاحبه کند ولی این بار من مصاحبه کننده باشم و او نیز موافقت کرد. ما از آن زمان تا امروز بیشتر از طریق تلگرام در ارتباط هستیم. در اکثر بحثهایی که داشتیم ریچارد دیگر فریاد نمی‌زد و کاملا همکاری می‌کرد. پس از مدتی ریچارد را به عنوان نوعی رهبر مذهبی در جهنم نظریه‌های توطئه و افراد دارای باورهای اشتباه محسوب می‌کردم. رابطه من و ریچارد پنجره‌ی جدیدی به دنیای روانشناسی نفرت و دیدگاه افرادی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند گشود.

اطلاعات بیشتر

جزو اکثریت خاموش جامعه نباشید

این جمله که (اگر حرفی برای گفتن ندارید سکوت کنید) نصیحتی بود که از مادر بزرگ‌هایمان می‌شنیدیم. متأسفانه اینطور به نظر می‌رسد که در اینترنت برخلاف این اصل عمل می‌شود و افرادی که حرف مفیدی برای گفتن دارند

خاموش می‌مانند، درحالی‌که اشخاصی که عصبانی، پر از نفرت و احساسات منفی هستند انگیزه بیشتری برای بیان نظرات خود دارند. هنگامی که افراد دارای باورهای اشتباه به من حمله می‌کردند، هر روز مطالب وحشتناکی در صفحه فیسبوکم نوشته می‌شد. می‌دانستم که افراد زیادی آن مطالب وحشتناک را می‌بینند و البته آنها می‌دانستند که آن مطالب واقعیت ندارد. عده‌ای از آن افراد شخصاً با من تماس می‌گرفتند، اما به ندرت پیش می‌آمد که کسی نظرش را به صورت عمومی بیان کند (مثلاً کامنت بگذارد یا پاسخ بدهد تا آن نفرت را از بین ببرد). البته این موضوع تا حدی قابل درک است زیرا موقعی که فردی نظرش را بیان می‌کند، خود به طعمه‌ای برای نفرت‌ورزی تبدیل می‌شود. اما در طولانی مدت سکوت این افراد اثراتی منفی دارد و باعث می‌شود اینطور به نظر برسد که فضای مجازی مکانی پر از نفرت‌پراکنی است. در واقع افراد نفرت‌پراکن تنها درصد کمی از جمعیت را تشکیل می‌دهند، اما کنترل فضای مجازی را در دست دارند. بنابراین من یاد گرفتم هنگامی که چیز مفیدی برای گفتن داریم باید حرف بزنیم.

سرگرمی؟ بله سرگرمی

توصیف اینکه حمله‌هایی که در اوایل به من می‌شد چقدر برایم دردناک بوده برایم دشوار است. در گذشته هیچگاه تا این حد مورد نفرت دیگران قرار نگرفته بودم. اما اکنون دو سال بعد از آن حمله‌ها، تا حدی به آنها عادت کرده‌ام (بله ما انسانها حتی به تهدید مرگ نیز عادت می‌کنیم) و کم و بیش یاد گرفتم که با این تهدیدها کنار بیایم (صبحها پس از بیدار شدن از خواب و شبها قبل از رفتن به رختخواب نباید به مطالبی که افراد دارای باورهای اشتباه منتشر می‌کنند نگاه کنید) و من (احتمالاً به عنوان نوعی مکانیسم مقابله‌ای مفید) حتی انرژی زیادی برای مطالعه‌ی این افراد و درک آنها صرف کردم.

در آن دوران، ساعتهای طولانی از روز را صرف بررسی اطلاعاتی می کردم که این دسته از افراد از منابع مختلف از قبیل وبسایتها، ویدئوها، مقالهها، پستها، توییتها، لایوهای فیسبوک، ویدئوهای نرمافزار رامبل^۴ (نرمافزاری برای آنهایی که از یوتوب بیرون انداخته شده اند) بدست می آوردند. به نظر می رسید که این اطلاعات از سازمانهای معتبری بدست آمده بود و مشابه اطلاعات موجود در برنامه های اخبار واقعی، مقالات علمی و برنامه های مستند بود. در نتیجه وقت زیادی را صرف تحلیل این نوع اطلاعات کردم و صدای افرادی را شنیدم که اطلاعات دروغین فراوانی را منتشر می کردند. چرا این چیزها را به شما می گویم؟ به این علت که به تازگی متوجه شده ام مطالبی که آنها بیان می کنند بسیار جذاب است.

اما چطور به این نتیجه رسیدم؟ من تصمیم گرفتم که در کوهستان و به مدت چند هفته به تنهایی بر روی این کتاب کار کنم. من کلبه ای کوچکی با یک میز اجاره کردم و تمام وقت خود را صرف خواندن مقالات علمی مرتبط و یادداشت کردن افکارم هنگام پیاده روی می کردم و خود را بیش از اندازه در دنیای اطلاعات دروغین غرق کرده بودم. من که تمام وقت خود را صرف تحقیق بر روی باور اشتباه کرده بودم، چاره ای جز خواندن مقالات علمی، نوشتن و واکنش به مطالب منتشر شده نداشتم. هیچ ضرب الاجل یا ایمیل، کنفرانس و تماس ویدئویی وجود نداشت. فکر می کنید چه اتفاقی افتاد؟ من به اطلاعات دروغین معتاد شده بودم. البته منظورم این نیست که بیشتر این اطلاعات را باور می کردم، بلکه منظورم این است که نحوه ی بیان و داستان سرایی به قدری محسوس کننده است که نمی توان این مطالب را باور نکرد.

به ویدئویی فکر کردم که من را در بیمارستان نشان می داد و در ادامه ادعا می کرد که جراحات وارد شده به من باعث شده است که از افراد سالم متنفر شوم و قصد دارم که جمعیت زمین را کاهش دهم. حالا می توانستم به خوبی

Rumble¹
misinformation¹

درک کنم که چرا این داستانها برای دیگران جذاب است. در واقع، فهمیدم که حتی خود من نیز از مطالب مشابهی که برای دیگران بسیار توهین آمیز است لذت می بردم.

در ادامه قصد دارم به سه نکته ای اشاره کنم که در تحقیقاتم به آن پی بردم. نخست اینکه وجود افراد شرور، نیت های پلید و نقشه های مداخله جویانه می تواند نقطه ی آغاز فوق العاده ای در یک داستان جذاب باشد. در اغلب موارد، داستانهای حقیقی به اندازه ی داستانهای تخیلی سرگرم کننده نیست. تنها کافی است که فیلم جان اف کندی ساخته الیور استون^۱ را تماشا کنید. این فیلم بسیار هیجان انگیز باعث می شود که نظریه های نشان داده شده در این فیلم را که برخلاف شواهد تاریخی است باور کنیم. دوم اینکه افرادی که برای افراد دارای باور اشتباه، محتوا تولید می کنند به خوبی می دانند که چگونه یک داستان جذاب سر هم کنند. آنها بدون در نظر گرفتن عواقب انتشار نظریه های توطئه، هر نوع مطلبی را منتشر می کنند. اما علم که فرآیندی آهسته و رو شمند دارد و تنها در برخی موارد باعث موفقیت می شود، نمی تواند با ذهن های خلاق رقابت کند که به واقعیت اهمیت نمی دهند. سوم اینکه رقابت بین اطلاعات دقیق و صحیح از یک سو و اطلاعات غلط و مهیج از سوی دیگر به منظور جلب توجه انسان ها، اصلا عادلانه نیست. همانطور که در این فصل اشاره شد، سوگیری تناسب ما را به سمت داستان های پیچیده سوق می دهد. میزان استرس بالایی که تجربه می کنیم باعث می شود که انسان شروری را مقصر جلوه دهیم و خطوط اخلاقی مشخصی تعیین کنیم، نه اینکه یک سری مطالب گنگ را به عنوان واقعیت بپذیریم. شخصی را در نظر بگیرید که وقت آزاد بسیاری دارد. او حتی اگر در یک کلبه ی ساکت و زیبا در کوهستان زندگی کند، به سراغ مطالب بسیاری با مضمون تکراری (فردی دارای سوختگی که از دنیا متنفر است و قصد دارد آن را نابود کند) خواهد رفت.

Oliver Stones ¹

ایراد اطلاعات دروغین این است که این اطلاعات شبیه کتاب یا فیلم نیست که به صورت منفعلانه از آن استفاده می‌کنیم و بیشتر شبیه یک بازی است که در آن به طور فعال مشارکت داریم، اما به این ویژگی مهم و جذاب آن توجهی نمی‌شود. برای افرادی که در دنیای باور اشتباه غرق می‌شوند، باور اشتباه به شدت جذاب و لذت‌بخش است. افرادی که در صنعت بازی‌های کامپیوتری فعالیت می‌کنند ساختار نظریه‌های توطئه از قبیل QAnon و ساختار بازی‌های چند نفره‌ی معروف که یک واقعیت دیگر ارائه می‌دهند را مشابه یکدیگر می‌دانند. کلایو تامسون^۱ در مجله‌ی wired مینویسد: (جنبش QAnon با ارائه‌ی سرخ‌های مبهم، پیامهای پنهانی و زیر ساخت مخفی خود به طرز اعتیادآوری باعث مشارکت همگان می‌شود. عضویت در QAnon به معنی عضویت در یک پروژه‌ی برون‌سپاری^۲ عظیم است که در آن رازها برملا می‌شود). عضویت در این جنبش شادی‌بخش، انرژی‌بخش و خلاقانه است. اعضای آن تنها اطلاعات کسب نمی‌کنند بلکه بر حجم این اطلاعات افزوده و محتوای مورد نظر خود را منتشر می‌کنند. بنابراین احساس می‌کنند که با تعهد کاری و هوش خود نقش مهمی ایفا می‌کنند و از افراد طبقه فرادست و شیطان‌صفت جامعه که دنیا را کنترل می‌کنند باهوش‌تر هستند. یک طراح بازی به نام رید برکویتز^۳ توصیف می‌کند که جنبش QAnon نوعی (تبدیل پروپاگاندا به بازی یعنی یک بازی برای دادن دیگران) است.

اطلاعات بیشتر

شکاک باش

یکی از ایرادات اخبار جعلی یا اطلاعات دروغین این است که از نقطه‌ی ضعف انسان سواستفاده کرده و با روایت یک داستان جذاب ما را هیجان زده می‌کند. بنابراین هنگامی که اطلاعات مشخصی دریافت می‌کنیم، باید با دیده‌ی

Clive Thomson¹
Crowdsourcing¹
Reed Berkowitz¹

تردید به آن بنگریم. می‌دانم که کار جالبی نیست، اما انجام چنین کاری ضروری است. قبل از به اشتراک گذاشتن اطلاعات باید مواظب باشیم که به طور ناخواسته باعث انتشار اخبار جعلی نشویم. دوم اینکه پیش از به اشتراک گذاری مطلب خاصی، باید به این موضوع توجه کنیم که ما صرفاً در حال انتقال اطلاعات نیستیم، بلکه آبروی خود را گرو می‌گذاریم و به آن مطلب اعتبار می‌دهیم به نحوی که گویی پس از بررسی دقیق آن اطلاعات، آن را به دیگران نیز پیشنهاد کرده‌ایم. آیا شما به دوستان پیشنهاد می‌کنید چیزی را که شما شخصاً امتحان نکرده‌اید را بخرید؟ احتمالاً نه. ولی شاید هر روز به طور ناخواسته اطلاعات خاصی را به دیگران پیشنهاد دهید. اگر چه شک و احتیاط بهترین عینک برای نگرستن به دنیا نیستند، اما در مورد اطلاعات بهتر است که بیشتر از این عینک استفاده کنیم.

متأسفانه در باور اشتباه مرز بین دنیای واقعی و مجازی به طرز خطرناکی کمرنگ شده است. اگر کسانی که به باورهای اشتباه اعتقاد دارند صرفاً خود را با اتاق‌های چت خصوصی مشغول می‌کردند، آنگاه فعالیتشان به اندازه افرادی که سیاهچالها و ازدهایان و جی‌تی‌ای بازی می‌کردند بی‌خطر بود. اما این مقایسه صحیح نیست. قضیه وقتی جدی می‌شود که افرادی ادعا می‌کنند علت تیراندازی به سیاه‌پوستان این است که تعداد آنها نسبت به افراد سفید پوست کمتر شود یا تیراندازیهای جمعی، فریبی برای بدست آوردن تفنگهای مردم عادی است، عده‌ای از افراد والدین عزادار قربانیان تیراندازی جمعی را مورد اذیت و آزار قرار می‌دهند یا عده‌ای برای لغو نتیجه انتخاباتی که به باور آنها در آن قلب شده است به ساختمان کنگره حمله می‌کنند. حتی ممکن است افرادی که به طور عمومی خشونت‌ورزی نمی‌کنند، در دنیای واقعی نسبت به افراد واقعی رفتاری اندک خشونت‌آمیز داشته باشند که عواقبی کاملاً جدی دارد.

Dungeons & Dragons²
Grand Theft Auto²

به طور خلاصه

در این فصل عناصر عاطفی باور اشتباه یعنی نقطه‌ی آغاز گرایش افراد به باور اشتباه را بررسی کردیم زیرا در اغلب موارد این عواطف محرک باورهای ما هستند و مشاهده کردیم که استرس اثراتی عمیق و گسترده دارد. اما به خاطر داشته باشید که این عناصر یک زنجیره‌ی به هم پیوسته نیستند. در واقع، عواطف انسانی در هر مرحله از سقوط افراد به ته قیف باور اشتباه نقش دارد. در ادامه تعدادی از عناصر ادراکی و شیوه‌هایی را بررسی خواهیم کرد که ممکن است باعث شود از توانایی عقلانیمان به شیوه‌ی بسیار غیرمنطقی استفاده کنیم تا باورهایمان را تایید کنیم. در ادامه مجموعه‌ای از عوامل اجتماعی را بررسی خواهیم کرد که باعث می‌شود افراد به جوامع دارای باورهای اشتباه جذب شوند و همچنان عضوی از آن بمانند و حتی بر اعتقاداتش بیشتر پافشاری کنند.



عناصر احساسی قیف باور اشتباه

این احساس که رنجی عمداً به ما تحمیل شده است بر شدت

رنج ما می‌افزاید

داستانهایی که افراد دارای باور اشتباه باور می‌کنند به دلایل زیر پیچیده است:

تولیدکنندگان محتوا می‌توانند با استفاده از داستانهای پیچیده محتوای بیشتری تولید کنند

داستانهای پیچیده با مفهوم سوگیری تناسب سازگار است که بیان می‌کند مشکلات عظیم یا جدی دلایل بزرگ دارند

داستانهای پیچیده تمایل ما به کسب اطلاعات منحصر به فرد را نشان می‌دهد و باعث می‌شود که فرد دارای باور اشتباه احساس کند توانمند است و بر اوضاع کنترل دارد

مضمون این داستانها مشمنز کننده است و بر میزان نفرت افراد می‌افزاید

همه‌ی ما استرس عمومی قابل پیش‌بینی و

غیر قابل پیش‌بینی را تجربه می‌کنیم

تجربه‌ی استرس غیرقابل پیش‌بینی می‌تواند به احساس عدم کنترل و در نتیجه درماندگی آموخته منتهی شود

استرس تأثیری منفی بر عملکرد ادراکی و

تصمیم‌گیری ما دارد

حمایت اجتماعی مقاومت جامعه را افزایش می‌دهد ولی نابرابری اقتصادی آن را تضعیف می‌کند

تحت استرس ناشی از عوامل مختلف ممکن است

احساس کنیم که دیگران رفتار مناسبی با ما ندارند

این کار باعث می‌شود که به دنبال یافتن پاسخ و روشهایی برای به دست آوردن احساس کنترل بگردیم

هنگامی که فردی شرور را مقصر می‌دانیم به طور موقت احساس

آرامش و کنترل می‌کنیم- همانند فرد مبتلا به اختلال وسواس اجباری

که از انجام فعالیتهای اجباری مانند دست شستن احساس آرامش می‌کند

با این وجود، این احساس آرامش موقتی است و پس از مدتی دوباره به دنبال یافتن آرامش خواهیم بود. اما در طولانی‌مدت احساس بدی خواهیم داشت و به دنبال یافتن تسکینی موقتی خواهیم بود

بخش سوم

عناصر ادراکی و دستگاه پردازش اطلاعات معیوب ما

فصل پنجم

جستجوی حقیقتی که دوست داریم باور کنیم

آنچه که نمی‌دانید شمارا به دردسر نمی‌اندازد بلکه آن چیزی که از آن مطمئن هستید شما را به دردسر می‌اندازد.

-مارک تواین

باورهای اشتباه چطور به وجود می‌آید؟ ما چطور به این نتیجه می‌رسیم که یک سری اطلاعات واقعی هستند؟ ما این اطلاعات را چگونه بدست می‌آوریم و چگونه آن را به یک داستان منسجم تبدیل می‌کنیم؟ ما چگونه از درست بودن داستانهای مورد نظرمان مطمئن می‌شویم و چگونه اجازه می‌دهیم که این داستانها بر تصمیمات مهم زندگیمان از جمله سلامتی یا سیاست ما تاثیر بگذارند؟ چه چیز باعث می‌شود که این داستانها برایمان به قدری مهم شود که

گاهی اوقات حاضر هستیم با اعضای خانواده بجنگیم یا دوستانمان را به علت باورهایی که داریم از دست بدهیم؟ ما هرگز به این دلیل که کسی رنگ سبز را به رنگ نارنجی ترجیح می دهد، ارتباطمان را با او قطع نمی کنیم، اما ممکن است باورهایی که درباره ی قلب در انتخابات یا انحنا ی زمین وجود دارد شکاف عمیقی در روابط ما به وجود آورد. چرا هنگامی که چنین داستانهایی را باور می کنیم، احساس می کنیم که برحق هستیم و حتما باید این باورها را با دیگران به اشتراک بگذاریم و منتشر کنیم؟

در فصلهای قبل چند تجربه ی عاطفی را بررسی کردیم که باعث می شود عده ای از افراد به باورهای اشتباه گرایش پیدا کنند. علاوه براین متوجه شدیم که چگونه استرس باعث می شود که احساس کنیم بر اوضاع کنترل نداریم و از دیگران عقب افتاده ایم و اینکه چرا عده ای از افراد به دنبال یافتن یک انسان شرور هستند تا او را عامل رنجهایشان بدانند و فهمیدیم که استراتژی مقابله چگونه در کوتاه مدت باعث تسکین ما می شود اما در دراز مدت ما را به ته قیف باور اشتباه هدایت می کند. بنابراین عناصر ادراکی ما فعال می شود. در شرایطی که فرد استرس دارد و یافتن پاسخ سوالاتش باعث آرامش او می شود، چند فرآیند ادراکی بر نحوه ی جستجو و پردازش آن اطلاعات (یا اطلاعات دروغین) تاثیر می گذارد. علاوه براین، اگر بخواهیم طرز تفکر افراد دارای باورهای اشتباه را بررسی کنیم، با این حقیقت تلخ مواجه می شویم که طرز تفکر و نحوه ی پردازش اطلاعات ما انسانها بی طرفانه نیست. در این فصل برخی از ویژگیهای مشترک ادراک انسانها که بر نحوه ی شکل گیری و تاکید بر باورهایمان تاثیر می گذارد را بررسی خواهیم کرد اما در ابتدا باید مسئله ی اطلاعات دروغین و نحوه ی پردازش آن در ذهن افراد دارای باورهای اشتباه را بررسی کنیم.

هنگامی که باور اشتباه با اطلاعات دروغین همراه می‌شود

در دوران معاصر هنگام بررسی باورهای اشتباه و روشهای ترویج آن از طریق رسانه‌های اجتماعی، باید به اطلاعات دروغین نیز اشاره کرد. مطالب بسیاری درباره‌ی نحوه‌ی طراحی الگوریتمهای رسانه‌های اجتماعی نوشته شده است که در آن از نقاط ضعف مغز انسان سواستفاده می‌شود. ساختار این الگوریتمها شبیه ازدواجی ناموفق است که در آن افراد به شدت به یکدیگر وابسته هستند. همانطور که در فصل ۱ گفته شد، در پستیهای که اطلاعات دروغین منتشر می‌کند منافع مختلفی وجود دارد که به صورت عمدی و یا غیرعمدی در انتشار باورهای اشتباه نقش دارند. علاوه بر این می‌توان با استفاده از ابزارهای پیشرفته‌ی هوش مصنوعی، حجم بالاتری از اطلاعات دروغین تولید کرد و اینطور به نظر می‌رسد که قادر نیستیم این مشکل را حل کنیم. اما باید توجه داشته باشیم که اگر ذهن انسان تا این حد تحت تاثیر عوامل ذکر شده قرار نمی‌گرفت، آنگاه اطلاعات دروغین به این اندازه تاثیر گذار نبود. در واقع اگر رسانه‌های اجتماعی از مدارهای مغزی معیوبی که بر نحوه‌ی واکنش ما به اطلاعات اثر می‌گذارد استفاده نمی‌کردند، به این اندازه محبوب نمی‌شدند.

من در این کتاب سعی کرده‌ام بر جنبه‌ی انسانی داستان و این موضوع تمرکز کنم که چه چیزی باعث می‌شود ما به این نوع اطلاعات گرایش پیدا کنیم و قصد ندارم در مورد این موضوع اثبات شده صحبت کنم که رسانه‌های اجتماعی به گونه‌ای طراحی شده‌اند که از ما سواستفاده کنند، اما باید به این نکته توجه کنیم که رسانه‌های اجتماعی

و مداربندی معیوب ذهن انسان دست به دست هم می‌دهند. این موضوع که باورهای اشتباه در عصر رسانه‌های اجتماعی رشد قابل توجهی داشته است تصادفی نیست.

به مقایسه‌ی زیر بین گذشته و حال دقت کنید. انسانها به نحوی تکامل یافته‌اند که هوس کنند موادی از قبیل چربی، نمک و شکر بخورند. در دورانی که این مواد به وفور در طبیعت وجود داشت یعنی چربی در مغز دانه‌ها یا و ماهی یافت می‌شد و نمک در برخی گیاهان یا جلبکها و شکر در میوه وجود داشت همه چیز عالی بود. این ذائقه‌ی غذایی به نفع ما بود و تضمین می‌کرد که بتوانیم مواد مغذی ضروری برای بقای خود را به دست بیاوریم. اما پس از مدتی دوران غذاهای فرآوری شده فرا رسید و کارخانه‌های تولید مواد غذایی محصولاتی از قبیل دونات، سیب‌زمینی سرخ کرده و همبرگر به بازار عرضه کردند که با ذائقه‌ی فرگشتی ما کاملاً سازگار هستند.

رمز موفقیت صنایع تولید، توجه به ذائقه‌ی غذایی ذاتی انسانها است تا ما را ترغیب کنند غذاهایی بخوریم که اگرچه در طولانی مدت مغذی، سالم و باب میل ما نیستند اما در کوتاه مدت سود فراوانی نصیب این شرکت‌ها می‌کنند. اگر به تئوری‌های توطئه باور دارید، احتمالاً تصور می‌کنید که تعدادی از شرکت‌های داروسازی که داروی دیابت و داروی استاتین² تولید می‌کنند، درباره‌ی برنامه‌ی غذایی ما نقشه کشیده‌اند. یا آنطور که در فصل‌های قبل خواندید ممکن است به این شک کنید که من، بیل گیتس و ایلومیناتی‌ها این رژیم فاجعه‌بار را عرضه کرده‌ایم تا جمعیت جهان را کاهش دهیم.

نکته‌ای که درباره‌ی غذاهای نوین مشهود است این است که اگر بخواهیم سالم باشیم و به بیماری‌های مزمن دچار نشویم و عمری طولانی داشته باشیم، باید یاد بگیریم که بین اشتهايمان و طیف گسترده‌ی غذاهای در دسترس مان توازن برقرار کنیم. این برقراری توازن در مورد اطلاعات نیز صدق می‌کند. ذهن ما به گونه‌ای تکامل یافته است که

² Statin داروی کاهش دهنده‌ی کلسترول خون

پیچیدگی دنیایمان را به علت خاصی نسبت دهد، بین اعضای قبیله پیوندهای محکمی ایجاد کند، باورهای مشخصی را بپذیرد و به سرعت تصمیم بگیرد. البته ذهن ما این کار را به شیوه‌ی ناقصی انجام می‌دهد که بهای آن ایجاد پیش داوری، شتاب‌زدگی، نقاط کور و غیره است. وجود این ایرادات در گذشته ایرادی نداشت، اما در دنیای اطلاعات پدیده‌هایی مثل اینترنت و رسانه‌های اجتماعی که گویی معادل غذاهای فرآوری شده در دنیای غذا هستند وارد زندگی ما شده‌اند و از ویژگیهای شناختی ما سوءاستفاده کرده و ما را به سوی باورها و رفتارهایی سوق می‌دهند که مثل دونات که برای بدن ما ضرر دارد، برای ذهن ما به شدت مضر است.

هر کسی که در رسانه‌های اجتماعی فعالیت دارد تا حدی در دام این رفتارها و باورها گرفتار می‌شود، همانطور که همه‌ی ما هنگامی که سیب زمینی سرخ کرده روی میز قرار داشته باشد حتماً از آن می‌خوریم (شاید شما نخورید ولی من حتماً سیب‌زمینی سرخ کرده می‌خورم). آیا می‌توانیم کاری کنیم که در برابر این وسوسه مقاومت کنیم؟

اندی نورمن^۳ اطلاعات دروغین را به یک ویروس تشبیه می‌کند و بر اهمیت واکسینه کردن خودمان در برابر اطلاعات دروغین تاکید می‌کند. البته خود این تشبیه نیز بدون ایراد نیست، اما ضروری است که روش‌های محافظت از خود و فرزندانمان در برابر اطلاعات دروغین را بیاموزیم. نورمن معتقد است که افزایش سواد رسانه‌ای و درک بهتر مکانیزم‌های تولید اطلاعات دروغین (یعنی تحریک احساسات، استفاده از اطلاعات عجیب و غریب و استفاده از داستان) به ما کمک می‌کند که از خودمان محافظت کنیم. در صورتی که بتوانیم تشخیص بدهیم که آیا هدف

Andy Norman²

یک داستان صرفاً روایت یک ماجرا یا تحریک احساسات ما است، آنگاه می‌توانیم از سقوط خودمان به ورطه‌ی باور اشتباه اجتناب کنیم.

متأسفانه واکسینه شدن در برابر اطلاعات دروغین تنها برای یک بار کافی نیست و برای این کار به صبر بسیاری نیاز است. ما در آزمایشگاه چند بازی مختلف مربوط به اطلاعات دروغین ساخته و آزمایش کردیم که به طور خاص به افراد کمک می‌کند تا فریبها و حقه‌های افراد منتشر کننده‌ی اطلاعات دروغین را پیدا کنند. در این بازی‌ها شخصیت‌های مختلف هم اخبار واقعی و هم اخبار جعلی منتشر می‌کردند و از مشارکت کنندگان خواسته می‌شد که خبر جعلی را از خبر واقعی تشخیص دهند و استراتژی‌های به کار رفته برای جذاب‌تر کردن اطلاعات دروغین و تشویق افراد به اشتراک گذاری خبرها را پیدا کنند. به عنوان مثال شخصیتی به نام آن مک‌دونالد^{۴۴} اطلاعات ناموثقی به اشتراک می‌گذاشت که با لحن احساسی بیان می‌شد. یک نمونه از پستهای او به صورت زیر است:

خدای من! بچه‌ها، همین الان دوستم به من گفت که خواهرزاده‌ی شوهر دخترعمویش بعد از اینکه واکسن سرخک زده او تیسرم حاد گرفته! باورتون میشه؟ اگر شما هم وحشت کردید این مطلب را به اشتراک بگذارید!

شخصیت دیگری به نام دکتر فورج^{۴۵} با تکیه بر تخصص و شبه علم غلطی که داشت اخبار جعلی منتشر می‌کرد. او در پست‌های خود که چند نمونه از آن در ادامه ذکر شده است، به یک شخص معین اشاره می‌کرد و توضیحاتی در مقابل نام آن شخص می‌نوشت:

Ann McDotal²
Dr. Forge²

لطفاً لایک کنید و به اشتراک بگذارید. دکتر سینگ^۲ (پزشک عمومی) تایید می‌کند که عده‌ای خاص پژوهشهای موجود درباره‌ی مواد شیمیایی متداول در واکسنها را از دید عموم پنهان می‌کنند.

فرد دیگری به نام میستیک مک^۲ همه‌ی نظریه‌های توطئه را باور می‌کند و همانطور که در پست زیر مشاهده می‌کنید در پست‌هایش اغلب چند نظریه‌ی توطئه به هم ربط داده می‌شود:

این کاملاً جدیه. گروهی از دانشمندان و مقامات دولتی مدتها است که دست به یکی کرده‌اند تا برنامه‌ی جهانی واکسیناسیون را گسترش دهند تا به قدرت برسند. خوب به قضیه نگاه کنید. دولت صد در صد موافق این کاره

و شخصیتی به نام الی نچرال^{۲۸} بر مغالطه‌ی طبیعت گرایانه^۲ یعنی این باور تمرکز می‌کرد. یعنی اینکه هر چیزی که طبیعی است لزوماً چیز خوبی است. او در پستهایش مطالبی بی پایه و اساس مثل ادعای زیر مطرح میکرد:

نگذارید که پزشک‌ها شما یا فرزندانان را مجبور به واکسن زدن کنند! دکترها باید به شما کمک کنند که توانایی بهبود طبیعی بدنتان را افزایش دهید! شما می‌توانید با خوردن انار و بدون مواد شیمیایی به صورت طبیعی سیستم ایمنی بدنتان را تقویت کنید.

Dr.Singh²
Mystic Mac²
Ali Natural²
naturalistic fallacy²

بازی‌هایی که ما ساختم واقعاً موثر بود! پس از اینکه مشارکت کنندگان مطالب آن افراد و استراتژی‌های به کار رفته در بازی را شنیدند، توانستند اطلاعات جعلی را بهتر تشخیص دهند و احتمالاً در آینده چنین اطلاعاتی را به اشتراک نخواهد گذاشت.

لازم است که همه‌ی ما درباره‌ی ماهیت اطلاعات دروغین و انواع مختلف آن اطلاعات کسب کنیم. اما تنها تمرکز بر مسائل دنیای اطراف و محتوای گمراه کننده‌ای که هر روز با آن روبرو می‌شویم کافی نیست، بلکه باید به تمایل انسانها به مطالب مخرب از لحاظ ذهنی توجه کنیم و با خطاهای شناختی، ساختارها، عاداتها و الگوریتم‌های پردازش داده که باعث می‌شود اطلاعات بی‌اساس را باور کنیم آشنا شویم. در ابتدا نمونه‌ای از یک نظریه توطئه و سپس نحوه‌ی واکنش مغز انسان به نظریه‌های توطئه را به طور دقیق بررسی خواهیم کرد.

ساختار نظریه‌ی توطئه

متأسفانه می‌توانم مثال‌های زیادی از نحوه‌ی عملکرد نظریه‌های توطئه‌ی مختلف از نظریه‌هایی درباره‌ی خزندگانی که بین ما راه می‌روند تا ترور جان اف کندی و غیره ذکر کنم. اگرچه در جهان ما کمبودهای بسیاری وجود دارد، اما حداقل در زمینه‌ی نظریه‌ی توطئه هیچ کمبودی نداریم! بعضی از نظریه‌های توطئه فراگیر هستند و در سطح جهانی به مدت ده‌ها سال بین مردم دست به دست شده‌اند و افراد و وقایع مختلف فعلی و تاریخی را به هم پیوند می‌دهند، اما بخش دیگری از نظریه‌های توطئه به اتفاق یا مکان خاصی محدود می‌شود. این نظریه توطئه که واکسنهای کرونا

حاوی آهنباهای کوچک است و در ادامه بر آن تمرکز خواهم کرد نظریه‌ای بی‌اهمیت است که به نظر می‌تواند مورد خوبی برای مطالعه‌ی موردی باشد.

من اولین بار در پیامی که از یکی از آشنایان خود دریافت کردم با این نظریه توطئه آشنا شدم. پیام او این بود: (باورت میشه؟ باید کاری بکنیم. دو ستانم ویدیوهایی از خود شان برایم می‌فرستند و میگن که آهنبها وارد بدنشون شده). این پیام در تلگرام من فرستاده شده بود و فرستنده‌ی آن کسی نبود جز مایا* که به نوعی رهبر روحانی من در زمینه‌ی باور اشتباه است. نخستین بار در یک مصاحبه‌ی وحشتناک با فردی که فقط می‌خواست بر سر من فریاد بزند با مایا آشنا شدم. او بعداً با من تماس گرفت تا معذرت خواهی کند و پس از آن گفتگوهایی با لحنی آرام‌تر داشتیم. من پذیرفتم که در پادکست او شرکت کنم اما هنگامی که او در کانال خود نوشت که قرار است با من مصاحبه کند، تنها به این علت که می‌خواست با من صحبت کند با حجم زیادی از نفرت از سوی مخاطبانش روبه‌رو شد و مصاحبه را لغو کرد. ما مدتی با هم در تماس بودیم و او چند لینک مختلف درباره‌ی اتفاقاتی که از نظر او واقعی بودند برای من فرستاد. پیام زیر مربوط به ویدیویی است که در آن شخصی نشان داده می‌شود که دقیقاً در محل تزریق واکسن، قطعه‌ای آهنی به شانه‌ی او چسبیده است. همچنین لینک ویدئوی دیگری وجود داشت که در مورد علت این داستان نگران‌کننده توضیح می‌داد.

در آن زمان من و مایا دوستان قدیمی هم بودیم و همدیگر را شخصاً نیز ملاقات کرده بودیم. من عضو کانال تلگرام او بودم و مطالبی که او با فالوورهای رو به افزایش کانالش به اشتراک می‌گذاشت را دیده بودم و می‌دانستم که او به شدت متعصب است. به نظر می‌رسید که با گذشت زمان اعتقادات او قوی‌تر شده است و او به تدریج به یک اینفلوئنسر در دنیای باور اشتباه تبدیل شده است.

در نهایت او از فالوورهای خود برای آنچه که به اصطلاح تحقیق می‌نامید، پول جمع‌آوری کرد و در طی چند هفته به محقق و سخنگوی متعهد و تمام وقت رسانه‌های اجتماعی فعال در زمینه‌ی نظریه‌های توطئه تبدیل شد. من که از این قضیه مطلع بودم ادعاهای او را جدی نمی‌گرفتم (شاید این یک نمونه از خطاهای شناختی من باشد، اما گاهی اوقات این خطاها ما را از دردسر نجات می‌دهد). با این وجود کنجکاو بودم که بدانم چرا ما یا نظر من را درباره ویدیوی آه‌نر می‌پرسد و چرا احساس خطر کرده است. باید اعتراف کنم که من نیز کنجکاو شده بودم که بدانم در آن ویدیو چه اتفاقی افتاده است و مایل بودم که بدانم علت چسبیدن آه‌ن به بدن چیست. بنابراین بر روی آن لینک کلیک کرده و درباره‌ی نظریه‌ی آه‌نر با تحقیق کردم.

در نگاه اول این ویدیو شبیه کلیپی از شبکه‌های خبری دیگر بود و در قسمت پایین آن تیتراژ خبر و لوگو وجود داشت. در پس زمینه‌ی تصویر دورنمایی از شهر وجود داشت. میزبان برنامه آقای استو پترز^۳ و شلوار و کراوات پوشیده و با اعتماد به نفس در مقابل دوربین صحبت می‌کرد. چنین فضایی این ذهنیت را به مخاطب القا می‌کند که این یک برنامه‌ی حرفه‌ای، با پشتوانه‌ی مالی و معتبر است که می‌توانیم به آن اعتماد کنیم. پخش ویدیو را متوقف و به آقای پترز نگاه می‌کنم. او قبلاً یک رپر و شکارچی افراد تحت تعقیب بود و حالا در رسانه‌های آنلاین حزب راستی به یک شخصیت معروف تبدیل شده است.

آقای پترز در ابتدا به قسمت قبل برنامه اشاره می‌کند که در آن از یکی از قربانیان شجاع و اکسن دعوت شده بود. سپس موضوع آن قسمت از برنامه را اعلام می‌کند و در ادامه می‌گوید که ویدیوهای بیشماری از افرادی دریافت کرده است که به بدن خود اشیای فلزی می‌چسبانند. استفاده از کلمه‌ی بی‌شمار تصادفی نیست و نشان دهنده‌ی

stew Peters³

پدیده‌ای است که دانشمندان علوم اجتماعی آن را اثبات اجتماعی^۳ می‌نامند. اگر عده‌ی زیادی از افراد با برنامه تماس بگیرند و با داستان‌های خود ادعاهای مطرح شده را تایید کنند، آنگاه احتمال اینکه این داستانها به عنوان یک حقیقت مسلم پذیرفته شود افزایش می‌یابد. آقای پیترز می‌گوید: (بعد از آن مصاحبه آنقدر ایمیل درباره‌ی وجود آهن ربا در بدن دریافت کرده‌ام که حتی وقت نمی‌کنم همه‌ی آنها را بخوانم). افرادی که این ایمیل‌ها را می‌فرستند به دلیل جرات و شجاعتشان برای رساندن صدای خود به بقیه افراد و به ویژه کودکان تحسین می‌شوند.

در ادامه‌ی برنامه، ویدیوهای خانگی از این قهرمانها یعنی افرادی که اشیای فلزی شامل سکه، کلید، لوازم آشپزخانه و غیره به بدنشان چسبیده است (شبه همان ویدئوی دوست مایا) نشان داده می‌شود.

ویدیو را متوقف می‌کنم و در اینترنت به دنبال شواهد بیشتری می‌گردم و ویدیوهای بسیاری پیدا می‌کنم. در ویدیویی که مورد توجه من قرار گرفت، نوزادی نشان داده می‌شود که یک گوشی آیفون به ران تپلش چسبیده است. نه اشتباه نکنید این گوشی متعلق به سری گوشی‌های جدید آیفون که در پشت آن آهنربا قرار دارد نیست و یک گوشی آیفون قدیمی است. بعضی از این ویدیوها اشیای فلزی را نشان می‌دهند که به بدن افراد چسبیده، در بعضی از ویدیوها آهنربا به بدن افراد چسبیده است (صبر کنید، فکر می‌کردم که آهنربا در داخل بدنشان قرار دارد) و (اگرچه اکثر سکه‌ها خاصیت آهنربایی ندارند) در بعضی از این ویدئوها سکه و نقره‌جات نشان داده می‌شود.

جستجو در ویدیوهای یوتیوب کافی است. حالا دیگر بازدید کنندگان ویدیوهای آقای پیترز شواهد دیداری لازم برای اثبات اجتماعی قضیه‌ی آهنربا در اختیار دارند. آقای پیترز تایید می‌کند که در ابتدا اینطور به نظر می‌رسید که این پدیده اتفاق مهمی نیست و پزشکها نیز ارتباط میان این پدیده و واکسن را رد می‌کردند. اما حالا دیگر قضیه فرق می‌کند و مهمان متخصص برنامه درباره‌ی ارتباط میان واکسن و چسبیدن اشیای فلزی توضیح خواهد داد.

عنوان متخصص معجزه می‌کند. مهمان برنامه دکتر جین رابی^{۳۳} متخصص اقتصاد سلامت بین‌الملل است و در حوزه‌ی مطالعات داروشناسی به مدت بیش از دو دهه تجربه دارد. یک بار دیگر در گوگل جستجو می‌کنم و هیچ نشانه‌ای از مدارک پزشکی او پیدا نمی‌کنم.

دکتر رابی درباره‌ی یک تکنولوژی پزشکی توضیح می‌دهد که به اصطلاح آهنربایی کردن^{۳۴} نام دارد و در آن از میدان‌های مغناطیسی استفاده می‌شود. او از حضار می‌خواهد تا این کلمه را در PubMed، ویکیپدیا و وبسایت‌های دولتی جستجو کنند. جستجوی این اصطلاح اقدام مهمی به شمار می‌رود زیرا او با تشویق مخاطبان به بررسی صحت ادعاهایش باعث جلب اعتماد دیگران به خودش می‌شود. آیا کسی که مطالب بی‌اساس به اشتراک می‌گذارد نیز چنین کاری می‌کند؟ قطعاً فردی که سعی می‌کند مطالب غلط به اشتراک بگذارد از دیگران نمی‌خواهد که صحت گفته‌هایش را بررسی کنند!

شاید شما به توصیه‌ی دکتر رابی عمل کرده و صحت گفته‌های او را بررسی کنید. به نظر شما اگر فردی متخصص شما را تشویق کند که مطلبی را شخصاً بررسی کنید احتمال اینکه آن را به طور قطع بررسی کنید را کمتر می‌کند یا بیشتر؟ چند سال قبل به دنبال یافتن پاسخ این پرسش در حوزه‌ی مشاوره‌ی پزشکی بودم. من این موضوع را بررسی کردم که واکنش بیماران به توصیه‌های پزشکشان مبنی بر اینکه نظر پزشک دیگری را پرسند چیست؟ مشخص شد که وقتی پزشک به بیماران توصیه می‌کرد که نظر پزشک دیگری را نیز پرسند آنها بیشتر به آن دکتر اعتماد می‌کردند و این احساس اعتماد بیشتر باعث می‌شد که تنها عده‌ی اندکی از آنها نظر پزشک دیگری را پرسد.

Jane Ruby³
magnetofection³

حدس می‌زنم که پیشنهاد دکتر جین رابی برای بررسی صحت گفته‌هایش و پرسیدن نظر یک متخصص دیگر واکنش مشابهی به همراه دارد. درخواست او از بازدید کنندگان برای بررسی صحت گفته‌هایش تضمین می‌کرد که افراد بیشتری به او اعتماد خواهند کرد.

اما اگر بازدید کنندگان تصمیم بگیرند که صحت گفته‌های گوینده را بررسی کنند، چطور؟ من این کار را انجام دادم. آهnbایی کردن فناوری عجیبی است و من در مورد آن کنجکاو و در عین حال تا حدی به آن مشکوک هستم. با مراجعه به موتور جستجوی گوگل فهمیدم که این فناوری واقعاً وجود دارد و به نظر می‌رسد که می‌توان در زمینه‌ی ژن درمانی از این فناوری استفاده کرد.

دکتر رابی می‌دانست که می‌تواند با استفاده از اصطلاحی مبهم که مخاطب اطلاعی از آن ندارد و بعداً مشخص شد که این فناوری در واقعیت وجود دارد، میزان باورپذیری گفته‌هایش را افزایش دهد. حتی من که هر مطلبی را به راحتی باور نمی‌کنم نیز نزدیک بود با شنیدن حرفهای او خام شوم. احتمالاً ناخودآگاه به این نتیجه می‌رسیدم که اگر او بر خلاف من از وجود این تکنولوژی آگاه است، پس حتماً چیزهایی می‌داند که من نمی‌دانم. شاید او واقعاً در زمینه‌ی علوم پزشکی متخصص و پیشگام است!

استفاده از اصطلاح آهnbایی کردن در آغاز گفتگو یک مزیت دیگر نیز دارد و اینطور به نظر می‌رسد که گویی یک فناوری غیرطبیعی است و در صورتی که به دست افراد نااهل بیفتد می‌تواند خطرات فراوانی داشته باشد.

به این ترتیب نوعی احساس اعتماد در مخاطبان برنامه ایجاد می‌شود و از این مرحله به بعد آنها به تخصص و دانش دکتر رابی ایمان می‌آورند و دیگر صحت گفته‌های او را چک نمی‌کنند. بنابراین آنها تصور می‌کنند هر مطلبی که

دکتر رابی به اشتراک می‌گذارد بدون شک درست است و مطالب نادرست و تخیلی جایگزین حقیقت می‌شود. اما مگر کسی صحت مطالب را بررسی می‌کند؟ به احتمال زیاد مخاطبان او چنین کاری نمی‌کنند.

دکتر رابی با آب و تاب تعریف می‌کند: (ماده‌ی مغناطیسی در دسترس عموم قرار دارد ولی جنبه‌ی ترسناک ماجرا این است که این ماده نباید برای انسانها استفاده شود). من این موضوع را بررسی کردم و فهمیدم که اینطور نیست و کارآزمایی‌های بالینی بسیاری راجع به آهنربایی کردن بر روی انسانها انجام شده است. دکتر رابی ادعا می‌کند که این ماده‌ی مغناطیسی بخشی از برنامه‌ی واکسیناسیون کرونا است که به عنوان سیستم انتقال ژن اجباری عمل می‌کند و واکسن را به تمام نقاط بدن و نقاطی می‌رساند که خدا و طبیعت نمی‌خواهند که هیچ ماده‌ی بیگانه‌ای وارد آن شود. (اگر مایل هستید که بدانید باید بگویم که این ادعا نیز واقعیت ندارد).

در این قسمت از مصاحبه، دکتر رابی از مجموعه‌ای از اصطلاحات و اختصارات پزشکی استفاده می‌کند که باعث می‌شود اعتبار او به عنوان یک متخصص افزایش یابد. در پس زمینه‌ی برنامه تصاویری از دی‌ان‌ای، آهنربا، مولکول و سوزن وجود دارد.

در ادامه‌ی برنامه آقای پترز کسانی که صحت گفته‌ها را بررسی می‌کنند مورد خطاب قرار می‌دهد و تکذیبی‌ی سایت مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها³ در مورد وارد کردن آهنربا به بدن انسان را می‌خواند. او از انجام این کار دو هدف دارد. نخست اینکه بررسی یک نظر متفاوت باعث می‌شود که او قابل اعتمادتر به نظر برسد. علاوه بر این او نظر بسیاری از مخاطبان برنامه درباره‌ی این مرکز را به گوش بقیه می‌رساند.

آقای پترز از دکتر رابی می‌پرسد: (آنها دروغ می‌گوین؟) و دکتر رابی درحالی‌که به دوربین خیره شده است بی‌درنگ پاسخ می‌دهد: (بله دروغ می‌گوین. می‌دانی چرا استو؟ به سابقه‌ی آنها نگاه کنید). او پس از گفتن این جمله‌ی مبهم

³ forced gene delivery system
Centers for Disease Control and Prevention

فهرستی از تخلفات این مرکز در گذشته را افشا می‌کند و در نتیجه بسیاری از مخاطبان برنامه متقاعد می‌شوند. بنابراین اگر این تخلفات واقعی باشد، پس قضیه‌ی وارد کردن آهنربا از طریق واکسن نیز واقعیت دارد.

در پایان این ویدیو آقای پیترز پشتکار مهمان برنامه را تحسین می‌کند و از مخاطبان برنامه دعوت می‌کند که از طریق یک آدرس ایمیل مطمئن و رمزگذاری شده با او ارتباط برقرار کنند و نام خود را به عنوان جویندگان حقیقت و یابندگان واقعیت ثبت کنند. ماموریت با موفقیت انجام شد. اکنون شما یک ویدیوی ۱۲ دقیقه‌ای بسیار تاثیرگذار دارید که با روایت یک داستان دروغین به طرز ماهرانه‌ای افراد را مجذوب خود می‌کند، اعتماد آنها را جلب کرده و آنها را قانع می‌سازد که ادعاهایش را باور کنند.

من به نظریه‌ی آهنربا علاقه دارم زیرا نمونه‌ی بارزی از یک نظریه‌ی توطئه است و در آن از افراد بسیاری درخواست می‌شود مدرک ارائه دهند. بنابراین در مخاطب نوعی حس اعتماد ایجاد می‌شود. در مرحله‌ی بعد ویدئوهای مختلفی نشان داده می‌شود که پدیده‌ی آهنربایی کردن را به طور مستقیم به نمایش می‌گذارد. در نتیجه میزان اعتماد مخاطب بیشتر می‌شود. مگر می‌توان یک مدرک تصویری را رد کرد؟ در ادامه یک متخصص با ذکر القابی رسمی در مقابل اسمش معرفی می‌شود که با بیان چند نکته‌ی در ست و تکرار مطالبی که مخاطب به آن باور دارد، اعتماد دیگران را به خود جلب می‌کند و از اعتماد مخاطب استفاده کرده و یک عنصر (اشتباه) دیگر به اعتقادات مخاطب اضافه می‌کند. در انتهای برنامه از مخاطب خواسته می‌شود که به دنبال حقیقت باشد. حالا یک نظریه‌ی بی نقص دارید که ترکیبی از ذره‌ای از واقعیت، افراد شرور، یک متخصص معروف، اثبات اجتماعی، ویدئوهای دست اول و تقاضا برای بررسی صحت مطالب است.

مغز یا آهنربا؟ کدام یک پیروز است؟

شاید به این فکر کنید که چه کسی این ادعاها را باور می‌کند؟ قطعاً شما این چیزها را باور نمی‌کنید و مدارک آن فرد متخصص را زیر سوال می‌برید، ادعاهای او (از جمله ادعاهایی که از شما نخواستہ بود درستی آن را بسنجید) را بررسی می‌کنید و با دیدہ‌ی تردید به آن ویدیوهای خانگی نگاه می‌کنید. اینطور نیست؟ شما به این فکر می‌کنید که قوانین فیزیک چگونه کار می‌کند و اینطور نتیجه‌گیری می‌کنید که حتی اگر در واکسن آهنربا وجود داشته باشد (که وجود ندارد) این آهنرباها آنقدر قوی نیست که بتواند یک گوشی آیفون را نگه دارد. (آیا تاکنون سعی کرده‌اید که با آهنربا یک تکه کاغذ را به یخچال بچسبانید ولی آهنربا به یخچال نچسبد؟). علاوه‌براین شما ادعاهای مطرح شده در مورد واکسن‌های کرونا را بررسی خواهید کرد. به هر حال حتی شرکت‌های دارویی با نفوذ هم نمی‌توانند قوانین طبیعت را نقض کنند. اگر اندک اطلاعاتی درباره‌ی کسب و کارهای با قوانین سختگیرانه داشته باشید، متوجه می‌شوید که اگرچه ممکن است شرکت‌های دارویی جزو خیرخواه‌ترین شرکت‌های دنیا نباشند، این شرکت‌های چند میلیارد دلاری هرگز با نقض قوانین سازمان غذا و داروی آمریکا یا به اختصار FDA اعتبار خود را به خطر نمی‌اندازند. گمان می‌کنم که این شرکت‌ها نیز مانند بسیاری از شرکت‌های دیگر آمریکا، یک واحد تطبیق استاندارد اگر نگوییم بزرگتر بلکه به بزرگی واحد علوم و تحقیقات خود دارند.

شاید به اشتباه اینطور تصور کنیم که در برنامه‌ی آقای استو پترز تنها افراد دیگر فریب می‌خورند و ما هرگز فریب نمی‌خوریم. اما بررسی این برنامه‌ی تلویزیونی فرصت خوبی برای ما فراهم می‌کند تا باورهایمان و فرایند پذیرش آنها را به دقت بررسی کنیم. آیا در واقعیت ما با کسانی که ویدیوهایی مثل ویدئوی آهنربا در واکسن را تماشا می‌کنند و به اشتراک می‌گذارند تفاوت زیادی داریم؟ می‌توانید پاسخ این سوال را در تمرین زیر پیدا کنید.

با توجه باورهایی که دارید، در مقابل هر یک از عبارات زیر دور کلمه درست یا غلط خط بکشید. سپس میزان اطمینان از پاسختان را با نوشتن امتیازی از ۰ (کاملاً مطمئن نیستم) تا ۱۰۰٪ (کاملاً مطمئن) مشخص کنید.

احتمالاً اینطور فکر می کنید که کنار گذاشتن کتاب، آوردن خودکار و رجوع دوباره به کتاب کار سختی است. حتماً تصور می کنید که به سوالات نگاهی کلی می اندازید و پاسخ سوالات را حفظ می کنید، اما به من اعتماد کنید نمی توانید جواب همه ی سوالات را حفظ کنید. در صورتی که پاسخ همه ی سوالات را یادداشت نکنیم، ممکن است سوالی را جا بیندازیم و احتمالاً اگر کسی به ما بگوید که پاسخ درست چیست، به راحتی خود را فریب می دهیم که پاسخ درست را انتخاب کرده ایم. هدف از انجام این تمرین این است که با نوشتن پاسخ نتوانیم خود را فریب دهیم. پس لطفاً یک خودکار بیاورید و حتماً بنویسید که عبارتهای زیر درست یا غلط است و میزان اطمینان از پاسخ خود را با دادن امتیاز از ۰ (اصلاً مطمئن نیستم) تا ۱۰۰ (کاملاً مطمئن) مشخص کنید.

بیماری کووید ۱۹ واقعی است: (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

اینترنت G5 بی خطر است. (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

جهان هستی با انفجار بزرگ آغاز شد: (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

زمین گرد است: (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

هولوکاست واقعاً رخ داده است: (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

خدا وجود دارد: (درست/غلط) میزان اطمینان از پاسخ (۰-۱۰۰).....

بار دیگر عبارات بالا را بخوانید و در مورد هر عبارت سوالات زیر را از خودتان بپرسید:

در موارد زیر چگونه به پاسخ مورد نظر رسیدم؟

بیماری کووید ۱۹ واقعی است:

اینترنت G۵ بی خطر است

جهان هستی با انفجار بیگ بنگ آغاز شد:

زمین گرد است:

هولوکاست واقعا رخ داده است:

خدا وجود دارد:

چگونه می‌توانم از پاسخ خود به عبارات زیر مطمئن شوم؟

در موارد زیر چگونه به پاسخ مورد نظر رسیدم؟

بیماری کووید ۱۹ واقعی است:

اینترنت G۵ بی خطر است

جهان هستی با انفجار بیگ بنگ آغاز شد:

زمین گرد است:

هولوکاست واقعا رخ داده است:

خدا وجود دارد:

احتمالا شما نیز مثل سایر افراد در ابتدا میزان اطمینان از پاسختان را تقریباً بالا ارزیابی کردید، اما هنگامی که به سراغ قسمت بعدی سوالات رفتید که در آن از شما خواسته می‌شد به این فکر کنید که چطور به این نتیجه رسیدید که باورهای فعلیتان درست است و چرا از پاسخ خود مطمئن هستید، احتمالاً متوجه شدید برخلاف آن چیزی که در ابتدا تصور می‌کردید باورهایتان پایه‌و‌اساس محکمی ندارد. علاوه‌براین، متوجه شدید که باورهایتان تا حد زیادی حاصل پذیرفتن بی‌چون‌و‌چرای اطلاعات دریافتی است و شما در واقعیت به طور مستقل درباره‌ی باورهایتان تحقیق نکرده یا به طور جدی راجع به آنها فکر نکرده‌اید. بدون شک شما اطلاعات خود را از منابع در دسترس و متخصصانی که به آنها اعتماد دارید، با توجه به اثبات اجتماعی (یعنی همه اینطور فکر می‌کنند) یا شهادت دسته اول سایر افراد (یعنی رویکرد دوستم اینطور گفت) به دست آورده‌اید. کسب اطلاعات به این روش کار اشتباهی نیست، اما در نظر گرفتن این موضوع که باورهای ما مبنای مستحکمی ندارد، می‌تواند میزان اطمینان ما نسبت به باورهایمان را اندکی کاهش دهد. نگران نباشید زیرا این احتمال وجود دارد که نیم ساعت بعد، این مدت کوتاهی که به همه چیز شک می‌کردید را از یاد ببرید و مثل گذشته از باورهای خود مطمئن شوید.

منظورم این نیست که باید همه‌ی باورهایمان درباره‌ی وقایع تاریخی یا معضله‌های بهداشتی جهانی را زیر سوال ببریم یا به علت اینکه در مورد همه چیز به دقت جستجو نمی‌کنیم باید خودمان را سرزنش کنیم. بلکه قصد دارم به این واقعیت اشاره کنم که همه‌ی ما از راههای میانبر برای مواجهه با دنیای سرشار از اطلاعات اطرافمان استفاده می‌کنیم. در واقع انسانها نمی‌توانند همواره در مورد همه چیز شک کنند. بنابراین ما سعی می‌کنیم که یک سری معیارهای ابتدایی را در نظر بگیریم. ما یک سری مطالب را باور می‌کنیم و یک سری مطالب دیگر را باور نمی‌کنیم. ما به نظر

افراد متخصص اعتماد می‌کنیم و به دنبال منابعی می‌رویم که گمان می‌کنیم قابل اعتماد هستند. ما همیشه نمی‌توانیم در مورد همه‌ی نظراتمان بازنگری کنیم.

ما به یک سری باورهای اولیه نیاز داریم تا از سلامت عقل خود در برابر حجم داده‌هایی که هر روز دریافت می‌کنیم محافظت کنیم. باورهای اولیه‌ی ما عملکردی مشابه مکانیزم دفاعی دارد و باعث می‌شود که احساس نکنیم درحالی‌که نمی‌دانیم در اطرافمان چه می‌گذرد در دنیا بی‌هدف پرسه می‌زنیم. اکنون که اطلاعات بیشتری در اینترنت در دسترس عموم قرار می‌گیرد، ما به مکانیزم دفاعی بیشتری نیاز داریم و در نتیجه نسبت به باورهایمان کمتر شک می‌کنیم.

ما فقط ادعاهای عظیمی مثل منشا جهان هستی یا وجود خدا را بدون شک و تردید نمی‌پذیریم، بلکه حتی رفتارها و انتخاب‌های روزانه‌ی ما نیز توسط باورهایی شکل می‌گیرد که در مورد آنها به طور دقیق تحقیق نکرده‌ایم یا آنها را زیر سوال نبرده‌ایم. به عنوان مثال من چند سال قبل به استدلالهای موجود درباره‌ی رژیم روزه‌گیری متناوب علاقه مند شدم. در آن زمان شواهد بسیاری در مورد این رژیم غذایی وجود نداشت، اما من حس می‌کردم که این رژیم تاثیر دارد. حتی تعدادی از دوستانم می‌گفتند که این رژیم برای آنها مفید بوده است. بنابراین من نیز از این رژیم غذایی پیروی کردم. پس از مدتی هنگامی که نتایج مطالعات نشان داد که این رژیم هیچ مزیتی بر روشهای دیگر مبتنی بر کاهش کالری دریافتی ندارد، من از آن مطالعات ایراد می‌گرفتم و بر درستی دیدگاه اولیه‌ی خود اصرار می‌کردم (اگرچه از شواهد مطالعات دیگر استفاده می‌کردم تا تفریحات دیروقت و خوردن و نوشیدن با دوستانم را توجیه کنم، معتقد بودم لازم نیست هنگامی که شواهدی وجود ندارد، از یک سری قوانین سخت پیروی کنیم). حتی

حالا که پس از شروع آن رژیم غذایی این مطالب را می‌نویسم مطمئن نیستم که این رژیم خوب است یا نه، اما نهایت تلاش خود را می‌کنم تا در اکثر روزها از این رژیم پیروی کنم.

اطلاعات بیشتر

باورهایتان را به چالش بکشید

موشکافی باورهایمان در عمل کار سختی است اما فیلسوف یونانی سقراط یک روش برای این کار پیشنهاد می‌کند. در این روش که به نام روش سقراطی^{۳۷} شناخته می‌شود، در ابتدا یک فرضیه مطرح می‌شود و سپس به چالش کشیده می‌شود. درستی یک فرضیه را می‌توان به دو طریق یعنی از طریق یافتن یک توضیح جایگزین یا آزمودن ابطال‌پذیری آن به چالش کشید. به عنوان مثال شاید این فرضیه را شنیده باشید که عوامل خارجی در انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۲۰ نقش داشتند. لازم است که از خودتان پرسید: در مورد نتیجه‌ی انتخابات سال ۲۰۲۰ چه توضیح دیگری وجود دارد؟ شاید نتیجه‌ی بدست آمده در آن انتخابات صرفاً به این علت بود که اکثر رای دهندگان ترجیح دادند به همان کاندیدی رای دهند که در انتخابات پیروز شد. علاوه بر این ممکن است این سوال را مطرح کنید که چه چیزی باعث شد فرضیه‌ی شما درباره‌ی انتخابات غلط باشد؟ احتمالاً شمارش مجدد آرا و اقدامات امنیتی به کار رفته نظر شما درباره‌ی فرضیه‌ی تقلب در انتخابات را تغییر داده است. بنابراین می‌توانیم با استفاده از روش سقراطی از خودمان سوال کنیم تا همواره صادقانه جواب بدهیم. توصیه می‌کنم که به جای پاسخ ذهنی به سوالات، سوالات را بر روی کاغذ یادداشت کرده و سپس پاسخ دهید. همانطور که قبلاً گفتم ممکن است به اشتباه تصور کنیم که در ذهنمان به همه‌ی سوالات پاسخ داده‌ایم اما در واقعیت اینطور نباشد. انجام یک کار ساده مثل نوشتن چیزی با کاغذ و خودکار

Socratic method³

تفاوت زیادی ایجاد می‌کند. علاوه بر این می‌توانیم هنگام صحبت کردن با کسی که باورهای اشتباه دارد، از روش سقراطی استفاده کنیم. مثلاً بهتر است به جای رد یا تکذیب کردن فرضیه‌های این افراد راجع به فرضیه‌های جایگزین احتمالی و ابطال‌پذیری این فرضیه‌ها از آنها سوال کنیم.

یک روش مفید دیگر برای زیر سوال بردن باورهایمان این است که از خود پرسیم آیا یک شخص سوم بی‌طرف نیز به همان نتیجه‌ای می‌رسد که ما رسیدیم. اگر آن شخص سوءگیری‌هایی که ما در دیدگاهمان نسبت به دنیا داریم را نداشته باشد یا دیدگاهی کاملاً مخالف درباره‌ی موضوع مورد نظر ما داشته باشد، چطور؟ در اینصورت او چه خواهد گفت؟ آیا فرضیه‌های ما را به چالش می‌کشد؟

باورهای ما بسیار قدرتمند هستند، زیرا زیر سوال بردن این باورها کار آسانی نیست. در واقع احتمال بیشتری وجود دارد که باورهای خودمان را زیر سوال نبریم و همان طور که من بر منطقی بودن رژیم غذایی خود پافشاری می‌کردم، در باور خود مصمم‌تر شویم. یک مستند ساز به نام آدام کورتیس^{۳۸} می‌گوید: (تمام قدرت‌های جهان نه از طریق زور یا قانون، بلکه از راه ورود به ذهن مردم و اثرگذاری بر دیدگاه آنها در جهان اعمال نفوذ می‌کنند. این مسئله حتی در عصر نوین فردگرایی نیز صدق می‌کند). البته باید این نکته را به سخنان او اضافه کنم که این موضوع در عصر نوین فردگرایی و گردش اطلاعات دیجیتال کاملاً صدق می‌کند.

جستجوی همراه با سوگیری: نکته‌ای که از قاتل بالقوه‌ام درباره‌ی ذهن افراد دارای باورهای اشتباه آموختم

آیا ریچارد یعنی همان کسی که به من گفت دوست دارد من را بکشد را به یاد می‌آورید؟ قطعاً رابطه‌ی ما شروع چندان خوبی نداشت اما ما ارتباط خود را همچنان حفظ کردیم. هوش او و تعهدش به تحقیق کردن باعث شد که در سفرم به داخل ذهن افراد دارای باور اشتباه، راهنمای خوبی برایم باشد.

ریچارد خود را به عنوان یک جستجوگر حقیقت معرفی می‌کند که قصد دارد شبکه‌ی دروغ‌ها و فریب‌های طبقه‌ی بانفوذ و فرادست را برملا کند و به نظرم واقعاً قصد چنین کاری را داشت. البته تکذیب بیماری کرونا اولین نظریه‌ی توطئه‌ی او نبود. در واقع ریچارد از سال‌ها قبل امکان وجود یک سری واقعیت‌های دیگر را نیز بررسی کرده بود. او باور دارد که بیل گیتس سازمان بهداشت جهانی را کنترل می‌کند، عده‌ای از افراد بانفوذ که بانک فدرال رزرو^{۳۹} را تاسیس کرده و در آن کار می‌کنند اقتصاد جهان را کنترل می‌کنند، خاندان راکفلر^{۴۰} قصد دارد که یک نظم نوین جهانی برپا کند و چارلز منسون^{۴۱} در آزمایشی توسط سازمان سیا شرکت کرد که باعث شد او به یک قاتل زنجیره‌ای تبدیل شود.

هنگامی که همه‌گیری کرونا آغاز شد ریچارد هر مطلبی که در اخبار می‌شنید را باور می‌کرد. او پس از مدتی به اصطلاح آگاه شد و فهمید که به افراد اشتباهی اعتماد کرده بوده است (منظور او از افراد اشتباه، افراد و سازمانهایی از قبیل مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها، سازمان بهداشت جهانی، بیل گیتس، دکتر فائوچی^{۴۲} و غیره است). ریچارد به من گفت که شخصاً راجع به همه چیز تحقیق می‌کند و کل پیشینه‌ی تحقیق را می‌خواند و هر موقع که مطلبی را نمی‌فهمد، در مورد آن جستجو می‌کند، اما علی‌رغم همه‌ی این تحقیق‌ها، به نظریه‌های توطئه مربوط به کرونا بسیار علاقه داشت. چگونه است که او در دنیای وسیع اطلاعات جستجو می‌کند و به شیوه‌ی دیگری

Federal Reserve Bank^۳

Rockefeller^۴

Charles Manson^۴ از او به عنوان بزرگترین مجرم آمریکا یاد می‌کنند (مترجم)

Dr. Fauci^۴

نتیجه‌گیری می‌کند؟ مورد ریچارد نمونه‌ی جالبی از چیزی است که دانشمندان آن را جستجوی همراه با سوگیری^{۴۳} می‌نامند.

به طور کلی جستجوی همراه با سوگیری به هر نوع تحقیقی گفته می‌شود که تنها بخشی از اطلاعات موجود را نشان می‌دهد. البته نمی‌توان از انسان‌ها انتظار داشت که جستجویی کاملاً بدون سوگیری داشته باشند، بنابراین ما باید جستجوی همراه با سوگیری را به عنوان یک طیف در نظر بگیریم و بررسی کنیم که جستجویمان تا چه حد دارای سوگیری بوده است؟

چند عامل مختلف در سوگیری پژوهشگر هنگام انجام تحقیق نقش دارد. به عنوان مثال ممکن است در برخی موارد به دنبال اطلاعاتی باشیم که به راحتی در دسترس ما قرار دارد. مانند داستان شخصی که زیر نور چراغ برق به دنبال کلیدهایش می‌گشت. البته نه به این دلیل که کلیدهایش را در آنجا گم کرده بود بلکه به این علت که تنها در آنجا روشنایی وجود داشت. هنگامی که در اینترنت موضوعی را سرچ می‌کنیم وارد کردن اصطلاحات خاص، الگوریتمی که موتور جستجو از آن استفاده می‌کند یا نشان دادن نتایج مورد نظر اسپانسرها در قسمت بالای نتایج جستجو باعث می‌شود که در جستجوی اینترنتی دچار سوگیری شویم. حتی ممکن است از موتور جستجویی استفاده کنیم که به طور غیرعمد داده یا زبان مشخصی را نادیده می‌گیرد. هر جستجویی که اطلاعات مربوط به جستجوی ما را به طور کامل نشان ندهد، نوعی جستجوی دارای سوگیری است.

Biased search⁴

نوع خاصی از جستجوی دارای سوگیری که سوگیری تایید^۴ نام دارد در گرایش افراد به باور اشتباه نقش مهمی ایفا می‌کند. در واقع سوگیری تایید نوعی جستجوی دارای سوگیری است که با یک فرضیه آغاز می‌شود و در آن فرد تنها به دنبال یافتن اطلاعاتی است که فرضیه‌ی مورد نظرش را تایید کند و مطالبی که مخالف آن فرضیه باشد را در جستجوی خود نظر نمی‌گیرد.

ریچارد نمونه‌ی خوبی از این سوگیری است. هنگامی که ریچارد را ملاقات کردم او باور داشت که بیماری کووید ۱۹ ابزاری است که دولتها می‌توانند با استفاده از آن آزادی‌های اولیه‌ی شهروندان را نقض کنند و جستجوی گسترده‌ی او نیز با هدف تایید این فرضیه انجام می‌شد.

در یکی از گفتگوهای آنلاینی که با یکدیگر داشتیم، ریچارد لینک ویدیویی را برایم فرستاد که در آن عده‌ای از افراد درباره‌ی اثرات وحشتناک همه‌گیری کرونا بر روی خودشان، اقوامشان، آشنایان و فرزندان‌شان صحبت می‌کردند. تعدادی از این ویدیوها در خانه ضبط شده بود ولی سایر ویدیوها لحنی رسمی داشتند. به نظر من هیچ کدام از آن ویدیوها را نمی‌توان به عنوان مدرکی برای تایید ادعاهای مطرح‌شده در نظر گرفت و من نیز نمی‌توانم براساس یک ویدئو از شخصی که می‌گوید رنج زیادی را تحمل می‌کند نظر بدهم یا نتیجه‌گیری کنم. بنابراین از ریچارد خواستم که داده‌های معتبر یا مقالات علمی برایم بفرستد زیرا او ادعا کرده بود که کل پیشینه‌ی تحقیق مربوط به علوم پزشکی را مطالعه کرده است، پس چرا راجع به این منابع حرف نزنیم؟

آن شب ریچارد لینک‌های مختلفی برایم فرستاد و گفت: (این لینکها شامل تمام اطلاعاتی است که لازم است بدانی تا بفهمی در اطرافت چه می‌گذرد). در نگاه اول اینطور به نظر می‌رسید که اکثر این لینکها منابع موثقی هستند و افراد به اصطلاح متخصص معرفی شده در آنها دارای مدارک معتبری هستند و سازمان‌هایی معتبر مدارک آنها را صادر

Confirmation bias⁴

کرده‌اند. از سوی دیگر ژورنالهایی که در این ویدیوها به آن اشاره می‌شد شبیه مجلات علمی رشته‌ی پزشکی بودند.

من به راحتی به همه چیز اعتماد می‌کنم. اما می‌دانم که در این مواقع باید برخلاف غریزه‌ام عمل کنم و جستجوی خود را براساس این پیش فرض آغاز کنم که همه چیز آنطور که به نظر می‌رسد نیست. اولین لینکی که بررسی کردم من را به سایت انجمن پزشکان و جراحان آمریکا^۵ به اختصار AAPS هدایت کرد. این وب سایت شبیه سایر وب سایت‌های پزشکی بود و در آن علامت عصای اسکلیپوس^۶ (علامت یک مار به دور میله) نشان داده می‌شد اما با بررسی دقیق‌تر این وب سایت مشخص شد که در اصل پایگاهی برای یک گروه سیاسی حزب راستی است و هیچ ربطی به علوم پزشکی ندارد. این سایت در آرشیو خود بیماری‌ایدز را انکار کرده است، ادعا می‌کند بین سقط جنین و سرطان پستان ارتباط وجود دارد، بیان می‌کند بین واکسیناسیون و اوتیسم ارتباط وجود دارد و علاوه بر این ادعا کرده است که همجنس‌گرایی امید به زندگی انسان‌ها را کاهش می‌دهد و غیره. از نظر افراد ناآگاه مقالات منتشر شده در این وب سایت کاملاً مشابه مقالات منتشر شده در سایر مجله‌های پزشکی است. اما این مقالات براساس داده یا واقعیت نیست، بلکه شامل نظرات پراکنده‌ی افراد و براساس حدس و گمانهای متعدد است.

به ریچارد پاسخ می‌دهم که این ژورنال علمی نیست و من آن را مدرک معتبری محسوب نمی‌کنم. ریچارد توجهی به این موضوع نمی‌کند و به اطلاعات بعدی اشاره می‌کند. این اقدام او نشان دهنده‌ی سوگیری تایید است. یعنی ریچارد شواهدی که فرضیه‌ی او را تایید نمی‌کند را نادیده می‌گیرد. مطلب بعدی که ریچارد برایم می‌فرستد توییتی است که در آن ادعا شده در اسرائیل در تاریخ بین ماه مارس تا آوریل ۲۰۲۱ یعنی زمانی که واکسیناسیون همگانی انجام شده میزان مرگ و میر مردان ۲۹ تا ۳۹ ساله ۲۳ درصد افزایش یافته است. ریچارد باور دارد که مرگ این افراد

Association of American Physicians and Surgeons⁴
Asclepius⁴

بدون شک بر اثر واکسیناسیون بوده است. علاوه بر این او لینک سایت پایگاه داده‌ی وزارت بهداشت اسرائیل^{۴۷} را برایم می‌فرستد. به نظر می‌رسد که این آمار کاملاً درست است و در طی دو ماه میزان مرگ و میر در این گروه سنی واقعا ۲۳ درصد افزایش یافته. اما بررسی دقیق‌تر میزان مرگ و میر نشان می‌دهد که اعداد اعلام شده بسیار کوچک و دو رقمی بودند. هنگامی که اعداد کوچک باشد، گزارش آنها به صورت درصد باعث می‌شود که میزان افزایش بیشتر از آن چیزی که هست به نظر آید. اگر دو نفر در طی یک هفته بمیرند و سپس در هفته‌ی بعد سه نفر بمیرند، یک افزایش ۵۰ درصدی در مرگ و میر رخ داده است! اگر تعداد افرادی که می‌میرند از سیزده نفر به شانزده نفر افزایش یابد، آنگاه میزان مرگ و میر ۲۳ درصد افزایش یافته است. بیان اعداد به طریقی که برای بازگوکننده‌ی اطلاعات آسان باشد امری متداول است و مختص به افراد دارای باورهای اشتباه نیست. از این جهت گاهی اوقات علم آمار نامحبوب است. اگر زمان و گروه‌های سنی دیگر را نیز در نظر بگیریم، آنگاه میزان تفاوت در مرگ و میر قابل توجه نیست.

علاوه بر این، آمار فوتی‌ها میزان مرگ و میر کل بر اثر عوامل مختلف را نشان می‌دهد. حتی یک تصادف بد نیز می‌توانست این آمار را تغییر دهد. بنابراین داده‌ی مربوط به میزان مرگ و میر را به طور کامل بررسی و آن را با ماه‌های دیگر (نه تنها آوریل و مارس) و گروه‌های سنی دیگر (نه فقط افراد ۲۹ تا ۳۹ ساله) مقایسه کردم. خیلی زود مشخص شد که میزان مرگ و میر در زمان‌های مختلف متفاوت است و میزان افزایشی که ریچارد نگران آن بود تنها به همان گروه سنی و همان دو ماه محدود می‌شد. سپس آمار مرگ و میری که ریچارد برایم فرستاده بود را با نوسانات کلی این آمار در دوره‌های مختلف مقایسه کردم. برای این منظور بررسی کردم که آیا این افزایش (۲۳٪) از لحاظ آماری تفاوت قابل توجهی با تغییرات در تعداد فوتی‌ها دارد یا نه و علاوه بر این فهمیدم که اگرچه اینطور به نظر

Israeli Ministry Of Health⁴

می‌رسد که افزایش ۲۳ درصدی مرگ‌ومیر رقم قابل توجهی است، بروز تغییرات در آمار مرگ‌ومیر دور از انتظار نیست و این افزایش از لحاظ آماری معنادار نبوده است.

من به امید اینکه بتوانم فرصتی برای ریچارد فراهم کنم تا او بتواند علم و آمار را بهتر درک کند، در یک ویدئو از صفحه‌ی کامپیوترم تحلیل خود را ارائه دادم و به نتیجه‌گیری متفاوت خودم اشاره کردم. این بار نیز ریچارد هیچ پاسخی نداد. او به شواهدی که مخالف باورهایش بود علاقه‌ای نداشت، بلکه تنها قصد داشت شواهد بیشتری پیدا کند تا نظراتش را تایید و باورهایش را قوی‌تر کند. واقعیت این است که همه‌ی ما تا حدی مثل ریچارد هستیم. اگر باور نمی‌کنید این آزمون ساده را انجام دهید.

کارت‌های واسون^{۴۸}

تصور کنید روی یک میز چهار کارت مشابه کارت‌های زیر به شما داده شده است.

تصویر ۵

نحوه‌ی قرارگیری کارت‌ها در آزمایش کارت‌های واسون



به شما گفته می‌شود که در یک سوی کارت‌ها یک حرف نوشته شده است و در طرف دیگر کارت‌ها یک عدد وجود دارد. در این آزمایش این فرضیه مطرح می‌شود که اگر روی یک کارت عدد زوج وجود داشته باشد، آنگاه در سوی دیگر کارت یک مصوت وجود دارد.

اکنون این سوال مطرح می‌شود که شما باید کدام کارت(ها) را برگردانید تا این فرضیه را آزمایش کنید؟ این آزمایش در سال ۱۹۶۶ توسط پیتر واسون^{۴۹} اختراع شد و به نام آزمایش انتخاب کارت واسون شناخته می‌شود.

Wason cards⁴
Peter Wason⁴

یک لحظه به این آزمایش فکر کنید.

اکثر افراد کارتی را انتخاب می کنند که عدد ۴ را نشان می دهد. بنابراین اگر در آنسوی کارت یک مصوت وجود داشته باشد، آنگاه فرضیه‌ی ما تایید و در غیر اینصورت این فرضیه رد می شود. پس انتخاب این کارت معقولانه است. از سوی دیگر افراد بسیاری کارتی را انتخاب می کنند که حرف E بر روی آن نوشته شده است. به نظر می رسد که آزمایش فرضیه به این روش بسیار مهم است. اما اگر دقیق تر به این موضوع فکر کنید، متوجه می شوید که هدف از انتخاب این کارت، تایید فرضیه بوده است (یعنی در آنسوی کارتی که عدد زوج را نشان می دهد، یک مصوت وجود دارد). اما در واقعیت این آزمایش ناقص است. اگر در آنطرف کارتی که حرف E را نشان می دهد یک عدد زوج وجود داشته باشد، آنگاه فرضیه تایید می شود. اما اگر در آنطرف کارت یک عدد فرد وجود داشته باشد، آنگاه این فرضیه تایید یا رد نمی شود زیرا در این فرضیه گفته نشده است که اگر در یک طرف کارت عدد فرد وجود داشته باشد آنگاه باید چه کار کرد.

عده‌ی کمی از افراد کارت K را انتخاب می کنند. اما در واقع این کارت کلید حل مسئله است زیرا اگر در آنطرف کارت K یک عدد زوج وجود داشته باشد، آنگاه این فرضیه رد می شود. بنابراین پاسخ درست انتخاب کارتهای ۴ و E است و کارتهای دیگر هیچ تاثیری در رد یا تایید این فرضیه ندارند.

اگر پاسخ درست را انتخاب کردید، تبریک می گویم. شما ذهنی منطقی دارید یا حتماً آزمایش انتخاب کارت واسون را قبلاً دیده‌اید و از این فرصت استفاده می کنید تا نشان دهید که از اکثر افراد باهوشتر هستید. در آزمایش اولیه‌ی واسون کمتر از ۱۰٪ از شرکت کنندگان پاسخ درست را انتخاب کردند. از آزمایش انتخاب کارت واسون در

پژوهشهای بسیاری استفاده شده است که با اندکی تفاوت و در شرایط مختلفی اجرا شده‌اند و می‌تواند منبعی از جستجوهای دارای سوگیری شناختی فراهم کند.

آزمایش انتخاب کارت واسون، سوگیری تایید را نشان می‌دهد. یعنی انسانها تمایل دارند شواهدی بیابند که به جای رد کردن یک فرضیه آن را تایید کند. سوگیری تایید تنها به نحوه‌ی جستجوی اطلاعات مورد نیازمان محدود نمی‌شود بلکه باعث می‌شود اطلاعات را به نحوی تفسیر کنیم که باورها یا ارزشهای گذشته‌یمان تایید شود و از اطلاعاتی که ممکن است باورها و ارزشهایمان را به چالش بکشد اجتناب کنیم. علاوه براین، این سوگیری باعث می‌شود که در طی مدت کوتاهی تناقضهای موجود در نتیجه‌گیریهایمان درباره‌ی دنیا را توجیه کنیم. ممکن است شخصی که دچار سوگیری تایید است، در صورت شکست نماینده‌ی مورد نظرش، تاکید کند که در انتخابات تقلب شده است و دستگاههای رای گیری قابل اعتماد نیستند اما اگر کاندید مورد نظرش پیروز شود از فرآیند دموکراتیک انتخابات تمجید می‌کند و دستگاههای رای گیری را قابل اعتماد می‌داند. فردی که به طالع‌بینی هفتگی منتشر شده در روزنامه اعتقاد دارد، هر اتفاق همسو با پیش‌بینی‌های آن طالع‌بینی را نشان دهنده‌ی این می‌داند که ستاره‌های آسمان سرنوشت ما را بر اساس ماه تولدمان رقم می‌زنند و در عین حال ممکن است به جای زیر سوال بردن اعتبار طالع‌بینی، هر رویدادی که مطابق با طالع‌بینی نباشد را به نحوی توجیه کند.

ریچارد آمار مرگ‌ومیر را نیز به همین شیوه تفسیر می‌کرد و توضیحات من را نادیده می‌گرفت. او به همبستگی بالای میان واکسیناسیون عمومی و کاهش شیوع بیماری توجهی نمی‌کرد زیرا این موضوع برخلاف باورهایش بود. علاوه‌براین او بر ارتباط ضعیف میان واکسیناسیون و مرگ افراد بیست و نه ساله تا سی و نه ساله در بین ماه مارس تا

آوریل ۲۰۲۱ بیش از حد تاکید می کرد زیرا ارتباط میان واکسن و مرگ این افراد، با الگوی ذهنی او از دنیای اطراف بیشتر سازگار بود.

اطلاعات بیشتر

شیوهی جستجوی خود را تغییر دهید. موتور جستجو ایزاری است که اکثر ما هر روز از آن استفاده می کنیم اما اغلب نمی دانیم که نقش مهمی در سوگیری تایید دارد. آیا تا به حال به این موضوع دقت کرده اید که وقتی شروع به تایپ کردن عبارتی می کنید، موتور جستجو پیشنهادهایی برای کامل کردن جستجوی شما ارائه می دهد و نشان می دهد که افراد دیگری نیز چنین سوالی دارند؟ آیا تاکنون متوجه شده اید که هنگام جستجوی اطلاعات مربوط به مطالبی که عمیقاً به آن باور دارید، سعی می کنید همان چیزی را تایپ کنید که قصد اثبات آن را دارید؟ اگر پاسختان مثبت است تنها نیستید. اکثر ما عبارتی را تایپ می کنیم که قصد داریم آن را ثابت کنیم. به عنوان مثال اگر باور داشته باشیم که واکسن باعث بیماری اوتیسم می شود، احتمالاً عبارت (واکسن باعث بیماری اوتیسم می شود) را تایپ می کنیم. جستجوی این عبارت محتوایی را در اختیار ما قرار می دهد که باور ما را تایید می کند. در اغلب موارد تصور می کنیم که دربارهی یک موضوع مشخص جستجو می کنیم درحالی که در واقع همان دیدگاه دارای سوگیری خودمان دربارهی آن موضوع را جستجو می کنیم. حجم انبوه یافته هایی که در دسترس ما قرار می گیرد، سوگیری شناختی ما را بیشتر از قبل تایید می کند. امیدوارم که روزی موتورهای جستجو به نحوی طراحی شوند که از ما در برابر سوگیری تایید محافظت کنند. اما تا آن روز باید نهایت تلاش خود را بکنیم تا شخصاً با این سوگیری مقابله کنیم. پس بهتر است عبارتی را تایپ کنید که برخلاف باور شما است. در مورد موضوعی که در بالا به آن اشاره شد

می‌توانید عبارت (واکسن باعث بیماری اوتیسم نمی‌شود) را جستجو کنید. جستجوی هر دو عبارت ما را به نتایج جستجوی دقیق‌تر و جامع‌تر هدایت می‌کند و تا حدی از ما در برابر سوگیری تأیید محافظت می‌کند.

سوگیری تأیید به درجات مختلف باعث دردسر ما می‌شود. به آخرین دفعه‌ای که با یکی از دوستانتان بحث می‌کردید و از دکتر گوگل کمک خواستید فکر کنید. آیا بی‌طرفانه به دنبال اطلاعات می‌گشتید؟ آیا در بیشتر موارد به دنبال اطلاعاتی می‌گشتید که دیدگاه شما را تأیید کند یا به دنبال رد آن بودید؟ اگر شایعه‌ای منفی درباره‌ی فردی که دوستش ندارید بشنوید چه اتفاقی می‌افتد؟ صادقانه جواب دهید. آیا با ذهن باز با این داستان برخورد می‌کنید و پیش از نتیجه‌گیری واقعیت ماجرا را بررسی می‌کنید؟ یا تصور می‌کنید که آن شایعه واقعیت دارد زیرا نظر شما درباره‌ی آن فرد را تأیید می‌کند؟ بدون شک چنین رفتاری را در سایر افراد نیز مشاهده کرده‌اید. (به استثنای طالع‌بینی) این موضوع در مورد من نیز صدق می‌کند. این رفتار در مورد مسائلی که مایل هستیم واقعیت داشته باشد و مواردی که فکر می‌کنیم احتمالاً واقعیت دارد به همان شدت وجود دارد.

جستجوی بیماری سرطان

از خواب بیدار شده و به تلفن نگاه می‌کنم. ساعت دو نیمه‌ی شب است. وقتی که خواب از سرم می‌پرد، احساس عجیبی به سراغم می‌آید. در محل اتصال شانه‌ی چپ به گردنم احساس عجیبی دارم. هنگامی که آن نقطه را لمس می‌کنم متوجه می‌شوم که احساس درد بیشتر نمی‌شود و کاملاً بی‌حس است. دستم را به اطراف شانه‌ام می‌برم و انگشتانم را در محدوده‌ی گسترده‌تری حرکت می‌دهم و سعی می‌کنم که نواحی دردناک و محدوده‌ی آن را پیدا

کنم. در نهایت متوجه شدم که در قسمتی از بدنم دردی خفیف و عجیب را احساس می‌کنم. این احساس درد تا قفسه‌ی سینه، شانه و پشتم کشیده شده است.

علت این درد چه می‌تواند باشد؟ فوراً به ذهنم خطور می‌کند که حتماً بیماری سرطان است. از آن لحظه به بعد تنها سوالات مربوط به سرطان به ذهنم خطور می‌کند. در کدام نقطه از بدنم یک غده‌ی سرطانی رشد کرده است که این احساس عجیب را به وجود آورده است؟ آیا این غده در گردنم قرار دارد؟ آیا در ستون فقراتم قرار دارد؟ آیا نوعی سرطان پوست است؟ افکارم به سمت چیزهای منفی می‌رود. تصمیم گرفتم دوباره به این امید بخوابم که وقتی بیدار می‌شوم این بی‌حسی از بین برود. در رختخواب غلت می‌زنم و سرانجام دوباره می‌خوابم. وقتی چند ساعت بعد از خواب بیدار شدم، شانه‌ام هیچ تغییری نکرده بود و آن احساس عجیب و افکار ابتلا به سرطان دوباره به سراغم آمد. نمی‌دانم این احساس را چگونه توصیف کنم.

حالا دیگر کاملاً مطمئن شده بودم که سرطان گرفته‌ام و سرنوشت بدی در انتظارم است. آن شب چند بار از خواب بیدار شدم و کابوس دیدم. صبح روز بعد نیز دوباره همان احساس را داشتم. می‌دانستم که باید به نزد دکتر بروم اما حتی نمی‌دانستم باید به کدام متخصص سرطان مراجعه کنم. متخصص سرطان پوست؟ جراح ارتوپد؟ متخصص ستون فقرات؟ آیا باید به بخش اورژانس بروم یا به نزد دکتر خانواده؟

شانه‌ی راستم که سرطان ندارد را لمس می‌کنم. هنگامی که یکی از انگشتانم به جای زخمهای سوختگی برخورد می‌کند خاطراتم دوباره زنده می‌شود. سالها قبل طی یک عمل جراحی بالنهایی در زیر پوست هر دو شانه‌ام قرار داده شد تا دکترها پوست جدید را به پوست زخمهای سوختگی پیوند بزنند (در اصل از این بالنها برای ایمپلنت پستان زنان استفاده می‌شد، اما من پیشنهاد کردم که استفاده‌ی دیگری از آنها شود. در ابتدا دکترها مخالفت می‌کردند ولی در نهایت از این ایده استقبال کردند). در طی مدت شش ماه دکترها به تدریج و با روش خاصی آن بالنها را باد

می کردند. حجم بالنی که در شانه‌ی چپ من قرار داشت دو لیتر و حجم بالنی که در شانه‌ی سمت راست من قرار داشت یک و نیم لیتر بود. وقتی این بالن‌ها باد می شد سطح پوست سالم بدنم افزایش می یافت. هدف دکترها این بود که با برداشتن بالن‌ها، از پوست سالم ایجاد شده برای درمان تعدادی از زخم‌های سوختگی استفاده کنند تا من سطح بیشتری از پوست سالم در بدنم داشته باشم.

وقتی خاطره آن سوختگی را به یاد آورم، زخم شانه‌ی سمت راستم را لمس کردم و متوجه شدم که بی حس شده است. یادم آمد که از زمان انجام آن عمل جراحی همان احساس درد عجیب را در شانه‌هایم داشته‌ام. حالا دیگر معما حل شده بود! این مشکل همان درد قدیمی بود که فراموش کرده بودم. پس بیماری سرطان نبود. وقتی به اشتباه تصور می کردم که به سرطان مبتلا شده‌ام، افکار ابتلا به بیماری سرطان در سرم می چرخید و احتمالات دیگر را در نظر نمی گرفتم. ای کاش در ابتدا که آن درد عجیب به سراغم آمد مکث می کردم و همه‌ی عواملی که ممکن بود باعث ایجاد احساس درد در شانه‌هایم بشود را در نظر می گرفتم، ولی من تنها یک فرضیه را بررسی کرده بودم و همه‌ی افکارم براساس همان فرضیه بود.

هدف من از بازگو کردن این داستان این است که نشان دهم که ممکن است ما اتفاقاتی که تجربه می کنیم را به شیوه‌های مختلف تفسیر کنیم، اما زمانی که افکار خود را به یک جهت مشخص (مثل فرضیه) هدایت می کنیم، آنگاه به سختی می توانیم از جهتگیری اولیه‌ی خود فاصله بگیریم.

این ماجرا بخشی از ادعاهای افراد درباره‌ی عوارض جانبی واکسن‌ها را توضیح می دهد. حالا تصور کنید ماجرای که تعریف کردم به طور فرضی دقیقاً بعد از واکسن زدن اتفاق افتاده بود. در آن صورت چه نتیجه‌ای می گرفتیم؟ احتمالاً

اینطور نتیجه می‌گرفتم که بی‌حس شدن شانه‌ام در همان دستی که واکسن زده بودم ناشی از عوارض جانبی واکسن است و اگر متقاعد می‌شدم که علت بی‌حسی واکسن است، احتمالاً به دنبال علت دیگری نمی‌گشتم. در واقع هنگامی که انتظار داریم عوارض جانبی واکسن را در بدنمان مشاهده کنیم، به دنبال عوارض واکسن در بدن خود می‌گردیم. در مواقع دیگر نگران عوارض واکسن نیستیم و به خوبی می‌دانیم که عوارض ایجاد شده ناشی از چیست و به خوبی می‌دانیم که آن عوارض به طور تصادفی ایجاد شده است یا علت دیگری دارد. اما زمانی که انتظار داریم عوارض جانبی واکسن در بدن ما بروز پیدا کند، ذهن ما تنها بر عوارض ایجاد شده تمرکز می‌کند. در نتیجه علائم تشدید می‌شود و ما عوارض ایجاد شده را به هر چیزی که تصور می‌کنیم باعث بروز آن علائم شده است (در این مورد واکسن) نسبت می‌دهیم.

کامل کردن نقطه چین

لازم است که هنگام بررسی ارتباط بین پدیده‌ها، به یک فریب ادراکی رایج دیگر اشاره کنیم که باورهای اشتباه را تقویت می‌کند. این فریب ادراکی یافتن الگوی غیرواقعی از علت و معلول است. یعنی دو رویداد مختلف که به ظاهر به هم مرتبط هستند، اما در واقع هیچ ارتباطی بینشان وجود ندارد را بررسی و سعی می‌کنیم میان آنها ارتباط پیدا کنیم و سپس خود را قانع می‌کنیم که پدیده‌ی الف به پدیده‌ی ب منتهی شده است. در ادامه یک نمونه از ربط دادن چند پدیده به یکدیگر را بررسی خواهیم کرد که برای افراد بسیاری در دوران کرونا اتفاق افتاد. در سال ۲۰۱۹ نشستی درباره‌ی آمادگی در برابر بیماری‌های همه‌گیر برگزار شد که به عنوان نشست ۲۰۱ شناخته می‌شود.

این اتفاق نمی‌تواند تصادفی باشد. اینطور نیست؟ حداقل ما یا و افراد بسیاری اینطور فکر می‌کنند. در تاریخ ۱۸ اکتبر سال ۲۰۱۹ بنیاد ملیندا و بیل گیتس^۵ و مجمع جهانی اقتصاد با همکاری مرکز امنیت سلامت جان هاپکینز^۶ در شهر نیویورک برگزار شد، روشهای مقابله با یک همه‌گیری را بررسی کردند. احتمالا اسامی افرادی که در این نشست شرکت کرده بودند شک شما را برانگیخته است و باعث شده که مو بر تئتان سیخ شود. اگر مایل هستید که بدانید آیا من هم در این نشست شرکت کرده بودم باید بگویم که خیر شرکت نکرده بودم یا اگر مایل هستید که بدانید آیا ایلومیناتیها به صورت مخفیانه حامی این برنامه بودند باید بگویم که تا جایی که اطلاع دارم اینطور نبود. اما ماجرا به اینجا ختم نمی‌شود. به نظر شما آنها برای شبیه‌سازی یک همه‌گیری از کدام بیماری استفاده کرده بودند؟ یک بیماری که توسط ویروس کرونا ایجاد شده بود! نمی‌توانیم باور کنیم که این اتفاق تصادفی بوده است. اینطور نیست؟ آیا این احتمال وجود دارد که آنها شیوع بیماری کووید ۱۹ را از قبل پیش‌بینی کرده بودند؟ آیا این به معنای آن نیست که آنها از وجود این بیماری خبر داشتند؟ آیا این به معنای آن نیست که این اتفاق تصادفی ثابت می‌کند که بیل گیتس که بسیاری افراد او را معمار همه‌گیری می‌دانند با همکاری موسسه جان هاپکینز که در مورد آن نیز تردیدهایی وجود دارد بر روی یک نقشه‌ی شیطانی کار کرده بود؟ در واقع اولین موارد بیماری کووید ۱۹ تا قبل از ماه دسامبر به طور عمومی اعلام نشده بود.

عده‌ای که باور دارند بیل گیتس و دوستانش برای شیوع این همه‌گیری در سراسر جهان برنامه‌ریزی کرده بودند این نشست را به عنوان مدرکی برای اثبات ادعای خود در نظر می‌گیرند. باید این واقعیت را بپذیریم که اگر این افراد از

Bill and Melinda Gates Foundation⁵
Johns Hopkins Center for Health Security⁵

احتمال شیوع این همه‌گیری اطلاع نداشتند، آنگاه امکان نداشت که دقیقا قبل از وقوع یک همه‌گیری واقعی این نشست را برگزار کنند. اینطور نیست؟

البته این باور اشتباه است. در این طرز تفکر (یعنی سوگیری تایید) این واقعیت نادیده گرفته می‌شود که چنین نشستهایی به طور منظم سال‌ها قبل از شیوع کرونا برگزار می‌شده است. علاوه بر این، این استدلال منطقی نادیده گرفته می‌شود که کرونا صرفا به عنوان یکی از بیماری‌های احتمالی، مطرح شده بود و این واقعیت نادیده گرفته می‌شود که ما از بین رویدادهای مختلف رویدادی را انتخاب می‌کنیم که با داستانی که به آن باور داریم هماهنگ است. اما در مورد صدها نشست مختلف که توسط بنیاد بیل و ملیندا گیتس برگزار شد و به همه‌گیری کرونا ربطی ندارد چطور؟ آیا در آنصورت نیز سعی می‌کنیم علت آن نشست‌های یک هفته‌ای را توضیح دهیم؟ البته که نه. همانطور که علاقه‌مندان به طالع‌بینی سعی نمی‌کنند کل رویدادهای هفته را با استفاده از ستون طالع‌بینی روز یکشنبه توضیح دهند ما نیز سعی نمی‌کنیم علت سایر نشستهای بنیاد بیل و ملیندا گیتس را توضیح دهیم. با بررسی برهه‌هایی از زمان گذشته که قصد داریم آن را ثابت کنیم، می‌توانیم به راحتی جزئیاتی پیدا کنیم که همسو با داستان ما است. این کار مشابه این است که هنگام انجام بازی فکری سرنخ در ابتدا به کارتها نگاه کنیم و سپس حدس بزنیم که بر روی یک کارت تصویر آقای گیتس در بیمارستان وجود داشت درحالیکه سرنگی را در دستانش گرفته بود!

چرا تشبیه مغز انسان به کامپیوتر باعث دردسر می‌شود؟

انسانها تمایل دارند که راجع به همه چیز به صورت استعاری فکر کنند. این مسئله در مورد نگرش ما نسبت به ذهنمان نیز صدق می‌کند. ما با این هدف به دنیای اطرافمان نگاه می‌کنیم که پدیده‌ها را با استفاده از تصویرپردازی توضیح

دهیم و به این علت که دنیا در طی زمان تغییر می‌کند، آنچه می‌بینیم و استعاره‌هایی که استفاده می‌کنیم تا در مورد اندیشیدن خودمان تعقل کنیم نیز تغییر می‌کند. افلاطون ذهن انسان را به باغ پرندگان تشبیه می‌کند، ولادیمیر ناباکوف^۳ آن را به قفسه‌ی بایگانی و زیگموند فروید آن را به عمل حفاری باستان‌شناسی تشبیه می‌کند. ذهن ما اغلب به عنوان نوعی محفظه توصیف شده است که احتمالاً محتویاتش به بیرون نشت می‌کند. ولی امروزه استعاره‌ی رایجی که در مورد ذهن به کار می‌رود و فیلسوفان دوران باستان، شاعران و روانشناسان اعصار گذشته حتی نمی‌توانستند چنین پدیده‌ای را تصور کنند، مقایسه‌ی ذهن با کامپیوتر است. با رواج استفاده از کامپیوتر ما نیز عملکرد ذهن خود را به کامپیوتر تشبیه می‌کنیم و هنگامی که درباره‌ی تواناییهای ذهن خود صحبت می‌کنیم، از اصطلاحاتی از قبیل پهنای باند، قدرت پردازش و نظیر آن استفاده می‌کنیم. اگرچه کلمه‌ی کامپیوتر استعاره‌ی جالبی است، اما این استعاره نیز مانند سایر استعاره‌ها محدودیتهایی دارد. هنگامی که درباره‌ی فرایند تبدیل شدن به فردی دارای باور اشتباه حرف می‌زنیم، این محدودیتها بیشتر نمایان می‌شود. به کار بردن استعاره‌ی کامپیوتر در مورد ذهن به این معنا است که ما ماشینهایی دارای ادراک ولی فاقد احساسات هستیم و شرایط احساسی موقتی که تجربه می‌کنیم، نحوه‌ی عملکرد ذهن ما را تغییر نمی‌دهد. به عنوان مثال هنگامی که بازار سهام رشد می‌کند و هنگامی که بازار سهام سقوط می‌کند، هیچ تغییری در ذهن ما به وجود نمی‌آید. یک کامپیوتر هم در دوران همه‌گیری و هم در دورانی که آرامش برقرار است، به یک شیوه کار می‌کند. یک کامپیوتر در خانه‌ای که در آن همواره اختلاف وجود دارد و نیز در خانه‌ای که آرامش کامل وجود دارد، به یک شیوه عمل می‌کند. در صورتی که هوا خراب باشد یا در صورتی که هوا عالی باشد، کامپیوتر به همان خوبی گذشته کار می‌کند. اما این موضوع درباره‌ی شیوه‌ی برخورد

مردم با اطلاعات صدق نمی‌کند. کامپیوتر از مسائل مختلفی از قبیل استرس، انگیزه و این واقعیت که ما انسانها به شدت اجتماعی هستیم تاثیر نمی‌پذیرد.

تشبیه ذهن به کامپیوتر بدون در نظر گرفتن تاثیر این عوامل باعث می‌شود که نتوانیم درک درستی از شیوه‌ی تصمیم‌گیری خود و اطرافیانمان داشته باشیم و حتی می‌توان ادعا کرد که این تشبیه پی بردن به شیوه‌ی تصمیم‌گیری انسانها را غیرممکن می‌سازد. در این تشبیه، نحوه‌ی کارکرد شگفت‌انگیز و منحصر به فرد ذهن ما در نظر گرفته نشده است. این دیدگاه درباره‌ی ذهن انسان، درک اینکه چه چیزی باعث می‌شود که یک فرد به باورهای اشتباه اعتقاد پیدا کند را دشوار می‌سازد. روی هم رفته، تصور اینکه یک کامپیوتر دارای باورهای اشتباه باشد دور از ذهن است. بنابراین بهتر است ذهن خود و انسان‌های دیگر را با کامپیوتر مقایسه نکنیم و این واقعیت را که ذهن انسانها پیچیده و خطاپذیر است را بپذیریم.

هشدار: ماجرا عجیب‌تر می‌شود

هیچکدام از میانبرهای ذهنی که در این فصل توصیف کردم به تنهایی یا در مجموع تضمین نمی‌کند که یک فرد حتما باورهایی اشتباه داشته باشد. اما اگر در شرایط احساسی استرس‌زایی قرار بگیریم که باعث شود بخواهیم خود را با یافتن پاسخ تسکین دهیم یا تحت تاثیر سوگیری تایید قرار بگیریم و در نتیجه به دنبال اطلاعات دروغین باشیم و قصد داشته باشیم که یک انسان شرور پیدا کنیم، آنگاه احتمال اینکه باورهایی اشتباه داشته باشیم بیشتر می‌شود.

ادراک انسانها بسیار پیچیده است و در فصل بعد شیوه‌های پیچیده‌ای را بررسی خواهیم کرد که طبق آن داستانهای غلط برای خود تعریف کرده و خود را متقاعد می‌سازیم که آن داستانها را باور کنیم.

فصل ششم

تلاش ما برای حفظ باورهای قبلی

مشاهدات من در طولانی مدت ثابت می‌کند افرادی که شیوه‌ی استدلال احمقانه‌ای دارند، ابتدا در ذهن خود به نتایجی دست می‌یابند و به این دلیل که شخصا به آن نتیجه رسیده‌اند یا از فرد دیگری شنیده‌اند که به او اعتماد دارند، این نتایج آنها را به شدت تحت تاثیر قرار می‌دهد و فرد نمی‌تواند آن باورها را به آسانی از ذهن خود بیرون کند. چنین استدلال‌هایی که تفکرات تغییرناپذیر آنها را که شخصا به آن رسیده‌اند یا از دیگران شنیده‌اند تایید می‌کند، حتی اگر ساده‌لوحانه و احمقانه باشد مورد تایید و تشویق این افراد قرار می‌گیرد. از سوی دیگر هر مطلبی که برخلاف باورهای آنها باشد هر چقدر که هوشمندانه و جامع باشد، اگر باعث بیماری آنها نشود، مورد نفرت یا خشم مردم قرار می‌گیرد. با موافقان خود با علاقه برخورد می‌کنند و عده‌ای از آنها از سرکوب و خاموش کردن صدای مخالفان خود عقب‌نشینی نخواهند کرد.

- گالیلئو گالیله، گفتگو در باب دو نظام عمده‌ی عالم

آیا تاکنون سعی کرده‌اید که با ارائه‌ی اطلاعات صحیح و معتبر به یک نفر، باورهای اشتباه او را اصلاح کنید؟ به عنوان مثال فرض کنید عمه‌ی شما باور دارد که بیماری ایدز به منظور از بین بردن افراد همجنس‌گرا و به طور عمدی شیوع یافته است. شما مقاله‌ای برای او می‌فرستید که این باور اشتباه را رد می‌کند. یا فردی در صفحه‌ی فیسبوک شما ادعا می‌کند که دولت به نوعی فناوری مجهز است که قادر است آب و هوا را دگرگون کند. شما نیز در قسمت کامنت‌ها با او بحث می‌کنید و لینک نظرات دانشمندان سرشناسی که توضیح می‌دهند چرا این ادعا درست نیست را برای او می‌فرستید. یا به طور فرضی یکی از همکارانتان از فناوری 5G می‌ترسد و به شما هشدار می‌دهد قبل از آنکه خیلی دیر شود، موبایل خود را کنار بگذارید. شما نیز چند کپی از مقاله‌های مختلف را روی میزش قرار می‌دهید تا ترس او از بین برود. اگر قبلاً چنین کاری کرده باشید، می‌دانید که خواهیم گفت که این کارها بی‌فایده است. در واقع باور اشتباه از اطلاعات دروغین ناشی می‌شود. اما نمی‌توان این مشکل را تنها با ارائه‌ی اطلاعات درست رفع کرد.

در فصل قبل مشاهده کردیم که اگر صرفاً همان مطالبی را جستجو کنیم که به درستی آن باور داریم، ممکن است به راحتی در دام اطلاعات جانبدارانه، مغرضانه یا اشتباه گرفتار شویم. قطعاً جستجوی مطالبی که تصور می‌کنیم درست است، یکی از عوامل مهم به وجود آمدن باور اشتباه است. با این وجود، اگر این مشکل صرفاً به نحوه‌ی جستجوی اطلاعات محدود می‌شد، در آن صورت با تغییر الگوی جستجوی خود می‌توانستیم این مشکل را حل کنیم و با دسترسی به اطلاعات گسترده و متنوع، در طی مدت کوتاهی درک ذهنیمان از جهان با واقعیت عینی آن سازگار می‌شد. اما احتمالاً می‌دانید که ذهن انسان دارای نیروهای دیگری هم است که بی‌طرف بودن ما را دشوار می‌کند.

هنگامی که فردی تمایل دارد داستان خاصی را باور کند که ممکن است کاملاً اشتباه باشد، شیوه‌ی استدلال او به طرز عجیبی در راستای تایید آن داستان عمل می‌کند. در این فصل ساختار ادراک انسان و روشهایی را بررسی خواهیم کرد که از طریق آن شواهد را به طور عمدی تغییر می‌دهیم تا به نتیجه‌ی دلخواه برسیم. علاوه بر این یک عامل مهم دیگر یعنی تفاوت میان چیزی که واقعاً می‌دانیم و آنچه که تصور می‌کنیم می‌دانیم را بررسی خواهیم کرد که معمولاً باعث اطمینان بیش از حد ما به باورهایمان می‌شود. اما اگر تصور می‌کنید منظورم از تحریف عامدانه‌ی شواهد، تحریف شواهد توسط انسانهای دیگر است، به مثال زیر درباره‌ی ورزش توجه کنید.

استدلال انگیزشی^{۵۴}

ایا شما طرفدار تیمهای ورزشی هستید؟ اگر پاسخان مثبت است می‌توانید در مثال زیر به جای بسکتبال ورزش و تیم مورد علاقه‌ی خود را قرار دهید تا تاثیر احساسی این داستان را بهتر درک کنید. تصور کنید که در حال مشاهده‌ی یک مسابقه‌ی حذفی مهم بین تیم NBA مورد علاقه‌یتان و تیم رقیب هستید. ثانیه‌های آخر بازی است و تیم مورد علاقه‌ی شما یک امتیاز از رقیب خود جلوتر است.

توپ در اختیار تیم رقیب قرار دارد و آنها فرصت دارند که با کسب امتیاز پیروز شوند. بهترین پرتاب کننده‌ی تیم به پشت خط ۳ امتیازی می‌رود تا به توپ ضربه بزند. هنگامی که مدافعان تیم مورد علاقه‌یتان وارد زمین می‌شوند، در زمین بازی غوغایی بر پا می‌شود و آنها در ثانیه‌های آخر بازی نهایت تلاش خود را می‌کنند. پرتاب کننده، توپ را پرتاب می‌کند اما توپ به دور حلقه برخورد کرده و به داخل زمین می‌افتد. یکی از ورزشکاران تیم محبوب شما توپ را می‌گیرد، شما از جای تان بلند می‌شوید تا شادمانی کنید، اما در این لحظه صدای سوت بلند داور از میان

motivated reasoning⁵

فریاد تماشاگرانی که پای خود را بر کف چوبی سالن می‌کوبند شنیده می‌شود. داور اعلام می‌کند که تیم شما خطا کرده است. بنابراین تیم رقیب سه ضربه‌ی آزاد دارد و با توجه به اینکه زمان زیادی به پایان بازی باقی نمانده است، به احتمال زیاد تیم رقیب برنده‌ی بازی خواهد بود.

از جایگاه تماشاگران و سالن پذیرایی بسیاری از خانه‌ها در سراسر کشور صدای فریاد بلند می‌شود و احتمالاً شما نیز مثل آنها فریاد می‌زنید. طرفداران تیم مورد علاقه‌تان رو به تلویزیون فریاد می‌زنند: (خطا نبود!). شما به داور فحش می‌دهید و او را متهم به طرفداری از تیم رقیب می‌کنید. شما تماس فیزیکی میان بازیکنان را بخشی از مسابقه می‌دانید. طرفداران تیم رو به جمع خود و هر اطرافیان می‌گویند: (بذارین بازی کنند. نگذارین داورها در مورد نتیجه‌ی بازی تصمیم بگیرند!)

طرفداران تیم پس از مشاهده‌ی بازپخش بازی همچنان بر موضع قبلی خود پافشاری می‌کنند و احساس می‌کنند که داوری ناعادلانه‌ی داور مانع از دستیابی تیم به یک پیروزی مهم شده است. حالا تصور کنید که عکس این ماجرا اتفاق بیفتد. داور سوت می‌زند اما این بار خطا به نفع تیم شما اعلام می‌شود. توجه داشته باشید که در هر دو صورت شرایط بازی یکسان است. به نظر شما این بار طرفداران چه واکنشی نشان خواهند داد؟ شما چه واکنشی نشان خواهید داد؟ آیا با اطمینان کامل می‌گویید که خطایی رخ داده است و به طور دقیق توضیح می‌دهید که بازیکن تیم رقیب چگونه قوانین بازی را نقض کرده است؟ آیا با اطمینان می‌گویید که داورها بی‌طرف و عادل هستند؟ آیا احساس می‌کنید که داورها وظیفه‌ی خود را به نحو احسن انجام می‌دهند؟ آیا از اینکه داورها بازی را در لحظات پایانی متوقف کرده‌اند خوشحال می‌شوید؟ صادقانه پاسخ دهید.

اکثر طرفداران ورزش یک استاندارد دوگانه دارند. یعنی هنگامی که خطا به نفع تیم آنها اعلام می‌شود، از نظر آنها همه چیز عادلانه و شفاف است، اما هنگامی که خطا به نفع تیم رقیب اعلام می‌شود، معتقد هستند که داوری بازی مغرضانه و اشتباه است. این پدیده تنها در مورد طرفداران ورزش صدق نمی‌کند، بلکه ذات انسانها اینگونه است. در واقع ما همه چیز را آنطور که دوست داریم می‌بینیم و استدلالهای مناسبی برای اثبات معتبر بودن دیدگاهمان ارائه می‌دهیم. به عبارت دیگر، ما از پدیده‌ای که در حوزه‌ی علوم شناختی به عنوان استدلال انگیزشی نامیده می‌شود استفاده می‌کنیم که به معنی تمایل ما انسانها به تحریف واقعیت برای دستیابی به نتیجه‌ی مورد نظرمان است. در واقع، استدلال انگیزشی بر جنبه‌های زیادی از زندگی ما تاثیر می‌گذارد. هنگامی که دونالد ترامپ در سال ۲۰۱۶ نامزد انتخابات ریاست جمهوری شده بود، من از حجم دروغهای فراوان او تعجب می‌کردم و عجیبتر اینکه بسیاری از جمهوری خواهان نیز به دروغهای او اهمیت نمی‌دادند. من از اینکه طرفداران این حزب به حقیقت توجه نمی‌کردند تعجب کرده بودم و به این فکر می‌کردم که آیا این مسئله تنها به احزاب راستگرا محدود می‌شود یا در احزاب چپگرا نیز یافت می‌شود. بنابراین تصمیم گرفتم تا این مسئله را به دقت بررسی کنم و به این نتیجه رسیدم که انتخابات سال ۲۰۱۶ به شدت ایدئولوژی-محور بود. در آن دوران، اعضای هر دو حزب به مسائل مهمتری از قبیل بیمه سلامت، قانون حمل اسلحه و سقط جنین اهمیت می‌دادند. مسئله این نبود که جمهوری خواهان به صداقت و عدم صداقت اهمیت نمی‌دادند، بلکه آنها به مسائل مهمتری اهمیت می‌دادند. در واقع این مسائل به قدری برای آنها مهم بود که حاضر بودند برای دستیابی به اهداف بزرگ خود، آن دروغها را نادیده بگیرند. علاوه بر این بسیاری از جمهوری خواهان عدم صداقت ترامپ را نشانه‌ی وفاداری او به اهداف حزب می‌دانستند. آنها اینطور استدلال

می کردند که چون ترامپ برای رسیدن به اهداف خود به راحتی دروغ می گوید، در صورت به قدرت رسیدن نیز هر کاری را که برای رسیدن به اهداف حزب لازم باشد انجام خواهد داد.

هنگامی که به دوستان چپگرای خودم گفتم که می دانم چرا جمهوری خواهان از دروغ های ترامپ ناراحت نمی شوند، تعجب کردند. سپس این سوال را مطرح کردم: (تصور کنید یکی از رهبران حزب دموکرات به مسائلی از قبیل تغییرات آب و هوایی، حق سقط جنین و حمل اسلحه علاقه دارد. او حقیقت را تا حدی تحریف می کند تا طرفداران حزب رقیب را قانع کند که قوانینی را به تصویب برسانند که در خدمت ایدئولوژی اصلی حزب دموکرات باشد. آیا شما از چنین رهبری حمایت می کنید؟). قطعاً دادن پاسخ مثبت آسان نیست، اما اکثر دوستان لیبرال من در نهایت پذیرفتند که مسائلی از قبیل تغییرات آب و هوایی، حق سقط جنین و حمل اسلحه به قدری مهم هستند که اشکالی ندارد اگر اندکی حقیقت را تحریف کنیم تا بتوانیم در آینده قوانین مهم مربوط به این مسائل را به تصویب برسانیم. مهم نیست که شما طرفدار احزاب چپ هستید یا احزاب راست، مسئله این است که ما انسانها دنیا را به همان شیوه ای که دوست داریم می بینیم و با توجه به اولویتهایی که داریم ذهنیت خود درباره ی صلاحیت نامزدها برای شرکت در انتخابات، ویژگی اخلاقی آنها و اینکه هدف تا چه اندازه وسیله را توجیه می کند را شکل می دهیم.

هنگامی که به صداقت و عدم صداقت سیاستمداران فکر می کنیم، باید به این نکته توجه کنیم که انسانها فقط برای لذت بردن دروغ نمی گویند، بلکه در بسیاری از مواقع شرایط را سبک و سنگین می کنند. به عنوان مثال انسانها به این فکر می کنند که آیا باید حقیقت را بگویند یا باید وانمود کنند که از هدیه (لباس، وعده ی غذایی، اثر هنری و غیره) خوششان آمده است؟ آیا باید حقیقت را بگویند یا باید هدف خود را در اولویت قرار دهند؟ آیا باید حقیقت را بگویند یا بهتر است پول بیشتری به دست آورند؟ آیا باید حقیقت را بگویند یا بهتر است در مسند قدرت باقی بمانند؟ در این موارد، انسانها از دروغ گفتن لذت نمی برند بلکه آنها سعی می کنند خود را متقاعد سازند که مسائل دیگر

مهمتر است. هنگامی که بر اساس هرم نیازها در یک دوره‌ی خاص مسئله‌ی مشخصی اهمیت بیشتری دارد و ما به اشتباه مسئله‌ی دیگری را مهم جلوه می‌دهیم، به این علت است که توانسته‌ایم خود را متقاعد کنیم که بهتر است صداقت را قربانی اهداف مهمتری کنیم.

اطلاعات بیشتر

ذهنیت تدافعی را کنار بگذارید و ذهنیت پیشاهنگی^{۵۵} داشته باشید

هنگامی که با دیگران گفتگو می‌کنیم و به ویژه در مواقعی که گفتگوی دشواری در پیش داریم، ممکن است به طور پیش فرض این ذهنیت را داشته باشیم که باید از قلمروی عقاید خود دفاع کنیم. با این وجود، می‌توانیم با کنار گذاشتن این ذهنیت گفتگوی مفیدتری داشته باشیم. علاوه بر این می‌توانیم از طرف مقابل بخواهیم که او نیز این ذهنیت را کنار بگذارد، اما تغییر ذهنیت افراد دیگر آسان نیست. جولیا گالف وضعیت^{۵۶}ی که در آن از قلمروی خود دفاع می‌کنیم را ذهنیت سرباز^{۵۷} می‌نامد. گالف معتقد است که استفاده از ذهنیت سرباز در گفتگو باعث می‌شود که استدلال کردن را نوعی مبارزه‌ی تدافعی در نظر بگیریم و احساس کنیم که ارزش‌هایمان در خطر است و برای حفظ

scout mindset⁵
Julia Galef⁵
soldier mindset⁵

این ارزش‌ها در برابر نظرات مخالف هر کاری که لازم است را انجام می‌دهیم. به عبارت دیگر خانم گالف معتقد است که بهتر است ذهنیت پیشاهنگی داشته باشیم. برخلاف سرباز که وظیفه‌اش دفاع از قلمرو است، وظیفه‌ی فرد پیشاهنگ جستجو و بررسی محیط است و این کار مستلزم داشتن ذهنی جستجوگر است تا نقشه‌ی درستی از این قلمرو به دست آید. به عبارت دیگر افراد پیشاهنگ به آنچه که درست است و در دنیای واقعی وجود دارد علاقه دارند در حالیکه سربازها بر دفع تهدید تمرکز می‌کنند. پس به یاد داشته باشید که اگر نمی‌خواهید به دام باورهای اشتباه بیفتید باید سعی کنید که یک فرد پیشاهنگ باشید، نه یک سرباز.

ماجرای پزشک نگون بخت

در دوران کرونا به یک نمونه از استدلال انگیزشی برخورد کردم که برایم بسیار جالب بود. این ماجرا به داروی ایورمکتین^۵ و یک پزشک بریتانیایی به نام اندرو هیل^۹ مربوط می‌شود و نقش همان داور مسابقات NBA را دارد که در ابتدای فصل به آن اشاره کردم.

اولین بار اسم این دارو را از زبان ریچارد شنیدم. او تعریف می‌کرد که سازنده‌ی داروی ایورمکتین برنده‌ی جایزه نوبل شده است (که البته و قطعیت دارد) و با اشتیاق لینک وب‌سایتی را برایم فرستاد که اطلاعات زیادی درباره‌ی این دارو ارائه می‌کرد. این لینک به یک وب‌سایت بزرگتر هدایت می‌شد که مطالعات مختلف درباره‌ی درمان‌های جایگزین برای بیماری کووید ۱۹ از جمله آسپرین، کورکومین،^۶ رژیم غذایی، ایورمکتین، متفورمین،^۷ رمدسیویر،^۸

Ivermectine⁵
Andrew Hill⁵
curcumin⁶
metformin⁶
remdesivir⁶

ویتامینهای آ، ب، سی، دی، زینک و غیره در آن جمع آوری شده بود. در این سایت ذکر شده بود که داروی ایورمکتین روشی ارزان، مطمئن، در دسترس و بسیار موثر برای درمان بیماری کووید ۱۹ است.

پس از بررسی سایر منابع اینترنتی فهمیدم که داروی ایورمکتین یک داروی ضدانگل مهم است که برای درمان حیوانات و انسان‌ها استفاده می‌شود. در اواخر سال ۲۰۲۰ که افراد بسیاری بر اثر بیماری کرونا می‌مردند و واکسنهای تولید شده هنوز تایید نشده بود، عده‌ی بسیاری امیدوار بودند که این دارو در درمان کووید ۱۹ موثر باشد. یکی از این افراد یک محقق بالینی برجسته به نام دکتر هیل بود. در ماه اکتبر همان سال سازمان بهداشت جهانی از دکتر هیل خواست که با توجه به مجموع کارآزمایی‌های انجام شده بر روی داروی ایورمکتین و کووید ۱۹، یک فراتحلیل (یعنی یک تحلیل آماری که از نتایج چند پژوهش علمی مختلف استفاده می‌کند) انجام دهد. هنگامی که دکتر هیل مشغول انجام فراتحلیل بود، در چند توییت به تاثیرات مثبت داروی ایورمکتین اشاره کرد. این توییتها مورد توجه افراد دارای باورهای اشتباه قرار گرفت که این دارو را جایگزین واکسن‌های تایید نشده می‌دانستند. آنها دکتر هیل را که در زمینه‌ی پزشکی فردی معتبر محسوب می‌شد و استفاده از این دارو را توصیه می‌کرد را نشانه‌ی تایید این دارو برای درمان بیماری کووید ۱۹ و در نتیجه عدم نیاز به واکسن می‌دانستند.

دکتر هیل و همکارانش اطلاعات مورد نیاز خود را از ۲۳ کارآزمایی داروی ایورمکتین در سراسر جهان به دست آوردند و سپس یک فراتحلیل انجام دادند. نتایج این فراتحلیل امیدوار کننده بود و مشخص شد که این دارو می‌تواند مرگ‌ومیر ناشی از کووید ۱۹ را به میزان ۷۵ درصد کاهش دهد. اما در این پژوهش، پژوهشگران ضمن هشدار اینطور نتیجه‌گیری کرده بودند که به داده‌های بیشتری در قالب کارآزمایی‌های کنترل شده‌ی تصادفی و گسترده نیاز است تا این دارو مورد تایید قرار گیرد. اما دکتر هیل در توییت‌های کوتاه خود به این هشدارها اشاره نکرده بود. بنابراین هنگامی که متن کامل این فراتحلیل در تاریخ ۱۸ ژانویه ۲۰۲۱ منتشر شد، طرفداران داروی ایورمکتین شوکه

و عصبانی شدند. آنها دکتر هیل را متهم می کردند که با ذکر هشدار در بخش نتیجه گیری پژوهش، گزارش خود را به نوعی نابود کرده و به باور آنها مبنی بر مفید بودن این دارو خیانت کرده است. به نحوی که انگار داوری که قبلاً تصور می کردند طرفدار آنها بوده است ناگهان به نفع تیم مقابل کار می کند. آنها نیاز داشتند که یک داستان جدید درباره ی دکتر هیل بسازند. دکتر هیل که در گذشته به خاطر اعتبارش در زمینه ی پزشکی و تحقیقات بی نقصش مورد ستایش قرار گرفته بود، اکنون فردی خائن تلقی و به این متهم می شد که منافع خودخواهانه ی خود را به سلامتی جامعه ترجیح می دهد. منتقدان دکتر هیل باور داشتند که او از شرکت های بزرگ داروسازی که اثرگذاری داروی ایورمکتین را زیر سوال می بردند تا بتوانند از واکسن و سایر داروهای جدید سود فراوانی کسب کنند پول می گیرد. این افراد به ارتباط بین بنیاد گیتس با این پژوهش ها اشاره و ادعا می کردند که دکتر هیل با به تعویق انداختن فرآیند تایید داروی ایورمکتین در یک توطئه ی غیر قابل قبول نقش دارد که ممکن بود باعث مرگ میلیون ها نفر شود.

اما در واقعیت دکتر هیل در فراتحلیل خود با توجه به داده های محدودی که وجود داشت، مانند سایر پژوهش های دانشگاهی استفاده از داروی ایورمکتین را به دیگران توصیه می کرد. علاوه بر این دکتر هیل علی رغم تمام انتقادات به آینده ی این دارو امیدوار بود و آن را یک تحول بالقوه در صنعت داروسازی محسوب می کرد. یک روز پس از اینکه گزارش دکتر هیل منتشر شد، او در مصاحبه ای با مجله فایننشیل تایمز گفت که باید در قسمت نتیجه گیری این فراتحلیل به افراد اطلاع داده شود که خود را آماده کنند، مقدار داروی مورد نیازشان را تهیه کنند و آماده شوند

که این دارو تایید شود. اما از نظر طرفداران داروی ایورمکتین هر نوع تاخیر در تایید این دارو به معنی خیانت به انسانها بود.

در تاریخ مارس ۲۰۲۱ هنگامی که دکتر هیل تصویری در توییتر منتشر کرد که او را در حال دریافت نخستین دوز واکسن کووید ۱۹ نشان می‌داد، در بین طرفداران نظریه‌های توطئه معروف شد. او پیام‌های فراوانی از مردم وحشت زده دریافت کرد که در آنها نوشته شده بود: چرا او چنین کاری کرده است؟ چرا از داروی ایورمکتین استفاده نکرده است؟ آیا او از بنیاد گیتس پول می‌گیرد؟

در آن زمان، یک دانشجوی پزشکی جوان در دانشگاه لندن به نام جک لورنس^۴ در پایان نامه‌ی ارشد خود مطالعه‌ی مهمی بر روی داروی ایورمکتین انجام داد. این پژوهش که توسط یک استاد در مصر انجام شده بود یکی از مهم‌ترین مطالعاتی بود که در پژوهش دکتر هیل به آن اشاره شده بود و تا آن زمان بزرگترین کارآزمایی در این زمینه بود و ۶۰۰ نفر در آن مشارکت داشتند. تعداد بالای مشارکت کنندگان آن تاثیر مهمی در فراتحلیل دکتر هیل داشت. جالب توجه است که یافته‌های کارآزمایی نشان می‌دهد که داروی ایورمکتین باعث کاهش میزان مرگ‌ومیر به میزان ۹۰ درصد می‌شود. دکتر لورنس تصمیم گرفت که داده‌های مربوط به بیماران را که در یک سایت اشتراک‌گذاری فایل قرار داشت را به طور دقیق‌تر بررسی کند و موفق شد که رمز عبور را هک کند و متوجه شد که یک ایراد بزرگ در این داده‌ها وجود دارد. به عنوان مثال تعدادی از این بیماران قبل از شروع این مطالعه فوت کرده بودند. افراد دیگری نیز به صورت همزمان این داده‌ها را بررسی کردند و به این نکته‌ی وحشتناک پی بردند که در فهرست اسامی بعضی از اسامی چند بار تکرار شده است به نحوی که به نظر می‌رسید یک نفر داده‌های مربوط به بیماران را چند بار کپی و پیست کرده است. قطعاً نمی‌توان براساس این داده‌ها نتیجه‌گیری کرد. البته مطالعه‌ای که در

Jack Lawrence⁶

مصر انجام شد تنها پژوهش دارای اشکال نبود. بررسی دقیق‌تر داده‌ها نشان داد که داده‌های موجود در سایر مطالعات مربوط به داروی ایورمکتین نیز ایراد دارد.

بنابراین هنگامی که دکتر هیل متوجه این موضوع شد مثل سایر دانشمندان در فراتحلیل اصلی بازنگری کرد. او آن دسته از مطالعاتی را که به درستی آنها اعتماد نداشت از جمله مطالعه‌ی انجام شده در مصر را حذف کرد. او پس از حذف این نوع مطالعات از فراتحلیل، در بخش نتیجه‌گیری پژوهش بازنگری و بیان کرد که داروی ایورمکتین در درمان کووید ۱۹ بی‌تاثیر است.

انتشار این یافته‌ها در تاریخ جولای ۲۰۲۱ موجی از نفرت مردم را در پی داشت. دکتر هیل تصاویر مختلفی از تابوت و جنایتکاران حزب نازی که از تیر برق آویزان شده بودند دریافت کرد و خود و خانواده‌اش نیز تهدید شدند. در این ماجرا نه تنها داور به اشتباه خطا گرفته بود، بلکه بازی را نیز به تیم حریف واگذار کرده بود. بدون شک دکتر هیل نه تنها یک فرد فاسد، بلکه انسانی شرور بود. سرانجام دکتر هیل به ناچار حساب توییتر خود را حذف کرد.

چند هفته پس از این اتفاقات، کارآزمایی‌های تصادفی و کنترل شده تایید کرد که داروی ایورمکتین در درمان کووید ۱۹ بی‌تاثیر است. اما حتی نتایج این کارآزمایی‌ها نیز نتوانست نظر افرادی را که به قدرت شفاعت این دارو باور داشتند تغییر دهد. در واقع طرفداران نظریه‌ی توطئه معتقدند که شرکت‌های دارو سازی که از راه فروش واکسن میلیارد‌ها دلار سود کسب می‌کنند، به طور عمدی روش‌های درمانی ارزان و مطمئن را زیر سوال می‌برند زیرا در غیراینصورت سود کمتری به دست می‌آورند.

افراد دارای باور اشتباه در اتاقهای تبادل نظر اینترنتی اطلاعات لازم درباره‌ی نحوه‌ی تهیه‌ی این دارو را به اشتراک می‌گذاشتند و حتی عده‌ای از آنها استفاده از نسخه‌ی داروی مورد استفاده برای حیوانات را توصیه می‌کردند. آنها گمان می‌کردند که افراد بانفوذ دنیا (از جمله ملکه‌ی انگلستان) در صورت ابتلا به کووید ۱۹ به صورت مخفیانه از این دارو استفاده می‌کنند. هنگامی که افراد دارای باور اشتباه بر اثر ابتلا به این ویروس بستری می‌شدند درخواست می‌کردند که این دارو برایشان تجویز شود و هنگامی که پزشکان از تجویز این دارو خودداری می‌کردند عصبانی می‌شدند.

هنگامی که درباره‌ی باور اشتباه تحقیق می‌کردم، با مردی ملاقات کردم که یک بسته داروی ایورمکتین به من هدیه داد که از یک فروشگاه اینترنتی خریده بود. در آن زمان ویروس کووید ۱۹ به سرعت در حال انتشار بود و آن مرد به من توصیه کرد تا آن قرصها را مصرف کنم تا از خود در برابر این بیماری محافظت کنم. به او گفتم که به اثربخشی این دارو اعتقاد ندارم. اما می‌دانستم که برخلاف نظرم او در ته قلبش باور دارد که من می‌دانم که این دارو فوق العاده است و من به دور از چشم دیگران آن دارو را مصرف خواهم کرد.

اطلاعات بیشتر

برای مخالفت کردن عجله نکنید

هنگامی که شخصی اطلاعات دروغین به اشتراک می‌گذارد، ممکن است فوراً به او بگوییم: (این چیزی که گفتی درست نیست). به نظر می‌رسد که رویکرد تکرار عبارتی که شنیدیم و مخالفت با آن کار درستی است ولی این کار تنها در کوتاه مدت جواب می‌دهد و در طولانی مدت اثرگذاری کمتری دارد و حتی ممکن است اثر معکوس داشته

باشد. این اتفاق دو علت روانشناختی دارد. اولین علت اثر حقیقت واهی^۶ است که بیان می‌کند هر چقدر انسانها بیشتر در معرض اطلاعات (یا اطلاعات دروغین) قرار بگیرند، آن اطلاعات بیشتر در ذهنشان به عنوان اطلاعات آشنا و صحیح کدگذاری و تثبیت می‌شود. احتمالاً متوجه شده‌اید که این ویژگی از ذات انسان مورد توجه تبلیغ کنندگان و سیاستمداران قرار گرفته است. جوزف گوبلز^۶ ضمن بهره‌گیری از این خصوصیت انسانی می‌گوید: (یک دروغ را آنقدر تکرار کن تا به واقعیت تبدیل شود). حتی شاید او اصلاً چنین چیزی نگفته باشد، اما به دلیل اثر حقیقت واهی همه‌ی افراد تصور می‌کنند که او چنین چیزی گفته است.

علت دوم این است که عملکرد حافظه‌ی ما به نحوی است که دو بخش مختلف یک عبارت منفی در ذهن ما به صورت جداگانه ذخیره می‌شود. ما در کوتاه مدت این بخش‌ها را به عنوان عبارت (X) و (X صحیح نیست) کدگذاری می‌کنیم. اما با گذشت زمان ارتباط بین این دو بخش تضعیف می‌شود و ارتباط بین بخشهای این عبارت تاثیر اولیه‌ی خود را از دست می‌دهد. همانطور که قبلاً اشاره شد، اثر حقیقت واهی به معنای این است که تکرار مهم است و به همین دلیل در ذهن ما عبارت (X) صحیح ارزیابی می‌شود درحالیکه عبارت (X صحیح نیست) تا حد زیادی نادیده گرفته می‌شود.

با توجه به این موضوع لازم است که به دو نکته توجه کنیم. نخست اینکه اجازه ندهید اثر حقیقت واهی از همان ابتدا بر قضاوت افراد اثر بگذارد. به عبارت دیگر بهتر است قبل از اینکه افراد دارای باورهای اشتباه به دفعات با اطلاعات دروغین مشخصی مواجه شوند، اطلاعات صحیح در اختیارشان قرار داده شود. دوم اینکه اگر بخواهیم مواجهه‌ی افراد با مطلب X را کاهش دهیم، بهتر است داستان دیگری برایشان تعریف کنیم. به عنوان مثال به جای گفتن (این

illusiory truth effect⁶
Joseph Goebbels وزیر تبلیغات نازیها⁶

چیزی که گفتی درست نیست) می‌توانیم بدون اشاره به گفته‌های آن فرد بگوییم: (۷ درست است و این شواهد درست بودن آن است).

ماجرای داروی ایورمکتین چند نمونه‌ی مختلف از استدلال انگیزشی فراهم می‌کند. نخست اینکه طرفداران استفاده از داروی ایورمکتین به شدت نگران وجود ایرادات احتمالی در مطالعاتی بودند که بی‌اثر بودن این دارو را نشان می‌داد. آنها مثل دانشمندان متخصص به ایرادات روش تحقیق هر مطالعه اشاره می‌کردند. علاوه‌براین آنها در مطالعاتی که تاثیر این دارو را رد می‌کرد اخلاق پژوهش را زیر سوال می‌بردند و به تضاد منافع احتمالی اشاره می‌کردند، اما در مطالعاتی که استفاده از داروی ایورمکتین را مفید می‌دانستند، نگران ایراداتی مثل استفاده از داده‌های تقلبی نبودند. علاوه بر این آنها تا زمانی که مجبور نبودند نظر خود درباره‌ی اثربخشی داروی ایورمکتین را تغییر دهند، به راحتی نظر خود را درباره‌ی افرادی نظیر دکتر هیل تغییر می‌دادند و مهارت خاصی در تحریف ماجرا داشتند تا به نتیجه‌ی مورد نظر خود برسند. بنیان‌گذار گروه طرفداران ایورمکتین دکتر تس لوری^{۶۷} (او متخصص بیماری‌های عفونی نیست، بلکه متخصص باروری و زایمان است) دیدگاه این افراد را به طور خلاصه بیان می‌کند. هنگامی که از او پرسیده شد چه شواهدی به او ثابت می‌کند که این دارو بی‌اثر است، پاسخ داد: (این دارو موثر است. هیچ چیزی نظر من را تغییر نمی‌دهد).

راه‌حل گریزی^{۶۸}

در باور اشتباه نوعی استدلال انگیزشی نهفته است که علت وجود برخی از باورهای پیچیده‌ای که امروزه در جهان مشاهده می‌کنیم را به خوبی توضیح می‌دهد. به مثال زیر توجه کنید. گروهی از جمهوری خواهان محافظه کار را تصور کنید که به علت گرایشات سیاسی خود باور دارند تغییرات اقلیمی مسئله مهمی نیست. بنابراین شما یک مقاله به آنها می‌دهید که در آن توضیح داده شده است که برای مبارزه با تغییرات اقلیمی و کاهش میزان تولید کربن دی اکسید به مقررات بیشتر و مداخله‌ی بیشتر دولت نیاز است. سپس از آنها پرسید: (آیا تغییرات اقلیمی ناشی از فعالیتهای انسانی واقعیت دارد؟) و پاسخ‌های آنها را ثبت کنید. به اعضای دیگر این گروه یک مقاله‌ی دیگر بدهید که در آن نوشته شده است راه حل مبارزه با تغییرات اقلیمی، کاهش مقررات و کاهش مداخله‌ی دولت است و اگر بخواهیم میزان تولید کربن دی اکسید را کاهش دهیم باید به سیاست بازار آزاد روی بیاوریم. سپس دوباره همین سوال را از این گروه از افراد پرسید: (آیا تغییرات اقلیمی ناشی از فعالیتهای انسانی واقعیت دارد؟) و پاسخ‌های آنها را ثبت کنید. آیا فکر می‌کنید که تفاوتی در پاسخ این دو گروه وجود دارد؟

تروی کمپل^۹ و ارون کای^{۱۰} آزمایشی مشابه آنچه ذکر کردم انجام دادند. نتیجه‌ی این آزمایش نشان داد که به بین پاسخهای مشارکت کنندگان تفاوت وجود دارد. هنگامی که از این افراد پرسیده شد که آیا با این دیدگاه علمی موافق هستند که تغییرات اقلیمی ناشی از فعالیتهای انسانی در طول قرن بیست و یکم باعث شده است که دمای کره زمین حداقل ۱٫۵ درجه افزایش یابد، تنها عده‌ی کمی (۲۲٪) از افراد جمهوری خواهی که مقاله‌ای که بر راه حل وضع مقررات بیشتر تمرکز می‌کرد را خوانده بودند، پاسخ دادند که این عبارت درست است.

از سوی دیگر عده‌ی زیادی (۵۵ درصد) از افراد جمهوری خواهی که مقاله‌ای که بر راه حل بازار آزاد تمرکز می‌کرد را خوانده بودند، پاسخ دادند که این عبارت درست است. یافته‌های این پژوهش پدیده‌ای را نشان می‌دهد

Troy Campbell^۹
Aaron Kay^۷

که به عنوان راه حل گریزی شناخته می شود و به معنی این است که اگر ما راه حل پیشنهادی برای رفع یک مشکل را نپسندیم، آنگاه از استدلال انگیزشی استفاده می کنیم تا در وهله اول وجود آن مشکل را انکار کنیم. شما نیز می توانید مانند محققان پژوهش تغییرات اقلیمی، راه حل پیشنهادی را تغییر دهید تا به این نتیجه برسید که مشکل کاملاً جدی است. این یافته ها نشان می دهد که جمهوری خواهان با علم مخالف نیستند، بلکه مسئله این است که راه حل های استاندارد که بر کنترل و محدودیت بیشتر تمرکز می کنند، با ارزش ها و ایدئولوژی سیاسی این حزب مغایرت دارد. راه حل های مبتنی بر بازار آزاد با ایدئولوژی این حزب سازگاری بیشتری دارد و بیشتر مورد قبول اعضای آن قرار می گیرد.

اگر فکر می کنید که مشکل راه حل گریزی صرفاً به جمهوری خواهان محدود می شود (یا اگر دموکرات هستید امیدوار هستید که اینطور باشد) لازم است که بدانید آزمایش مشابهی در مورد دموکرات ها نیز انجام شده است تا این مسئله برای همه روشن شود که این گرایش انسانی به حزب سیاسی خاصی محدود نمی شود. در آزمایش دیگری از مشارکت کنندگان درباره ی مسئله ی جرایم خشن و به ویژه (خشونت مهاجمان) در قالب هجوم به منازل سوالاتی پرسیده شد. به مشارکت کنندگان سوالاتی درباره ی میزان اهمیت این مسئله داده شد. از یک گروه خواسته شد که پیش از پاسخگویی به سوالات مقاله ای را مطالعه کنند که بر این ایده تمرکز می کرد که قوانین سختگیرانه ی حمل اسلحه مانع از مسلح شدن صاحب خانه ها به منظور دفاع از خودشان در برابر مهاجمان می شود (استدلالی که دموکرات ها نمی پسندند). به گروه دیگر مقاله ای داده شد که در آن ادعا شده بود قوانین تسهیل کننده ی حمل اسلحه این مشکل را بدتر می سازد زیرا احتمال بیشتری وجود دارد که مهاجمان مسلح شوند و افراد بیشتری را بکشند (استدلالی که دموکرات ها می پسندند). از مشارکت کنندگان خواسته شد که پس از مطالعه ی یکی از این دو مقاله به پرسش ها درباره ی مسئله ی خشونت مهاجمان پاسخ دهند. این پرسش ها نیز مانند آزمایش تغییرات اقلیمی درباره ی

مسئله‌ی خشونت بود و هیچ سوالی درباره‌ی راه حل پیشنهادی مطرح نشده بود. نتیجه‌ی این آزمایش نشان داد که همان الگوی کلی قبلی تکرار شده است، یعنی احتمال بیشتری وجود دارد در صورتی که به دموکراتها (که به طور کلی از قانون حمل اسلحه حمایت می‌کنند) راه‌حل‌هایی برای تسهیل قوانین حمل اسلحه داده شود که برخلاف ارزش‌ها و ایدئولوژی سیاسی حزبشان است، آنها مسئله‌ی خشونت مهاجمان را انکار کنند یا بی‌اهمیت جلوه دهند. اما هنگامی که راه حل پیشنهادی بر قوانین سختگیرانه‌تری برای حمل اسلحه تمرکز می‌کرد که با ایدئولوژی حزبشان سازگار بود، آنها خشونت مهاجمان را جدی تلقی می‌کردند. به نظر می‌رسد که راه حل گریزی در هر دو گرایش سیاسی رخ می‌دهد.

راه‌حل گریزی در مورد قانون حمل اسلحه که یک مسئله‌ی سیاسی جنجال برانگیز است، کلید درک یکی از باورهای اشتباه ناخوشایندی است که در سال‌های اخیر رواج یافته است. احتمالاً داستان زندگی مجری رادیوی طرفدار حزب راست گرا به نام الکس جونز^{۱۸} شنیده‌اید که ترویج نظریه‌های توطئه‌ی متعدد از جمله این باور که تیراندازی در مدارس از جمله تیراندازی در مدرسه‌ی ابتدایی سندی هوک^{۱۹} قریبی است که توسط چند بازیگر اجرا شده است باعث رسوایی او شد. والدین قربانیان به قدری از این ادعا آزرده شدند که از آقای جونز به جرم افترا شکایت کردند و در سال ۲۰۲۲ بیش از چند میلیارد دلار غرامت دریافت کردند. بسیاری از افرادی که این ماجرا را دنبال می‌کردند متحیر شده بودند. چرا باید آقای جونز چنین ادعای بی‌رحمانه و مسخره‌ای را مطرح کند؟ چرا انسانهای دیگر به ویژه افرادی که خود دارای فرزند بودند این ادعاها را تایید و منتشر می‌کردند؟ اما اگر این قضیه را از جنبه‌ی راه حل گریزی بررسی کنیم، می‌توانیم به علت آن پی ببریم. اولین نکته‌ای که درباره‌ی مسئله‌ی تیراندازی در مدارس مطرح می‌شود (حداقل توسط احزاب سیاسی چپ) عدم وجود قوانین سختگیرانه برای حمل سلاح است.

Alex Jones⁷
Sandy Hook⁷

وضع قوانین سختگیرانه برای عده‌ای از افراد (عمدتاً متعلق به احزاب سیاسی راست) که باور دارند حق حمل اسلحه مقدس است و نباید هرگز به هیچ قیمتی از مردم سلب شود غیرقابل قبول است. بنابراین آنها به این علت که علاقه‌ای به راه حل پیشنهادی ندارند، مسئله‌ی اصلی را انکار می‌کنند و حتی تا جایی پیش می‌روند که مرگ دلخراش کودکان بی‌گناه را فریبی از جانب طرفداران قانون حمل اسلحه تلقی می‌کنند.

برای حل مسائل اختلاف برانگیزی که باعث بروز اختلاف میان انسانها می‌شود، لازم است که بفهمیم راه حل گریزی چیست. هنگامی که لیبرال‌ها می‌شنوند که محافظه کاران به تغییرات اقلیمی باور ندارند، در اغلب موارد سعی می‌کنند که اطلاعات بیشتری به دست آورند و پاسخ می‌دهند: (نشینیدی چی گفتم. این هم یه مدرک دیگه). علاوه بر این لیبرال‌هایی که از این رویکرد اطلاعاتی استفاده می‌کنند اغلب از تغییرناپذیر بودن موضع انکار کنندگان تغییرات اقلیمی به شدت متعجب می‌شوند و فکر می‌کنند: چرا این افراد مخالف داده و علم هستند؟ آنها چگونه می‌توانند یک واقعیت پذیرفته شده را انکار کنند؟ آنها چگونه می‌توانند حجم بالای داده‌های موجود را انکار کنند؟ با این وجود، هنگامی که با انکار کنندگان تغییرات اقلیمی صحبت می‌کنیم، متوجه می‌شویم که آنها فی نفسه مخالف علم نیستند، بلکه راه حل‌های پیشنهادی در مورد تغییرات اقلیمی و عواقب احتمالی آن راه حل‌ها را نمی‌پسندند و اثرات اقتصادی ناشی از کاهش مصرف سوخت‌های فسیلی را دوست ندارند و در نتیجه وجود تغییرات اقلیمی را انکار می‌کنند. اگر بخواهیم نظر این افراد را تغییر دهیم، باید بفهمیم که مقاومت آنها دقیقاً ناشی از چیست. در اغلب موارد مقاومت نسبت به راه حل ناشی از استدلال انگیزشی است. به عبارت دیگر، تا زمانی که دو طرف به راه حل مورد قبولی برسند، یکی از آنها به این اطلاعات توجه نمی‌کند. ما اغلب اینطور فکر می‌کنیم که در ابتدا باید در مورد واقعیت‌ها به توافق برسیم و سپس راه حل‌های احتمالی را پیدا کنیم، اما در استدلال انگیزشی باید این نظم به ظاهر منطقی را کنار بگذاریم و نخست مشکل راه حل گریزی را رفع کنیم.

مسئله‌ی راه‌حل‌گریزی می‌تواند در موضوعاتی رخ دهد که جنجالی نیستند و در زندگی روزمره ما به دفعات رخ می‌دهند. فرض کنید که پزشک به شما گفته است که به یک بیماری نادر مبتلا هستید و خوردن شکلات بیماریتان را تشدید می‌کند و شما نباید تا آخر عمرتان شکلات بخورید تا بتوانید این بیماری را کنترل کنید. چه واکنشی نشان خواهید داد؟ آیا حرف پزشک را باور می‌کنید یا با شنیدن توصیه‌ی ناخوشایند پزشک تشخیص او را اگر بلافاصله تکذیب نکنید، حداقل زیر سوال می‌برید؟ من احتمالاً تشخیص پزشک را زیر سوال می‌برم. در واقع، در آن لحظه علاقه‌ی ما به شکلات و بیزاری از توصیه‌ی پزشک بر تصمیم‌گیری ما اثر می‌گذارد. اگر پزشک راه حل دیگری پیشنهاد می‌کرد (مثلاً مصرف روزی یک قرص بدون محدودیت در مصرف شکلات) آنگاه به احتمال زیاد تشخیص پزشک را می‌پذیرفتیم.

مشاهده کردیم که راه‌حل‌گریزی در دوران کرونا در مقیاس گسترده‌ای وجود داشت. در هر دو سوی طیف سیاسی افرادی مانند افرادی که در این کتاب ذکر کردم (مثل سارا، جنی، ریچارد، مایا، ایو و غیره) وجود دارند که معتقدند این ویروس یک فریب است. آیا این افراد از نظر علمی شک‌گرا هستند؟ لزوماً اینطور نیست. به نظر آنها راه‌حلهای پیشنهادی برای مقابله با کووید ۱۹ هم از لحاظ درمانی (به صورت واکسن) و هم از نظر اقتصادی-اجتماعی (به صورت قرنطینه و محدودیت آزادی‌های فردی) مناسب نبود. بنابراین آنها وجود این مشکل را انکار می‌کردند و هیچ مدرکی برای اثبات وجود کووید ۱۹ چه در قالب داده‌ی علمی و چه در قالب گزارشهای دست اول از آشنایان یا ابتلای خود شخص به کرونا نمی‌توانست نظر آنها را تغییر دهد. زیرا تغییر عقیده به معنای پذیرفتن راه حلی بود که از نظر آنها قابل قبول نبود.

اطلاعات بیشتر

راه حل بهتری را امتحان کنید

پی بردن به نحوه‌ی کارکرد راه حل گریزی می تواند باعث کاهش اختلافات و ایجاد یک گفتگوی سودمند شود. علاوه براین نشان می دهد که توانایی شگفت انگیز ما در نادیده گرفتن یا انکار یک مشکل آشکار می تواند باعث شود که نسبت به راه حل پیشنهادی یا حتی ضمنی مقاومت کنیم. بنابراین بهتر است که گفتگوی خود را با کنار گذاشتن راه حل های موجود آغاز کنیم و تلاش کنیم برای حل مسئله به توافق برسیم. مثلاً می توانیم بر این موضوع تاکید کنیم که هر دو طرف علی رغم رویکرد متفاوتی که دارند به حل مسئله متعهد هستند و قصد دارند مشکل را رفع کنند. رویکرد بهتر این است که گفتگو را با ارائه راه حل هایی آغاز کنیم که به احتمال زیاد هر دو طرف با آن موافقت می کنند. به عبارت دیگر پس از اینکه ترس خود از نتیجه‌ی راه حل های احتمالی را کنار گذاشتیم، سعی کنیم درباره‌ی آن مشکل به یک دیدگاه مشترک برسیم.

ما درباره‌ی اندیشیدن انسانها چه تفکرات درست و اشتباهی داریم

همانطور که در این فصل دیدیم، ذهن انسان ابزاری شگفت انگیز برای جمع آوری اطلاعات و تعقل است. تنها چیزی که در مورد آن مطمئن هستیم این است که برخلاف آن چیزی که فکر می کنیم ذهن انسان ابزاری بی طرف و عینی نیست و همه‌ی مسائلی که با آن مواجه می شود را نمی سنجد. در واقع ذهن ما دارای سوگیری است و تنها برخی

مسائل را می‌سنجد. می‌توان ذهن انسان را به تلسکوپی تشبیه کرد که قادر است ستاره‌ها را به آسانی رصد کند، اما نمی‌تواند سیاره‌ها را رصد کند و در نتیجه چشم اندازی غیر واقعی از جهان پیرامونمان ارائه می‌دهد. دوم اینکه مغز ما تلاش می‌کند که تصور ما از دنیا را به نحوی تغییر دهد که با انتظارات ما سازگار باشد. حالا تصور کنید که دانشمندان تلسکوپی بسازند که رصدکننده هنگام استفاده از آن احساس کند که به آهستگی به آسمان‌ها نگاه می‌کند اما در واقع تلسکوپ به گونه‌ای طراحی شده است که از ستاره‌ای به ستاره دیگر می‌رود ولی سیاره‌ها را نشان نمی‌دهد. استفاده از این نوع تلسکوپ مانع از جمع‌آوری دقیق اطلاعات می‌شود. با این وجود عملکرد خارق‌العاده‌ی ذهن انسان در جمع‌آوری اطلاعات و نحوه‌ی درک دنیای اطراف فراتر از تصور ما است.

همانطور که قبلاً اشاره کردم، کیفیت و عینیت ذهن ما با آنچه که ما از کیفیت و عینیت ذهن می‌فهمیم تفاوت دارد و اکنون می‌دانیم که این تفاوت بسیار مهم است. اما چرا؟ به این علت که اگر از قبل، از عدم دقت یک ابزار غیر دقیق مطلع باشیم، آن ابزار باعث مشکل نمی‌شود و می‌توانیم عدم دقت آن را در محاسبات خود در نظر بگیریم. اما اگر ابزاری نامناسب یا معمولی داشته باشیم و از نواقص آن بی‌اطلاع باشیم، آنگاه ممکن است از آن ابزار به عنوان یک ابزار مناسب استفاده کنیم و نواقص آن باعث گمراهی ما شود.

به عنوان مثال تصور کنید که شخصی می‌خواهد ابعاد سالن پذیرایی را اندازه بگیرد اما متر ندارد. او به یاد می‌آورد که وقتی انگشتانش را دراز می‌کند فاصله بین نوک انگشت کوچک و نوک انگشت ششمش ۲۲ سانتی متر است. بنابراین او با استفاده از این روش ابعاد سالن پذیرایی را اندازه می‌گیرد ولی در حین اندازه‌گیری اندکی حواسش پرت می‌شود و شک می‌کند که ابعاد سالن ۱۴ وجب بود یا ۱۵ وجب. او به اندازه‌گیری خود ادامه می‌دهد و مجدداً از عدد ۱۵ شروع به شمردن می‌کند. پس از پایان اندازه‌گیری ابعاد سالن پذیرایی، او به خوبی می‌داند که این

اندازه‌گیری دقیق نیست و در نتیجه از این ابعاد در اموری که در آن به دقت بالایی لازم است استفاده نمی‌کند و از این ابعاد تنها برای اندازه‌های حدسی استفاده می‌کند.

متأسفانه این موضوع در مورد ذهن انسان صدق نمی‌کند. هنگامی که ما واقعیتی را با ذهن خود می‌سنجیم، تقریباً هیچگاه از میزان عدم دقت آن اطلاع نداریم. یعنی ما درکی از میزان عدم دقت ذهنمان نداریم و به همین دلیل تا حد زیادی به ذهنمان اعتماد می‌کنیم. حاصل این اعتماد به همان اندازه فاجعه‌بار است که به طور فرضی خانه‌ای بسازیم که در آن از وجب دست خود به عنوان ابزار اندازه‌گیری استفاده کرده باشیم. شاید آن خانه جالب و خلاقانه به نظر برسد، اما قطعاً آن خانه‌ای نیست که می‌خواستیم بسازیم و در صورتی که طوفان یا زلزله رخ دهد، زندگی در آن خانه عواقب بدی خواهد داشت. این پدیده در اصطلاح فراشناخت^{۳۳} نامیده می‌شود و به معنای آن چیزی است که درباره‌ی اندیشیدنمان و پیامدهای آن فکر می‌کنیم یا به اشتباه فکر می‌کنیم. در ادامه ارتباط بین فراشناخت و باور اشتباه را به طور دقیق بررسی خواهیم کرد.

اثر دانینگ-کروگر^۷

آیا میان دانش واقعی و میزان اطمینان ما به دانشی که داریم فاصله وجود دارد؟ احتمالاً پاسخ این سوال به موضوع آن دانش بستگی دارد. اگر بخواهم یک مثال از خودم بیان کنم باید بگویم که من از رشته‌ی فیزیک چیزی سر در نمی‌آورم. بنابراین به طور کل در این رشته میزان دانش و میزان اطمینانی که به دانش خود دارم به یک اندازه است. البته من گاهی اوقات کمی در مورد فیزیک مطالعه می‌کنم، پس شاید برخلاف چیزی که فکر می‌کنم کمی در مورد آن اطلاعات دارم. اما به طور کل بین دانش عینی و تصورم از میزان دانشی که دارم فاصله‌ی زیادی وجود ندارد. مثلاً

metacognition⁷
Dunning-Kruger⁷

من هیچوقت به گروه فیزیک دانشگاه مراجعه نمی‌کنم و با اساتید رشته فیزیک درباره جزئیات نظریه‌ی ریسمان صحبت نمی‌کنم. در ادامه به چیزهایی که در مورد آن دانش بسیاری دارم اشاره می‌کنم. مثلاً من دانش بسیاری درباره‌ی عدم صداقت و مکانیزم‌هایی دارم که افراد با استفاده از آن خیانت می‌کنند و از این بابت احساس عذاب وجدان ندارند. اگر بخواهم درباره‌ی این موضوع با کسی بحث کنم کاملاً مطمئن هستم که اطلاعات زیادی در این زمینه دارم. بنابراین در این مورد نیز میان سطح دانش من و تصویری که از سطح دانشم دارم فاصله‌ی زیادی وجود ندارد.

احتمالاً متوجه شده‌اید که در مثال‌های بالا بدون اینکه به حد وسط این طیف اشاره کنم، ناگهان از موضوعی که چیزی درباره آن نمی‌دانم به موضوعی که اطلاعات زیادی درباره‌ی آن دارم اشاره کردم. اما در حد وسط طیف دانش چه اتفاقی رخ می‌دهد؟ در واقع مشکل اساسی اینجا است.

در علوم اجتماعی به این مشکل اثر دانینگ-کروگر گفته می‌شود و بر این اصل استوار است که سطح دانش و میزان اطمینانی که از سطح دانشمان داریم لزوماً یکسان نیست. این اثر دقیقاً آنچه درباره‌ی خودم گفتم را تایید می‌کند یعنی اینکه وقتی درباره موضوع خاصی چیز زیادی نمی‌دانیم، اغلب می‌دانیم که چیزی نمی‌دانیم. علاوه بر این هنگامی که اطلاعات زیادی درباره موضوع مشخصی داریم اغلب می‌دانیم که در مورد آن چیز زیادی می‌دانیم. اما هنگامی که در حد وسط این طیف قرار داریم و درباره‌ی یک موضوع تا حدی اطلاعات داریم، اغلب (به اشتباه) فکر می‌کنیم که بیشتر از آنچه می‌دانیم در مورد آن موضوع اطلاعات داریم. در این موارد میان دانش واقعی و میزان اطمینان از دانشمان فاصله وجود دارد. به عبارت دیگر ما با اینکه ناآگاه هستیم اما از عدم آگاهی خود مطلع نیستیم. بنابراین ممکن است از میزان دانش خود مطمئن باشیم اما در اغلب موارد اشتباه کنیم.

بر اساس تجربه شخصیم این توهم دانایی معمولاً در دانشجویان سال اول دانشگاه رخ می‌دهد. آنها پس از اینکه در پایان ترم اول و ترم دوم دروس مقدماتی مربوط به موضوع خاصی را پاس می‌کنند با خود فکر می‌کنند: (دیگه این درس را تمام کردم و بلدم. حالا چه چیز دیگه‌ای باید یاد بگیرم؟ کل کتاب مقدماتی را خواندم و ۲۰ شدم و احساس می‌کنم که این درس را کامل بلدم. من دیگه در این درس استاد هستم و شاید بتوانم خود را نامزد جایزه‌ی استاد برتر دنیا معرفی کنم!).

من این توهم دانایی را هنگامی که دانشجوی کارشناسی بودم و یک واحد در مورد فیزیولوژی مغز می‌گذرانیدیم، شخصاً تجربه کردم. هنگامی که ترم تحصیلی به پایان رسید، کل کتاب را خوانده بودم و نمره خوبی نیز کسب کرده بودم. بنابراین احساس می‌کردم که دیگر درک عمیقی از فیزیولوژی مغز دارم و گمان می‌کردم که آن مطالب را به خوبی یاد گرفته‌ام. در آن زمان اگر کسی به من می‌گفت که به سطح دانشم نمره بدهم به خودم نمره ۹۰ از ۱۰۰ می‌دادم. من در زمینه‌ی فیزیولوژی مغز تخصص ندارم اما گاهی اوقات مقالاتی درباره این موضوع می‌خوانم یا در تحقیقات مربوط به آن مشارکت می‌کنم. پس از خواندن هر مقاله و شرکت در هر پروژه‌ی تحقیقاتی میزان دانش من از فیزیولوژی مغز افزایش یافته است، اما پس از فارغ‌التحصیلی در مقطع کارشناسی و با گذشت هر سال از عمرم متوجه شدم که درباره‌ی این موضوع اطلاعات کمی دارم. در واقع هنگامی که دانشجوی سال اول بودم میزان اطمینان من از اطلاعاتم درباره‌ی فیزیولوژی مغز در بالاترین حد خود قرار داشت. اما پس از آن میزان اطمینانم از دانشی که دارم با گذشت هر سال کاهش یافته است. اطمینان بیش از حد من به میزان دانشم در زمانی که درس مقدماتی مربوطه را پاس می‌کردم علت اصلی ایجاد اثر دانینگ کروگر است.

اگر اثر دایننگ-کروگر تنها به خودشناسی^{۷۵} محدود می‌شد، مسئله‌ی خیلی مهمی نبود. اما قضیه به اینجا ختم نمی‌شود زیرا تفاوت عمیق بین دانش عینی و میزان اطمینان انسانها به دانشی که دارند، عواقب نامطلوبی به همراه دارد و باعث می‌شود که بیش از حد به میزان دانش خود اطمینان داشته باشیم. افرادی که گمان می‌کنند به خوبی می‌دانند که چگونه می‌توانند انگیزه‌ی انسانها را افزایش دهند، می‌توانند یک شرکت تاسیس کرده و برنامه‌ای تشویقی طراحی کنند تا انگیزه‌ی کارکنان را افزایش دهند، اما در نهایت خواهند دید که انگیزه‌ی کارکنان کاهش می‌یابد. کسی که تصور می‌کند می‌داند تغییر رفتاری چیست، درحالی‌که در واقع اطلاعات کمی راجع به تغییر رفتار انسانها دارد، می‌تواند اپلیکیشنی برای کاهش وزن طراحی کند، اما این کار در واقع تاثیر کمی در کاهش وزن دارد. افرادی که به اشتباه تصور می‌کنند به خوبی می‌دانند ویروسها و سیستم ایمنی بدن چطور کار می‌کنند، ممکن است تصمیم‌های غلطی درباره‌ی تزریق واکسن، مصرف دارو و شیوه‌ی درمان بگیرند که شواهد و مدرک موجود آن را رد می‌کند.

اثر دایننگ-کروگر این جمله‌ی نقل شده از الکساندر پوپ^{۷۶} را تایید می‌کند که می‌گوید: (دانش اندک خطرناک است). شاید تصور کنیم که این جمله در مورد ما صدق نمی‌کند زیرا ما بیشتر از اندک می‌دانیم. اینطور نیست؟ آیا واقعا ما به همان اندازه‌ای که تصور می‌کنیم می‌دانیم؟

توهم عمق توضیحی^{۷۷}

self-knowledge⁷
Alexander Pope⁷
illusion of explanatory depth⁷

یک پدیده‌ی روانشناختی دیگر که به اثر دانینگ-کروگر مربوط است توهم عمق توضیحی نام دارد. پیش از آنکه درباره آن توضیح دهیم به این تمرین ذکر شده در پژوهش ربکا لاسون^۷ توجه کنید.

دانش دوچرخه

لطفا دور پاسخ هر یک از سوالات زیر خط بکشید. لطفا به این سوالات تنها به صورت ذهنی پاسخ ندهید و حتما از خودکار و مداد استفاده کنید.

۱. آیا تا به حال دوچرخه دیده‌اید؟ بله / خیر

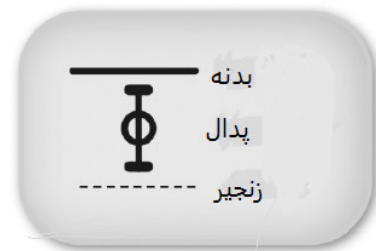
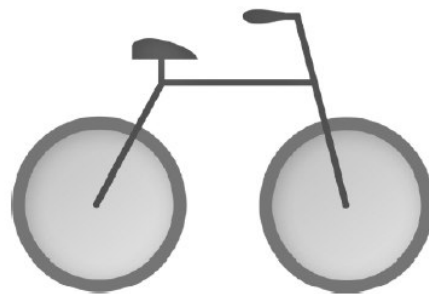
۲. آیا می‌دانید که چطور از دوچرخه استفاده کنید؟ بله / خیر

۳. آیا می‌دانید که دوچرخه چطور کار می‌کند؟ بله / خیر

۴. میزان اطلاع شما از نحوه‌ی عملکرد دوچرخه چقدر است؟ (۰ = کاملاً مطمئن نیستم ۱۰۰ = به خوبی می‌دانم).....

۵. به دوچرخه‌ی زیر نگاه کنید و سپس تصور کنید که یک دوچرخه واقعی چه اجزایی دارد. سپس محل بدنه، پدال و زنجیر دوچرخه را در جای درست آن بکشید.

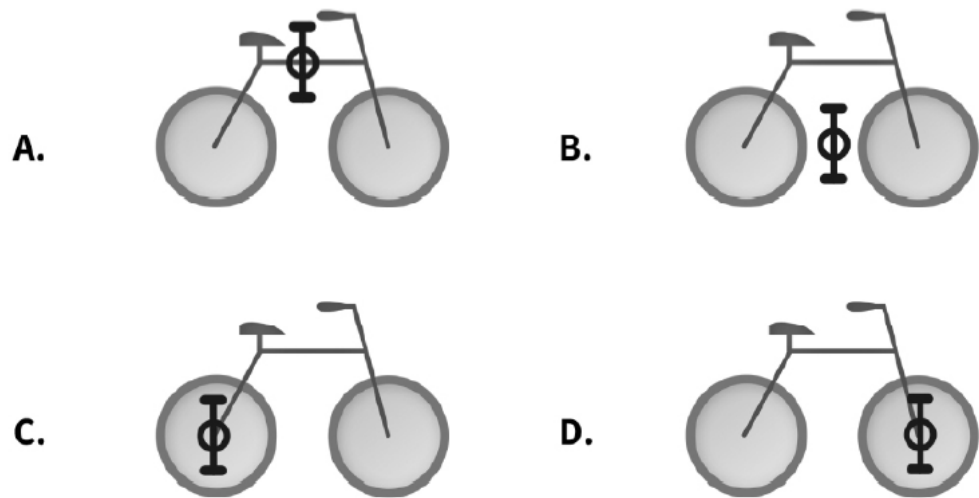
Rebecca Lawson⁷



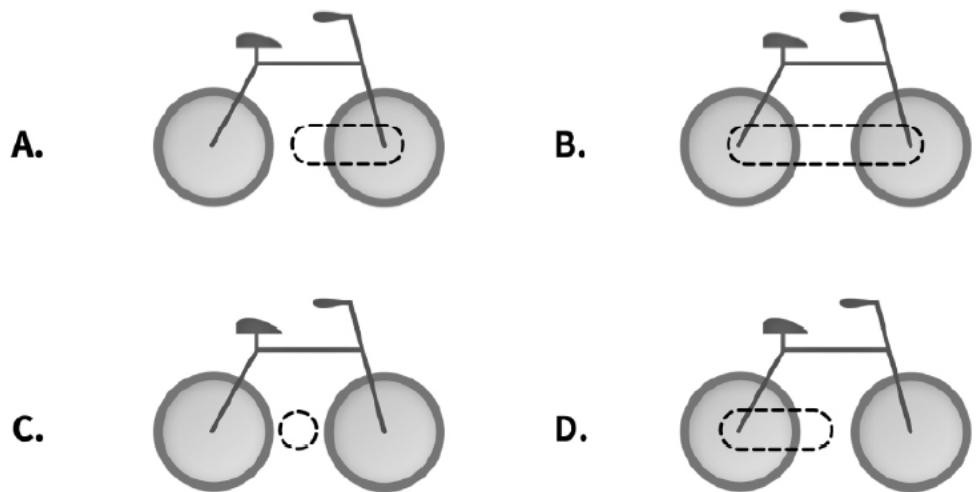
۶. به تصاویر زیر نگاه کنید و تصور کنید که ظاهر یک دوچرخه‌ی واقعی چگونه است. اما این بار روی هر قسمت از دوچرخه تمرکز کنید. کدام یک از تصاویر زیر مکان واقعی بدنه‌ی دوچرخه را نشان می‌دهد؟ (لطفاً دور پاسخ خط بکشید)



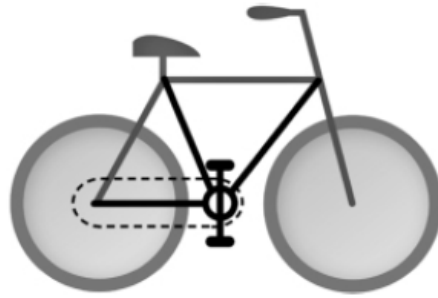
۷. کدام یک از تصاویر زیر مکان واقعی پدال دوچرخه را نشان می‌دهد؟



۸ کدام یک از تصاویر زیر مکان واقعی زنجیر دوچرخه را نشان می‌دهد؟ (لطفاً دور پاسخ صحیح خط بکشید)



در تصویر زیر مکان واقعی اجزای دوچرخه نشان داده شده است:



اکنون که یک تصویر واقعی از دوچرخه در اختیار دارید، نمره‌ی خود را حساب کنید.

در سوال ۵ آیا بدنه‌ی دوچرخه در جای صحیح قرار داشت؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

در سوال ۵ آیا پدال در جای صحیح قرار داشت؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

در سوال ۵ آیا زنجیر دوچرخه در جای صحیح قرار داشت؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

آیا به سوال ۶ پاسخ صحیح دادید؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

آیا به سوال ۷ پاسخ صحیح دادید؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

آیا به سوال ۸ پاسخ صحیح دادید؟ (پاسخ درست = ۱ نمره)

نمره کل: از ۶ نمره

پس از انجام این تمرین سوالات زیر را دوباره از خود پرسید:

۳. (سوال اصلاح شده) آیا می‌دانید که دوچرخه چگونه کار می‌کند؟ بله / خیر

۴. (سوال اصلاح شده) میزان اطلاع شما از نحوه‌ی عملکرد دوچرخه چقدر است؟ (۰ = کاملاً مطمئن نیستم، ۱۰۰ = به

خوبی میدانم).....

پاسخ خودتان را در جدول زیر وارد کنید:

پاسخ شما پیش از انجام تمرین	پاسخ شما پس از انجام تمرین	
		۳- نمره میزان اطلاعات شما (بله/خیر)
		۴- نمره‌ی میزان اطلاعات شما (۰-۱۰۰)

پس از انجام تمرین فوق، نظرتان تا چه حد تغییر کرد؟ (۰ = اصلاً تغییر نکرد تا ۱۰۰ = تا حد زیادی تغییر کرد)

آیا فکر می‌کنید در اطرافتان چیزهای دیگری وجود دارد که قبلاً تصور می‌کردید نحوه‌ی عملکرد آنها را به خوبی

می‌دانید اما اکنون در مورد میزان دانش خود از نحوه‌ی عملکرد آنها تردید دارید؟ (۰ = چیزهای بسیاری وجود دارد

که من میزان دانش خود درباره‌ی آن را بیش از حد تصور کرده بودم ۱۰۰ = تصور نمی‌کنم چیز دیگری وجود داشته

باشد که میزان دانش خود درباره‌ی آن را بیش از حد تصور کرده باشم.....)

شاید به نظر شما آزمون بالا مفید باشد. اما اگر یک تعمیرکار ماهر دوچرخه باشید، یا از اینترنت کمک گرفته باشید

یا شخصاً به یک گاراژ سر بزنید تا یک دوچرخه‌ی واقعی را ببینید احتمالاً باور دارید که آزمون بالا مفید نیست. در

ادامه به نتایج یک آزمایش واقعی اشاره می‌کنم که تحت شرایط کنترل شده و با استفاده از این روش ساده اجرا شد.

لئونید روزنبلیت^۷ و فرانک کیل^۸ در آزمایش خود مفهوم (توهم عمقی توضیحی) را بررسی کردند. توهم عمق توضیحی یعنی انسانها تمایل دارند که پدیده‌های پیچیده را عمیقتر و دقیقتر از چیزی که واقعا هستند احساس کنند. آنها در آزمایش خود به مشارکت کنندگان فهرستی از ۴۸ شیئی، روند و پدیده‌ی طبیعی معمولی دادند که شامل موارد مختلفی از جمله قوطی بازکن، کلیه، دستگاه فتوکپی و انتخابات ریاست جمهوری می‌شد. از مشارکت کنندگان خواسته شد که به این فهرست نگاه کرده و میزان دانش خود از هر کدام از این اشیا را ارزیابی کنند (۱=کمترین میزان دانش و ۷=بیشترین میزان دانش). سپس از آنها خواسته شد که ۴ شیئی (که توسط پژوهشگران ارائه شده بود) را انتخاب کنند و در مورد نحوه‌ی کار آن اشیا یک توضیح دقیق، مرحله به مرحله و علت-معلولی بنویسند. به عنوان مثال در این مطالعه، پژوهشگران از یکی از مشارکت کنندگان می‌خواستند که توضیح دهد سیفون توالت، هلیکوپتر یا چرخ خیاطی چگونه کار می‌کنند.

پس از اینکه مشارکت کنندگان نحوه‌ی عملکرد آن اشیا را به صورت کتبی توضیح دادند، دوباره به نوشته‌ی خود مراجعه کردند (مشابه تمرینی که از شما خواسته شد که درباره‌ی میزان اطلاع خود از دوچرخه بازنگری کنید) و سپس ارزیابی خود از نحوه‌ی عملکرد اشیا را که سعی کرده بودند به طور دقیق تبیین کنند را اصلاح کردند. سپس محققان یک گام جلوتر رفته و از مشارکت کنندگان یک سوال تخصصی درباره‌ی هر یک از آن ۴ شیئی پرسیدند که آنها تنها در صورت آشنایی کامل با نحوه‌ی عملکرد آن اشیا قادر به پاسخ دادن به آن سوال بودند. به عنوان مثال اگر سوال درباره‌ی هلیکوپتر بود از مشارکت کنندگان می‌خواستند که توضیح دهند وضعیت هلیکوپتر چگونه از

leonid Rozenblit⁷
Frank Keil⁸

حالت پرواز در یک نقطه به حالت پرواز رو به جلو تغییر می‌کند. پس از پاسخ دادن به این سوال از مشارکت کنندگان خواسته شد که یک بار دیگر در ارزیابی سطح دانش خود بازنگری کنند. در مرحله‌ی بعد توضیحاتی تخصصی در مورد آن اشیاء به مشارکت کنندگان داده شد و از مشارکت کنندگان خواسته شد که پس از خواندن آن توضیحات یک بار دیگر در مورد میزان اطلاعات خود بازنگری کنند.

اطلاعات بیشتر

اقناع متناقض^۸

با توجه به انعطاف‌پذیری شگفت‌انگیز قوه‌ی ادراک انسانها و توانایی ما در دفاع سریع از خود در برابر اطلاعات ورودی، چطور می‌توان دیگران را قانع کرد؟ یک رویکرد مفید برای قانع کردن دیگران این است که همواره با نظر کسی که قصد داریم او را قانع کنیم موافقت کنیم یعنی نه تنها با نظر او موافقت کنیم، بلکه حتی دیدگاهی افراطی‌تر از او داشته باشیم. در اغلب موارد، انسانها با اطمینان کامل موضع مشخصی در پیش می‌گیرند و تصور می‌کنند که می‌توانند بدون اندیشیدن عمیق درباره‌ی موضعی که دارند به پیامدهای آن پی ببرند. هنگامی که شما نظر این افراد را بیشتر از خودشان جدی می‌گیرید، میزان سطحی بودن موضع آنها را نشان می‌دهید. مثلاً اگر کسی به شما گفت که تمام شرکتهای داروسازی پلید هستند، نظرش را تایید کنید و بگویید که پس آنها نباید دارو مصرف کنند و باید بیمه‌ی درمانی خود را لغو کنند. اگر کسی به شما گفت که اینترنت 5G خطرناک است، نظرش را تایید کنید و سپس به او بگویید که باید همه‌ی موبایلهایش را دور بیندازد و از تلفن ثابت استفاده کند. احتمالاً این توصیه‌ها کافی

Paradoxical persuasion⁸

نیست. به آنها بگویید که بهتر است به شهر گرین بنک^۸ ایالت ویرجینیا یعنی جایی بروند که در آن به منظور محافظت از تلسکوپ غول پیکر شهر، استفاده از وای فای و تلفن همراه ممنوع است. بنابراین فهرستی از مشاوران املاک تهیه کنید. قطعاً زندگی در یک منطقه‌ی فاقد تکنولوژی معایبی دارد، اما اگر قرار باشد که اینترنت 5G باعث مرگ ما شود، آیا بهتر نیست که در چنین منطقه‌ای زندگی کنیم؟

این رویکرد باعث می‌شود که این افراد در دیدگاه افراطی خود تجدید نظر کنند.

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که افراد در ابتدا از میزان دانش خود اطمینان دارند اما پس از اینکه از آنها خواسته می‌شود که یک توضیح دقیق ارائه دهند میزان اطمینان‌شان کاهش می‌یابد و پس از پاسخ دادن به سوالات تخصصی حتی کمتر از قبل می‌شود. با این وجود، پس از مطالعه‌ی توضیحات متخصصان نیز میزان اطمینان آنها از دانش خود تغییری نکرده و همچنان پایین باقی می‌ماند.

بخش اول یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که ما به طور کل تصور می‌کنیم که بیش از آنچه که واقعاً می‌دانیم اطلاعات داریم. حتی استفاده از تفکر عینی باعث می‌شود به این نکته پی ببریم که دانش اندکی داریم. اگر آموختن چیزهای جدید باعث می‌شد که بفهمیم کمتر از آنچه تصور می‌کنیم می‌دانیم، آنگاه اوضاع فرق می‌کرد. در بخش اول آزمایش درباره‌ی توهم عمق توضیحی، به طور عمدی هیچ اطلاعات جدیدی به مشارکت کنندگان داده نشد و فقط از آنها خواسته شد که به صورت شفاف و عینی در مورد دانش و فهم خود بیندیشند. همین امر به تنهایی کافی بود تا فاصله‌ی بین آنچه که آنها واقعاً می‌دانستند و آنچه که تصور می‌کردند می‌داند کمتر شود.

این موضوع که نظر مشارکت کنندگان پس از اطلاع از نظر افراد متخصص تغییر نکرد، نشان می‌دهد هنگامی که مشارکت کنندگان به این درک رسیدند که اطلاعات اندکی دارند، تصویری که از میزان دانش خود داشتند دقیق بود و حتی زمانی که از نظر یک متخصص اطلاع یافتند تصورشان از میزان دانشی که داشتند تغییر نکرد.

یافته‌ی دیگر این پژوهش این بود که میزان اطمینان افراد به دانش خود در موارد مختلف یکسان نبود. در واقع در لوازمی که اجزای پنهانی بیشتری نسبت به بخشهای قابل مشاهده وجود دارد (مثل کامپیوتر) میزان اطمینان افراد از میزان دانش خود به طرز قابل توجهی بالا بود. ما انسانها درباره‌ی لوازمی که اجزای پنهانی بیشتری دارند، تصور می‌کنیم که آن اشیاء را به خوبی می‌شناسیم و در نتیجه احتمال بیشتری وجود دارد که به میزان دانش خود بیش از حد اطمینان داشته باشیم. حالا به این فکر کنید که ما سطح دانش خود درباره‌ی ابزارها، گزینه‌ها، پدیده‌ها یا فرآیندهای غیرقابل رویت از قبیل ویروس، سیستم ایمنی، واکسیناسیون، گرمایش جهانی، تراشه‌های G5 و نظیر آن را چطور ارزیابی می‌کنیم. در دوران همه‌گیری کووید ۱۹ تقریباً همه چیز نامرئی بود. در نتیجه احتمالاً افراد از سطح دانش خود کاملاً مطمئن بودند، توهم عمق توضیحی زیادی داشتند و مثل گذشته از سطح دانش خود مطمئن بودند.

من با توجه به آزمایش فوق شخصاً تحقیقی انجام دادم که در مورد سیفون توالت بود. فرض کنید که شما در این آزمایش مشارکت دارید. بنابراین به محل آزمایش می‌روید و فردی که یک لباس سفید پوشیده است با لحنی دوستانه از شما می‌پرسد که آیا چیزی درباره‌ی نحوه‌ی عملکرد سیفون توالت می‌دانید. شما نیز در پاسخ می‌گویید: بله. البته و به میزان دانش خود نمره‌ای بین ۱ تا ۷ می‌دهید (مشارکت کنندگان به طور میانگین به خود نمره‌ی ۵٫۱ دادند). سپس پژوهشگران یک کاغذ و مداد به شما می‌دهند تا با رسم شکل نحوه‌ی عملکرد سیفون توالت را شرح دهید. پس از انجام این کار به شما فرصتی داده می‌شود تا در نمره‌ای که به خود دادید بازنگری کنید.

مشارکت کنندگان پژوهش من عموماً احساس می کردند که اندکی بیش از حد از میزان دانش خود مطمئن هستند و پس از تلاش برای رسم نحوه‌ی عملکرد سیفون توالت نمره‌ای که به خود می دادند را به نمره‌ی میانگین ۴,۲ کاهش دادند. در مرحله‌ی بعد به سمت میزی هدایت می شوید که قطعات مختلف توالت بر روی آن قرار داده شده است. پژوهشگران به شما اطمینان می دهند که این قطعات نو و تمیز هستند و از شما می خواهند که قطعات توالت را به هم وصل کنید. سر هم کردن توالت حتی از رسم شکل نیز سخت تر است. پس از بازی با این قطعات به مدت کوتاه و تلاش برای وصل کردن قطعات توالت (هیچ کس نتوانست این کار را با موفقیت انجام دهد)، میانگین نمره‌ای که مشارکت کنندگان به سطح دانش خود دادند به ۲,۷ کاهش پیدا کرد.

اطلاعات بیشتر

در خانه‌ی خود توهم عمق توضیحی را به چالش بکشید

در کنار عمومی خود بشینید و از او بخواهید که به طور دقیق توضیح دهد که مهمترین باورهای اشتباه او چگونه عمل می کند؟ به عنوان مثال اینترنت G5 دقیقاً چگونه سلولهای بدن را تغییر می دهد و چه تفاوتی با مایکروفر آشپزخانه دارد؟ سازمان ملل که نتوانست جنگ در فلان منطقه (یک منطقه مشخص را انتخاب کنید) را متوقف کند، چگونه می تواند کل جهان را کنترل کند؟ چاره‌ی کار این است که سعی کنیم از آزمون توهم عمق توضیحی پیروی کنیم تا به عمومی خود بفهمانیم که او برخلاف آنچه قبلاً تصور می کند، اطلاعات زیادی ندارد.

اما اگر عمومی شما مایل نباشد که درباره‌ی باور اشتباه خود صحبت کند چطور؟ یا مثلاً باور اشتباه او مسئله‌ای جنجال برانگیز باشد و شما مایل نیستید در مدت کوتاهی که با هم هستید آن را مطرح کنید چطور؟ یا مثلاً آخرین بار که

موضوعی را مطرح کردید بحث ناخوشایندی شکل گرفت و شما دیگر انرژی لازم برای تکرار آن بحث را نداشته باشید، چطور؟ به نظر می‌رسد که راهی برای رفع حساسیت‌ها و از بین بردن توهم عمق توضیحی وجود دارد. ایتان میرز^{۸۳} و همکاران در پژوهش خود نشان دادند که کاهش توهم عمق توضیحی در یک زمینه می‌تواند باعث کاهش آن در زمینه‌های دیگر شود. به عنوان مثال هنگامی که پژوهشگران به عده‌ای از افراد نشان دادند که آنها واقعا نمی‌دانند که زیپ چطور کار می‌کند، آن افراد در باره‌ی اطلاعات خود راجع به پدیده‌های دیگر مثل نحوه‌ی شکل‌گیری برف نیز تردید کردند. اگرچه میرز و همکاران این موضوع را بررسی نکردند که آیا این شک‌گرایی مفید به باورهای مهم و عمیق (مثل باورهای اشتباه) نیز سرایت می‌کند، یافته‌های پژوهش آنها نشان می‌دهد که چنین چیزی امکان دارد. بنابراین اگر گفتگو با عمومیتان بی‌نتیجه بود، می‌توانید بحث را با میزان اطلاع او از موضوعات پیش پا افتاده و کمتر جنجالی از قبیل اینکه زیپ لباسش چطور بسته می‌شود آغاز کنید.

شاید فکر کنید دانستن اینکه سیفون توال، زیپ یا چرخ خیاطی چطور کار می‌کند چه اهمیتی دارد؟! قطعاً عدم اطلاع کافی از نحوه‌ی عملکرد این وسایل تاثیر بدی بر زندگی شما نخواهد گذاشت، اما هدف ما از اشاره به نحوه‌ی عملکرد این اشیا این است که به مسئله‌ی اطمینان بیش از حد به سطح دانشمان اشاره کنیم. تفاوت بین آنچه که می‌دانیم و آنچه که تصور می‌کنیم می‌دانیم ممکن است خطرناک باشد و حتی زندگی ما را در معرض خطر قرار دهد. به مثال زیر در زندگی شخصی‌ام که به مهارت رانندگی من مربوط می‌شود توجه کنید. من در گذشته یک دوره‌ی آموزش رانندگی دو روزه را گذراندم که باعث شد به مهارت رانندگی خودم بیش از حد اطمینان داشته باشم. دو هفته بعد تصادف کردم و کاملاً مطمئن هستم که این تصادف ناشی از اطمینان بیش از حد به مهارت رانندگی‌م و آن دوره‌ی آموزشی بود. هنگامی که ما از روی دانش یا میزان مهارت واقعی خود تصمیم نمی‌گیریم و

بر اساس دانش یا سطح مهارت فرضی خود تصمیم می گیریم، تفاوت خطرناکی ایجاد می شود که اگر مراقب نباشیم ممکن است در آن گرفتار شویم.

قانع کردن دیگران همیشه جواب نمی دهد

پژوهش بالا درباره ی توهم عمق توضیحی، من را به یاد مایا و نظریه ی توطئه ی آهنربا در واکسن می اندازد که در فصل قبل به آن اشاره کردم. مطمئن هستم که اگر کسی از مایا می پرسید که آیا می داند آهنربا چگونه کار می کند او حتما به سطح دانش خود امتیاز بالایی می داد و شاید حتی ادعا می کرد که می داند فرایند عجیب آهنربایی کردن انسان ها به چه صورت است. اما من از کجا می دانم؟ من قبلا با مایا راجع به این موضوع صحبت کرده و سعی کرده بودم با استفاده از اصول بنیادین فیزیک این باور غلط او را به چالش بکشم. همانطور که حدس می زدم مشخص شد که او بیش از اندازه از سطح دانش خود مطمئن است. متأسفانه برخلاف افراد عاقلی که در آزمایشهایی که در صفحات قبل به آنها اشاره شد، میزان اطمینان از دانش خود را اصلاح می کردند، افرادی مثل مایا معمولاً نظر خود را تغییر نمی دهند. همانطور که قبلاً گفته شد آنها بر اساس باورهایی که دارند استدلالهایی را مطرح می کنند و در نتیجه اطمینان بیش از حد آنها از حالت عادی خارج می شود.

از مایا پرسیدم که آیا می داند آهنربا چگونه کار می کند. پاسخ او نشان داد که او تا حدی از میزان دانش خود اطمینان دارد. سپس با ذکر چند واقعیت از قبیل اینکه برای نگه داشتن یک گوشی آیفون یا حتی یک سکه به آهنربایی بسیار بزرگتر از آهنربایی که در یک سوزن واکسن جای بگیرد نیاز است، سعی کردم دیدگاه او را به چالش بکشم. علاوه بر این به او گفتم که سکه های ضرب شده در آمریکا که در برخی از ویدئوها نشان داده می شود از فلزاتی ساخته می شود که خاصیت آهنربایی ندارند. علاوه بر این به او گفتم: (برخی از ویدئوها با ویدئوهای دیگر تناقض

دارد. نیروی مغناطیس به سمت داخل بدن و یا به سمت خارج از آن وارد می شود اما نمی تواند به طور همزمان هم به سمت داخل و هم به سمت خارج از بدن وارد شود). اگر مایا در آزمایشی شرکت می کرد که در آن توهم عمق توضیحی بررسی می شد، احتمالاً یادآوری نحوه عملکرد آهنربا ارزیابی او از میزان دانشش را تا حد زیادی تغییر می داد. اما مایا علاقه ای به دانستن واقعیت نداشت و دوباره به شواهد اجتماعی اشاره کرد. مایا گفت: (خودم عکس هاش رو دیدم. دوستم عکس وسایلی که به بدنش چسبیده بود را واسم فرستاد).

اصرار مایا بر درست بودن باورهایش علی رغم وجود شواهدی مبنی بر غلط بودن این نظریه (توجه داشته باشید که رد کردن یک نظریه کار آسانی نیست) نشان می دهد که اگر یک مسابقه بوکس میان دو مبارز افسانه ای یعنی از یک سو توانایی اندیشیدن و مقابله با توهم عمق توضیحی و از سوی دیگر استدلال انگیزشی برگزار می شد، آنگاه استدلال انگیزشی به آسانی پیروز می شد.

با توجه به این نکته روش خود را عوض کردم و از مایا خواستم که من را به دوستش معرفی کند تا بتوانم شخصاً شواهد ارائه شده توسط او را مشاهده کنم. مایا نیز قول داد که من را به دوستش معرفی کند، ولی هیچگاه این کار را نکرد. شاید فهمیده بود که من علی رغم تماشای ویدئو و شنیدن گزارش استو پیترز و سخنان پزشک مهمان و قابل اعتماد برنامه همچنان بر باورهای بی اساس خود اصرار می کنم و نمی خواست که وقت خود را برای قانع کردن من هدر دهد.

اطمینان بیش از حد و اخبار جعلی

هنگامی که در بخشهای قبلی این کتاب درباره ی برنامه ی تلویزیونی استو پیترز و وب سایت انجمن پزشکان و جراحان آمریکا صحبت کردم، احتمالاً تصور می کردید که شما نیز حتماً به راحتی متوجه می شدید که این برنامه ی تلویزیونی و وب سایت منابع قابل اعتمادی نیستند. البته شاید درست حدس زده باشید یا شاید بیش از حد از خود مطمئن بودید. در

واقع نمی‌توان با قطعیت در مورد شخص شما نظر داد، اما مشخص شده که در مواجهه با اخبار جعلی، باید به مسئله‌ی مهم اطمینان بیش از حد توجه کرد. گروهی از پژوهشگران تصمیم گرفتند که ارتباط بین اطمینان بیش از حد به تحلیل‌های خبری و تاثیرپذیری از اخبار جعلی را بررسی کنند. بنجامین لیونس^۸ و همکاران پیمایش‌های گسترده‌ای انجام دادند که یافته‌هایی بسیار ناخوشایند داشت. نخست اینکه پژوهشگران دریافتند که ۷۵ درصد از آمریکایی‌ها درباره‌ی توانایی کشف اخبار جعلی خود اغراق می‌کنند (که به طور میانگین ۲۲ درصد بیشتر از آن چیزی بود که ادعا می‌کردند). علاوه بر این پژوهشگران دریافتند هنگامی که از افرادی که از سطح دانش خود بیش از حد مطمئن هستند خواسته می‌شد که ادعاهای درست و غلط درباره‌ی وقایع روز را مشخص کنند، احتمال بیشتری وجود داشت که در این کار موفق نشوند. این پژوهش ثابت می‌کند که بین دانش کمتر و اطمینان بیشتر افراد به سطح دانش خود یک ارتباط مستقیم وجود دارد. علاوه بر این پژوهشگران دریافتند افرادی که سطح دانش واقعی کمتری دارند، تمایل بیشتری به اشتراک گذاری محتوای اشتباه در رسانه‌های اجتماعی دارند. به عبارت دیگر، افراد ناآگاه به قضاوت خود درباره‌ی اخبار اطمینان دارند و احتمال بیشتری وجود دارد که اخبار جعلی را باور و آن را ترویج کنند.

خلاصه

بین ذهن انسان و اطلاعاتی که ذهن ما در جستجوی آن است و آن را پردازش می‌کند ارتباط پیچیده‌ای وجود دارد. ما معمولاً اینطور تصور می‌کنیم که یک دستگاه اطلاعاتی هستیم که اطلاعات را به صورت عینی دریافت و تحلیل می‌کند و سپس به یک نتیجه‌ی منطقی می‌رسد. اما این تصور کاملاً اشتباه است. ما انسانها به مجموعه‌ای از میانبرهایی

Benjamin Lyons⁸

پیچیده، در برخی موارد ناقص و اشتباه برای تحلیل این دنیای پر از سختی مجهز شده‌ایم. مکانیسم‌های استفاده شده برای درک دنیای اطرافمان تا حد امکان به نفع ما عمل می‌کند. در دنیای پر استرس امروز، با دریای عظیمی از اطلاعات و اطلاعات دروغین مواجه هستیم که از طریق کانالهای مختلف به ما منتقل می‌شود و گاهی اوقات بدون اینکه متوجه شویم از سوگیریهای ما سوءاستفاده می‌کنند. البته قضیه به اینجا ختم نمی‌شود. ذهن انسان ظرفیتی شگفت‌انگیز برای ساخت روایتی دارد که به نتیجه‌ی دلخواه ما ختم می‌شود. اگر از یک نتیجه‌ی مشخص خوشمان نیاید آن روایت را به صورت دیگر بازنویسی خواهیم کرد.

علاوه بر این دنیا مکان پیچیده‌ای است و ما انسانها اغلب با توضیحات بسیار ساده قانع می‌شویم. ما اطلاعات را به صورت عمیق پردازش نمی‌کنیم و برای اکثر ما این که احساس کنیم چیزی را فهمیده‌ایم کافی است. همه‌ی این عوامل در پدید آمدن باورهای اشتباه نقش دارد و در صورتی که این عوامل با چالشهای عاطفی از قبیل استرس پیش بینی نشده و احساس عدم کنترل همراه شود، ممکن است باورهای قدرتمندی به وجود بیاورد که تغییر آنها دشوار است. آیا این به معنای این است هرکسی که چنین طرز فکری داشته باشد، به فردی دارای باورهای اشتباه تبدیل می‌شود؟ لزوماً اینطور نیست. در ادامه خواهیم دید که شخصیت انسانها نقش مهمی در این مسئله دارد. برخی از خصوصیات شخصیتی باعث می‌شود که افراد بیشتر در معرض باور اشتباه قرار بگیرند. در دو فصل آینده این خصوصیات شخصیتی را به طور مفصل بررسی خواهیم کرد. سپس این موضوع را بررسی خواهیم کرد که محافل اجتماعی و نیروهای اجتماعی که وفاداری افراد به نظریه‌های توطئه و جوامع منتشر کننده‌ی آن را بیشتر می‌کند، چگونه باعث عمیق‌تر شدن و تقویت باورهای اشتباه می‌شود.

تصویر ۶



عناصر ادراکی قیف باور اشتباه

هنگامی که استرس باعث می‌شود به ته قیف باور اشتباه سقوط کنیم و به دنبال یافتن پاسخ برای سوالاتمان هستیم و به دنبال یافتن فرد شروری هستیم که تقصیر را گردن او بیندازیم، عناصر ادراکی ما را به ته قیف هدایت می‌کند.

همانگونه که ذاتی تکاملی ما باعث می‌شود که به خوردن فست فود تمایل داشته باشیم، ساختار ادراکی معیوب انسانها نیز باعث می‌شود که به آسانی اطلاعات دروغین را بپذیریم.

هنگامی که اطلاعاتی را جستجو می‌کنیم سوگیری تأیید باعث می‌شود به دنبال اطلاعاتی بگردیم که باورهای ما را تأیید کند

هنگامی که چیزی را باور می‌کنیم نهایت تلاش خود را می‌کنیم تا خودمان را قانع کنیم که آن مطلب درست است. یعنی همان فرآیندی که استدلال انگیزشی نامیده می‌شود. گاهی اوقات ترسی که از راه‌حلهای ضمنی داریم باعث می‌شود که وجود مشکل را انکار کنیم. این سوگیری به عنوان راحل گریزی شناخته می‌شود

نظریه‌های توطئه به نحوی طراحی شده‌اند که از سوگیریهای شناختی ما استفاده می‌کنند

تصورات اشتباهی که درباره‌ی نحوه‌ی اندیشیدن خود و اطمینان بیش از حد به اینکه همه چیز چگونه کار می‌کند داریم شرایط را بدتر می‌سازد

بخش چهارم

عناصر شخصیتی و داستان تفاوت‌های فردی ما

فصل هفتم

درسهایی راجع به شخصیت که از افراد ربوده شده توسط بیگانگان آموختیم

ما هر روز با بیگانه‌هایی ملاقات می‌کنیم که چیزی به ما اضافه می‌کنند. این بیگانگان در قالب افرادی با نظرات متفاوت ظاهر می‌شوند.

- ویلیام شاتنر^۸

William Shatner^۸

من هرگز به طور حضوری با ساول ملاقات نکرده‌ام و متأسفانه در آینده نیز هرگز با او ملاقات نخواهم کرد. او در چند سال گذشته بارها در صفحه‌ی نخست فیسبوک من ظاهر شده بود. بنابراین تصمیم گرفتم که او را در فیسبوک دنبال کنم. یک مرد هیکلی شصت و خرده‌ای ساله‌ی کچل را تصور کنید که در حالیکه در فضای بیرون از خانه قدم می‌زند از خود سلفی می‌گیرد و نظرات و دیدگاهش درباره‌ی آنچه که به خیال او واقعاً در جهان رخ می‌دهد را با مخاطبان واقعی و خیالی خود به اشتراک می‌گذارد. در بسیاری مواقع هر روز صبح به فیسبوکم سر می‌زدم و به تدریج به شخصیت ساول علاقه‌مند شدم. شاید احساسی شبیه همان حس علاقه‌ای که به همسایه‌ی بازنشسته خود داریم که هر روز از مقابل خانه‌مان عبور می‌کند و احساس می‌کنیم که خیرخواه و مهربان است، اما وقت آزاد زیادی دارد و از روی نرده خم می‌شود و فلسفه‌ی زندگی‌اش را با ما در میان می‌گذارد.

از بین همه‌ی افراد دارای باور اشتباه که می‌شناسم، به شخصیت ساول علاقه‌ی بسیاری داشتم. با وجود اینکه او در گمراهی به سر می‌برد، اما کاملاً با دیگران همدردی و به همه کمک می‌کرد. او به ریش سفید دانای قبیله تبدیل شده بود و خود را فرد مهمی می‌دانست و سعی می‌کرد به ما دنبال کنندگانش این پیام را منتقل کند که فرد مهمی است و ما باید به دقت به حرف‌های او گوش دهیم. اگر بخواهم بر اساس تعداد بازدیدهای ویدیوهای او قضاوت کنم، باید بگویم که افراد بسیاری درباره‌ی او چنین نظری داشتند. البته من هم تصور می‌کردم که او شخص مهمی است ولی به به دلایلی متفاوت از آنچه که او تصور می‌کرد.

یک روز صبح هنگامی که ساول طبق روال هر روز مشغول انجام سخنرانی بود، لحن صدایش جدی‌تر شده بود. موضوع سخنرانی او رویداد ۲۰۱ بود که قبلاً در فصل پنج راجع به آن صحبت کردیم. احتمالاً به یاد می‌آوردید که

در ماه نوامبر سال ۲۰۱۹، دانشگاه جان هاپکینز، مجمع جهانی اقتصاد و بنیاد بیل گیتس یک بیماری همه گیر را شبیه سازی کردند که یکی از سویه های ویروس کرونا را نشان می داد. ساول از مخاطبان برنامه می پرسد: (آیا به شواهد بیشتری نیاز دارید تا باور کنید که کووید ۱۹ از قبل طراحی شده؟ به نظر شما این موضوع تصادفی؟ معلومه که نیست). از نظر ساول رویداد ۲۰۱ مدرک محکمی است که نشان می دهد این همه گیری توسط آن عوامل شیطان-صفت آغاز شده است.

پس از مدتی ساول از تظاهراتهای مختلفی که در آنها شرکت می کرد، ویدئو ضبط می کرد. او در حالیکه بر ضد محدودیت های کرونا یا واکسن تظاهرات می کرد در فیسبوک لایو می گذاشت و پس از شرکت در چند تظاهرات رفتاری خشونت از خود نشان داد. او در ابتدا به صورت کلامی و سپس به صورت فیزیکی، رفتار خشونت آمیزی با پلیس داشت. او دیگر شبیه یک همسایه ی رهگذر بی آزار نبود و بیشتر شبیه یک فرد پرحرف در آنسوی خیابان بود که همه از او دوری می کردند. من که شاهد تغییر رفتار ساول در طی چند ماه بودم، با خود فکر کردم که چه اتفاقی برای ساول افتاده است؟ چه چیز باعث تغییر او شده است؟ برایم کاملا واضح بود که او حتما در طی ماه های نخست شیوع همه گیری کووید ۱۹ یک چیز مهم را از دست داده و به دنبال جلب توجه و برقراری ارتباط اجتماعی است. من با توجه به سخنان ضبط شده ی او هنگام پیاده روی صبحگاهی و گزارش زنده ی او از تظاهراتها و تمایل شدید او برای اینکه به رهبر افراد دارای باور اشتباه تبدیل شود، می دانستم که او به دنبال جلب توجه است.

ناگهان ساول توانست مهر تایید بر اعمال خود را به دست آورد. او در یک تظاهرات به دلیل رفتار خشونت آمیزش دستگیر شد. به نظر می رسد که او پس از گذراندن یک شب در زندان، به موفقیت بزرگی دست یافت. حالا دیگر او به یک قانون شکن واقعی و فردی دارای سوء پیشینه تبدیل شده بود. پس از آن اتفاق اینطور به نظر می رسید که او سعی می کند در هر تظاهراتی و دقیقا در مقابل دوربینها بازداشت شود. هر دفعه که او پس از یک شب بازداشت از

زندان آزاد می‌شد، تعریف می‌کرد که چگونه پلیس با او بدرفتاری کرده است. ظاهراً او خود را نلسون ماندلا^{۸۷} زمانه می‌دانست که برای آزادی و حقوق بشر با گلوبالیست‌ها می‌جنگد.

ساول همچنان به گزارش دادن ادامه می‌داد و من نیز گزارش‌های او را تماشا می‌کردم. او در یکی از برنامه‌های صبحگاهی خود به این موضوع اشاره کرد که اخیراً نرخ بستری افراد مسن افزایش یافته است. او اعلام کرد که این خبر جعلی نیست و کاملاً واقعیت دارد و در ادامه توضیح داد که علت واقعی افزایش این بستریها اعلام نمی‌شود و رسانه‌ها نیز از این موضوع خبر دارند. اما چه اتفاقی افتاده بود؟ ساول به گزارشی اشاره کرد که نشان می‌داد از زمان آغاز کووید ۱۹ استفاده‌ی افراد مسن از تکنولوژی بیشتر شده است و ادعا می‌کرد علت واقعی افزایش موارد بستری، استفاده‌ی بیشتر از تکنولوژی است. او معتقد بود که افراد مسن به علت سیستم ایمنی ضعیف‌تری که دارند بیشتر در معرض امواج مضر لوازم الکترونیکی قرار می‌گیرند. به عبارت دیگر او معتقد بود افزایش تعداد بستریها در بین افراد مسن ناشی از محدودیت‌های دولت و استفاده‌ی بیشتر افراد مسن از تکنولوژی بود و به همه‌گیری کرونا ربط نداشت.

یک روز بر روی ویدیویی از ساول کلیک کردم و از اینکه او برخلاف گذشته در حال قدم زدن یا شرکت در تظاهرات نبود تعجب کردم. او درحالیکه یک لوله‌ی اکسیژن به او وصل بود، روی تخت بیمارستان نشسته بود و به سختی نفس می‌کشید. او حتی در آن حالت نیز برای فالوورهای وفادار خود به صورت زنده گزارش می‌داد و می‌گفت که تست کرونایش مثبت شده و در بخش کووید بیمارستان بستری شده است. او چند روز قبل از بستری شدن در یک تظاهرات دستگیر شده بود و مطمئن بود که وقتی در زندان بوده پلیس او را مسموم کرده است و ادعا

Nelson Mandela^{۸۷}

می کرد که یکی از عوارض این سم دشواری در نفس کشیدن است. او اینطور نتیجه گیری می کرد که مسمومیت او نشان دهندهی درماندگی پلیس است. او در انتها از فالوورهایش می خواست که به مبارزهی خود ادامه دهند و از ماموریت مهمی که دارند باز نایستند.

ساول چند روز بعد در همان بیمارستان فوت کرد و من نمی دانم که چه تعداد از فالوورهایش در مراسم تشییع پیکر او شرکت کردند یا خانوادهی عزادار ساول چه برخوردی با فالوورهای او داشتند، اما صفحهی فیسبوک او پر از پیامهایی برای ابراز محبت و احترام و نیز پیامهایی با وعدهی پیگیری علت مسمومیت بود.

چگونه امکان دارد که ساول علی رغم وجود شواهدی بر علیه باورهایش و در شرایطی که حتی تست کرونایش مثبت شده بود و به سختی نفس می کشید همچنان به باورهای قبلی خود پایبند بود؟ چطور امکان دارد شخصی که به ظاهر شخصیتی آرام داشت، نسبت به نیروهای پلیس خشونت کلامی و پس از مدتی خشونت فیزیکی به خرج دهد؟ چه عواملی باعث شد که او به این شیوهی بی سابقه و اشتباه نتیجه گیری کند؟ چه چیزی باعث شد که او به فردی دارای باورهای اشتباه تبدیل شود که تا این حد به اعتقاداتش پایبند است؟

البته ما نمی توانیم بفهمیم که واقعا در ذهن ساول چه می گذشت و به دلیل مرگ نابهنگام او هرگز نخواهیم فهمید. اما تماشای ویدئوهای او به مدت طولانی به من نشان داد که ویژگیهای شخصیتی او نقش مهمی در این فرایند داشت. او همواره به توجه و تایید دیگران نیاز داشت و برنامههای لایو متعدد او در فیسبوک، خشونت رو به افزایش او در طی زمان و تصویری که از خود به عنوان یک مجاهد زندانی ارائه می داد تا میزان اثرگذاری خود را در بین افراد دارای باورهای اشتباه بیشتر کند به خوبی این موضوع را ثابت می کند.

علاوه بر این سخنان ساول نشان می‌دهد که او مسائل بی ربط و غیرواقعی را به هم ربط می‌داد و کاملاً واضح است که او فاقد تفکر انتقادی بود زیرا حتی زمانی که به کووید ۱۹ مبتلا شد، نمی‌پذیرفت که به این بیماری مبتلا شده است. آیا ویژگیهای شخصیتی او باعث شد که او به ورطه‌ی باورهای اشتباه سقوط کند؟ البته این ویژگیها به تنهایی باعث سقوط ریچارد نشدند. ما می‌توانیم با توجه به ویژگیهای شخصیتی افراد پی ببریم که چه چیزی باعث می‌شود برخی افراد بیشتر در معرض سقوط به قیف باور اشتباه قرار بگیرند.

حدس می‌زنم که ساول نیز مثل سارا، جنی، برد، ریچارد، ایو، مایا و همهی ما بین سالهای ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۲ حجمی غیرعادی و پیش‌بینی نشده از استرس را تجربه کرده بود و در نتیجه به دنبال یافتن پاسخی برای سوالهایش بود و به دنبال مقصر می‌گشت. در واقع خطاهای شناختی و ویژگیهای شخصیتی ساول، فرآیند سقوط او به ته قیف باور اشتباه را تسریع کرده بود. در این فصل از کتاب نقش شخصیت در تاثیرپذیری افراد از باورهای اشتباه را به دقت بررسی خواهیم کرد. در این فصل ارتباط نزدیک بین شخصیت و تاثیرپذیری افراد از باورهای اشتباه را بررسی خواهیم کرد.

چند نکته‌ی کلی درباره‌ی شخصیت

پیش از آنکه تیپهای شخصیتی افرادی که بیشتر مستعد سقوط به قیف باور اشتباه هستند را بررسی کنیم، لازم است که نکاتی کلی درباره‌ی شخصیت بیان کنم. به عبارت ساده‌تر شخصیت ترکیب معینی از ویژگیهایی است که شخصیت مجزای هر فرد و ماهیت اصلی آن کسی که هستیم را تشکیل می‌دهد. شخصیت ما مثل رنگی است که روی یک عکس سیاه و سفید پاشیده می‌شود. تا این بخش از کتاب بیشتر بر شباهتهای موجود بین انسانها تمرکز کردیم. در واقع ما انسانها نقاط اشتراک بسیاری از لحاظ نوع واکنش عاطفی به استرس و خطاهای شناختی داریم. با

این وجود لازم است این واقعیت را بپذیریم که ما انسانها کاملاً شبیه هم نیستیم و نوع واکنش انسانها به موقعیت و اطلاعات یکسان متفاوت است.

به عنوان مثال در آن بخش از کتاب که به استرس اشاره شد، کاملاً مشخص بود که ساختار شخصیت انسانها می تواند بر تجربه ی ما از استرس و در نتیجه تاثیرپذیری ما از استرس اثر بگذارد. ممکن است دو نفر هنگام مواجهه با یک عامل استرس زا واکنش متفاوتی داشته باشند. خود را جای من بگذارید و تصور کنید که اگر در معرض نفرت ورزی و نظریه های توطئه ی اینترنتی قرار می گرفتید چه واکنشی از خود نشان می دادید. آیا احساس نفرت را شدیدتر از من احساس می کردید یا در مورد آن بی خیال تر بودید؟ امیدوارم که این اتفاق هرگز برای شما رخ ندهد ولی سعی کنید شرایط مشابهی را تصور کنید و سپس واکنش احتمالی خود را با واکنش احتمالی شریک زندگیتان یا یکی از دوستان صمیمی تان مقایسه کنید. به احتمال زیاد شما نیز به این نتیجه می رسید که اگرچه استرس برای همه ی ما ضرر دارد، اما تاثیر آن بر هر فرد متفاوت است. در نتیجه می توانیم استرس را به عنوان یک نیروی خارجی مهم محسوب کنیم. علاوه بر این می توانیم میزان تاثیرپذیری افراد از استرس را به عنوان یک تفاوت فردی مهم میان انسانها در نظر بگیریم. این موضوع درباره ی نیاز ما به درک جهان نیز صدق می کند. انسانها انگیزه های مختلفی برای درک دنیای اطراف خود دارند. بنابراین تمایل افراد به درک دنیای اطراف، عامل مهمی در سقوط افراد به قیف باور اشتباه است و تا حدی مشخص می کند که چرا برخی از افراد بیش از سایر افراد مستعد اعتقاد به باور اشتباه هستند.

در زندگی همه ی ما انسانها اتفاقات ناگواری از قبیل از دست دادن شغل، بیماری اعضای خانواده و کووید ۱۹ رخ می دهد که ممکن است باعث شود هر کدام از ما بیشتر در معرض آسیبهای ناشی از استرس قرار بگیریم. به عنوان مثال در دوران کرونا جنی هم استرس محیطی و هم استرس خاص ناشی از شرایط فردی خود (یعنی کار و خانواده)

را تجربه می‌کرد. شخصیت خاص جنی میزان استرس او را تشدید کرده و باعث شد که او به ته قیف باور اشتباه سقوط کند.

البته واضح است که شخصیت انسانها ابعادی بسیار پیچیده‌تر و جالبتر از مواجهه‌ی آنها با استرس دارد. بنابراین سعی می‌کنیم تا در این فصل و فصل بعد برخی از مسائل مربوط به شخصیت افراد را بیان کنیم.

رمزگشایی از شخصیت: ویژگی و وضعیت

دو نوع ساختار شخصیتی در مثالهای قبل وجود دارد که ویژگی شخصیتی^۸ و وضعیت شخصیتی^۹ نام دارد. ویژگی شخصیتی به صفاتی گفته می‌شود که ما معمولاً برای توصیف شخصیت یک نفر استفاده می‌کنیم. مثلاً می‌گوییم سالی^۹ همدردی بیشتری با افراد دارد. بیل^۹ خودشیفته است. یا خولیو^۹ خسیس است. گزارشگر^۹ پر حرفی که در فیس‌بوک دنبال می‌کردم یعنی ساول ترکیبی از ویژگی‌های شخصیتی مختلف از جمله مقداری خودشیفتگی، یافتن الگوهایی مشخص در جایی که هیچ الگویی وجود ندارد و توانایی ربط دادن مسائل به یکدیگر بود. این ویژگی‌های شخصیتی همان تفاوت‌های فردی است که همواره جزئی از شخصیت افرادی نظیر ساول را تشکیل می‌دهد. این ویژگی‌ها در طی زمان نسبتاً پایدار و منسجم هستند و در نتیجه به عینکی تبدیل می‌شوند که افراد همه‌ی اتفاقات زندگیشان را از طریق آن می‌بینند.

با این وجود لازم نیست که حتماً در رشته روانشناسی تحصیل کرده باشید تا بفهمید که افراد همیشه رفتار منسجمی ندارند. ما گاهی اوقات به شیوه‌ای عمل می‌کنیم که به نظر می‌رسد با شخصیت واقعی ما فاصله دارد و با ویژگی‌هایی

Personality trait⁸

Personality state⁸

Sally⁹

Bill⁹

Julio⁹

که در بیشتر موارد از خود نشان می‌دهیم تناقض دارد. در این مواقع اصطلاح (وضعیت شخصیتی) عبارت مناسب‌تری برای توصیف انسانها محسوب می‌شود. وضعیت به معنای تغییرات موقت در شخصیت افراد است که در شرایط خاص رخ می‌دهد و ما را به مدت کوتاهی و به طرز قابل توجهی تغییر می‌دهد.

به معضل خشم جاده‌ای^۹ فکر کنید. ممکن است بیش از یک بار آن را تجربه کرده باشید. مثلاً فرض کنید یک بار به همراه عزیزانتان با آرامش مشغول رانندگی هستید و ناگهان شخصی با سرعتی خطرناک از کنار شما عبور می‌کند و راه شما را می‌بندد و شما و سرنشینان ماشین را در معرض خطر قرار می‌دهد. حاضرم شرط ببندم که در آن لحظه به شخصی کمی متفاوت (البته شاید هم خیلی متفاوت) تبدیل می‌شوید. اگر آن راننده بی‌احتیاط پشت چراغ قرمز بعدی بایستد، احتمالاً با زبانی نه چندان محترمانه نظرتان در مورد راننده و هفت جدوآبادش را نثارش می‌کنید. افرادی که خشم جاده‌ای را تجربه کرده‌اند تقریباً همیشه از اینکه چند لحظه به فرد دیگری تبدیل می‌شوند تعجب می‌کنند و اعضای خانواده آنها نیز حتی بیشتر از آنها متعجب می‌شوند. حرف من را باور نمی‌کنید؟ از یکی از اعضای خانواده یا دوستان نزدیکتان درباره‌ی موقعیتی که در آن به این نحو عصبانی شدید سوال کنید.

تغییر موقت شخصیت، نمونه‌ای از یک وضعیت شخصیتی است که در آن انسانها به صورت موقت به شخص دیگری تبدیل می‌شوند. اگر با مثال خشم جاده‌ای ارتباط برقرار نمی‌کنید و همیشه پشت فرمان خونسردی‌تان را حفظ می‌کنید، به زمانی فکر کنید که دیوانه‌وار عاشق شده بودید. تعجب‌آور نیست که در دوران عاشقی کارهایی انجام داده باشید که به نظر می‌رسد از شخصیت همیشگی شما بعید است. احتمالاً برخلاف همیشه که معمولاً محافظه‌کار

هستید به طور آشکار ابراز علاقه می کردید یا شاید بیش از حد دست و دل باز شده بودید و هدایای گران قیمتی برای عشقتان می خریدید، درحالیکه در حالت عادی اهل حساب و کتاب هستید. ممکن است بر اثر یک حادثه ناگهانی یا بلایای طبیعی تغییرات شخصیتی مشابهی رخ دهد. مثلاً ممکن است که افراد ترسو شجاعتی غیرعادی از خود نشان دهند یا افرادی که منفعل هستند و از دیگران تبعیت می کنند، ناگهان گامی به جلو بردارند و خود را به عنوان رهبر معرفی کنند. در مواقعی که افراد شبیه داستان دکتر جکیل و دکتر هاید^۴ رفتار می کنند، مشاهده می کنیم که تغییر در محیط می تواند رفتار ما را به طور موقت به شیوهی کاملاً محسوسی تغییر دهد، به نحوی که به نظر می رسد چنین رفتاری از خود واقعی ما بعید است.

موضوعات مربوط به شخصیت که در فصل های قبل آن را بررسی کردیم تا حد زیادی به وضعیت شخصیتی افراد مربوط می شد ولی در این فصل بیشتر بر ویژگی های شخصیتی انسانها تمرکز می کنیم. لازم به ذکر است که این دو ساختار شخصیتی ارتباط نزدیکی با هم دارند. به عنوان مثال اگر به این نکته پی ببریم افرادی که بیشتر تحت تاثیر استرس قرار می گیرند (اگر استرس را به عنوان یک ویژگی شخصیتی محسوب کنیم) شانس بیشتری برای سقوط به ته قیف باور اشتباه دارند، به این نتیجه می رسیم که احتمالاً استرس موقت (آن نوع استرسی که می تواند باعث تغییر وضعیت شخصیتی شود) در سقوط آنها نقش دارد. از سوی دیگر اگر به این نکته توجه کنیم که استرس موقت شیوهی سقوط افراد به قیف باور اشتباه را تغییر می دهد، آنگاه نتیجه می گیریم که احتمالاً افراد حساس نسبت به استرس (اگر استرس را به عنوان یک ویژگی شخصیتی در نظر بگیریم) بیشتر تحت تاثیر استرس قرار خواهند گرفت.

^۴ Dr. Jekyll and Mr. Hyde داستانی از رابرت لویی استیونسن که در آن شخصیت داستان دارویی برای جدا کردن جنبه های خوب و جنبه های بد شخصیت انسان می سازد و خود دارای دو شخصیت متضاد می شود (مترجم)

نکته‌ی دیگری که لازم است به آن اشاره کنم این است که ما مفهوم شخصیت را چگونه تفسیر می‌کنیم. هنگامی که می‌شنویم فردی تیپ شخصیتی X یا Y دارد، تصور می‌کنیم که این نوع شخصیت رفتار کلی فرد را در شرایط مختلف تعیین می‌کند. مثلاً شخصی که بخشنده است در هر شرایطی بخشنده است و شخصی که خلاق است در هر فعالیتی از خود خلاقیت نشان می‌دهد. یا شخصی که خود شیفته است به هر جایی که می‌رود اینطور وانمود می‌کند که فرد مهمی است.

شخصیت مثل یک باریکه‌ی آب در یک رود خروشان است. اگرچه این باریکه می‌تواند اشیا را در جهت خاصی هدایت کند اما همه چیز به این باریکه بستگی ندارد. در واقع شخصیت ما در مقایسه با جریان کلی رودخانه حجم اندکی دارد و اشیای مختلف با توجه به وزن، خاصیت شناوری، شکل ظاهری و غیره رفتار متفاوتی خواهد داشت. به عنوان مثال من در گذشته در مورد ورزشکارهای رشته‌های ورزشی هیجانی یعنی افرادی که با دوچرخه از روی کوه می‌پرند، از صخره‌های خطرناک بالا می‌روند یا جلیقه‌هایی می‌پوشند که آنها را شبیه سنجابهای پرنده می‌کند و به طور خلاصه افراد اهل خطر کردن تحقیق کردم. کاملاً واضح است که افراد فعال در این رشته‌های ورزشی اهل ریسک کردن هستند. شاید اینطور استدلال کنید که ریسک‌پذیری بالا بخشی از ویژگی شخصیتی این افراد است. اما آیا این افراد به طور کلی ریسک‌پذیر بودند؟ آیا آنها در زمینه‌های دیگر مثلاً بازار سهام، شغل و زندگی نیز ریسک می‌کنند؟ من در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدم که پاسخ این سوال منفی است. در واقع، این افراد در زمینه‌های دیگر ریسک‌پذیری پایینی داشتند. مسئله این است که اگرچه این افراد به طور کلی انسانهایی ریسک‌پذیر بودند، اما در همه‌ی زمینه‌ها اهل ریسک کردن نبودند.

این عدم ریسک‌پذیری در برخی زمینه‌ها به چه معنا است؟ البته قضیه کمی پیچیده است. اینکه یک نفر سطح خودشیفتگی بالایی دارد (من خیلی به اصطلاح خودشیفتگی اشاره می‌کنم زیرا به زودی خواهید دید که

خود شیفتگی ارتباط نزدیکی با باور اشتباه دارد) لزوماً به این معنی نیست که حتماً به انتهای قیف باور اشتباه سقوط می‌کند. حتی کسی که اندکی خودشیفته است نیز از این سقوط در امان نیست. در نهایت هیچ کدام از ویژگیهای شخصیتی به تنهایی یا در مجموع برای اینکه یک فرد به باورهای اشتباه اعتقاد پیدا کند کافی نیست.

چالشهای انجام آزمایش بر روی افراد دارای باورهای اشتباه

لازم است که در ادامه یک نکته‌ی دیگر درباره‌ی ارتباط بین پژوهش‌ها درباره شخصیت و باور اشتباه ذکر کنم. اگر شما یک پژوهشگر علوم اجتماعی بودید که قصد دارد به تاثیر نقش شخصیت در بروز رفتار خاصی پی ببرد، بهتر بود که پژوهش خود را با استفاده از یک مقیاس سنجش شخصیت دقیق انجام می‌دادید. وقتی که مشغول نوشتن این کتاب بودم، قصد داشتم که پژوهش مشابهی درباره‌ی شخصیت افرادی که باورهای اشتباه درباره‌ی کووید ۱۹ دارند انجام دهم، اما مشخص شد که انجام این پژوهش کار بسیار دشواری است. شاید باید از ابتدا به دشواری آن پی می‌بردیم اما راضی کردن افرادی که به هیچ وجه به ساختار موجود اعتماد ندارند و حتی در یک پژوهش ساده شرکت نمی‌کنند، قطعاً کار آسانی نیست.

من پژوهش خود را با تعداد کمی از افرادی آغاز کردم که آنها را رهبر معنوی این قلمروی ناشناخته محسوب می‌کردم یعنی آن دسته از افراد دارای باور اشتباه که با من گفتگو کرده و به من کمک کردند که دنیایشان را بهتر درک کنم. از آنها پرسیدم که آیا دوست دارند در این پژوهش به من کمک کنند. آنها در ابتدا مردد بودند، اما مایل بودند که از جزئیات پژوهش مطلع شوند. من لینک یک پیمایش آنلاین را که یک فهرست طولانی از نظریه‌های توطئه را نشان می‌داد از طریق ایمیل برایشان فرستادم و از آنها خواستم که میزان باورشان به هر یک از آن نظریه‌ها را با دادن امتیاز مشخص کنند. این فهرست برای سنجش میزان باور کلی افراد به نظریه‌های توطئه طراحی شده بود.

در مرحله‌ی بعد از مشارکت کنندگان خواسته شد که به حداقل یک سوال در مورد مقیاس شخصیت پاسخ دهند که ویژگی‌های شخصیتی مختلف از قبیل تنهایی، اضطراب، موقعیت اجتماعی، اعتماد، خوش‌بینی، ماکیاولیانیسم^۹ خودشیفتگی و غیره را ارزیابی می‌کرد.

قصد داشتم که میزان باور هر یک از مشارکت کنندگان به نظریه‌های توطئه و امتیازی که آنها به مقیاس‌های سنجش شخصیت می‌دادند را اندازه بگیرم و سپس محاسبه کنم که کدام ویژگی‌های شخصیتی همبستگی کمتر و کدامیک همبستگی بیشتری با باور اشتباه دارند. به عنوان مثال قصد داشتم بررسی کنم که چه ارتباطی بین خوش‌بینی و باور قوی یا ضعیف به نظریه‌ی توطئه وجود دارد؟ آیا اصلاً ارتباطی میان این دو وجود دارد؟ در مورد اعتماد، موقعیت اجتماعی، تواضع فکری، تفکر انتقادی و باورهای اشتباه چطور؟

فهرستی از نظریه‌های توطئه‌ای که در ارزیابی کلی خودم از باورهای توطئه-محور به آنها اشاره کرده‌ام

اگر مایل هستید که به فهرست سوالات زیر پاسخ دهید، لطفاً میزان باور خود به هر یک از عبارات زیر را با امتیاز بین ۰ (کاملاً غلط) تا ۱۰ (کاملاً صحیح) مشخص کنید و پاسختان را در مقابل هر عبارت یادداشت کنید. سپس میانگین امتیازها را به دست آورید تا به میزان اعتقاداتان به باورهای اشتباه پی ببرید.

کووید ۱۹ در آزمایشگاهی در چین یا آمریکا و به عنوان یک سلاح بیولوژیک ساخته شد....

در واقع این دونالد ترامپ بود که در انتخابات سال ۲۰۲۰ پیروز شد.....

⁹ Machiavellianism

صحنه‌ی فرود فضانوردان آمریکایی بر روی ماه توسط ناسا و در یک استودیوی فیلمسازی فیلمبرداری شده است....

مردم دنیا بر اثر بیماری‌های مختلف می‌میرند ولی علت مرگ آنها به دروغ کووید ۱۹ اعلام می‌شود....

کووید ۱۹ یک ویروس دروغین است.....

کووید ۱۹ آنطور که وانمود می‌شود جدی نیست ...

دولت شواهد مربوط به حیات بیگانگان را از مردم پنهان می‌کند.....

ماموران دولتی افرادی که شاهد سفینه‌های فضایی / حیات بیگانه بوده‌اند را تهدید یا ترور می‌کنند....

عوارض واکسن کووید ۱۹ از عموم مردم پنهان می‌شود....

اطلاعات مربوط به گرمایش جهانی به دلایل ایدئولوژیکی یا اقتصادی جعل یا تغییر داده می‌شود...

در عرصه‌ی بین‌المللی گروهی از افراد وجود دارند که دولت‌ها، رسانه و صنایع را کنترل می‌کنند تا بتوانند سلطه‌ای

جهانی ایجاد کنند. این سازمان‌ها شامل بانک جهانی، سازمان ملل، اتحادیه اروپا و بانک فدرال رزرو می‌شود...

قتل عام مردم بر اثر تیراندازی و سایر رویدادهای فاجعه بار اغلب از قبل هماهنگ شده است و قربانیان و خانواده‌های

آنها عده‌ای بازیگر هستند که نقش بازی می‌کنند.....

حملات ۱۱ سپتامبر در واقع عملیات تخریب ساختمان مرکز تجارت جهانی به صورت کنترل شده بود...

مرگ برخی از افراد معروف از جمله پرنسس دایانا، مارتین لوتر کینگ^۹ و نوتوریوس بی.آی.جی^۹، کرت

کوبین^۹، موتزارت و جان لنون^۱ ذر واقع دروغ است....

Federal Reserve System^۹

Martin Luther King^۹

Notorious B.I.G^۹

Kurt Cobain^۹

John Lennon^۱

شرکت‌های تولید کننده‌ی سوخت‌های فسیلی مانع از توسعه‌ی خودروهای الکتریکی می‌شوند. علاوه بر این موسسات دولتی، گروه‌های مشترک‌المنافع ویژه یا مخترعان کلاهبردار، از استفاده از تکنولوژیهای حرکت دائمی^۱ و گذاشت سرژد^۱ جلوگیری می‌کنند...

تراشه‌های ارسال فرکانس رادیویی مثل تراشه‌هایی که افراد در بدن حیوانات خانگی خود می‌کارند در بدن انسان‌ها نیز کاشته می‌شود.....

ایلو میناتیها یک جامعه مخفی بودند که در عصر روشنگری به وجود آمدند و انقلاب فرانسه را رقم زدند...

تاریخ و واقعیتهای مربوط به رویدادهای تاریخی به طور عمدی دستکاری شده است...

با توجه به سیاستهای پنهان دولت، رد بخار آب فشرده شده‌ی هواپیماها یک عامل شیمیایی یا بیولوژیکی است و شامل ترکیبی سمی از آلومینیوم، استرونتیوم و باریوم می‌شود...

جهان توسط فرقه‌ای مخفی از افراد پدوفیل و شیطان‌پرست اداره می‌شود و دونالد ترامپ می‌کوشد که جلوی آنها را بگیرد....

مسائلی از قبیل مهاجرت، ادغام در جامعه، نرخ زادوولد پایین و سقط جنین در جوامع با اکثریت سفیدپوست ترویج داده می‌شود تا افراد سفیدپوست به اقلیت تبدیل شوند....

کشورهای ثروتمند عضو همکاری اقتصادی یا به اختصار OECD که تنها در صد کمی از جمعیت دنیا را تشکیل می‌دهند، بیشترین سهم از تولید ناخالص داخلی جهان را برعهده دارند و ثروتمندترین افراد دنیا عامل تولید بیش از نیمی از انتشار کربن هستند....

perpetual motion¹
cold fusion¹

سازمان ملل قصد دارد بر اساس دستور کار شماره ی ۲۰۳۰/۲۱ که مربوط به اهداف توسعه ی پایدار است یک نظم جهانی نوین ایجاد کند ...

هنگامی که افرادی که به اصطلاح رهبران معنوی من در باور اشتباه بودند این فهرست را دیدند، به من هشدار دادند و نوشتند که قصدم از این مطالعه چیست؟ آیا می خواهم آنها را مسخره کنم؟ آنها از کجا باید مطمئن باشند که این مطالعه به شیوه ی درست انجام خواهد شد؟ از میان آن افراد کسی که بیشترین تاثیر را بر من می گذاشت ریچارد بود. بنابراین تصمیم گرفتم که در ابتدا با او صحبت کنم.

ریچارد پرسید: (می دانی که می خواهی بر روی افرادی مطالعه کنی که به این سیستم اعتماد ندارند، به تو اعتماد ندارند و کلاً به هیچ چیزی اعتماد ندارند؟)

پاسخ دادم: (می دانم و برای همین پیش تو آمدم. امیدوارم که اگر تو از فالوورهایت بخواهی که در این مطالعه شرکت کنند، به حرف تو اعتماد کنند)

او موضوع بعدی را به پیش کشید و پرسید: (در مورد چی می خواهی مطالعه کنی؟)

برای او توضیح دادم: (می خواهم به طور کلی ساختار شخصیتی افراد و ارتباط آن با اینکه چرا عده ای از افراد به دولت و جامعه اعتماد زیادی ندارند را بررسی کنم. می خواهم بدانم که در چنین افرادی کدام ویژگیهای شخصیتی ضعیف و کدام ویژگیها قویتر است). اما در واقع قصد داشتم ارتباط میان ویژگیهای شخصیتی و باور به نظریه های توطئه را بررسی کنم و سعی می کردم این کار را به بهترین نحو ممکن انجام دهم.

ریچارد با لحنی معترضانه گفت: (فکر می کنم انگار می خواهی ما را مسخره کنی).

گفتم: (نه به هیچ وجه. فقط می‌خواهم بدانم کدام ویژگی‌های شخصیتی در افرادی که به راحتی اعتماد نمی‌کنند پررنگ‌تر و کدام ویژگی‌های شخصیتی کمرنگ‌تر است. هیچ قضاوتی در کار نیست و این ویژگی‌های شخصیتی لزوماً ویژگی‌هایی منفی نیستند و فقط چند ویژگی شخصیتی هستند. به تو قول می‌دهم که قصد ندارم کسی را قضاوت کنم و فقط می‌خواهم که این ویژگی‌ها را بسنجم. آیا تو کنجکاو نیستی که بدانی چه چیزی باعث می‌شود این گروه از افراد با دیگران متفاوت باشند؟ نمی‌خواهی بدانی؟ این فرصت خوبی است تا درباره‌ی این موضوع تحقیق کنیم).

در مکالمه‌ای که داشتیم کلمه‌ی (تحقیق) کلمه‌ای جادویی بود. این کلمه سلاح مخفی من برای انگیزه دادن به ریچارد بود و من از این بابت به خودم افتخار می‌کردم. پس از اینکه درباره انجام تحقیق حرف زدیم، مطمئن شدم که او فرصت انجام یک تحقیق واقعی با یک محقق واقعی را از دست نخواهد داد.

ریچارد پرسید: (من چطور می‌توانم به نتایج این تحقیق اعتماد کنم؟)

پاسخ دادم: (چرا در انجام این تحقیق به من ملحق نمی‌شوی تا این کار را با هم انجام دهیم؟ اگر بتوانیم این مقاله را چاپ کنیم، تو هم می‌توانی یکی از نویسنده‌های این مقاله باشی. برای اینکه مطمئن شوی که می‌توانی به نتایج این تحقیق اعتماد کنی، امکان دسترسی به پایگاه داده‌ی آنلاین را برایت فراهم می‌کنم تا بتوانی درستی داده‌ها را تایید کنی. نظرت چیه؟)

ریچارد پس از شنیدن این حرف تغییر رویه داد و گفت که اگر در انجام این پژوهش به من کمک کند اعتبارش در بین گروه از بین می‌رود و مایل نیست که چنین ریسکی را بپذیرد. این دقیقاً همان کاری بود که او یکسال پس از دوستی‌مان و زمانی که از او خواستم بی‌گناهی من را به اعضای گروهش ثابت کند انجام داد و به من گفت که به نظرش من دیگر به آن گروه تعلق ندارم. او در آن زمان با شرمندگی پاسخ داد که نمی‌تواند عضویت خود در آن

گروه را به خطر بیندازد و دفاع از من هزینه‌ی اجتماعی سنگینی برای او خواهد داشت. او این دفعه نیز بدون عذرخواهی به همین بهانه در انجام این پژوهش به من کمک نکرد.

در بحثهایی که با سایر افراد دارای باورهای اشتباهی که می‌شناختم داشتم به نتیجه‌ی بهتری دست نیافتم. اما همچنان مشتاق بودم که بفهمم چه ارتباطی بین انواع مقیاسهای سنجش شخصیت و باور کلی به نظریه‌های توطئه وجود دارد. بنابراین درحالی‌که سرشار از امید واهی و اعتماد به نفس کاذب بودم، این پروژه‌ی تحقیقاتی را به همراه نینا بارتمن^۱ و شای-آن مک دونالد^۲ در آزمایشگاه دانشگاه دوک آغاز کردم (در ادامه متوجه خواهید شد که حتی داشتن اطلاعات درباره‌ی استدلال انگیزشی و اطمینان بیش از حد نیز نمی‌تواند راه‌حل مناسبی برای رفع این سوگیری‌ها باشد).

ما در ابتدا وب سایت دیوید آیک^۳ را بررسی کردیم. لازم است که یادآوری کنم دیوید آیک که اتفاقاً ما هر دو در یک روز متولد شده‌ایم و قبلاً یک ورزشکار حرفه‌ای و گزارشگر ورزشی بود، باور دارد که یک نژاد میان-بُعدی از خزندگان به نام archon وجود دارد که سیاره‌ی زمین را کنترل می‌کنند. آیک معتقد است که این خزندگان یک نژاد ترکیبی از انسان و خزندگان خلق کرده‌اند که از نظر ژنتیکی اصلاح شده‌اند و تغییر شکل می‌دهند. او ادعا می‌کند که این موجودات دارای نژاد ترکیبی در بسیاری از مشاغل قدرت را به دست گرفته‌اند تا جهان را کنترل کنند و یک نظم نوین جهانی پدید آورند. نکته‌ی مثبت وب‌سایت آیک این است که می‌توان در این سایت آگهی تبلیغاتی خرید و ما نیز در این سایت تبلیغات کردیم. پس از اینکه چند هزار دلار برای خرید تبلیغات هزینه کردیم، موفق شدیم ۶ نفر (بله درست خواندید تنها ۶ نفر) را متقاعد کنیم که در پیمایش ما شرکت کنند.

Nina Bartman¹

Shaye-Ann McDonald²

David Icke³

علاوه بر این تبلیغات مشابهی در وبسایت Reddit و در شبکه‌ی اجتماعی متعلق به دونالد ترامپ یعنی تروث سوشال^۱ انجام دادیم و موفق شدیم به ترتیب هشت و هفت مشارکت کننده پیدا کنیم. واضح است که اعتماد به نفس من نابه‌جا و پرهزینه بود.

البته د شواریهای انجام مطالعه بر روی افراد دارای باور اشتباه تنها به مطالعه‌ی من محدود نمی شود و تقریباً در همه‌ی پژوهشها بر روی نظریه‌های توطئه و افراد دارای باور اشتباه با چنین مشکلی مواجه هستیم. در نتیجه در اکثر پژوهشها بر مطالعه بر روی افراد با میزان باور اشتباه خفیف تا متوسط و نه افراد دارای میزان باور اشتباه بالا تمرکز شده است. اما چرا انجام چنین پژوهشهایی کار مشکلی است؟ به تصویر زیر (تصویر ۷) دقت کنید. در محور افقی نمودار میزان شدت باور به نظریه‌های توطئه از عدد ۰ تا ۱۰۰ و در محور عمودی نمودار یک ویژگی شخصیتی مشخص مثلاً میزان اعتماد به شهود فردی از عدد ۰ تا ۱۰۰ نشان شده است.

به منظور اینکه بتوانیم مطالعه‌ی جامعی انجام دهیم، به افرادی نیاز داشتیم که از لحاظ شدت باور بسیار متفاوت باشند. یعنی عده‌ای از افراد سطح پایینی از باورهای توطئه داشته باشند، عده‌ای در حد وسط قرار بگیرند و عده‌ای نیز از لحاظ باور به نظریه‌های توطئه امتیاز بسیار بالایی کسب کنند. شاید اگر طیف گسترده‌ای از افراد با سطح باور مختلف در اختیار داشتیم، آنگاه تصویری مثل نمودار الف به دست می‌آمد که نشان می‌دهد ارتباط مستقیمی بین میزان اعتماد افراد به قوه‌ی شهود خود و باور به نظریه‌های توطئه وجود دارد.

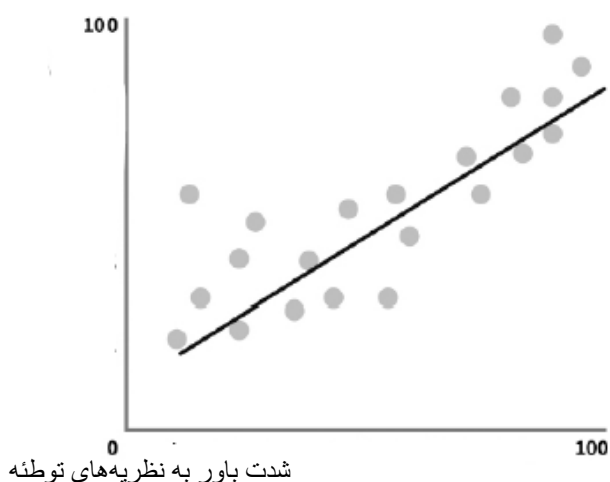
تصویر ۷

Truth Social^۱

نمونه‌ای از چالش‌هایی که در مطالعه بر روی ارتباط بین دو متغیر هنگامی که افرادی دیدگاه‌های افراطی دارند و مایل نیستند در مطالعه شرکت کنند در ادامه ذکر شده است. نمودار الف طیف گسترده‌ای از باورهای توطئه و همبستگی بین آنها را نشان می‌دهد. مستعطل تیره در نمودار ب نشان می‌دهد که اگر در این مطالعه تنها بر افرادی تمرکز می‌شد که به میزان کم و متوسط به نظریه‌های توطئه باور داشتند، نتایج آن مطالعه به چه صورتی می‌شد. در صورتی که مشارکت کنندگان از دو سوی افراطی این باورها در مطالعه شرکت نکنند آنگاه نتایجی مشابه تصویر زیر به دست خواهد آمد.

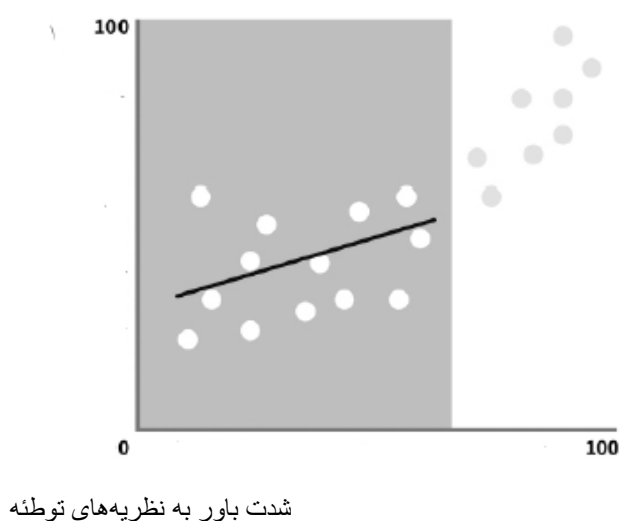
الف

میزان اعتماد افراد به قوه‌ی شهود خود



ب

میزان اعتماد افراد به قوه‌ی شهود خود



اما اگر پژوهشگران با همان چالشهایی مواجه شوند که من در برخورد با افراد دارای باورهای اشتباه با آن مواجه شدم چطور؟ اگر تنها افرادی که به میزان کم یا متوسط به نظریه‌های توطئه باور دارند در مطالعه شرکت کنند و افرادی که تا حد زیادی به باورهای اشتباه اعتقاد دارند در مطالعه شرکت نکنند چطور؟ در آن صورت ما تنها بخشی از داده (مستعطل تیره در نمودار ب) را مشاهده خواهیم کرد و یک طیف بریده¹ در محور افقی نمودار و یک طیف بریده در محور عمودی نمودار وجود خواهد داشت و ما نمی‌توانیم به طور کامل به ارتباط بین میزان اعتماد افراد به قوه‌ی شهود خود و باور به نظریه‌های توطئه پی ببریم.

علی‌رغم وجود این چالشها، برای داشتن درکی کلی درباره‌ی باور اشتباه، لازم است که به شخصیت انسانها توجه کنیم. بنابراین می‌پذیریم که انجام این نوع تحقیق دشوار است و اینکه شخصیت نقش مهمی در قیف باور اشتباه ایفا می‌کند. بنابراین تلاش می‌کنیم تا حد امکان به نقش شخصیت در این فرآیند پی ببریم.

باور اشتباه مورد علاقه‌ی من

با توجه به چالشهای توصیف شده در بالا، در این بخش از کتاب نقش شخصیت در سقوط افراد به باور اشتباه را بررسی می‌کنیم. در ادامه باور اشتباه مورد علاقه‌ام را شرح می‌دهم و از شما می‌خواهم که داستان زیر را در ذهنتان تصور کنید.

نیمه شب است. شما ناگهان از خواب می‌پرید و متوجه می‌شوید که قادر به حرکت نیستید. دست و پایتان یخ زده است و فشار زیادی بر قفسه‌ی سینه‌تان حس می‌کنید و نفس کشیدن برایتان دشوار می‌شود. می‌خواهید فریاد بزنید

¹Truncated range

اما دهانتان باز نمی‌شود و هیچ صدایی از گلویتان در نمی‌آید. با وجود این فلج موقت هنوز می‌توانید اطرافتان را حس کنید. کل بدن‌تان مورمور شده به نحوی که انگار جریان برق به بدن‌تان وصل شده است. این احساس در شما به حدی قوی است که به نظر می‌رسد نیرویی شما را از روی تخت بلند می‌کند. انتظار دارید که در اطرافتان مبلمان اتاق خوابتان را مشاهده کنید، اما در عوض در اطراف خود نورهایی چشمک زن مشاهده می‌کنید. با خودتان فکر می‌کنید که آیا دارید خواب می‌بینید. قلبتان که دیوانه‌وار می‌تپد را حس می‌کنید و چشمان کاملاً باز شما از این سو به آن سو می‌چرخد و سعی می‌کنید که بفهمید کجا هستید ولی هر چقدر تقلا می‌کنید نمی‌توانید خود را از آن تجربه‌ی وحشتناک نجات دهید. یک صدای وزوز بلند در اتاق شنیده می‌شود. ترسناکتر از همه اینکه اشکال عجیب و غریب و تیره‌ای را می‌بینید که در اطراف تختان جمع شده‌اند. آنها بر بدن شما متمرکز شده‌اند و با ابزارهایی ناشناخته بدن شما را بررسی می‌کنند، ولی شما قادر نیستید جلوی آنها را بگیرید. دقیقاً در لحظه‌ای که احساس می‌کنید دیگر نمی‌توانید آن وضعیت وحشتناک را تحمل کنید آن اشکال و نورها ناپدید می‌شوند و شما وزن بدن‌تان را احساس می‌کنید که در رختخواب نرم‌تان فرو رفته است. حالا می‌توانید دوباره دستها و پاهایتان را حرکت دهید و به سمت جلو خیز برمی‌دارید تا برقها را روشن کنید. اکنون دیگر همه چیز عادی به نظر می‌رسد.

اگر چنین اتفاقی برایتان رخ دهد فکر می‌کنید که حتماً خواب دیده‌اید یا اینطور نتیجه‌گیری می‌کنید که توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اید؟ شاید بخندید اما عده‌ی زیادی از افراد تصور می‌کنند که توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند.^۲ نکته‌ی عجیبی که در مورد این باور اشتباه وجود دارد این است که همه‌ی افرادی که باور دارند توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند داستانهای عجیبی مشابه داستان بالا روایت می‌کنند. در این داستانها جزئیات مشترکی از قبیل عدم توانایی حرکت، احساس مورمور شدن در سراسر بدن، احساس بلند شدن از زمین، صدای وزوز بلند، نورهای

در کشور ما این پدیده به عنوان بختک شناخته می‌شود (مترجم)^۲

درخشان و عجیب‌تر از همه مشاهده‌ی تصویر آدم فضایی‌هایی که در اطراف تخت بدن آنها را بررسی می‌کنند وجود دارد. افرادی که چنین چیزی را تجربه کرده‌اند اغلب باور دارند که به طور موقت به یک سفینه فضایی منتقل شده‌اند و پیش از اینکه دوباره به خانه‌ی خود بازگردانده شوند، یک سری آزمایشهای پزشکی تهاجمی بر روی آنها انجام شده است.

شاید در نگاه اول وسوسه شویم که این افراد را طرد کنیم و آنها را دیوانه بنامیم اما تعداد این افراد بسیار زیاد است و تجربه‌های آنها نیز تا حد زیادی مشابه است. علاوه بر این هنگامی که این افراد از نظر سلامت عقلانی بررسی می‌شوند در دسته‌ی انسانهای عادی قرار می‌گیرند. مهمتر از همه اینکه دیوانه نامیدن آنها مانع از این می‌شود که بفهمیم واقعیت ماجرا چیست و فرصت اینکه بتوانیم از آنها چیزی یاد بگیریم را از دست می‌دهیم. در بسیاری از موارد، بررسی تجربه‌های ناخوشایند زندگی فرصتی فراهم می‌کند تا بتوانیم تجربه‌های روزمره را بهتر درک کنیم. به عنوان مثال هنگامی که در مورد دوندگان ماراتن و کوهنوردان تحقیق می‌کنیم به تفاوت میزان انگیزه‌ی آنها و انگیزه‌ی انسانهای عادی که میانه‌ی خوبی با رنج و مشقت ندارند پی می‌بریم. من این موضوع را در زندگی شخصی خود نیز تجربه کرده‌ام. زمانی که پس از تصادف در بیمارستان بستری شده بودم دوران سختی را می‌گذراندم و در واقع این اتفاق باعث شد مسائلی از قبیل درد، درماندگی آموخته شده و ترس را به شیوه‌ی متفاوتی از آنچه که در زندگی روزمره رخ می‌دهد درک کنم.

به ماجرای افراد ربوده شده تو سط آدم فضاییها بازمی‌گردیم. آیا می‌توانیم از تجربه‌ی این افراد نکته‌ای بیاموزیم که به طور کل به باور اشتباه و به طور خاص به ارتباط بین باور اشتباه و شخصیت انسانها مربوط می‌شود؟ پاسخ این سوال مثبت است.

گروهی از پژوهشگران به سرپرستی سوزان کلنسی^۳ تجربه‌ی افراد ربود شده توسط آدم فضاییها را بررسی کردند (هنگامی که با سوزان ملاقات کردم او به من گفت که این افراد از او خواسته‌اند که آنها را با عبارت "افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها" و نه با عبارت "افرادی که باور دارند توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند" توصیف کند). پژوهشگران متوجه شدند توصیف این افراد از تجربه‌ی ربوده شدن خود (یعنی مورمور شدن، احساس بلند شدن از زمین، صدای وزوز بلند، نورهای چشمک‌زن، اشکال متحرک و آدم فضاییها) تا حدی زیادی مشابه یک وضعیت جسمی است که فلج خواب نامیده می‌شود.

اما فلج خواب چیست؟ وقتی خواب می‌بینیم (که مرحله‌ی خواب رم^۴ یا حرکت سریع چشم نیز نامیده می‌شود) ذهن ما فعال است و به بدنمان فرمان می‌دهد که کارهای مختلفی انجام دهد. به عنوان مثال به بدن فرمان می‌دهد که به جلو حرکت کن، خم شو و گل بچین، شمشیر بکش، از روی ماشین پیر، به آن انسان بد مشیت بزن و پرواز کن! اما چرا ما هنگام خواب رم دستورات مغز را به صورت واقعی اجرا نمی‌کنیم؟ چرا هیچوقت در خواب دور اتاق نمی‌دویم یا خودمان را از پنجره به بیرون پرت نمی‌کنیم؟ علت این است که خوشبختانه بدن انسان به نحوی درست شده است که از این شرایط خطرناک اجتناب می‌کند.

در واقع ارتباط بین مغز و بدن انسان هنگام خواب رم قطع می‌شود یعنی بدن به سیگنالهای ارسالی مغز واکنش نشان نمی‌دهد.

اما گاهی اوقات همه چیز آنطور که باید پیش نمی‌رود و مغز هنگام خواب رم بیدار می‌شود ولی مکانیسمی که بدن را فلج می‌کند هنوز فعال است. در این مواقع شخص به مدت کوتاهی بیدار است اما نمی‌تواند حرکت کند و چیزهایی مثل احساس مورمور شدن، احساس بلند شدن از زمین، صدای بلند وزوز، نورهای چشمک‌زن و توهم را

Susan Clancy³
REM⁴

تجربه می‌کند. نکته قابل توجه این است که در گذشته و در سایر فرهنگ‌ها مردم تجربه‌های متفاوتی داشته‌اند و بیان کرده‌اند که شیاطین، عجوزه‌ها و یا ارواح روی سینه‌ی آنها نشسته و مانع از حرکت آنها شده‌اند. واضح است که هر شخص صحنه‌هایی مختص به زمان و فرهنگ خودش را توصیف می‌کند و تفسیر متفاوتی از تجربه‌ی خود ارائه می‌دهد.

شاید انتظار دارید که پژوهشگران اعلام کنند که موفق شده‌اند به علت این تجربه‌های ناخوشایند در افراد پی ببرند زیرا فلج خواب و روایت‌های افراد از ربوده شدنشان توسط آدم فضاییها شباهت عجیبی به یکدیگر دارد. در نتیجه شاید افرادی که فلج خواب را تجربه می‌کنند، به اشتباه آن را به عنوان آدم‌ربایی توسط آدم فضاییها تفسیر می‌کنند. پس معما حل شد! اما بهتر است که انقدر سریع نتیجه‌گیری نکنید زیرا طبق آمار بنیاد خواب حداقل ۸٪ از جمعیت کشور به نوعی فلج خواب را تجربه می‌کنند (استرس احتمال بروز فلج خواب را افزایش می‌دهد) اما اکثر این افراد هرگز ادعا نمی‌کنند که توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند. چرا؟ چه چیز افرادی که تجربه‌ی فلج خواب خود را اینطور تفسیر می‌کنند که توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند را از افرادی متمایز می‌کند که مثل همیشه از خواب بلند می‌شوند و بدون تغییر در باورهایشان به زندگی عادی خود ادامه می‌دهند؟ برای پاسخ دادن به این سوال باید یکبار دیگر رابطه‌ی بین شخصیت و باور اشتباه را بررسی کنیم.

سوزان و سایر محققان گروه چند تفاوت شخصیتی مهم را بررسی کردند که مشخص می‌کند چرا یک شخص تصور می‌کند توسط آدم فضاییها ربوده شده است. آنها در ابتدا دو آگهی تبلیغاتی مختلف منتشر کردند. در یک آگهی از افراد خواسته شد که در یک آزمایش مربوط به حافظه شرکت کنند (گروه کنترل) و در آگهی دیگر از افرادی که احتمالاً با آدم فضاییها تماس برقرار کرده بودند یا توسط آنها ربوده شده بودند خواسته شد که در یک آزمایش

مربوط به حافظه شرکت کنند (در مقاله‌ی اصلی افرادی که توسط آدم فضاییها ربوده شده بودند به چند دسته‌ی مختلف تقسیم شده‌اند، اما در این کتاب به آنها اشاره نمی‌کنیم).

هنگامی که دو شرط آزمایش برآورده شد، پژوهشگران برخی از تفاوت‌های فردی میان مشارکت‌کنندگان را بررسی کردند. آنها در ابتدا جنبه‌های خاصی از حافظه‌ی خطا کار انسانها را بررسی کردند. اگرچه حافظه‌ی همه‌ی انسانها گاهی دچار مشکل می‌شود، اما برخی از افراد معمولاً به دفعات بیشتری در یادآوری وقایع دچار اشتباه می‌شوند. به عبارت دیگر، برخی از جنبه‌های حافظه‌ی خطا کار انسانها را می‌توان به عنوان یک ویژگی شخصیتی مجزا محسوب کرد. در این مطالعه پژوهشگران قصد داشتند که بررسی کنند آیا ویژگیهای شخصیتی مربوط به حافظه در افرادی که ادعا می‌کردند توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند قوی‌تر یا ضعیفتر است.

تصور کنید که در این آزمایش شرکت کرده‌اید (نمی‌دانم که آیا باور دارید توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اید یا نه اما فرض کنید که در این آزمایش شرکت کرده‌اید). هنگامی که وارد آزمایشگاه می‌شوید، دستورالعمل‌هایی به شما داده می‌شود. در مرحله‌ی اول بیست فهرست مختلف از کلماتی که مضمون مشابهی دارند را می‌شنوید که هر کدام شامل سه الی پانزده کلمه است. این کلمات به ترتیب به فاصله‌ی سه ثانیه از بلندگو پخش می‌شود. در این آزمایش از شما خواسته می‌شود که به دقت به کلمات گوش کنید و آن کلمه‌ها را حفظ کنید. هنگام پخش کلمات هر فهرست، از شما خواسته می‌شود که چهار مسئله‌ی ریاضی ساده (مثلاً حاصل جمع $۵۲+۱۶$ چند می‌شود؟) را حل کنید. پس از اینکه آن مسئله‌های ریاضی را حل کردید، ۹۰ ثانیه فرصت دارید که کل کلماتی که به یاد می‌آورید را در دفترچه‌یتان یادداشت کنید. سپس فهرست بعدی کلمات پخش می‌شود و چهار مسئله‌ی ساده‌ی ریاضی دیگر به شما داده می‌شود و از شما خواسته می‌شود کلماتی که از آن فهرست به یاد می‌آورید را یادداشت کنید و به این ترتیب این فرآیند برای همه‌ی فهرستها تکرار می‌شود.

یک نمونه از فهرست کلمات به صورت زیر است:

ترش، آبنبات، شکر، تلخ، خوب، مزه، دندان، عالی، عسل، نوشابه، شکلات، قلب، کیک، تارت، پای

پس از اینکه همه‌ی ۲۰ فهرست مختلف برایتان پخش شد، در مجموع ۱۸۰ کلمه برایتان خوانده شده است. شاید فکر کنید که در این آزمایش تعداد کلماتی که به درستی به یاد می‌آورید مد نظر است. البته به یاد آوردن کلمات، قدرت حافظه‌ی شما را نشان می‌دهد ولی در این آزمایش تعداد کلماتی که به اشتباه به یاد می‌آورید اهمیت دارد. این آزمایش قدرت فریب حافظه‌ی ما را نشان می‌دهد و اینکه حافظه‌ی انسانها می‌تواند عده‌ای از افراد را بیش از سایرین فریب دهد. هدف اصلی این مطالعه اشاره به تعداد کلماتی است که مشارکت کنندگان به اشتباه به یاد می‌آوردند یعنی کلماتی که در فهرست ذکر نشده بود اما مشارکت کنندگان تصور می‌کردند که در فهرست آورده شده است. به عنوان مثال اگر پس از شنیدن کلمات فهرستهای مختلف کلمه‌ی شربت یا کلوچه را یادداشت کنید، این کلمات را به اشتباه به یاد آورده‌اید، زیرا این کلمات جزو کلمات آن فهرستها نبود. به این عمل یادآوری اشتباه^۶ گفته می‌شود.

البته یادآوری اشتباه، تنها خطای حافظه‌ای نیست که مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته، بلکه یک خطای حافظه‌ی دیگر به نام بازشناسی کاذب^۷ نیز مورد توجه آنها قرار گرفته است. بررسی این خطای حافظه به این صورت انجام می‌شود که پس از انجام آزمایش قبل و پس از شنیدن آن بیست فهرست، فهرست جامعی شامل ۸۰ کلمه به شما داده می‌شود که چهل کلمه از آن را قبلاً دیده‌اید ولی ۴۰ کلمه‌ی دیگر در هیچ کدام از فهرستها ذکر نشده است. شما به هر کدام از این ۸۰ کلمه نگاه می‌کنید و باید مشخص کنید که به کدام کلمه‌ها در فهرستها اشاره شده بود و کدام

^۶ false recall
^۷ false recognition

کلمه‌ها جدید بود. در پایان پژوهشگران با استفاده از معیار دیگری حافظه‌ی خطا کار انسانها را بررسی کردند که در آن بازشناسی کاذب از طریق تعداد کلماتی نشان داده می‌شود که قبلاً آن را ندیده بودید اما به اشتباه گمان می‌کردید که آن کلمات را قبلاً دیده‌اید.

به طور خلاصه دو معیار متفاوت ولی به هم مرتبط برای بررسی حافظه‌ی خطا کار وجود دارد که در هر دوی آنها تعداد دفعاتی محاسبه می‌شود که ذهن ما کلماتی که با آن برخورد نکرده است را با کلماتی که قبلاً با آن برخورد کرده اشتباه می‌گیرد. اولین خطای حافظه یعنی یادآوری اشتباه تنها براساس جستجوی غلط اطلاعات در حافظه سنجیده می‌شود و دومین خطای حافظه یعنی بازشناسی کاذب بر اساس ارزیابی افراد از کلماتی که بر روی یک صفحه نوشته شده است (و در آن به جستجو در حافظه نیازی نیست) محاسبه می‌شود.

نتایج این پژوهش چه چیزی را نشان می‌دهد؟ میزان یادآوری اشتباه و بازشناسی کاذب در گروه افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها بسیار بیشتر بود. در واقع، میزان یادآوری اشتباه در این افراد دو برابر بیشتر بود و بازشناسی کاذب در گروه افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها نیز ۵۰٪ بیشتر بود. روی هم رفته نتایج این مطالعات نشان می‌دهد که افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها جزئیات پراکنده‌ی بیشتری از وقایعی که تجربه نکرده بودند را به یاد می‌آوردند که به نحوی به حافظه‌ی آنها راه یافته بود. به عبارت دیگر تفکیک بین چیزهایی که آنها واقعاً تجربه کرده بودند از چیزهایی که هرگز تجربه نکرده بودند برایشان سخت‌تر بود. این موضوع به خوبی نشان می‌دهد که چطور امکان دارد فردی در حالت فلج خواب بیدار شود و صحنه‌های مختلفی از خواب خود را به یاد بیاورد. حتی ممکن است که حس عجیب او باعث شود در ذهنش صحنه‌هایی پدید آید که شامل تجربه‌های دروغین می‌شود و او احساس کند که این صحنه‌ها در حافظه‌ی واقعیش نقش بسته و واقعا آن اتفاقات را تجربه کرده است.

شاید اینطور به نظر برسد که حالا دیگر می‌توان پرونده‌ی تحقیق در مورد افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها را بست و به مناسبت حل شدن این معما جشن گرفت. اما پژوهشگران تنها به حافظه بسنده نکردند و عناصر شخصیتی دیگری را نیز بررسی کردند که تبیین می‌کند چرا پژوهش آنها در بررسی پدیده‌ی کلی باور اشتباه اهمیت دارد. اما بهتر است قبل از اینکه به جزئیات آن پژوهش اشاره کنیم مضمون یادآوری اشتباه را بیشتر بررسی کنیم.

خطرات یادآوری اشتباه در زندگی واقعی

حافظه‌های دچار اشتباه در زندگی روزانه‌ی ما چه نقشی دارد؟ این حافظه‌های دچار اشتباه چه نقشی در سقوط افراد به قیف باور اشتباه دارند؟ در ادامه گفتگویی که با زنی به نام جیمی^۸ داشتم را برایتان تعریف می‌کنم.

جیمی رهبر گروه پرنفوذی از افراد دارای باور اشتباه بود که شهادت افرادی را که ادعا می‌کردند از عوارض جانبی واکسن کووید رنج می‌برند را جمع‌آوری می‌کردند. او به من گفت که در مجموع ۵۵۰۰ مدرک درباره‌ی عوارض جانبی وحشتناک واکسن از قبیل مشکلات ماهیچه‌ای و بیماریهای مزمن تا مرگهای مرتبط با واکسن کووید ۱۹ را جمع‌آوری کرده است. او نه تنها شهادت این افراد را جمع‌آوری می‌کرد بلکه این شواهد را تا حد امکان در همه جا منتشر می‌کرد. به نظر من او موفق شده بود که سایر افراد را متقاعد کند که عوارض واکسن از آنچه همه تصور می‌کنند شدیدتر و گسترده‌تر است. من فکر می‌کنم که شواهد جمع‌آوری شده توسط او به طور کلی سایر اتفاقات ناگوار زندگی و شرایط بد ناشی از زندگی در دوران همه‌گیری (مثلا غذا خوردن بیشتر برای رسیدن به آرامش، احساس تنهایی بیشتر، استرس بیشتر، عدم فعالیت و غیره) را در نیز برمی‌گرفت که در اصل بر اثر تزریق واکسن ایجاد نشده بودند. هنگامی که با جیمی حرف می‌زدم قصد نداشتم که فعالیتهای او را به چالش بکشم و به آسیبهایی

Jaime⁸

که به دیگران وارد می کند اشاره کنم بلکه هدفم این بود که بفهمم او چگونه به این راه کشیده شده است. یعنی چه فرایندی باعث شد که او به قدری در باور اشتباه غرق شود که مدت زیادی از وقتش را صرف ثبت عوارض واکسن و انتشار اطلاعات مربوطه کند؟ او قبل از شروع کرونا در یک شرکت تکنولوژی رده بالا کار می کرد و رویه های پرترفدار بازاریابی را تحلیل می کرد. به هر حال او عضوی از این تشکیلات بود و حتی اکنون نیز پس از گذشت دو سال از همه گیری، یکی از مروجان متعصب اخبار جعلی درباره ی واکسنهای کووید ۱۹ و عوارض جانبی آن محسوب می شود.

از او پرسیدم: (چه شد که به این مرحله رسیدی؟ نخستین گامی که برداشتی چه بود؟)

علاوه بر این از او پرسیدم که سعی کند به خاطر بیاورد اولین حدود مرزهایی که باعث شد او به این نتیجه برسد که همه چیز در دنیا آنطوری نیست که به نظر می رسد چه بود. او به من گفت که مثل بقیه ی افراد منتظر بوده است که یک واکسن تایید شود و جان همه ی انسانها را نجات دهد. او انتظار داشت که ساخت واکسن سالها طول بکشد. بنابراین از اینکه فرآیند ساخت واکسن انقدر سریع انجام شد خوشحال بود. به محض اینکه واکسن تایید شد به وبسایت FDA مراجعه کرد تا درباره ی واکسن اطلاعات کسب کند، اما اطلاعاتی که در وبسایت خواند باعث نگرانی او شد. او متوجه شد که در کار آزمایشی بالینی واکسن انجام شده توسط FDA ایراداتی از نظر نحوه ی اجرا وجود داشت. او به طور خاص نگران گروه کنترلی بود که از آزمایش کنار گذاشته شده و نتایج آزمایش بر روی آنها گزارش نشده بود (ادعایی که من شواهدی برای تایید آن پیدا نکردم). او به من گفت که به این نتیجه رسیده است که این آن واکسنی نیست که انتظارش را داشته است.

حافظه ی او را کمی زیر و رو کردم و پرسیدم: (دقیقا کی این اطلاعات را در سایت FDA خواندی؟ آیا قبلا هم مطالب سازمان FDA را خوانده بودی؟)

او با اعتماد به نفس جواب داد: (من این اطلاعات را همان روزی که FDA اعلام کرد واکسن تایید شده خواندم. همه‌ی این اطلاعات در اسناد آنها وجود داشت). از او خواستم که لینک آن سایت را برایم بفرستد ولی او هرگز این کار را نکرد.

پرسیدم: (پس از آن چه اتفاقی افتاد؟)

او جواب داد: (چند روز بعد به سخنرانی یک دکتر خیلی معروف که در این چیزها تخصص دارد و اطلاعات زیادی در مورد واکسن و عوارض آن دارد گوش کردم. آن دکتر مراحل آزمایش واکسن شرکت فایزر را شرح می‌داد و می‌گفت که کارآزمایی بالینی واکسن ایراد دارد و به نحوی طراحی شده که بدون انجام آزمایش به نتیجه‌ی دلخواه برسیم).

پرسیدم: (آیا آن دکتر به گروه کنترلی که کنار گذاشته شد هم اشاره کرد؟)

جیمی جواب داد: (بله، به این موضوع اشاره کرد که گروه کنترل آزمایش واقعی نبود و گروه کنترلی که به شیوه‌ی صحیح انتخاب شده بود از تحلیل یافته‌ها کنار گذاشته شده).

سعی کردم که بیشتر به مغزش فشار بیاورم و گفتم: (آیا خودت شخصا درباره‌ی گروه کنترلی که کنار گذاشته شد در اسناد FDA خواندی یا از زبان آن دکتر درباره‌ی ایرادات و گروه کنترل مفقود شده چیزهایی شنیدی؟) جیمی که سردرگم شده بود گفت: (یادم نمیاد. فکر کنم هر دو)

این گفتگو یک نمونه از بروز اشتباه در حافظه است که قبلاً دیدیم و اتفاقی که اصلاً رخ نداده است (مثل خواندن مطلبی راجع به یک گروه کنترل کنار گذاشته در اسناد FDA درباره‌ی واکسن فایزر) با چیزی که واقعاً رخ داده

است (مثل شنیدن مطالبی درباره‌ی خطاهای احتمالی نحوه‌ی انجام تحقیق از یک نفر) اشتباه گرفته می‌شود. حدس می‌زنم با وجود اینکه ادعای جیمی در مورد خواندن آن اسناد و دانستن ایرادات کارآزمایی به نحوی بود که گویی او خط به خط اسناد را خوانده است، ولی در واقعیت او هیچ کدام از گزارشهای اصلی را در سایت FDA نخوانده بود. او صرفاً حرفهای دکتری را شنیده بود که ادعاهایی را مطرح می‌کرد و در نتیجه ذهن او خاطره‌هایی دروغین می‌ساخت و دچار یادآوری اشتباه شده بود که نمونه‌ی آن را در افراد ربوده شده تو سطر آدم فضاییها نیز مشاهده کردیم.

اطلاعات بیشتر

میزان ریسک‌پذیری دوستانان را ارزیابی کنید

با توجه به اینکه تغییر شخصیت افراد دشوار است، لازم است مراقب شخصیت افراد پیرامون خود و به ویژه افرادی باشیم که مستعد سقوط به قیف باور اشتباه هستند. (در فصل بعدی خواهیم دید که کدام ویژگیهای شخصیتی باعث می‌شود افراد بیشتر مستعد پذیرش باور اشتباه شوند). در این کتاب قصد ندارم به شما توصیه کنم که از دوستی با افرادی که این ویژگیهای شخصیتی را دارند خودداری کنید زیرا ویژگیهای شخصیتی که باعث می‌شود افراد باورهای اشتباه را بپذیرند، می‌تواند مثبت باشد. برخی از ویژگیهای شخصیتی مثل خود شیفتگی یا یادآوری اشتباه ویژگیهای منفی هستند ولی ویژگیهای دیگر از قبیل اندیشیدن خلاقانه و توانایی پیش‌بینی امور یا حتی شکاک بودن می‌تواند در بسیاری از موارد مفید و موثر باشد. در واقع این ویژگیهای شخصیتی تنها در صورتی تاثیر منفی دارند که عوامل دیگری از قبیل استرس باعث شود افراد به انتهای قیف باور اشتباه سقوط کنند.

بنابراین اگر متوجه شدید که به نظر می‌رسد شخصی که به او اهمیت می‌دهید دارای یک سری ویژگیهای شخصیتی است که ممکن است ریسک سقوط به قیف باور اشتباه در او بیشتر باشد، به او بیشتر توجه کنید و سعی کنید مانع از سقوط او بشوید. در واقع هرچه زودتر وارد عمل شوید بهتر است.

چیزی که این مشکل را به مسئله‌ای جدی تبدیل می‌کند این است که یادآوری اشتباه و اعتماد بی‌چون و چرا به حافظه صرفاً به یادآوری چند کلمه از یک فهرست محدود نمی‌شود. آنطور که در مورد افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها دیدیم ممکن است این اشتباهات در مورد رویدادهایی رخ دهد که می‌تواند به زندگی یا شهرت افراد آسیب بزند. در مورد جیمی دیدیم که ممکن است این اشتباه در مورد مسائل مهمی مثل اثرگذاری و عوارض جانبی واکسن نیز رخ دهد. به دلیل آنکه جیمی در جامعه‌ی افراد دارای باور اشتباه به یکی از افراد مورد احترام و به مرکز جمع‌آوری و انتشار اطلاعات تبدیل شده بود، حافظه‌ی خطا کار او تأثیر بیشتری بر سایر افراد داشت و عواقب مرگباری برای خودش و کسانی داشت که به حرفهایش گوش می‌دادند.

بررسی دقیقتر شخصیت افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها

قبلاً اشاره کردیم افرادی که بیش از سایرین در به یاد آوردن دچار اشتباه می‌شوند گرایش بیشتری به باور اشتباه دارند. اما در مورد ویژگیهای شخصیتی دیگر چطور؟ پژوهشگرانی که بر روی افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها مطالعه می‌کردند از مشارکت کنندگان خواستند که به آزمونهای مقیاس سنجش شخصیت مختلف پاسخ دهند. هدف آنها این بود که بفهمند کدام ویژگیهای شخصیتی در افرادی که ادعا می‌کنند توسط آدم فضاییها ربوده شده‌اند

برجسته‌تر است. در این آزمایش مشخص شد که در این افراد سه ویژگی شخصیتی عمده یعنی اندیشه‌پردازی جادویی، تمایل به باور کردن^۱ و خطای ادراکی^۱ از ویژگیهای شخصیتی دیگر برجسته‌تر است. به طور کلی این سه ویژگی شخصیتی میزان باور افراد به انواع رابطه‌ی علت و معلول غیرمعمول، اینکه آیا افراد به راحتی در افکار و خیالات فانتزی غرق می‌شوند و اینکه آیا باور دارند که برخی از افراد قدرت خاصی دارند را اندازه می‌گیرد. در ادامه چند نمونه از ابزارهای ارزیابی شخصیت ذکر شده است و شما نیز می‌توانید با استفاده از آنها شخصیت خودتان را ارزیابی کنید. به هر یک از سوالات زیر نمره‌ای بین ۰ (این ویژگی در مورد من صدق نمی‌کند) تا ۱۰۰ (این ویژگی به خوبی من را توصیف می‌کند) به خود بدهید. هر چقدر میانگین نمرات شما بالاتر باشد، نمره‌ای که در این ویژگیهای شخصیتی کلی کسب می‌کنید نیز بیشتر است.

هنگامی که بعضی از افراد به من فکر می‌کنند، متوجه می‌شوم که کسی دارد به من فکر می‌کند.....

من گاهی اوقات از قدم زدن بر روی ترکهای پیاده‌رو می‌ترسم....

طالع‌بینی در اغلب موارد درست است و تصادفی نیست....

به نظر می‌رسد که گاهی اوقات وقتی به خانه می‌رسم، با وجود اینکه کسی در خانه نبوده جای اشیاء عوض شده است...

اعدادی از قبیل ۱۳ و ۷ قدرت جادویی دارند.....

احساس می‌کنم که مثل ویتترین مغازه، در نحوه‌ی قرار گرفتن اشیاء پیام خاصی برای من وجود دارد...

طلسمهای خوش شانسی واقعا جواب می‌دهد.....

Magical ideation¹
Openness to absorbing¹
Perceptual aberration¹

ممکن است در صورتی که تفکرات بدی در مورد دیگران داشته باشیم به دیگران آسیب بزنیم....

گاهی اوقات احساس می‌کنم که با وجود اینکه قادر به دیدن نیروهای شیطانی نیستم، یک نیروی شیطانی در اطراف من وجود دارد...

گاهی اوقات هنگامی که افراد خاصی به من نگاه می‌کنند یا من را لمس می‌کنند احساس می‌کنم که از آنها انرژی می‌گیرم یا انرژیم تحلیل می‌رود.....

گاهی اوقات با انجام مراسمهای خاصی، نیروهای منفی را از خودم دور کنم.....

احساس می‌کنم که ممکن است فکر کردن بیش از حد به چیزی باعث شود که آن اتفاق واقعا رخ دهد.....

میانگین نمره‌ی من..... است.

این تحقیقات چه چیزی را به ما نشان می‌دهد؟ به طور کل نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد که اگرچه برخی از باورهای اشتباه در ابتدا در واقعیت (مثل تجربه‌ی واقعی فلج خواب) ریشه دارد، اما با توجه به استرسی که برخی از افراد هنگام فلج خواب تجربه می‌کنند و چند ویژگی شخصیتی که تجربه‌ی پیچیده‌ی فلج خواب را به خاطره‌ی ربوده شدن توسط آدم فضاییها تبدیل می‌کند، پس از مدتی از واقعیت دور می‌شوند.

یافته‌های پژوهش بر روی افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها اهمیت فراوانی دارد، زیرا نشان می‌دهد که توضیح مشخصی برای پدیده‌ای وجود دارد که در گذشته اینطور به نظر می‌رسید که چرندیات محض است. آیا نتایج این تحقیق می‌تواند افراد ربوده شده توسط آدم فضاییها را قانع کند که آن آدم فضاییهای کوچک سبز رنگ هرگز به آفاق خواب آنها نرفته‌اند؟ پاسخ منفی است. افراد نسبت به باورهای اشتباه خود تعصب دارند و به دلایلی فراتر از

توضیحات معقولانه‌ی تایید شده توسط یک مطالعه نیاز است تا آنها داستانهای خود را کنار بگذارند، اما نتایج این مطالعه می‌تواند برای افرادی که علاقمند به درک پدیده‌ی باور اشتباه هستند مفید باشد. در سالهای بعد پژوهشگران بیشتری انواع ویژگی‌های شخصیتی که به باورهای درست و اشتباه مختلف مربوط می‌شود را بررسی کردند. در فصل بعد این موضوع را بررسی خواهیم کرد.

فصل هشتم

دسته‌بندی نقش شخصیت در کیف باور اشتباه

انسان حیوانی در جستجوی یافتن الگو است که یک نظریه‌ی بد یا یک نظریه‌ی توطئه را به عدم وجود یک نظریه ترجیح می‌دهد.

- کریستوفر هیچنز^{۱۳}

آیا تا به حال در یک بعد از ظهر تابستانی روی زمین دراز کشیده و بی‌هدف به ابرهای آسمان چشم دوخته‌اید؟ حدس می‌زنم که پس از چند دقیقه ذهنتان در جستجوی داستانی بوده است که توضیح دهد در بالای سرتان چه می‌گذرد؟ با خود فکر می‌کنید: (این ابر کوچک خیلی بامزه و خوشحال است، اما چرا آن ابر بزرگ، ابر کوچک را دنبال می‌کند؟ فرار کن! فرار کن! شاید ابر دیگر که در این جهت حرکت می‌کند دوستش است و می‌خواهد به او کمک کند. مهم نیست. آن ابر کوچک باهوش است و موفق شد که فرار کند).

اگر تا به حال اتفاق مشابهی را تجربه کرده‌اید، نگران نباشید. شما تنها نیستید! چیزی که شما تجربه کردید همان گرایش انسان به یافتن الگو در چیزی است که الگویی ندارد و مایکل شرمر^{۱۴} نویسنده و ناشر مجله‌ی Skeptic آن را الگوپذیری^{۱۵} می‌نامد. الگوپذیری مثل پدیده‌ی یادآوری اشتباه که در فصل قبل دیدیم یک ویژگی کلی مربوط به ذات انسانها است و یک تفاوت شخصیتی در بین انسانها محسوب می‌شود. یعنی برخی افراد به ویژه هنگامی که استرس دارند، بیش از سایر انسانها مستعد یافتن الگو هستند. پیش از آنکه الگوپذیری را به عنوان یک ویژگی شخصیتی بررسی کنیم، لازم است که در ابتدا با الگوپذیری به عنوان یک ویژگی عمومی در انسانها آشنا شویم.

Christopher Hitchens¹
Michael Shermer¹
Patternicity¹

شاید شما جزو آن دسته از افراد نیستید که روی چمن دراز می‌کشند و به ابرها خیره می‌شوند و با مثالی که زدم ارتباط برقرار نمی‌کنید. به مطالعه‌ی زیر که بر روی عده‌ای از دانشجویان رشته‌ی MBA انجام دادم توجه کنید. از این دانشجویان خواسته شد که به آزمایشگاه بروند و یک بازی مربوط به بازار سهام انجام بدهند. سپس از آنها خواستیم که تصور کنند بازار سهام همین الان بسته شده است و تغییرات سهام یک شرکت در طی یک روز را به آنها نشان دادیم. در برخی موارد قیمت سهام بالا و در برخی موارد قیمت سهام پایین رفته بود. پس از اینکه تغییرات سهام یک شرکت را به آنها نشان دادیم، تحلیل آن سهام توسط یک تحلیلگر مطمئن مثل جیم کرامر^۱ را با آنها به اشتراک گذاشتیم. بخش مهم مطالعه این بود که تحلیلگران برای نیمی از مشارکت کنندگان X را علت تغییرات قیمت سهام معرفی می‌کردند و برای نیمی دیگر به علتی به جز X اشاره می‌کردند که برعکس آن بود. به عنوان مثال تحلیلگر سهام می‌گفت: (سهام شرکت IBM به این علت بالا رفت که این شرکت مقداری از سهام خود را دوباره خریداری کرد و بازار واکنش مثبتی به این خبر نشان داد). اما تحلیلگر برای سایر مشارکت کنندگان علتی خلاف علت ذکر شده بیان می‌کرد و مثلاً می‌گفت: (سهام شرکت IBM به این دلیل بالا رفت که این شرکت مقداری از سهام خود را فروخت و بازار واکنش مثبتی به این خبر نشان داد).

این آزمایش به دفعات و با مشارکت افراد بسیاری تکرار شده است و پژوهشگران از سهام سایر شرکتها و روایتهای مختلف برای توضیح علت تغییرات قیمت سهام استفاده کرده‌اند. سپس دانشجویان رشته‌ی MBA با دادن امتیاز مشخص کرده‌اند که از نظر آنها این داستانها تا چه اندازه با عقل جور درمی‌آید. هر دو گروه تا حد زیادی از دلایل ذکر شده برای تغییرات قیمت سهام شگفت‌زده شده بودند. البته می‌توان به راحتی کارشناسان سهام را بابت این

¹ Jim Cramer

موضوع سرزنش کرد که حتی پس از تعطیلی بازار با اعتماد به نفس خدشه ناپذیری علت همه چیز را توضیح می‌دهند، اما مسئله چیز دیگری است. مسئله این است که ما انسانها همیشه به دنبال یافتن یک داستان هستیم و این موضوع درباره‌ی همه‌ی انسانها از جمله کارشناسان صدق می‌کند. به محض اینکه داستانی را می‌شنویم یا می‌خوانیم (مثلا اینکه IBM مقداری از سهام شرکت خود را دوباره خریده است) به طور نقادانه به آن فکر نمی‌کنیم، بلکه به دنبال عناصر دیگری می‌گردیم که با آن داستان جور درآید (مثلا شواهد بیشتری از اینکه آن ابر کوچک واقعا بامزه است و ابر بزرگتر بد است). ذهن ما تمایل دارد که به هر مکانی که می‌رویم داستانی بیابد. به عبارت دیگر، این واقعیت که ذهن ما اینطور کار می‌کند مزایای بسیار مهمی دارد. مغز ما اینطور سیم کشی شده است که بین همه چیز ارتباط برقرار کند. نحوه‌ی یادگیری ما انسانها درباره‌ی دنیای اطراف به این صورت است که در ابتدا یک الگو پیدا می‌کنیم، سپس به وجود یک رابطه‌ی علی شک می‌کنیم و گاهی اوقات چیزهای جدید یاد می‌گیریم.

علم و تکنولوژی با یافتن ارتباط میان پدیده‌ها باعث پیشرفت ما می‌شود. به عنوان مثال یک نفر به ارتباط بین یک ظرف کشت که مدتی به حال خود رها شده است و مخمر پی می‌برد و در طی مدت کوتاهی آنتی بیوتیک کشف می‌شود. یک نفر متوجه می‌شود که یک عامل شیمیایی جنگی به نام مکلورتامین^۱ به دی‌ان‌ای متصل می‌شود و دو رشته‌ی دی‌ان‌ای را به هم متصل کرده و مانع از تقسیم سلول می‌شود. به واسطه‌ی کشف او، حالا یک داروی شیمی‌درمانی داریم که از آن برای درمان بیماری ریوی، بیماری هاجکین^۲ و لنفوم غیرهاجکین استفاده می‌شود. محققان دارویی به نام سیلدنافیل سترات^۳ می‌سازند و باور دارند که این دارو در درمان فشار خون بالا و آئزین و درد قفسه‌ی سینه مربوط به بیماری عروق کرونری قلب موثر است. آنها به عوارض جانبی این داروها توجه می‌کنند

mechlorethamine¹
Hodgkin²
Sildenafil citrate³

شده‌ی هر فرد هنگام یافتن الگوهایی که وجود نداشت یا به طور خلاصه میزان الگوپذیری آنها با استفاده از یک عدد اعلام شد.

علاوه بر این از مشارکت کنندگان خواسته شد که به سوالات مختلفی پاسخ دهند که در بعضی از این سوالات یک سری واقعیتهای جعلی درباره‌ی نوشیدنی انرژی‌زای Red Bull بیان شده بود (محققان عمداً درباره‌ی نوشیدنی Red Bull یک سری واقعیتهایی ساختگی بیان کردند تا مطمئن شوند که مشارکت کنندگان قبلاً این عبارات را نشنیده‌اند). از مشارکت کنندگان خواسته شد که برای هر عبارت مشخص کنند که به نظر آنها هر کدام از این عبارتها تا چه اندازه صحیح است.

این آزمایش را شخصاً امتحان کنید: لطفاً در مورد هر یک از عبارات با امتیاز بین ۰ (کاملاً غلط) تا ۱۰۰ (کاملاً درست) مشخص کنید که تا چه اندازه درست یا غلط هستند.

نوشیدنی Red Bull حاوی مواد غیرمجاز است که میزان علاقه‌ی مشتریان به این محصول را افزایش میدهد.....
مخترع رسمی Red Bull هر سال مبلغ ۱۰ میلیون یورو به عنوان حق‌السکوت به ناظر کیفیت غذا می‌پردازد....
اگر یک قوطی از نوشیدنی Red Bull تا دمای ۴۰ درجه گرم شود، مواد مضر از خود منتشر می‌کند.....
پیامهای مخفی در تبلیغات تلویزیونی Bull Red باعث می‌شود که مشتریان تصور کنند که این نوشیدنی برای سلامت افراد مفید است.....

علت استفاده از شعار تبلیغاتی این شرکت (Red Bull به شما بال پرواز می‌دهد) این است که در آزمایشهای انجام

شده بر روی حیوانات، موشها واقعا بال در آوردند.....

مصرف منظم Red Bull سطح دوپامین را افزایش می‌دهد و در طولانی مدت آسیب زننده است....

در ابتدا مصرف Red Bull برای افراد کم سن در آمریکا ممنوع بود. اکنون این سوالات مطرح می‌شود که

مصرف آن چگونه قانونی شد؟.....

تبلیغات ورزشی این پیام را به ما منتقل می‌کند که Red Bull نوشیدنی سالمی است.....

عوارض جانبی عصاره‌ی بیضه‌ی گاو که در Red Bull وجود دارد معلوم نیست....

میانگین امتیاز پاسخهای شما.....

سپس پژوهشگران میانگین امتیاز پاسخ مشارکت کنندگان به سوالات مربوط به نظریه‌های توطئه راجع به Red

Bull را بدست آوردند و سپس میزان باور افراد به نظریه‌های توطئه مربوط به Red Bull و میزان الگوپذیری آنها

را مقایسه کردند. همانطور که انتظار می‌رفت (گاهی اوقات در مواقعی که ذهن ما به دنبال یافتن الگو است، ما را به

جهت درست هدایت می‌کند). این پژوهشگران همبستگی قابل توجهی بین باور به نظریه‌ی توطئه و الگوپذیری پیدا

کردند که نشان می‌دهد احتمال بیشتری وجود دارد افرادی که به راحتی اعتماد نمی‌کردند و به شرکت Red Bull

مشکوک بودند (و احتمالا به هیچکس و هیچ چیز اعتماد نداشتند)، در شرایطی که مثل یک توالی تصادفی از پرتاب

سکه هیچ الگویی وجود ندارد بتوانند الگو پیدا کنند.

به طور کلی این یافته‌ها نشان می‌دهد افرادی که در مواقعی که هیچ الگویی وجود ندارد الگو پیدا می‌کنند، ذهن شکاک‌تری دارند. اما پیش از اینکه نسبت به افرادی که دارای این ویژگیهای شخصیتی هستند احساس بدی داشته باشیم باید به این نکته توجه کنیم که یافتن الگو در شرایطی که هیچ الگویی وجود ندارد به خودی خود نه یک ویژگی مثبت است و نه یک ویژگی منفی، بلکه تصمیماتی که افراد بر اساس تصورات خود می‌گیرند، اثرات مثبت یا منفی دارد. بنابراین گاهی اوقات نمی‌توان فوراً قضاوت کرد که چه چیز خوب و چه چیز بد است.

به داستان زندگی مادر مادر بزرگ من که مینا نام داشت توجه کنید. او فرد بسیار شکاکی بود و در همه چیز به دنبال الگو می‌گشت. او به قدری مطمئن بود که اتفاقات بدی رخ خواهد داد که اصرار کرد خانواده‌اش وسایلشان را جمع کنند و به کشور دیگری بروند، آن هم نه یک بار بلکه دو بار! به نظر شما این کار درست بود یا غلط؟ خوب لازم است که جزئیات بیشتری از این ماجرا برایتان تعریف کنم. مادر مادر بزرگ من در سال ۱۸۹۰ در روسیه متولد شد. هنگامی که انقلاب ۱۹۱۷ روسیه آغاز شد، مینا پدر مادر بزرگم را ترساند و به او گفت که باید روسیه را ترک کنند. آنها نیز کشور را ترک کردند. به نظر شما آنها به کجا فرار کردند؟ به آلمان. پس از گذشت چند سال هیتلر به قدرت رسید و مینا به قدری ترسیده بود که خانواده‌اش را قانع کرد که همان روز هر چیزی که دارند را جمع کرده و فوراً آلمان را ترک کنند. به احتمال زیاد این بار دومی بود که او جان اطرافیانش را نجات می‌داد. تمایل شدید او به یافتن الگو و شکاک بودن نعمت بزرگی بود. با این وجود اگر بخواهم منصفانه قضاوت کنم، داستان زندگی مادر مادر بزرگم پیچیده‌تر از این حرفها است و الگوپذیری او همیشه یک نعمت نبود. مشاهده می‌کنید که این ویژگیهای شخصیتی بسته به شیوه‌ی استفاده و هدف استفاده می‌تواند نتایج مثبت یا منفی داشته باشد. من به شخصه قدردان الگوپذیری و شکاک بودن مادر مادر بزرگم هستم و در عین حال از افرادی که من را به دست داشتن در دروغ‌های مربوط به کووید متهم می‌کنند بسیار ناراحت می‌شوم.

آخرین نکته در مورد شکاک بودن و الگوپذیری این است که نمیتوان گفت کدام یک باعث به وجود آمدن دیگری می شود. آیا اینگونه است که افرادی که شکاک تر هستند به دنبال یافتن تهدیدهای بالقوه هستند و در نتیجه در همه جا الگو می یابند (یعنی آیا شک منجر به الگوپذیری می شود) یا برعکس آن، افرادی که در اطراف خود الگو پیدا می کنند، شکاک تر می شوند (یعنی آیا الگوپذیری منجر به شک می شود)؟ نمی توان با قطعیت نظر داد. به احتمال زیاد هر دو فرضیه درست است. تنها چیزی که به طور قطع می دانیم این است که هر دو ویژگی به صورت مشترک باعث می شود که افراد به ته قیف باور اشتباه سقوط کنند.

استرس چگونه باعث افزایش الگوپذیری می شود؟

اشاره کردیم که اتحاد شوم الگوپذیری و شک ورزی نقش مهمی در تسریع سقوط افراد به ته قیف باور اشتباه دارد. مهمتر از همه اینکه نیروهای دیگری نیز وجود دارد که ظرفیت الگوپذیری و شک افراد را افزایش داده و باعث می شود این نیروها قدرتمندتر و خطرناکتر شوند. اما این نیروها چیست؟ اگر یکبار دیگر به فصلهای مربوط به استرس مراجعه کنید، احتمالاً حدس می زنید که یکی از مهمترین نیروهای دخیل در این امر، احساس عدم کنترل است که به نوبه ی خود باعث افزایش الگوپذیری افراد می شود.

جنیفر ویتسون^۱ و آدام گالینسکی به منظور بررسی ارتباط احتمالی میان عدم کنترل و الگوپذیری چند آزمایش جالب انجام دادند و بیان کردند هنگامی که افراد به دلیل عوامل محیطی کنترلی بر او ضاع ندارند، تلاش می کنند که دوباره حس کنترل داشتن را به دست آورند. در واقع افراد با یافتن الگوهای مثل یافتن تصویر در مجموعه ای از نقطه های تصادفی، ساختن نظریه های توطئه و روی آوردن به خرافات سعی می کردند دوباره احساس کنترل داشتن بر اوضاع را به دست آورند. در مقاله ی ذکر شده پیش از توصیف شواهد تجربی، چند نمونه از مشاهدات طبیعی جالب ذکر شده است که وجود یک رابطه ی کلی میان احساس عدم کنترل و الگوپذیری را نشان می دهد. به عنوان مثال برانیسلاو مالینوفسکی^۲ شیوه ی مرسوم ماهیگیری اقوام ساکن در جزایر تروبریاند^۳ را شرح می دهد. ساکنان این جزایر در دو محیط متفاوت یعنی اعماق دریا و آبهای کم عمق ماهیگیری می کنند. احتمالاً می دانید که ماهیگیری در اعماق دریا عملی غیرقابل پیش بینی است و تا حد زیادی به وضعیت آب دریا بستگی دارد، بنابراین ماهیگیرها احساس می کنند کنترلی بر اوضاع ندارند. اما ماهیگیری در آبهای کم عمق عملی قابل پیش بینی و یکنواخت است و در نتیجه ماهیگیران احساس می کنند کنترل بیشتری بر اوضاع دارند. حدس می زنید هنگام اجرای کدام نوع از ماهیگیری آیین ها و مراسم های بیشتری وجود دارد؟ بله درست حدس زدید، ماهیگیری در آبهای عمیق. احتمالاً میزان بالاتر غیرقابل پیش بینی بودن شرایط، احساس نیاز به داشتن کنترل را افزایش می دهد. بنابراین ماهیگیران این جزیره به خرافات روی می آورند تا با این احساس عدم کنترل مقابله کنند.

آزمایش مشابهی توسط پاول سیمونوف^۴ و همکاران انجام شده است. آنها بر روی افراد چترباز تحقیق کردند. چتربازی فعالیتی است که اکثر ما باور داریم که در آن فرد کنترلی بر اوضاع ندارد. یافته های این پژوهش که

Jennifer Whitson¹
Bronislaw Malinowsk²
Trobriand Islands³
Pavel Simonov⁴

اطلاعات قبلی ما را تایید می کند نشان داد احتمال بیشتری وجود دارد که افراد چتر باز در تصویری از مجموعه ای از نقطه های تصادفی، اشکال مختلفی بیابند. علاوه بر این یافته ها نشان می دهد که افراد چتر باز در لحظه ی قبل از پریدن که لحظه ای استرس زا و با احساس عدم کنترل فراوان همراه است، اشکال مختلفی می بینند.

در هیچ فعالیتی به اندازه ی ورزش بیسبال خرافات وجود ندارد. در دنیای بیسبال رسوم خرافی بسیاری از قبیل خودداری از شستن یونیفرم ورزشی پس از کسب چند پیروزی متوالی، قدم نگذاشتن بر روی خطهای کنار زمین هنگام ورود و خروج از زمین، پرهیز از رابطه ی جنسی در روز بازی، رسم نماد با چوب بیسبال توسط ضربه زننها قبل از ضربه زدن به توپ و استفاده از چوب بیسبال و دستکشهایی که خوش شانسی می آورند وجود دارد. جالب توجه است که جورج گملچ⁵ نیز به نتیجه ای مشابه مطالعه بر روی ماهیگیران جزیره ی تروبریان رسید و دریافت بازیکنانی که در پستهای غیرقابل پیش بینی (به عنوان مثال پرتاب کننده و ضربه زن) بازی می کنند، رسوم خرافی بیشتری دارند درحالیکه بازیکنانی که در پستهایی بازی می کنند که قابل پیش بینی هستند (مثل بازیکنان محوطه بیرونی) کمتر به خرافات گرایش دارند.

اگرچه مطالعات انجام شده در آزمایشگاه به اندازه ی مشاهدات طبیعی پژوهشگران جذاب نیست، دو پژوهشگر به نامهای ویتسون⁶ و گالینسکی⁷ نهایت تلاش خود را کردند تا آزمایش خود را تا حد امکان جذاب کنند. نحوه ی انجام این آزمایش به صورت زیر بود. تصور کنید که در حال انجام یک آزمایش هستید. در قسمت اول آزمایش به شما گفته می شود که کامپیوتر روبه روی شما یک مفهوم را انتخاب کرده است، اما شما نمی دانید که چه مفهومی انتخاب شده. شما ده بار فرصت دارید که حدس بزنید که آن مفهوم چیست. شاید این کار کمی پراسترس به نظر

George Gmelch⁵
Whitson⁶
Galinsky⁷

برسد، اما به شما گفته شده است که هدف از انجام این آزمایش صرفاً پی بردن به نیروی قضاوت شهودی شما است.

شما نیز با اطلاع از این موضوع آرام شده و دکمه‌ی شروع را فشار می‌دهید.

هر دفعه دو شکل به شما نشان داده می‌شود که یکی در سمت راست و دیگری در سمت چپ نمایشگر قرار دارد و

شما باید شکلی را انتخاب کنید که تصور می‌کنید به مفهومی مربوط است که سعی دارید کشف کنید چیست. شما

شکلهای مورد نظر خود را انتخاب می‌کنید، اما پس از ده بار امتحان کردن، کامپیوتر یک مفهوم دیگر را انتخاب

می‌کند. این آزمایش به همین ترتیب برای پنج مفهوم مختلف تکرار می‌شود و مشارکت‌کنندگان در مجموع ۵۰ بار

فرصت دارند که حدس بزنند چه مفهومی انتخاب شده است.

البته این آزمایش در شرایط کنترل شده و بدون استرس انجام شد. اما اگر این آزمایش در شرایطی انجام شود که

احساس کنترل کمتری داشته باشید نتیجه چه می‌شود؟ در این صورت هدف از انجام این آزمایش این است که

احساس کنترل کمتری داشته باشید و اگر در این آزمایش شرکت کنید، آنگاه دیگر یک سری جملات

آرامش‌بخش راجع به اینکه محققان مایل هستند به قضاوت شهودی شما پی ببرند به شما گفته نمی‌شود، بلکه به شما

گفته می‌شود که باید پاسخ درست را انتخاب کنید. سپس کامپیوتر به شما خواهد گفت که آیا پاسختان درست

است یا غلط و این بازخورد به شما کمک خواهد کرد که دفعه‌ی بعد بهتر حدس بزنید. به نظر می‌رسد در این حالت

استرس بیشتری به مشارکت‌کننده وارد می‌شود. اینطور نیست؟ صبر کنید. شما اصلاً نمی‌دانید که در اصل هیچ

مفهوم مشخصی وجود ندارد و الگوها و بازخورد ارائه شده توسط کامپیوتر به صورت تصادفی انتخاب می‌شود. در

پنجاه درصد موارد به شما گفته می‌شود که پاسختان درست است و در پنجاه درصد موارد به شما گفته می‌شود که

پاسختان غلط است. اما این بازخوردها به شما کمک نمی‌کند که مفهوم مورد نظر را حدس بزنید، زیرا اصلاً مفهومی

وجود ندارد! شما با انجام هر تمرین احساس می‌کنید که هر چه بیشتر شکست خورده‌اید و سردرگم و درمانده

شده‌اید. البته تقصیر شما نیست که چنین احساسی دارید، اما شما نمی‌دانید که مقصر نیستید و در اصل این کامپیوتر است که شما را فریب می‌دهد.

پس از پایان این تمرینها، تمرین دیگری که مربوط به ادراک بصری است و برای همه‌ی مشارکت‌کنندگان یکسان است به شما داده می‌شود. چند تصویر نقطه به نقطه یا برفکی کامپیوتری به شما نشان داده می‌شود و از شما خواسته می‌شود که تصویر پنهان در آن را پیدا کنید و در صورتی که هیچ تصویری وجود نداشته، تا حد امکان سعی کنید که تصویری بیابید.

این دو تمرین با هدف مشخصی در آزمایش قرار داده شده و ترتیب انجام آنها مهم بود. هدف کلی از انجام این آزمایش این بود که بررسی کنیم داشتن احساس کنترل کمتر در قسمت اول آزمایش چگونه باعث می‌شد که افراد تصور کنند باید در بخش دوم آزمایش از طریق یافتن الگو حتی هنگامی که الگویی وجود نداشته دوباره احساس کنترل خود را به دست آورند. باید اشاره کنم که در آزمایش فوق، این میزان از احساس کنترل پایین در مقایسه با میزان واقعی چنین احساسی در موقعیتهای واقعی زندگی از قبیل کووید ۱۹، بیماریهای خطرناک، بیکاری و نظیر آن، در حد متوسط بود. با این وجود، لازم است که بررسی کنیم آیا حتی میزان اندکی از احساس کنترل کمتر می‌تواند بر افراد تاثیر بگذارد یا نه. اما آیا این احساس اهمیت دارد؟ معلوم است که اهمیت دارد. احساس کنترل در انسان آنقدر مهم است که حتی تغییر اندک آن نیز اهمیت بالایی دارد. در واقع، احتمال بیشتری وجود داشت مشارکت‌کنندگانی که سطح کنترل پایینتری داشتند، در تصاویر برفکی و نقطه به نقطه شکلهای مختلفی پیدا کنند. مشارکت‌کنندگان که در آزمایش پراسترس انجام تمرینهای مربوط به یافتن مفهوم موفق نشده بودند، احساس می‌کردند که باید دوباره بتوانند دنیای اطراف خود را درک کنند. بنابراین به مغزهایشان فشار می‌آوردند تا در مواردی که هیچ تصویری وجود نداشت شکلهایی پیدا کنند.

ویتسون و گالینسکی آزمایشهای مشابه دیگری انجام دادند تا این موضوع را بیشتر بررسی کنند. در یکی از این آزمایشها نشان داده شد که مشارکت کنندگان پس از یادآوری یک تجربه‌ی فردی شامل احساس کنترل پایینتر، بیشتر به خرافات گرایش پیدا می‌کردند. به طور کلی این یافته‌ها نشان می‌دهد ذهن انسان اندامی است که به دنبال یافتن معنا است و همواره در جستجوی الگو است. بنابراین ما در این مواقع الگوهایی مشاهده می‌کنیم. اما هنگامی که احساس کنترل کمتری داریم، ذهنمان سعی می‌کند الگوهایی پیدا کند تا جهان پیرامون خود را بهتر درک کنیم، حتی اگر این الگوها ساختگی باشد.

اعتماد بیش از حد به قوای شهودی

جنی در تاریخ جولای ۲۰۲۲ یعنی دو سال و نیم پس از شروع همه‌گیری کرونا در پیامی به مخاطبانش نوشت: (از همون اول می‌دونستم که یک جای کار مشکل داره. حس می‌کردم مشکلی وجود داره). در آن زمان جنی سعی می‌کرد که به غیر از مقابله با محدودیتهای کرونا و واکسیناسیون، به رهبر افراد دارای باورهای اشتباه تبدیل شود. بنابراین او تاکید زیادی بر نیروی شهود انسانها داشت.

در ادامه‌ی پست او نوشته شده بود: (من تجربه زیادی در روانشناسی و برنامه‌نویسی عصبی-زبانی دارم و احساس می‌کنم که یک جای کار مشکل دارد. اولین مشکل ما محدودیت‌ها و قوانین است و مشکل دیگر آن تکه پارچه‌ی مندرسی است که مردم مجبور هستند بپوشند و مانع از رسیدن اکسیژن به مغزشان می‌شود. البته آن واکسن‌های آزمایشی کووید ۱۹ را نباید فراموش کرد. نمی‌دانم این احساس من دقیقاً چیه ولی این احساس در من بسیار قویه و می‌دانم که هیچ کسی نباید این سمهای آزمایشگاهی را امتحان کنه. من به احساس خود اعتماد دارم. خیلی از شما

هم به احساس خود اعتماد دارید. می‌دانم که بعضی از شماها بعد از زدن یک واکسن از خواب غفلت بیدار شدید و بعضی از شما بعد از زدن دو یا سه دور واکسن از خواب غفلت بیدار شدید اما همه ما می‌دانیم که چه حسی داریم و به آنچه که می‌دانیم اطمینان داریم و هیچکس نمی‌تونه به ما بگه که نمی‌دانیم حقیقت چیه).

این باور قلبی که در آن شواهد بیرونی کاملاً نادیده گرفته می‌شود، در بین افراد دارای باور اشتباه رایج است. یکی از کارشناسان دروغین حوزه‌ی سلامت که زمانی که قصد داشتم دنیای عجیب باورهای اشتباه (و دنیای عجیبتر دنبال کنندگان این باور اشتباه) را کشف کنم به سخنان او گوش می‌دادم، به مخاطبانش می‌گفت که لازم نیست حتماً متخصص، دکتر یا زیست‌شناس باشند تا معنی حرف‌های او درباره‌ی نحوه‌ی التیام خودبه‌خود بدن و خطرهای داروهای نوین را درک کنند. تنها کافی است که به احساس درونی خود گوش دهند و به ادراک شهودی خود اعتماد کنند. یک زن دیگر که ادعا می‌کرد متخصص طالع‌بینی تکاملی است، درحالی‌که بدون پلک زدن به دوربین موبایل خود خیره شده بود برای مخاطبانش توضیح می‌داد که اعتماد به چیزی که او به اصطلاح (سیستم هدایت درونی) آنها می‌خواند، نیازمند یک جدایی آسیب‌زننده از توده‌ی افرادی است که مثل گو سفند از نظر عموم تبعیت می‌کنند و از اعتماد به دولت، متخصصان، سلبریتی‌ها و رسانه‌های جریان اصلی نوعی احساس امنیت می‌کنند. البته این تنها اینفلوئنسرهای رسانه‌های اجتماعی عصر جدید نیستند که چنین ادعاهایی مطرح می‌کنند بلکه دونالد ترامپ نیز ارزش زیادی برای احساس شهود خود قائل بود و با توجه به داده‌هایی که در اختیارش قرار داده می‌شد از اصطلاحاتی مثل عقلانیت، حس ششم یا حس غریزی برای اشاره به عقل سلیم خود استفاده می‌کرد. ترامپ در مصاحبه‌ی خود با روزنامه واشنگتن پست گفت: (من یک حس غریزی دارم و گاهی اوقات این حس چیزهای بیشتری از مغز افراد دیگر به من می‌گه). یعنی همه‌ی ما گاهی اوقات به حس غریزی خود حتی در صورتی که مغایر با داده‌های موجود باشد، بیشتر اعتماد می‌کنیم، اما همیشه اعتماد به نفس کافی برای اعتراف به این موضوع را نداریم

و خوشبختانه براساس حس غریزی خود عمل نمی‌کنیم. هنگامی که چنین عباراتی را به دفعات می‌شنیدم، حتی یک شب خواب دیدم دانشجویی که در کلاس من نمره‌ی پایینی گرفته بود نزد من آمده است تا درباره‌ی نمره‌ی پایینی که گرفته بود با من صحبت کند و به من گفت که در احساس درونی‌اش به او می‌گوید که شاگرد اول شده است و من از خواب بیدار شدم.

فروتنی فکری^۸

این اعتماد به حس درونی که در جنی، مشاور سلامتی، زن طالع‌بین، دونالد ترامپ و دانشجوی خیالی وجود داشت، اسامی علمی مختلفی دارد. در گذشته آن را اندیشیدن شهودی^۹ می‌نامیدند، اما اصطلاح رایجی که امروزه به کار می‌رود، اصطلاح فروتنی فکری (یا به صورت دقیق‌تر در مثالهای فوق، نبود فروتنی فکری) است. اصطلاح فروتنی فکری مودبانه‌تر است و در عین حال تا حدی با نوعی قضاوت کردن همراه است. بنابراین افرادی که از سطح فروتنی فکری بالایی برخوردار هستند تا حد زیادی می‌پذیرند که ممکن است باورها و نظراتشان غلط باشد.

در واقع، همه‌ی ما باورها و نظراتی درباره‌ی موضوعات مختلفی از قبیل بهترین راه سرمایه‌گذاری، انتخاب حزب سیاسی در انتخابات پیش رو، روش درست تربیت فرزندان، بهترین موبایل و انتخاب بهترین رژیم غذایی داریم. همانطور که در فصل ۶ اشاره شد، در اغلب موارد میزان بالای اعتماد به باورهایمان غیرضروری است (آیا اثر دانینگ کروگر و توهم عمق توضیحی را به یاد می‌آورید؟) انسان‌های دارای سطح فروتنی فکری بالا (البته همه ادعا می‌کنند که فروتنی فکری بالایی دارند) با همان باورهای قبلی خود در بین ما پرسه می‌زنند، اما تعصب کمتری دارند و می‌پذیرند که باورهای خود را تغییر دهند.

Intellectual humility^۸
intuitive thinking^۹

با توجه به این موضوع متوجه می‌شویم که فروتنی فکری یک ذهنیت یا یک ویژگی شخصیتی کلی را توصیف می‌کند که در بسیاری از جنبه‌های زندگی و قضاوتها و تصمیمهای ما تاثیر می‌گذارد.

شما می‌توانید سطح فروتنی فکری خودتان را با استفاده از روش زیر پیدا کنید. به عبارات زیر که بر اساس مقیاس فروتنی فکری جامع^۱ است، توجه کنید و با دادن امتیازی بین ۰ (کاملاً مخالف) تا ۱۰۰ (کاملاً موافق) مشخص کنید که این موارد تا چه حد در مورد شما صدق می‌کند. در این تمرین امتیاز بالا به معنی فروتنی فکری بالا است (می‌دانم که اصطلاح فروتنی فکری بالا متناقض است).

معمولاً ایده‌های من بهتر از ایده‌های افراد دیگر نیست

در اکثر موارد من از دیگران چیزهای زیادی یاد می‌گیرم و نه بالعکس

حتی زمانی که درباره‌ی درستی یک باور کاملاً مطمئن هستم این احتمال وجود دارد که باور من غلط باشد

ترجیح می‌دهم که از تخصص دیگران استفاده کنم و در اکثر موضوعات تنها بر دانش خودم تکیه نکنم ...

حتی درباره‌ی موضوعات مهم نیز تحت تاثیر دیدگاه افراد دیگر قرار می‌گیرم

به دفعات هنگامی که کسی به من نشان داده است که اشتباه می‌کنم، دیدگاه‌هایی که برایم مهم بود را تغییر داده‌ام

من در صورت وجود دلایل کافی موضع خود درباره‌ی مسائل مهم را تغییر می‌دهم

من در صورت وجود دلایل قانع کننده موضع خود درباره‌ی مسائل مهم را تغییر می‌دهم

¹ Comprehensive Intellectual Humility Scale

من به این واقعیت که روشهای دیگری برای اتخاذ تصمیمهای مهم وجود دارد که با شیوهی تصمیم گیری من تفاوت دارد احترام می گذارم.....

گوش دادن به نظرات سایر افراد اغلب باعث می شود که نظرات مهم خود را تغییر دهم.....

من از روشهای مختلف اندیشیدن راجع به موضوعات مهم استقبال می کنم.....

حتی زمانی که با شخصی در مورد موضوعات مهم اختلاف نظر دارم احترام زیادی برای او قائل می شوم.....

هنگامی که فردی با ایده هایی که از نظر من مهم است مخالفت می کند احساس نمی کنم که مورد حمله قرار گرفته ام.....

هنگامی که سایر افراد در مورد موضوعاتی که برایم مهم است با من مخالفت می کنند احساس نمی کنم که مورد تهدید واقع شده ام.....

مشتاق هستم حتی در صورتی که با نظر کسی مخالف هستم، حرفهای او را بشنوم.....

از اینکه سایر افراد در مورد موضوعاتی که برایم مهم است با من مخالفت می کنند احساس بدی ندارم.....

هنگامی که مقیاس فروتنی فکری در اختیار من قرار می گیرد و در درون خود مایل هستم که بدانم آیا من هم از لحاظ فکری فروتن هستم و در مقابل این وسوسه که پاسخهای خود را تغییر دهم مقاومت می کنم (این قسمت بخشی از این مقیاس نیست و هدف این است که بدانم آیا هنگام پاسخ دادن به قدر کافی توجه می کنید یا نه).....

میانگین نمره ی من در این ۱۸ سوال است.

به طور کلی احتمال بیشتری وجود دارد افرادی که نمره بالایی در فروتنی فکری کسب می کنند، باور داشته باشند که ممکن است باورهایشان غلط باشد، به درستی شواهد ارائه شده توجه بیشتری کنند، به دانستن علت مخالفت دیگران علاقه داشته باشند و دیدگاههای مخالف خود را با صرف زمان و دقت بیشتری بررسی کنند. می توان اینطور

نتیجه گرفت که افراد دارای فروتنی فکری بالاتر تمایل بیشتری به شنیدن نظرات دیگران دارند و احتمال بیشتری وجود دارد که در صورت وجود دلایل قانع کننده در باورها، نظرات و رفتار خود بازنگری کنند. روی هم رفته، به دلیل اینکه این افراد به طور ذاتی نسبت به بازنگری نظرات قبلی خود انعطاف پذیری بیشتری دارند، تعصب کمتری نسبت به نظرات خود دارند و می پذیرند که ممکن است تفکراتشان اشتباه باشد. البته ممکن است فروتنی فکری نیز مانند چیزهای دیگر به افراط کشیده شود. در جامعه‌ای مثل جامعه‌ی ما که در آن مشکل اطمینان بیش از حد وجود دارد فروتنی فکری بیشتر می تواند تا حد زیادی به ما کمک کند. از طرف دیگر به هیچ وجه مایل نیستیم که در جهانی مشابه آنچه ویلیام باتلر ییتس^۱ در کتاب ظهور دوباره^۲ توصیف می کند زندگی کنیم. او در این کتاب می نویسد: (بهترین انسانها هیچ عقیده‌ای ندارند، در حالیکه بدترینها سرشار از اشتیاق هستند). به این ترتیب باید در طیف باورهایمان بین فروتنی فکری و عقایدمان توازن برقرار کنیم.

اما چه ارتباطی بین فروتنی فکری و تفکرات توطئه آمیز وجود دارد؟ شانا بویس^۳ و همکارانش به طور شهودی نشان دادند که شدت باور به نظریه‌های توطئه ارتباط معکوسی با میزان فروتنی فکری دارد. یعنی احتمال کمتری وجود دارد افرادی که فروتنی فکری بالاتری دارند انواع تفکرات توطئه آمیز، اخبار جعلی، اطلاعات دروغین و شبه علم را باور کنند، در حالیکه احتمال بیشتری وجود دارد افرادی که فروتنی فکری پایینتری دارند نظریه‌های توطئه را باور کنند.

William Butler Yeats¹
The Second Coming¹
Shauna Bowes¹

یک مسئله پیچیده در افراد دارای باور اشتباه این است که آنها اغلب به نحوی سخن می گویند که به نظر می رسد نشان دهنده ی فروتنی فکری آنها است. در گفتگوهایی که با افراد دارای باور اشتباه داشته ام شنیدن عبارات زیر برایم جالب (و در عین حال آزاردهنده و نگران کننده) است:

(من نمی گم که ماسک باعث کاهش انتشار میکروب نمی شه، می خوام اینو بگم که ما هنوز داده کافی برای اثبات این موضوع نداریم)

(من نمی گم که ۱۱ سپتامبر کار دولت بود، می خوام به این واقعیت اشاره کنم که سوخت جت نمی تونه فولاد را ذوب کنه)

(من نمی گم که واکسن باعث تغییر دی ان ای افراد می شه، به نظرم باید منتظر بمونیم تا از این موضوع مطمئن شویم)
(من نمی گم که داستان فرود بر روی ماه دروغ بود، اما تا حالا به دقت به آن ویدیوها نگاه کردی؟ همیشه این ویدیوها تو استودیو ضبط شده باشه؟)

(تو نظریه ی خودت را داری و من هم نظریه ی خودم. چرا باید اینطور فکر کنیم که نظریه ی تو از نظریه ی من درست تره؟)

البته این عبارات نشان دهنده ی فروتنی فکری گوینده نیست، بلکه به ما اینطور القا می کند که فروتنی فکری گوینده را نشان می دهد. افرادی که چنین عباراتی را بر زبان می آورند سعی می کنند نظرات افراد دیگر را بپذیرند و وانمود می کنند که صادقانه در مناظره ای روشنگرانه شرکت می کنند. آنها از فروتنی فکری برای مخفی کردن این واقعیت استفاده می کنند که حتی به بحث کردن علاقه ای ندارند. اگر در تبادل نظرهایی مشابه بالا شرکت کردید توصیه

می‌کنم که بحث را رها کرده و آنجا را ترک کنید مگر اینکه بخواهید به وضعیت روانی طرف مقابل پی ببرید. در این صورت باید بحث را رها کنید و سعی کنید بفهمید که طرف مقابل چگونه به چیزهایی که باور دارد رسیده است.

احتمالاً با خودتان فکر می‌کنید به این علت که فروتنی فکری بالایی دارید، حتماً از باورهای اشتباه در امان هستید ولی اینطور نیست. (در واقع پذیرش این امر که ما در برابر باورهای اشتباه آسیب‌پذیر هستیم، فروتنی فکری ما را نشان می‌دهد). یکبار دیگر بر این موضوع تاکید می‌کنم که مانند بسیاری از ویژگیهای شخصیتی دیگری که ارتباط آنها با باورهای اشتباه را بررسی کردیم، اگرچه ارتباط مستقیمی میان فروتنی فکری پایین و باور اشتباه وجود دارد، این ارتباط در حد ضعیف تا متوسط است. این موضوع نشان می‌دهد که اگرچه فروتنی فکری پایین نقش مهمی در گرایش ما به توهم توطئه دارد، اما عامل اصلی این گرایش نیست. یعنی حتی اگر کسی فروتنی فکری پایینی داشته باشد، نمی‌توان به سرعت اینطور نتیجه‌گیری کرد که او حتماً باورهای اشتباه خواهد داشت. علاوه بر این، بوئس و همکارانش به این نتیجه رسیدند که خودشیفتگی نیز به تفکرات مبنی بر توهم توطئه مربوط است. در ادامه این موضوع را بیشتر بررسی خواهیم کرد.

اطلاعات بیشتر

برای داشتن فروتنی فکری تمرین کنید

ضرب‌المثل قدیمی (ادای آدم‌های موفق را در بیار تا موفق بشی) می‌تواند به ما در افزایش فروتنی فکری کمک کند. افزودن یک سری عبارت به مکالمه‌هایمان می‌تواند شروع خوبی باشد. عبارات زیر را امتحان کنید: (مطمئن نیستم)، (شاید اشتباه می‌کنم)، (ای کاش درباره‌ی این موضوع اطلاعات بیشتری داشتم) و (تا جایی که می‌دانم). شاید در

ابتدا این عبارات را باور نکنید اما گفتن این عبارات به ما یادآوری می‌کند که ما کمتر از چیزی که تصور می‌کنیم می‌دانیم. این عبارات لحن کلی مکالمه را تغییر داده و حس فروتنی فکری بیشتری را در دیگران بر می‌انگیزد.

یک روش دیگر برای افزایش فروتنی فکری این است که گاهی اوقات نقطه نظری مخالف آنچه از آن مطمئن هستیم اتخاذ کنیم و تا حد امکان با نظر خودمان مخالفت کنیم. یک رویکرد موثرتر این است که به صورت عمومی با دوستان خود بحث کنیم، اما اگر انجام این کار برایتان خجالت‌آور است سعی کنید در ابتدا به صورت خصوصی با آنها بحث کنید.

در مطالعه‌ی تنل پورتر^{۱۴} و کارینا شومان^{۱۵} رویکرد دیگری آزمایش شد که در آن از دیدگاه ذهنیت رشد درباره‌ی هوش استفاده شده بود. در این مطالعه، گروهی از مشارکت‌کنندگان که هوش را نوعی ساختار روانی محسوب می‌کردند که ممکن است با گذشت زمان بهتر شود (یعنی ذهنیت رشد) در مقایسه با گروه دیگری که هوش را پدیده‌ای ثابت و غیرقابل تغییر (یعنی ذهنیت ثابت) محسوب می‌کردند، فروتنی فکری بیشتری از خود نشان می‌دادند و تمایل بیشتری داشتند که از نظرات مخالفان خود چیزی بیاموزند.

آزمون بازتاب شناختی^{۱۶}

Tenelle Porter¹
Karina Schumann¹
The Cognitive Reflection Test¹

یک معیار مهم دیگر که به ساختار کلی فروتنی فکری مربوط است آزمونی است که شین فردریک^۱ آن را آزمون بازتاب شناختی یا به اختصار CRT می‌نامد. آزمون بازتاب شناختی شامل سه سوال ریاضی ساده می‌شود. به عنوان مثال سعی کنید به سوال زیر سریعاً پاسخ دهید:

یک چوب بیسبال و یک توپ ۱٫۱۰ دلار قیمت دارد. چوب بیسبال ۱ دلار گرانتر از توپ است. قیمت توپ چقدر است؟

پاسخ شما چیست؟

اگر پاسخ دادید که قیمت آن ده سنت است تنها نیستید. اغلب افراد همین پاسخ را می‌دهند اما این پاسخ صحیح نیست. این اولین پاسخی است که به ذهن ما خطور می‌کند اما جواب صحیح این نیست. عده‌ای ۱٫۱۰ دلار و ۱ دلار در سرتان می‌چرخد و بیش شهودیتان شما را مجبور می‌سازد که پاسخ دهید ۱۰ سنت. عده‌ای از افراد به یک پاسخ شهودی بسنده می‌کنند و عده‌ای دیگر پاسخ خود را چک می‌کنند. اگر پاسخ خود را چک کردید تا مطمئن شوید احتمالاً با خودتان فکر کردید: (به نظر می‌رسد که جواب درست همیشه ۱۰ سنت اما اول باید چک کنم. اگر توپ ۰٫۱۰ دلار و چوب بیسبال ۱ دلار گرانتر باشد، آن وقت قیمت چوب بیسبال ۱٫۱۰ دلار است که به اضافه‌ی قیمت توپ همیشه ۱٫۲۰ دلار، نه ۱٫۱۰ دلار $1.2 = 1 + 0.1$! اما این معادله هم درست نیست. چوب بیسبال و توپ باید در مجموع ۰٫۱۰ دلار ارزان‌تر باشد. بنابراین شاید قیمت توپ ۰٫۰۵ دلار و قیمت چوب بیسبال ۱٫۰۵ دلار

Shane Frederick¹

باشه. به عبارت دیگر $1,1 = (1 + 0,05) + 0,05$. بله قیمت آنها به ترتیب پنج سنت و یک دلار و پنج سنت است. جواب اینه).

در آزمون بازتاب شناختی هدف این است که یک آزمون ریاضی ساده ارائه شود که هر کسی بتواند آن را انجام دهد. در واقع، این آزمون دانش ریاضی ما را نمی‌سنجد، بلکه آزمونی است که میزان اعتماد ما به شهود اولیه‌ی خود و تاثیر آن بر تصمیمهای نسنجیده و قطعی نشده‌ی ما را اندازه می‌گیرد.

در ادامه دو سوال دیگر از آزمون CRT را ارائه می‌دهم (بعد از اینکه به این سوالات پاسخ دادید، جواب درست را در پاورقی پیدا کنید):

اگر ۵ دستگاه بتوانند در مدت ۵ دقیقه ۵ کالا درست کنند، چقدر طول می‌کشد که ۱۰۰ دستگاه ۱۰۰ کالا تولید کنند؟.....

در یک دریاچه تعدادی نیلوفر آبی وجود دارد که اندازه‌یشان هر روز دو برابر می‌شود. اگر ۴۸ روز طول بکشد که نیلوفر آبی کل سطح دریاچه را بپوشاند، چه مدت طول می‌کشد که این گل‌ها نیمی از سطح دریاچه را بپوشانند؟.....^{۱۸}

شاید به این فکر کنید که آیا آزمون CRT می‌تواند احتمال گرایش افراد به افکار توطئه‌آمیز را پیش‌بینی کند یا نه. از نظر منطقی این امکان وجود دارد. بعضی از افراد کاملاً به بینش شهودی خود اعتماد دارند (آیا حرف‌های جنی در ابتدای این فصل را به خاطر می‌آورید که می‌گفت: ما به آنچه که می‌دانیم اطمینان داریم و هیچکس نمی‌تونه به ما بگه که نمی‌دانیم حقیقت چیه). اشخاصی که مانند مشارکت‌کنندگانی که در جواب پرسش اول آزمون CRT بر

معمولاً پاسخ شهودی افراد به سوالات دوم و سوم به ترتیب ۱۰۰ دقیقه و ۲۴ روز است، اما پاسخ درست به ترتیب ۵ دقیقه و ۴۷ روز است. ¹

درستی پاسخ می‌کنند که در ابتدا به ذهنشان خطور می‌کند، به قدری به حس ششم و شهود خود اطمینان دارند که حتی درستی پاسخ خود را چک نمی‌کنند. این فرضیه‌ی کلی دقیقاً همان چیزی است که گوردون پنی کوک^۱ و دیوید رند^۲ در مطالعه‌ی خود بررسی کردند و آنطور که انتظار می‌رفت به این نتیجه رسیدند که کسب نمره‌ی پایتتر در آزمون CRT (یعنی اطمینان از پاسخهای شهودی و عدم بررسی پاسخها) با سطح بالای باورهای توهم توطئه ارتباط دارد.

مهارت تصمیم‌گیری

موفقیت ما در زندگی تا حد زیادی به دریافت اطلاعات از محیط پیرامون و نحوه‌ی ساماندهی صحیح این اطلاعات بستگی دارد تا بتوانیم درست تصمیم بگیریم. در واقع بخش عمده‌ای از زندگی ما را تصمیمات درست و غلط تشکیل می‌دهد و همه چیز به تصمیم‌گیری ما بستگی دارد. در این بخش کوتاه از کتاب ارتباط بین چند موضوع که در فصلهای قبل راجع به آن صحبت کردیم و نحوه‌ی تصمیم‌گیری انسانها را بررسی خواهیم کرد. اما چه ارتباطی میان تصمیم‌گیری و شخصیت انسانها وجود دارد؟ تفاوت‌های فردی در نحوه‌ی تصمیم‌گیری انسانها نقش مهمی دارد و برخی از افراد در تصمیم‌گیری بهتر هستند.

Gordon Pennycook¹
David Rand²

به آسانی می‌توان فهمید که آن دسته از ویژگیهای شخصیتی که به توانایی تصمیم‌گیری در ست مربوط است مثل زمان بیدار شدن از خواب در صبح، قطع کردن یا قطع نکردن زنگ ساعت، مدت زمان صرف شده برای مسواک زدن، وزن کردن یا وزن نکردن خودمان، مصرف یا عدم مصرف دارو و مواد غذایی در وعده‌ی صبحانه نقش مهمی در موفقیت کلی افراد در زندگی دارد. به غیر از این تصمیم‌های کوچک، تصمیم‌های بزرگی در زندگی وجود دارد مثلاً اینکه با چه کسی ازدواج کنیم، کدام خانه را بخریم، آیا بچه‌دار بشویم و چند فرزند داشته باشیم، در چه فاصله‌ای از مادر همسرمان زندگی کنیم و کمک هزینه‌ی بازنشستگی خود را در کجا سرمایه‌گذاری کنیم و در وصیت‌نامه‌ی خود چه کسانی را به عنوان ذینفع قرار دهیم.

هنگام تصمیم‌گیری به ندرت همه‌ی مزایا و معایب یک تصمیم را در نظر می‌گیریم و مزایا و معایب را آنطور که لازم است کنار هم قرار نمی‌دهیم و به قدر کافی دقت نمی‌کنیم. حتی در مواقعی که همه‌ی معایب و مزایا را یادداشت می‌کنیم اغلب صرفاً وانمود می‌کنیم که همه‌ی موارد را در نظر گرفته‌ایم و در بیشتر موارد خیلی سریع و براساس هیوریستیک^۱ تصمیم می‌گیریم. اما هیوریستیک چیست؟ هیوریستیک نوعی میانبر است. برای اتخاذ تصمیم مناسب دربارهِ هر چیزی به زمان و تلاش بسیاری نیاز داریم. بنابراین هیوریستیک روشی مناسب برای اتخاذ تصمیم‌های سریعت‌ر و مناسب به ما ارائه می‌دهد و در عین حال به ما اطمینان می‌دهد که تصمیم‌های فوق‌العاده‌ای گرفته‌ایم. به عنوان مثال فرض کنید که به یک مغازه می‌روید و به دو دوچرخه نگاه می‌کنید. دفترچه راهنمای دوچرخه بسیار طولانی و پیچیده است و ما معنی همه‌ی اصطلاحات دفترچه (مثل جعبه دنده، شانژمان^۲ و درجه‌ی

تنظیم باد) را نمی‌دانیم. چطور باید از بین این دو چرخه‌ها یکی را انتخاب کنیم؟ ما معمولاً محصول برندی را انتخاب می‌کنیم که اسم آن را بیشتر شنیده‌ایم یا دو چرخه‌ی گرانتر را انتخاب می‌کنیم. اغلب در عرض ۱۵ دقیقه تصمیم می‌گیریم. سپس از مغازه خارج می‌شویم و از تصمیم خود کاملاً راضی هستیم. به این پدیده هیوریستیک گفته می‌شود که به معنی وجود سازوکاری ناقص است که تصمیم‌گیری سریع را ساده‌تر می‌سازد و در عین حال کیفیت تصمیم را تا حدی کاهش می‌دهد. البته گاهی اوقات نیز هیوریستیک باعث می‌شود که سریع تصمیم بگیریم ولی در کیفیت تصمیم ما تغییری ایجاد نشود (به عنوان مثال هنگامی که برند دو چرخه ارزش خریدن آن را داشته باشد) و گاهی اوقات نیز باعث دردسر ما می‌شود (به عنوان مثال هنگامی که تصور می‌کنیم کالای گرانتر بهتر است).

هیوریستیک همان میانبرهای تصمیم‌گیری است که همه‌ی ما از آن استفاده می‌کنیم و میزان استفاده از آن به ویژگیهای شخصیتی افراد بستگی دارد. یعنی بعضی از انسانها بیش از سایر افراد از آن استفاده می‌کنند که این کار گاهی به نفع آنها و گاهی به ضرر آنها است. برای درک بهتر ارتباط بین هیوریستیک، ویژگیهای شخصیتی افراد و سقوط سریعتر به انتهای قیف باور اشتباه به سه خطای تصمیم‌گیری زیر یعنی مغالطه‌ی تلفیق احتمالات،^{۲۳} همبستگی و همی^{۲۴} و سوگیری گذشته‌نگارانه^{۲۵} توجه کنید. البته در این کتاب به همه‌ی خطاهای تصمیم‌گیری اشاره نشده است و تنها قصد داریم نکاتی کلی درباره‌ی نحوه‌ی تصمیم‌گیری و باورهای انسانها ذکر کنیم.

مغالطه‌ی تلفیق احتمالات

بهترین نمونه از این مغالطه که توسط عاموس تورسکی^{۲۶} و دنیل کانمن^{۲۷} ارائه شده مثال زیر است:

conjunction fallacy²
 Illusory correlations²
 Hindsight bias²
 Amos Tversky²
 Daniel Kahneman²

لیندا^{۳۲۸} ساله، مجرد، خوش صحبت و بسیار باهوش است و در رشته‌ی فلسفه تحصیل کرده است. او در دوران تحصیل به مسائلی از قبیل تبعیض و عدالت اجتماعی علاقه‌مند بود و در تظاهراتی ضد انرژی هسته‌ای شرکت می‌کرد.

حالا که اطلاعات اندکی درباره‌ی لیندا به دست آورده‌اید، لطفاً دور جمله‌ای که فکر می‌کنید توصیف بهتری از لیندا ارائه می‌دهد خط بکشید:

۱. لیندا کارمند بانک است.

۲. لیندا کارمند بانک است و در جنبشهای فمینیستی فعالیت می‌کند.

اکثر افراد گزینه‌ی ۲ را انتخاب می‌کنند، اما از لحاظ آماری احتمال اینکه دو رویداد مختلف در یک زمان رخ دهد (یعنی توام با یکدیگر) برابر یا کمتر از احتمال رخ دادن هر یک از این رویدادها به تنهایی است. به احتمال اصابت رعد و برق به خانه‌تان دقیقاً در همان لحظه‌ای که کاغذ توالی تمام می‌شود فکر کنید. کاملاً واضح است که احتمال رخ دادن هر دو رویداد به طور همزمان کمتر از احتمال رخ دادن هر یک از این رویدادها به صورت جداگانه است.

فرآیندی که باعث می‌شود افراد چنین اشتباهی مرتکب شوند چیست؟ به این فرآیند هیوریستیک بازنمایی^{۳۲۹} گفته می‌شود. ما در بیشتر موارد و حتی در صورتی که فردی از ما درخواست کند به احتمال وقوع یک رویداد فکر نمی‌کنیم (زیرا این کار بسیار دشوار است)، بنابراین تنها از خودمان می‌پرسیم که کدام گزینه با اطلاعاتی که راجع به لیندا داریم بیشتر جور در می‌آید. به نظر می‌رسد که گزینه‌ی اول با خصوصیات لیندا جور در نمی‌آید، اما به نظر

Linda²
Representativeness heuristic²

می‌رسد گزینه‌ی دوم با وجود اینکه احتمال وقوع کمتری دارد، مناسب‌تر است و لیندا را بهتر توصیف می‌کند. اما ارتباط میان مغالطه‌ی تلفیق احتمالات، ویژگیهای شخصیتی و باور اشتباه چیست؟ رابرت برادرتون، کریستوفر فرنچ^۳ و نیل داگنال^۳ در مطالعه‌ی خود به این نتیجه رسیدند که برخی از افراد بیشتر از مغالطه‌ی تلفیق احتمالات استفاده می‌کنند و در نتیجه احتمال بیشتری وجود دارد که به باورهای اشتباه اعتقاد پیدا کنند.

همبستگی وهمی

در اطراف ما چیزهای زیادی تغییر می‌کند و مشاهده این تغییرات باعث می‌شود که تصور کنیم حتما ارتباطی میان این تغییرات وجود دارد. با این وجود، گاهی اوقات این تغییرات به صورت همزمان رخ نمی‌دهد اما ما تصور می‌کنیم که این تغییرات به طور همزمان رخ می‌دهند. به این پدیده همبستگی وهمی گفته می‌شود. به عنوان مثال ممکن است تصور کنیم که افراد جوان‌تر مغرورتر هستند یا احساس کنیم پس از مصرف ویتامین انرژی بیشتری داریم. البته این تصورات بی‌اساس است و علت این است که ما به افراد جوان بیشتر توجه می‌کنیم و هنگامی که ویتامین مصرف می‌کنیم توقع دیگری داریم. (البته من ادعا نمی‌کنم که افراد جوان مغرورتر هستند یا ویتامین‌ها باعث می‌شوند که افراد انرژی بیشتری داشته باشند). مسئله این است که ما در جایی که الگو وجود ندارد الگو مشاهده می‌کنیم (اگرچه در صفحات گذشته بارها به این موضوع اشاره کردیم، اما لازم است که همبستگی وهمی را نه به صورت مجزا بلکه به عنوان بخشی از هیوریستیک درک کنیم).

Robert Brotherton³
Christopher French³
Neil Dagnall³

اما چه ارتباطی میان همبستگی وهمی و باور اشتباه وجود دارد؟ طبق گفته‌ی مایکل شرمر احتمال بیشتری وجود دارد افرادی که مستعد یافتن همبستگی وهمی هستند در آینده به باور اشتباه روی بیاورند.

سوگیری گذشته نگارانه

اسم این سوگیری خود گویای همه چیز است. این سوگیری در واقع همان احساسی است که فکر می‌کنیم از قبل همه چیز را می‌دانستیم. به عنوان مثال تصور کنید که از شما می‌خواهم به ۵ سال قبل برگردید و براساس نظراتی که در آن زمان داشتید به چند سال پاسخ دهید. شما ۵ سال قبل فکر می‌کردید که میزان سودآوری شرکت تسلا از شرکت فورد بیشتر خواهد شد یا کمتر؟ فکر می‌کردید احتمال اینکه روسیه در سال ۲۰۲۲ اوکراین را اشغال کند چقدر است؟ به نظر شما احتمال اینکه در سالهای بعد یک همه‌گیری جهانی اکثر دنیا را به زانو در آورد چقدر بود؟ البته همه‌ی ما از پیامدهای واقعی این وقایع با خبر هستیم و اطلاع از این پیامدها باعث می‌شود احساس کنیم که حتی ۵ سال قبل نیز کم و بیش به این سوالات به درستی پاسخ می‌دادیم. به این پدیده سوگیری گذشته نگارانه گفته می‌شود. این مثال‌ها به خوبی نشان می‌دهد که ممکن است به راحتی در تله‌ی این سوگیری گرفتار شویم.

من مرکز پژوهشی خود در دانشگاه دوک را به اصطلاح مرکز گذشته نگری پیشرفته نامیده‌ام زیرا زمانی که به تازگی استخدام شده بودم وقتی نتایج مطالعات خودم را بیان می‌کردم اغلب در جواب می‌شنیدم که نتایج مطالعاتم از قبل مشخص بوده و اصلاً چیز شگفت‌آوری نبوده است. البته هیچکسی این حرف‌ها را رو در رو به من نمی‌گفت، اما لحن سخن گفتنشان به نحوی بود که انگار می‌خواهند به من بگویند: (چرا وقت را صرف مطالعه‌ی چیزی می‌کنی که نتیجه‌اش کاملاً واضح است؟). به نظر من اسم این سوگیری به نحوی است که انگار درباره‌ی خطرات گذشته‌نگری به ما هشدار می‌دهد. علاوه بر این قصد داشتم که خطر گذشته‌نگری یعنی این خطر را به خودم و

اعضای گروه متذکر شوم که ممکن است با نگاه به گذشته خود را قانع سازیم که از قبل از یک واقعیت مشخص درباره‌ی رفتار انسان آگاه بودیم. سوگیری گذشته نگارانه بسیار مهم است و غلبه بر آن دشوار است. بنابراین گمان نمی‌کنم که گذاشتن چنین اسمی بر آن مرکز پژوهش برای یادآوری خطرات گذشته‌نگری کافی باشد اما امیدوارم که این اسم تا حدی به من کمک کند.

من هنگام ارائه‌ی یافته‌های خود، برای مقابله با سوگیری گذشته نگارانه از دو ترفند استفاده می‌کنم. اولین ترفند این است که معمولاً نه تنها راجع به مراحل انجام آزمایش، داده جمع‌آوری می‌کنم (به عنوان مثال فرض کنید که قصد دارم آزمایشی برای تشویق افراد به پس‌انداز و و پی بردن به اینکه چه چیزی باعث می‌شود افراد بیشتر پس‌انداز کنند انجام دهم)، بلکه درباره‌ی اینکه افراد حدس می‌زنند که نتیجه‌ی آزمایش چه خواهد شد نیز داده جمع‌آوری می‌کنم (یعنی اینکه به نظر آنها در چه شرایطی میزان پس‌انداز کردن بیشتر می‌شود). در ابتدا نتایجی که آنها پیش‌بینی کرده بودند را برایشان بازگو می‌کنم و آنها نیز (با توجه به سوگیری گذشته نگارانه) به خود می‌گویند: (بله! می‌دانستم نتیجه این میشه). سپس یافته‌های واقعی پژوهش را به آنها نشان می‌دهم که اغلب با نتایجی که آنها پیش‌بینی کرده بودند تفاوت دارد. آنگاه افرادی که خود را قانع کرده بودند که از قبل از نتایج (اشتباه) اطلاع داشتند دیگر نمی‌توانند با توجه به سوگیری گذشته نگارانه ادعا کنند که نتایج را درست حدس زده‌اند و بنابراین شگفت زده می‌شوند. اما هنگامی که مطالعه‌ام براساس پیش‌بینی افراد انجام نمی‌شود، از رویکرد متفاوتی استفاده می‌کنم و از مخاطبان می‌خواهم که با رای خود مشخص کنند که به نظر آنها نتایج مطالعه به چه صورت خواهد بود. هنگامی که فردی دست خود را بلند کرده و به نتیجه‌ی اشتباه خود اعتراف می‌کند، حداقل در آن سوال مشخص در نبرد با سوگیری گذشته نگارانه پیروز شده است.

ارتباط میان سوگیری گذشته نگارانه و باور اشتباه چیست؟ طبق نظر شرمر احتمال بالاتری وجود دارد افرادی که بیشتر به سوگیری گذشته نگارانه دچار می شوند به باورهای اشتباه اعتقاد پیدا کنند.

البته خطاهای تصمیم گیری و هیوریستیک مشابه بسیاری وجود دارد ولی هدف من این نیست که یک فهرست کامل از این خطاها ارائه دهم، بلکه تنها قصد دارم به این نکته اشاره کنم که باید به این نوع سوگیریها در تصمیم گیری که رابطه‌ی مستقیمی با احتمال گرایش افراد به باور اشتباه دارد توجه کنیم. اما این نوع خطاها چیست؟ چند نمونه از این خطاها مواردی از قبیل میزان پایین تری از استدلال آماری (مغلطه‌ی تلفیق احتمالات)، تمایل بیشتر به یافتن الگو هنگامی که هیچ الگویی وجود ندارد (همبستگی وهمی) و تمایل بیشتر به اعتماد به حس شهودی فردی و در مورد آخر این احساس که از قبل همه چیز را می دانستیم (سوگیری گذشته نگارانه) است. خوشبختانه با اندیشیدن درباره‌ی تصمیم‌های خود می توانید به هیوریستیکهای دیگر هنگام تصمیم گیری توجه کنید و بررسی کنید که آیا این احتمال وجود دارد که تصمیمات شما باعث شود که به ته قیف باور اشتباه سقوط کنید یا نه.

خودشیفتگی

نمی توان خود شیفتگی را تنها بر اساس نقطه‌ی مشخصی از یک طیف تعیین کرد که طبق آن افرادی که امتیاز بالاتر از آن نقطه کسب می کنند خودشیفته محسوب می شوند و افرادی که امتیاز پایین تر از آن نقطه کسب می کنند خودشیفته نیستند. خودشیفتگی نیز مثل سایر مقیاسهای شخصیتی یک طیف محسوب می شود و با افزایش هر امتیاز بر میزان خود شیفتگی افراد افزوده می شود. عده‌ای نمره‌ی پایینی در مقیاس خود شیفتگی کسب می کنند و بعضی از افراد نیز نمره بالایی کسب می کنند. به خانواده و دوستانان فکر کنید و با توجه به اطلاعاتی که درباره‌ی آنها دارید،

به میزان خودشیفتگی آنها امتیازی بین ۰ (اصلاً خودشیفته نیست) تا ۱۰۰ (به شدت خودشیفته) بدهید. به مدت یک یا دو دقیقه به چند نفر در اطرافتان فکر کنید و سپس به آنها امتیاز دهید.

آیا این کار را انجام دادید؟ نکته عجیب این است که احتمالاً حتی تعریف دقیق خودشیفتگی را نمی‌دانید اما با این وجود حدس می‌زنم که از امتیاز خود مطمئن هستید.

تعریف کوتاه خودشیفتگی بر اساس کتاب راهنمای تشخیصی آماری اختلال‌های روانی Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders یا به اختصار DSM-5 که راهنمای تشخیص بیماری‌های روانی است به شرح زیر است:

(خودبزرگ بین است و به تحسین فراوان نیاز دارد. به شدت احساس مهم بودن می‌کند و درباره‌ی دستاوردها و توانایی‌های خود مبالغه می‌کند. توقع دارد که بدون هیچ دستاورد قابل توجهی برتر از دیگران در نظر گرفته شود. در سر آرزوی موفقیت نامحدود می‌پروراند. احساس برحق بودن می‌کند و همدلی ندارد. از دیگران سو استفاده می‌کند تا به اهداف خود برسد.)

با خواندن این تعریف احتمالاً به این فکر می‌کنید که این تعریف با تصور کلی شما درباره‌ی خودشیفتگی جور در می‌آید. با این وجود حالا که با تعریف خودشیفتگی آشنا شدید، احتمالاً قضیه جدی‌تر به نظر می‌رسد و حتی شاید بخواهید که به عقب برگردید و درباره‌ی ارزیابی میزان خودشیفتگی دوستان و اعضای خانواده‌تان بازنگری کنید و خوشبختانه می‌توانید امتیازی که به خودشیفتگی آنها دادید را کمتر کنید. اما به این موضوع توجه کنید که

خود شیفتگی یک طیف شخصیتی است و تعریفی که در بالا ذکر شد تنها نوع حاد این اختلال را توصیف می کند. اگرچه در این بخش از کتاب، اصطلاح خود شیفتگی به معنای کلی آن استفاده شده است، ما درباره افرادی که در انتهای طیف افراطی مقیاس خود شیفتگی قرار می گیرند و آسیبهای آن صحبت نمی کنیم. بلکه دربارهی افرادی صحبت می کنیم که ممکن است از لحاظ ابتلا به خود شیفتگی اندکی بالاتر از حد معیار قرار بگیرند. اگر همهی دوستان و اعضای خانواده تان را بر اساس طیف خود شیفتگی دسته بندی کرده اید، در ادامه قصد داریم راجع به آن دسته از افرادی صحبت کنیم که در این طیف اندکی بالاتر از افراد دیگر قرار می گیرند. شاید از نظر شما آنها انسانهایی دوست داشتنی، باهوش، بخشنده و غیره هستند اما در مقیاس خود شیفتگی نمره ی بالاتری کسب کرده اند. اما چه ارتباطی میان خود شیفتگی و فرایند تبدیل شدن انسانها به افراد دارای باور اشتباه وجود دارد؟ این دو موضوع چه ارتباطی با یکدیگر دارند؟ هنگامی که به آشنایان خود که باورهای اشتباه دارند فکر می کردم، متوجه شدم که پیوند نزدیکی میان خود شیفتگی و باور اشتباه وجود دارد. شاید مثل داستان ابرها همه چیز را بیش از حد به هم ربط می دهم، اما به شیوه ای که در ادامه توضیح خواهم داد به ارتباط میان این دو پدیده پی برده ام.

یک فرد خود شیفته را تصور کنید که نیاز دارد دیگران همواره بزرگی و عظمت او را تایید کنند. این فرد خود شیفته یک روز صبح از خواب بیدار می شود و احساس می کند که مشکلی وجود دارد. مثلاً در یک نقطه از دنیا جنگ رخ داده و ذهن همه درگیر این جنگ شده است. مثلاً فضاییمایی بر روی ماه فرود آمده است و همه درباره این صحبت می کنند که این اتفاق دستاورد بزرگی برای بشریت بوده است. شاید شریک زندگی او شغل خود را از دست داده است و خشم خود را بر سر فرد خود شیفته خالی می کند. شاید فرزندان او در یک شهر دور درس می خوانند و به توجه بسیاری نیاز دارند. فرد خود شیفته هنگام مواجهه با این وقایع احساس می کند که به قدر کافی مورد تحسین و ستایش دیگران قرار نگرفته است. او حس می کند یک جای کار ایراد دارد و کاملاً مشخص است که او مقصر

نیست (به یاد می آورید که خودشیفته ها چگونه هستند؟). بنابراین به دنبال این هستند که تقصیر را گردن شخص دیگری بیندازند و اگر شانس با آنها یار باشد شخصی را پیدا می کنند تا عدم توجه کافی و عدم تایید دیگران را به گردن او بیندازند.

اما قضیه به اینجا ختم نمی شود. در بخشهای قبلی کتاب چند بار به تاثیر استرس اشاره کردیم. باید این نکته را اضافه کنم که در قیف باور اشتباه، استرس و خودشیفتگی ترکیب خطرناکی را به وجود می آورد. استرس بر همه ی انسان ها تاثیر منفی می گذارد و نوعی احساس نیاز شدید به یافتن پاسخ و به دست آوردن دوباره ی احساس کنترل را در فرد به وجود می آورد. در اختلال خودشیفتگی این احساس نیاز قوی تر است. در واقع ما می توانیم این دو عامل را مکمل یکدیگر در نظر بگیریم. یعنی استرس فراوان توام با خودشیفتگی بالا باعث رنج انسانها می شود. به طور کلی افراد خودشیفته و استرسی به شدت نیاز دارند که توضیح دهند چه اتفاقی در حال رخ دادن است و عدم توجه به آنها باعث می شود که به انتهای قیف باور اشتباه سقوط کنند.

اطلاعات بیشتر

به اطرافیان خودشیفته یان توجه کنید

به اطرافیانان که در مقیاس خودشیفتگی امتیازی بالاتر از حد طبیعی میزان خودشیفتگی کسب کردند، محبت بیشتر، حس تایید یا دلگرمی بدهید. جایگاه این افراد در حلقه ی اجتماعی خود و نقشی که در جامعه ی بزرگتر دارند را به آنها یادآوری کنید یا آنها را بغل کنید. این کار باعث می شود که نیاز مبرم این افراد به توجه از مسیر درست خود خارج نشود.

خلاصه...

بسیاری از عواملی که باعث سقوط افراد به قیف باور اشتباه می شود جزو ویژگیهای شخصیتی انسانها است. با این وجود احتمال به دام افتادن افراد در تله‌ی باور اشتباه یکسان نیست زیرا انسان‌ها با هم تفاوت دارند. تفاوت‌های فردی یعنی شخصیت ما تعیین می کند عواملی که در این فصل بررسی شدند تا چه حد بر ما تاثیر می گذارند و چرا برخی از افراد گرایش بیشتری به باورهای اشتباه دارند. تفاوت‌های فردی و ویژگی‌های شخصیتی معینی از قبیل الگوپذیری، اعتماد به حس شهودی، سوگیریهای تصمیم‌گیری و خود شیفتگی در این امر نقش دارند. در ادامه‌ی کتاب آخرین عناصر قیف یعنی عناصر اجتماعی را بررسی خواهیم کرد.



عناصر شخصیتی قیف باور اشتباه

شخصیت که عموماً به عنوان تفاوت فردی میان انسانها شناخته می‌شود توضیح می‌دهد که چرا عده‌ای از افراد گرایش بیشتری به باورهای اشتباه دارند

تحقیق بر روی شخصیت افراد دارای باور اشتباه بسیار دشوار است زیرا آنها به طور غریزی نسبت به پژوهشگران بی‌اعتماد هستند. بالین وجود، ویژگیهای مشترکی در بین این افراد یافت شده است.

اشتباه در به یادآوری، یادآوری اشتباه و بازشناسی کاذب باعث تقویت باور اشتباه می‌شود

یافتن الگو در طرحهای بدون الگو با باور اشتباه مرتبط دانسته می‌شود

اطمینان بیش از حد به قوه‌ی شهودمان با باور اشتباه مرتبط است

خطاهای تصمیم‌گیری از قبیل تلفیق احتمالات، همبستگی وهمی و سوگیری گذشته نگارانه در افراد دارای باور اشتباه شدیدتر است

خودشیفتگی نقش مهمی در باور اشتباه دارد

تغییر شخصیت افراد دشوار است اما اطلاع از اینکه چه ویژگیهایی با باور اشتباه ارتباط دارد به ما کمک می‌کند که نقاط پرخطر را بشناسیم

بخش پنجم

عناصر اجتماعی و داستان قبیله گرایی

فصل نهم

طرد شدن، احساس تعلق و جاذبه‌ی اجتماعی باور اشتباه

دو عکس‌العمل ممکن در محرومیت اجتماعی وجود دارد. یا آدم مصمم به بهتر شدن، پاک شدن و مهربانتر شدن می‌شود یا بدتر می‌شود. با دنیا می‌ستیزد و کارهای بدتری می‌کند. حالت اخیر، شایعترین عکس‌العمل به بدنامی شهره شدن است.

—جان اشتاین بک، راسته کنسرو سازان

نیازی به گفتن نیست که یکی از ویژگیهای برجسته‌ی ما انسانها این است که به طور ذاتی اجتماعی هستیم و این ویژگی بخش عمیقی از ذات ما به عنوان یک گونه و فرد را تشکیل می‌دهد. ما در این دنیا عضوی از محافل اجتماعی مختلف بزرگ و کوچک از قبیل خانواده، دوستان، مدرسه، جوامع محلی، گروه‌های مذهبی، تیمهای ورزشی، باشگاه، شرکتها، احزاب سیاسی و یک ملت هستیم و این محافل با یکدیگر همپوشانی دارند. علاوه بر این، امروزه در گروهها و شبکه‌های اجتماعی متعدد نیز عضو هستیم. در واقع هویت، رفتار و باورهایمان از اطرافیان ما

تاثیر می‌پذیرد. بنابراین عناصر اجتماعی نقش مهمی در تغییر باورهای افراد و سقوط آنها به ته قیف باور اشتباه ایفا می‌کند.

در این فصل، عناصر اجتماعی را بررسی می‌کنیم. اما در واقعیت، عناصر اجتماعی در کنار عناصر دیگر، در هر مرحله از سقوط افراد به ته قیف باور اشتباه نقش دارد. به طور کلی عناصر اجتماعی از سه فرآیند مجزا تشکیل می‌شود. اولین فرآیند باعث می‌شود که افراد اولین گام را به سمت قیف باور اشتباه بردارند. دومین فرآیند باعث می‌شود که افراد به دام باور اشتباه بیفتند. سومین فرآیند که در فصل بعد آن را بررسی خواهیم کرد سقوط افراد را سریعتر می‌سازد، باور اشتباه افراد را تقویت می‌کند و میزان مشارکت آنها در خرده فرهنگ باور اشتباه را افزایش می‌دهد.

جاذبه‌ی اجتماعی اولیه

اولین بخش از سازوکار اجتماعی یعنی جاذبه همان نیرویی است که افراد را به سوی قیف باور اشتباه سوق می‌دهد. جاذبه‌ی اجتماعی از نیاز عمیق ما به احساس تعلق اجتماعی و آسیب وارده به سلامت روان ما در صورت عدم وجود احساس تعلق ناشی می‌شود. آیا تا به حال احساس کرده‌اید که بچه‌های به اصطلاح باحال مدرسه به شما محل نمی‌گذارند یا نگران این بوده‌اید که در تیم ورزشی به عنوان آخرین نفر انتخاب شوید؟ آیا تا به حال کاری برخلاف میلتان مثل سیگار کشیدن انجام داده‌اید یا همکلاسیتان را دست انداخته‌اید تا در جمعی دوستانه پذیرفته شوید؟ آیا تاکنون به عنوان یک فرد بزرگسال وانمود کرده‌اید که از همکاران خوشتان می‌آید تا آنها شما را به یک نوشیدنی دعوت کنند؟ یا تا به حال شده است چیزی را در رسانه‌های اجتماعی به اشتراک بگذارید و از اینکه مادران تنها

کسی بود که آن پست را لایک کرد، احساس بدی داشته‌اید؟ در این صورت حتماً از نیاز همه‌ی انسانها به احساس تعلق و ترس آنها از طرد شدن اطلاع دارید. مطالعات در حوزه‌ی علوم انسانی نشان می‌دهد که احساس تعلق نیرویی بسیار قوی است. در ادامه مطالعاتی را بررسی خواهیم کرد که این مسئله را تبیین می‌کنند. اما لازم است که در ابتدا بررسی کنیم که نیروهای متضاد موجود در احساس تعلق و طرد شدگی چه تاثیری بر شخصی که در ابتدای مسیر سقوط به باور اشتباه قرار دارد می‌گذارد؟ زن جوانی به نام کلویی^{۳۳} را تصور کنید که شرایط نامناسب دنیا باعث احساس استرس و اضطراب او می‌شود و احتمالاً در زندگی شخصی خود نیز با مشکلاتی مواجه است. او همواره به دولت‌ها مشکوک است (البته برای این کار خود دلایل محکمی دارد) و به نظر او همه‌ی محدودیتهای اعمال شده از طرف دولت در دوران همه‌گیری کرونا گمراه‌کننده و آزاردهنده است. سپس او یک روز ویدئویی که توسط دوست یکی از دوستانش در فیسبوک به اشتراک گذاشته شده است را تماشا می‌کند که در آن گفته می‌شود که دولت دربارهی ترور رئیس‌جمهور جان اف. کندی، حقیقت را به طور کامل نگفته است. بنابراین او کنجکاوی می‌شود. کلویی که در دوران مدرسه با زندگی کندی آشنا شده بود، تصور می‌کند که به نظر می‌رسد کندی از بسیاری از رئیس‌جمهورهایی که او در طی عمرش دیده روشنفکرتر است. کلویی علاقه‌ی خاصی به دوران جوانی و به ویژه آرمان‌گرایی کندی دارد و از اینکه او زنده نماند تا تغییرات بنیادینی در کشور ایجاد کند ناراحت است. او ویدئوهای بیشتری را تماشا می‌کند و روایتی که در مدرسه به آنها گفته شده بود را زیر سوال می‌برد. زمانی که کندی ترور شد، کلویی اصلاً به دنیا نیامده بود، اما والدینش آن روز فراموش نشدنی در دوران کودکی‌شان را برای او تعریف کرده بودند. آنها نیز مثل بیشتر آمریکایی‌ها به خاطر دارند که وقتی آن خبر هولناک را شنیدند کجا بودند. کلویی با خود فکر می‌کند آیا والدین و معلمان مدرسه نیز همان روایت حکومتی که در اخبار شنیده‌اند یعنی روایتی

Chloe ^{۳۳}

که بخشی از حقیقت را پنهان می‌کند را برای دانش‌اموزان تعریف می‌کنند؟ شاید این ترور توطئه‌ای از جانب سازمان سیا یا محافظه کاران بود که ایده‌های مرفعی کندی را نمی‌پسندیدند؟ او حتی چندبار در مقابل دوستان و خانواده به این نظریه اشاره می‌کند. برخی از آنها به کلویی می‌خندند و عده‌ای نیز کمی او را دست می‌اندازند و می‌گویند: (مرحله‌ی بعدی چیه؟ کلاهی از جنس قلع؟)^{۳۴}. اگرچه دوستان و خانواده با او شوخی می‌کنند، اما او احساس می‌کند که دیگران او را به شدت مسخره می‌کنند. در واقع هیچکسی رفتار بدی با او ندارد یا تماسهای او را بی‌پاسخ نمی‌گذارد، اما او احساس می‌کند که دیگر به جمع آنها تعلق ندارد. پس از مدتی کلویی در فضای مجازی با افرادی آشنا می‌شود که نظرات او را به اشتراک می‌گذارند و او را تشویق می‌کنند که آنها را دنبال کند یعنی افرادی که به دغدغه‌های او اهمیت می‌دهند و در پشت سر او را مسخره نمی‌کنند.

کاملاً واضح است که کلویی در این موارد انرژی اجتماعی خود را به جهت دیگری هدایت می‌کند. ممکن است او از خانواده و دوستانش فاصله بگیرد و زمان بیشتری را با افرادی بگذراند که نظراتی که او از درستی آن اطمینان ندارد را تایید می‌کنند یعنی همان نظراتی که باعث می‌شود دوستان و خانواده او را مسخره کنند. البته قابل درک است که او جذب گروهی از افرادی شود که باورهای او را به اشتراک می‌گذارند. کلویی در این جمع نوعی حمایت اجتماعی دریافت می‌کند که باعث می‌شود احساس کند به آن گروه تعلق دارد.

کلویی احساس می‌کند که در وسط یک مسابقه‌ی طناب کشی قرار دارد و از دو طرف کشیده می‌شود. در یک سو خانواده و دوستانش قرار دارند و از سوی دیگر گروهی از افراد دارای باور اشتباه قرار دارد که او اخیراً با آنها آشنا شده است. پیش از اینکه او به قیف باور اشتباه سقوط کند، فشار زیادی از جانب دوستان و خانواده بر روی خود حس می‌کرد و گروهی که در فضای مجازی از او طرفداری می‌کردند اصلاً وجود نداشت. اما هنگامی که او به ته

^{۳۴} اشاره به این باور خرافی که پوشیدن کلاهی از جنس قلع می‌تواند از افراد در برابر امواج مضر و جاسوسی محافظت کند. (مترجم)

قیف باور اشتباه سقوط می کند (در حالیکه احساس می کند استرس دارد، مورد سوء استفاده قرار گرفته و اکنون دیگر اطلاعاتی جدید و جالب کسب کرده است) میان او و افراد دارای باور اشتباه طنابی ظاهر می شود. کلوئی با توجه به احساس طرد شدن ناشی از تمسخر و بی توجهی از سوی خانواده و دوستان احساس می کند که نیروی کشش دوستان و خانواده تا حد زیادی کاهش یافته است. احتمالا کلوئی بیش از حد احساس طرد شدن می کند و این احساس تاثیر زیادی بر او می گذارد. در نتیجه، او به سمتی کشیده می شود که رنج کمتری برایش به وجود می آورد.

دوستان جدیدش باعث می شوند که او احساس کند باهوش است، ذهنیت مستقلی دارد و از شرایط فعلی ناراضی است. کلوئی با آنها درباره ی مسائلی از قبیل اذیت و آزار شاهدان ماجرا، مرگهای مشکوک، شواهد ساختگی و رفتار گلوله ها صحبت می کند. او هیچگاه تصور نمی کرد که تا این اندازه راجع به تاریخ و علم پرتابه شناسی مطالب جدید بیاموزد! او احساس می کند که دانش زیادی به دست آورده است که دیگران چیزی راجع به آن نمی دانند و او جزو معدود افرادی است که از حقیقت ماجرا اطلاع دارد. بنابراین ارتباط کلوئی با افراد دارای باور اشتباه بیشتر می شود. کلوئی این روابط اجتماعی جدید را روشی برای دریافت نوعی حمایت اجتماعی محسوب می کند که خانواده و دوستانش از او دریغ کرده اند. با تقویت باورهای اشتباه در او، خانواده و دوستانش از او بیشتر فاصله می گیرند. اکنون دیگر احساسات کلوئی واقعی است و دوستان و خانواده اش واقعا از علاقه ی او به ماجرای ترور جان اف کندی خشمگین و درمانده شده اند و مطالبی که او در فضای مجازی به اشتراک می گذارد آنها را آزرده می کند. آنها دیگر نمی خواهند که با او وقت بگذرانند و به نظریه های او گوش دهند.

امروزه یعنی در عصر اینترنت به راحتی می توان تصور کرد که این فرآیند به چه صورتی است و کلوئی طی مدت کوتاهی به سرعت وارد یک دنیای جدید شده است. به تدریج دوستان و خانواده از پستها و نظرات او به میزان

کمتری حمایت می‌کنند ولی از سوی دیگر او لایک و نظرات حمایت‌گرانه‌ی بیشتری از طرف افراد دارای باور اشتباه دریافت می‌کند. بنابراین او به تدریج تغییر می‌کند. او به دوستان جدید خود بیشتر توجه می‌کند و زمان بیشتری را به فعالیتهایی اختصاص می‌دهد که این گروه جدید از لحاظ اجتماعی برای آن ارزش قائل می‌شوند. اگرچه ممکن است که رسانه‌های اجتماعی فرآیند تغییر او را تسریع کرده باشد، اما علت این تغییر ظهور اینترنت نیست. البته شاید در دنیایی که روابط انسانی به صورت رودررو است، این فرآیند کلی تغییر با شدت کمتر و آرامتر رخ دهد. اما اگر در عصر دیگری زندگی می‌کردیم، کلویی به تدریج با افراد و ایده‌های جدید آشنا می‌شد، اما احتمالاً باز هم به همان مشروب‌فروشیهای و کلیسایی می‌رفت که خانواده و دوستانش به آنجا می‌روند.

درد طرد شدن

دانشمندان علوم اجتماعی درباره‌ی احساس طردشدن مطالعه کرده‌اند. ماجرای اینکه این تحقیق چگونه انجام شد جالب است و به ما یادآوری می‌کند که توجه به تجارب روزانه در زندگی و اینکه محیط اطراف ما می‌تواند منبع خوبی از دیدگاه‌های جدید باشد، امر مفیدی است.

یک دانشمند علوم اجتماعی به نام کیپلینگ ویلیامز^۱ روزی سگ خود را برای گردش به پارک برده بود. هنگامی که مشغول قدم زدن بود یک دیسک پرتاب به زیر پایش افتاد. او دیسک را برداشت و آن را دوباره برای یکی از افرادی که مشغول بازی با آن بود پرتاب کرد. آن شخص در حالیکه لبخند می‌زد دیسک را دوباره پرتاب کرد و آقای ویلیامز متوجه شد که در یک مثلث پرتاب گرفتار شده است. آنها چند بار دیسک را برای یکدیگر پرتاب کردند، اما ناگهان آن دو دو ست که پیش از آمدن آقای ویلیامز مشغول بازی بودند دیگر دیسک را برای او پرتاب

^۱ Kipling Williams

نکردند و آن را دوباره برای هم پرتاب کردند. آقای ویلیامز احساس می کرد که از درون تهی و از جمع آنها رانده شده است. او به مسیر خود ادامه داد و از اینکه بسیار ناامید شده شکفت زده شده بود. به هر حال او آن افراد را نمی شناخت و آنها وظیفه ای نداشتند و خود او نیز علاقه ای زیادی به بازی کردن با دیسک به مدت طولانی نداشت. با این وجود احساساتش جریحه دار شده بود.

آقای ویلیامز که تحت تاثیر این تجربه قرار گرفته بود تصمیم گرفت راجع به احساسی که آن روز در پارک تجربه کرده بود یعنی احساس طرد شدن تحقیق کند. او آزمایشی طراحی کرد که در آن اتفاقی مشابه آن چه او تجربه کرده بود شبیه سازی شده بود. به این ترتیب، آزمایشی با حضور سه نفر طراحی شد که دو نفر از آنها با آقای ویلیامز همکاری می کردند. در این آزمایش به مشارکت کنندگان گفته می شد که منتظر باشند تا آزمایش شروع شود. دو نفر که همکار آقای ویلیامز بودند تویی که روی زمین قرار داشت را برداشته و به سمت هم پرتاب می کردند به نحوی که انگار قصد دارند به نحوی وقت بگذرانند. اما شخص سوم نمی دانست که عمل پرتاب توپ بخشی از آزمایش است. در بعضی از پژوهشها مشارکت کننده از ابتدا تا انتها در بازی حضور داشت ولی تنها در یک سوم موارد توپ را دریافت می کرد. در بعضی از آزمایشها پس از چند پرتاب، مشارکت کننده ی نامطلع دیگر بازی داده نمی شد و به همان شیوه ای که به آقای ویلیامز بی توجهی شده بود به او نیز بی توجهی می شد. در انتهای بازی آقای ویلیامز وانمود می کرد که آزمایش شروع شده است و از مشارکت کنندگان می خواست که احساس خود را بیان کنند.

آقای ویلیامز متوجه شد که حتی یک تجربه ی کوتاه و بی اهمیت از احساس طرد شدن می تواند تاثیر عاطفی عمیقی در بسیاری از جنبه های زندگی ما داشته باشد. قابل توجه است که مشارکت کنندگان اعلام کردند که تنها پس از

چند دقیقه احساس طرد شدن از جانب افرادی که اصلاً نمی شناختند و به آنها اهمیت نمی دادند، احساس ناراحتی و خشم بسیار ولی احساس عزت نفس، تعلق و کنترل اندکی داشتند و حتی میزان درماندگی آنها بیشتر شده بود.

علاوه بر این، آقای ویلیامز قصد داشت که بداند به غیر از احساسات ابراز شده توسط مشارکت کنندگان، هنگامی که افراد حس می کنند از سوی دیگران طرد شده اند چه تغییراتی در مغزشان رخ می دهد. اما برای تصویر برداری از مغز، افراد باید در جای خود کاملاً ثابت باشند و نمی توانند در پارک بدوند یا دیسک پرتاب کنند. بنابراین، آقای ویلیامز و همکارانش نائومی آیزن برگر^۱ و متیو لیبرمن^۲ یک بازی مجازی به نام سایبر بال^۳ طراحی کردند که افراد می توانستند آن را داخل دستگاه FMRI انجام دهند. محققان می توانستند با استفاده از این تکنولوژی فعالیت مغزی افراد را هنگامی که احساس طرد شدن می کردند اندازه بگیرند.

به مشارکت کنندگان گفته شده بود که در یک مطالعه مربوط به مهارت تصویر ذهنی شرکت خواهند کرد و بازی سایبر بال به عنوان روشی برای تقویت مهارت تصویر پردازی ذهنی افراد ساخته شده است. به مشارکت کنندگان گفته شده بود که با دو یا سه نفر دیگر بازی خواهند کرد اما آنها در واقعیت با کامپیوتر بازی می کردند و از این موضوع اطلاع نداشتند.

این آزمایش سه قسمت داشت. در قسمت اول به مشارکت کنندگان گفته شده بود که به دلیل مشکلات فنی نمی توانند در بازی شرکت کنند، اما می توانند بازی دیگران را مشاهده کنند. در قسمت دوم مشکلات فنی رفع می شد و مشارکت کنندگان در بازی شرکت می کردند و به دفعاتی یکسان با دیگران توپ را دریافت می کردند. در

Naomi Eisenberger^۱
Matthe Lieberman^۲
cyberball^۳

قسمت سوم مشارکت کنندگان پس از چند بار پرتاب توپ از بازی کنار گذاشته می شدند. دقیقاً مثل کاری که افراد حاضر در پارک با آقای ویلیامز انجام دادند، بازیکنان این بازی مجازی نیز پس از چند بار پرتاب، دیگر توپ را برای مشارکت کننده پرتاب نمی کردند.

این مطالعه نشان می دهد هنگامی که افراد احساس می کنند که از بازی کنار گذاشته شده اند آن نواحی از مغز که هنگام تجربه درد جسمانی فعال می شود در آنها نیز فعال می شود. در واقع درد اجتماعی و درد جسمی ریشهی عصبی مشترکی در انسانها دارد. نتایج این مطالعات نشان می دهد که تجربهی طرد شدن حتی در حد ناچیز تجربهی مهمی است و تاثیری منفی بر ما می گذارد. این یافته ها نشان می دهد که چرا کلویی به کوچکترین تمسخری از سوی خانواده و دوستان به شدت حساس است و چرا تا این حد به افراد دارای باور اشتباه که او را طرد نمی کنند یا از او دوری نمی کنند جذب می شود.

افرادی که در اینترنت رفتار خوبی با یکدیگر دارند

(مرسی که این مطلبو به اشتراک گذاشتی!)

(مرسی که صدای ما بودی!)

(شجاعت و صداقت شما را تحسین می کنم)

(آره. خودشه!)

ایموجی قلب.

ایموجی بغل کردن.

برای من خواندن ده‌ها کامنت مشابه جملات بالا پس از پستی که بیان می‌کرد من باید به جرم جنایت علیه بشریت در ملاءعام اعدام شوم تجربه‌ی آزار دهنده و ناخوشایندی است. با این وجود خشن‌ترین و زننده‌ترین پستها درباره‌ی من (مثل پستی از جان که در فصل ۴ به آن اشاره کردم و درباره‌ی گاوی بود که به مسلخ برده می‌شد) با احساس شگفت‌انگیزی از عشق و حمایت اجتماعی همراه بود. البته نه علاقه و حمایت نسبت به من بلکه ابراز علاقه و حمایت از سازندگان اصلی پوستر. البته این ابراز علاقه و حمایت تنها به پستهایی درباره‌ی من محدود نمی‌شود. به طور کل میزان تمجید و علاقه‌ای که افراد دارای باور اشتباه در رسانه‌های اجتماعی نسبت به یکدیگر ابراز می‌کردند را قبلاً هرگز تجربه نکرده بودم. در اتاقهای گفتگویی که من در اینترنت دیدم آنها همیشه یکدیگر را متقابلاً تایید می‌کردند. اما این انسانهای فوق‌العاده و مهربان که حتی هنگام صحبت درباره‌ی نقشه‌های شیطانی و افراد شرور و آدمکش از یکدیگر تمجید و حمایت می‌کنند چه کسانی هستند؟ گاهی اوقات می‌بینم که بعضی از آنها به قدری از آشکار شدن یک توطئه یا هویت یک شخص شرور هیجان زده می‌شوند که پیشنهاد می‌کنند فردی که این موضوع را کشف کرده شایسته‌ی دریافت جایزه‌ی نوبل یا جوایز دیگر است! به جرات می‌توانم بگویم هرگز ندیده‌ام که یکی از اعضای هیئت علمی بگوید که فلان شخص شایسته‌ی دریافت جایزه‌ی نوبل است. اما افراد دارای باور اشتباه اغلب پیشنهاد اعطای جایزه و تشویق دیگران را مطرح می‌کنند.

اگر می‌توانستید بدون توجه به محتوای پیام لحن عاطفی افرادی که کامنت می‌گذارند را حس کنید، آنگاه تصور می‌کردید که این افراد مهربانترین انسانهای روی زمین هستند. سپس با خود فکر می‌کردید که چه چیزی این انسانهای فوق‌العاده را در کنار یکدیگر جمع کرده است. آیا آنها قصد دارند فقر را ریشه کن کنند؟ آیا قصد دارند امکانات آموزشی برابر برای همه‌ی کودکان جهان فراهم کنند؟ آیا قصد دارند یک بیماری صعب‌العلاج را درمان

کنند؟ اما شما اصلاً به این موضوع توجه نمی‌کنید که مسائلی که آنها نگران آن هستند در واقع نقشه‌هایی برای نابودی انسانها است!

چرا آنها حتی زمانی که درباره‌ی موضوعات ناراحت‌کننده و دردناک حرف می‌زنند نیز رفتار خوبی با یکدیگر دارند؟ فکر می‌کنم به این علت که برایشان کاملاً واضح است که خود و اطرافیانشان به حمایت اجتماعی و تایید یکدیگر نیاز دارند. آنها با گذشت زمان این ارزش اجتماعی را در بین خود به وجود آورده‌اند که تا جای ممکن از یکدیگر حمایت کنند به نحوی که (گویی به استثنای دو هفته‌ی اول پس از آشنایی که دو نوجوان عاشق یکدیگر می‌شوند و به هم می‌گویند که طرف مقابل به طرز غیر قابل وصفی فوق‌العاده است) سایر گروههای اجتماعی در نزد آنها بی‌اعتبار می‌شود.

اطلاعات بیشتر

در ابتدا به دیدگاه مشترک بین خودتان اشاره کنید

در سطح جامعه، شیوه‌ی مباحثه‌ای که در آن افراد مقابل یکدیگر قرار بگیرند بی‌فایده است. همانطور که در فصل ۶ اشاره کردم هنگامی که افراد به اصطلاح ذهنیت سرباز دارند، به دقت گوش نمی‌دهند و همواره در ذهن خود استدلال مخالف می‌آورند. حدس می‌زنم که آنها پیش از اینکه طرف مقابل جمله‌ی خود را به پایان برسانند، استدلالی مخالف نظرهای او ارائه می‌دهند. اما از آن جهت که همه‌ی ما قادر هستیم برای توجیه دیدگاه خود استدلال بیاوریم گفتگوی ما به جایی نمی‌رسد. بنابراین بسیار مهم است که حتی هنگام بحث با کسی که باورهای کاملاً متفاوتی دارد در ابتدا به نقاط مشترک و علایق مشترک و نظیر آن اشاره کرده و با او ارتباط برقرار کنیم.

روزنامه نگار حوزه علم دیوید مک‌رینی^۴ در کتاب خود به نام (ذهنها چگونه تغییر می‌کنند: علم شگفت‌انگیز باور، عقیده و متقاعدسازی)^۵ برخی از روش‌های موثر و اثبات شده برای تغییر ذهن انسان‌ها به ویژه درباره‌ی موضوعات جنجالی و جانبدارانه را بررسی می‌کند. او دریافت که از بین همه‌ی روش‌هایی که بررسی کرده بود یعنی مصاحبه‌ی عمیق (فصل ۳)، معرفت‌شناسی خیابانی و سیاست هوشمندانه، نخستین گام برای اثرگذاری بر ذهن دیگران، برقراری ارتباط نزدیک است. به عبارت دیگر اول مطمئن شوید که طرف مقابل شما را دوست خود محسوب می‌کند و به آنها اطمینان دهید که قصد ندارید آنها را مسخره کنید. به او بگویید که دوست دارید داستان را از زبان خود او بشنوید و سپس درباره‌ی آن مکالمه‌ای آزاد داشته باشید. به این ترتیب کسی که با او گفتگو می‌کنید، فارغ از اینکه باور درستی دارد یا غلط احساس طرد شدن نمی‌کند و شما را فردی خودمانی و نه یک غریبه محسوب می‌کند. یافتن راهی برای نزدیک شدن به افراد دارای باور اشتباه به این معنی نیست که حتما باید هر چیزی که آنها می‌گویند را بپذیرید یا تایید کنید. ایرادی ندارد که بعضی از باورهای آنها را توهین‌آمیز یا خطرناک محسوب کنید. اما می‌توانید مثل نمودار مجموعه که در آن دو دایره در قسمت مرکز همپوشانی دارند نقاط مشترکی بین خودتان پیدا کنید. استفاده از چهارچوب درون گروه/ بیرون از گروه رویکرد مناسبی است زیرا می‌توانیم در داخل گروه درباره‌ی اهداف و تلاشهای مشترک صحبت کنیم. در این رویکرد می‌توانید موضوعی را انتخاب کنید که هم شما و هم طرف مقابل حرف مشترکی برای گفتن دارید. به عنوان مثال صحبت کردن راجع به مسائل محلی از قبیل قیمت مسکن یا افزایش جرم و جنایت، مد یا یک مسئله‌ی انسانی مثل تربیت فرزند نوجوان که زندگی هر دوی شما را تحت تاثیر قرار داده است می‌تواند برای گفتگو مناسب باشد. به این ترتیب این پیام را به طرف مقابل منتقل می‌کنید که میزان شباهت شما به یکدیگر بیش از میزان تفاوت‌های شما است.

David McRaney^۴
How Minds Change: The Surprising Science of Belief, Opinion, and Persuasion^۵

تعلق اجتماعی

هنگامی که شخصی در گروه‌های اجتماعی افراد دارای باور اشتباه عضو می‌شود، در طی فرایندی به باورهای گروه پایبند می‌ماند و نسبت به گروه احساس تعلق می‌کند. این فرآیند از دو بخش عمده تشکیل می‌شود. بخش اول باعث می‌شود که افراد، باورهای اشتباه خود را تقویت کنند و بخش دوم باعث می‌شود که افراد محافل اجتماعی خود را تقویت کنند. در این فصل دو بخش تشکیل دهنده تعلق اجتماعی یعنی تقویت باورهای اشتباه و تقویت محافل اجتماعی را بررسی خواهیم کرد. اگرچه در ابتدا اینطور به نظر می‌رسد که این دو سازوکاری کاملاً متفاوت هستند، اما در اصل اینطور نیست. ارتباط میان این دو را می‌توان با استفاده از مفهومی نشان داد که رابرت سیالدینی^۶ تایید اجتماعی^۷ می‌نامد. در ابتدا لازم است که درباره‌ی مفهوم تایید اجتماعی اطلاعات بیشتری کسب کنیم.

تایید اجتماعی: نحوه‌ی عملکرد تعلق اجتماعی

در بسیاری از مواقع در زندگی، نمی‌دانیم که رفتار درست و هنجاری چیست. بنابراین از رفتار انسان‌های دیگر الگو می‌گیریم. این همان تعریف ساده از مفهوم تایید اجتماعی است. تصور کنید که برای اولین بار برای ملاقات با پادشاه انگلستان به کاخ باکینگهام دعوت شده‌اید و نمی‌دانید که باید چگونه رفتار کنید. در نتیجه به دور و بر خود نگاه می‌کنید و از افراد دیگر تقلید می‌کنید. هنگامی که آنها تعظیم می‌کنند، شما نیز تعظیم می‌کنید، در همان جهتی که آنها حرکت می‌کنند و همگام با آنها راه می‌روید و غیره. ما در موارد دیگری از قبیل شرکت در جشنواره‌ی burning man و یا جلسه‌ی اولیا و مربیان در مدرسه جدید فرزندان نیز از دیگران تقلید می‌کنیم. در همه‌ی این

Robert Cialdini^۶
social proof^۷

موارد به دنبال کسب تایید اجتماعی هستیم تا بفهمیم که چطور باید هم‌رنگ جماعت شویم. علاوه بر این تایید اجتماعی به رفتارمان در گروه‌های اینترنتی و به ویژه گروه‌هایی که به تازگی در آن عضو شده‌ایم و از ارزشهای آنها اطلاع نداریم جهت می‌دهد.

تایید اجتماعی باعث می‌شود که از افراد دیگر تقلید کنیم تا بدانیم باید چه بگوییم، چه کار کنیم و به چه چیزی باور داشته باشیم و به ویژه در محافل اجتماعی مشخص در زمانی که مطمئن نیستیم باید چه کار کنیم، رفتارها و باورهای خاصی داشته باشیم. یک مقاله‌ی مهم درباره‌ی تایید اجتماعی، پژوهش جسیکا نولان^۱ و همکاران است. آنها در مطالعه‌ی خود از چند نفر از اهالی کالیفرنیا پرسیدند که چه چیزی به آنها انگیزه می‌دهد که در مصرف انرژی صرفه‌جویی کنند. مشارکت‌کنندگان پاسخ دادند که در وهله‌ی اول ضرورت توجه به محیط زیست و سپس مزایای صرفه‌جویی در جامعه و امکان پس‌انداز مالی بیشترین انگیزه را به آنها می‌دهد و موردی که اهمیت کمتری داشت این بود که آیا افراد دیگر نیز در مصرف انرژی صرفه‌جویی می‌کنند یا نه. توجه داشته باشید این پاسخ‌ها مواردی بود که خود افراد گفته بودند به آنها انگیزه می‌دهد یعنی یک ارزیابی روانشناسی ساده درباره خودشان بود. پژوهشگران دریافتند آنچه که واقعاً به این افراد انگیزه می‌داد تقلید از کاری بود که سایر افراد انجام می‌دادند (یعنی تایید اجتماعی) در حالیکه عوامل دیگر اهمیت کمتری برایشان داشت. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که تایید اجتماعی بسیار مهم است اما به این علت که نمی‌دانیم چگونه تحت تاثیر آن قرار می‌گیریم به اهمیت آن پی نمی‌بریم و آن را دست کم می‌گیریم.

اکنون که به اهمیت ارتباط بین محافل و باورهای اجتماعی پی بردیم، بدون در نظر گرفتن ارتباط میان آنها به صورت جداگانه آنها را بررسی می‌کنیم.

Jessica Nolan ^۱

گروه‌های اجتماعی چگونه باورهای اشتباه را تقویت می‌کنند؟

گروه‌های اجتماعی چگونه باعث می‌شوند که هرچه بیشتر در باور اشتباه غرق شویم؟ احتمالاً اسم آزمون همنوایی آس *Asch conformity experiment* را شنیده اید که در دهه ۵۰ میلادی انجام شد. در این آزمایش از مشارکت کنندگان خواسته شد که به سه خط در سمت راست تخته و یک خط در سمت چپ تخته نگاه کنند. سپس از مشارکت کنندگان سوال شد که کدام یک از خط‌های سمت راست تخته (خط A، B و C) هم‌اندازه با خط سمت چپ است. نکته‌ی جالب درباره این آزمایش این است که هنگامی که مشارکت کنندگان به تنهایی تصمیم می‌گرفتند همیشه پاسخ درستی می‌دادند. اما زمانی که به صورت گروهی تصمیم می‌گرفتند (توجه داشته باشید که سایر اعضای گروه همکار آقای آس بودند) و سایر افراد گروه قاطعانه گزینه‌ی اشتباه را انتخاب می‌کردند (مثلاً خط A را انتخاب می‌کردند در حالیکه گزینه درست خط B بود) مشارکت‌کننده اصلی آزمایش نیز گزینه‌ی اشتباه را انتخاب می‌کرد. این آزمایش یک نمونه‌ی قدیمی از فشاری است که ما برای هم‌رنگ شدن با جماعت احساس می‌کنیم.

آقای آس این آزمایش ساده را به شیوه‌های مختلف اجرا کرد. او در یکی از این آزمایش‌ها بررسی کرد که اگر سایر افراد حاضر در اتاق (یعنی اشخاصی که با آقای آس همکاری می‌کنند) افرادی از طبقه‌ی اجتماعی بالای جامعه باشند، نتیجه‌ی آزمایش چه تفاوتی خواهد داشت. با توجه به اینکه آزمایش‌های مشابه اغلب در دانشگاه انجام می‌شود، اکنون تصور کنید که همکاران پژوهشگر جزو دانشجویان سال آخر و عضو گروه برادری^۹ یا خواهری^{۱۰} باشند. فکر می‌کنید در این صورت نتیجه آزمایش چه خواهد بود؟ در این موارد فشار اجتماعی شدیدتر است و

^۹ fraternity
^{۱۰} sorority

تعداد مواردی که مشارکت کننده تحت تاثیر فشار اجتماعی انتخاب می کند با توجه به مطلوبیت اجتماعی ناشی از تعلق به آن گروه افزایش می یابد.

آزمایش اش به ما نشان می دهد که به طور کلی ما انسان ها تا حد زیادی از افراد دیگر تاثیر می پذیریم و تمایل داریم که از جمع پیروی کنیم. آزمایشی که آقای اش بر روی افراد متعلق به طبقه ی اجتماعی بالای جامعه انجام داد نشان می دهد هنگامی که افراد دیگر را الگوی خود قرار می دهیم، فشار بیشتری بر روی خود احساس می کنیم تا نظر آنها را بپذیریم و از آنها تبعیت کنیم. یک بار دیگر ماجرای کلویی را بررسی می کنیم. او علی رغم آنکه از سوی دوستان و خانواده طرد شده است، به تازگی به واسطه ی احساس تعلقی که به چند گروه حس می کند در آنها عضو شده است و از افرادی تبعیت می کند که به نوعی رهبر گروه محسوب می شوند. یعنی افرادی که از مدتها قبل در این گروه ها فعالیت داشتند و واضح است که سایر افراد از آنها پیروی می کنند. به این علت که کلویی این افراد را الگوی خود قرار داده است احتمال بیشتری وجود دارد که احساس کند حتما باید با نظر دیگران موافقت کند. فرایند تقویت باورهای اشتباه به این صورت است که وقتی افراد عضو گروهی می شوند فشار اجتماعی آن گروه باعث می شود که با نظر دیگران موافقت کنند و مواجهه ی بیشتر با یک ایده باعث می شود که باور به آن ایده تقویت شود.

باور اشتباه چگونه باعث تقویت محافل اجتماعی می شود؟

اگر بپذیریم که محافل اجتماعی باعث تقویت باورهای اشتباه می شود باید این را هم بپذیریم که عکس این قضیه نیز صادق است یعنی باور اشتباه نیز محافل اجتماعی را تقویت می کند. هنگامی که با یک زوج به نامهای استیسی^{۱۱}

^{۱۱} Stacy

ران^{۱۲} ملاقات کردم یک نمونه‌ی بارز و البته ناراحت کننده از این فرایند را مشاهده کردم که باور اشتباه چگونه محافل اجتماعی را تقویت می‌کند. استیسی قبل از شیوع کرونا یک شخصیت سرشناس در رسانه‌های جریان اصلی بود. او پس از همه‌گیری کرونا تغییر رویه داد و به همراه ران برنامه‌ی صبحگاهی اینترنتی خود را شروع کرد. او در برنامه خود مسائل مختلف مربوط به بیماری کووید ۱۹ از نحوه‌ی همکاری دولت با موسسات علمی تا اطلاعات و توصیه‌های مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها و سازمان بهداشت جهانی را زیر سوال می‌برد. آنها در ابتدا سوالاتی منطقی مطرح می‌کردند اما پس از مدتی در برنامه‌ی خود از مهمان‌هایی دعوت کردند که دیدگاهشان نسبت به بیماری کووید ۱۹ و سایر مسائل در زندگی بیشتر به سوی باور اشتباه متمایل بود. البته در برنامه‌ی آنها دیدگاه چنین افرادی به طور مستقیم تایید نمی‌شد، اما استیسی و ران به بهانه‌ی آزادی بیان و طرح پرسش به مهمان‌های برنامه اجازه می‌دادند هر چیزی که باور دارند را بر زبان بیاورند اما هیچگاه نظرات مهمان‌ها را زیر سوال نمی‌بردند. سپس به صورت آزادانه با هم گفتگو می‌کردند تا بتوانند دیدگاه و نظرات مهمان‌ها را بهتر درک کنند. پس از مدتی مخاطبان و محتوای برنامه عوض شد. در نتیجه باورهای استیسی و ران نیز تغییر کرد.

من این فرایند تغییر را از دور و از سر کنجکاوای دنبال می‌کردم و مشتاق بودم که یک نمونه‌ی بارز از سقوط دو نفر به ورطه‌ی باور اشتباه را مشاهده کنم. یک سال پس از شروع همه‌گیری کرونا از یکی از دوستان مشترکمان خواستم که من را به آنها معرفی کند. پس از رد و بدل کردن چند تماس تلفنی به استودیوی خانگی استیسی و ران رفتم تا با آنها ملاقات کنم. اولین چیزی که آنها مایل بودند بدانند این بود که من درباره‌ی بیماری کووید ۱۹ چه باورهایی دارم و چه باورهایی ندارم. اما من سعی کردم موضوع گفتگو را به شخص خود آنها بکشانم. به طور خاص قصد

^{۱۲} Ron

داشتم که بفهمم در محافل اجتماعی آنها چه می گذشت و دوستان و اعضای خانواده‌ی آنها قبل از شیوع کرونا چه رفتاری با آنها داشتند.

من از پاسخ آنها اصلاً شگفت‌زده نشدم اما به هر حال از شنیدن پاسخ آنها ناراحت شدم و فکر می‌کنم که بسیاری از افراد دارای باور اشتباه تجربه‌ی مشابهی دارند. من متوجه شدم که هیچکدام از دوستان قدیمی استیسی و ران با آنها تماس نگرفته بودند تا بپرسند که حالشان چگونه است و از اقدامات آنها برای مبارزه با ساختار موجود حمایت نکرده بودند. علاوه بر این آنها به من گفتند که تعدادی از دوستان قدیمیشان دیگر به آنها زنگ نمی‌زنند، بسیاری از دوستانشان صفحه‌ی فیسبوک آنها را ترک کرده‌اند و عده‌ای نیز آنها را به ترویج اخبار جعلی متهم می‌کنند. استیسی به من گفت که خواهرش دیگر با او حرف نمی‌زند و عروس‌های ران مایل نیستند که او به خانه‌ی آنها برود و او برای مدتی نتوانسته است نوه‌های خود را ببیند.

با توجه به اینکه همه‌ی دوستان و آشنایان استیسی و ران از آنها فاصله گرفته بودند مایل بودم که بدانم زندگی اجتماعی آنها چه تغییری کرده است. آنها به طور کامل برایم شرح دادند که در حال حاضر تعاملات اجتماعی آنها با دوستان جدیدشان چه در فضای مجازی و چه در منزلشان چگونه است. اما چه چیزی باعث اتحاد دوستان جدید آنها می‌شود؟ درست حدس زدید باور اشتباه. در واقع باور اشتباه این محافل اجتماعی جدید را تقویت می‌کرد. آنها در دورهمی‌های خود به طور مفصل درباره‌ی شرم اجتماعی و فشاری که بر روی خود حس می‌کردند حرف می‌زدند و با همدیگر دردودل می‌کردند. علاوه بر این آنها با دوستان جدید خود درباره قوانین دولتی جدیدی که قرار بود به زودی اجرا شود صحبت می‌کردند، از وضعیت فاجعه‌بار دنیا ابزار تاسف و برنامه‌ریزی می‌کردند که باید چه کار کنند تا افراد بیشتری بتوانند به واقعیت پی ببرند. کاملاً قابل درک است که آنها روی چنین موضوعاتی تمرکز می‌کردند زیرا این موضوعات باعث می‌شد که اعضای گروه دور هم جمع شوند و اعضای گروه را به یکدیگر پیوند می‌داد. به اشتراک گذاشتن افکار و احساسات

باعث می‌شد که آنها یک گروه حمایتی تشکیل دهند و پیوند عمیق‌تری با یکدیگر برقرار کنند و ساختار اجتماعی جدید خود را قوی‌تر و مستحکم‌تر سازند. به این ترتیب، هنگامی که فردی به یک گروه اجتماعی ملحق می‌شود، ساختار اجتماعی آن گروه تقویت می‌شود. در واقع مواجهه‌ی بیشتر با باورهای خاصی باعث می‌شود که درستی آن باورها را بیشتر تایید کنیم. از طرف دیگر، تایید بیشتر نیز باعث مواجهه‌ی بیشتر ما با آن باورها شده و در نتیجه ساختار اجتماعی گروه حفظ می‌شود.

اطلاعات بیشتر

در برابر وسوسه‌ی طرد کردن مقاومت کنید

اگر می‌خواهید بدانید که چگونه می‌توانید مانع از سقوط افرادی که می‌شناسید و دوستشان دارید به ته قیف باور اشتباه شوید، به شما توصیه می‌کنم که آنها را (حتی به طور غیرمستقیم) طرد نکنید. به طور کلی عمل طرد کردن توسط افرادی انجام می‌شود که خود باورهای اشتباه ندارند و از افراد دارای باور اشتباه دوری می‌کنند. اگر در زندگی شما فردی دارای باور اشتباه وجود دارد احتمالاً شما در بروز این رفتار قابل درک ولی مضر نقش دارید. می‌دانم که گفتگوهای تکراری درباره‌ی عقایدی که به وضوح اشتباه و توهین‌آمیز است خسته‌کننده است. باید این نکته را اضافه کنم که چنین گفتگوهایی می‌تواند دورهمی‌های خانوادگی را به میدان نبرد بر سر ایدئولوژی تبدیل کند. کاملاً درک می‌کنم که دعوت از چنین افرادی به مهمانی و مشاهده اینکه آنها نظرات اشتباه خود را با اعضای خانواده، دوستان و همکاران در میان می‌گذارند برای شما خجالت‌آور است. به نظر می‌رسد دوری کردن از این افراد، پاسخ ندادن به تماس تلفنی، دعوت نکردن به خانه، بی‌توجهی به پست‌های آنها در رسانه‌های اجتماعی و

بلاک کردن آنها آسانتر است. اما این کار بسیار خطرناک است. ما در قبال دوستان و اعضای خانواده خود که به باور اشتباه سقوط می کنند مسئول هستیم. میزان اندکی از طرد شدگی اجتماعی می تواند تاثیر منفی عمیقی - احتمالاً حتی بیشتر از آنچه تصور می کنیم - داشته باشد. لازم است که به جای طرد کردن این افراد از آنها حمایت کنیم، حتی اگر حمایت کردن از آنها برایمان دشوار و ناخوشایند باشد.

چرا در دوران همه گیری کووید ۱۹ احساس طرد شدگی به طور خاص شدید بود؟

طرد شدگی در هر شرایطی حتی در یک توپ بازی مجازی ساختگی نیز دردناک است. اما این احساس طرد شدن در دوران همه گیری کووید ۱۹ بسیار شدید بود. هنگامی که رئیس جمهور فرانسه امانوئل مکرون در اوایل سال ۲۰۲۲ به صورت علنی اعلام کرد که قصد دارد با افرادی که از زدن واکسن خودداری می کنند برخورد کند مشخص بود که موج عظیمی از طرد شدگی در راه است. هنگامی که او در ادامه افرادی که واکسن دریافت نکرده بودند را افرادی بی مسئولیت خطاب کرد که لایق شهروندی نیستند، می شد بدون تصویربرداری از مغز به درد این افراد پی برد. این حجم از طرد شدگی بسیار شدید و حداقل در دوران معاصر بی سابقه بود. آیا شما رهبر یا فرد عادی دیگری را می شناسید که درباره ی افرادی با باورهای مذهبی، اقتصادی یا اجتماعی متفاوت با این لحن صحبت کند؟ من که نمی شناسم (البته به غیر از بعضی از برزیلی ها که دیدگاهی منفی درباره ی طرفداران تیم فوتبال آرژانتین دارند و بالعکس).

چه چیزی در دوران همه گیری کووید ۱۹ باعث شکل گیری این احساس طرد شدگی شدید شد؟ برای پاسخ به این سوال مهم به آزمایش زیر درباره ی بازی منفعت عمومی توجه کنید. من به بازی منفعت عمومی علاقه ی فراوانی دارم

زیرا جذاب است و به یک ویژگی انسانی مهم و در عین حال مغفول مانده در جامعه انسانی یعنی همکاری کردن اشاره می کند.

نحوه ی انجام بازی به صورت زیر است. فرض کنید که قصد داریم این بازی را در شهر نیویورک انجام دهیم. در ابتدا ۱۰ نفر که در این شهر زندگی می کنند را به صورت تصادفی انتخاب می کنیم. در اولین روز انجام آزمایش صبح به آنها زنگ می زنیم و قوانین بازی را برایشان توضیح می دهیم و می گوییم: (تبریک می گم! شما به عنوان یکی از ۱۰ بازیکن انتخاب شده اید. هویت شما نزد ما محفوظ است. ما به هیچکس نمی گوییم که شما به عنوان یکی از بازیکنان انتخاب شده اید. به شما هم نمی گوییم که ۹ بازیکن دیگر کی هستند [می دانم شبیه برنامه ی تلویزیونی بازی مرکب شد، اما به من اعتماد کنید این بازی فرق دارد]. ما هر روز ساعت ۹ صبح به شما زنگ می زنیم و ۱۰۰ دلار به شما می دهیم. شما می توانید این ۱۰۰ دلار را برای خودتان نگه دارید یا آن را در صندوق مشترک بیندازید. اگر بخواهید پول را برای خودتان نگه دارید ما این مبلغ را بلافاصله به حساب بانکی شما واریز می کنیم. اما اگر این پول را به صندوق مشترک انتقال بدهید ما این مبلغ را بلافاصله به صندوق منتقل می کنیم و پس از اینکه همه ۱۰ بازیکن تصمیم گرفتند با این پول چه کار کنند کل مبلغ جمع آوری شده در صندوق مرکزی ضربدر عدد ۵ می شود. هنگام غروب کل پول موجود در صندوق مرکزی به طور مساوی بین ۱۰ بازیکن تقسیم می شود. این بازی تا مدتی به همین روش ادامه می یابد)

اما نحوه ی انجام بازی به چه صورت بود؟ در روز اول با ۱۰ نفر تماس گرفته شد و قوانین بازی به آنها یادآوری شد. نتیجه ی آزمایش نشان می دهد که معمولاً افراد تصمیم می گیرند که پول خود را به صندوق مرکزی بیندازند. هر کدام از آن ۱۰ نفر مبلغ ۱۰۰ دلار به صندوق انداختند و در مجموع مبلغ ۱۰۰۰ دلار جمع آوری شد. سپس این مبلغ ضربدر عدد ۵ شد و در مجموع ۵۰۰۰ دلار در صندوق وجود داشت. هنگام غروب ۵۰۰۰ دلار بین ۱۰ بازیکن تقسیم

شد و هر کدام از آنها ۵۰۰ دلار دریافت کردند. چقدر عالی! ده بازیکن ما صبح هدیه‌ای به مبلغ ۱۰۰ دلار دریافت کردند و موقع خواب ۵۰۰ دلار داشتند. این بازی مدتی به این صورت ادامه یافت تا اینکه یک نفر تصمیم گرفت ۱۰۰ دلار اهدایی را برای خودش نگه دارد و آن را به صندوق مرکزی نیندازد. به نظرتان نتیجه‌ی بازی چه شد؟ در آن روز ۹ نفر مبلغ ۱۰۰ دلار به صندوق مرکزی انداختند و در مجموع ۹۰۰ دلار جمع آوری شد. این مبلغ ضربدر عدد ۵ شده و مبلغ ۴۵۰۰ دلار در صندوق وجود داشت. هنگام غروب ۴۵۰۰ دلار به طور مساوی بین همه بازیکنان از جمله آن فرد خودخواه فلان فلان شده که پول خود را در صندوق نینداخت تقسیم شد. همه‌ی بازیکنان ۴۵۰ دلار گرفتند ولی آن فلان فلان شده در کل ۵۵۰ دلار یعنی ۱۰۰ دلار موقع صبح و ۴۵۰ دلار از صندوق مشترک دریافت کرد.

اکنون قالب استاندارد بازی منفعت عمومی را با توجه به ویژگیهای روانی انسان‌ها تغییر می‌دهیم و آن را بازی منفعت عمومی انتقام‌جویانه می‌نامیم. بازی طبق همان روال قبلی شروع می‌شود. تصور کنید که شما یکی از آن نه بازیکنی هستید که هنگام صبح پول خود را به صندوق مشترک انداختند و موقعی که هنگام غروب ۴۵۰ دلار دریافت کردید متوجه شدید که یکی از اعضای گروه پول را برای خود نگه داشته و در نتیجه شما پول کمتری دریافت کرده‌اید و آن فلان فلان شده‌ی خودخواه پول بیشتری نسبت به بقیه‌ی بازیکنان دریافت کرده است. در این صورت چه احساسی به شما دست می‌دهد؟ اگر می‌توانستید ۲۰ دلار بپردازید تا نقشه‌ای طرح کنید که آن فرد خائن ۴۰۰ دلار جریمه شود، آیا این کار را انجام می‌دادید؟ آیا از او انتقام می‌گرفتید؟ شاید الان که روی مبل لم داده‌اید و چنین موقعیتی را تصور می‌کنید ادعا کنید که نه انتقام نمی‌گیرید. اما حدس می‌زنم که اگر واقعا در این شرایط قرار می‌گرفتید حاضر بودید ۲۰ دلار بپردازید تا آن فلان فلان شده را تنبیه کنید. برای اینکه این حس خیانت را به خوبی درک کنید، به یک بحث جدی سر کار یا دعوا با عشق سابقتان فکر کنید. حالا که این حس در شما زنده شد

دوباره به این سوال پاسخ دهید: آیا حاضرید ۲۰ دلار بپردازید تا آن فلان فلان شده که به شما خیانت کرد را مجازات کنید؟

اکنون که شیوه‌ی بازی را اندکی تغییر دادیم یک بار دیگر به پرسش مطرح شده در ابتدای این بخش باز می‌گردیم. چرا در دوران همه‌گیری کاوید ۱۹ احساس طرد شدگی به طور خاص شدید بود؟ خوشبختانه شباهت‌های واضحی میان دوران همه‌گیری کرونا و بازی منفعت عمومی انتقام‌جویانه وجود دارد. در دوران همه‌گیری کرونا افرادی که از قوانین و محدودیت‌های اعمال شده پیروی می‌کردند، بهای اجتماعی و اقتصادی سنگینی می‌پرداختند در حالیکه افرادی که به قوانین احترام نمی‌گذاشتند شرایط را برای دیگران دشوارتر می‌ساختند. در دوران همه‌گیری کرونا شرایط بسیار بدتر بود زیرا حتی وجود عده‌ی کمی از افراد که تنها به فکر تامین منافع خود هستند و منافع عمومی را در نظر نمی‌گیرند شرایط را بدتر می‌سازد و رنج بقیه‌ی افراد را طولانی‌تر می‌کنند. این احساس که افراد دارای باور اشتباه به منافع عمومی خیانت می‌کنند و آسیب فراوانی به بقیه وارد می‌کنند باعث شد افرادی که به قوانین احترام می‌گذارند، از دست افراد دارای باور اشتباه عصبانی شده و خواهان طرد کردن و مجازات آنها شوند.

همانطور که قبلاً اشاره شد، متأسفانه طرد کردن و مجازات افراد نتیجه‌ی معکوس دارد و باعث می‌شود که افراد دارای باور اشتباه به واسطه‌ی نیروهای اجتماعی قدرتمندی که بر آنها اثر می‌گذارد، هرچه بیشتر به ته قیف باور اشتباه سقوط کنند.

طردشدگی هدیه‌ی ناخواسته‌ای است که عوارضی طولانی دارد: اثرات طردشدن بر دیگران

همانطور که قبلاً گفته شد طردشدگی اجتماعی اثراتی منفی بر شخص مطرود می‌گذارد که برخی از این اثرات بروز افسردگی، ایجاد دیدگاه منفی نسبت به زندگی و نیاز فرد به یافتن حمایت اجتماعی و عاطفی در محیطی دیگر است.

ماجرا تنها به اینجا ختم نمی شود و احساسات منفی برانگیخته شده در شخص مطرود باعث تغییر رفتار آن شخص با انسان‌های دیگر می شود. بنابراین طردشدگی هدیه‌ی ناخواسته‌ای است که عوارض ماندگاری دارد.

ژان توانگه^{۱۳} و همکاران نشان دادند که احساس طردشدگی باعث می شود که افراد پول کمتری به خیریه ببخشند، کمتر کار داوطلبانه انجام دهند و کمتر به دیگران کمک کنند. نحوه‌ی انجام آزمایش به این صورت بود که در آن گروهی از مشارکت کنندگان احساس می کردند که طرد شده‌اند ولی سایر مشارکت کنندگان چنین احساسی نداشتند. در این آزمایش به عده‌ای گفته شد که تیپ شخصیتی آنها به گونه‌ای است که احتمالاً در آینده تنها خواهند ماند و هنگامی که به اواسط دهه‌ی ۲۰ زندگی خود برسند، بیشتر دوستان و روابطی که دارند از بین خواهد رفت، در صورتی که ازدواج کنند ازدواجشان پایدار نخواهد بود و در آینده تنها خواهند ماند. برخلاف آن، به مشارکت کنندگانی که احساس طرد شدن نمی کردند (یعنی گروه کنترل) گفته شد که به واسطه تیپ شخصیتی‌شان احتمالاً روابط خوبی خواهند داشت، بیشتر دوستان و روابطشان تا آخر عمر ادامه خواهد داشت، در صورتی که ازدواج کنند ازدواجشان تا آخر عمر پایدار خواهد بود و در آینده همیشه افرادی دوروبرشان وجود خواهد داشت که به آنها اهمیت می دهند و کمک می کنند. در پایان این آزمایش کوتاه، یک گروه از افراد احساس می کردند که طرد شده‌اند ولی گروه دیگر چنین احساسی نداشتند.

سپس آنها به هر دو گروه از مشارکت کنندگان یک ماموریت دادند و بررسی کردند که رفتار آنها به چه صورت خواهد بود. به عنوان مثال پژوهشگران در یکی از آزمایش‌های خود به این موضوع اشاره کردند که قصد دارند برای صندوق کمک اضطراری دانشجویان پول جمع‌آوری کنند و مشارکت کنندگان می توانند در صورت تمایل مبلغی

^{۱۳} Jean Twenge

اهدا کنند. یک صندوق خیریه روی میز وجود داشت که بر روی آن عبارت (صندوق کمک اضطراری به دانشجویان: برای پوشش هزینه‌های غیرمترقبه دانشجویان مقطع کارشناسی) نوشته شده بود. سپس پژوهشگر اتاق را ترک را می کرد.

احتمالاً نتیجه‌ی آزمایش را درست حدس زده‌اید. احتمال کمتری وجود داشت مشارکت کنندگانی که احساس طردشدن می کردند، پول اهدا کنند. در آزمایش دیگری پس از اینکه مشارکت کنندگان احساس طردشدن یا طردنشدن می کردند، به طور اتفاقی با کسی برخورد می کردند که عمداً چند مداد را روی زمین می ریخت. به نظر شما آیا مشارکت کنندگان به او کمک می کردند؟ این بار نیز احتمال کمتری وجود داشت که مشارکت کنندگانی که احساس طرد شدن می کردند به دیگران کمک کنند.

در این آزمایشها اثرات ثانویه‌ی طرد شدن به ما نشان داده می شود. متأسفانه طردشدن علاوه بر تأثیرات منفی بر فرد، باعث بروز رفتارهای اجتماعی منفی نیز می شود. کای-تاک پو^{۱۴}، ژانشنگ چن^{۱۵} و سی. ناتان دی وال^{۱۶} در آزمایش خود بررسی کردند که آیا طرد شدن میل انسانها به رفتار فریبکارانه را افزایش می دهد. آنها در آزمایش خود ضمن رعایت اصول اولیه‌ی طرد شدن از مشارکت کنندگان خواستند که سایرین بازی کنند. به مشارکت کنندگان گفته شده بود که قرار است با دو بازیکن دیگر بازی کنند و می توانند در مجموع سی بار توپ را پرتاب کنند. اما آنها در واقع با یک کامپیوتر بازی می کردند که به صورت تصادفی تصمیم می گرفت که یک گروه تنها ده پرتاب از مجموع سی پرتاب را دریافت کنند (شرط آزمایش) و گروهی نیز پس از دو پرتاب اول، دیگر توپ دریافت نکنند (شرط طردشدگی). احتمالاً با خود فکر می کنید پژوهشگرانی که درباره‌ی طرد شدگی مطالعه می کنند عجب نابخه‌های بدذاتی هستند. اما باور کنید که آنها انسانهایی فوق‌العاده و خونگرم هستند.

Kai-Tak Poon ^{۱۴}
Zhansheng Chen ^{۱۵}
C. Nathan DeWall ^{۱۶}

در مرحله‌ی بعد ۱۵ کلمه به صورت حروف به هم ریخته (مثلاً کلمه‌ی *indicator* به جای *dictionary*، کلمه‌ی *dirty room* به جای *dormitory* و کلمه‌ی *redo it* به جای کلمه‌ی *editor*) به مدت ۱۵ ثانیه بر روی صفحه کامپیوتر نمایش داده می‌شد. به مشارکت کنندگان پакتی حاوی ۳۰ دلار هنگ‌کنگ داده شد و به آنها گفته شد که اگر مطمئن هستند حروف به هم ریخته را به درستی حل کرده‌اند، می‌توانند در زمان استراحت ۲ دلار هنگ‌کنگ بردارند. مشارکت کنندگان نمی‌دانستند که تنها ۸ کلمه از بین ۱۵ کلمه‌ی دارای حروف به هم ریخته قابل حل شدن بود و ۷ کلمه‌ی دیگر دیگر قابل حل شدن نبود. احتمالاً حدس زده‌اید مشارکت کنندگانی که احساس طردشدن می‌کردند ادعا می‌کردند که بیشتر کلمات دارای حروف به هم ریخته از جمله آنهایی که غیرقابل حل کردن بودند را حل کرده‌اند. به طور خلاصه آنها رفتاری اخلاقی نداشتند و تقلب می‌کردند.

به طور خلاصه یافته‌ها نشان می‌دهد هنگامی که افراد احساس طردشدگی شدیدی دارند، بخشی از معیارهای اخلاقی خود هم از نظر اجتماعی (یعنی عدم تمایل به کمک به دیگران) و هم از نظر شخصی (یعنی کسب پول بیشتری از آنچه بدست آورده بودند) را زیر پا می‌گذارند. باید اعتراف کنم که این یافته‌ها باعث نگرانی من می‌شود. اگر بخواهیم این یافته‌ها را در فضای رسانه‌های اجتماعی یعنی فضایی بررسی کنیم که در آن افراد به آسانی احساس رهاشدگی و طردشدگی می‌کنند، متوجه می‌شویم که چرا طردشدن باعث می‌شود که هنگام به اشتراک گذاری اطلاعات درست و برخورد با دیگران استانداردهای اخلاقی پایینتری داشته باشیم. اگر متوجه شدید که نزدیکان شما به دام باور اشتباه افتاده‌اند، در برابر وسوسه‌ی طردکردن آنها مقاومت کنید زیرا باور اشتباه بهای سنگینی دارد. سعی کنید همه‌ی مشکلاتی که وجود دارد را تحمل کنید و از لحاظ اجتماعی از آنها حمایت کنید.

در این فصل از کتاب مشاهده کردیم که چگونه دو نیروی اجتماعی مخالف یعنی طردشدگی و تعلق به طور همزمان افراد را به سمت قیف باور اشتباه هل می‌دهد. مشاهده کردیم که این نیروها شانس اینکه افراد در این قیف باقی

بمانند را افزایش می‌دهد. اما گرایش به باور اشتباه وضعیتی ثابت و یکنواخت نیست، بلکه گاهی اوقات بر سرعت آن افزوده می‌شود و افراد را هرچه بیشتر به ته قیف می‌کشد و شدت آن افزایش می‌یابد. در فصل بعد نقش نیروهای اجتماعی در تسریع این فرایند را بررسی خواهیم کرد.

فصل دهم

شتاب دهنده‌ی اجتماعی

برایان: ببین، کاملاً اشتباه متوجه شدین! لازم نیست که دنبال من بیاين، لازم نیست که دنبال کسی برید! باید خودتون

فکر کنید. همه‌ی شما انسان هستيد!

جمعیت (همصدا باهم): بله! همه‌ی ما منحصر به فرد هستیم!

برایان: شما با هم فرق دارید!

جمعیت (همصدا باهم): بله همه‌ی ما با هم فرق داریم!

مردی از بین جمعیت: من با بقیه فرق ندارم

-فیلم زندگی برایان به روایت مونتی پایتون (۱۹۷۹)^{۱۷}

اما آن مرد چطور به این باور رسیده بود؟ سفر ما به دنیای باور اشتباه با این پرسش آغاز شد که او چگونه می تواند چنین چیزی را باور کند؟ ما در ادامه عوامل مختلفی را بررسی کردیم که باعث می شود شخصی که به طور کلی منطقی است، باورهایی داشته باشد که بسیار غیرمنطقی به نظر می رسد. هنگامی که عناصر اجتماعی باور اشتباه را بررسی می کنیم، باید به پرسشهای زیر توجه کنیم. آیا آن شخص واقعاً به چنین چیزی باور دارد؟ چه چیزی باعث می شود که آنها چیزی که کاملاً باور ندارند را بپذیرند و حتی آن را ترویج دهند؟ چرا آنها اطلاعاتی را به اشتراک می گذارند که ثابت شده اشتباه است؟ چرا آنها باورهایی دارند که مشخص شده گمراه کننده است؟ چرا باورهای آنها روز به روز افراطی تر می شود؟ برای پاسخ به این سوالات لازم است که قدرت نیروهای اجتماعی موجود در یک گروه و روش هایی را بررسی کنیم که در آن انسان ها سعی می کنند وفاداری خود را ثابت کنند، به جایگاه شایسته ای برسند و پیوندهای خود با گروه را حفظ کنند.

هنگامی که افراد به نقطه ای مشخصی از قیف باور اشتباه می رسند، در دنیای مجازی افرادی که دیدگاه خود را در شبکه های اجتماعی به اشتراک می گذارند غرق می شوند. به نحوی که شبکه های اجتماعی و نیروهای اجتماعی درون آن نقش عظیمی در تسریع فرآیند باور اشتباه ایفا می کند و رهایی از این قیف دشوار می شود. در این فصل از کتاب بر روی آخرین بخش از عنصر اجتماعی یعنی شیوه ای که نیروهای اجتماعی باعث تسریع باور اشتباه می شوند تمرکز خواهیم کرد.

Monty Python's Life of Brian ^{۱۷}

به منظور بررسی تسریع فرآیند سقوط از لحاظ اجتماعی، در ابتدا بر یکی از نیروهای روانشناختی یعنی ناهماهنگی شناختی تمرکز می‌کنیم که من به آن علاقه‌ی خاصی دارم و بسیار مهم است. شناخت این نیرو، درک ما از قوه‌ی استدلال انسان را تغییر داده است. قطعاً شما می‌دانید که ناهماهنگی شناختی چیست، اما بهتر است که این مفهوم کلیدی را به دلیل نقش مهمی که در قیف باور اشتباه به عنوان تسریع کننده‌ی اجتماعی ایفا می‌کند دوباره بررسی کنیم.

ناماهنگی شناختی

مطالعه‌ای که لئون فستینگ^۱ به همراه دو دوست صمیمی خود استنلی شاختر^۲ و هنری ریکن^۳ انجام داد به ما کمک می‌کند که ناهماهنگی شناختی را بهتر درک کنیم. او در مطالعه‌ی خود به یک رویداد غیرعادی اشاره می‌کند که در سال ۱۹۵۴ در شهر لیک سیتی^۴ ایالت مینسوتا برگزار شد (در این کتاب از یک اسم مستعار برای اشاره به نام شهر استفاده شده است). این رویداد در روزنامه‌ی Lake City Herald به صورت زیر توصیف شده است:

^۱ Cognitive dissonance

^۲ Leon Festinger

^۳ Stanley Schachter

^۴ Henry Riecken

^۵ Lake City

هشدار اهالی سیاره‌ی کلاریون^۱ به ساکنان شهر: از سیلی که در روز ۲۱ دسامبر شهر شما را غرق خواهد کرد فرار

کنید. پیامی از فضا به ساکنان حومه‌ی شهر

یک زن خانه‌دار اهل حومه‌ی شهر می‌گوید که دقیقاً قبل از سحرگاه روز ۲۱ دسامبر سیل جاری شده از دریاچه

گريت ليك^۲ شهر ليك سیتی را ویران خواهد کرد. خانم ماریان کیچ^۳ ساکن خیابان West School پلاک ۸۴۷

ادعا می‌کند که این پیشگویی متعلق به خودش نیست، بلکه این پیشگویی بر اساس یک سری پیام‌های متنی است که

او به صورت خود کار دریافت می‌کند. خانم کیچ می‌گوید که این پیام‌ها توسط موجودات مافوق بشری از سیاره‌ای

به نام کلاریون فرستاده می‌شود که با وسیله‌هایی که ما بشقاب پرنده می‌نامیم از سیاره‌ی زمین دیدن می‌کنند. آنها در

بازدیدهای خود متوجه شدند که خط‌های گسل روی پوسته‌ی زمین نشان می‌دهد که سیل عظیمی در راه است. خانم

کیچ می‌گوید که آدم فضایی‌ها به او گفته‌اند که این سیل باعث پدید آمدن دریایی عظیم از مدار شمالگان تا خلیج

مکزیک خواهد شد و سیل دیگری مناطقی واقع در ساحل غربی کشور از شهر سیاتل در ایالت واشنگتن تا کشور

شیلی در آمریکای جنوبی را به زیر آب خواهد برد.

تعداد گردشگرانی که تعطیلات زمستانی خود را در ایالت مینه‌سوتا می‌گذرانند بسیار اندک است وعده‌ی کمی

مایل هستند که تعطیلات خود را با افرادی بگذرانند که باور دارند دنیا به زودی به پایان می‌رسد. فستینگر، ریکن و

شاختر برای بررسی نظریه‌ی خود یعنی ناهماهنگی شناختی به این رویداد نیاز داشتند. ناهماهنگی شناختی یعنی

احساس رنجشی که وقتی باورهای افراد با رفتارشان تناقض دارد به آنها دست می‌دهد و اینکه آنها چگونه این

احساس رنجش را برطرف می‌کنند.

^۱ Clarion

^۲ Great Lake

^۳ Marian Keech

این رویداد عجیب که قرار بود در ایالت مینه‌سوتا رخ دهد چگونه در درک مفهوم ناهماهنگی شناختی به پژوهشگران کمک کرد؟ نخست اینکه پژوهشگران باور داشتند که لیک‌سیتی حداقل تا قبل از سحرگاه روز ۲۱ دسامبر توسط سیلی که از Great Lake جاری می‌شود ویران نخواهد شد! ماریان کیچ پیروان زیادی داشت که حرف‌های او را باور می‌کردند و مشتاق بودند که بدانند در روز بعد یعنی ۲۲ دسامبر چه اتفاقی خواهد افتاد، اما با این واقعیت غیرمنتظره مواجه شدند که برخلاف چیزی که انتظار داشتند دنیا هیچ تغییری نکرده بود.

پس از اینکه پژوهشگران به لیک‌سیتی رسیدند ماریان کیچ پیام دیگری دریافت کرد که بیان می‌کرد او و پیروانش به علت فعالیتها و باورهایی که دارند در این سیل نخواهند مرد و یک موجود فرازمینی سوار بر یک بشقاب پرنده دقیقاً قبل از وقوع سیل، او و پیروانش را به نقطه‌ای امن در فضا منتقل خواهد کرد.

حالا تصور کنید که پیروان ماریان کیچ به دو گروه تقسیم شده‌اند. عده‌ای از آنها اعتقاد ضعیفی به پیش‌بینی‌های او دارند و عده‌ای دیگر به پیش‌بینی‌های او اعتقادی قوی دارند. به نظر شما هنگامی که پیروان ماریان متوجه می‌شوند که دنیا به پایان نرسیده است تا چه حد ناامید می‌شوند؟ به نظر شما کدام دسته از پیروان ماریان بیشتر ناامید می‌شوند و احتمال بیشتری دارد که او را رها کنند و به خانه باز گردند؟

معمولاً تصور می‌شود افرادی که وفاداری بیشتری به ماریان دارند، بیشتر ناامید می‌شوند زیرا سطح ناامیدی بیشتری را تجربه می‌کنند و در نتیجه او را زودتر ترک می‌کنند. اما در نظریه‌ی ناهماهنگی شناختی دقیقاً برعکس آن پیش‌بینی می‌شود. بنابراین پژوهشگران این نظریه را مطرح کردند که پیروان متعصب او تمایل بیشتری دارند که وفاداری اولیه خود به ماریان کیچ را توجیه کنند و فشار ناشی از این امر باعث می‌شود که در تصمیم خود برای پیروی از او مصمم‌تر شوند. پژوهشگران در مطالعه‌ی خود به این نتیجه رسیدند که افراد دارای اعتقاد قوی‌تر که سطح بالاتری از

ناهماهنگی را تجربه می کردند، سعی می کردند که تصمیم و باور خود به ماریان کیچ را به نوعی توجیه کنند. آنها نهایت تلاش خود را می کردند که دیگران را قانع کنند که ماریان کیچ آدم درستکاری است.

چرا ناهماهنگی شناختی باعث می شود پیروانی که باور قویتری دارند در اعتقادات خود مصمم تر شوند؟ اگرچه در مورد افراد دارای باور ضعیف، بین حمایت از کیچ و غلط بودن پیشگویی ماریان تناقض وجود داشت، اما به این علت که شدت باور آنها ضعیف بود، این موضوع مسئله‌ی مهمی برایشان نبود. آنها می پذیرفتند که حمایتشان از ماریان کار اشتباهی بوده است و به کار و زندگی خود می رسیدند.

از سوی دیگر در افرادی که اعتقادی قوی داشتند میان حمایت از کیچ و اینکه او یک پیشگوی واقعی نیست، یک تعارض عمیق وجود داشت. از این جهت که این افراد باور قویتری داشتند و اقدامات مهمتری انجام داده بودند (مثلاً بعضی از این افراد همه‌ی پول خود را به ماریان داده بودند، خانواده‌ی خود را ترک کرده بودند تا با او همراه شوند و غیره) به راحتی نمی پذیرفتند که اشتباه کرده‌اند و پیشگویی خانم کیچ اشتباه بوده است. اغلب، هنگامی که اعمال ما و واقعیتی که به آن پی می بریم با یکدیگر جور در نمی آید، آزرده خاطر می شویم، به دنبال یافتن علت هستیم و معمولاً پس از پی بردن به علت، واقعیت را تحریف می کنیم. به این ترتیب، افرادی که باوری قوی داشتند پس از اطلاع از واقعیت، آن را انکار کرده و وفاداری بیشتری به کیچ نشان می دادند تا خود را متقاعد سازند که حمایتشان از کیچ از همان ابتدا کار درستی بوده است.

احتمالاً تصور می کنید که ماجرای خانم کیچ و سفینه‌های فضایی مسئله‌ی مهمی نیست، اما احتمالاً در زندگی خود با نمونه‌های فراوانی از ناهماهنگی شناختی مواجه شده‌اید یا در بین دو ستاننان مشاهده کرده‌اید. در این کتاب به چند نمونه از ناهماهنگی شناختی اشاره کردیم. به عنوان مثال فردی به نام ساول در فصل ۷ که به همان ویروسی که آن را

دروغین می‌نامید مبتلا شد و داستانی جدید و پیچیده سرهم کرد تا حتی موقع مرگ نیز ابتلای خود به بیماری کرونا را توجیه کند.

نمونه‌هایی از ناهماهنگی شناختی را می‌توان مثل سایر نیروهای روانشناختی در ادبیات و فلسفه نیز پیدا کرد. در داستانهای ایزوپ^۱ مربوط به یونان باستان، راوی داستان از اصطلاح انگور ترش برای اشاره به روباهی استفاده می‌کند که پس از اینکه متوجه شد دستش به انگور نمی‌رسد نظرش عوض شد و گفت که انگور دوست ندارد. روباه درمانده، ناهماهنگی شناختی پدید آمده را به این صورت حل کرد که خودش را متقاعد ساخت که حتماً انگور ترش است و او علاقه‌ای به خوردن انگور ندارد.

بنجامین فرانکلین نیز در زندگی خود با پدیده‌ی مشابهی مواجه شده بود. او این ناهماهنگی شناختی که با آن مواجه شده بود را همسو با یک پند قدیمی می‌دانست و معتقد بود: (کسی که یکبار لطفی برایت انجام دهد، احتمالاً نسبت به کسی که به اجبار کاری برای تو انجام می‌دهد لطف بیشتری به تو کرده است). به عبارت دیگر اگر یکبار به کسی کمک کنیم به خود می‌گوییم که حتماً از او خوشمان آمده است. بنابراین رفتار خوبی با او خواهیم داشت و دچار این ناهماهنگی شناختی نمی‌شویم که مبدا احساس متفاوتی درباره‌ی آنها داشته باشیم. فرانکلین در زندگینامه‌ی خود درباره‌ی این ایده و نحوه‌ی برخوردش با قانون‌گذار حزب رقیب می‌نویسد:

شنیده بودم که او در کتابخانه‌اش یک کتاب کمیاب دارد. نامه‌ای برای او نوشتم و گفتم که مایل هستم آن کتاب را بخوانم و از او خواستم که لطفی در حق من کرده و آن کتاب را به مدت چند روز به من قرض دهد. او بلافاصله آن کتاب را برایم فرستاد و من نیز حدود یک هفته بعد کتاب را بازگردانده و در یادداشتی به او نوشتم که چقدر از

^۱ Aesop

لطف او سپاسگزارم. هنگامی که پس از مدتی در منزل با او ملاقات کردم، او با من بسیار مودبانه گفتگو کرد (کاری که قبلاً هرگز انجام نداده بود) و گفت: در هر شرایطی در خدمت من است. در نتیجه ما دوستان خوبی برای همدیگر شدیم و دوستی ما تا زمان مرگ او ادامه داشت.

ناهماهنگی شناختی علاوه بر اینکه به ما کمک می‌کند حدس بزنیم افراد چه موقع واقعیت ماجرا را می‌پذیرند و باور خود را اصلاح می‌کنند، به این پرسش قدیمی پاسخ می‌دهد که آیا ما هنگام خطر به دلیل اینکه ترسیده‌ایم فرار می‌کنیم یا به دلیل اینکه فرار می‌کنیم ترسیده‌ایم. به طور کلی دو روش برای پی بردن به ارتباط بین رفتار و حالت درونی انسانها وجود دارد. دیدگاه اول (دیدگاه معیار) این است که حالت درونی ما باعث بروز رفتارهای خاصی می‌شود (یعنی به علت اینکه ترسیده‌ایم فرار می‌کنیم) و دیدگاه دوم این است که برخی از رفتارهای ما حالت درونی ما را مشخص می‌کند (یعنی ما به دلیل اینکه فرار می‌کنیم ترسیده‌ایم). به عبارت دیگر با توجه به ناهماهنگی شناختی رفتارهای ما می‌تواند وضعیت درونی خاصی را به وجود آورد. البته این به معنای آن نیست که رفتارهای ما همیشه باعث بروز حالت درونی خاصی می‌شود. بلکه به معنی این است که این تاثیر دو سویه است. حالت درونی باعث بروز رفتارهای خاصی می‌شود و ممکن است رفتارهای خاصی در شرایط مختلف باعث بروز حالت درونی خاصی شود.

لازم است که ارتباط میان ناهماهنگی شناختی و باور اشتباه را به دقت بررسی کنیم. اعمال انسانی خاصی (به عنوان مثال صرف زمان و اختصاص منابع برای دستیابی به هدف خاصی) می‌تواند دیدگاه افراد را تغییر دهد (یعنی آنها برای رسیدن به هدف خود حتی اگر دستیابی به آن هدف ناممکن باشد مصمم تر می‌شوند). می‌توان باور اشتباه افراد را از طریق اعمال مختلفی تغییر داد، اما بیشتر این اعمال مثل گفتگو با سایر افراد، اعتراض کردن، گذاشتن پستهای

محتوی اطلاعات تایید نشده، واکنشها در فضای مجازی، بحث کردن با افرادی که نظر متفاوتی دارند، قطع ارتباط با دوستان، خانواده و غیره اعمالی اجتماعی هستند. بنابراین ناهماهنگی شناختی به درستی در بخش اجتماعی کیف باور اشتباه جای می گیرد و نیرویی قوی است که افراد را به کیف باور اشتباه هدایت می کند.

توطئه‌ی دروغین، جامعه‌ی واقعی؟

هنگامی که پیترو مک‌ایندو^۲ از پنجره‌ی اتاقی در شهر ممفیس به بیرون نگاه کرد و جمعیت عظیمی از تظاهرکنندگان موافق و مخالف را در خیابان دید، احساس کرد که دنیا دچار هرج و مرج شده است. اوایل سال ۲۰۱۷ بود و دونالد ترامپ به تازگی به عنوان رئیس جمهور انتخاب شده بود. آن روز زنان در سراسر کشور راهپیمایی برگزار کردند (آیا آن کلاه‌های پشمالوی صورتی را به یاد می آورید؟). مک‌ایندو احساس می کرد که لازم است واکنشی مضحک به وضعیت پیش آمده داشته باشد. او پوستر روی دیوار را پاره کرد، یک ماژیک برداشت و در پشت آن نوشت: (پرنده‌ها واقعی نیستند) و سپس از پله‌ها پایین رفت تا به تظاهرکنندگان مخالف ملحق شود.

هنگامی که تظاهرکنندگان از او پرسیدند که معنی پلاکاردی که در دست او است چیست، او داستانی سر هم کرد و گفت که پرنده‌هایی که می بینیم در اطراف ما پرواز می کنند در واقع پهبادهای نظارتی هستند. دولت پنهان ده‌ها سال قبل همه‌ی پرنده‌ها را کشت و ربات-پرنده‌هایی کوچک از جنس قلع را جایگزین آنها کرد.

^۲ Peter McIndoe

عکس‌العمل او واکنشی پوچ و بی‌معنی به دنیایی پوچ و بخشی از یک اجرای هنری فی‌البداهه است. آقای مک‌ایندو از قبل تصمیم نداشت که چنین پلاکاردی درست کند. اما هنگامی که موضوع مورد علاقه‌ی خود را پیدا کرد، به داستان خود شاخ و برگ داد و انواع و اقسام نظریه‌های توطئه‌ی رایج را بازگو کرد، افرادی دور او جمع شدند و حتی یک نفر نیز شروع به فیلمبرداری کرد. قبل از اینکه روحش خبردار شود، نظرات او دست به دست شد و شوخی او به یک جنبش واقعی تبدیل شد. آقای مک‌ایندو نیز با این جنبش همراه شد و چند وب‌سایت، ویدئوهای مختلف (از بازیگرانی که ادعا می‌کردند اپراتور سابق پهپادهای سازمان سیا هستند)، محصولات متنوع و چند بیلبورد درست کرد و به چهره‌ی سرشناس جنبشی به نام یگان نظامی پرندگان تبدیل شد. او به مدت چند سال این چهره را حفظ کرد و حتی در چند برنامه‌ی گفتگوی حزب راستی درباره‌ی قتل عام پرندگان و نقشه‌ی پیچیده‌ی سازمان سیا شرکت کرد.

تخمین زده می‌شود که این نظریه‌ی توطئه‌ی جعلی صدها هزار طرفدار دارد. البته برخی از آنها (امیدوارم که بیشتر آنها) بدانند که دوستان پرّدار ما از گوشت و خون شده ساخته‌اند، اما باور به این شوخی مسخره به آنها آرامش می‌بخشید. علاوه بر این، طرفداران این نظریه در یک داستان غیرواقعی یک حس واقعی یعنی احساس همبستگی یافتند. مک‌ایندو در مصاحبه‌ای با مجله‌ی نیویورک تایمز جامعه‌ی طرفداران را (فضایی امن توصیف می‌کند که افراد می‌توانند دور هم جمع شوند و درباره‌ی فراگیر شدن نظریه‌های توطئه در آمریکا تحقیق کنند. به این ترتیب می‌توان بدون تحت تاثیر قرار گرفتن از این جنون به آن خندید).

ای کاش در جامعه‌ای زندگی می‌کردیم که همه‌ی جوامع مثل جامعه‌ای که آقای مک‌ایندو ساخته بود، بی‌خطر و امن بودند. اما متأسفانه اینطور نیست. شاید اصلاً عجیب نیست که عده‌ی زیادی به ایده‌ی (پرنده‌ها واقعی نیستند)

روی آوردند و سرانجام آقای مک‌ایندو ناچار شد حقیقت را برملا کند ولی افراد دارای باور اشتباه تصور می‌کنند او جاسوس سازمان سیا است.

فارغ از اینکه نظریه‌ی پرنده‌ها واقعی نیستند چه نتایجی دارد، می‌تواند مورد خوبی برای مطالعات اجتماعی باشد. راستی تا حالا دقت کرده‌اید که کبوترها به شما چگونه نگاه می‌کنند؟

افراط برای بهبود هویت

متأسفانه ناهماهنگی شناختی تنها سازوکاری نیست که پدیده‌های اجتماعی را تسریع می‌کند. یک سازوکار مهم دیگر افراط‌گرایی به منظور بهبود وجهه‌ی خود است. به عنوان مثال تصور کنید که ما عضو گروه ۲ هستیم. سایر اعضای گروه باید از کجا بدانند که ما به گروه وفادار هستیم؟ می‌توانیم عدد ۲ را در جایی از بدن که در معرض دید قرار دارد خالکوبی کنیم یا دیدگاهی بسیار افراطی همسو با ایدئولوژی گروه داشته باشیم. گروهی از افراد را تصور کنید که تصمیم گرفته‌اند برای سلامتی خود و به دلایل اخلاقی و محیط زیستی مصرف گوشت را کاهش دهند. افراد این گروه سعی می‌کنند که به ندرت گوشت مصرف کنند. تصور کنید شخصی می‌خواهد وفاداری خود به این گروه را نشان دهد و حتی به سلسله مراتب بالای گروه راه پیدا کنند و به طور غیر رسمی به رهبر آن تبدیل شوند. اما او از سوزن می‌ترسد بنابراین خالکوبی زدن گزینه‌ی مناسبی نیست. پست کردن مطلبی راجع به اینکه او در روز خاصی از هفته گوشت مصرف نمی‌کند نیز سروصدای چندانی به پا نمی‌کند و مسیر را برای رهبری او هموار نخواهد کرد. بنابراین باید جنجال زیادی راه بیندازد. شاید بهتر باشد که اعلام کند از همه‌ی گوشت‌خوارها متنفر است، از

محصولات چرمی استفاده نمی‌کند و فقط در رستوران گیاهخواران غذا می‌خورد یا به مهمانی‌های شام که در آن گوشت سرو می‌شود نمی‌رود. داشتن عقاید اطرافی راهی برای دیده شدن و نشان دادن وفاداری و تعهد به گروه است و برای بالارفتن از نردبان اجتماعی گروه هم در واقعیت و هم در دنیای مجازی ضروری است. وجود چنین سازوکاری نشان می‌دهد که چرا استفاده از زبان افراطی در رسانه‌های اجتماعی اهمیت دارد و چرا ما در رسانه‌های اجتماعی به راحتی در دام نظرات افراطی گرفتار می‌شویم.

البته با گذشت زمان نظرات افراطی تا حدی به نظر معیار تبدیل می‌شود و افراد نظر خود را به شیوه‌ای افراطی‌تر بیان می‌کنند تا دیده شوند. البته این به معنی توجیه خشونت کلامی و نفرت نیست بلکه به ما کمک می‌کند که بفهمیم چرا این رفتار تا این حد رواج دارد.

اطلاعات بیشتر

افراطی‌گری را خیلی جدی نگیرید

پی بردن به اینکه نظرات افراطی چه تاثیری از لحاظ ایجاد هویت و نشان دادن وفاداری دارد، در شرایطی که این نظرات افراطی توسط کسی که می‌شناسیم و دوستش داریم بیان می‌شود به ما کمک می‌کند که عملکرد بهتری داشته باشیم. مثلاً هنگامی که دوست دانشگاهتان به شما می‌گوید که بانکداران یهودی دنیا را اداره می‌کنند، ممکن است ناراحت شوید و دیگر به تماسهای او پاسخ ندهید (به ویژه اگر خودتان یهودی هستید یا انسانی نوع دوست هستید که از این پيشداوری‌ها متنفر است). اگر چه کاملاً حق دارید که حس بدی به او داشته باشید، قطع ارتباط با دوستان کار خوبی نیست و می‌تواند سقوط او به ورطه‌ی باور اشتباه را سریعتر کند. ممکن است اولین باری که دوستان نظر خود را بیان می‌کند به این نکته پی ببرید که در وضعیت خطرناکی قرار دارد و در حال سقوط به قیف

باور اشتباه است. احتمالاً سخنان او براساس باورهای واقعی او نیست و حاصل تاثیرپذیری او از جامعه‌ی افراد دارای باور اشتباه است. هنگامی که بتوانیم احساس آزرده‌گی را کنار بگذاریم، می‌توانیم گاهی اوقات پیش از اینکه این قیف دوستان ما را به درون خود بکشد دست یاری به سمت آنها دراز کنیم.

داستان غم‌انگیز پرستاری به نام نادین^۳

اگر بخواهم یک داستان ملموس از فرآیند تشدید افراطی گری بیان کنم باید شخص دیگری که هنگام بررسی قیف باور اشتباه با او آشنا شدم را به شما معرفی کنم. نادین پرستاری بود که در آغاز مطالعه‌ی من در مورد دنیای افراد دارای باور اشتباه توجه من را به خود جلب کرد. من به این دلیل او را دنبال می‌کردم که شخصیتی جالب و افراطی داشت. اگر کسی برای دریافت واکسن به او که پرستار بود مراجعه می‌کرد، نادین به او توصیه می‌کرد که بهتر است واکسن نزند. هنگامی که کودکی به او مراجعه می‌کرد او بر توصیه‌ی خود بیشتر پافشاری می‌کرد و به والدین آنها درباره‌ی عوارض جانبی این معجونهای آزمایشی برای فرزندانشان هشدار می‌داد. او هر دفعه که موفق می‌شد والدین را از واکسیناسیون فرزندشان منصرف کند این پیروزی را در فضای مجازی اعلام می‌کرد و دوستان مجازی او نیز این کار نادین را تایید و از حمایت می‌کردند. در واقع او در جمع افراد دارای باور اشتباه به یک قهرمان تبدیل شده بود. زیرا او فقط شعار نمی‌داد و به حرف خود عمل می‌کرد. به این علت که نادین جزو کادر درمان بود، مخالفت او

^۳ Nadine

با واکسن باعث تایید بیشتر این ادعاهای بی‌اساس می‌شد. پرستار نادین فعالیت خود را گسترش داد و از پرستاران دیگر نیز درخواست کرد که افراد بیشتری به ویژه والدین کودکان را از زدن واکسن منصرف کنند.

اما ناگهان همه چیز تغییر کرد. من متوجه شدم که پرستار نادین مورد حمله‌ی افراد دارای باور اشتباه یعنی همان افرادی که قبلاً او را تحسین و تشویق می‌کردند قرار گرفته است. اما چه اتفاقی افتاده بود؟ معلوم شد که یک نفر عکسی از او با یک فرد شیطان‌صفتِ دوچهره با ریشی نصفه نیمه پیدا کرده است که همراه با بیل گیتس به صورت پاره‌وقت در تشکیلات ایلومیناتی‌ها کار می‌کند. این عکس پس از یکی از سخنرانی‌های من چهار سال قبل از شیوع کرونا گرفته شده بود. پرستار نادین در سخنرانی آن روز من شرکت کرده و آن عکس را در فیسبوک به اشتراک گذاشته بود. احتمالاً او ماجرای این عکس را به کلی فراموش کرده بود. پس از اینکه افراد دارای باور اشتباه این عکس را پیدا کردند، آن را به اشتراک می‌گذاشتند و در مورد آن نظر می‌دادند. بنابراین وفاداری او به گروه زیر سوال رفت. آنها خیال می‌کردند که نادین یک جاسوس دوجانبه است که برای خدمت به تشکیلات ایلومیناتی‌ها با من همکاری می‌کند. این عکس چه معنی دیگری جز این می‌توانست داشته باشد؟

سیل اتهامات به سوی پرستار نادین روانه شد. یک گروه از افراد دارای باور اشتباه ادعا کردند که کل اقدامات او ظاهرسازی بوده و هدف اصلی او تصفیه‌ی آن دسته از کادر درمان بود که مخالف واکسن بودند و او قصد دارد که لیست اسامی آنها را برای دولت بفرستد. آنها برای اثبات این موضوع به تعداد دفعاتی اشاره می‌کردند که حساب کاربری او در شبکه‌های اجتماعی تعلیق شده بود. آنها معتقد بودند که حساب کاربری او در مقایسه با سایر افراد به دفعات کمتری تعلیق شده است و آنها این امر را نشان‌دهنده‌ی همکاری او با این تشکیلات محسوب می‌کردند.

جایگاه او در بین افراد دارای باور اشتباه خدشه دار شده بود. او چطور می‌توانست خود را از این رسوایی نجات دهد؟ او تصمیم گرفت با افزایش حمله‌های بی‌رحمانه‌ی خود به من و تولید ویدئوهای حرفه‌ای و ارائه‌ی توضیحاتی درباره‌ی هدف خود و سازماندهی پرستاران بر ضدواکسن، خود را از این رسوایی نجات دهد.

اما افراد دارای باور اشتباه که متقاعد نشده بودند، سوالات دیگری مطرح می‌کردند و می‌پرسیدند که نادرین پول ساخت آن ویدئوی گران‌قیمت را از کجا تهیه کرده است؟ نادرین از خود دفاع کرده و گفت که تدوین‌گر ویدئو، آرایشگر و گریمر که در ساخت ویدئو به او کمک کرده بودند این کار را به صورت رایگان انجام دادند. دلم می‌خواست علی‌رغم همه‌ی این اتفاقات در یک پیام عمومی در دیوار فیسبوک او بنویسم: (نادرین ما همکارهای خوبی برای هم بودیم اما باید به طور علنی اعتراف کنم که لو رفتیم) تا ببینم آنها چه واکنشی نشان می‌دهند. من در زندگی خودم افراد دارای باور اشتباه بسیاری را دیده‌ام که فوراً به جان هم می‌افتند. می‌خواستم بدانم که اگر بتوانم کاری کنم که آنها همدیگر را نابود کنند، آیا این روش جواب می‌دهد؟ (اگر جزو طرفداران فیلم ارباب حلقه‌ها هستید احتمالاً به یاد اورکها^۴ افتاده‌اید که به جای کشتن دشمن، همدیگر را می‌کشتند). شاید اگر می‌توانستم آنها را به جان هم بیندازم و کاری کنم که انرژی خود را صرف نزاعهای داخلی کنند می‌توانستم از انتشار اطلاعات دروغین جلوگیری کنم. اگرچه در این مورد کنجکاو بودم و حتی تصور انجام چنین کاری باعث خوشحالی من می‌شد، نتوانستم خود را قانع کنم که واقعاً چنین کاری انجام دهم. به نظر می‌رسید که پرستار نادرین رنج بسیاری را تحمل می‌کند.

چند روز بعد یکی از رهبران شاخه شده‌ی گروه در پستی اعلام کرد که با پرستار نادرین ملاقات کرده و از اقدامات او حمایت می‌کند. او از بقیه درخواست کرد که به او اعتماد کنند و تهمت زدن به نادرین را کنار بگذارند و اعضای

^۴ Orcs

گروه نیز پذیرفتند. اما پرستار نادین هرگز نتوانست مثل گذشته در رسانه‌های اجتماعی فعالیت کند و اعتبار اجتماعی او از بین رفته بود. چند ماه پس از آن اتفاق فعالیت او در رسانه‌های اجتماعی کمتر شد. این اتفاق باعث شد که بفهمم چرا ریچارد مایل نبود که در انجام تحقیق به من کمک کند و حتی زمانی که پذیرفت من عضو ایلومیناتی‌ها نیستم نیز از من دفاع نکرد.

مورد پرستار نادین جالب است زیرا اهمیت سلسله‌مراتب اجتماعی در گروه‌های اجتماعی مجازی و تاثیر افراطی‌گری به عنوان روشی برای به دست آوردن سرمایه‌ی اجتماعی و نزدیک کردن افراد یک گروه به همدیگر هنگامی که گروه به سمت افراطی‌گری کشیده می‌شود را به ما نشان می‌دهد. ماجرای نادین نشان می‌دهد که ترس از طرد شدن مسئله‌ی بسیار مهمی است. به غیر از موارد نادر، افراد دارای باور اشتباه از اینکه از جانب دوستان خود طرد شوند می‌ترسند و بنابراین به دنبال روشهای افراطی می‌گردند تا ثابت کنند به آن گروه خاص تعلق دارند. نکته‌ای که باید از این ماجرا بیاموزیم این است که اگر قصد دارید به گروه افراد دارای باور اشتباه ملحق شوید، سعی کنید بهانه‌ای به دست آنها ندهید که به شما مشکوک شوند. به هر حال شما دارید با افراد دارای باور اشتباه سرو کله می‌زنید!

هویت، قطبی‌سازی و سرعت بخشیدن به باور اشتباه

در برخی موارد افرادی که دیدگاه‌های افراطی دارند، علی‌رغم اینکه هدف اولیه‌شان افزایش همبستگی با گروه است پس از مدتی مطالبی که به اشتراک می‌گذارند را باور می‌کنند. در برخی موارد، نظریه‌های به اشتراک گذاشته شده به قدری عجیب و دور از ذهن است که با خود فکر می‌کنیم آیا آنها واقعا به این چیزها باور دارند؟ اگر از آنها آزمایش دروغ‌سنجی می‌گرفتیم و سوال می‌کردیم که آیا واقعا فکر می‌کنند که زمین تخت است، والدین عزادار کودکانی که فرزندانشان در تیراندازی کشته شدند بازیگر هستند یا هیلاری کلینتون پدوفیل است نتیجه‌ی این آزمایش چه می‌شد؟ آیا در این صورت، این افراد (یا دستگاه دروغ‌سنج) اعلام خواهند کرد که باورهای آنها درست

نیست؟ پس چرا این افراد دروغ‌پراکنی می‌کنند؟ پی بردن به ساختار گروه‌های اجتماعی به ویژه گروه‌های مذهبی، فرقه‌ها و دسته‌های مختلف به ما در یافتن پاسخ این سوال کمک می‌کند. جان‌تان هایت^۵ معتقد است که انتشار عمدی دروغ نوعی حرف رمز است که می‌توان از طریق آن اعضای یک گروه را شناسایی کرد. او می‌نویسد: (افراد بسیاری که درباره‌ی دین تحقیق می‌کنند به این نتیجه رسیده‌اند که تمسک به یک ادعای غیرممکن، نشانه‌ی وفاداری فرد به آن مذهب است. شما برای اینکه پدیده‌های آشکار را باور کنید، به ایمان نیاز ندارید. در حال حاضر، در آمریکا این ادعا که در انتخابات تقلب شده است تا حدی هویت افراد را مشخص می‌دهد).

مایکل شرمر درباره‌ی این ایده بیشتر توضیح داده و می‌گوید که ادعاهای افراطی و مشکوک برخی از افراد دارای باور اشتباه نشان‌دهنده‌ی حقایق عمیق‌تری است که در یک گروه مقدس محسوب می‌شود و اعضای آن گروه اشکالات ظاهری را برای دستیابی به هدفی والاتر لاپوشانی می‌کنند. به عنوان مثال اگر شما عضو گروهی باشید که حق حمل اسلحه را یک حقیقت مسلم فرض می‌کند و معتقد است که باید به هر قیمتی از این حق دفاع کرد، احتمالاً از این نظریه که تیراندازی‌های جمعی توسط مخالفان شما برنامه‌ریزی شده است استقبال می‌کنید و به ماهیت مضحک (و البته به شدت توهین‌آمیز) ادعایتان توجه نمی‌کنید. یا مثلاً اگر به نظام درمانی متداول کشور مشکوک باشید و از قدرت گرفتن شرکتهای دارویی بزرگ می‌ترسید، گفتن اینکه دکتر فائوچی (و من یعنی دن آریلی) قصد دارند از طریق واکسن شما را بکشند چیز عجیبی نیست.

بنابراین، باورهای ما و غرایز و تعلقات اجتماعی ما به شدت درهم تنیده هستند و این درهم‌تنیدگی به ویژه در صورت دوقطبی شدن فرهنگی و سیاسی شدت می‌یابد. هنگامی که وفاداری به یک عقیده‌ی سیاسی مشخص به هدف اصلی اشخاص تبدیل می‌شود، واقعیت به مسئله‌ای هویتی و نه حقیقتی عینی تبدیل می‌شود.

^۵ Jonathan Haidt °

یک نمونه‌ی عجیب از این درهم‌تنیدگی پیش از انتخابات میان دوره‌ای سال ۲۰۲۲ رخ داد. عده‌ای از نامزدهای جمهوری خواه در کمپینهای انتخاباتی سراسر کشور از گسترش یک رویه‌ی عجیب و آزاردهنده در مدارس انتقاد می‌کردند. این رویه به این صورت بود که معلمان برای کودکانی که هویت خود را به عنوان گربه تعریف می‌کردند (بله درست خواندید گربه!) جعبه‌ی خاک گربه می‌گذاشتند. حدود بیست سیاستمدار از جمله اعضای منتخب کنگره به این بحران رو به رشد اشاره کردند و در نتیجه در رسانه‌های اجتماعی پستهای زیادی درباره‌ی این موضوع منتشر و حتی در پادکستهای معروف نیز به این موضوع اشاره شد. قبل از اینکه به ادامه‌ی این بحث پردازم لازم است که به شما اطمینان دهم که طبق تحقیقات گسترده‌ی شبکه‌ی NBC این ادعا واقعیت ندارد. اما نحوه‌ی انتشار این شایعه به ما کمک می‌کند که بفهمیم هویت اجتماعی چگونه به باور اشتباه جهت می‌دهد و آن را تسریع می‌کند.

به نظر می‌رسد که این شایعه اولین بار توسط والدین دانش آموزان در رسانه‌های اجتماعی منتشر شده است. احتمالاً این شایعه اولین بار به صورت اغراق‌آمیز درباره‌ی مسائل مهمی از قبیل سیاستهای جنسیتی موجود در مدارس مطرح شده است. تصور کنید که یکی از والدین به والدین کودک دیگری بگوید: (در مدرسه برای بچه‌های نان-باینری^۶ دستشویی‌هایی خنثی از نظر جنسیت ساخته‌اند. بعدش چی؟ میخوان برای بچه‌هایی که به عنوان گربه شناخته میشن جعبه‌ی خاک گربه بگذارند؟). فارغ از اینکه این شایعه اولین بار چگونه آغاز شد، پس از مدتی این شایعه از کنترل خارج شد به نحوی که به عنوان یک واقعیت مسلم دست به دست می‌شد. در این شایعه نیز مانند بسیاری از باورهای اشتباه دیگر رگه‌هایی از واقعیت یافت می‌شود (داستان مغناطیسی کردن در فصل ۵ را به یاد می‌آورید؟). در واقعیت جنبشی وجود دارد که در آن افرادی که به اصطلاح پشمالو نامیده می‌شوند، خود را به شکل حیوانات در می‌آورند اما این کار آنها بیشتر نوعی نقش‌بازی کردن است و آنها هویت واقعی خود را به عنوان حیوان تعریف نمی‌کنند و

^۶ Non-binary افرادی که هویت جنسی خود را صرفاً زن یا مرد نمی‌دانند

البته به جای دستشویی هم از جعبه‌ی خاک گربه استفاده نمی‌کنند. علاوه بر این هیچ مدرکی وجود ندارد که معلمها در مدارس خاک گربه قرار داده باشند.

برای عده‌ای از افراد که در طیف سیاسی راست قرار دارند، امکاناتی که در مدارس برای دانش آموزان نان-بایتری در نظر گرفته می‌شود به اندازه‌ی ماجرای خاک گربه آزاردهنده و عجیب است. اگر رای‌دهندگان به قدر کافی از وقایع پیرامون خود متعجب نمی‌شوند، احتمالاً به یک نمونه‌ی جنجالی دیگر نیاز دارند تا در اذهان عمومی آشوب به پا کنند. اما آیا آن سیاستمداران واقعا ماجرای جعبه‌ی خاک گربه را باور می‌کردند؟ یا اینکه از این شایعه برای تحریک رای‌دهندگان برای مبارزه با آنچه که به نظر آنها اهداف شوم اقلیتهای جنسی و جنسیتی بود استفاده می‌کردند؟ افراد بسیاری ادعا می‌کردند که داستانهای دسته اول مربوط به گذاشتن خاک گربه در مدارس را شنیده‌اند یا ویدئوهای آن را دیده‌اند. میزبان پادکستی که از افراد معروف دعوت می‌کند ادعا می‌کرد که همسر دوستش گذاشتن خاک گربه در مدارس را با چشم خودش دیده، اما ادعای هیچکدام از آنها اثبات نشده است. با این وجود، این شایعه هنوز بین مردم رواج دارد و نشان می‌دهد که دو قطبی‌سازی بین انسانها چگونه به باور اشتباه جهت می‌دهد و آن را تسریع می‌کند.

در واقع اگر به فضای سیاسی خصمانه‌ی کشور توجه کنید، می‌توانید به ذهنیت افراد دارای باور اشتباه پی ببرید. آنها اغلب به این فکر می‌کنند که طرف مقابل چه نقشه‌ای چیده است و چه توطئه‌ی مخفیانه‌ای در سر می‌پروراند؟ به عبارت دیگر در صورتی که دیدگاهی خصمانه نسبت به دنیا داشته باشیم، همه‌ی ما تا حدی به فردی دارای باور اشتباه تبدیل می‌شویم. ما اطلاعاتی درباره‌ی رقیب سیاسی خود کسب می‌کنیم و بلافاصله متوجه می‌شویم این اطلاعات اشتباه است و هدف از آن آسیب عمدی به ما و جناح سیاسی ما است. در این کتاب قصد نداریم شیوه‌ی مقابله با دو قطبی‌سازی سیاسی را بررسی کنیم اما امیدوارم که همه‌ی ما سعی کنیم تا قبیله‌گرایی و رفتار خصمانه‌ی

خود را در زندگی کمتر کنیم. شک ندارم که اگر عده‌ی بیشتری از انسانها چنین کاری انجام دهند می‌توانیم در مقابله با مسائلی از قبیل اطلاعات دروغین، باور اشتباه و انسجام اجتماعی گامی به جلو برداریم.

سخنی کوتاه درباره‌ی رسانه‌های اجتماعی

در این کتاب موضوع رسانه‌های اجتماعی به طور مفصل بررسی نشده است، بلکه بیشتر بر باورهای اشتباهی تمرکز کردیم که بین مردم دهان به دهان می‌چرخد و در رسانه‌های اجتماعی به اشتراک گذاشته می‌شود. باین وجود، در این کتاب به عوامل مختلفی که باعث می‌شود رسانه‌های اجتماعی تا این حد قدرتمند، پیچیده و خطرناک باشند اشاره نشده است. من در این کتاب ابعاد روانشناختی باور اشتباه را بررسی کردم و به پلتفرمها و عوامل انتشار باور اشتباه اشاره نکرده‌ام. اما قصد دارم که در ادامه به یک جنبه از شبکه‌های اجتماعی اشاره کنم که تفاوت بین روشهای برقراری ارتباط انسانها به صورت طبیعی (یعنی روشهایی که حاصل تکامل هستند و به طور کلی با ماهیت انسانی ما سازگار هستند) و روشهای برقراری ارتباط به طور مصنوعی را نشان می‌دهد. کاملاً واضح است که رسانه‌های اجتماعی به نحوی ساخته نشده‌اند که با روشهای برقراری ارتباط طبیعی انسانها سازگار باشند و در نتیجه تأثیرات نامطلوبی دارند. البته لازم نیست که شبکه‌های اجتماعی را به طور کل کنار بگذارید. اگر رویکرد متفاوتی در پیش بگیریم و شبکه‌های اجتماعی را به نحوی بسازیم که در آن به ذات انسانها توجه شود، می‌توانیم نسخه‌های جدیدی از آنها را بسازیم که به ابزار فوق‌العاده‌ای برای پیشرفت انسانها تبدیل می‌شود.

در ابتدا که در فضای مجازی مورد نفرت پراکنی قرار گرفته بودم، نمی‌توانستم باور کنم که رسانه‌های اجتماعی به کاربران خود اجازه می‌دهند که نسبت به من تا این حد نفرت پراکنی کنند و اصلاً به این موضوع رسیدگی نمی‌کنند. در ابتدا سعی می‌کردم پستهای شامل نفرت پراکنی آنها را رپورت کنم تا حساب کاربری آنها مسدود شود، اما همواره این پیام را دریافت می‌کردم که نفرت پراکنی آنها سیاست‌های کلی و استانداردهای آنها را نقض نمی‌کند.

برایم بسیار عجیب بود که تهدید به مرگ و ویدئوهایی که ادعا می کردند من یک دیوانه‌ی آدمکش روانی هستم با قوانین آنها مغایرتی ندارد و همیشه این پاسخ را دریافت می کردم. بنابراین تصمیم گرفتم که از مسئولان رده بالای این شبکه‌ها سوال کنم و با مسئولان یکی از شبکه‌های اجتماعی معروف تماس گرفتم. سرانجام موفق شدم با گروهی که مسئول مقابله با اخبار جعلی بودند ملاقات کنم. پس از معرفی خودم، تجربه‌ام از برخورد با کاربران آن شبکه را با آنها در میان گذاشتم و چند پست درباره‌ی خودم را به آنها نشان دادم. قصد داشتم سراصل مطلب بروم و به آنها بفهمانم که افراد واقعی از آنچه در فضای مجازی تحت مدیریت آنها می‌گذرد رنج می‌برند، خیلی زود سراصل مطلب رفتم و از آنها پرسیدم که بهترین راه حل برای مقابله با چنین رفتاری چیست؟

از آنها خواستم که بدون در نظر گرفتن اینکه پلتفرم آنها چگونه ساخته شده است و چه ویژگی‌هایی دارد، به این موضوع توجه کنند که یک ارتباط سالم چه ویژگی‌هایی دارد و برای اینکه پلتفرم آنها به ابزاری برای ایجاد ارتباط صحیح میان افراد تبدیل شود باید چه کار کنیم. از چهره‌ی افراد حاضر در آن جلسه‌ی مجازی مشخص بود که تا حدی گیج شده‌اند. بنابراین یک مثال از دنیای حیوانات برایشان تعریف کردم که خلاصه‌ی آن در ادامه ذکر شده است:

به روشهای برقراری ارتباط در دنیای حیوانات توجه کنید. یکی از اولین اصول برقراری ارتباط اصل نقص^۴ است که نخستین بار توسط زیست‌شناسی به نام آموتز زاهوی ارائه شد. اما اصل نقص چیست؟ یک نمونه‌ی قدیمی از اصل نقص دم طاووس است. یک طاووس نر ضعیف نمی‌تواند وزن دم سنگین خود را تحمل کند. بنابراین آسیب پذیری طاووس در برابر شکارچی‌ها افزایش می‌یابد. اما طاووس نر قوی می‌تواند وزن دم سنگین خود را تحمل کند و زنده بماند. دم سنگین طاووس نر این پیام را به طاووس ماده می‌کند که بین من چقدر قوی هستم! اما چرا داشتن دم

^۴ Handicap principle

سنگین نشانه‌ی خوبی است؟ زیرا داشتن دم سنگین هزینه‌ی سنگینی دارد. طاووس‌های نری که دم سنگینی دارند، مدت زیادی زنده نمی‌مانند. دم سنگین قدرت واقعی طاووس نر را نشان می‌دهد. این یک نمونه از اصل نقص است. طاووس نر با وجود داشتن یک نقص (یعنی دم سنگین) به طاووس‌های دیگر به نوعی علامت می‌دهد و به این ترتیب مطمئن می‌شود که طاووس‌های پرمده‌ای دیگر که در واقع نرهای ضعیف هستند، نمی‌توانند این پیام را منتقل کنند که قوی هستند (شاید در کوتاه مدت موفق شوند که این طور وانمود کنند ولی در طولانی مدت نمی‌توانند).

در واقع در طبیعت حرف مفت وجود ندارد. طاووس‌ها در صفحه‌ی فیسبوک خود نمی‌نویسند که خیلی قوی هستند، بلکه مجبور هستند در عمل یک سری چیزها را فدا کنند تا توانایی خود را ثابت کنند. اصل نقص روشی برای ایجاد ارتباطی صادقانه و به دور از فریبکاری است – اگرچه شاید کاملاً هم صادقانه نباشد، اما تا حد زیادی صادقانه است. اصل نقص نسخه‌ی افراطی از نظریه‌ی معروفی است که سیگنال پرهزینه^۱ نامیده می‌شود (به طور کلی هر چقدر که یک سیگنال هزینه‌ی بیشتری داشته باشد، احتمال بیشتری وجود دارد که پیام او صادقانه باشد). تصور کنید که فردی قصد دارد به دیگران نشان دهد که ثروتمند است. گفتن اینکه (آهای به من نگاه کنید من پولدارم) مضحک است. اما پوشیدن لباس فاخر و داشتن یک ماشین گران‌قیمت می‌تواند نشان دهنده‌ی ثروت فرد باشد، اما لباس و ماشین گران‌قیمت به تنهایی کافی نیست زیرا می‌توان این اقلام را اجاره کرد. اما اگر کسی هدایای گران‌قیمت بخرد و نشان دهد که خانه‌ای مجلل دارد پیام قویتری را به دیگران منتقل می‌کند که نمی‌توان در مورد آن دروغ گفت و احتمال اینکه دیگران آن را باور کنند بیشتر است.

علاوه‌براین، اصل نقص بیان می‌کند که برقراری ارتباط نه از فرستنده بلکه از گیرنده آغاز می‌شود. یعنی برای انتقال یک پیام (دم سنگین یا خانه‌ی مجلل) باید علامتی فرستاد که گیرنده آن را باور کند. یک طاووس نر را تصور کنید

^۱ Costly signal

که چشمانی زیبا و مژه‌هایی بلند دارد و قصد دارد طاووس ماده را متقاعد کند که چشمان زیبا و مژه‌های بلند دقیقا همان چیزی است که طاووسهای ماده باید آن را بپسندند و از این به بعد همه‌ی طاووسهای ماده باید طاووسهای نر را بر اساس چشمان زیبا و مژه‌های بلند قضاوت کنند. اما چنین چیزی امکان ندارد. چرا؟ زیرا برقراری ارتباط باید با نشانه‌ای آغاز شود که گیرنده (در این مورد مثال طاووس ماده) آن را باور می‌کند نه نشانه‌ای که فرستنده قصد دارد به مخاطب انتقال دهد.

میان اصل نقص و نحوه‌ی عملکرد رسانه‌های اجتماعی تفاوت زیادی وجود دارد. به طور کلی رسانه‌های اجتماعی بدون در نظر گرفتن عواقب ارتباطات آزاد، این نوع از ارتباطات را گسترش می‌دهند. اگرچه شاید گسترش ارتباطات در ابتدا امر خوبی به نظر برسد، اما باید به این نکته توجه کنیم که گسترش حرفه‌ای بیهوده توسط این رسانه‌ها ممکن است چه عواقب نامطلوبی داشته باشد. افراد می‌توانند در رسانه‌های اجتماعی هر مطلبی را بدون توجه به درستی آن مطلب به اشتراک بگذارند. می‌توان در رسانه‌های اجتماعی با زدن حرف مفت به راحتی با دیگران ارتباط برقرار کرد و مطالبی که به اشتراک گذاشته می‌شود پس از مدتی به نوعی رفتار معیار تبدیل می‌شوند.

رسانه‌های اجتماعی قوانین طبیعی اولیه در برقراری ارتباط را نقص می‌کنند و در نتیجه با غریزه تکاملی انسان‌ها درباره نحوه‌ی برخورد با اطلاعات و واکنش به آن سازگار نیستند. ما انسان‌ها در طی فرآیند تکاملی خود آموخته‌ایم که در ارتباطات خود نشانه‌هایی صادقانه دریافت کنیم که هزینه‌ای دارند (اصل نقص). در نتیجه ما به اطلاعاتی که دریافت می‌کنیم از لحاظ شهودی اطمینان داریم. روی هم رفته، اگر اطلاعات دریافتی دقیق باشد اعتماد کردن راهبرد خوبی است. اما با ظهور رسانه‌های اجتماعی برقراری ارتباط دیگر هیچ هزینه‌ای برای افراد نداشت. در واقع ما

نباید به همه یا بخش عظیمی از اطلاعاتی که به صورت آنلاین به دست می آوریم اعتماد کنیم، اما غرایز تکاملی ما باعث می شود به اطلاعاتی که قابل اعتماد نیست از لحاظ شهودی باور داشته باشیم.

اعضای گروهی که با آن ملاقات کردم به اصل نقص و کسب اطلاع از دیگر اجزای سازنده ارتباطات علاقه مند شده بودند. از یک جهت این خبر خوبی بود ولی از سوی دیگر مشخص شد افرادی که مسئول نظارت بر اخبار جعلی در یکی از بزرگترین رسانه های اجتماعی دنیا هستند اطلاعات زیادی درباره ی علم ارتباطات ندارند. آنها از من خواستند که دوباره با یکدیگر ملاقات کنیم. بنابراین در چند هفته ی بعد راجع به مسائلی از قبیل شهرت، اعتماد، احساس گمنامی، رساندن صدای اکثریت خاموش، حباب اطلاعاتی، ظهور معیارهای اجتماعی منفی، افراط گرایی، کاهش تنش در لحظه و غیره صحبت کردیم. ما هر جلسه زمانی را صرف بررسی این موضوع کردیم که چگونه می توان شبکه ی اجتماعی آنها را به نحوی تغییر داد که با شیوه تکامل ذهن انسان سازگار باشد و پلتفرمی ایجاد شود که تاثیرات مثبتی داشته باشد. به عنوان مثال ما به دنبال روش هایی برای ایجاد مشوق هایی برای گفتن حقیقت و اجرای اصل نقص بودیم.

طی چند جلسه ایده هایی در میان گذاشته شد و افراد دور میز هیجان زده شده بودند ولی ناگهان یک نفر از آنها به ملاحظات مربوط به الگوی مالی فعلی آن شبکه ی اجتماعی اشاره کرد و شور و هیجان بقیه ی سایر افراد از بین رفت. چند ماه بعد با وجود اینکه بحث های خوبی با یکدیگر داشتیم این دیدارها متوقف شد زیرا ادامه ی این جلسات بی فایده بود و باعث بروز یک تغییر واقعی در سیاستهای آنها نمی شد.

آیا آنهایی که نفرت پراکنی می کنند در زندگی واقعی ملایم تر هستند؟

به طور کلی منتقدان رسانه های اجتماعی و اینترنت اغلب ادعا می کنند که ناشناس بودن و دوری فیزیکی افراد در فضای مجازی، میزان نفرت افراد را تشدید می کند. بدون شک هنگامی که مجبور نیستیم مستقیماً در چشمهای یکدیگر نگاه کنیم، احتمال دارد که به راحتی نسبت به یکدیگر نفرت پراکنی کنیم. احتمالاً در فضای مجازی آداب اجتماعی متفاوتی نسبت به دنیای واقعی وجود دارد. هنگامی که انکار کنندگان کرونا نسبت به من نفرت پراکنی می کردند این فرصت را پیدا کردم که بفهمم آیا آنها در دنیای واقعی در مقایسه با محیط تلگرام رفتار بهتری با من دارند یا نه.

در یک غروب زیبای پاییزی با یکی از بهترین دوستانم به نام اودو برای نوشیدن آبجو به یک مشروب فروشی رفته بودیم. من به تازگی از یک کوهپیمایی چند روزه بازگشته بودم و در مقایسه با ماههای گذشته ذهن آرامتری داشتم. ولی این آرامش مدت زیادی دوام نداشت. صدای جمعیت را می شنیدم که شعار می دادند و راهپیمایی می کردند. سرم را بالا آوردم و متوجه شدم که به طور ناخواسته در مسیر تظاهرات انکارکنندگان کرونا قرار گرفته ایم. آنها به ما نزدیک بودند و من می توانستم پلاکاردهایی که حمل می کردند را بخوانم: به کودکان ما دست نزنید، سلامتی ما فروشی نیست، بدن من انتخاب من، واکسیناسیون اجباری کامی به سوی دیکتاتوری است، در سال ۲۰۲۱ چه چیزی بیشتر شستشو داده شد: مغز یا دست؟

سرم را پایین آوردم. به خوبی می دانستم که با آن ریش نصفه نیمه قیافه ی عجیبی پیدا کرده ام. خوشبختانه تظاهرکنندگان در آن سوی خیابان تظاهرات می کردند و اتوبوسی بین من و آنها در ترافیک گیر کرده بود. امیدوار

بودم که اتوبوس حرکت نکند تا تظاهر کنندگان رد شوند و من را نبینند. اما ناگهان دو مرد و یک زن از جمعیت جدا شده و به سمت من آمدند. زن در جای خود ایستاد و در حالیکه با انگشت به من اشاره می کرد فریاد زد: (قاتل! قاتل! روانی!)

یکی از آن دو مرد به او ملحق شد و گفت: (ما می دونیم تو کی هستی. ما می دونیم چیکار می کنی! به خاطر تو هست که من دو ساله رنج می کشم)

سعی کردم به او جواب بدهم ولی او اصلاً گوش نمی کرد. کسانی که نزدیک صندلی من نشسته بودند شوکه شده بودند و مدیر کافه سعی کرد که بین من و تظاهر کنندگان خشمگین قرار بگیرد. شاید کل این دعوا کمتر از دو دقیقه طول کشید اما برای من بسیار طولانی گذشت. به یاد تصادفی که با موتور سیکلتم داشتم افتادم. همه چیز خیلی آهسته می گذشت و فریاد و حرکات خشم آلود افراد دیگر باعث شد که آن تصادف برای من به تجربه ای واضح و عمیق تبدیل شود.

هنگامی که جمعیت از مقابل ما رد شد به فکر فرو رفتم. من همیشه به خودم می گفتم که اینترنت باعث تشدید نفرت اشخاص می شود و این افراد واقعا اهل جاروجنجال نیستند. اما شاید مرز بین دنیای مجازی و واقعی به طور دقیق مشخص نیست و شاید لازم است که در فضای مجازی بیشتر نگران خشونت ورزی باشیم.

ریسک اجتماعی بالا چگونه باعث می شود که بازگشت از باور اشتباه به امر دشواری تبدیل شود؟

متأسفانه اینطور به نظر می رسد که قیف باور اشتباه بیشتر شبیه یک خیابان یک طرفه است. البته شنیده ام که افرادی از این مسیر بازگشته اند، اشتباهات خود را پذیرفته اند و رابطه ای خود با اعضای خانواده و دوستانشان را بهبود بخشیده اند. داستان زندگی این افراد شباهت فراوانی با داستان قربانیان فرقه های مختلف دارد. از سوی دیگر داستانهای زیادی در

مورد افرادی وجود دارد که از خانواده، دوستان و به طور کلی جامعه فاصله گرفته و باورهای غلط خود را کنار نگذاشته‌اند. دلایل مختلفی برای این پدیده ذکر شده است که در این کتاب به آنها اشاره شد. مشاهده کردیم که عنصر اجتماعی نقش مهمی در گرایش افراد به باورهای اشتباه دارد.

نقل قول معروفی به آرتون سینکлер نسبت داده می‌شود که بیان می‌کند: (فهماندن چیزی به کسی هنگامی که جیره و مواجبش به این بستگی دارد که نفهمد دشوار است). این نقل قول به ما نشان می‌دهد که تغییر دادن ذهنیت افراد دارای باور اشتباه بسیار دشوار است. این نقل قول به طور خلاصه به این موضوع اشاره می‌کند که ما یک پیش داوری درونی داریم که باعث می‌شود دنیا را از دریچه‌ی منافع اقتصادی بینیم و کنار گذاشتن این پیش‌داوری برای ما دشوار است. البته انگیزه‌ی اقتصادی تنها بخش کوچکی از انگیزه‌های پیچیده‌ی انسانها را تشکیل می‌دهد. می‌توانیم به جای کلمه‌ی جیره و مواجب مفاهیمی مثل غرور، نفس، هویت یا تعلق قرار دهیم. مسئله این است که در اغلب موارد نظرات ما نیازهای مختلف عاطفی، روانی و اجتماعی عمیق ما یعنی نیاز به داشتن کنترل، نیاز به داشتن اطلاعات، نیاز به دوست داشته شدن و توانمند بودن و نیاز به تعلق را برآورده می‌کند. بنابراین تلاش برای تغییر نظر افراد دشوارتر از ارائه‌ی اطلاعاتی است که باعث می‌شود افراد نظرات قبلی خود را کنار بگذارند.

باید توجه داشت که در انسانها، نیازهای اجتماعی بسیار شدیدی وجود دارد. در جوامع افراد دارای باور اشتباه نیز مانند سایر فرقه‌ها، بهای سنگینی برای خیانت به گروه وجود دارد. اگر شخصی به خاطر داشتن باور اشتباه توسط خانواده و دوستان طرد شود، تغییر این باور اشتباه از لحاظ روانی ریسک بالایی برای او دارد. به عبارت دیگر، ممکن است کنار گذاشتن باور اشتباه باعث شود که آنها جامعه‌ی جدید، دوستان جدید و شبکه‌های اجتماعی جدیدی را که به تازگی به آن پیوسته بودند را از دست بدهند. ممکن است که آنها مثل پرستار نادین و ریچارد به جایگاه بالایی

در گروه رسیده باشند و مایل نباشند که جایگاه خود را از دست بدهند. مجموع این عوامل اجتماعی باعث می شود که بازگشت از مسیر باور اشتباه نیز مانند ترک فرقه ها یا جوامع مذهبی افراطی دشوار باشد.

اطلاعات بیشتر

به حرف افرادی که قبلاً عضو این گروه ها بودند گوش کنید

افرادی وجود دارند که گروه هایی مثل QAnon را ترک کرده اند و عده ای از این افراد به طور داوطلبانه داستان خود را به صورت عمومی به اشتراک گذاشته و تجربه ی خود از شستشوی مغزی و سقوط به قیف باور اشتباه را بیان کرده اند و ما می توانیم از تجربه های آنها نکات مفیدی بیاموزیم. من معتقدم که این دسته از افراد و دوستان و اعضای خانواده ی افراد دارای باور اشتباه نقش مهمی در کمک به رهایی افراد از باور اشتباه دارند و حتی مانع از نزدیک شدن آنها به قیف باور اشتباه می شوند. بنابراین ما نباید افراد دارای باور اشتباه را طرد کنیم. در صورتی که این افراد را طرد کنیم و آنها در نهایت از این قیف نجات پیدا کنند، احساس شرمندگی و خشم می کنند و احتمال کمتری وجود دارد که به راحتی درباره ی تجربه خود صحبت کنند.

خلاصه

در این بخش از کتاب مشاهده کردیم که نیروهای اجتماعی در هر مرحله از سقوط افراد به ته قیف اشتباه نقش دارند. احتمالاً متوجه شده اید که تقسیم عنصر اجتماعی به سه بخش مجزای جاذبه اولیه، تعلق و سرعت بخشیدن

اندکی غیرواقعی است. بااین وجود، امیدوارم که این دسته‌بندی بتواند نقش هرکدام از سازوکارهای ذکر شده را به خوبی نشان دهد. در این فصل مشاهده کردیم که کمترین میزان از طرد شدن از جانب خانواده و دوستان در آغاز مسیر باور اشتباه می‌تواند تاثیر بزرگی در ناخودآگاه شخصی داشته باشد که اولین گام را به سوی باور اشتباه برمی‌دارد و باعث می‌شود که فرد با شدت بیشتری به سمت این قیف کشیده شود. باید به این نکته توجه کنیم که احساس مقبولیت، پذیرفته شدن، شنیده شدن، مورد احترام قرار گرفتن و تحسین شدن از جانب افراد دارای باور اشتباه باعث تعلق بیشتر افراد به گروه می‌شود. هنگامی که شخصی در مسیر سقوط به باور اشتباه قرار می‌گیرد، نیروهای اجتماعی مختلف باورهای اشتباه او را تقویت می‌کند. در ادامه‌ی این فصل بررسی کردیم که باورهای مشترک چگونه یک جامعه‌ی مشخص را تقویت می‌کند و جامعه نیز به صورت متقابل این باورها را تقویت می‌کند. در نهایت این موضوع را بررسی کردیم که نیروهای اجتماعی چگونه فرآیند سقوط افراد به باور اشتباه را سریع‌تر می‌کند و باعث می‌شود که افراد دیدگاهی افراطی داشته باشند تا وفاداری خود را ثابت کنند و به جایگاه بالایی در گروه برسند. ترس از عدم پذیرش یا طرد شدن باعث می‌شود که افراد در آن جوامع ماندگار شوند و نتوانند به راحتی باورهای خود را تغییر دهند.



عناصر اجتماعی قیف باور اشتباه

نیروهای اجتماعی نقش پررنگی در سقوط افراد به قیف باور اشتباه ایفا می‌کنند

احساس طرد شدن نقش مهمی در گرایش به باور اشتباه دارد

جاذبه‌ی اجتماعی در مراحل ابتدایی و از طریق نیروی جاذبه و دافعه رخ می‌دهد که در آن توسط دوستان و خانواده طرد می‌شویم و احساس تعلق باعث می‌شود که به یک جامعه‌ی جدید جذب شویم

تعلق اجتماعی هنگامی رخ می‌دهد که ما در ته قیف باور اشتباه هستیم و به جامعه‌ی جدیدی ملحق شده‌ایم. به عنوان مثال:

ما با توجه به افراد جدیدی که در اطرافمان هستند یاد می‌گیریم که چگونه رفتار کنیم و به دنبال تایید اجتماعی هستیم

گروه باورهای جدید ما را تقویت می‌کند

باورهای جدید وفاداری ما به گروه را بیشتر می‌کند. احساس طرد شدن از محافل اجتماعی قدیمی شدیدتر می‌شود

تسریع اجتماعی هنگامی رخ می‌دهد که فرد در ته قیف باور اشتباه است و پیوندهای اجتماعی با سایر افراد دارای باور اشتباه باعث می‌شود که گریز از باور اشتباه دشوار شود. این فرآیند به صورت زیر رخ می‌دهد:

ناهماهنگی شناختی باعث تقویت باور اشتباه افراد می‌شود

نیاز به نشان دادن وفاداری و رسیدن به موقعیتی برتر باعث می‌شود که افراد رویکردی افراطی در پیش بگیرند و دوقطبی‌سازی این فرآیند را تسریع می‌کند

بخش ششم

باور اشتباه اعتماد و آینده‌ی ما

فصل یازدهم

آیا می‌توانیم دوباره اعتماد کنیم یا بی‌اعتماد می‌شویم؟

هنگامی که متوجه می‌شویم کسی که به او اعتماد داشتیم دیگر قابل اعتماد نیست، به کل جهان هستی شک می‌کنیم و به طور کل غرایزمان و مفهوم اعتماد را زیر سوال می‌بریم

_آدرین ریچ

رهبر معنوی من در دنیای باور اشتباه یعنی ریچارد به من گفت: (تا حالا عشقت بهت خیانت کرده؟) و سپس سعی کرد که به من توضیح دهد که چگونه اعتماد خود به بسیاری از افراد و نهادها را از دست داده است. او برایم مثال زد: (فرض کن که متوجه شدی شریک زندگی به مدت ۱۰ ساله که به تو خیانت می‌کنه. وقتی می‌فهمی شخصی که دوستش داشتی به تو خیانت کرده به کل چیزهایی که به آن شخص مربوط است بی‌اعتماد می‌شوی. به اوقات خوشی که در گذشته در کنار هم داشتید فکر می‌کنی و به خودت می‌گی آیا آن خاطرات واقعی بودند. حتی اگر با هم بمانید هم دیگر نمی‌توانی به او اعتماد کنی. حتی به دوستان مشترکی که دارید مشکوک می‌شی و با خودت فکر می‌کنی که آیا دوستان مشترکتان از قضیه خبر داشتند؟ پس به همه‌ی چیزهایی که به آن شخص مربوط می‌شه بی‌اعتماد می‌شی). ریچارد در ادامه گفت: (این دقیقاً همان احساسی است که ما به قول شما طرفداران نظریه‌های توطئه نسبت به رسانه‌ها، دولت، شرکت‌های داروسازی و نخبگان جامعه داریم. تنها یک بار خیانت کافی است. رمز

پیروزی ما اینه. دیر یا زود همه این احساس خیانت را تجربه می کنند و ناگهان دنیا را همانطوری می بینند که ما می بینیم).

مثالی که ریچارد زد، بسیار به جا بود و باعث شد که راجع به مفهوم اعتماد و نحوه ی از بین رفتن آن هم در سطح شخصی و هم در سطح جامعه بیشتر فکر کنم. در فصل ۱ تا حدی موضوع اعتماد را بررسی کردیم و در فصل های دیگر نیز تا حدودی به آن اشاره کردیم اما بهتر است که درباره ی آن بیشتر صحبت کنیم. به طور کلی مسئله اعتماد و از بین رفتن اعتماد نقش مهمی در گرایش افراد به باور اشتباه دارد. در این فصل مسئله اعتماد را بررسی خواهیم کرد و سعی می کنیم اطلاعات بیشتری راجع به آن بدست آوریم و بر جلب اعتماد مردم به عنوان یک هدف مهم در جامعه تایید می کنیم. می توانیم از دریچه ی علم جامعه شناسی و اقتصاد رفتاری بفهمیم که در کجای مسیر قرار داریم، به کجا می رویم و چگونه می توانیم به اهدافمان برسیم.

روان کننده جامعه

به نظر من متأسفانه اثرات مخرب قیف باور اشتباه تا مدت زیادی باقی خواهد ماند. در واقع پس از مدتی اثرات آن تشدید شده و شتاب بیشتری خواهد گرفت که این موضوع بسیار نگران کننده است، زیرا برای داشتن یک جامعه ی کارآمد وجود اعتماد ضروری است. در واقع، باور اشتباه به اعتماد ما بستگی دارد و خطری واقعی برای توانایی ما در همکاری با یکدیگر و غلبه بر موانع پیش رو محسوب می شود. کاملاً واضح است که اعتماد نیروی بسیار مهمی است. شاید بهتر است که اعتماد را به عنوان نوعی روان کننده فرض کنیم که باعث می شود اجزای جامعه بهتر کار کند.

به عنوان مثال به پول فکر کنید. استفاده از پول تا حد زیادی به اعتماد ما بستگی دارد. یعنی اعتماد به بانک هایی که پول ما در آنجا نگه داشته می شود، اعتماد به اینکه افراد دیگر نیز دیدگاه مشابهی درباره ی پول دارند، اعتماد به بازار

سهام، اعتماد به اینکه دولت بیش از حد لازم پول چاپ نکند و ارزش پول را ثابت نگه دارد. علاوه بر این بیمه نیز به اعتماد ما بستگی دارد. ما پول خود را به شرکت‌های بیمه می‌دهیم تا در صورتی که اگر در آینده اتفاق بدی برایمان رخ دهد، شرکت بیمه مبلغی را به ما پرداخت کند (اگرچه ما به شرکت‌های بیمه اعتماد نداریم ولی این شرکت‌ها به اعتماد ما نیاز دارند). ما به پزشک‌ها، وکلا و مکانیک‌ها اعتماد می‌کنیم. ما وقتی سر قرار می‌رویم، به بچه ۱۵ ساله‌ی همسایه اعتماد می‌کنیم تا از بچه‌هایمان مراقبت کند و به یک نوجوان دیگر اعتماد می‌کنیم تا با فرزند نوجوان ما قرار عاشقانه بگذارد (البته شاید در این مورد کمتر اعتماد کنیم). ما به یک کودک دیگر اعتماد می‌کنیم تا وقتی به مسافرت می‌رویم به سگ ما غذا بدهد و صندوق پستی را چک کند. ما به شرکت آمازون اعتماد کرده و اطلاعات کارت اعتباری خود را در اختیار آنها می‌گذاریم. ما حتی هنگامی که به مدت ۵ دقیقه به دستشویی می‌رویم از یک غریبه در فرودگاه می‌خواهیم که مواظب کیف ما باشد (در واقع به او می‌گوییم که اگر می‌خواهد وسایلمان را بدزد الان بهترین موقع است). ما به دولت اعتماد می‌کنیم که اقدامات ایمنی لازم برای جاده‌ها، پل‌ها و آسانسورها را در نظر بگیرد و سپس به شرکت‌ها اعتماد می‌کنیم تا این اقدامات لازم را اجرا کنند. ما به دموکراسی، پلیس، آتش‌نشانی و دستگاه قضایی کشور اعتماد می‌کنیم. حتی اگر میزان اعتمادمان ناقص یا کمتر از حد مورد انتظار باشد، همچنان به نهادهای بسیاری اعتماد داریم.

موارد فوق نشان می‌دهد که اعتماد نقش مهمی در زندگی ما دارد. در واقع اعتماد مثل آن داستان معروف درباره ماهیها است که می‌گویند ماهی‌ها نمی‌دانند که در آب هستند زیرا همواره در اطرافشان آب وجود دارد. اعتماد به قدری مهم است که حتی نمی‌توانیم تصور کنیم در صورت عدم اعتماد با چه مشکلاتی روبرو خواهیم شد. متأسفانه تا وقتی که میزان اعتمادمان افزایش نیابد زودتر از چیزی که تصور می‌کنیم دچار مشکل خواهیم شد. به این فکر کنید که اگر اعتمادمان به همه چیز را از دست بدهیم چه اتفاقی می‌افتد؟ در این صورت به طب نوین اعتماد می‌شویم

و از یک جراحی بسیار ضروری اجتناب می‌کنیم. ما به بانک مراجعه و همه پول خود را برداشت کرده و آن را به پول نقد یا طلا تبدیل می‌کنیم. ممکن است برای خود اسلحه تهیه کنیم زیرا به اینکه پلیس از ما محافظت کند یا ارتش از مرزها محافظت کند اعتماد نداریم. اعتماد به نتیجه انتخابات چطور؟ اگر اعتماد خود به دولت را از دست بدهیم آیا باز هم مالیات می‌پردازیم؟ آیا از قوانین اولیه جامعه پیروی خواهیم کرد؟ اگر به سیستم اعتماد نداشته باشیم آیا به تقاضای دولت برای صرفه‌جویی در مصرف انرژی یا اینکه در صورت مریض شدن در خانه بمانیم عمل خواهیم کرد؟ امیدوارم که اکنون متوجه شده باشید که از بین رفتن اعتماد عواقب بسیار نگران‌کننده‌ای دارد. احتمالاً تاثیر از بین رفتن اعتماد را در زندگی آشنایان خود دیده‌اید.

اگرچه در جامعه امروز اهمیت اعتماد کمتر به چشم می‌آید، اما اعتماد نقش مهمی در زندگی ما ایفا می‌کند. قبح باور اشتباه باعث از بین رفتن اعتماد بین افراد، اعتماد به دولت و نهادهای مهم جامعه می‌شود. بی‌اعتمادی یک چرخه‌ی خطرناک را پدید می‌آورد که باعث از بین رفتن بیشتر اعتماد می‌شود.

چگونه بر شدت بی‌اعتمادی افراد افزوده می‌شود؟

هنگامی که درباره موضوع باور اشتباه تحقیق می‌کردم نمونه‌های بسیاری از اینکه چگونه بر شدت بی‌اعتمادی افراد افزوده می‌شود مشاهده کردم. یک نمونه از این بی‌اعتمادی مدت کوتاهی پس از اینکه واکسن کووید ۱۹ به بازار عرضه شد یعنی هنگامی رخ داد که پایگاه داده‌ی مربوط به عوارض نامطلوب واکسن^{۱۱} یا به اختصار VAERS درباره‌ی عوارض جانبی همه‌ی واکسن‌ها داده جمع‌آوری می‌کرد. در واقع همه افراد می‌توانند به این پایگاه داده مراجعه کنند و اطلاعات مربوط به عوارض جانبی واکسن را وارد کنند. هدف این بود که داده‌ی لازم برای کل جمعیت برای متخصصان حوزه بهداشت فراهم شود تا آنها بفهمند که هر واکسن چه عوارضی دارد، درباره آن بیشتر

^{۱۱} vaccine adverse event reporting

تحقیق کنند و در صورت لزوم ترکیبات واکسن و نحوه واکسیناسیون را تغییر دهند یا آن را به کلی از بازار جمع‌آوری کنند.

در همان دوران با یک وب سایت دیگر آشنا شدم که توسط والدین کودکانی که به دلیل تزریق واکسن فوت کرده یا شدیداً بیمار شده بودند ساخته شده بود. استفاده از پایگاه داده‌ی VAERS برای کاربران آسان‌تر بود و اطلاعات مربوط به عوارض جانبی به راحتی در دسترس همگان قرار داشت. اطلاعات موجود در وبسایت ایجاد شده توسط والدین از پایگاه داده VAERS کمی‌برداری شده بود. بنابراین انتظار می‌رفت که محتوای آنها یکسان باشد ولی با اندکی تفاوت و به صورت شفاف بیان شده باشد. اما افراد دارای باور اشتباه در فضای مجازی ادعا می‌کردند که برخی از موارد گزارش شده که قبلاً در پایگاه داده VAERS در دسترس بود در وبسایت ایجاد شده توسط والدین وجود داشت، اما پس از مدتی از پایگاه داده اصلی حذف شده بود. می‌توانستیم از گفتگوهای دنیای مجازی بفهمیم که حذف موارد گزارش شده نه تنها کار ناپسندی بوده بلکه باعث بی‌اعتمادی بیشتر افراد به اطلاعات منتشر شده از سوی دولت شده است. ریچارد چند پیام درباره این مسئله برای من فرستاده بود. تصور کنید اگر دولت داده‌های مربوط به اثرات جانبی را از پایگاه داده VAERS پاک می‌کند چه کارهای دیگری از آن بر می‌آید؟

تصمیم گرفتم که شخصاً این موضوع را بررسی کنم. واقعا مواردی از عوارض واکسن در وبسایت ایجاد شده توسط والدین وجود داشت اما از پایگاه داده‌ی VAERS حذف شده بود. تفاوت بین این دو منبع می‌تواند ناشی از مواردی باشد که از پایگاه داده‌ی VAERS حذف شده‌اند (آنطور که افراد دارای باور اشتباه ادعا می‌کردند) یا ممکن است مواردی به سایت VAERS ایجاد شده توسط والدین افزوده شده باشد.

شانس با من یار بود. چند روز بعد هنگامی که با یکی از دوستانم که پزشک بود شام می‌خوردم، ناگهان شخص دیگری که در بخش اطلاعات سازمان غذا و داروی آمریکا کار می‌کرد و بر برنامه‌های مختلفی از جمله VAERS

نظارت می کرد به ما ملحق شد. در ابتدا شک داشتم که درباره موارد حذف شده از او سوال کنم زیرا نمی توانستم بدون اینکه این پیام را به او منتقل کنم که سازمان غذا و داروی آمریکا اطلاعات را از مردم پنهان می کند پرسش خود را مطرح کنم؛ اما نتوانستم جلوی خودم را بگیرم.

برایم عجیب بود که او کاملاً می دانست راجع به چه چیزی صحبت می کنم و نه تنها حذف برخی موارد گزارش شده را تایید کرد، بلکه توضیح داد که این کار با نظارت بخش فناوری اطلاعات انجام شد و علت آن این بود که برخی از قدرت های خارجی به ویژه روسیه و ایران توانسته بودند با استفاده از اطلاعات پایگاه داده ی VAERS اطلاعات دروغین منتشر کنند. بنابراین هنگامی که سازمان غذا و داروی آمریکا متوجه شد که موارد گزارش شده از آن منابع خارجی به دست آمده است، آنها را از سیستم حذف کرد تا مانع از ثبت داده های غلط در این پایگاه داده شود. علت تفاوت داده ها در وبسایت و پایگاه داده این بود که در وبسایت ایجاد شده توسط والدین، اطلاعات پیش از اینکه در پایگاه داده ی اصلی به عنوان اطلاعات دروغین دسته بندی و حذف شود ثبت می شد. به نظر من این دلیل منطقی بود و پس از آن غذا خوردیم و درباره ی مسائل دیگر صحبت کردیم.

همان شب علت این تفاوت را برای ریچارد توضیح دادم و از او پرسیدم که نظرش درباره این اقدام سازمان FDA چیست. او در ابتدا مایل نبود که بپذیرد سازمان FDA بر انتشار اطلاعات صحیح تاکید می کند. اما سپس از من پرسید که چرا مسئولان پایگاه داده ی VAERS این موضوع را با دیگران به اشتراک نگذاشتند تا همه این را بدانند و به علت وجود تفاوت پی ببرند. به نظر من حق با ریچارد بود. بنابراین روز بعد به آن فرد شاغل در بخش فناوری اطلاعات سازمان FDA نامه نوشتم و پرسیدم چرا این سازمان مسئله ی دستکاری قدرتهای خارجی در داده ها را به صورت عمومی اعلام نکرد؟ او پاسخ داد: (زیرا سازمان نمی خواست که به قدرتهای خارجی این پیام را منتقل کند که متوجه این اقدام آنها شده است). به نظر من این کار عاقلانه بود. دوباره به نزد ریچارد رفتم تا این موضوع را به این

امید که اعتماد او به پایگاه داده‌ی VAERS حتی از وب سایت ایجاد شده توسط والدین نیز بیشتر شود به او اطلاع دهم. اما او اصرار داشت که پاک کردن موارد گزارش شده توسط سازمان کار اشتباهی بوده است و دقیقاً مشخص نیست که آنها چه چیزی را حذف کرده‌اند و نمی‌توان به دولت اعتماد کرد. گفتگوی ما در اینجا به پایان رسید.

از این گفتگو نتیجه گرفتیم که اگر اعتماد افراد از بین برود و زمانی که شخصی به سازمان FDA شک کند، کوچک‌ترین عمل مبهمی به عنوان اقدام اشتباه از سوی آن سازمان تلقی شده و بر شدت بی‌اعتمادی افراد افزوده می‌شود.

اطلاعات بیشتر

اعتماد کردن را تمرین کنید

از بسیاری از جهات اعتماد شبیه مدیریت است. برای اعتماد کردن به تمرین نیاز داریم و هر چقدر بیشتر تمرین کنیم بهتر می‌شویم. یعنی هنگامی که با استرس و تنش فراوانی مواجه می‌شویم اعتماد کردن بیشتر به افرادی که می‌شناسیم به نحوی که آنها احساس کنند قابل اعتماد هستند و کنترل اوضاع را در دست دارند می‌تواند اثر سرریز^{۱۲} مثبتی داشته باشد. البته هنگامی که گزینه‌مان به ما می‌گوید که اعتماد نکنیم و از خودمان دفاع کنیم، اعتماد کردن بیشتر کار راحتی نیست. شما می‌توانید از روش‌های زیر اعتماد کردن را تمرین کنید. به عنوان مثال اطلاعات شخصی بیشتری را با دوستان نزدیک خود به اشتراک بگذارید. به جای اینکه از وکیل خود کمک بگیرید توافقات خود را با دست دادن با طرف مقابل به سرانجام برسانید. هنگامی که با کسی برای صرف شام بیرون می‌روید شما صورتحساب

^{۱۲} Spillover effect

رستوران را پرداخت کنید و به او بگویید که دفعه‌ی بعد او صورتحساب را بپردازد. شاید این اقدامات از نظر ما کار کوچکی به نظر برسد اما می‌توان از این طریق اعتماد دیگران را جلب کرد.

متأسفانه تنها هنگامی که اعتماد از بین می‌رود به اهمیت آن پی می‌بریم. امیدوارم که ما به اهمیت اعتماد در جامعه پی ببریم و پیش از آنکه دیر شود برای احیای آن تلاش کنیم.

بی‌اعتمادی و رسانه‌ها: مسئولیت رسانه‌ها

قدم بعدی من برای مقابله با دنیای پیچیده‌ی بی‌اعتمادی چند هفته بعد از اتفاق پایگاه داده‌ی VAERS رخ داد. من با پزشکی که در یکی از سازمان‌های بزرگ درمانی کار می‌کرد درباره پزشک‌هایی صحبت کردم که به ویژه در دوران کرونا اضافه کار انجام می‌دادند و اینکه این سازمان‌ها برای کاهش فشار کار پزشکان چه کار می‌توانند انجام دهند. قبل از خدا حافظی نتوانستم جلوی خودم را بگیرم و از او پرسیدم که نظرش درباره حرف‌هایی که در فضای مجازی درباره عوارض جانبی گزارش نشده واکسن گفته می‌شود چیست؟ از اینکه او تایید کرد که مشکلی وجود دارد تعجب کردم. او گفت که در مطب خود شاهد عوارض جانبی بسیاری بوده است که گزارش نشده بود ولی او اطلاعات مربوط به این عوارض را از بیماران جمع‌آوری کرده بود. از او پرسیدم که آیا می‌تواند آن داده‌ها را در اختیار من بگذارد تا قضیه روشن شود؟ اما او در پاسخ بیان کرد که آن اطلاعات داده‌های درمانی هستند و او تنها می‌تواند آن اطلاعات را در اختیار مسئولان دولتی بگذارد یا تنها با درخواست رسمی از یک شبکه‌ی خبری منتشر کند. من که ناامید شده بودم به دفتر یک روزنامه بزرگ رفتم و از آنها درخواست کردم که با سردبیر روزنامه ملاقات کنم. به سردبیر گفتم که بخشی از عوارض جانبی واکسن ثبت نشده است و پیشنهاد کردم که روزنامه آنها

درخواست کند که داده‌های مربوطه را در اختیار آنها قرار دهد و منتشر کند تا حقیقت مشخص شود و شاید بخشی از اعتماد از دست رفته‌ی افراد دارای باور اشتباه بازگردد. سردبیر روزنامه در پاسخ گفت که به حرف‌های من درباره‌ی عوارض جانبی واکسن مشکوک است. او به هیچ وجه قصد نداشت که مطلبی درباره‌ی عوارض واکسن منتشر کند.

انتظار نداشتم که چنین حرفی را از زبان سردبیر یک روزنامه بشنوم. احتمالاً او از قیافه من فهمید که تعجب کردم و توضیح داد که نمی‌خواهد عوارض جانبی گزارش نشده واکسن را منتشر کند زیرا احتمال دارد که افراد دارای باور اشتباه از این اطلاعات سوءاستفاده کرده و اطلاعات را به نحوی تغییر دهند که به اطلاعات دروغین تبدیل شود. به نظر می‌رسید که او قصد دارد میزان اطلاعات دروغینی که از انتشار این ماجرا گسترش می‌یابد (یعنی ترکیبی از بیان واقعیت در روزنامه و سوژه‌ای برای تحریف ماجرا توسط افراد دارای باور اشتباه) را با میزان اطلاعات دروغینی که در صورت عدم انتشار این ماجرا منتشر می‌شد مقایسه کند.

من در حالیکه گیج شده بودم جلسه را ترک کردم و به این فکر می‌کردم که روزنامه‌ها چه مسئولیتی در قبال حقیقت دارند؟ آیا آنها باید حقیقت را منتشر کنند یا باید اطمینان حاصل کنند اطلاعات منتشر شده به شیوه‌ی درست تفسیر می‌شود؟ روزنامه‌ها تا چه حد باید به این نکته توجه کنند که افراد دیگر از اطلاعات منتشر شده سوءاستفاده خواهند کرد یا آن را اشتباه تفسیر خواهند کرد؟ آیا کار روزنامه این است که تحلیل کند انتشار اطلاعات به طور کلی چه نفعی برای جامعه دارد یا باید صرفاً حقیقت را بیان کند؟ از اینکه سردبیر این ماجرا را به صورت عمومی منتشر نکرد ناامید شدم اما می‌توانم درک کنم که هدفش از این کار چه بود. باید اعتراف کنم از اینکه مجبور نیستم مثل او چنین تصمیم‌های دشواری بگیرم خوشحال هستم.

بروکراسی عذابی است که انگیزه‌ی انسان‌ها را نابود می‌کند

پیش از آنکه موضوع اعتماد را به پایان برسانیم قصد دارم درباره‌ی ارتباط میان اعتماد و یکی از چیزهایی که در این دنیا بیشتر از همه از آن نفرت دارم یعنی بروکراسی صحبت کنم. بروکراسی سیستمی است که موقعی که به دیگران اعتماد نداریم به وجود می‌آید. برخی از نهادها قوانینی را اجرا می‌کنند که باعث می‌شود افراد در یک حوزه‌ی خاص از قانون سرپیچی نکنند، اما آنها به این موضوع توجه نمی‌کنند که به طور کلی با افزایش بروکراسی اعتماد مردم کاهش می‌یابد. هنگامی که بروکراسی افزایش می‌یابد افراد احساس می‌کنند که این نهادها به آنها بی‌اعتماد هستند و در نتیجه حسن نیت کمتری به نهادهای قانون‌گذار (اغلب دولت) نشان می‌دهند. بنابراین، اوضاع آنطور که باید پیش نمی‌رود، قوانین بیشتری وضع می‌شود و با ایجاد یک چرخه منفی شدت بی‌اعتمادی افزایش می‌یابد. ممکن است که بروکراسی بر جنبه‌های خاصی از یک قانون مشخص تمرکز کند اما به طور کلی حسن نیت و انگیزه‌ی افراد برای بهبود و تاثیرگذاری در آن نهاد از بین می‌رود. متأسفانه در همه جا بروکراسی در حال افزایش است.

این مسئله را از هر جهت بررسی کنید متوجه می‌شوید که بی‌اعتمادی و اطلاعات دروغین یکدیگر را تقویت می‌کنند. هنگامی که مردم بی‌اعتماد هستند، پاسخ به این سوال که چه چیزی را باید به اشتراک بگذاریم دشوارتر می‌شود و اگر افراد و سازمان‌ها به این توجه کنند که باید چه چیزی را به اشتراک بگذارند و هدفمندانه عمل کنند، امید زیادی برای دستیابی به حقیقت و جلب اعتماد وجود خواهد داشت.

اطلاعات بیشتر

با نشان دادن توجه اعتماد دیگران را جلب کنید

برای جلب اعتماد سایر افراد باید منافع دیگران را بر منافع شخصی خود اولویت دهیم. به عنوان مثال تصور کنید که پیشخدمت یک رستوران به یک میز ۴ نفره نزدیک شود و بپرسد: (امشب چی میل دارید؟) اولین مشتری می گوید که ما ماهی می خوریم. پیشخدمت پاسخ می دهد که ماهی امروز خوب نیست و بهتر است که مرغ بخورند. مرغ ارزان تر و بهتر است. اکنون تصور کنید که این بار پیشخدمت پیشنهاد کند که آنها به جای ماهی استیک سفارش دهند. قیمت استیک دو برابر ماهی است اما طعم فوق العاده ای دارد. به نظر شما در هر شرایط احتمال اینکه مشتری ها به حرف پیشخدمت درباره غذا و نوشیدنی گوش کنند چقدر است؟ احتمالاً اینطور حدس می زنید که مشتری ها دفعه ی اول به پیشنهاد پیشخدمت گوش می دهند زیرا پیشخدمت حاضر بود که از نفع خود (یعنی سود بیشتر حاصل از وعده غذایی و انعام) به نفع مشتری بگذرد (در فصل ۱۰ به موضوع سیگنال پرهزینه اشاره کردیم). دفعه ی دوم پیشخدمت پیشنهاد خوبی را مطرح کرد ولی مشتریان نمی دانستند که آیا او قصد دارد واقعا به آنها کمک کند یا به خودش سود برساند. اگر بخواهیم اعتماد افراد را به خود جلب کنیم باید به آنها نشان دهیم که به آنها بیشتر از خودمان اهمیت می دهیم.

برای شکستن چرخه ی باور اشتباه یک نفر باید گام نخست را بردارد، یعنی باید به جای تمرکز بر بی اعتمادی، اعتماد دیگران را به خود جلب کند. ما می توانیم در روابط اجتماعی خود درباره ی این سوال که چه کسی باید گام اول را بردارد بحث کنیم. اما در مورد دولت پاسخ مشخص است. به علت تفاوت قدرت نامتوازی که وجود دارد، این وظیفه ی دولت است که اولین گام را بردارد.

گرایش انسان ها به بی اعتمادی

من شخصاً به راحتی اعتماد می‌کنم اما چند سال قبل اتفاقی را تجربه کردم که باعث شد به میل به اعتماد کردن خودم شک کنم. این ماجرا مربوط به زنی به نام کلر^{۱۲} بود که از طریق یکی از دوستان خود با او آشنا شده بودم. ما در یک پروژه‌ی رسانه‌ای با هم همکاری می‌کردیم. او زنی باهوش، خلاق و شوخ بود و من مشتاق بودم که با او همکاری کنم و حتی یک پروژه‌ی دیگر را رد کردم تا با او همکاری کنم. من سخت تلاش می‌کردم و ویدیوهای زیادی درست کردم اما زمانی که کلر ویدیوها را ویرایش می‌کرد، افکت‌های خاصی به آن افزود که به نظر من پیام ویدیو را تحریف می‌کرد. ما نتوانستیم در باره‌ی ادامه همکاری توافق کنیم و در نهایت مسیرمان را از هم جدا کردیم. من پذیرفتم که مبلغی برای زمانی که او اختصاص داده بود، ویرایش ویدیوها و هزینه‌ی لغو پروژه در سایت میزبان مبلغی به او بپردازم، اما بر سر مبلغ دچار مشکل شدیم. به طور خلاصه، متوجه شدم که او از مبلغی که در ابتدا به من گفته بود دستمزد کمتری به تدوینگر ویدئو پرداخت کرده و وبسایت مورد نظر نیز هیچ هزینه‌ای بابت لغو پروژه دریافت نمی‌کند. در واقع، آنها از قبل مبلغی به ما پرداخت کرده بودند ولی کلر سهم من را نداده بود. از خیانت مالی او تعجب کرده بودم. هنگامی که قضیه را به او گفتم طفره رفت و دستپاچه شد. در نهایت تصمیم گرفتم بیخیال شوم و به کار خودم برسم.

متأسفانه نمی‌توانستم این تجربه‌ی تلخ را فراموش کنم. همه‌ی ما تجربه مشابهی از خیانت دیگران داریم. حدس می‌زنم که اکثر افراد واکنشی مشابه من داشته باشند و بررسی کنند که ما چگونه به دیگران اعتماد می‌کنیم و در آینده چطور ممکن است باز هم به ما خیانت شود. مثالی که ریچارد درباره‌ی عاشقی که به او خیانت شده بود زد نشان می‌دهد حتی یک خیانت باعث می‌شود که به طور کلی به راحتی اعتماد نکنیم. شاید اینطور نتیجه بگیریم که

^{۱۲} Clare

نباید به دیگران اعتماد کنیم و باید برای انجام هر پروژه‌ای یک قرارداد قانونی امضا کنیم. تصور می‌کنیم که این کار تصمیم درستی است و در اینصورت آینده‌ی ما قابل پیش‌بینی و تحت کنترل است.

چند روز بعد از این اتفاق یک بار دیگر موضوع اعتماد از بین رفته را بررسی کردم. در واقع تصمیم گرفته بودم که دیگر به کسی اعتماد نکنم و از وکیل و قراردادهای تجاری استفاده کنم. اما فکر کردم که بهتر است اول هزینه و فایده این کار را ارزیابی کنم زیرا باید درست تصمیم بگیرم.

از خود پرسیدم: از اعتماد بسیار و شاید بیش از حد به کسانی که با آنها کار می‌کنم چه چیزی به دست آوردم و چه چیزی از دست دادم؟ کاملاً مشخص بود که چه چیزهایی از دست دادم. همانطور که در ماجرای کلر دیدیم دچار مشکلات مالی و دلخوری شدم. اما با وجود اینکه نکات منفی اعتماد به دیگران برای من کاملاً مشخص بود، مزایا و جنبه‌های مثبت اعتماد کوتاه مدت و تا حدی برای من نامشخص بود. به تمام کسانی که با آنها کار کرده و به آنها اعتماد کرده بودم فکر کردم (من معمولاً به افرادی که با من کار می‌کنند می‌گویم که به آنها کاملاً اعتماد دارم و نیازی نیست که تا زمان پایان پروژه به من گزارش کار بدهند اما اگر کمکی خواستند در خدمت هستم). مشخص است که اعتماد به دیگران کاملاً به نفع من بود زیرا پروژه‌ها را با بازدهی بیشتری انجام می‌دادیم، همکارانم احساس توانمندی می‌کردند، به ما خوش می‌گذشت و کارهای اداری به ما فشار نمی‌آورد و غیره. اگرچه مزایای اعتماد همیشه برای ما آشکار نیست، متوجه شدم که بی‌اعتمادی چه عواقبی دارد. اگرچه اعتماد کردن به دیگران باعث می‌شود خود را از خیانت احتمالی آنها در امان نگه داریم، اما ممکن است مزایای شگفت‌انگیز اعتماد کردن را از دست بدهم.

سرانجام به این نتیجه رسیدیم که مزایای اعتماد کردن از معایب آن بیشتر است. با وجود اینکه تجربه کلر برایم دردناک بود من آن را به حساب شراکت تجاری مان گذاشتم ولی اعتماد کردن را به کلی کنار نگذاشتم.

به نظر من باید به مزایای اعتماد کردن در سطح جامعه توجه شود. در دنیایی که در آن اعتماد کالایی نایاب است، ممکن است وسوسه شویم که به هیچکس اعتماد نکنیم و به دنبال راهی برای محافظت از خود بگردیم. اما به این موضوع توجه نمی‌کنیم که وقتی اعتماد خود را از دست می‌دهیم، به طور کلی میزان اعتماد در جامعه را کاهش می‌دهیم. حتی خود دولت‌ها نیز یکی از مهمترین چیزهایی که ما را به هم پیوند می‌دهد یعنی اعتماد را از بین می‌برند. قطعاً از بین رفتن اعتماد در یک فعالیت خاص احتمال سوءاستفاده‌ی افراد را کمتر می‌کند، اما نکته‌ی اصلی این است که این کار باعث کاهش کلی اعتماد و در نتیجه کاهش حسن‌نیت و همکاری میان افراد جامعه می‌شود.

اگرچه ممکن است که در کوتاه مدت از اعتماد نکردن احساس خوبی داشته باشیم، اما در طولانی مدت اعتماد نکردن اثرات منفی زیادی دارد. ما انسان‌ها به صورت گروهی و در جامعه قادر به انجام کارهای خارق‌العاده‌ای هستیم، اما برای همکاری با یکدیگر به اعتماد نیاز داریم. مشکل اصلی افراد و نهادهای مختلف این است که چگونه می‌توانیم بر غریزه‌ی دفاعی اولیه‌ی خود برای بی‌اعتمادی غلبه کنیم و برای رسیدن به هدفی بالاتر اعتماد خود را بیشتر کنیم؟ یکی از بزرگترین چالش‌هایی که در جامعه‌ی امروز با آن مواجه هستیم بحران اعتماد است و اگر بخواهیم موج باور اشتباه را متوقف کنیم، در ابتدا باید با این بحران مقابله کنیم.

فصل دوازدهم

چرا هنوز به سوپرمن امید دارم؟

کلام آخر

راه حل رفع مشکلات همواره از مسیری می‌گذرد که انتظار ندارید. یعنی توجه به مسیر مورد نظرتان فایده‌ای ندارد زیرا راه‌حل از یک جای دیگر ظاهر می‌شود.

-داگلاس آدامز، سالمون شکاک

من: می‌خواهم دنیای انکارکننده‌های کووید، نظریه‌های توطئه و به طور کلی فرایند منتهی به باور اشتباه که باعث میشه افراد اعتماد خود به علم، نهادهای مختلف، دولت و رسانه‌ها را از دست بدن را درک کنم و درباره‌ی آن کتاب بنویسم.

دوستم: چرا وقت را برای این کار هدر میدی؟ مگه نمی‌دونی کرونا تموم شده؟ دیگه هیچکسی وجود کرونا را انکار نمی‌کنه

من: هم موافقم و هم مخالفم. درسته که همه گیری تموم شده، اما تاثیر باور اشتباه در جامعه بسیار شدید. به این فکر کن که برای افرادی که مسیر باور اشتباه را طی کرده اند و مدت های طولانی داستان دیگری را باور کرده اند چقدر سخته که بگن: باشه من اشتباه می کردم. متاسفم که اشتباه کردم. بهتره بی خیال بشیم. بعد از اینکه افراد زمان و انرژی بسیاری صرف باور خود می کنند، اشتباه آنها صرفاً در حد شخصی نیست و باعث بروز تغییرات عظیمی در ساختار اجتماعی افراد دارای باور اشتباه می شه. به نظرت آنها به راحتی بی خیال ماجرا می شن؟

دوستم: ولی من دیگه اینجور آدم ها رو نمی بینم.

من: بهم اعتماد کن اونا هنوز دوروبر ما هستند و همانطور که در ناهماهنگی شناختی دیدیم، بر باورهای خود تاکید می کنند و باورهایشان را گسترش می دن.

این گفتگوهای آشنا به من نشان داد که دوستانم از میزان تاثیر گذاری قیف باور اشتباه، اینکه چگونه افراد را به شدت تغییر می دهد و باعث می شود که آنها به شدت بر باورهای خود پافشاری کنند و اینکه فرار از قیف باور اشتباه چقدر دشوار است اطلاع ندارند. اکنون که به قسمت پایانی این کتاب رسیدیم امیدوارم نیروهایی که قیف باور اشتباه را به وجود می آورند را بهتر درک کرده باشیم. علاوه بر این، عناصر احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی نیز در گرایش افراد تاثیر دارند و هنگامی که فرایند سقوط به قیف باور اشتباه سریع تر می شود باعث تقویت یکدیگر می شوند.

آیا درک این عوامل باعث می شود که راه حل مناسبی برای مسئله باور اشتباه پیدا کنیم؟ متأسفانه اینطور نیست اما به نظر من می توانیم به روش های جلوگیری از سقوط به این قیف پی ببریم. امیدوارم که در این کتاب به این هدف رسیده باشیم.

نخست اینکه امیدوارم بررسی عمیق ابعاد روانشناختی باور اشتباه، خطرات آن و جنبه‌های مختلف این پدیده را برای ما روشن کرده باشد.

دوم اینکه امیدوارم توانسته باشم به تله‌هایی که در مسیر باور اشتباه وجود دارد اشاره کرده و باعث شده باشم بیشتر دقت کنیم که چه چیزی را باور کنیم و چه چیز را باور نکنیم.

سوم اینکه امیدوارم این کتاب به ما و اطرافیانمان کمک کند که از این تله‌ها دوری کنیم.

چهارم اینکه امیدوارم این کتاب به ما کمک کند که به پیچیدگی ذات انسان پی ببریم. از یک سو بدون شک ذات انسان حیرت‌انگیز و شگفت‌آور است و ما قادر هستیم کارهای فوق‌العاده‌ای انجام دهیم. اما از سوی دیگر ممکن است به خودمان و دنیای اطرافمان آسیب فراوانی وارد کنیم.

پنجم اینکه امیدوارم این کتاب باعث شود که به اهمیت اعتماد و عواقب بی‌اعتمادی پی ببریم.

چرا به سوپرمن امید دارم؟

اگر به مدت طولانی راجع به مسائل ساختاری و اجتماعی ناشی از بحران اعتماد و انتشار اطلاعات دروغین فکر کنیم ممکن است اندکی ناامید شویم. به عنوان مثال ممکن است کامپیوتر خود را باز کنیم و آخرین خبرها درباره فناوری جدید هوش مصنوعی را بخوانیم که قادر است حجم زیادی از اطلاعات دروغین تولید کند که واقعی و باورپذیر به نظر می‌رسد و با توجه به شخصیت هر فرد طراحی شده است. انتشار اطلاعات غلط نسبت به گذشته ارزان‌تر، آسان‌تر و دست‌یافتنی‌تر شده است. اما آیا خواهیم توانست انتشار آن را تحت کنترل خود درآوریم؟ قطعاً می‌توانیم. برخی از شرکت‌های فناوری سعی می‌کنند گاردریل بهتری بسازند و توانایی ما برای تشخیص اخبار جعلی را بهبود بخشند

اما این کار مثل انجام یک بازی است که نمی‌توانیم در آن پیروز شویم. بنابراین لازم است که بر جنبه‌های انسانی مسئله تمرکز کنیم تا فرایند باور اشتباه را درک کرده و خودمان عزیزانمان و محافل اجتماعی که در آن عضو هستیم را از آن مصون نگه داریم. من به انسان‌ها امید دارم.

یک لحظه به سوپرمن فکر کنید و مهارت‌های سوپرمن را با مهارت‌های یک انسان معمولی مقایسه کنید. تصور کنید که در یک جدول مهارت‌های سوپرمن را در سمت چپ و مهارت‌های انسان را در سمت راست قرار داده و آنها را با هم مقایسه کنیم. در ستون سمت چپ می‌نویسیم توانایی پرواز، توانایی دیدن در تاریکی، توانایی دویدن سریع، توانایی سرپا ایستادن به مدت طولانی، توانایی تحمل گرما و سرما و شنیدن صدا از فاصله‌ی دور، توانایی به یادآوری همه‌چیز و عدم استفاده از موبایل هنگام رانندگی. اما در ستون سمت راست زیر قسمت توانایی انسانها می‌نویسیم ندارد ندارد ندارد ندارد ندارد ندارد و تا حد زیادی ندارد. مقایسه‌ی سوپرمن با انسان‌های معمولی اندکی ناامید کننده است. اما باید به این قضیه جور دیگری نگاه کرد. در ۳۰۰ سال گذشته انسان‌ها به مفهوم سوپرمن بیشتر نزدیک شده‌اند. اگر به جای مهارت‌های ذاتی و طبیعی خود به این توجه کنیم که قادر هستیم چه کارهایی انجام دهیم، مشخص می‌شود که گام‌های بزرگی برداشته‌ایم. ما امروزه قادر هستیم مسافت‌های طولانی در هوا را طی کنیم، در خشکی به سرعت حرکت کنیم و به مدت طولانی در صندلی و مبل‌های راحت خود بنشینیم. ما کولر و پنکه را اختراع کردیم و از سیستم گرمایشی و لباس‌های گرم استفاده می‌کنیم. ما میکروفون، اسپیکر، تلفن و ویدیو کنفرانس را اختراع کرده‌ایم. ما نرم‌افزارهایی داریم که به ما کمک می‌کند همه چیز را به خاطر بسپاریم، اما نمی‌توانیم جلوی خود را بگیریم که حین رانندگی پیام نفرستیم.

اگر به این جدول و تفاوت‌های موجود بین سوپرمن و انسان‌ها دقت کنیم، متوجه می‌شویم که ما با تقویت توانایی‌های طبیعی بدنمان به این مهارت‌ها دست نیافته‌ایم. بلکه درواقع ما از نظر توانایی‌های جسمانی اندکی کندتر و ضعیف‌تر شده‌ایم. استفاده از تکنولوژی باعث شده است تا حدی به سوپرمن تبدیل شویم.

در اصل ما انسان‌ها با وجود جسم ضعیفی که داریم، توانسته‌ایم با استفاده از تکنولوژی عملکردی مشابه سوپرمن داشته باشیم. اگر الان روی صندلی نشسته‌اید به اجزای صندلی فکر کنید، یک نفر درباره نحوه طراحی تکیه‌گاه، دسته و چرخ‌های آن فکر کرده است. گروهی از مهندسان و طراحان صدها ساعت به این فکر کرده‌اند که تکیه‌گاه صندلی باید چگونه باشد تا شما بتوانید به راحتی به مدت طولانی روی آن بنشینید. قطعاً تلاش ما برای مهندسی دنیای اطرافمان به منظور افزایش توانایی‌هایمان تنها به صندلی محدود نمی‌شود. ما برای دست یافتن به توانایی‌های فوق بشری چیزهای مختلفی را اختراع کرده‌ایم و در آینده نیز چیزهای دیگری اختراع خواهیم کرد (صبر کنید پهنادهای اختراع شود که با آن به سوپرمارکت برویم و برگردیم).

اگرچه پیشرفتهای صورت گرفته در دنیای اطرافمان زندگی ما را جذاب‌تر کرده و امید به زندگی انسانها افزایش یافته است، اما زندگی ما پیچیده‌تر از گذشته شده است. در نتیجه این پیچیدگی سبب شده است که بیش از گذشته از سیستم ادراکی خود کار بکشیم. به اجدادمان که در ساوانا زندگی می‌کردند فکر کنید. آنها به مسائلی از قبیل بازنشستگی، سرمایه‌گذاری، اینکه فرزندشان را به کدام مدرسه بفرستند، کدام حرف رسانه‌ها را باور کنند، آیا رماز را بخورند یا نه، کدام درمان پزشکی را انتخاب کنند و تفسیر دستورالعمل کمد IKEA فکر نمی‌کردند.

اشتباه نکنید. منظورم این است که اگرچه زندگی مدرن فوق‌العاده است و باید خوشحال باشیم که در این دوران زندگی می‌کنیم. اما باید این واقعیت را بپذیریم که در دنیای امروز پیچیدگی تصمیم‌هایی که باید در ابتدا و انتهای روز بگیریم بیشتر شده است و این پیچیدگی باعث می‌شود که نتوانیم در برخی مواقع درست تصمیم بگیریم.

باید با ناتوانی انسان در این محیط پیچیده چه کار کنیم؟ پیشرفتهای ما باید چگونه باشد؟ مثال سوپرمن در این مورد به ما کمک می‌کند. همانطور که ما به دیگران نمی‌گوییم که باید در برابر سرما مقاومت کنند و در عوض از بخاری استفاده می‌کنیم، نباید انتظار داشته باشیم که افراد همیشه در مورد مسائل پیچیده تصمیمات درستی بگیرند. همانگونه که ما بخاری و سویشرت را اختراع کردیم تا به محدودیت‌های جسمی خود غلبه کنیم باید فناوری‌های اختراع کنیم که به ما کمک کند بر محدودیت‌های ذهنی خود غلبه کنیم. ممکن است به اشتباه تصور کنیم که سایر افراد کاملاً منطقی هستند و همیشه درست تصمیم می‌گیرند، اما این تصور مثل این است که فکر کنیم دیگران از نظر جسمی بی‌نقص و مثل سوپرمن هستند. اگر محدودیت‌های خود و اینکه همیشه عقلانی عمل نمی‌کنیم را بپذیریم، می‌توانیم برای ذهنمان تجهیزاتی مثل هواپیما، دوچرخه، عصای زیر بغل و بالش بسازیم و در نتیجه عملکرد خود را بهبود بخشیم. به عنوان مثال یک ماشین را تصور کنید و به این فکر کنید که چه تمهیداتی برای اجتناب از وقوع خطرات مرگبار برای انسان‌ها اندیشیده شده است. ما هدایت را اختراع کردیم تا بتوانیم در تاریکی ببینیم. آینه بغل نصب کردیم زیرا تنبل هستیم و نمی‌توانیم سرمان را بچرخانیم. ما مانیتور را اختراع کردیم تا بتوانیم نقاط کوری که در آینه نشان داده نمی‌شود را ببینیم. ما راهنمای بین خطوط را ساختیم تا حواسمان از جاده پرت نشود. ما دستگاه سرعت‌سنج را اختراع کردیم تا بدانیم که سرعتمان چقدر است. مکانیسمی در ماشین‌های ما وجود دارد که اگر کمر بند ایمنی را نبندیم بوق می‌زند تا این عمل ضروری را فراموش نکنیم. ما تقریباً همه‌ی این فناوری‌ها را به روش آزمون و خطا (بیشتر خطا) ساخته‌ایم. افرادی که بدون این فناوری‌ها رانندگی می‌کردند مرتکب اشتباه می‌شدند و

باعث آسیب به خود دیگران می‌شدند. بنابراین مهندسان فوق العاده‌ای که برای شرکت‌های خودروسازی کار می‌کردند این فناوری‌های جدید را نصب کردند تا احتمال وقوع آن خطاها را کمتر کنند. در واقع این فناوری‌ها از ما در برابر خودمان محافظت می‌کنند.

لازم است که در سایر حوزه‌های پیچیده‌ی زندگی (از قبیل مالی درمانی بهداشتی ارتباطی آموزش و غیره) و اطلاعات دروغین و اعتماد نیز خود را مجهز کنیم. ممکن است اینطور تصور کنیم که اگر اطلاعاتی را در وب سایت‌ها، منابع خبری و مجله‌های علمی، منابع دولتی و پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی به اشتراک بگذاریم، سایر افراد واکنش معقولانه‌ای به آن اطلاعات نشان خواهند داد. امیدوارم با نظر من موافق باشید که این کار مثل این است که تصور کنیم همه‌ی انسانها می‌توانند در تاریکی بینند. ما باید درک خود از محدودیت‌هایمان را افزایش دهیم و ابزارهایی بسازیم که به ما کمک می‌کند. البته قبلاً در بخش‌های زیادی از زندگی بر محدودیت‌های خود غلبه کرده‌ایم و می‌توانیم در مورد برخورد با اطلاعات نیز این کار را انجام دهیم. من در این مورد بسیار خوشبین هستم. منظورم این نیست که دستیابی به این هدف آسان خواهد بود، بلکه می‌توانیم کاری کنیم که دنیای اطرافمان با نحوه‌ی عملکرد مغزمان هماهنگ شود تا به نتایج بهتری دست پیدا کنیم.

نتیجه‌گیری

من از این ماجرا چه نتیجه‌ای می‌گیرم؟ همانطور که قبلاً گفتم از لحاظ تبدیل شدن به سوپرمن خوشبین هستم اما در زندگی شخصی بر روی چیزهایی که درباره‌ی ذات انسان، باور اشتباه و اعتماد آموخته‌ام و تجربه کرده‌ام کار

می‌کنم. سر و کله زدن با افراد دارای باور اشتباه به مدت طولانی و حمله‌ی بی‌رحمانه‌ی آنها به من در چند سال گذشته قطعاً بر سلامتی، مقاومت و خوشبینی من تأثیر گذاشته است. اگر ۱۰ سال قبل از من می‌پرسیدید که آیا به نظر من بی‌اعتمادی و اطلاعات دروغین مشکل بزرگی هستند آنها را بی‌اهمیت ارزیابی می‌کردم، اما حالا آنها اولویت من در زندگی هستند. من اکنون اطلاعات دروغین را صرفاً نه به عنوان اشتباهاتی که تنها با ارائه‌ی اطلاعات درست و دقیق اصلاح می‌شود، بلکه آن را به عنوان دروغ‌های ویرانگری محسوب می‌کنم که اغلب افراد را تا حد زیادی تغییر می‌دهد و آن را به عنوان یک تهدید واقعی برای همکاری و رفع چالش‌های پیش روی انسانها محسوب می‌کنم.

گاهی اوقات به نظر می‌رسد که نیروهای دخیل و اثرات شدید باور اشتباه در زندگیمان بسیار عظیم‌تر و ترسناک‌تر از این است که بخواهیم بر آنها غلبه کنیم. ما انسان‌ها در زمینه‌های مختلف پیشرفت کرده‌ایم و توانسته‌ایم بر موانع زیادی غلبه کنیم. پس می‌توانیم بر مشکل باور اشتباه نیز غلبه کنیم. در اغلب موارد، هنگامی که یک فناوری جدید اختراع می‌شود در ابتدا استفاده از آن جنجال‌برانگیز است اما پس از مدتی یاد می‌گیریم که از آن درست استفاده کنیم. قیف باور اشتباه یک فناوری واحد نیست بلکه ترکیب پیچیده‌ای از فرایندهای انسانی، نیروهای بیرونی و فناوری‌های مختلف است. بنابراین مقابله با آن کار بسیار پیچیده‌ای است حتی پیچیده‌تر از مقابله با رسانه‌های اجتماعی. در این کتاب مشاهده کردیم که می‌توانیم برای رفع این مشکل کارهای بسیاری انجام دهیم. امیدوارم که پی بردن به اهمیت اعتماد و اثرات مخرب باور اشتباه باعث شود که در جهت درست گام برداریم. امیدوارم که با درک بهتر مسائل روانشناختی که در مسئله باور اشتباه وجود دارد بتوانیم راهی برای رفع نواقص پیدا کرده و با یکدیگر همکاری کنیم. در نهایت علی‌رغم اینکه از نظر دیگران من یک فرد شیطان‌صفت بودم توانستم رفتاری

انسانی داشته باشم، افرادی که چنین دیدگاهی نسبت به من داشتند را تا حدی درک کنم و با آنها همدردی کنم.
بنابراین هنوز امیدوارم.

تصویر ۱۰: یادآوری قیف باور اشتباه و اجزای آن (عناصر احساسی، ادراکی، شخصیتی و اجتماعی)



