

## نظریه ناهماهنگی روانی

بقلم آقای محمد ابراهیم فکوری

دکتر در روانشناسی

نظریه « ناهماهنگی روانی<sup>۱</sup> در روانشناسی» در سالهای اخیر زمینه برای بسیاری از آزمایشها و تحقیقات روانشناسی اجتماعی فراهم کرده است و نتایج این آزمایشها این نظریه را تأیید کرده است. در این مقاله سعی می شود که این نظریه و نتیجه بعضی از آزمایشها که آن را تأیید می کند بطور خلاصه بیان شود.

معمولاً هر کسی سعی می کند بین اعتقادات خود<sup>۲</sup> هماهنگی برقرار کند بدین معنی که هرگاه بین بعضی اعتقادات شخص ناهماهنگی موجود باشد و آن اعتقادات با هم تعارض داشته باشند شخص از نظر روانی کوشش می کند با از میان بردن تعارض هماهنگی روانی را مجدداً برقرار کند.

این هماهنگی بین آنچه که شخص می داند و به آن اعتقاد دارد و رفتار او معمولاً وجود دارد. مثلاً کسی که معتقد به ارزش تحصیلات است فرزندان خود را به تحصیل وامی دارد و آنان را تشویق می کند که تحصیلات دانشگاهی داشته باشند و یا مثلاً بچه ای که می داند اگر خطائی از او سر بزند برای آن مجازات خواهد شد از ارتکاب خطا خودداری می کند و این امر چنان واضح است که در بسیاری موارد به آن توجه نمی کنیم فقط موقعی متوجه آن می شویم که به موارد استثنائی برمی خوریم یعنی مواردی که بین رفتار شخص و آنچه که به آن اعتقاد دارد هماهنگی وجود ندارد. مثلاً شخص ممکن است معتقد باشد تعصبات نژادی بی معنی است و با افراد هر نژاد باید بطور مساوی رفتار کرد ولی در عمل همین شخص حاضر نباشد در محله ای که سیاهپوستان زندگی می کنند زندگی کند و یا اینکه از نظر تربیتی معتقد باشد

که از همان اول باید به کودک اهمیت و وظیفه و مسئولیت و انضباط را آموخت ولی در عمل این شخص در تربیت فرزندان خود خیلی نرمش و ملایمت نشان می‌دهد و بی انضباطی و آزادی خارج از حد و اندازه را در مورد آنان تحمل می‌کند و یا مثلاً شخصی که می‌داند کشیدن سیگار برای سلامتی او زیان آور است همچنان به عادت خود ادامه بدهد. توضیح این موارد استثنائی خواهد آمد.

از این مقدمه کوتاه چنین نتیجه می‌گیریم که :

- ۱ - چون وجود ناهماهنگی بین معتقدات و رفتار از نظر روانی ناراحت کننده است بنابراین شخص می‌کوشد که با از بین بردن این ناهماهنگی، هماهنگی روانی ایجاد کند.
  - ۲ - هنگامی که ناهماهنگی روانی وجود دارد نه تنها شخص می‌کوشد آن را از بین ببرد بلکه از روبرو شدن با موقعیتهائی که آن را تشدید می‌کند خودداری می‌کند.
- معمولاً علت احساس نکردن این ناهماهنگی در موقع برخورد با موارد استثنائی نظیر آنچه در بالا به آن اشاره شد دلیل تراشی<sup>۳</sup> است. مثلاً کسی که می‌داند سیگار کشیدن برای او زیان آور است ممکن است خود را چنین قانع کند: (الف) در مقابل لذتی که سیگار کشیدن دارد زیانش ناچیز است، (ب) احتمال اینکه سیگار کشیدن سلامتی را بخطر بیندازد آنقدر هم که بعضی تصور می‌کنند نیست، (ج) اگر سیگار کشیدن را ترک کند ممکن است در آشامیدن مشروبات الکلی زیاده روی کند و آن زیانش از سیگار کشیدن بیشتر است.
- در نتیجه با این قبیل دلیل تراشها ادامه سیگار کشیدن با اطلاعات شخص درباره زیان سیگار کشیدن هماهنگی پیدا می‌کند. ولی همیشه کوشش شخص در کاستن یا از بین بردن ناهماهنگی روانی به نتیجه نمی‌رسد. برای بحث درباره مواد عملی نظریه ناهماهنگی روانی یک آزمایش ساده روانشناسی را که هر کس می‌تواند بکمک یک بچه چهار ساله انجام دهد در اینجا بیان می‌شود.

دو عدد اسباب بازی را که می‌دانید هر دو به یک اندازه توجه کودک را جلب می‌کنند به بچه نشان بدهید و به او بگوئید یکی از این دو اسباب بازی مال اوست و دیگری را باید

به فروشنده برگرداند، بعد از آنکه یک اسباب بازی را به کودک دادید از او پرسید که کدام یک از دو اسباب بازی را بیشتر دوست دارد؟ نتیجه بسیاری از این قبیل آزمایشها نشان می دهد که در این گونه موارد معمولاً کودکان آن اسباب بازی را که به آنان داده شده است بیشتر دوست دارند و بردیگری ترجیح می دهند. این آزمایش راجع به کودکان است ولی باید دید آیا افراد بزرگسال در چنین موقعیتهائی چطور عمل می کنند؟

در زندگی معمولاً هرکسی بطور مکرر بر سر دوراهی یا چندراهی قرار می گیرد که باید یکی از دو یا چند راه ممکن را پیش بگیرد یا یکی از دو یا چند هدف را (که تقریباً همه به یک اندازه جالب هستند) انتخاب کند. مثلاً کدام اتومبیل را بخرد، دنبال کدام شغل برود، کدام رشته تحصیلی را انتخاب کند یا اینکه از چند دختری را که می شناسد و همه آنان نیز مورد قبول او هستند کدام یک را برای همسری برگزیند. در این گونه موارد آیا شخص پس از تصمیم گرفتن از انتخاب خود راضی خواهد بود یا اینکه پشیمان می شود و افسوس می خورد که چرا هدف یا راه یا شغل یا دفتر دیگر را که امکان داشت انتخاب نکرد؟

در اینجا مواردی که مدتی بعد از تصمیم گرفتن ممکن است معلوم شود که کدام یک از چند هدف بهتر بوده مورد بحث نیست. بحث در این است که آیا شخص تحت تأثیر بعضی جریانات روانی بلافاصله بعد از تصمیم گرفتن نظر خود را نسبت به موضوع مورد تصمیم (در جهت مثبت یا منفی) تغییر می دهد به عبارت دیگر آیا پس از تصمیم گرفتن بعضی جریانات روانی باعث می شود که شخص نسبت به موضوع مورد تصمیم وضع روانی موافق تر یا مخالف تر پیدا کند؟

طبق نظریه ناهماهنگی روانی هنگامی که شخص به چند مطلب آگاهی دارد که از نظر روانی نمی تواند بین آنها هماهنگی برقرار کند با وسایل مختلف می کوشد که این مطالب را با هم هماهنگ سازد. دو مطلب که از نظر روانی با هم جور نمی آید ممکن است مربوط به احساسات، رفتار، عقاید، محیط و یا چیزهای دیگر باشند برای از بین بردن ناهماهنگی روانی شخص

ممکن است عقیده یا رفتار خود را تغییر دهد تا بین آن دو هماهنگی ایجاد کند. حتی گاهی ممکن است این هماهنگی را به قیمت تغییر یا خطای ادراک<sup>۵</sup> فراهم کند.

ناهماهنگی روانی خاصیت انگیزشی<sup>۶</sup> دارد به این معنی که همان طور که گرسنگی و تشنگی شخص را برمی انگیزد که نیاز<sup>۷</sup> موجود را با خوردن یا آشامیدن از بین ببرد هر وقت ناهماهنگی روانی موجود باشد شخص را برمی انگیزد که با تفسیر عقیده و یا رفتار خود بین آن دو هماهنگی ایجاد کند. البته تشبیه ناهماهنگی روانی با گرسنگی و تشنگی در اینجا (از نظر خاصیت انگیزه‌ای) فقط برای روشن شدن مطلب است و گرنه میان از میان بردن گرسنگی و ناهماهنگی روانی تفاوت زیادی وجود دارد. شخص معمولاً همیشه در محیط خود چیزی پیدا می‌کند که بوسیله آن گرسنگی خود را برطرف سازد ولی در بسیاری موارد از بین بردن ناهماهنگی روانی به این سادگی نیست و حتی گاهی تغییر رفتار و یا عقیده‌ای که باعث ناهماهنگی روانی شده غیر ممکن می‌شود و در نتیجه این ناهماهنگی برای مدت زیادی باقی می‌ماند.

برای اینکه وسعت دامنه تأثیر نظریه ناهماهنگی روانی بهتر نشان داده بشود برای مثال انطباق این نظریه در مورد تصمیم گرفتن - دروغ گفتن و هوس<sup>۸</sup> بطور خلاصه با ذکر نتایج چند آزمایش بیان می‌شود. البته باید در نظر داشت تأثیر نظریه ناهماهنگی روانی منحصر به این سه مورد نیست بلکه در موارد بسیاری ممکن است مؤثر باشد. انتخاب این سه مورد فقط برای نشان دادن وسعت دامنه مواردی است که ناهماهنگی روانی در آنها تأثیر دارد.

**تصمیم گرفتن - موقعیت شخصی را در نظر بیاورید که مردد بوده بین دو چیز که**

از حیث جالب بودن تقریباً برای او مساوی هستند یکی را انتخاب کند و این شخص پس از انتخاب نمی‌تواند تصمیم خود را عوض کند. پس از اینکه این شخص یکی از این دو چیز را انتخاب کرد تمام اطلاعات او درباره مزایای چیزی که انتخاب نکرده و معایب چیزی که انتخاب کرده برای او ناهماهنگی روانی ایجاد می‌کند. البته واضح است که اطلاعات

این شخص از مزایای چیزی که انتخاب کرده و معایب چیزی که انتخاب نکرده با رفتار او (انتخاب بین دو چیز) هماهنگ است ولی با وجود این اطلاع بر مزایای چیزی که انتخاب نشده و معایب چیزی که انتخاب شده با رفتار او ناهماهنگی ایجاد کرده و این ناهماهنگی خاصیت انگیزه‌ای دارد و باید کاهش یابد و یا از بین برود.

برای از بین بردن ناهماهنگی روانی این شخص ممکن است که به خود تلقین کند که مزایای چیزی که انتخاب نکرده چندان جالب نیستند و معایب چیزی که انتخاب کرده چندان بد نیستند و به این ترتیب رفتار خود را (انتخاب بین دو چیز) با اطلاعات خود درباره دو چیز مورد انتخاب هماهنگ کند و یا اینکه برای توجیه رفتار خود درباره ارزش‌یابی جنبه‌های مثبت چیزی که انتخاب کرده و جنبه‌های منفی چیزی که انتخاب نکرده زیاده‌روی کند (یعنی عقیده خود را درباره ارزش این دو چیز تغییر دهد) و به این ترتیب تصمیم خود را توجیه کند و بین رفتار (انتخاب بین دو چیز) و اطلاعات خود درباره آن دو چیز هماهنگی بوجود بیاورد. عبارت دیگر طبق این نظریه جریان کاهش ناهماهنگی روانی بعد از تصمیم گرفتن شروع و منجر می‌شود به زیاد کردن جنبه‌های مثبت چیز انتخاب شده و کم کردن جنبه‌های مثبت چیز انتخاب نشده. تأثیر این پدیده در آزمایش‌های زیادی تأیید شده و در اینجا بطور خلاصه یک مورد ذکر می‌شود. در این آزمایش از یک عده دختر دبیرستانی سؤال شد که ۱۲ صفحه موسیقی را از نظر جالب بودن درجه‌بندی کنند. برای هر دختر دو صفحه‌ای که او از نظر جالب بودن «متوسط» ارزش‌یابی کرده بود انتخاب شد و از او سؤال شد که کدام یک از دو صفحه را ترجیح می‌دهد که بعنوان هدیه دریافت کند. بعد از این انتخاب باز از هر دختر خواسته شد که ۱۲ صفحه را از نظر جالب بودن درجه‌بندی کند. اگر ناهماهنگی روانی بر اثر تصمیم آنان بوجود آمده بود بدینوسیله ممکن بود این ناهماهنگی کاهش یابد. برای کاهش ناهماهنگی روانی در درجه‌بندی بعدی ارزش صفحه انتخاب شده افزایش و ارزش صفحه انتخاب نشده کاهش یافت و به این وسیله آزمایش‌کننده توانست بوسیله اندازه گرفتن تغییری که در درجه‌بندی قبل و بعد از

تصمیم صورت گرفته بود مقدار کاهش ناهماهنگی روانی را اندازه گیری کند. از این آزمایش چنین نتیجه گرفته شد که کاهش ناهماهنگی روانی در موقع تصمیم گرفتن صورت نمی گیرد بلکه بعد از تصمیم گرفتن صورت می گیرد.

**دروغ گفتن** - در زندگی مواردی پیش می آید که شخص چیزی می گوید که به آن اعتقاد ندارد. در این گونه موارد در نتیجه نبودن هماهنگی بین عقیده و رفتار شخص ناهماهنگی روانی بوجود می آید. البته علی که شخص را وادار کرده که چیزی برخلاف میل و اعتقاد باطنی خود بگوید معمولاً تا اندازه ای رفتارش را توجیه می کند و از ناهماهنگی روانی می کاهد ولی این کافی نیست و شخص می کوشد که هماهنگی روانی را مجدداً بوجود بیاورد.

شدت ناهماهنگی روانی در این موارد با دو عامل بستگی دارد: یکی درجه انحراف شخص در گفتارش از آنچه واقعاً به آن اعتقاد داشته است بدین معنی که هر چه در رفتارش (اظهار عقیده) از آنچه واقعاً به آن اعتقاد داشته منحرف شده باشد شدت ناهماهنگی روانی بیشتر است، دیگر اینکه چقدر می تواند این انحراف بین رفتار و عقیده را برای خودش توجیه کند، شدت ناهماهنگی روانی با مقدار توجیه رابطه معکوس دارد.

ناماهنگی روانی را که به این طریق به وجود می آید چگونه می توان کاهش داد؟ یک راه کاهش بوسیله تغییر رفتار است (تغییر یا پس گرفتن آنچه که گفته شده). البته این همیشه ممکن نیست و در مواردی که این تغییر امکان ندارد بوسیله تغییر عقیده شخص و تطبیق و یا نزدیک کردن آن با آنچه که گفته شده (رفتار) ناهماهنگی روانی کاهش می یابد. بنابراین طبق نظریه ناهماهنگی روانی موقعی که رفتار شخص (آنچه که گفته شده) قابل تغییر و برگشت نباشد و با عقیده شخص او مبیانت داشته باشد تنها راه کاهش ناهماهنگی روانی که از این عدم تطابق بوجود آمده هماهنگی ساختن عقیده (یعنی تغییر آن) با رفتار است. و درجه این تغییر عقیده بستگی دارد به مقدار فشاری که بر شخص برای رفتارش (اظهاراتش) وارد شده و هم چنین به مقداری که می تواند این رفتار را توجیه کند. بهر نسبت که درجه فشار برای رفتار و درجه توجیه رفتار کم باشد بهمان نسبت درجه ناهماهنگی روانی زیادتر و تغییر در عقیده شخصی بیشتر است.

نتایج آزمایش‌هایی هم که تاکنون روی این نظریه شده آنرا تأیید کرده است. یکی از این آزمایش‌ها را (Festinger) انجام داد. در این آزمایش عده‌ای از دانشجویان دانشگاه ستانفرد (Stanford) که در آزمایش شرکت کرده بودند و اداری شدند که چیزی اظهار کنند که با عقیده شخص آنان موافقت نداشت منتهی برای این اظهار نظر مزدی دریافت می‌کردند به این ترتیب که هر یک از دانشجویان شرکت کننده در آزمایش تقریباً یکساعت وقت صرف می‌کرد و در این مدت فقط کارش گرداندن پایه‌های کوچک چوبی بود که روی یک تخته نصب شده بودند. این عمل یکنواخت کسل کننده و از نظر روانی بسیار خسته کننده بود و مقصود آزمایش کننده هم بوحود آوردن چنین احساس ناخوشایندی در همه شرکت کنندگان در آزمایش بود. در پایان این مدت آزمایش کننده از هر شرکت کننده درخواست می‌کرد که در اطاق مجاور به دانشجوی دیگری که منتظر است در آزمایش شرکت کند بگوید که این آزمایش بسیار جالب و مشغول کننده است، البته این اظهار با عقیده‌ای که آن شخص راجع به آزمایش پیدا کرده بود مبیانت داشت و پس از این اظهار بین رفتار و عقیده شخصی هر شرکت کننده ناهماهنگی بوجود می‌آمد. ولی آزمایش کننده برای اینکه هر شرکت کننده چنین خدمتی را برای او انجام دهد پاداشی در نظر گرفته بود به این معنی که شرکت کنندگان در آزمایش را به دو گروه تقسیم کرده بود و به هر یک از افراد یک گروه برای اینکه به شخص دیگر که در اطاق مجاور منتظر بود بگویند که آزمایش جالب و مشغول کننده است یک دلار و به هر یک از افراد گروه دیگر برای این خدمت ۲۰ دلار پاداش می‌داد. بعد در اطاق دیگری دستیار آزمایش کننده با هر یک از شرکت کنندگان جداگانه مصاحبه می‌کرد که ببیند که کدام یک از آنان بعد از اظهار آنچه با عقیده ایشان مطابقت نداشته عقیده خود را نسبت به جالب بودن آزمایش تغییر داده‌اند و حاضر هستند بعداً در آزمایشی نظیر این شرکت کنند. در اول چنین بنظر می‌آمد که کسانی که ۲۰ دلار گرفتند بیشتر از کسانی که ۱ دلار گرفتند تغییر عقیده داده‌اند در حالی که نظریه ناهماهنگی روانی خلاف این را پیش بینی می‌کند و نتیجه این آزمایش هم آنرا تأیید می‌کند.

بدین معنی که کسانی که یک دلار گرفتند بیشتر از کسانی که ۲۰ دلار گرفتند تغییر عقیده دادند. توضیح این پدیده طبق نظریه ناهماهنگی روانی چنین است: کسی که ۲۰ دلار پاداش گرفته چیزی گفته که برخلاف عقیده شخصی او بوده، او می‌داند که دروغ گفته ولی بر این اظهار خلاف عقیده خود پاداش نسبتاً قابل ملاحظه‌ای گرفته است. بنا بر این دروغ خود را چنین توجیه می‌کند که لازم نیست عقیده خود را تغییر دهد. رفتار خلاف عقیده را برای پاداشی که گرفته انجام داده است و این پاداش برای گفتن چیزی برخلاف عقیده کافی بوده است. ولی کسی که ۱ دلار گرفته و چیزی گفته که به آن اعتقاد نداشته برای رفتار برخلاف عقیده اش پاداش کافی که بتواند آن را توجیه کند دریافت نکرده و بین رفتار و عقیده اش ناهماهنگی بوجود آمده که توجیه نشده و باید کاهش یابد و چون رفتارش (چیزی که گفته) قابل برگشت نیست لذا عقیده اش تغییر می‌کند. به این معنی که کم کم باور می‌کند که آزمایش تا آن حد هم که او معتقد بود کسل کننده و یکنواخت نیست بلکه تا حدی جالب است. نتایج آزمایشهای دیگر هم که بعداً انجام شده این نظریه را در این مورد تأیید می‌کند.

**هوس** — آخرین مطلبی که در این مورد بحث می‌شود هوس است. موقعی که شخص چیزی را بخواد و بداند که به آن چیز دسترسی ندارد چه احساسی نسبت به آن چیز پیدا می‌کند؟ آیا هوسش بیشتر می‌شود یا اینکه به خودش تلقین می‌کند که آن چیز چندان جالب نیست؟

در بسیاری از زبانها جملات و مثالهایی هست که واکنش چنین شخصی را می‌رساند مثلاً در فارسی می‌گوئیم «گر به که دستش به پیه نمی‌رسد میگه بو میده» و در انگلیسی (Sour Grapes) این معنی را می‌رساند. طرف دیگر قضیه هم می‌تواند مورد قبول واقع شود به این معنی که شخص رغبتش نسبت به آنچه که به آن دسترسی ندارد بیشتر می‌شود و در عربی (الإنسان حَرِیصٌ عَلیٰ ما مَنَع) ناظر بر این حالت است. در زندگی روزانه می‌بینیم باینکه داشتن لباسهای گران قیمت برای بسیاری از خانمها امکان ندارد ولی هوس داشتن



این لباسها زیاداست . در ادبیات فارسی نیز « پای لنگک » هوس پیمودن « راه دراز » و « دست کوتاه » هوس « خرمای برنخیل » را داشته است .

در مورد هوس نمی توان گفت که کدام واکنش درست و کدام نادرست است بلکه باید دید چرا در یک مورد یک واکنش و در مورد دیگر واکنش دیگر پیدا می شود ؟ به کمک نظریه ناهماهنگی روانی شاید بتوان جواب نسبی به این سؤال داد .

حالت روانی کسی را در نظر بیاورید که می خواهد عملی را انجام بدهد ولی بعللی از انجام دادن آن عمل خودداری می کند . تحلیل این موقعیت نشان می دهد که شباهتی بین این حالت و حالتی که در بالا یاد شد در مورد بوجود آمدن ناهماهنگی روانی وجود دارد . بدین معنی که اطلاع شخص از جنبه های جالب عملی که می خواهد انجام بدهد با اطلاع او از اینکه از انجام عمل خودداری کرده ناهماهنگ است . البته باز در این مورد تا اندازه ای بین اطلاع او از انجام ندادن عمل و اطلاع از عواقب و نتایج انجام دادن عمل ( که شاید بواسطه همین اطلاع از انجام دادن عمل خودداری کرده ) هماهنگی وجود دارد ولی با وجود این ناهماهنگی روانی را که از هوس انجام دادن عمل و خودداری از انجام دادن بوجود آمده است باید کاهش بدهد . همانطور که در بالا گفته شد یک راه کاهش دادن این ناهماهنگی روانی اینست که عقیده خود را تغییر دهد و آن را بارفتار خود ( در این مورد خودداری از انجام دادن عمل ) هماهنگ سازد و برای این منظور باید در ارزش یابی عمل مورد هوس تجدید نظر کند و آنرا کم ارزش و یا بی ارزش بپندارد و این تغییر ارزش موقعی صورت می گیرد که برای خودداری از عمل باندازه کافی عذر نداشته باشد که رفتار خود را ( خودداری از عمل ) توجیه کند . ولی در صورتی که عذر کافی برای توجیه رفتار خود داشته باشد ( مثلاً ترس از مجازات شدید در صورت انجام دادن عمل ، یا ترس از عواقب دیگر مانع شود که عمل مورد هوس را انجام دهد ) بین عقیده و رفتار او ناهماهنگی روانی شدید بوجود نمی آید که تلاشی برای کاهش آن از راه تغییر عقیده نسبت به ارزش عمل مورد هوس لازم باشد . بعد از این توضیح این سؤال پیش می آید: پس در چه موقع هوس شخص برای کار

منع شده یا چیزی که به آن دسترسی ندارد بیشتر می شود؟ در این مورد نتایج یکی از آزمایش‌هایی که در دانشگاه (Stanford) انجام شده تا اندازه‌ای به سؤال بالا جواب می‌دهد.

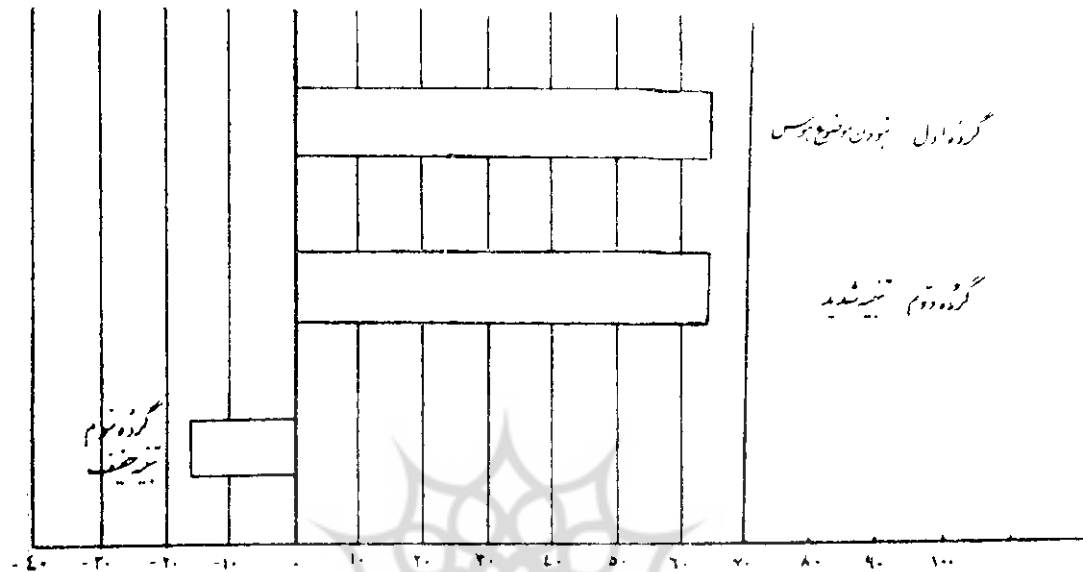
این آزمایش به کمک بچه‌های چهارساله انجام شد، به این ترتیب که آزمایش‌کننده هر بچه را به تنهایی به اطاق آزمایش می‌آورد. در این اطاق ۵ اسباب بازی قرار داشت. آزمایش‌کننده به هر بچه فرصت می‌داد که مدت کمی با اسباب بازیها بازی کند. بعد از بچه می‌خواست که اسباب بازیها را بر حسب جالب بودن و ارزش آن برای بچه درجه بندی کند (از یک تا پنج). در این موقع آزمایش‌کننده به بهانه‌ای از اطاق بیرون می‌رفت و به هر بچه ده دقیقه فرصت می‌داد که با اسباب بازیها به تنهایی بازی کند و آزمایش‌کننده در این مدت از اطاق مجاور بوسیله آینه‌های یکطرفه<sup>۱</sup> نظارت می‌کرد.

آزمایش‌کننده قبل از رفتن هر بچه را از بازی با اسباب بازی که از نظر بچه در درجه دوم ارزش و جالب بودن قرار داشت منع می‌کرد. بچه‌های شرکت‌کننده در آزمایش از نظر وسیله‌ای که برای منع آنان از بازی با اسباب بازی درجه دوم بکار می‌رفت به سه گروه تقسیم می‌شدند:

برای بچه‌های گروه اول آزمایش‌کننده آن اسباب بازی را که هر بچه در درجه دوم قرار داده بود با خودش از اطاق بیرون می‌برد و در نتیجه بچه به آن دسترسی نداشت، برای گروه دوم از بچه‌ها اسباب بازی ارزش یابی شده در درجه دوم را در اطاق روی میز جا می‌گذاشت و می‌گفت که با آن بازی نکنند و در صورت تخلف شدیداً تنبیه خواهند شد (نوع تنبیه را توضیح نمی‌داد)، و برای دسته سوم نیز اسباب بازی انتخاب شده در درجه دوم را برای هر بچه روی میز می‌گذاشت و می‌گفت با آن بازی نکنند و اگر تخلف کند تنبیه (بطور خفیف) خواهد شد.

همان طور که گفته شد هر بچه در هر گروه به تنهایی به اطاق آورده می‌شد و در آزمایش شرکت می‌کرد. بعد از آزمایش‌کننده مجدداً به اطاق آزمایش می‌آمد و از هر بچه

می‌خواست که پنج اسباب بازی را از نظر جالب بودن و ارزش آنها دوباره درجه‌بندی کند. نتیجه این درجه‌بندی و تعیین ارزش در نمودار زیر نشان داده شده است :



نمودار درصد خالص در درجه‌بندی افراد سه گروه

**توضیح -** برای پیدا کردن درصد خالص در هر گروه درصد عده‌ای که موضوع مورد هوس را در دفعه دوم در مرتبه‌ای پایین‌تر از دفعه اول درجه‌بندی کرده‌اند از درصد عده‌ای که در همان گروه در دفعه دوم موضوع مورد هوس را در مرتبه‌ای بالاتر از دفعه اول درجه‌بندی کرده‌اند کم شده است. چنانکه از این نمودار پیداست برای گروه‌های اول و دوم ارزش موضوع مورد هوس در دفعه دوم زیادتر شده ولی برای گروه سوم ارزش موضوع مورد هوس در درجه‌بندی دفعه دوم کم شده است و این بدین معنی است که افراد گروه سوم بمنظور کاهش ناهماهنگی روانی عقیده خود را نسبت به ارزش موضوع مورد هوس تغییر داده‌اند تا با رفتارشان هماهنگ باشند.

از این آزمایش چنین نتیجه گرفته می‌شود که در موقعی که آزمایش‌کننده اسباب بازی منع شده را با خودش از اطاق بیرون می‌برد و یا اینکه آن را در اطاق جا می‌گذاشت ولی دستور منع را با تنبیه شدید (در صورت تخلف) همراه می‌کرد هوس بازی با اسباب بازی منع شده در بچه‌ها زیاد می‌شد ولی هیچ‌گونه ناهماهنگی روانی در آنان بوجود نمی‌آمد که

برای کاهش آن مجبور بشوند در ارزش اسباب بازی منع شده تجدید نظر بکنند زیرا تفاوت بین عقیده و رفتار خود را می‌توانستند توجیه کنند (نبودن اسباب بازی یا تنبیه شدید در صورت تخلف) ولی موقعی که اسباب بازی در اطاق بود ولی تخلف از دستور را آزمایش کننده با تنبیه خفیف همراه کرده بود توجیه تفاوت بین رفتار و عقیده آسان نبود و ناچار برای از بین بردن باهماهنگی روانی افراد گروه سوم عقیده خود را نسبت به ارزش اسباب بازی منع شده تغییر می‌دادند و آن را کم ارزش تر از دفعه اول درجه بندی می‌کردند. در آزمایشهایی که بعداً با تغییراتی توسط (Helmeich و Pepiton) انجام شده نتایج مشابهی بدست آمده است.

از نتایج این آزمایشها چنین برمی‌آید که در مورد هوس هنگامی که دسترسی به موضوع آن مشکل و یا مجازات و عواقب تخلف شدید باشد هوس انجام کار منع شده شدیدتر می‌شود ولی ناهماهنگی روانی بوجود نمی‌آید که برای کاهش آن احتیاج به تجدید نظر در ارزش موضوع مورد هوس باشد. موقعی که تنبیه برای تخلف از کار منع شده شدید نباشد بین عقیده شخص (اینکه موضوع مورد هوس جالب است) و رفتار شخص (خودداری از انجام دادن آن) ناهماهنگی روانی ایجاد می‌شود که برای کاهش آن شخص عقیده خود را تغییر می‌دهد و ارزش موضوع هوس تجدید نظر می‌کند.

با این بیان شاید تا اندازه‌ای به کمک نظریه ناهماهنگی روانی توضیح اینکه چه موقع منع باعث شدید شدن هوس و چه موقع باعث ضعیف شدن آن می‌شود آسان شده باشد. باید در نظر داشت که موارد عملی این نظریه منحصر به آنچه در اینجا آورده شد نیست بلکه هر موقعیتی را که در آن شخص عقیده و وضع روانی معینی پیدا کرده و باید طبق آن رفتار (در معنی وسیع آن) کند شامل می‌شود.

## توضیح اصطلاحات

از این اصطلاحات نویسنده فقط معادل‌های فارسی شماره‌های ۱ و ۲ و ۸ را پیشنهاد می‌کند معادل فارسی بقیه اصطلاحات قبلاً بکار برده شده است.

- |                                   |                           |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 1. Theory of Cognitive Dissonance | ۱ - نظریه ناهماهنگی روانی |
| 2. Consistency or consonance      | ۲ - هماهنگی               |
| 3. Rationalization                | ۳ - دلیل تراشی            |
| 4. Attitude                       | ۴ - وضع روانی             |
| 5. Perception                     | ۵ - ادراک                 |
| 6. Motive                         | ۶ - انگیزه                |
| 7. Need                           | ۷ - نیاز                  |
| 8. Temptation                     | ۸ - هوس                   |
| 9. Justification                  | ۹ - توجیه                 |
| 10. One Way Mirror                | ۱۰ - آینه یک طرفه         |

## References: منابع

- Festinger, Leon, **A Theory of Cognitive Dissonance**, Stanford University Press, Stanford, California, 1957.
- Festinger, Leon, «Cognitive Dissonance», **Scientific American**, October, 1962.
- Helmreich, Robert L., «Attitudinal Effects of Stress and Justification: A Replication and Extension,» **Journal of Social Psychology**, 4: 153-161, 1968.
- Pepiton, Albert, et. al., «Change in Attractiveness of Forbidden Toys as a Function of Severity of Threat,» **Journal of Experimental Social Psychology**, 3:221-229, 1967.