

نشر آموخته

دست روی دست نگذاریم

روان‌شناسی انفعال

کاترین ای. سندرسون

ترجمه سعید زرگریان

به نام آن که جان را فکرت آموخت

سندرسون، کاترین اشلی Sanderson, Catherine Ashley	سرشناسه
دست روی دست نگذاریم: روان‌شناسی انفعال کاترین ای. سندرسون؛ ترجمه سعید زرگریان ویراسته زهرا خانیانی و فهیمه اسماعیلی	عنوان و نام پدیدآور
آموخته، ۱۴۰۲	مشخصات نشر
۹۷۸-۶۲۲-۵۹۸۷-۰۶-۷	شابک
فیپا	وضعیت فهرست‌نویسی
عنوان اصلی: Why We Act: turning bystanders into moral rebels, 2020	یادداشت
روان‌شناسی انفعال	عنوان دیگر
رفتار مددکارانه خطرکردن (روان‌شناسی)	موضوع
نوع دوستی شجاعت	
زرگریان، سعید، مترجم	شناسه افزوده
خانیانی، زهرا، ویراستار	شناسه افزوده
اسماعیلی، فهیمه، ویراستار	شناسه افزوده
BF۶۳۷	رده‌بندی کنگره
۱۷۰/۴۴	رده‌بندی دیویی
۹۰۴۶۵۷۶	شماره کتاب‌شناسی ملی
فیپا	اطلاعات رکورد کتاب‌شناسی

دست روی دست نگذاریم

روان شناسی انفعال

کاترین ای. سندرسون
ترجمه
سعید زرگریان
ویراسته
زهرا خانیانی و فهیمه اسماعیلی



آموخته



انتشارات آموخته

www.amookhteh.ir | info@amookhteh.ir

ما را در اینستاگرام دنبال کنید:

 Amookhteh

دست روی دست نگذاریم

روان شناسی انفعال

کاترین ای. سندرسون

ترجمه سعید زرگریان

ویراستاران: زهرا خانیانی و فهیمه اسماعیلی

مدیر پروژه: وحیده ماهری

مدیر هنری: حمید میزبانی

مدیر تولید: فرهاد فروزنده

چاپ: واحد تولید نشر آموخته

• چاپ اول: ۱۴۰۲ • شمارگان: ۱۰۰۰ • قیمت: ۱۹۴۰۰۰ تومان

© حق چاپ: ۱۴۰۲، آموخته

شابك: ۷-۰۶-۵۹۸۷-۶۲۲-۹۷۸

ISBN: 978-622-5987-06-7

- این کتاب با «کاغذ بالکی» چاپ شده است.

کاغذ بالکی چیست؟

کاغذ بالکی (Bulky Book Paper) نوعی کاغذ است که نسبت به کاغذ سفید مزیت‌های بسیاری دارد. معروف‌ترین نوع این کاغذ از کشور سوئد می‌آید و به همین دلیل به «کاغذ سوئدی» معروف است. البته در فارسی از معادل‌های «کاغذ سبک بال» یا «کاغذ سبز» هم استفاده می‌کنند.

مزایای کاغذ بالکی


رنگ چشم‌نوازتر: این کاغذ در دو رنگ طبیعی کرم و طوسی وجود دارد و برای سفیدکردنش مواد شیمیایی به کار نمی‌برند. رنگ کاغذ بالکی برای مطالعه مناسب‌تر است و چشم را کمتر خسته می‌کند. در ایران بعضی‌ها به سبب رنگش، آن را با کاغذ کاهی اشتباه می‌گیرند.

بازیافت ساده‌تر: کاغذ بالکی با محیط‌زیست سازگارتر است. در تهیه این نوع کاغذ از مواد شیمیایی استفاده نمی‌کنند و آن را به صورت مکانیکی تولید می‌کنند. در نتیجه، به راحتی به چرخه طبیعت بازمی‌گردد.

وزن کمتر: کاغذ بالکی از کاغذ معمولی ضخیم‌تر است؛ اما به دلیل منافذی که دارد، بسیار سبک‌تر است و می‌توان یک کتاب چندصفحه‌ای را که با کاغذ بالکی چاپ شده است، به راحتی در دست نگه داشت و مطالعه کرد.

مطالعه آسان‌تر: کتاب‌های قطوری که با کاغذ بالکی چاپ می‌شود، هم وزن کمتری دارد و هم هنگام مطالعه، خیلی راحت به حالت باز شده می‌ماند و پیش چشم خواننده بسته نمی‌شود.

همه پانویس‌ها را مترجم به متن افزوده است. 

شماره‌های درون قلاب به پی‌نوشت‌های کتاب مربوط است. برای  حفاظت از محیط‌زیست و صرفه‌جویی در مصرف کاغذ و کمتر شدن قیمت کتاب، این پی‌نوشت‌ها را در نسخه پی‌دی‌اف آورده‌ایم. در صورت تمایل، این نسخه را از بخش «فایل‌های تکمیلی» وبسایت انتشارات بارگیری کنید.

برای دیدن دیگر آثار انتشارات آموخته به وبسایت‌مان، به نشانی  www.amookhteh.ir سر بزنید.

این کتاب پس از چند مرحله ویرایش و بازبینی چاپ شده است. همیشه گفته‌اند املای نانوشته غلط ندارد. از این رو، مشتاقانه منتظر خواندن و دیدن دیدگاه‌ها و پیشنهادهای شما می‌یم. راه‌های ارتباط با ما:

 feedback@amookhteh.ir

 www.amookhteh.ir

 Amookhteh

فهرست مطالب

پیشگفتار مترجم	۹
پیشگفتار نویسنده	۱۱
بخش یکم - - - -	
سکوت خوبان عالم	۱۷
افسانه هیولاها	۱۹
چه کسی مسئول است؟	۴۳
خطرهای ابهام	۶۳
تاوان کمک کردن	۸۱
قدرت گروه‌های اجتماعی	۹۷
بخش دوم - - - -	
قلدرها و تماشاگرها	۱۱۹
ایستادن جلوی قلدرها در مدرسه	۱۲۱
کاهش سوءرفتار جنسی در دانشگاه	۱۴۱
ترویج رفتارهای اخلاقی در محل کار	۱۶۵
بخش سوم - - - -	
یاد بگیریم اقدام کنیم	۲۰۵
شورندگان بر هنجارهای مرسوم را بشناسیم	۲۰۷
شورندگان بر هنجارهای مرسوم باشیم	۲۳۳

درباره نویسنده

کاترین ای. سندرسون، رئیس بخش روان‌شناسی کالج آمهرست است. او مدرک کارشناسی روان‌شناسی‌اش را با تخصص بهداشت و توسعه از دانشگاه استنفورد گرفته و دوران کارشناسی‌ارشد و دکتری‌اش را در دانشگاه پرینستون گذرانده است. پرینستون ریویو در سال ۲۰۱۲ سندرسون را برای فعالیت‌هایش یکی از سیصد استاد برتر کشور معرفی کرد. او کتاب‌هایی درباره فرزندپروری و همچنین چگونگی تأثیر طرزفکر بر شادی، سلامتی و حتی طول عمر نوشته است. دست روی دست نگذاریم؛ روان‌شناسی انفعال، آخرین کتاب اوست که در گستره بین‌المللی منتشر شده است. محور این کتاب بررسی سکوت یا بی‌اعتنایی افراد خوب در مقابل اشتباهات است. او به‌طور منظم برای مخاطبان عمومی و شرکتی درباره موضوعاتی مانند علم شادی و قدرت هوش هیجانی و روان‌شناسی شجاعت صحبت می‌کند. این گفت‌وگوها را بسیاری از رسانه‌های مهم از جمله واشنگتن پست، بوستون گلوب، یواس‌ای تودی، آتلانتیک، سی‌ان‌ان و سی‌بی‌اس منتشر می‌کنند.



پیشگفتار مترجم

بارها و بارها شاهد صحنه‌های دل‌خراش ظلم به انسان‌ها در رسانه‌های اجتماعی بوده‌ایم. پرسشی که همواره هنگام تماشای چنین صحنه‌هایی به ذهنم می‌رسد، این است: چطور همان موقع کسی دوربین به دست بالای سر قربانی ظاهر شده، اما هیچ‌کس پیدا نشده است به او کمک کند؟ در بچگی، به احتمال زیاد این صحنه را زیاد دیده‌ایم: یک یا چند نفر، دانش‌آموزی را در مدرسه یا بچه‌دیگری را در خیابان دوره می‌کردند و به او متلک می‌گفتند، مسخره‌اش می‌کردند یا کتک‌ش می‌زدند. کمی که می‌گذشت، عده‌دیگری از بچه‌ها هم دور آن‌ها حلقه می‌زدند و به بچه‌های قلدر می‌پیوستند. کمتر پیش می‌آمد کسی از قربانی دفاع کند. در جاده‌ها، گاهی راه‌بندان سنگینی پیش رویمان می‌بینیم. کمی که می‌گذرد، متوجه می‌شویم جلوتر تصادف شده است. علت راه‌بندان چیست؟ خودروهای عبوری اندکی توقف می‌کنند تا صحنه را تماشا کنند. از میان این افراد مشتاق تماشا، چند نفر مایل‌اند کمک کنند؟

این‌ها نمونه‌هایی از انفعال ما آدم‌ها در مقام تماشاگر و بی‌میلی‌مان به کمک‌کردن در مواقع اضطراری است. در کتاب حاضر، نویسنده ابتدا ریشه‌های این تمایل ذاتی به انفعال را برمی‌رسد و سپس، راهکارهایی عملی برای چیره‌شدن بر این انفعال و مداخله‌کردن در مواقع لزوم بیان می‌کند. یکی از ویژگی‌های جالب کتاب، مثال‌های واقعی پرشمار در تک‌تک فصل‌هاست. به این ترتیب، نویسنده می‌کوشد مطلب را تا حد ممکن ملموس‌تر و کاربردی‌تر کند و ربط آن به زندگی روزمره ما را بیشتر بنمایاند.

اگر پدر یا مادری هستید که دوست دارید فرزندان نه تنها از خودش، بلکه از همتایانش در برابر قلدربازی دفاع کند، اگر کارمند یا رهبر سازمانی هستید که به سلامت محیط کار اهمیت می‌دهید و می‌خواهید از رفتارهای نادرست در این محیط بکاهید یا اگر شهروندی عادی هستید که دغدغه دیگران را دارید و دوست دارید شهروندان به جای تماشای ظلم، شجاعانه به داد مظلوم برسند، توصیه می‌کنم فرصت خواندن این کتاب را غنیمت شمارید. این کتاب جعبه‌ابزار جامعی است که هرچه برای اقدام و پایش‌گذاشتن یا ترغیب دیگران به اقدام لازم دارید، در اختیارتان می‌گذارد. حتی اگر آن‌قدرها که باید شجاع نیستید، نترسید. فقط کافی است در جعبه را باز کنید. با ابزارهای درون آن، نحوه پرورش شجاعت و صفت‌های دیگر را می‌آموزید.

در پایان به نکته‌ای اشاره می‌کنم. معتقدم هر مطلب را باید با توجه به بافت فرهنگی خودمان تفسیر و تعبیر کنیم. در کشورمان، بارها دیده‌ایم مداخله افراد غیرمتخصص، به‌ویژه در جاهایی که خطر جانی وجود دارد، جان قربانی را بیش از پیش تهدید کرده است. از همین رو، بهتر است در مداخله‌گری جانب احتیاط را رعایت کنیم و در بهترین حالت، اگر خودمان مهارت تخصصی مددسانی در وضعیتی خاص را نداریم، افراد متخصص را به یاری شخص کمک‌خواه بخوانیم.

سعید زرگریان

پاییز ۱۴۰۲

پیشگفتار نویسنده

بیست و پنجم اوت ۲۰۱۷، من و همسر من کل روز را مشغول جاگیرکردن پسر بزرگمان، اندرو، در خوابگاه دانشگاه بودیم. آغاز نخستین سال تحصیل اندرو در دانشگاه بود. به فروشگاه و المارت رفتیم و برای اتاقش یخچال کوچک و قالیچه‌ای خریدیم. پوسترهایی را بالای تخت خوابش نصب کردیم. در مراسم اجباری ناهاری که دانشگاه برای خداحافظی دانشجویان با خانواده‌هایشان ترتیب داده بود، شرکت کردیم. پس از آن، سوار بر خودروی راهی خانه شدیم؛ خانه‌ای که حالا در نبود اندرو، قدری سوت و کور شده بود. دو هفته بعد، اندرو زنگ زد. این کارش غیرعادی بود؛ چون او هم مثل بیشتر نوجوان‌ها، اغلب ترجیح می‌دهد پیام متنی بفرستد. با صدایی گرفته گفت یکی از دانشجوهای خوابگاهشان فوت کرده است.

آن طور که پشت تلفن توضیح داد، گویا او و اندرو وجوه مشترک بسیاری داشتند: هر دو سال اولی بودند؛ هر دو اهل ماساچوست بودند و در مدارس رقابتی آمادهٔ ورود به دانشگاه شده بودند؛ هر دو برادرهایی کوچک تر از خودشان داشتند.

پرسیدم: «چه اتفاقی افتاد؟»

گفت آن دانشجو با دوستانش سرگرم نوشیدن الکل بود و مست شده بود. حدود ساعت نه شنبه شب، افتاده بود و سرش به جایی برخورد کرده بود. دوستانش، هم‌اتاقی‌هایش و هم‌بازی‌هایش در تیم لاکراس،^۱ ساعت‌ها فقط او را تماشا کرده بودند. یک کوله‌پشتی روی دوشش انداخته بودند تا هوایش را داشته باشد و نگذارد به پشت بیفتد، استفراغ کند و خفه شود و بمیرد. مدام به او سر می‌زدند تا مطمئن شوند هنوز نفس می‌کشد.

تنها کاری که این آدم‌ها حدود بیست ساعت بعد از افتادن پسرک بینوا انجام نداده بودند، زنگ‌زدن به ۹۱۱ بود.

حدود ساعت چهار بعدازظهر یکشنبه سرانجام به این نتیجه رسیدند درخواست کمک کنند؛ اما دیگر خیلی دیر شده بود. دانشجوی مصدوم را به بیمارستان بردند و به او دستگاه وصل کردند. با این کار، او را فقط آن قدری زنده نگه داشتند که خانواده‌اش خودشان را با هواپیما به آنجا برسانند و با پسرشان خداحافظی کنند. دیگر معلوم نبود انجام اقدامات پزشکی فوری جانس را نجات می‌دهد یا نه. احتمالاً نه. البته، همین فرصت را هم از او دریغ کردند. این داستان اتفاق رایج است؛ ماجرای دانشجویانی که در مواجهه با وضعیتی به شدت اضطراری هیچ اقدام مؤثری نمی‌کنند.

فقط هم دانشجویان نیستند که در موقعیت‌های پرخطر، تصمیم می‌گیرند هیچ کاری نکنند. در یکی از پروازهای شرکت هواپیمایی یونایتد ایرلاینز،^۲ مردی را به اجبار از داخل هواپیما بیرون کشیدند. ویدئویی که از این ماجرا ضبط کردند، در ادامه ویروسی شد. چرا هنگام وقوع این اتفاق، بیشتر مسافران هواپیما ساکت نشستند؟

۱. Lacrosse: نام ورزشی گروهی و پربرخورد است. در این بازی، از توپ کوچک لاستیکی و چوب‌های بلندی استفاده می‌کنند که سر آن‌ها تور قرار دارد. به این چوب‌ها کراس یا لاکراس می‌گویند. بومیان و سرخ‌پوستان آمریکا لاکراس را ابداع کردند. این بازی را بیشتر در شرق آمریکا و کانادا انجام می‌دهند. سر چوب‌های لاکراس محکم و تورهای آن گشاد است. در لاکراس نیز مانند دیگر بازی‌های توپ‌وتور، هدف بازیکنان تصاحب توپ حریف و هجوم به سمت دروازه و گرفتن امتیاز و دفاع در مقابل حریف است. بازیکنان مجاز به استفاده از دست‌وپایشان برای پاس دادن یا شوت‌زدن نیستند و فقط باید با کراس‌هایشان کار کنند.

2. United Airlines

سکوت مردم هنگامی که همکارشان کلمات توهین آمیز به کار می برد یا به رفتاری آزاردهنده دست می زند، چه دلیلی دارد؟ چرا خیلی از رهبران کلیساها، این همه سال سوءاستفاده های جنسی کشیش های کاتولیک را گزارش ندادند؟

در طول زندگی کاری ام، هم در دهه ۱۹۹۰ که در دانشگاه پرینستون^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد بودم و هم طی بیست سال گذشته که استاد کالج امهرست^۲ بوده ام، بر پژوهش درباره تأثیر هنجارهای اجتماعی تمرکز کرده ام. این هنجارها قوانین نانوشته ای است که رفتار ما انسان ها را شکل می دهد. آدم ها از این هنجارها پیروی می کنند تا خودشان را با گروه اجتماعی شان وفق دهند؛ با این حال، ممکن است در درک این هنجارها، دچار خطاهای حساسی هم بشوند. هرچه بیشتر به این نمونه های به ظاهر متفاوت ناتوانی آدم ها در اقدام فکر می کردم، بیشتر به این نتیجه می رسیدم که این ناتوانی ها ریشه های یکسانی دارد. این عوامل ریشه ای عبارت است از: گیج شدن درباره اتفاق در حال وقوع، نداشتن احساس مسئولیت، برداشت نادرست از هنجارهای اجتماعی و ترس از پیامدها.

طی پژوهش هایم پی بردم اگر مردم را از قدرت هنجارهای اجتماعی آگاه کنیم و خطاهایی را که اغلب در درک این هنجارها مرتکب می شویم و پیامدهای درک نادرست هنجارها را برایشان بازگو کنیم، احتمالاً به رفتارهای مطلوب تری دست می زنند. بر اساس نتایج پژوهش هایم، دانشجویان دختر سال اولی که می فهمند هنجارهای اجتماعی پردیس دانشگاه در شکل گیری تصاویر آرمانی ناسالم درباره بدن نقش دارد، در ادامه، کمتر دچار اختلال تغذیه می شوند. همچنین، دانشجویانی که می فهمند بسیاری از همتایان شان با مشکلات سلامت روان دست به گریبان اند، دیدگاه مثبت تری درباره خدمات سلامت روان دارند. گاهی، مردم افکار واقعی اطرافیان شان را درست درک نمی کنند. برای مثال، گمان می کنند همه زن ها می خواهند لاغر باشند یا اینکه دانشجویهای دیگر هرگز احساس اندوه یا تنهایی نمی کنند. اگر به مردم در شناخت فرایندهای روان شناختی ای کمک کنیم که آن ها را به سمت این برداشت های نادرست سوق می دهد، از اشتباه ها و سوء تفاهم های شان درباره دیگران می کاهیم و بر کیفیت بُعد روانی و جسمانی شان می افزاییم. به علاوه، این کار ما را به اقدام و امی دارد.

1. Princeton University

2. Amherst College

در سال ۱۹۸۷، در مقطع کارشناسی در دانشگاه استنفورد، نخستین بار با روان‌شناسی آشنا شدم. یادم هست از فهمیدن اینکه عضویت در گروه چقدر بر رفتار ما تأثیر می‌گذارد، مات‌ومبهوت شدم. بخت خیلی یارم بود که فیلیپ زیمباردو استادم شد. آزمایش زندان استنفورد^۱ فیلیپ زیمباردو هنوز هم یکی از پژوهش‌های مشهور و بحث‌برانگیز روان‌شناختی است. در آن مقطع، درست‌وحسابی با رشته روان‌شناسی آشنا شدم!

آن زمان، ما پژوهشگران، آزمایش‌هایی طراحی می‌کردیم و رفتارهای آدم‌ها را می‌سنجیدیم؛ ولی نمی‌توانستیم به درون سازوکارهایی نفوذ کنیم که این رفتارها را توضیح می‌داد. نمی‌دیدیم که در مغز چه می‌گذرد. پیشرفت‌های جدید علوم اعصاب وضع را به کلی تغییر داده است. حالا، خیلی زود می‌توانیم ببینیم ماجراها، فشارها و احساسات مختلف در مغز چگونه اجرا می‌شود. چنان‌که در طول کتاب توضیح می‌دهم، این نتایج نشان می‌دهد بسیاری از فرایندهایی که انفعال ما آدم‌ها را در پی دارد، از طریق کنکاش دقیق اتفاق نمی‌افتد؛ بلکه خاستگاه این فرایندها فعل‌وانفعالاتی خودکار و غیرارادی در مغز است.

هدفم از نوشتن این کتاب کمک به مردم برای شناخت فرایندهای روان‌شناختی‌ای است که مبنای گرایش فطری انسان‌ها به سکوت‌کردن در مقابل رفتارهای زشت است. همچنین، می‌خواهم نشان دهم این سکوت چه نقش مهمی در ادامه‌یافتن رفتارهای زشت دارد. در نیمه ابتدایی کتاب، توضیح می‌دهم که عوامل موقعیتی و روان‌شناختی چگونه آدم‌های نیک‌کردار را بر آن می‌دارد به رفتارهای ناپسند دست بزنند (فصل یکم) یا در حالت رایج‌تر، در مقابل رفتارهای ناپسند دیگران سکوت کنند (فصل دوم تا پنجم). در ادامه، می‌گویم این عوامل چگونه انفعال ما را در اتفاق‌های واقعی مجزا در پی دارد. این اتفاق‌ها عبارت است از: قلدری‌بازی در مدرسه (فصل ششم)؛ سوءرفتار جنسی در دانشگاه (فصل هفتم)؛ رفتارهای غیراخلاقی در محل کار (فصل هشتم). در پایان، ارزیابی می‌کنم چطور بعضی‌ها بیشتر در برابر دیگران ایستادگی

1. Philip George Zimbardo

۲. Stanford Prison Experiment: یکی از آزمایش‌های جامعه‌شناسی معروف و به‌تفلی، خطرناک است که تاکنون انجام داده‌اند. این آزمایش را در سال ۱۹۷۱، به‌سرپرستی دکتر فیلیپ زیمباردو در دانشگاه استنفورد انجام دادند. در این آزمایش، چندین دانشجوی سالم از نظر روانی، به‌صورت آزمایشی نقش‌های زندانی و زندانبان را پذیرفتند. نتایج آزمایش حیرت‌آور بود. پس از گذشت چند روز، بیشتر زندانبان‌ها رفتارهای شدید دگرآزارانه نشان دادند. از ترس آنکه میادا عنان کار از دستشان دربرود، آزمایش را پس از شش روز متوقف کردند.

می‌کنند و اینکه از این افراد مطالبه‌گر چه می‌آموزیم (فصل نهم). در فصل پایانی، نگاهی به راهبردهایی می‌اندازم که همه ما، فارغ از شخصیت‌مان، به کار می‌بریم و احتمال حرف‌زدن و اقدام‌کردن‌مان در مواقعی را که دیگران به شدت به حضور ما نیاز دارند، افزایش می‌دهیم.

در این کتاب، درباره عواملی که نمی‌گذارد اقدام کنیم، رهیافت‌هایی به خوانندگان می‌دهم. برای تاب‌آوردن چنین فشاری در زندگی خودمان نیز راهبردهایی عملی پیشنهاد می‌کنم. امیدوارم این رهنمودها کمک کند خوانندگان این کتاب به پا خیزند و کار درست را انجام دهند؛ حتی اگر برایشان دشوار باشد. راز شکستن سکوت آدم‌های تماشاگر همین است؛ از همین طریق خیالمان راحت می‌شود که دیگر کسی بعد از مصدومیتی جدی، بیست ساعت آرگاز منتظر برداشتن تلفن و زنگ‌زدن به ۹۱۱ نمی‌ماند.

بخش
یکم

سکوت خوبان عالم



افسانه هیولاها

یازدهم اوت ۲۰۱۲، دختری شانزده ساله به همراه تعدادی از دانش آموزان دبیرستان محل، از جمله اعضای تیم فوتبال آمریکایی دبیرستان، در یک مهمانی شرکت کرد. مهمانی در شهر استونویل ایالت اوهایو بود. دختر مشروب زیادی خورد، حسابی مست شد و استفراغ کرد. طبق گفته های دانش آموزانی که آن شب در مهمانی بودند، گویا دختر از مهمانی بیرون رفت. صبح روز بعد، دختر در اتاق خوابی در زیرزمین خانه ای از خواب بیدار شد. برهنه بود و سه پسر هم کنارش بودند. اما تقریباً هیچ یک از اتفاق های شب قبل را به یاد نمی آورد.

چند روز بعد، چند نفر از دانش آموزان حاضر در مهمانی، عکس ها و فیلم هایی منتشر کردند که به وضوح نشان می داد چه بلایی سر دخترک آمده است. لباس هایش

را از تنش درآورده بودند و به او تجاوز کرده بودند. در مارس ۲۰۱۳، ترنت میز^۱ و مالیک ریچموند^۲ دو بازیکن برجسته فوتبال آمریکایی استونویل، متجاوز شناخته شدند. وقتی چنین ماجراهایی را می‌شنویم، بیشترمان خیال می‌کنیم این کارهای خباثت‌بار را آدم‌های خبیث انجام داده‌اند. گمان می‌کنیم بی‌تردید، فقط آدمی خبیث به دختر نوجوانی که هوش و حواسش سر جایش نیست، تجاوز می‌کند. این باور که رفتارهای خباثت‌بار را آدم‌های خبیث به بار می‌آورند، خیال آدم را راحت می‌کند و به او آرامش خاطر می‌دهد؛ اما شوربختانه، این باور غلط است. نصرنا حسن^۳ که سال‌ها مشغول بررسی رفتار تروریست‌ها بود، این‌طور می‌گوید: «اینکه آدم‌های غیرعادی به حملات انتحاری دست می‌زنند، وحشت‌آور نیست؛ بلکه این وحشتناک است که آن‌ها آدم‌هایی به شدت عادی‌اند.»^۴ ماجرا را از زبان سو کلبولد^۴ هم بشنوید. در سال ۱۹۹۹، دیلان^۵، پسر خانم کلبولد، همراه یکی دیگر از هم‌کلاسی‌هایش، اریک هریس^۶، بیش از دوازده نفر را در دبیرستان کلمباین^۷ در ایالت کلرادو کشت. سو کلبولد گفت: «این باور که دیلان یه هیولا بود، دنبال هدف‌های عمیق‌تری می‌گشت؛ مردم باید باور می‌کردن آدم‌های خبیث جمع خودشون رو می‌شناسن.»^۷

چرا خیال می‌کنیم رفتارهای خباثت‌بار را آدم‌های خبیث انجام می‌دهند؟ چون این باور ما را خاطر جمع می‌کند چنین کارهایی از آدم‌های نیک‌کرداری که می‌شناسیم، یعنی دوستان و فامیل و حتی خودمان، سر نمی‌زند.

ولی «خوبان عالم» هم ممکن است به رفتارهای ناپسندی از قلدربازی در حیاط مدرسه گرفته تا لابی‌گیری در پردیس دانشگاه و آزار جنسی در محل کار دست بزنند. در عمل، گاهی این‌گونه رفتارها از آن‌ها هم سر می‌زند. بنابراین، جلوگیری از رفتارهای ناپسند فقط با شناسایی هیولاها و مانع‌تراشی بر سر راهشان ممکن نمی‌شود. برای آنکه از بروز چنین رفتارهایی پیشگیری کنیم یا دست‌کم از احتمال وقوعشان بکاهیم، باید عواملی را شناسایی کنیم که آدم‌های درستکار را به گرفتن تصمیم‌های اهریمنی

1. Trent Mays
2. Ma'lik Richmond
3. Nasra Hassan
4. Sue Klebold
5. Dylan
6. Eric Harris
7. Columbine High School

سوق می‌دهد. در این فصل، وضعیت‌ها و اتفاق‌هایی را بررسی می‌کنیم که بسیاری از ما را وامی‌دارد کارهایی بکنیم که تا حدی می‌دانیم نادرست است. شاید تعجب نکنید از اینکه بدانید ما آدم‌ها در این مواقع، بیشتر مایلیم کارهای زیان‌بار انجام دهیم؛ هنگامی که عضو گروهی باشیم؛ فرد معتمد و مظهر قدرت به ما دستور بدهد که چنین کارهایی انجام دهیم؛ کارمان را با برداشتن گام‌های کوتاه در جهت نادرست آغاز کنیم. ولی شاید دلایل زیربنایی این تمایل آن‌هایی نباشد که تصور می‌کنید.

خطرهای گله

در دوران کارشناسی‌ارشد در دانشگاه پرینستون، یک شغل پاره‌وقت عالی داشتم. کارم ماندن در خوابگاه دانشگاه و پشتیبانی از دانشجویان سال سوم و چهارمی بود که کمک‌دست مسئولان خوابگاه بودند. گاهی باید در سالن غذاخوری خوابگاه با دانشجویها غذا می‌خوردم، به برگزاری رویدادهای اجتماعی در خوابگاه کمک می‌کردم و به دانشجویان در برطرف کردن دغدغه‌های دانشگاهی و شخصی‌شان یاری می‌رساندم. با این حال، کارم ایرادی بزرگ هم داشت: سالی یک بار، باید در المپیک برهنه‌ها که آن را شب‌هنگام برگزار می‌کردند، نقش «پشتیبان» را ایفا می‌کردم.

المپیک برهنه‌ها اوایل دهه ۱۹۷۰ آغاز شد و تا سال ۱۹۹۹، سنت غیررسمی جافتاده‌ای در دانشگاه پرینستون بود. سرانجام، در سال ۱۹۹۹، هیئت‌امنای دانشگاه برگزاری این رویداد را ممنوع کرد. هر سال، هم‌زمان با بارش نخستین برف، یعنی معمولاً در ژانویه، دانشجویهای دختر و پسر سال‌دومی حوالی نیمه‌شب در پردیس دانشگاه به این سو و آن سو می‌دویدند. شرکت‌کننده‌ها به جز کفش مخصوص دویدن، کلاه و دستکش، هیچ لباس دیگری به تن نداشتند. همان‌طور که شاید تصور کنید، به‌طور معمول، شرکت‌کننده‌ها در ساعت‌های پیش از شروع مسابقه تا حد توان الکل می‌نوشیدند. این کار کمکشان می‌کرد هم سرمای طاقت‌فرسای هوا را تحمل کنند و هم نامتعارف بودن کارشان را؛ دویدن جلوی هم‌کلاسی‌هایشان با بدن برهنه. کار من این بود: جلیقه شب‌نما به تن کنم، جعبه کمک‌های اولیه به دست بگیرم و وسط حیاط یکی از دانشکده‌ها بایستم. این کار را برای آن انجام می‌دادم که هر دانشجویی دچار دردسر شد، مثلاً روی یخ‌ها افتاد، بتواند پیدایم کند. هر سال،

موقعی که سرپستم می‌ایستادم، خدا خدا می‌کردم بیش از المپیک برهنه‌های بعدی، رساله‌ام را تمام کنم و از پرینستون فارغ‌التحصیل شوم. مدام با خودم فکر می‌کردم این دانشجویها که جزو بهترین‌ها و باهوش‌ترین‌های آمریکا هستند، چرا این کار را می‌کنند؟! مست‌کردن و برهنه‌دویدن در هوای برفی هنگام نیمه‌شب، به هیچ وجه فکر جالبی به نظر نمی‌رسید.

این ماجرا یکی از یافته‌های بنیادین روان‌شناسی را تبیین می‌کند: آدم‌ها در موقعیت گروهی کارهایی را انجام می‌دهند که هرگز به تنهایی انجامشان نمی‌دهند. المپیک برهنه‌ها بیشتر وقت‌ها کاری بی‌خطر بود؛ ولی همین اصل در مواقعی که افراد به رفتارهای ناپسند دست می‌زنند هم صدق می‌کند. مثال‌های پرشماری از رفتارهای ناپسند در موقعیت‌های گروهی وجود دارد؛ اما فعلاً به سه مثال بسنده می‌کنم:

۱. در فوریه ۲۰۱۰، دیلان گیفورد یاونت^۱ لبه‌تلبه‌تلبه چهارم ساختمانی تجاری در سان‌فرانسیسکو ایستاد. جمعیت زیادی پایین پایش جمع شده بود. خیلی‌ها دستش انداختند و فریاد زدند: «بپرا!» یا «یالا انجامش بده». پس از ۴۵ دقیقه، پایین پرید و جان سپرد.

۲. در آستانه تحویل سال ۲۰۱۶، در شهر کلن آلمان، به حدود دویست زن تجاوز شد.

۳. در فوریه ۲۰۱۸، طرفداران تیم فیلادلفیا ایگلز^۲ برای برپایی جشن قهرمانی این تیم در مسابقات لیگ فوتبال آمریکایی، به خیابان‌ها ریختند، خودروهای مردم را واژگون کردند، تابلوهای خیابان‌ها را از جا کنده‌اند، آتش روشن کردند و شیشه‌های مغازه‌ها را شکستند. این هواداران با اقداماتشان ۲۷۳ هزار دلار خسارت به بار آوردند.

بودن در گروه چه خصیصه‌ای دارد که آدم‌ها را وادار می‌کند کارهایی انجام دهند که هرگز به تنهایی انجام نمی‌دهند؟ یکی از عوامل این است: افرادی که در گروه‌اند، گمان

1. Dylan Gifford Yount

2. Philadelphia Eagles'

می‌کنند چون نام‌ونشانشان معلوم نیست، کسی آن‌ها را برای اقداماتشان بازخواست نخواهد کرد. اگر افراد نقاب به چهره بزنند یا کلاهی روی سرشان بکشند یا در تاریکی فعالیت کنند، حتی اگر گروهی اقدام نکنند، اعمال پرخاش جویانه و متجاوزانه بیشتر و شدیدتری مرتکب خواهند شد. فیلیپ زیمباردو از گروهی از دانشجویان خواست به دانشجوی دیگری شوک الکتریکی بدهند. به آن‌ها این‌طور القا کرد که در پژوهشی دربارهٔ خلاقیت شرکت کرده‌اند. در این آزمایش، هنگامی که دانشجویان برای پنهان کردن صورتشان نقاب زدند، در مقایسه با زمانی که چهره‌شان را پنهان نکردند، شوک‌هایی به‌مراتب طولانی‌تر و در نتیجه، دردناک‌تر به طرف مقابل دادند.^[۳]

همین پدیده را در خارج از آزمایشگاه نیز مشاهده کرده‌اند. اندرو سیلک^۱ از دانشگاه لیدز، خشونت را در ایرلند شمالی تجزیه و تحلیل کرد. او به این نتیجه رسید کسانی که با نقاب، کلاه یا لباس‌های دیگر چهره‌شان را می‌پوشانند و از دید عموم پنهان می‌کنند، بیشتر اقدام‌های خراب‌کارانه می‌کنند، به افراد بیشتری خسارت می‌زنند و آسیب‌های جسمانی شدیدتری به بار می‌آورند.^[۴] این یافته کمک می‌کند توضیح دهیم چرا اذیت‌آزار و اقدامات پرخاش جویانه این قدر در فضای مجازی رواج دارد: در فضای مجازی، آدم‌ها می‌توانند بدون افشای نام‌ونشانشان فرستاده‌ای را منتشر کنند. همچنین، یکی از دلایل تسهیل انجام رفتارهای ناپسند در گروه‌ها، نقش گروه‌ها در «فردیت زدایی» یا «نافردی شدن»^۲ است. فردیت زدایی یعنی از دست دادن احساس هویت فردی.^[۵] آنچه اغلب در گروه رخ می‌دهد، فاصله گرفتن افراد از معیارهای اخلاقی‌شان است و اینکه فراموش می‌کنند چه کسی هستند. این اتفاق موانعی را که به‌طور معمول در برابر رفتارهای انحرافی وجود دارد، از میان برمی‌دارد.

هرچه تعداد اعضای گروه بیشتر باشد، رفتارشان شنیع‌تر می‌شود. اندرو ریچی^۳ و بری رویاک^۴ از دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا، با تجزیه و تحلیل رفتار اوباش شکنجه‌گر،^۵ این اثر را مستند کردند.^[۶] این پژوهشگران مقاله‌های روزنامهٔ آتلانتا کانستیتوشن^۶

1. Andrew Silke
2. Deindividuation
3. Andrew Ritchey
4. Barry Ruback

۵. گروهی که جمع می‌شوند کسی را زجر بدهند یا سرخود مجازات کنند. تقریباً شبیه کسانی که برای تماشا کردن پای چوبهٔ دار می‌ایستند.

6. Atlanta Constitution

درباره اوباش شکنجه‌گر در ایالت جورجیا از سال ۱۸۸۲ تا ۱۹۲۶ را بررسی کردند. با بررسی این مقاله‌ها، ۵۱۵ فرد قربانی را در ۴۱۱ رخداد مجزا شناسایی کردند. آن‌ها تعداد اوباش، نژاد و جنسیت قربانی و میزان خشونت را که اوباش در هریک از رخدادها به کار برده بودند، یادداشت کردند. همه این مجازات‌های بدون محاکمه به مرگ قربانیان منجر شد. با وجود این، پژوهشگران فجایعی را که در آن‌ها اوباش فرد قربانی را سوزانده، به دار آویخته یا لت و پار کرده بودند، خشونت‌بارتر قلمداد کردند. با اینکه به نظر می‌رسد موقعیت‌های گروهی در بروز رفتارهای ناپسند مؤثر است، درک اینکه چنین تأثیری را دقیقاً چگونه اعمال می‌کند، سخت به نظر می‌رسد. شاید آدم‌ها حواسشان نباشد چرا تصمیم گرفته‌اند به اقدام خاصی دست بزنند و به همین دلیل، نتوانند دقیق به پژوهشگران بگویند علت رفتارشان چه بوده است. همچنین، ممکن است برای رفتارهایشان بهانه بتراشند تا خودشان را بهتر از آنچه هستند، جلوه دهند.

با این حال، پیشرفت‌های تازه علوم اعصاب، ابزارهای بااهمیتی در اختیارمان گذاشته است که کمک می‌کند این‌گونه رفتارها را بکاویم. هنگامی که افراد مشغول انجام کارهای بخصوص‌اند، پژوهشگران به کمک شیوه‌های تصویربرداری عصبی، فعالیت نواحی مختلف مغز آن‌ها را ارزیابی می‌کنند. این یعنی دیگر مجبور نیستیم فقط به حرف‌هایی بسنده کنیم که آدم‌ها درباره انگیزه خودشان به زبان می‌آورند. به جای این کار، حالا، می‌توانیم بررسی کنیم حضور در گروه چه تغییری در الگوهای فعالیت مغز به وجود می‌آورد.^[۷]

نخستین بار، پژوهشگران دانشگاه ام‌آی‌تی با انجام پژوهشی بررسی کردند پاسخ‌های عصبی در موقعیت‌های گروهی کمتر است یا نه. اتفاقی که در دوران کارشناسی‌ارشد برای یکی از پژوهشگران گروه به نام مینا سیکارا رخ داد، جرقه این پژوهش را زد. یک روز بعدازظهر، خانم سیکارا و همسرش تصمیم گرفتند برای تماشای مسابقه بیسبال دو رقیب دیرینه، تیم‌های رد ساکس^۱ و یانکیز^۲، به استادیوم یانکی^۳ بروند. همسر خانم سیکارا کلاه تیم رد ساکس را بر سر گذاشته بود و هواداران یانکیز مدام به او

1. Mina Cikara
2. Red Sox
3. Yankees
4. Yankee Stadium

متلك می‌انداختند. خانم سیکارا که می‌خواست فضا را آرام کند، کلاه همسرش را برداشت و روی سر خودش گذاشت. خیال می‌کرد هواداران یانکیز این حرف‌های رکیک را نثار او نخواهند کرد.

اما اشتباه می‌کرد. خانم سیکارا گفت: «توی عمرم، هیچ‌وقت همچین اسم‌هایی روم نداشته بودن.»^[۸] وقتی به خانه برگشت، عزمش را جزم کرد بفهمد چرا بودن در موقعیتی گروهی، آدم‌هایی را که در حالت معمول رفتاری عادی دارند، به چنان رفتار ناخوشایندی وادار می‌کند. هرچند اگر بخواهیم منصفانه نگاه کنیم، گروه مقابل طرفدار یانکیز بودند [که رقیب رد ساکس بود].

سیکارا و همکارانش پژوهشی طراحی کردند تا پاسخ دو پرسش را بیابند: آیا هنگامی که آدم‌ها در قالب گروه در عملی رقابتی شرکت می‌کنند، کمتر از زمانی که به تنهایی اقدام می‌کنند، به خودشان می‌اندیشند؟ و آیا افرادی که هنگام عمل کردن در قالب تیم کمتر به خودشان می‌اندیشند، رفتار پرخاشگرانه‌تری در قبال اعضای گروه مقابل دارند؟^[۹] فرضیه‌شان این بود: شاید رقابت کردن در قالب گروه از خودآگاهی افراد بکاهد و در نتیجه نتوانند رفتار خودشان را سبک‌سنگین کنند.

در بخش نخست پژوهش، محققان از دستگاه تصویربرداری تشدید مغناطیسی کارکردی (افام‌آری)^۱ کمک گرفتند. با کمک این دستگاه، الگوهای فعالیت مغز شرکت‌کنندگان را در دو حالت سنجیدند: نخست، زمانی که یک بازی را به تنهایی انجام می‌دادند و سپس، هنگامی که همان بازی را در قالب تیم پیش می‌بردند. در طول بازی، به شرکت‌کننده‌ها عبارت‌هایی نشان دادند که رفتارهای پسندیده یا ناپسند را درباره خود آن‌ها یا دیگران توصیف می‌کرد؛ عبارت‌هایی مانند اینکه «تا حالا از یخچال‌های مشترک خوراکی کش رفته‌م» یا «اون هروقت به کسی می‌خوره، معذرت‌خواهی می‌کنه».

پژوهشگران بر ناحیه خاصی از مغز متمرکز بودند که قشر پیش‌پیشانی میانی (ام‌پی‌اف‌سی)^۲ نام دارد. اثبات کرده‌اند که این قشر زمانی بیشتر به تکاپو می‌افتد که آدم‌ها به خودشان می‌اندیشند، نه به دیگران؛ برای مثال، زمانی که به صفات شخصیتی، ویژگی‌های جسمانی یا وضعیت روانی خودشان فکر می‌کنند.^[۱۰] سیکارا و همکارانش به این نتیجه رسیدند هنگامی که شرکت‌کننده‌ها بازی را به تنهایی انجام می‌دادند، قشر پیش‌پیشانی میانی آن‌ها موقعی که عبارت‌هایی را

1. functional magnetic resonance imaging (fMRI)

2. medial prefrontal cortex (MPFC)

درباره خودشان می‌خواندند، به مراتب فعال‌تر از زمانی بود که عبارت‌هایی را درباره دیگران می‌خواندند. ولی هنگام انجام بازی به صورت گروهی، در حدود نیمی از شرکت‌کنندگان، میزان فعالیت این قشر از مغز در دو زمان یادشده، یعنی هنگام خواندن عبارت‌های مربوط به خود و عبارت‌های مربوط به دیگران، تفاوت به مراتب کمتری داشت. از این یافته‌ها درمی‌یابیم بعضی‌ها هنگامی که عضو گروه‌اند، در مقایسه با زمانی که تنها هستند، به واقع، خیلی کمتر به خودشان فکر می‌کنند. اما پرسش اساسی پژوهشگران فقط این نبود که آیا بعضی‌ها هنگامی که در قالب گروه رقابت می‌کنند، کمتر مایل‌اند به خودشان بیندیشند یا نه؛ بلکه پرسش این بود این کاهش خوداندیشی چه پیامدهایی دارد. آن‌ها برای یافتن پاسخ این پرسش، پژوهش دیگری طراحی کردند. در این پژوهش، به هر شرکت‌کننده شش عکس از هر عضو گروه خودش و گروه مقابل نشان دادند. سپس، از او خواستند یکی از عکس‌های هر عضو را انتخاب کند. گفتند قرار است این عکس‌ها را در گزارشی چاپ کنند. این عکس‌ها را به طور مستقل، بر مبنای میزان جذابیتشان رتبه‌بندی کرده بودند: از بسیار غیرجذاب تا بسیار جذاب. شرکت‌کنندگانی که هنگام بازی کردن به صورت گروهی خوداندیشی کمتری داشتند، یعنی آن‌هایی که در این حالت از شدت فعالیت قشر پیش‌پیشانی میانی مغزشان کاسته می‌شد، مایل بودند برای اعضای گروه مقابل عکس‌هایی را انتخاب کنند که جذابیت آن‌ها کمتر از عکس‌های اعضای گروه خودشان بود. شرکت‌کنندگانی که خوداندیشی آن‌ها هنگام فعالیت گروهی کاهش نمی‌یافت، برای اعضای هر دو گروه عکس‌هایی انتخاب کردند که به یک اندازه جذاب بود.

پژوهشگران این‌طور نتیجه گرفتند: افرادی که هنگام حضور در گروه کمتر به خودشان می‌اندیشند، بیشتر ممکن است به دیگران صدمه بزنند. شاید این رفتار زمانی بیشتر به چشم بیاید که افراد عضو گروه‌هایی‌اند که رقیب مستقیم یکدیگرند. این همان اتفاقی بود که وقتی خانم سیکارا در استادیوم بانکی کلاه رد ساکس همسرش را سر خود گذاشت، برایش رخ داد.

یکی از محققان دست‌اندرکار این پژوهش به نام ربکا ساکس،^۱ این‌طور گفت: «درسته که آدم‌ها توی خیلی از موقعیت‌ها نشون می‌دن به شدت طرف‌دار برابری و تحریم اخلاقی صدمه‌زدن به بقیه‌ان؛ ولی موقعی که حرف از "ما" در مقابل "اون‌ها" باشه، اولویت‌های آدم‌ها تغییر می‌کنه.»^[۷]

پیروی صرف از دستورها

استنلی میلگرام^۱ از دانشگاه ییل،^۲ یکی از پژوهش‌های دست‌اول و مشهوری را انجام داد که نشان می‌دهد آدم‌هایی که در حالت عادی درست‌کارند، ممکن است به رفتارهای آسیب‌زا دست بزنند. میلگرام علاقه‌مند بود بداند اگر مظهر قدرت به مردم دستور بدهد کسی را زجر بدهند، این کار را می‌کنند یا نه. او پژوهشش را به‌طور خاص برای این طراحی کرد تا فرایندهای روان‌شناختی نهفته در پس هولوکاست در آلمان نازی را بفهمد. در هولوکاست، افرادی که مدعی بودند فقط از دستورها پیروی می‌کنند، میلیون‌ها انسان بی‌گناه را کشتند. میلگرام نوشت:

«اطاعت و فرمان‌برداری که یکی از عوامل تعیین‌کننده رفتار است، ارتباط زیادی با زمانه ما دارد: برپایی اتاق‌های گاز، حراست از اردوگاه‌های مرگ، کشتن آدم‌ها به تعداد مقرر در هر روز. شاید این سیاست‌های ددمنشانه را یک نفر تدوین کرده باشد؛ ولی فقط موقعی می‌شد آن‌ها را در مقیاس کلان اجرا کرد که عده زیادی از مردم از این دستورها پیروی کنند.»^[۱۲]

در مجموعه‌ای از آزمایش‌ها، میلگرام مردان را به آزمایشگاه خودش در دانشگاه ییل برد. از آن‌ها خواست در پژوهشی شرکت کنند که از قرار معلوم، درباره حافظه و یادگیری بود. آزمایش اولیه را با حضور چهل مرد انجام داد. در نسخه‌های بعدی آن، زن‌ها را هم در آزمایش شرکت داد. هر شرکت‌کننده‌ای که وارد آزمایشگاه می‌شد، فردی در کسوت آزمایشگر به او خوشامد می‌گفت و او را با شرکت‌کننده دیگری آشنا می‌کرد. در واقع، این شرکت‌کننده دوم هم دست پژوهشگران بود و خودش آن را در آزمایشگاه گذاشته بودند. آزمایشگر توضیح می‌داد پژوهش را برای این طراحی کرده‌اند که به پرسش علمی مهمی پاسخ دهند. به‌گفته او، این پرسش به تأثیر تنبیه بر سرعت یادگیری مربوط بود.

به شرکت‌کنندگان می‌گفتند قرار است یکی از آن‌ها نقش آموزگار را ایفا کند و دیگری نقش یادگیرنده را. با وجود این، میلگرام آزمایش را طوری دست‌کاری کرده بود

1. Stanley Milgram

2. Yale

که همواره شرکت‌کننده آموزشی در نقش معلم ظاهر شود و شرکت‌کننده هم‌دست در نقش یادگیرنده. نخست، مجموعه‌ای از جفت‌کلمه‌ها را به یادگیرنده می‌دادند. سپس، یکی از کلمه‌های هر جفت را نشان می‌دادند و از او می‌خواستند جفت آن را از میان چهار گزینه انتخاب کند. معلم با یادگیرنده ارتباط داشت؛ ولی او را نمی‌دید. از او خواسته بودند هر بار که یادگیرنده پاسخ غلط داد، به او شوک وارد کند. از قرار معلوم، آزمایشگر می‌کوشید بفهمد شوک کمک‌حال یادگیرنده شده است یا آنکه او را از یادگیری بازداشته است. اما در واقعیت، هیچ شوکی در کار نبود.

به معلم می‌گفتند کارش را با دادن کمترین میزان شوک، یعنی ۱۵ ولت، آغاز کند و هر بار که یادگیرنده مرتکب اشتباه شد، شدت شوک را افزایش دهد. با ورود هر میزان شوک، یادگیرنده به شکل معینی واکنش نشان می‌داد. وقتی معلم ۷۵ ولت شوک وارد می‌کرد، یادگیرنده از درد فریاد می‌کشید و هنگامی که شدت شوک را به ۱۵۰ ولت می‌رساند، التماس می‌کرد او را از ادامه آزمایش معاف کنند. همچنین، ادعا می‌کرد قلبش تیر می‌کشد. اگر معلم دچار تردید می‌شد یا آنکه با سردرگمی سراغ آزمایشگر می‌رفت و می‌پرسید اجازه دارد کار را متوقف کند یا نه، یکی از این چهار پاسخ را می‌شنید:

- «لطفاً ادامه بده»؛
- «آزمایش ایجاب می‌کند ادامه بدی»؛
- «شدیداً لازمه ادامه بدی»؛
- «چاره‌ای نداری جز اینکه ادامه بدی».

تمام این پاسخ‌ها معلم را ترغیب می‌کرد به کارش ادامه بدهد. آزمایشگر آن قدر این پاسخ‌های تحریک‌کننده را می‌داد تا یا معلم از ادامه دادن آزمایش سر باز می‌زد، یا آنکه شوک را به بیشترین درجه، یعنی ۴۵۰ ولت می‌رساند. این درجه از شوک را با علامت «XXX خطرناک» مشخص کرده بودند.

مشاهده‌ای که میلگرام را به شدت غافل‌گیر کرد، این بود: بیشتر شرکت‌کننده‌ها، یعنی ۶۵ درصد آن‌ها، مایل بودند بیشترین درجه شوک الکتریکی را به کسی وارد کنند که گمان می‌کردند بی‌گناه است. این میزان از اطاعت افراطی خیلی‌ها را به وحشت انداخت. از جمله کسانی که وحشت‌زده شدند، روان‌پزشکانی بودند که میلگرام پیش از انجام آزمایش با آن‌ها مشورت کرده بود. این روان‌پزشکان پیش‌بینی کرده

بودند فقط حدود ۱ درصد شرکت‌کننده‌ها آزمایش را تا آخر ادامه دهند. میلگرام این آزمایش را بیش از پنجاه سال پیش انجام داد؛ با این حال، آزمایش‌های مشابهی که محققان به تازگی در لهستان و آلمان انجام دادند نیز به شکلی مشابه، درصد بسیار زیاد فرمان‌پذیری را نشان داده است.^[۱۳]

پژوهش‌هایی که موقعیت‌های واقعی را به شکل واضح‌تری تقلید می‌کند، تمایل ما انسان‌ها به صدمه زدن به دیگران هنگام تبعیت از فرمان‌های مظاهر قدرت را اثبات کرده است. در پژوهشی، محققان از شرکت‌کنندگان خواستند پرسش‌های گوناگون را برای آزمودن شرکت‌کننده‌ای بخوانند که از قرار معلوم، متقاضی استخدام بود. ولی این متقاضی استخدام هم در اصل، با پژوهشگران هم‌دست بود.^[۱۴] نقش متقاضی را همیشه یک نفر بازی می‌کرد: مردی خوش لباس که حدود سی سالش بود. پژوهشگران به شرکت‌کننده‌ها گفتند مایل اند بدانند متقاضی استخدام، زیر فشار، چگونه واکنش نشان می‌دهد. از همین رو، از آن‌ها خواستند با بیان عبارت‌هایی که مدام توهین‌آمیزتر می‌شد، متقاضی را اذیت کنند. عبارت‌ها شبیه این بود: «اگه این جوری ادامه بدی، موفق نمی‌شی» یا «این شغل برای تو خیلی خیلی سخته». هرچه مصاحبه‌چلوتر می‌رفت، واکنش متقاضی تغییر می‌کرد: نخست، از شرکت‌کننده‌ها می‌خواست بس کنند؛ در ادامه، توهین‌هایشان را برنمی‌تابید و نشانه‌هایی از تنش عصبی را بروز می‌داد و در نهایت، با ناامیدی، از پاسخ‌دادن به پرسش‌ها دست می‌کشید. در وضعیت شاهد، هیچ مظهر قدرتی از شرکت‌کنندگان نمی‌خواست به کارشان ادامه دهند. در این وضعیت، هیچ‌کدام از شرکت‌کننده‌ها هر پانزده عبارت را تا آخر به کار نبردند. اما هنگامی که آزمایشگر آن‌ها را به ادامه دادن ترغیب کرد، ۹۲ درصدشان تا آخر پیش رفتند.

این گرایش ما به پیروی کردن از فرمان‌های مظاهر قدرت، حتی در جایی که این پیروی به آسیب‌زدن به شخصی بی‌گناه می‌انجامد، چه علتی دارد؟ یکی از عوامل اساسی، تمایل مظهر قدرت به پذیرفتن مسئولیت هرگونه پیامد ناگوار است. به پشتوانه این عامل، کسی که به رفتار ناپسند دست زده است، احساس می‌کند گناه این خطا به گردن او نیست.^[۱۵] تمایل افراد به مبراکردن خود به این شکل را خیلی وقت‌ها در موقعیت‌های واقعی می‌بینیم؛ از بدرفتاری سربازان آمریکایی با زندانیان در زندان ابوغریب عراق گرفته تا مدیران اجرایی شرکت‌هایی که کلاهبرداری می‌کنند.^[۱۶]

بر اساس پژوهش‌ها، افرادی که کمتر برای انجام کارهای آسیب‌زا احساس مسئولیت می‌کنند، بیشتر مایل‌اند چنین کارهایی انجام دهند. در پژوهشی که به تقلید از آزمایش میلگرام انجام دادند، گروهی از شرکت‌کنندگان را واداشتند در قبال آسیب‌زدن به یادگیرنده، بیشتر احساس مسئولیت کنند. صراحتاً به آن‌ها گفتند که مسئول سلامت یادگیرنده‌اند. این گروه روند آزمایش را خیلی زودتر متوقف کردند.^[۱۷] پژوهشگران سخنان شرکت‌کننده‌ها را دقیق تجزیه و تحلیل کردند. بر این اساس، کسانی که می‌گفتند احساس می‌کنند مسئول اقدام‌هایشان هستند، بیشتر ممکن بود در برابر دستورها مقاومت کنند و از شوک دادن به یادگیرنده دست بکشند.^[۱۸] همچنین، کسانی که بیشتر در قبال صدمه‌زدن به یک نفر احساس مسئولیت می‌کنند، بهتر در برابر دستورهای صریح به انجام این کار مقاومت می‌کنند.

طبق این یافته‌ها، داشتن احساس مسئولیت کم، گرایش فرد به ارتکاب اعمال آسیب‌زا در تبعیت از دیگران را افزایش می‌دهد. البته یافته‌ها از دلایل این اتفاق پرده برنمی‌دارد. آیا افراد تقصیر اقدام‌های خودشان را به گردن مظاهر قدرت می‌اندازند تا از مواجهه با پیامد اقدام‌هایشان شانه خالی کنند؟ برای نمونه، در دادرسی‌های نورنبرگ، متهمان نازی تقصیر کارهایشان را به گردن «اطاعت صرف از دستورها» انداختند. یا آنکه پیروی از دستورهای دیگران نحوهٔ پردازش رفتارها در ما را به لحاظ عصب‌شناختی دستخوش تغییر می‌کند؟

پاتریک هاگارد یکی از متخصصان عصب‌شناسی شناختی دانشگاه کالج لندن^۱ است. هاگارد و همکارانش پژوهشی طراحی کردند تا همین پرسش را بیازمایند.^[۱۹] از دانشجویان دعوت کردند در این پژوهش شرکت کنند. به آن‌ها گفتند با انجام این پژوهش می‌خواهند ببینند وقتی کسی به آدم‌ها بگوید چه کار باید بکنند، چگونه با یکدیگر تعامل برقرار می‌سازند و همچنین، این اتفاق را چگونه پردازش می‌کنند. شرکت‌کنندگان را به گروه‌های دونفره تقسیم کردند. از آن‌ها خواستند به هم‌گروهی‌شان شوک الکتریکی دردناک ولی تحمل‌پذیر وارد کنند. در یک حالت، به شرکت‌کننده‌ها گفتند اختیار وارد کردن یا نکردن شوک به هم‌گروهی‌شان با خود آن‌هاست و اگر شوک وارد کنند، قدری پول اضافه می‌گیرند. در حالت دیگر، آزمایشگر به شرکت‌کنندگان دستور می‌داد به طرف مقابل خود شوک وارد کنند.

1. Patrick Haggard
2. University College London

پژوهشگران فعالیت مغز شرکت‌کننده‌ها را با نوار مغز می‌سنجیدند. با این کار، آنچه را عصب‌شناسان «پتانسیل وابسته به رویداد»^۱ می‌نامند، تشخیص می‌دادند. پتانسیل‌های وابسته به رویداد جریان‌های الکتریکی کم‌ولتاژی است که مغز در واکنش به محرک‌های حسی، حرکتی و شناختی مختلف، مانند دیدن تصویر چهره^۲ یک نفر یا غافل‌گیری، تولید می‌کند. کسانی که آزادانه تصمیم می‌گیرند اقدام کنند، دامنه پتانسیل‌های وابسته به رویداد در مغزشان بیشتر از کسانی است که فردی به آن‌ها دستور اقدام کردن می‌دهد؛ این یعنی در مغز دسته اول، موج‌های بزرگ‌تری تولید می‌شود که به معنای افزایش فعالیت و تشدید تجربه در آن‌هاست.^[۴۰] پژوهشگران می‌خواستند بدانند کسانی که بدون دستور فرد دیگری شوک وارد می‌کنند، دامنه پتانسیل‌های وابسته به رویداد در مغزشان بزرگ‌تر از کسانی است که از فرمان‌های آزمایشگر پیروی می‌کنند یا نه.

نخست، تأیید کردند کسانی که با اراده خودشان شوک می‌دادند، بیشتر احساس مسئولیت می‌کردند تا کسانی که این کار را طبق دستور انجام می‌دادند: ۸۷ درصد در برابر ۳۵ درصد. با بررسی داده‌های نوار مغز، دریافتند کسانی که داوطلبانه شوک داده بودند، دامنه پتانسیل‌های وابسته به رویدادشان به‌واقع بزرگ‌تر از کسانی بود که یک نفر به آن‌ها دستور داده بود شوک بدهند. از این پژوهش به چه نکته‌ای پی می‌بریم؟ گویا کسانی که یک نفر به آن‌ها می‌گوید یا وادارشان می‌کند عملی انجام دهند که شاید به فرد دیگری صدمه بزند، یعنی کسانی که فقط از دستورها پیروی می‌کنند، اقدامشان را خفیف‌تر احساس می‌کنند تا کسانی که خودشان داوطلبانه تصمیم می‌گیرند به همان عمل دست بزنند.

کاهش شدت واکنش مغز نشان می‌دهد اگر شما کاری را انجام دهید که به شما دستور داده‌اند، گویا به لحاظ عصب‌شناختی، آن کار برایتان معنای کمتری خواهد داشت تا زمانی که خودتان اراده می‌کنید. در نتیجه، افراد در قبال اقدام‌هایشان کمتر احساس مسئولیت می‌کنند و با احتمال بیشتری به رفتارهای خبثت‌بار دست می‌زنند. همچنین، بر اساس این یافته، شاید این گفته متهمان در دفاع از خودشان که فقط از دستورها پیروی می‌کردند، صرفاً راهبردی برای بهانه‌تراشی نباشد. هنگامی که شخصی با دستور صریح مظهر قدرت، به شخص دیگری آسیب می‌زند، مغز او رفتار او را به‌گونه متفاوتی پردازش می‌کند.

1. event-related potential (ERP)

موضوع هویت

ما انسان‌ها هنگام مواجهه با شواهدی که نشان می‌دهد خطایی از ما سر زده است، به‌طور فطری دلمان می‌خواهد دنبال کسی بگردیم تقصیر را گردن او بیندازیم. چون اگر تقصیر خودمان نباشد، به خودمان و چه بسا دیگران می‌قبولانیم ذاتاً آدم پاکی هستیم. همین چند خط پیش‌تر، دیدیم کسانی که از دستورها پیروی می‌کنند، اقدام‌هایشان را خفیف‌تر احساس می‌کنند تا کسانی که به خواست خودشان اقدام می‌کنند. البته، روان‌شناسان به نکته دیگری هم پی برده‌اند: گاهی آدم‌ها با کسانی که به آن‌ها دستور می‌دهند، هم‌ذات‌پنداری می‌کنند. اینجاست که شاید به میل و اراده خودشان تصمیم بگیرند به رفتار ناپسند دست بزنند. چنین اتفاقی را به‌ویژه درباره رهبران مذهبی یا سیاسی پرچم‌به می‌بینیم.

محققان دو دانشگاه سنت اندروز^۱ و اکستر^۲ طی پژوهشی بررسی کردند هم‌ذات‌پنداری با کسی که دستور می‌دهد، چه تأثیری بر اقدام‌های افراد می‌گذارد.^[۲۱] از افرادی دعوت کردند مطالبی را درباره پژوهش میلگرام و نسخه‌های مختلف آن بخوانند. از آن‌ها پرسیدند گمان می‌کنند شرکت‌کننده‌های این پژوهش‌ها، تا چه حد با آزمایشگر، یعنی کسی که دستور می‌داد، یا یادگیرنده، یعنی کسی که به او شوک می‌دادند، هم‌ذات‌پنداری می‌کردند. برای این کار، دو گروه از شرکت‌کنندگان را به خدمت گرفتند. گروه نخست افراد متخصص بودند؛ یعنی روان‌شناسان دانشگاهی که از پیش با پژوهش میلگرام آشنا بودند. گروه دوم افراد غیرمتخصص بودند؛ یعنی دانشجویان کلاس روان‌شناسی مقدماتی که هنوز با پژوهش میلگرام آشنا نشده بودند. چون پژوهشگران گمان می‌کردند ارزیابی‌های این دو گروه با هم متفاوت باشد، آن‌ها را برگزیدند. با وجود این، در نهایت، نتایج هر دو گروه یکی بود. از شرکت‌کنندگان هر دو گروه خواستند ابتدا مطلبی درباره آزمایش اصلی میلگرام بخوانند و سپس، مطالبی درباره پانزده نسخه مختلف این آزمایش که او طی چند سال انجام داده بود. در این نسخه‌های پانزده‌گانه، میلگرام تغییرات جزئی و در عین حال بااهمیتی در روند آزمایش ایجاد کرد. در یک نسخه، آزمایشگر دستور شوک دادن را تلفنی به شرکت‌کننده‌ها می‌داد، نه حضوری. در

1. University of St. Andrews

2. University of Exeter

نسخه‌ای دیگر، آزمایش را به جای دانشگاه بلندآوازه ییل، در ساختمانی اداری در شهر بریجپورت^۱ ایالت کنتیکت انجام داد.

از روان‌شناسان و دانشجویان پرسیدند گمان می‌کنند هر نسخه از آزمایش بر هم‌ذات‌پنداری شرکت‌کننده با این دو گروه چه تأثیری گذاشته است: هم‌ذات‌پنداری با آزمایشگر در مقام دانشمند و جامعه علمی‌ای که آزمایشگر نماینده آن بوده است یا هم‌ذات‌پنداری با یادگیرنده و اجتماع وسیع‌تر او. سپس، پژوهشگران بررسی کردند ارزیابی ماهیت هم‌ذات‌پنداری شرکت‌کنندگان در نسخه‌های مختلف آزمایش میلگرام، با تمایل آن‌ها به پیروی یا سرپیچی کردن از فرمان‌ها هم‌بستگی داشته است یا نه. آیا هم‌ذات‌پنداری بر فرمان‌برداری تأثیر داشت؟ در یک کلام، بله. بعضی از نسخه‌های آزمایش، شرکت‌کنندگان را بر آن می‌داشت با آزمایشگر هم‌ذات‌پنداری کنند و اقدام‌های او را کمک شایانی به پیشبرد دانش علمی بدانند. این نسخه‌ها شرکت‌کنندگان را وامی‌داشت به مدت خیلی بیشتری از فرمان‌های شوک دادن اطاعت کنند. در یکی از این نسخه‌ها، یادگیرنده به صورت کلامی گلایه نمی‌کرد؛ بلکه به نشانه اعتراض، به دیوار مشت می‌کوبید. در نسخه‌ای دیگر، آزمایشگر دومی وارد عمل می‌شد و فرمان‌هایی را برای افزایش سرعت کار صادر می‌کرد.

بعضی از نسخه‌های آزمایش هم شرکت‌کنندگان را ترغیب می‌کرد با یادگیرنده هم‌ذات‌پنداری کنند. این نسخه‌ها شرکت‌کنندگان را وامی‌داشت خیلی زودتر و با تأکید بیشتر، در برابر دستورها بایستند. در یکی از این نسخه‌ها، دو نفر که به ظاهر شرکت‌کننده بودند ولی در اصل، هم‌دست پژوهشگران بودند، زیر بار نمی‌رفتند که به شوک دادن ادامه بدهند. در نسخه‌ای دیگر، دو آزمایشگر بر سر اینکه شرکت‌کننده باید به شوک دادن ادامه بدهد یا نه، با یکدیگر مشاجره می‌کردند.

طبق این یافته‌ها، شاید دلیل اقدام آدم‌ها به رفتارهای آسیب‌زا هنگام تبعیت از دستورها، فقط احساس مسئولیتشان نباشد؛ بلکه باورش‌شان به کمک به تحقق هدفی ارزشمند باشد.

این توضیح جدید، چشم ما را به برخی از عواملی باز می‌کند که سیاست‌های نازی‌ها را به سمت چنین کارایی ویرانگری سوق داد. این‌طور نبود که آدم‌ها فقط از سرب‌میلی یا با کرحتی از دستورها اطاعت کنند؛ بلکه در بسیاری از مواقع، چشم‌انداز اجتماعی و مأموریت کلان فاشیسم را با آغوش باز می‌پذیرفتند. این افراد با خطرهایی که هیتلر به زبان می‌آورد،

1. Bridgeport

هم‌ذات‌پنداری می‌کردند. مانند هیتلر احساسات میهن‌پرستانهٔ افراط‌گونه داشتند و غبطهٔ گذشته‌ای را می‌خوردند که زندگی ساده‌تر بود. مثل هیتلر از بیگانه‌ها بیزار بودند و چشم‌انداز او، یعنی جامعه‌ای یکدست و خالص از نظر نژادی را قبول داشتند. اینکه چرا بعضی‌ها به رفتارهای زشت دست می‌زنند و بعضی‌های دیگر نه، به آدم‌های زشت‌کردار و نیک‌کردار بر نمی‌گردد؛ نقش عوامل موقعیتی و موضوع هویت شخصی به مراتب مهم‌تر از آنی است که شاید تصور کنیم.^[۲۲]

رنج بی‌تصمیمی

همان‌طور که دیدیم، بیشتر شرکت‌کننده‌ها در آزمایش اولیهٔ میلگرام همین‌طور به شوک دادن ادامه دادند؛ شوک‌هایی که پیوسته دردناک‌تر می‌شد، آن‌هم به کسی که می‌دانستند بی‌گناه است. البته، نکته‌ای که اغلب دربارهٔ این پژوهش از آن غافلیم، این است: برای شرکت‌کنندگان راحت نیست تصمیم بگیرند به پیروی کردن از فرمان‌های مظهر قدرت ادامه دهند. طبق تصاویر ویدئویی، بعضی از شرکت‌کنندگان، با وجود ادامه دادن شوک‌ها، برای این اقدامشان رنج می‌کشیدند. میلگرام یکی از شرکت‌کننده‌های رنجیده‌خاطر را توصیف کرد: «تاجر جاافتاده‌ای را دیدم که در ابتدا، آرام بود. با لبخندی بر لب و اعتماد به نفس فراوان وارد آزمایشگاه شد. طی بیست دقیقه، به آدم تکیده‌ای بدل شد که به خودش می‌پیچید و لکنت گرفته بود. به سرعت به مرز فروپاشی عصبی نزدیک می‌شد. یکریز نرمهٔ گوشش را می‌کشید و دست‌هایش را به هم می‌فشرد. یک جا با مشت به پیشانی خودش کوبید و زیر لب گفت: "وای خدا، بذارین تمومش کنیم."»^[۲۳] ولی این مرد هم مثل بیشتر شرکت‌کننده‌ها، کارش را تا پایان ادامه داد؛ یعنی تا شوک ۴۵۰ ولتی. البته، این آدم هیولایی نبود که کورکورانه و با آسودگی خاطر از دستوره‌های مظهر قدرت پیروی کند. شرکت‌کنندگان پژوهش میلگرام با معضلی دشوار و غیرعادی روبه‌رو بودند. این افراد رضایت داده بودند در پژوهشی شرکت کنند که قرار بود اهداف علم را پیش ببرد. همچنین، به آزمایشگری که به آن‌ها دستور می‌داد، اعتماد داشتند. در ادامه، همچنان که شوک‌ها شدیدتر شد و معلوم شد دیگر تنبیه خفیفی اعمال نمی‌کنند، برایشان دشوار بود خودشان را از شر این آزمایش خلاص کنند.

بیشتر شرکت‌کننده‌ها در مقطعی کوشیدند مقاومت کنند. سراغ آزمایشگر رفتند و پرسیدند چه باید بکنند. به آزمایشگر اصرار کردند وضعیت شرکت‌کننده را بررسی کند. خیلی‌هایشان هم در مقطعی گفتند: «من دیگه ادامه نمی‌دم.» اما ادامه دادند. کاری که بیشتر شرکت‌کننده‌ها سخت انجامش می‌دادند، گوش کردن به حرف دلشان و رهاکردن آزمایش بود. به بیان دیگر، دلشان می‌خواست کار درست را انجام دهند و اغلب، چندین بار، کوشیدند این کار را کنند؛ اما توان به سرانجام رساندن تصمیمشان را نداشتند.

پس آن‌هایی که مقابل مظهر قدرت ایستادند، چه کسانی بودند؟ میلگرام شرکت‌کننده‌ها را در تقسیم‌بندی ساده‌ای، در دو گروه فرمان‌بردار و نافرمان جای داد. با این حال، چندی پیش، پژوهشگران صداهای ضبط‌شده پژوهش میلگرام را تجزیه و تحلیل کردند و فهمیدند تفاوت‌های ظریف خیلی بیشتری در کار است. [۲۴] بسیاری از شرکت‌کنندگان هر دو گروه به شکلی مقابل دستورها ایستادند. بعضی از آن‌ها مردد شدند شوک دادن را ادامه بدهند یا نه. بعضی‌های دیگر نگرانی‌شان از آسیب‌زدن به شرکت‌کننده را به زبان آوردند. دیگران هم سعی کردند آزمایش را متوقف کنند. شرکت‌کنندگان نافرمان کسانی بودند که زیر بار اعمال شوک‌های بسیار دردناک نرفتند. از میان اعضای این گروه، ۹۸ درصدشان کوشیدند در همان مراحل اولیه از حضور در پژوهش انصراف دهند. آن‌ها عبارت‌هایی مانند این را به زبان می‌آوردند: «دیگه نمی‌تونم این کار رو بکنم» یا «دیگه این کار رو نمی‌کنم». شرکت‌کنندگان فرمان‌بردار کسانی بودند که شوک دادن را تا آخر ادامه دادند. در این گروه، ۱۹ درصد افراد نوعی مخالفت مستقیم را به زبان آوردند.

کسانی که در نهایت از فرمان آزمایشگر سرپیچی کردند، این کار را به شکل‌های گوناگون انجام دادند. شرکت‌کنندگانی که راهبردهای مختلف را برای کناره‌گیری از آزمایش به کار گرفتند و مظهر قدرت را زودتر پس زدند، بیشتر ممکن بود از آزمایش دست بکشند. از این مثال درمی‌یابیم کسانی که می‌خواهند کار درست را انجام دهند، اغلب، به این دلیل از انجام آن ناکام می‌مانند که مهارت‌ها و راهبردهای مناسب را در اختیار ندارند.

در این کتاب، ابزارها و راهبردهایی را در اختیارتان می‌گذارم تا هرگاه زمانش رسید و فکر کردید «دیگه نمی‌تونم این کار رو بکنم» یا «دیگه این کار رو نمی‌کنم»، تصمیمتان را به سرانجام برسانید.

تشدید تدریجی

یکی از دلایل ادامه دادن کاری که دستور داده‌اند انجامش دهیم و می‌دانیم درست نیست، وخیم شدن تدریجی وضعیت است. گاهی یک‌به‌یک گام‌های کوچک اشتباه به نظر می‌رسد؛ ولی اشتباهی به نسبت کوچک. همین ویژگی، تصمیم توقف آن کار را به لحاظ روان‌شناختی برای ما دشوار می‌کند. در ادامه، با شدیدتر شدن آسیب، اگر برای انفعال خودمان در گذشته توضیحی نداشته باشیم، به سختی می‌توانیم مسیرمان را تغییر دهیم. به این پدیده «تشدید تدریجی» می‌گویند. تشدید تدریجی سبب می‌شود مشکل را سخت تشخیص بدهیم و نتوانیم خودمان را در اوایل فرایند، از شر آن خلاص کنیم. مثال مناسب این پدیده برنی مادوف^۱ است. مادوف کارشناس امور مالی بود که با یک نقشه پانزی گسترده، میلیون‌ها دلار سر مردم کلاه گذاشت. او در توضیح اینکه کارش را چطور شروع کرد، گفت: «حُب، می‌دونی؟ اتفاقی که می‌افتد اینه که اولش یه خرده پول به جیب می‌زنی. شاید در حد چندصد دلار یا چندهزار دلار. این مقدار اذیت نمی‌کنه. بعدش، قبل از اونکه بفهمی، یواش یواش مبلغ بیشتر و بیشتر می‌شه.»^[۲۵] انواع دیگر رفتارهای ناپسند، از تقلب کردن در درس گرفته تا لالابالگیری در انجمن‌های برادری و اذیت و آزار جنسی، اغلب به همین شکل پیش می‌رود.

طبق پژوهش‌های تجربی، خطاهای کوچک، در سرازیری لغزش قرارمان می‌دهد. اگر از کارهای ناپسند جزئی قسر دربرویم، احتمال دست زدن به خطاهای بزرگ‌تر و جدی‌تر بیشتر می‌شود. هنگامی که کار اشتباه کوچکی از ما سر می‌زند، باید در عین حال که انجام آن را توجیه می‌کنیم، دیدگاه مثبتمان درباره خودمان را حفظ کنیم. شاید کارمان را چندان بزرگ ندانیم و بدین ترتیب، آن را برای خودمان توجیه کنیم؛ اما به واسطه همین توجیه، در آینده راحت‌تر زیر بار پذیرش خطاهای جدی‌تر می‌رویم. محققان پژوهشی انجام دادند تا امتحان کنند اعمال دغل‌کارانه کوچک، احتمال دست زدن افراد به کارهای ناپسند بزرگ‌تر در آینده را افزایش می‌دهد یا نه. در این پژوهش، از دانشجویان خواستند در سه آزمون مجزا، مجموعه‌ای از مسائل ریاضی را حل کنند.^[۲۶] دانشجویان را به صورت تصادفی، در یکی از سه گروه زیر قرار دادند و به اعضای هر گروه، دستمزد متفاوتی پرداختند:

گروه یک: دانشجویان برای هر پاسخ درست در هریک از آزمون‌ها، ۲/۵ دلار می‌گرفتند.

1. Bernie Madoff

گروه دو: دانشجویان برای دو آزمون نخست هیچ پولی نمی‌گرفتند؛ ولی برای هر پاسخ درست در آزمون سوم، ۲/۵ دلار می‌گرفتند.

گروه سه: به دانشجویان گفتند برای هر پاسخ درست در آزمون نخست ۲۵ سنت، برای هر پاسخ درست در آزمون دوم ۱ دلار و برای هر پاسخ درست در آزمون سوم ۲/۵ دلار می‌گیرند.

پس از هر آزمون، به دانشجویان پاسخ‌نامه‌ها را دادند. به آن‌ها گفتند درستی پاسخ‌هایشان را بررسی کنند و پولی را که حقشان است، از داخل پاکت بردارند. بدون آنکه شرکت‌کننده‌ها بدانند، پژوهشگران می‌توانستند پس از پایان کار، بررسی کنند دانشجویها مبلغ را درست حساب کرده‌اند یا نه.

به نظرتان چه اتفاقی افتاد؟ اعضای گروه سوم که پاداش آن‌ها به تدریج افزایش می‌یافت، بیشتر از همه تقلب کردند؛ یعنی دوبرابر کسانی که در دو گروه دیگر بودند. برای اعضای گروه سوم، دروغ اول خیلی ناچیز بود. این افراد در ازای هر دروغ فقط ۲۵ سنت به جیب می‌زدند. از این رو، دروغشان خیلی بااهمیت به نظر نمی‌رسید. آن‌ها که در نخستین آزمون دروغ گفته بودند، در دو آزمون بعدی هم راحت‌تر به این کار ادامه می‌دادند؛ چراکه در آزمون‌های بعدی، دروغ‌گفتن پاداش دندان‌گیرتری نصیبشان می‌کرد. کلاهبرداری‌های شرکت‌ها هم اغلب به همین شکل، با رفتارهای غیراخلاقی کوچک شروع می‌شود. در ادامه، این رفتارهای غیراخلاقی کوچک به رفتارهایی بزرگ و مجرمانه بدل می‌شود. مدیران اجرایی که به دست‌بردن در حساب‌ها متهم می‌شوند، اغلب مجموعه‌گام‌هایی را توصیف می‌کنند که به کلاهبرداری انجامیده است. بیشترشان یادشان نیست اقدام‌های ناپسندشان را چه زمانی آغاز کرده‌اند.^[۲۷] پیوستن افراد به انجمن‌های برادری هم اغلب از همین الگو تبعیت می‌کند؛ یعنی با تقاضاهایی آغاز می‌شود که رفته‌رفته شدت می‌گیرد. نخست، به فرد دستورهای جزئی می‌دهند؛ برای مثال مسافت‌های کوتاهی را بدود یا خودروی کسی را تمیز کند. پس از آن، نوبت به فرمان‌های سفت‌وسخت‌تر می‌رسد؛ مانند اجبار به نوشیدن مشروب یا ضرب‌وجرح. بنابراین، دیدیم که لغزش‌های کوچک راحت‌تر انسان را به سمت ارتکاب خطاهای بزرگ‌تر می‌راند. چون فرد می‌کوشد رفتار خودش را توجیه کند. البته، توضیح دیگر این است: هنگامی که آدم‌ها به رفتار ناپسندی دست می‌زنند، نخست، دچار نوعی انگ‌بخشی فیزیولوژیکی ناخوشایند می‌شوند، چون می‌فهمند کارشان اشتباه است؛ ولی با گذشت زمان، به این وضعیت خو می‌گیرند و دیگر چنین واکنشی

نشان نمی‌دهند. در تأیید این فرضیه، پژوهشگران اثبات کرده‌اند پس از دیدن پی‌درپی تصاویر ناخوشایند، مانند تصاویر خشونت، مرگ، عصبانیت و...، آمیگدالا در افراد کمتر تحریک می‌شود. آمیگدالا یا بادامه قسمتی از مغز است که هیجان را پردازش می‌کند.^[۲۸]

پژوهشگران دانشگاه کالج لندن و دانشگاه دوک^۱ می‌خواستند پاسخ این پرسش را بیابند: ارتکاب رفتارهای فریب‌کارانه جزئی به کاهش انگیزتگی مغز می‌انجامد یا نه؟^[۲۹] شرکت‌کنندگان در این پژوهش، به همراه هم‌گروهی‌شان که در واقع با پژوهشگران هم‌دست بود، مجموعه‌ای از تکالیف تخمین‌زدن را انجام دادند. باید حدس می‌زدند داخل شیشه، چند پنی پول وجود دارد. هنگام انجام تکالیف، پژوهشگران وضعیت مغز شرکت‌کننده‌ها را با اسکنرهای افام‌آرای رصد کردند. در یکی از حالت‌ها، به شرکت‌کننده‌ها گفتند اگر دقیق‌ترین مقدار را حدس بزنند، خود و هم‌گروهی‌شان بیشترین پاداش را می‌گیرند. در حالتی دیگر، به آن‌ها گفتند اگر دروغ بگویند و مبلغ را به عمد بیشتر یا کمتر برآورد کنند، خودشان بیشترین پاداش را می‌گیرند؛ ولی پول کمتری نصیب هم‌گروهی‌شان می‌شود. به این ترتیب، پژوهشگران می‌توانستند ارزیابی کنند وقتی افراد عامدانه به برآوردهای نادرست دست می‌زنند، مغز آن‌ها چگونه واکنش نشان می‌دهد.

در آزمایش‌های نخست که شرکت‌کننده‌ها به عمد حدس‌های غیرصادقانه زدند، آمیگدالای مغزشان واکنش شدیدی نشان داد. معنی این واکنش شدید، آگاهی شرکت‌کننده از دروغ‌گفتن خودش و در نتیجه احساس ناخوشایندش از این کار بود. با وجود این، با گذشت زمان و تکرار چندباره آزمایش، فعالیت آمیگدالا به شدت افت کرد؛ این یعنی واکنش عصبی افراد ضعیف شده بود. به طور معمول، وقتی ما انسان‌ها کار ناپسندی انجام می‌دهیم، دچار احساسات ناخوشایند می‌شویم. گفتن دروغ‌های کوچک مغز ما را در برابر این احساسات کرخت می‌کند. در نتیجه در آینده، راحت‌تر به رفتارهای ناپسند دست می‌زنیم. پژوهشگران همچنین دریافتند هرچه شدت فعالیت آمیگدالا در یک آزمایش بیشتر افت می‌کرد، احتمال دروغ‌گفتن شرکت‌کننده در آزمایش‌های بعدی بیشتر بود؛ آن‌هم دروغی بزرگ‌تر.

در این پژوهش، فقط واکنش مغز به دروغ‌گفتن‌های پی‌درپی را بررسی کردند. با این حال، کشف کردند واکنش‌های عصبی آدم‌ها در پاسخ به فریب‌کاری‌های

1. Duke University

پی‌درپی افت می‌کند. طبق این کشف، آمیگدالا نخست به کارهایی که می‌دانیم پسندیده نیست، به شدت واکنش نشان می‌دهد؛ ولی با تکرار چندین وچندبار رفتار ناپسند، این واکنش احساسی تضعیف می‌شود. یکی از پژوهشگران توضیح داد: «وقتی برای دستیابی به منافع شخصی دروغ می‌گوییم، آمیگدالا در مغزمان احساس ناخوشایندی تولید می‌کند که از آمادگی ما برای دروغ‌گفتن می‌کاهد. ولی اگر به دروغ‌گفتن ادامه دهیم، این واکنش رنگ می‌بازد. همچنین، هرچه این واکنش بیشتر تضعیف شود، دروغ‌های بزرگ‌تری می‌گوییم. چه بسا این اتفاق ما را در سرآزیری لغزش قرار دهد که در آن، اعمال فریب‌کارانه کوچک به دروغ‌هایی بس بزرگ می‌انجامد.»^[۳۰] می‌دانیم به‌طور معمول، آدم‌های درستکار به رفتارهای ناپسند روی نمی‌آورند؛ اما طبق این پژوهش، اگر این آدم‌ها، به هر دلیلی، گامی کوچک در جهت نادرست بردارند، چه بسا این کارشان به برداشتن گام‌های بزرگ‌تر در همان جهت بینجامد. این یافته کمک می‌کند درصد برآییم چرا میزان فرمان‌برداری در آزمایش میلگرام این‌قدر زیاد بود. همان‌طور که دیدیم، شرکت‌کننده‌ها این فرمان‌برداری را با واردکردن شوک‌های بسیار کوچک آغاز کردند. نخست، بیشتر افراد از پذیرفتن درخواست آزمایشگر احساس ناخوشایندی نمی‌کردند؛ اما پیش از آنکه به خودشان بیایند و دریابند تقاضاها پیوسته شدید می‌شود، عمل شوک‌دادن را بارها و بارها تکرار کردند.^[۳۱] آن‌ها کارشان را با اعمال ۱۵ ولت شوک آغاز کردند. بعد از آن، ۳۰ ولت و سپس ۴۵ ولت شوک دادند. هیچ‌یک از این مقادیر، زیاد به نظر نمی‌آمد. شرکت‌کننده‌ها گمان می‌کردند این کارشان به سود علم است و به دانشمندان کمک می‌کنند ارتباط بین تنبیه و یادگیری را تشخیص دهند. با این حال، افزایش تدریجی شدت شوک‌ها موجب می‌شد در ادامه به این راحتی‌ها نتوانند تصمیمشان برای متوقف‌کردن شوک‌ها را توجیه کنند. از طرفی، همچنان که به شوک‌دادن ادامه می‌دادند، واکنش‌های فیزیولوژیکی و عصبی آن‌ها به این کار ناپسند تضعیف می‌شد. بیشتر آدم‌ها دوست ندارند فوری به کسی ۴۵۰ ولت (با برچسب XXX خطرناک) شوک بدهند، حتی اگر شخصی محترم و مظهر قدرت به آن‌ها دستور داده باشد؛ اما اگر دادن شوک ۱۰۰ ولتی ایرادی نداشته باشد، چرا باید دادن شوک ۱۱۵ ولتی ایراد داشته باشد؟ چگونه تصمیم می‌گیرید چه زمانی دست بکشید؟

با وجود این، خوشبختانه بعضی از شرکت‌کننده‌ها تصمیم گرفتند از این کار دست بکشند. اگر بفهمیم چه عاملی به آن‌ها قدرت داد از دستور شوک‌دادن سرپیچی

کنند، رهیافتی به دست می‌آوریم که با بهره‌مندی از آن، به آدم‌ها کمک کنیم در برابر انواع واقسام فشارهای اجتماعی مقاومت کنند. با ارزیابی صداهای ضبط‌شده در آزمایش‌ها، پژوهشگران از عواملی پرده برداشتند که به بعضی از شرکت‌کننده‌ها جرئت نافرمانی داد. آن‌طور که پیداست، هرچه یک نفر زودتر با صدای بلند به دستورها اعتراض می‌کرد، احتمالش بیشتر بود در نهایت، از آن‌ها سر باز بزند.^[۳۲] کسانی که به صراحت از دستورها انتقاد می‌کردند، برایشان دشوارتر بود اقدام خودشان را توجیه کنند.

در تمام نسخه‌های آزمایش میلگرام، شرکت‌کنندگانی که اطاعت از فرمان‌ها را متوقف کردند، این کار را با رسیدن به شوک ۱۵۰ ولتی انجام دادند.^[۳۳] این میزان ولتاژ چه ویژگی منحصر به فردی دارد؟ با رسیدن به این ولتاژ، قربانی تقاضا می‌کرد او را آزاد کنند. این تقاضا مناسبات تعامل را زیورور می‌کرد. پیداست کسانی که از دستورهای آزمایشگر سرپیچیدند، تمایل قربانی به متوقف کردن شوک‌ها را بر دستورهای آزمایشگر ارجح می‌دانستند.

شرکت‌کنندگانی که در آزمایش‌های میلگرام در برابر مظهر قدرت گردن‌کشی کردند، آدم‌هایی معمولی بودند. این آدم‌های معمولی تصمیم گرفتند درباره انجام کاری که از آن‌ها خواسته بودند، تعمق کنند. همین تعمق به این افراد جسارت داد مقابل فشارهای ناشی از موقعیت بایستند و نافرمانی کنند. این آدم‌ها دقیقاً چه کاری را متمایز از دیگر شرکت‌کننده‌ها انجام می‌دادند؟ آیا از عملکرد آن‌ها نکته‌ای می‌آموزیم؟

درک سکوت و انفعال

تا اینجا بر دو موضوع متمرکز بودم: ۱. آدم‌های درستکاری که رفتارهای نادرست از آن‌ها سر می‌زند؛ ۲. برخی از عوامل موقعیتی که این قبیل رفتارها را تسهیل می‌کند. درک این عوامل مهم است؛ چون به ما یادآوری می‌کند همه‌مان در معرض تأثیرپذیری از آن‌ها هستیم. همچنین، کمکمان می‌کند رویکردهایی را برای تاب‌آوردن فشار آن‌ها تدوین کنیم. برای نمونه، پژوهشگران دریافته‌اند کسانی که به اهمیت مخالفت کردن با دستورهای مظاهر قدرت یا تاب‌آوردن فشار ارتکاب اعمال فریب‌کارانه کوچک واقف‌اند، کمتر تسلیم این عوامل می‌شوند.

در آغاز این فصل، ماجرای دختر نوجوانی را بازگو کردم که دو پسر دبیرستانی به او تجاوز کرده بودند. حالا، تصویر کامل‌تری از آن ماجرا را برایتان ترسیم می‌کنم. دو پسری که قانون آن‌ها را مجرم شناخت، به هیچ‌وجه تنها کسانی نبودند که آن شب مرتکب رفتارهای ناپسند شدند. دختر کاملاً بی‌هوش و حواس بود. دو دانش‌آموز میچ دست‌ها و پاهایش را گرفته و او را به زیرزمین برده بودند. چندین دانش‌آموز از او که برهنه و بی‌هوش بود، عکس گرفته بودند. آن‌ها این عکس‌ها را با دیگر دانش‌آموزان به اشتراک گذاشتند و حتی در توییتر، فیس‌بوک و یوتیوب منتشر کردند. یک دانش‌آموز هم پیدا نشد که بکوشد با جلوگیری از تجاوز، بیرون بردن دختر از آن موقعیت نالیمن یا زنگ‌زدن به ۹۱۱، به دختر کمک کند.

بی‌تردید دو دانش‌آموزی که به دختر تجاوز کردند، اقدام هولناکی انجام دادند. اما، خیلی‌های دیگر با وجود توان مداخله، این کار را نکردند و به‌نوعی، انفعال آن‌ها اجازه وقوع تجاوز را داد.

شوربختانه، مثال‌های فراوانی نشان می‌دهد فقط افراد معدودی دست روی دست نمی‌گذارند. این انفعال حتی در جاهایی رخ می‌دهد که بی‌تردید اتفاق ناپسندی در شرف وقوع است. شریلین ایفیل^۱ کتابی درباره میراث اوباش شکنجه‌گر نوشته است. خانم ایفیل می‌گوید خیلی وقت‌ها، اوباش آمریکایی آفریقایی‌تبار را در میدان‌های عمومی شکنجه می‌کردند، به‌طوری که صدها و گاهی هزاران نفر نظاره‌گر این شکنجه‌های دسته‌جمعی بودند.^[۳۴] بی‌شک، همه این تماشاچی‌ها چنین کاری را تحسین نمی‌کردند. احتمالاً بعضی از آن‌ها می‌ترسیدند؛ ولی فقط تعداد خیلی کمی مداخله می‌کردند.

امروزه هم مانند آن زمان، مثال‌های زیادی از چنین انفعالی وجود دارد: عده انگشت‌شماری مرتکب اقدامی ناپسند می‌شوند و عده پرشماری از آن غفلت می‌کنند یا آن را نادیده می‌گیرند. پس از لابلایگیری در انجمن برادری در دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا، دانشجویی نوزده‌ساله از بالای راه‌پله‌ای طولانی به پایین پرتاب شد. چرا آن همه آدم حاضر در صحنه به ۹۱۱ زنگ نزدند؟ ترامپ در کسوت رئیس‌جمهور آمریکا، حرف‌های توهین‌آمیز پرشماری به زبان می‌آورد. برای مثال، مکزیک‌ها را تجاوزگر و قاتل خطاب می‌کرد. چرا رهبران پرشمار جمهوری خواهان این گفته‌های او را نادیده می‌گرفتند؟ عده‌ای از کشیشان مرتکب کودک‌آزاری می‌شدند. چرا کلیسای کاتولیک تصمیم گرفت از این کشیشان محافظت کند؟ اطلاعاتی وجود داشت که

1. Sherrilyn Ifill

نشان می‌داد لری نصار^۱ سال‌های سال، به ژیمناست‌های جوان تجاوز کرده است. چرا این همه آدم، از مربیان و مدیران دانشگاه ایالتی میشیگان^۲ گرفته تا مسئولان ژیمناستیک آمریکا، درباره این اطلاعات هیچ اقدامی نکردند؟ در تک‌تک این مثال‌ها، تعداد انگشت‌شماری از مردم در ارتکاب عمل ناپسند نقش داشتند؛ ولی خیلی‌ها هیچ تلاشی نکردند تا مانع آن عمل شوند.

تنها عامل مهمی که اجازه می‌دهد رفتارهای ناپسند ادامه یابد، ناتوانی آدم‌های نیک‌کردار در مقاومت‌کردن و انجام کار درست است تا وجود یک بزرگ در گله. مارتین لوتر کینگ جونیور^۳ در یکی از سخنرانی‌هایش در سال ۱۹۵۹، درباره این گرایش صحبت کرد:

«تاریخ باید ثبت کند بزرگ‌ترین مصیبت این دوران گذار اجتماعی، سکوت مخوف آدم‌های راست‌کردار بود، نه بانگ کرکننده آدم‌های زشت‌کردار.» [۳۵]

اما خبر دل‌گرم‌کننده اینکه اغلب، برخی از عوامل سبب می‌شود آدم‌های راست‌کرداری همچون ما سکوت پیشه کنند و دست روی دست بگذارند. شناخت این عوامل، ابزاری در اختیار ما می‌گذارد که دل‌گرممان می‌کند یا پیش بگذاریم و اقدامی انجام دهیم. چنان‌که در فصل بعد خواهیم دید، چه بسا رفتار نادرست را تشخیص دهیم؛ ولی احساس مسئولیت نکنیم و امیدوار باشیم دیگران به جای ما کاری نکنند. شاید هم آن‌طور که در فصل سوم خواهیم دید، رفتارهای مبهم را ناپسند ندانیم. چنان‌که در فصل چهارم خواهیم دید، شاید گمان کنیم مداخله‌کردن تاوان جسمی یا اجتماعی گزافی خواهد داشت. شاید هم آن‌طور که در فصل پنجم درباره‌اش خواهیم گفت، مهم‌ترین عامل واهمه‌داشتن از پیامدهای شخصی، حرفه‌ای و اجتماعی ایستادن در برابر اعضای گروه اجتماعی خودمان باشد. با وجود این، اگر بدانید چه باید بکنید، تک‌تک این عوامل را خنثی می‌کنید.

۱. Larry Nassar: فردی عرب‌تبار و پزشک متخصص استخوان‌درمانی است. نصار بین سال ۱۹۸۶ تا ۲۰۱۶ فعالیت می‌کرد. او را به جرم آزار و سوءاستفاده جنسی از کودکان در زمان مسئولیتش در کسوت پزشک تیم ژیمناستیک دختران آمریکا، به ۱۷۵ سال زندان محکوم کردند.

2. Michigan State University

۳. Martin Luther King Jr.: کشیش و فعال مدنی آمریکایی بود. او از سال ۱۹۵۵ تا زمان ترورش در سال ۱۹۶۸، شناخته‌شده‌ترین سخن‌گو و رهبر جنبش حقوق مدنی آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار بود. کینگ با نافرمانی مدنی و پرهیز از خشونت که الهام‌گرفته از باورهای مسیحی او و شیوه مبارزه مدنی گاندی بود، حقوق مدنی سیاه‌پوستان آمریکا را ارتقا داد.