

Mental Concepts مفاهیم ذهنی

مقدمه: با درود به همراهان عزیز ما، در دوره آموزشی مهارت درست فکر کردن، در جلسات گذشته بر این مسئله تاکید کردیم که برای بهبود بخشیدن به کیفیت تفکر در خود، ابتدا باید این فرایند را هر چه بهتر و بیشتر بشناسیم.

بدانیم چه استعداد ها و توانایی هایی سبب میشود بشر این امتیاز ویژه را نسبت به سایر موجودات داشته باشد. همچنین آگاهی یابیم که چرا این توانایی شگفت انگیز، یعنی بهره مند بودن از قوه فکر و اندیشه، گاهی سبب می شود به خود یا دیگران لطمه بزنیم. چرا تصمیم های نادرست میگیریم؟ چرا گاهی صرفاً به فکر منفعت خود هستیم و فکر و اندیشه خود را در راستای خودخواهی های خود بکار میگیریم؟ بر این موضوع همواره تاکید داریم که هر چه بهتر فرایند فکر کردن را بشناسیم بهتر میتوانیم از آن بهره مند شویم.

مطالعات حوزه تفکر نشان داده که این فعالیت یعنی تلاش برای استفاده مفید و موثر و در عین حال منصفانه و منطقی از این توانایی خارق العاده مستلزم این است که ما در سه زمینه به فعالیت مشغول شویم. اول اینکه موانع تفکر منصفانه و منطقی را بشناسیم و راه مقابله با این نیروهای درونی و بیرونی را پیدا کنیم. دومین فعالیت ما در زمینه بهره مندی از تفکر صحیح و اصولی مستلزم ایجاد برخی خصلت ها و ویژگی هاست که بدون آنها نمی توان درست و منصفانه فکر کرد. ایجاد این فضیلت های فکری بخش مهم و جدایی ناپذیر مطالعات تفکر است. سوم اینکه برخی مهارت ها و تکنیک ها را برای استفاده موثر از توان فکری خود یاد بگیریم. مثلاً اینکه چگونه تفکر خلاق را در خود پرورش دهیم یا اینکه چگونه بطور منطقی استدلال کنیم یا اینکه چگونه مراقب باشیم پیش فرض ها به فرایند تصمیم گیری ما آسیب نزنند و غیره

آنچه باید به آن توجه کرد این است که فعالیت ما در این سه بخش باید توأمان باشد یعنی بدین شکل نیست که یک بخش را به انجام برسانیم و بعد سراغ بخش بعدی برویم. البته همیشه گفته ایم که ایجاد فضیلت های فکری بر مهارت های فکری الویت دارد چرا که در اختیار داشتن مهارت ها بدون اینکه انسان جنبه اخلاقی تفکر را در خود تقویت کند، سبب میشود تا از مهارت ها به نفع خود و گروه خود سو استفاده کنیم. کاری که بسیاری از سیاستمداران و رسانه ها برای شستشوی مغزی مردم انجام می دهند.

در جلسات گذشته تمرکز خود را روی چند نوع سوگیری گذاشتیم و نشان دادیم چگونه این گرایشات ذهنی که بیشتر ناخودآگاه هم هستند مانع از تفکر واقع بینانه و منصفانه میشوند. البته تعداد

سوگیری های شناختی از آنچه تا اینجا بیان کردیم بسیار بیشتر است ولی برای اینکه این دوره آموزشی تنوع لازم را داشته باشد در صدد هستیم سایر انواع سوگیری ها را در خلال مطالب دیگری که تقدیم حضورتان میکنیم، بیاوریم.

برای داشتن تفکری واقع بینانه و منطقی باید این سوگیری ها را بشناسیم و اجازه ندهیم در فرایند فکر کردن ما دخالت کنند و ما را دچار خطای فکری کنند. اولین شرط برای جلوگیری از نقش آفرینی این خطاهای فکری این است که آنها را بشناسیم.

باید بدانیم چگونه این خطاهای فکری ما را از مسیر عقلانیت خارج میکنند. مطالعات نشان داده آموزش این خطاها سبب کاهش قابل توجه آنها میشود. البته باید توجه داشته باشیم اینگونه هم نیست که صرفاً با تماشای برنامه های آموزشی بتوان همه سوگیری ها را در همه افراد کاهش داد. پژوهش ها نشان داده که برخی تکنیک های کاهش سوگیری در برخی از افراد کار نمیکند. مسئله به این سادگی نیست که فکر کنیم با تماشای یک برنامه آموزشی یا بکارگرفتن تکنیکی خاص به راحتی میتوان سوگیری را کنترل کرد.

پس نتیجه میگیریم کار ما با سوگیری ها تمام نشده و هنوز باید انواع دیگر سوگیری و روش های کاهش سوگیری یا debiasing را در ادامه مسیرمان در این دوره آموزشی مورد توجه قرار دهیم.

در این جلسه میخواهیم وارد یک مبحث جدید و بسیار مهم شویم. آیا با خود فکر کرده اید ما چگونه فکر میکنیم؟ ابزار تفکر در انسان چیست؟ ما چگونه امکان فکر کردن به پدیده های جهان خارج از ذهن را در ذهن فراهم میکنیم؟

لازم است قبل از هر چیز به این نکته اشاره داشته باشیم که مغز انسان واجد یک سری قابلیت ها و توانایی می باشد که مجموعه این قابلیت ها امکان تفکر و اندیشه را برای او میسر می سازد.

از جمله این توانایی ها میتوان به مفهوم سازی (concept making) ، توانش زبانی (language Competence) ، طبقه بندی (classification) ، به خاطر سپاری (memorization) ، تخیل (imagination) و تحلیل و آنالیز (analysis) را نام برد. این امکانات سخت افزاری به صورت درون نهاد یا built-in وجود دارد که به انسان این توانایی بالقوه را میدهد که بتواند فکر کند و در تعامل با محیط خودش از این قابلیت بهره ببرد.

در اینجا میخواهیم یکی از مهمترین توانایی های ذهن که "مفهوم سازی" است را مورد توجه قرار دهیم. ما بخاطر دارا بودن قابلیت مفهوم سازی (Concept Making) ، در ذهن خود برای پدیده های جهان خارج (حتی چیزهایی که وجود خارجی ندارند و با قوه خیال خود می سازیم) ، مفاهیم ذهنی میسازیم و با این مفاهیم امکان فکر کردن به این پدیده ها را برای خود فراهم میکنیم.

این توانایی ذهنی به یکی از پرسش های اساسی در زمینه تفکر پاسخ میدهد و آن این است که انسان چگونه فکر میکند و از چه ابزاری برای تفکر بهره میگیرد؟

ما از این قابلیت بالقوه مغز خود استفاده میکنیم تا بتوانیم به پدیده های جهان خارج از ذهن خود فکر کنیم. برای این کار ما برای هر پدیده و مفهومی که در دنیای ما وجود دارد مفهومی در ذهن میسازیم و با آن کانسپت به پدیده مورد نظر فکر میکنیم. پس ما به نوعی پدیده های جهان را در ذهن خود، با قدرت مفهوم سازی مان باز آفرینی میکنیم.

در واقع ما در دو دنیا بطور همزمان زندگی میکنیم. دنیای واقعی خارج از ذهن و دنیای مجازی داخل ذهن خود. جالب اینکه ما در این مفهوم سازی، به چیزهایی که در اطراف خود میبینیم بسنده نمیکنیم و میتوانیم خلاقیت به خرج داده و برای چیزهایی که وجود خارجی ندارند نیز مفهوم ذهنی بسازیم. مثلا انسان هرگز چیزی مثل فرشته را در دنیای واقعی تجربه نکرده است، ولی برای آن کانسپت میسازد و به آن فکر میکند. پس ما برای چیزهایی که آنها را به عینه میبینیم و همچنین برای چیزهایی که وجودشان را تخیل میکنیم مفهوم ذهنی یا کانسپت میسازیم.

آنقدر این فرایند مفهوم سازی به شکل طبیعی و خودکار اتفاق می افتد که ما متوجه انجام آن نمی شویم. ما خوش باورانه تصور میکنیم همینکه مفهومی در ذهن ما ساخته شد، این مفهوم دقیقا آن پدیده بخصوص را نمایندگی میکند.

در ذهن هر یک از ما برای **خدا، درخت، مدرسه، تهران، آمریکا، رستوران، اسلام، مولوی، عشق، آزادی، جمهوری اسلامی، رضاشاه پهلوی** و هر چیزی که شما فکرش را بکنید مفهوم ذهنی یا concept وجود دارد. در اینجا تقسیم بندی اسامی در دستور زبان مد نظر نیست و توجه به اینگونه تقسیم بندی ها ما را از موضوع اصلی دور میکند.

اگر از ما بخواهند یک مفهوم ذهنی مثلا **مدرسه** یا **عشق** را توضیح دهیم، ما قادر به انجام این کار نخواهیم بود مگر اینکه از دیگر مفاهیم ذهنی کمک بگیریم. مثلا اگر بخواهیم بگوییم **مدرسه** در ذهن ما چگونه مفهوم سازی شده است از یک سری مفاهیم دیگر مثل **معلم، دانش آموز، کلاس درس، آموزش**، و نظایر اینها استفاده خواهیم کرد.

ما متناسب با زبانی که فرا میگیریم بر روی این مفاهیم ذهنی که مثلا نمونه ذهنی پدیده جهان خارج هستند اسم میگذاریم.

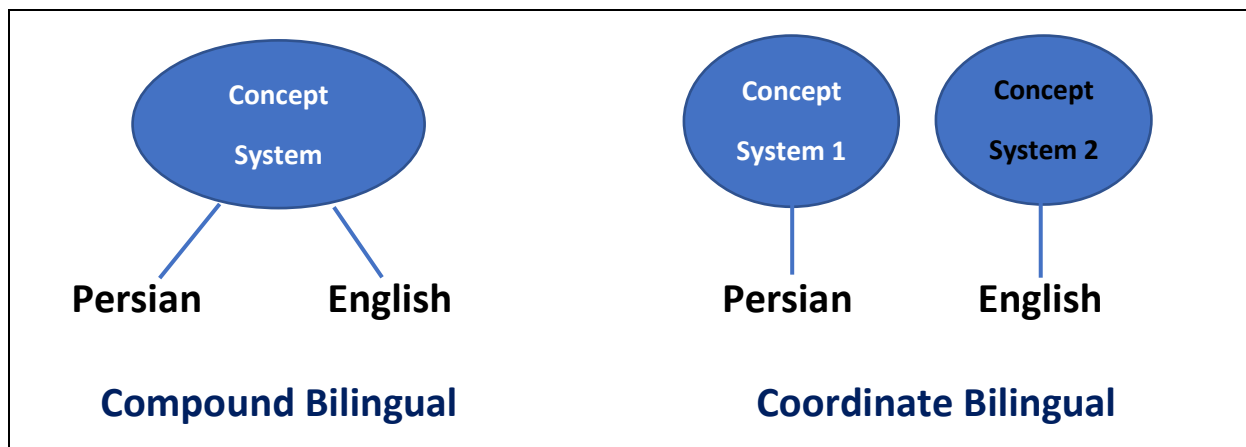
اگر شخص بیش از یک زبان بلد باشد نحوه مفهوم سازی و لیبل گذاری میتواند متفاوت باشد، چون اقسام مختلفی از دوزبانه شدن وجود دارد.

اگر دو زبانه شدن از نوع دو زبانی همپایه **coordinate bilingualism** باشد، دو زبان بطور مستقل از یکدیگر در دو محیط مجزا یاد گرفته میشوند. چون ارتباطات بین این دو سیستم زبانی کمتر ایجاد میشود کسی که این دو زبان را در دو محیط مجزا فرا میگیرد، کمتر میتواند بین آنها پل بزند. مثلا چون به زبان انگلیسی تحصیل کرده، نمیتواند به راحتی در رشته تحصیلی خودش به فارسی صحبت کند. چنین شخصی وقتی انگلیسی صحبت میکند به انگلیسی فکر میکند و از مفاهیمی که به انگلیسی ثبت

کرده استفاده میکند و وقتی به فارسی صحبت میکند به فارسی فکر میکند و یا به عبارتی دیگر به مفاهیم ذهنی که به فارسی ثبت کرده فکر میکند و آنها را در فرایند تفکر بکار میبرد. چنین اشخاصی دو سیستم مفهوم سازی مجزا در مغز خود دارند.

نوع دیگر دوزبانه شدن دو زبانی ناهمپایه **compound bilingualism** است. در این حالت شخص، دو زبان را در یک محیط فرا میگیرد و مرتب بین این دو سیستم پل میزند و به نوعی معادل ها را در دو زبان کنار هم قرار میدهد. در اینجا یک سیستم فکری وجود دارد با دو تجلی زبانی. یعنی مفاهیم زبانی در مغز یک سیستم است که برای هر یک، دو لیبل وجود دارد. وقتی که شخص به مفاهیم زبانی فکر میکند معمولا به زبان اول خود فکر میکند و زبان دوم بجای اینکه سیستم معنایی مستقلی داشته باشد، از همان سیستم معنایی تشکیل شده برای زبان اول استفاده میکند. به این افراد اگر روی یک برگه کاغذ نوشته شود "سگ" و از آنها بخواهیم مفاهیم و ایده هایی که به ذهنشان خطور میکند را بنویسند و چند روز بعد بخواهیم برای کلمه "dog" مفاهیم و ایده های خود را بنویسند معمولا ایده های یکسانی را روی کاغذ خواهند آورد.

اما افرادی که دو زبان را مستقل از هم یاد گرفته اند و دو سیستم مجزا از مفاهیم ذهنی دارند برای سگ و معادل انگلیسی آن، ایده های متفاوتی را روی کاغذ خواهند نوشت.



پس ما ممکن است یک مفهوم ذهنی داشته باشیم که برای آن چند اسم در زبان های مختلف داشته باشیم، یا اینکه برای هر زبانی که صحبت میکنیم یک سیستم مفاهیم ذهنی مجزا داشته باشیم. این پدیده در اشخاص مختلف با هم فرق دارد.

اینکه ما دنیای بیرون از ذهن را در درون ذهن خود بازآفرینی میکنیم به منزله این نیست که لزوما مفهوم ذهنی ما دقیقا همان ویژگی های پدیده جهان خارج را دارا باشد. لازم است به این نکته ظریف توجه جدی داشته باشیم. لزوما آن مفهومی که در ذهن برای یک پدیده ساخته میشود، منطبق بر آن پدیده نیست و ممکن است آنرا به درستی نمایندگی نکند. مثلا یک رهبر سیاسی در ذهن طرفدارانش

فردی مطلع ، صادق و امین مفهوم سازی میشود و همین شخص در ذهن مخالفین فردی شیاد، دروغگو و فاسد مفهوم سازی میشود. در ذهن یک کودک **مدرس**ه مکانی دوست داشتنی مفهوم سازی میشود و در ذهن کودکی دیگر **مدرس**ه مکانی حال بهم زن و غیر قابل تحمل.

حال اینجا یک سوال مطرح میشود و آن این است که چرا اینقدر تفاوت در مفهوم سازی پیش می آید که یک انسان واحد در ذهن یکی، فردی درستکار و وطن پرست مفهوم سازی میشود و در ذهن دیگری فردی خائن و وطن فروش.

مفاهیم ذهنی از طریق محیط به ذهن القا می شوند. میگوییم القا چون معمولا انسان نسبت به نحوه شکل گیری آنها خودآگاه نیست و این مفاهیم معمولا به شکل ناخودآگاه در ذهن ساخته می شوند.

به نظر کارل مارکس شرایط محیطی تعیین کننده اندیشه و فکر انسان است. انگار طرز فکر ما از محیطی که در آن پرورش پیدا می کنیم به ما به نوعی تحمیل می شود. ویگاتسکی هم معتقد بود که معانی کلمات بوسیله بزرگسالان در ذهن کودک ایجاد میشود. او می گفت این محیط است که به کودک یاد می دهد **بازی** یعنی چه یا **شجاعت** چیست. **خانواده، دوستان، رسانه ها و کتاب ها** از جمله عناصر مهم شکل دهنده به مفاهیم ذهنی هستند. رسانه ها هر ساله میلیارد ها دلار خرج میکنند تا از طریق ساخت مفاهیم ذهنی به شکلی خاص در ذهن مخاطبان خود، کنترل افکار آنها را در دست بگیرند. بنابراین باید به نقش محیط در شکل گیری مفاهیم ذهنی توجه جدی داشت.

توجه داشته باشیم در یک محیط **گاو** صرفا به عنوان یک حیوان مفهوم سازی میشود که برای استفاده از گوشت یا شیر پرورش داده میشود و در جایی دیگر همین حیوان به صورت یک **موجود مقدس** مفهوم سازی میشود که آنرا در حد پرستش بزرگ میدانند.

متاسفانه محیط میتواند هر چیزی را در ذهن به هر شکلی که بخواهد مفهوم سازی کند. آموزش محیطی میتواند کاری کند که انسان گاو را بپرستد. به این دلیل سیاستمداران به رسانه ها توجه خاصی دارند و از ابزار رسانه و تبلیغات بیشترین بهره را میبرند. در کشورهایی که کنترل فکر مردم در دستور کار حاکمان است، رسانه آزاد وجود ندارد چون قرار است مردم، دنیا را آنطور که حاکمیت میخواهد ببینند. البته این طرح ها با گسترش روزافزون اینترنت و شبکه های ماهواره ای معمولا شکست میخورد.

در ذهن برخی افراد مذهبی کانسپت **موسیقی** به عنوان یک **فعل حرام** مفهوم سازی میشود و همین کانسپت در ذهن افراد دیگر به شکل **هنری ارزشمند** مفهوم سازی میشود. اینکه شما نسبت به **موسیقی** چطور فکر کنید بستگی به این دارد که این کانسپت چگونه در ذهن شما مفهوم سازی شود.

پس نتیجه بحث ما تا اینجا این میشود که ذهن بطور بالقوه قابلیت مفهوم سازی دارد ولی نحوه انجام این کار و کیفیت ساخت این مفاهیم بستگی به محیطی دارد که شخص در آن رشد میکند. در کریتیکال تینکینگ ما تفکر را از سطح ناخودآگاه به سطح خودآگاه می آوریم و روی آن کار میکنیم. چه بسا ما پس از بررسی مفاهیم ذهنی مان متوجه شویم که خطاهایی در مفهوم سازی داشته ایم و

آنها را اصلاح کنیم. با این کار ما مغز خود را به اصطلاح نوروساینتیست ها rewire میکنیم. خوشبختانه ویژگی neuroplasticity مغز این امکان برای سیم کشی مجدد مغز را به ما میدهد.

بعضی ها فکر میکردند پس از گذشت مدتی این انعطاف پذیری در مغز وجود ندارد ولی یافته های جدید در نوروساینس میگوید تا سنین حتی هشتاد سالگی امکان این تغییرات وجود دارد و البته مزیت کسانی که در سنین بالا به تمرین تفکر نقادانه میپردازند این است که این فعالیت های آگاهانه ذهنی برای سیم کشی مجدد مغز باعث پیشگیری از آلزایمر هم میشود چون مغز همواره فعال نگه داشته میشود و در حال ایجاد ارتباطات عصبی جدید بین نرون ها است.

در ادامه این بحث در جلسه سیزدهم به برخی ویژگیهای مفاهیم ذهنی خواهیم پرداخت.