

Dr. Bagheri's Online Critical Thinking Courses

دوره آموزش مهارت تفکر در تلویزیون آینه

جلسه سی و هفتم

همدلی فکری

Intellectual Empathy

این برنامه آموزشی با پشتیبانی و حمایت بنیاد غیر انتفاعی آینه تهیه و تقدیم حضور شما عزیزان میشود. در این بسته آموزشی که صد جلسه خواهد بود، اصول درست فکر کردن بر اساس آموزه های تفکر نقادانه، (**Critical Thinking**) و با بهره گیری از آخرین یافته های علمی در زمینه تفکر، آموزش داده میشود. هدف از این برنامه آشنایی همگان با اصول درست اندیشیدن است تا از این طریق شاهد گسترش هر چه بیشتر عقل ورزی و خردگرایی در جامعه باشیم.

بهتر است فرد فرد اعضای جامعه به توانایی فکر کردن مجهز شوند تا بساط تقلید کورکورانه جمع شود. یافته های علمی به ما میگوید میتوان با آموختن اصول تفکر منطقی و منصفانه، کیفیت تفکر را در خود بالاتر برد و از این طریق بهتر زندگی کرد. آموزه های کربتیکیال تینکینگ به ما یاد می دهد تا در تله های تصمیم گیری اشتباه نیفتیم، برای مشکلات خود راه حل های مناسبی پیدا کنیم، ویژگی های شخصیتی لازم را در خود ایجاد کنیم تا نسبت به دیگران با انصاف و شفقت برخورد کنیم و بنی آدم را اعضای یک پیکر بدانیم و دست از ستیز و دشمنی با دیگران برداریم و به همه فرهنگ ها احترام بگذاریم.

بدون شک، تفکر صحیح و بدور از جزم اندیشی نیازمند آموزش است و معمولاً به شکل طبیعی در کسی شکل نمیگیرد. امیدواریم این برنامه مورد توجه و استفاده شما عزیزان قرار گیرد.

طرح چند سوال: آیا شما فرق همدلی و همدردی را میدانید؟ آیا میدانید همدلی به عنوان یک فضیلت فکری به چه معناست؟ وقتی یکی از دوستان یا اعضای خانواده مشکلی دارد، یا بخاطر اینکه دچار مشکلی شده است از شرایط روحی خوبی برخوردار نیست، شما چکار میکنید؟ نصیحت؟ توصیه؟ شماتت؟ سرزنش؟ اینکه می گویند آدم باید بتواند با کفش دیگری راه برود دقیقاً به چه معناست؟ آیا در تفکر این کار شدنی است؟ آیا می توان اراده کرد و مثل دیگری فکر کرد؟ درس این جلسه ما همدلی فکری است. با ما همراه باشید.

همدلی فکری Intellectual Empathy

همدلی فکری (Intellectual Empathy) یکی از فضیلت های اخلاقی انسان متفکر است.

قبل از آنکه به توضیح معنای همدلی فکری به عنوان یکی از فضیلت های تفکر نقادانه پردازیم، لازم است به معنای همدلی و تفاوت آن را با همدردی یا دلسوزی دقت کنیم.

همدلی (Empathy) به معنای درک شرایط دیگران است، به منظور همراهی، بدون اینکه دیگری را مورد قضاوت قرار دهیم. همدلی گاهی مستلزم این است که بتوانیم شرایط و احساساتی که خود هرگز تجربه نکرده ایم را درک کنیم. افراد همدل رو به نصیحت و توصیه نمی آورند و تنها سعی میکنند وضعیت و شرایط دیگران را بفهمند.

همدردی (Sympathy) با همدلی فرق دارد. همدردی معمولاً توأم با دلسوزی، ترحم و احساس تاسف است. افرادی که همدردی میکنند در فضای ابراز تاسف و دلسوزی باقی می مانند و در صدد این نیستند که دقیقاً درک کنند دیگران در چه شرایطی هستند. افرادی که همدردی میکنند تنها در صورتی می توانند تا اندازه ای شرایط دیگران را متوجه شوند که خودشان این شرایط را قبلاً تجربه کرده باشند وگرنه درک آنها بسیار سطحی خواهد بود.

در همدلی عنصر اصلی گوش کردن است ولی در همدردی بیشتر نصیحت می شنویم و ارائه راهکار. در همدردی معمولاً قضاوت و سرزنش هم دیده می شود. افرادی که همدردی می کنند در باره احساسات دیگران نظر می دهند و به ارائه مشاوره و نصیحت مشغول می شوند، حتی وقتی شنونده آماده آمادگی برای نصیحت شدن ندارد.

از آنجا که در همدردی فرد همچنان از دیدگاه خود به موضوع نگاه میکند، فعالیتی ساده تر است و نیازی به آموزش ندارد. همدلی اما یک مهارت است که باید آن را آموخت. همواره در بحث پیرامون فضیلت های فکری یادآور شده ایم که برخی فضیلت ها دارای بعد مهارتی نیز هستند. همدلی از جمله فضیلت هایی است که بعد مهارتی قوی می طلبد. شاید بتوان گفت همدلی فکری سخت ترین نوع از میان خصلت های فکری است.

همدلی فکری یعنی اینکه بتوانیم دیدگاه و نظرگاه دیگران را به خوبی متوجه شویم به اندازه ای که بتوانیم از چشم انداز دیگری به موضوع نگاه کنیم.

انسان متفکر سعی و تلاش زیادی را بکار میگیرد تا خود را با دیگر نظرگاهها آشنا کند و به خوبی بداند صاحبان آن عقاید چگونه فکر میکنند. معمولاً ما با بسیاری از نظرگاهها مخالفت می‌ورزیم، بدون اینکه آن عقاید و دیدگاه‌ها را شخصاً بررسی کرده باشیم.

روال معمول و طبیعی این است که ما در جامعه خود پرورش پیدا می‌کنیم و به همان شکل که زبان و فرهنگ آن را در کودکی فرا می‌گیریم، طرز فکری متناسب با جامعه خود در ما شکل می‌گیرد و سایر نظرگاهها را نادرست و تحریف شده تلقی می‌کنیم.

همدلی فکری یعنی اینکه صادقانه تلاش کنیم دیدگاه‌های دیگر را بفهمیم و بشناسیم. انسان متفکر سعی میکند دیگر نظرگاهها را به خوبی بفهمد. اینجا یک سوال پیش می‌آید و آن این است از کجا بدانیم نقطه نظر دیگران را به خوبی متوجه شده ایم. جواب این است که برای اینکه اطمینان حاصل کنیم دیدگاهی را به خوبی متوجه شده ایم، برداشت خود را برای صاحبان آن عقاید توضیح می‌دهیم. اگر تایید کردند نظرشان همین است که ما توضیح دادیم آن وقت ما با آنها وارد همدلی فکری شده ایم.

پس منظور از همدلی فکری این است که بتوانیم در سطح فکر و اندیشه خود را در جای دیگران بگذاریم و با لنز آنها امور را ببینیم.

گفتیم اگر **empathy** را همدلی یا یکدلی معنا کنیم به این معنا است که خود را در جای دیگری بگذاریم و به قول معروف با کفش او راه برویم. خوب حالا همدلی فکری چیست؟ این است که بتوانیم خود را در جایگاه فکری شخص دیگری قرار دهیم و سعی کنیم از نظرگاه او امور را ببینیم.

وقتی فیلمی را تماشا می‌کنیم و آنقدر احساس ما درگیر می‌شود که برای شخصیت فیلم گریه می‌کنیم این میتواند همدردی یا همدلی باشد. اگر صرفاً دلسوزی کنیم و دلمان به حال شخصیت فیلم بسوزد این احساس همدردی است ولی اگر بتوانیم خود را جای آن شخصیت بگذاریم، سطح همدلی ما بالاست.

داستان طرد شدن اسپینوزا را در درس‌های گذشته توضیح دادیم. او علاوه بر اینکه شهامت فکری داشت و تحت فشار و تهدید از عقیده خود دست نکشید، همدلی فکری نیز داشت. او این همدلی را زمانی نشان داد که در واکنش به اقدام یک یهودی افراطی که به جان اسپینوزا سوء قصد کرد گفت من به آن یهودی که اقدام به کشتن من کرد حق میدهم از دست من عصبانی باشد. چون آنها مذهبی هستند و در دفاع از اندیشه و باور خودشان این رفتار را با من دارند. برای اسپینوزا این رفتارها قابل فهم بود چون همدلی فکری بالایی داشت.

یکی از مظاهر همدلی فکری این است که شما بتوانید از زاویه دید کسی دیگر موضوعی را ببینید. یکی از روش‌هایی که میتوان همدلی فکری را آزمایش کرد، این است که در یک بحث از طرفین بحث بخواهیم

دیدگاه طرف مقابل را توضیح دهند تا روشن شود آن دیدگاه را به خوبی درک کرده اند و دقیقا می دانند با چه چیز مخالفت می ورزند.

مثلا از یک نفر که طرفدار حجاب اجباری است بخواهیم از زاویه دید طرفداران حجاب اختیاری بحث کند تا ببینیم چقدر میتواند از دیدگاه طرف مقابل بحث کند. چقدر با دلایل طرف مقابل آشناست. اگر به گونه ای توضیح داد که مورد قبول طرف مقابل بود، میگوییم همدلی فکری دارد.

تجربه نشان داده در بیشتر موارد توضیحی که ارائه می شود مورد قبول طرف مقابل نیست. گاهی دلیل این است که شخصی که با دیدگاهی مخالف است دقیقا آن دیدگاه را نفهمیده است و گاهی هم عمدا متوسل به مغالطه میشود تا دیدگاه طرف مقابل را ضعیف و به درد نخور معرفی کند.

بارها پیش آمده کسانی که دیدگاه کسی را نقد کرده اند مورد اعتراض نقد شونده قرار گرفته اند که نظر و عقیده اش به درستی فهم نشده است.

در تفکر نقادانه می گوئیم اول فهم نظر کسی، بعد نقد آن. چگونه میتوان بدون فهم نظر دیگری دیدگاهش را نقد کرد. به این بحث وقتی که مهارت های فکری را توضیح می دهیم باز خواهیم گشت.

شما حتما این تمرین را انجام دهید. به کسی که با نظرش مخالف هستید بگویید بنشین من دیدگاه شما را برای خودتان توضیح دهم ببینید مورد قبول تان هست یا خیر.

همدلی فکری یعنی اینکه بخواهید و بتوانید دیدگاه دیگری را بگونه ای توضیح دهید که مورد قبولش باشد یعنی کاملا از زاویه دید دیگری به موضوع بتوانید نگاه کنید. ما باید بدانیم طرف مقابل حرف حسابش چیست.

البته توجه داشته باشیم ما هرگز نمی توانیم بطور صد در صد درک کنیم دیگری چگونه می اندیشد، چون ابزار تفکر او یعنی مفاهیم ذهنی اش را در اختیار نداریم. خواهی نخواهی با مفاهیم ذهنی خود به موضوع نگاه خواهیم کرد. همچنین ما سوگیری های او را نداریم لذا آن گونه که سوگیری های او بر تفکرش تاثیر می گذارد، برای ما دست نیافتنی است.

مطالعات علوم اعصاب نیز می گوید انجام این کار دشوار تر از آن است که خیال می کنیم چون برای فهم مطلب از نظرگاه دیگری، باید سلول های عصبی لازم در مغز ما وجود داشته باشد.

با همه این دشواریها میتوان تا اندازه ای به فهم دیدگاه طرف مقابل نزدیک شد و سعی کرد قضایا را آنگونه که او میبیند دید. از این رو همدلی فکری، جزو فضیلت های فکری انسان خردمند آمده است.

