

ویژگی های مفاهیم ذهنی ۳ Mental Concepts 3

مقدمه: از جلسه دوازدهم وارد موضوع مفاهیم ذهنی شدیم. یادآور شدیم که یکی از توانایی ها و قابلیت های مغزی انسان که به او امکان **فکر کردن** میدهد، **مفهوم سازی** است. از این طریق، انسان برای پدیده های جهان خارج، در ذهن خود مفهوم می سازد و با آن مفاهیم ذهنی به پدیده مورد نظر فکر میکند. کیفیت تفکر ما بستگی به دقت بودن این مفاهیم ذهنی دارد. هر چقدر ما پدیده مورد نظر را دقیق تر مفهوم سازی کرده باشیم، بهتر و دقیق تر میتوانیم به آن فکر کنیم. شناخت نحوه شکل گیری و ساخت مفاهیم ذهنی به عنوان ابزار تفکر در انسان از اهمیت زیادی برخوردار است.

می توان گفت تفکر به فعالیت ذهنی اطلاق میشود که فرد با استفاده از مفاهیم ذهنی خود، به یک سری فعالیت های فکری از جمله تخیل **imagination**، تعقل **reasoning**، تأمل **reflection**، برداشت و نتیجه گیری **inferencing**، تصمیم گیری **decision making** و حل مسئله **problem solving** می پردازد. باید توجه داشته باشیم با تخیل می توان شعری سرود، ولی نمی توان مسئله ریاضی حل کرد. همچنان که با تفکر معنوی، نمی توان سیاست ورزی کرد.

کارخانه فکر انسان نیاز به ماشین آلات و دستگاه هایی دارد تا به تولید محصول بپردازد. خروجی فرایند فکر کردن به شکل باور هایی که می سازیم، تصمیم هایی که میگیریم و قضاوت هایی که انجام میدهیم نمایانگر میشود. ما نمیتوانیم فرایند فکر کردن را مشاهده کنیم ولی میتوانیم خروجی این فرایند را به شکل یک تصمیم یا یک باور ببینیم.

اگر فرض کنیم مغز ما مانند یک کارخانه است که در آن تصمیم ها و باورها ساخته میشوند این کارخانه نیازمند ماشین آلات و دستگاههایی است تا در آنجا نصب شوند. مفاهیم ذهنی ما به نوعی حکم همان دستگاهها و ماشین آلات را دارند. افکار ما که شامل عقاید ما تصمیم های ما و قضاوت های ما می شود بوسیله این ماشین آلات ساخته می شوند. کارخانه ای که برای تولید دوچرخه طراحی شده است، هرگز نمی تواند خودرو تولید کند. اگر از محصولات این کارخانه راضی نیستید باید بروید سراغ دستگاهها و ماشین آلاتی که این افکار را برای شما تولید میکنند. بروید سراغ مفاهیم ذهنی. با زندگی در یک محیط بخصوص بطور ناخودآگاه مفاهیم ذهنی در ذهن ما ساخته می شوند. این مفاهیم که متناسب با محیط ما در ذهنمان ساخته می شوند تعیین کننده افکار و ایده های بعدی ما خواهند بود. یعنی مانند ماشین آلات یک کارخانه عمل خواهند کرد.

در جلسه سیزدهم به رابطه بین زبان و تفکر پرداختیم و در انتها بحث پیرامون ویژگیهای مفاهیم ذهنی را آغاز کردیم و دو ویژگی مهم را توضیح دادیم. ویژگی اول ساخت تدریجی مفاهیم ذهنی بود و

ویژگی دوم رابطه دوسویه بین مفاهیم ذهنی و داده های محیطی بود. این ویژگی ها سبب میشود مفاهیم ذهنی ما حالت سیال پیدا کنند. یادآور شدیم که در عین حال که مفاهیم ذهنی ابزار فهم داده های جدید هستند، خودشان ممکن است در روبرو شدن با داده های محیطی دچار تغییر و تحول شوند. البته این مسئله یعنی **ایجاد تغییر در مفاهیم ذهنی بستگی به رشد شناختی فرد دارد**. برای توضیح این پدیده به دو کانسپت **همگون سازی** یا **assimilation** و **انطباق** یا **accommodation** اشاره کردیم. برای اینکه توضیح دهیم چگونه همگون سازی مانع از این می شود که انسان واقعیت های جهان خارج را بپذیرد، به بمباران شیمیایی حلبچه در طول جنگ ایران و عراق اشاره کردیم.

در این جلسه دو ویژگی دیگر مفاهیم ذهنی را توضیح خواهیم داد.

سومین ویژگی که میتوانیم برای مفاهیم ذهنی ذکر کنیم، این است که مفاهیم ذهنی برای افرادی که به یک زبان مشترک حرف میزنند و ظاهرا از واژگان یا لیبل های یکسانی استفاده میکنند یکسان نیست. توجه به این مسئله بسیار حائز اهمیت است.

آیا فکر میکنید معنای **آزادی**، **عقل** یا **حزیم خصوصی** در ذهن من و شما یکی است؟ ما باید متوجه این مسئله باشیم که به صرف اینکه ما از زبان مشترکی برای صحبت کردن استفاده میکنیم و در ظاهر از کانسپت ها یا لیبل های یکسانی استفاده میکنیم این اصلا به این معنی نیست که برداشت و منظور یکسانی از این مفاهیم داشته باشیم. باید دقت داشته باشیم که مفاهیم ذهنی در ذهن افراد مختلف، به شکلی کاملا متفاوت مفهوم سازی میشوند. وقتی یک رهبر مذهبی میگوید **آزادی** این مفهوم بسیار متفاوت است با مفهوم **آزادی** در ذهن یک هنرمند یا یک فرد آزادیخواه. اینجاست که استفاده از لیبل های زبان افراد را دچار گرفتاری میکند.

**ویژگی چهارم** که میتوانیم برای مفاهیم ذهنی ذکر کنیم این است که مفاهیم ذهنی به شکلی **نظام مند و سیستماتیک** در ذهن قرار میگیرند نه به شکلی تصادفی مثل قرار گرفتن مهره هایی که به داخل یک کیسه ریخته میشوند.

این مفاهیم شبکه هماهنگی را در ذهن تشکیل می دهند و مجموعه کانسپت ها یک **frame of reference** را میسازد. دلیل اینکه گفته می شود **شبکه معنا دار** این است که مفاهیم ذهنی باید با یکدیگر **سازگاری** داشته باشند.

هیچ مفهوم ذهنی در تنهایی و انزوا وجود ندارد. هر مفهوم ذهنی عضوی از سیستم فکری ماست.

خب پس از برشمردن این چهار ویژگی از شما میخواهم بیشتر به مفاهیم ذهن خودتان دقت کنید و سعی کنید با کنار گذاشتن تعصب و با ذهنی نقاد به مطالعه و بررسی بیشتر

بپردازید تا بتوانید تا آنجا که ممکن است مفاهیم ذهنی خودتان را به واقعیت نزدیک کنید.

مثلا یکی از چهره های تاریخ ایران **رضا شاه پهلوی** است. هر یک از ما متناسب با محیطی که در آن قرار داشته ایم و برنامه هایی که دیده ایم یا کتابهایی که خواندیم یک کانسپت برای این شخصیت ساختیم. خودتان میتوانید ببینید که از یک شخصیت واحد چه تعداد کانسپت های بیشماری که ساخته نمیشود. حالا کدامیک مبتنی بر واقعیت، یا حداقل نزدیک به واقعیت هستند؟ پی بردن به این موضوع نیاز به مطالعه و بررسی با در اختیار داشتن یک ذهن نقاد دارد. در اختیار داشتن دو چیز برای انجام این کار حیاتی است، یکی اطلاعات صحیح و دوم ذهن نقاد. به کدام منابع مراجعه کنم؟ آیا کسانی که در باره رویدادهای معاصر که برخی از آنها در زمان ما اتفاق افتاده دروغ میگویند میتوان اعتماد کرد که در باره وقایع تاریخی که قرن ها پیش اتفاق افتاده راست بگویند؟ کسی که در باره وقایع پیش چشم ما دروغ میگوید و تحریف میکند، چگونه میتواند در باره وقایع چند صد سال پیش راست بگوید؟

یکی از فعالیت های مهم برای اصلاح فکر این است که مفاهیم ذهنی خود را مورد باز اندیشی قرار دهیم. بسیاری از ما اسیر مفاهیمی هستیم که دیگران مودیانه در ذهن ما جای داده اند. آنچه ما از شما میخواهیم این است که کانسپت های ذهن خودتان را مورد تامل قرار بدهید. به بررسی و مطالعه بپردازید و به کانسپتهایی که برای شما در گذشته به شکل ناخود آگاه ساخته شده، زیاد اعتماد نداشته باشید.

اگر مفاهیم ذهنی خود را مورد بررسی دقیق قرار بدهیم. این کار کمک بسیار زیادی به اصلاح تفکر در ما میکند. البته اینکه ما چقدر آمادگی داریم تا این کار را انجام بدهیم به رشد شناختی مان هم بستگی دارد. اینکه ما در مرحله **همگون سازی assimilation** باشیم یا **انطباق accommodation** که این مفاهیم را توضیح دادیم.

لازم است در اینجا به سقراط که او را اولین آموزگار تفکر میدانیم، اشاره ای داشته باشیم. جالب است که او دو هزار و پانصد سال پیش از همین روش یعنی توجه به مفاهیم ذهنی، دیگران را به فکر کردن و میداشت و به آنها روش درست اندیشیدن را نشان میداد.

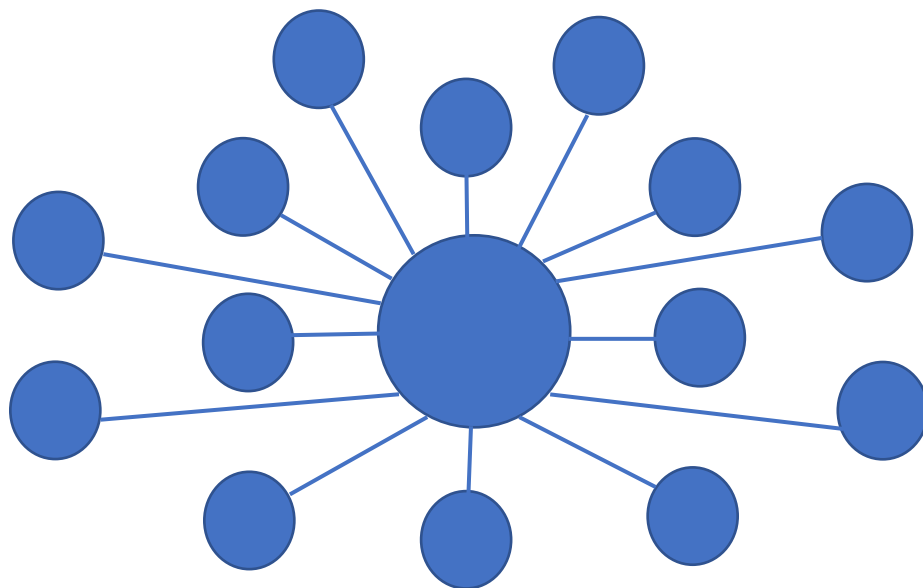
سقراط از طریق پرسش هایی که در باره مفاهیم ذهنی می پرسید به دیگران نشان میداد چقدر مفاهیمی که بطور روزمره بکار میبرند گنگ و غیر واضح هستند. او از افراد سوال

می‌کرد عدالت یعنی چه؟ و بعد با پرسش‌های منظم و هدفمند نشان میداد معانی الفاظی که افراد استفاده می‌کنند در ذهن خودشان هم آنقدرها واضح و روشن نیست. ما در جلسات آینده این دوره آموزشی، بطور مشخص به موضوع پرسشگری سقراطی خواهیم پرداخت.

باید به این موضوع توجه داشته باشیم که مطالعات در نوروساینس نشان داده که نرون‌های بخصوصی در مغز عهده‌دار پردازش مفاهیم ذهنی بخصوص هستند. نوروساینست‌ها با انجام آزمایشاتی متوجه شدند که هرگاه عکس یک شخصیت یا صدای او و یا نام او را به افراد نشان می‌دهیم، سلول‌های بخصوصی در مغز فعال میشوند و اسکن‌های مغزی فعالیت در سلول‌های واحدی را به ما نشان می‌دهند.

برای اینکه متوجه شویم در سلول‌های مغزی ما چه خبر است میتوانیم به روشی ساده تا اندازه‌ای به شبکه‌های تشکیل شده از مفاهیم ذهنی پی ببریم.

وسط یک صفحه کاغذ یک کانسپت بخصوص را بنویسید. به آن مفهوم ذهنی بخصوص فکر کنید. چه کلمات و کانسپت‌های دیگری به ذهن شما می‌رسد. آنها را در اطراف آن بنویسید و هر کدام را با یک خط به کانسپت اصلی وصل کنید.



این کار را در روزهای مختلف انجام دهید. مفاهیم ذهنی که در روزهای مختلف مشترک بود، نحوه ساخت مفهوم ذهنی را به شما نشان می‌دهد. این تمرین یک مرحله دیگر نیز دارد که در جلسه آینده به آن خواهیم پرداخت.

از کودکی مفاهیم ذهنی در مغز ما شروع به ساخته شدن میکنند. محیط نقش موثری را در این زمینه ایفا میکند. با زبانی که در محیط صحبت میشود بر روی این مفاهیم ذهنی اسم میگذاریم با این امید که وقتی آن واژه بخصوص را بکار میبریم همان معنای مد نظر ما در ذهن طرف مقابل فعال شود و از این طریق امکان ارتباط و تبادل نظر با دیگران را ایجاد کنیم. هر چند زبان موثرترین ابزار این ارتباطات است ولی هرگز واژگانی که در تعاملات خود بکار میبریم، معانی یکسانی در ذهن ما و طرف مقابل ندارند. به بیانی دیگر، مفاهیم ذهنی در ذهن من و دیگری برای واژه **عشقی** یا **مدرسه** یا **ایران** یکی نیست.

در بین فرهنگ ها هم این اختلاف در مفهوم سازی دیده میشود. کودکی که در انگلستان بزرگ میشود برای چیزی که ما در فارسی به آن **ابر** میگوییم از کلمه **cloud** استفاده میکند. آیا در اینجا صرفاً دو واژه گوناگون برای یک پدیده واحد استفاده میشود یا اینکه مفهوم سازی این پدیده در ذهن کودکی که در یک شهر کویری ایران بزرگ شده با مفهوم سازی این پدیده در ذهن کودکی که در آب و هوای انگلستان بزرگ شده تفاوت دارد؟ در ایران بخاطر شرایط اقلیمی خاص خودش ابر نشانه باران است که رحمت الهی است. در انگلستان اما ابر نشانه باران است که عامل حال گیری است. آنها افسردگی میگیرند از بس در طول سال هوا ابری و بارانی است و شادی میکنند روزی که آفتابی است. در زبان انگلیسی وقتی میخواهند به دیگران امیدواری بدهند که هر وضعیت و شرایط بدی یک جنبه مثبت هم میتواند داشته باشد میگویند

### Every cloud has a silver lining

یعنی هر ابری، یک نوار روشن نقره ای هم دارد. منظور این است که آن نوار روشن نشانه این است که هوا دوباره آفتابی خواهد شد و خورشید ظاهر خواهد شد. به این مفهوم سازی های متفاوت در فرهنگ های مختلف توجه داشته باشیم.

در جلسه پانزدهم بحث بسیار مهم مفاهیم ذهنی را ادامه خواهیم داد و انواع ایده های ذهنی که کانسپت ها در درون خود جای میدهند توضیح خواهیم داد.