

آن آدم ۲۰ سال آینده «من» نیست!

چه تصویری از خودتان در ۱۰ یا ۲۰ سال آینده دارید؟



چه تصویری از خودتان در ۱۰ یا ۲۰ سال آینده دارید؟ معمولاً وقتی درباره آینده مان فکر می کنیم، آدمی ثروتمند، خوشبخت، سالم و معروف را می بینیم. گویی قرار است در سال های آینده تحولی بنیادین پیدا کنیم، ناگهان درهای بخت به رویمان باز شود و حتی صورت جسمانی مان را بهتر و زیباتر کند. در واقع، تصویر ما از آینده خودمان چنان از پیوندهای امروزی شخصیت مان جداست که گویی داریم یک بیگانه، یک آدم ناشناس را خیال پردازی می کنیم. چرا؟

به گزارش ایسنا، روزنامه «جوان» در ادامه نوشت: فیلسوف انگلیسی «درک پارفیت» در کتاب «دوران سازش دلایل و اشخاص» دیدگاهی شدیداً تقلیل گرایانه درباره هویت فردی ارائه می دهد: هویت وجود ندارد حداقل نه در آن معنایی که ما معمولاً آن را در نظر می گیریم. طبق استدلال پارفیت، ما آدمیان هویتی واحد نیستیم که در طول زمان پیش می رود، بلکه زنجیره ای از خویشتن های متوالی هستیم که هر یک با خویشتن های قبلی و بعدی مماس می شود و در عین حال از هر دو متمایز است. درباره پسری که شروع به سیگار کشیدن می کند به رغم اینکه می داند، ممکن است که چند دهه بعد بر اثر این عادت دچار رنج و بیماری شود، نباید قضاوت های سخت گیرانه کرد، زیرا از دیدگاه پارفیت «این پسر خود را با خویشتن آینده اش یکی نمی داند. نگرش او به این خویشتن آینده از جهاتی مانند نگرش او به دیگران است.»

دیدگاه پارفیت حتی بین فیلسوفان نیز مناقشه انگیز بوده است، اما روانشناسان اندک اندک دارند به این حقیقت پی می برند که شاید این دیدگاه دقیقاً نگرش ما را نسبت به تصمیم گیری های خودمان توصیف می کند: واقعیت این است که ما به خویشتن آینده خود همچون یک بیگانه می نگریم. اگرچه ما به طرزی گریزناپذیر در سرنوشت فردی شریک خواهیم بود که یک دهه بعد، یک ربع قرن بعد یا بیشتر به آن تبدیل خواهیم شد، اما این فرد برای ما ناشناخته است. این امر توانایی ما را در انجام انتخاب های خوب از طرف آن خویشتن ها که البته از طرف خودمان است، سلب می کند. آن تصمیم های امیدبخش و درخشان را در آغاز سال نو در نظر بگیرید. اگر شما کاملاً خود را در فراموش کردن آن تصمیم ها محق می دانید، شاید بدین دلیل باشد که احساس می کنید آن تصمیم ها را کس دیگری گرفته است.

هال هرشفیلد، استادیار دانشکده کسب وکار استرن در دانشگاه نیویورک می گوید: «این نوعی تصور عجیب و غریب است. ما در سطح روانشناختی و عاطفی واقعاً به خویشتن آینده خود چنان می نگریم که گویی فردی دیگر است.»

هرشفیلد و همکارانش با استفاده از «اف. ام. آر. آی» به مطالعه تغییرات فعالیت مغز در مواقعی پرداختند که آدم ها وضعیت کنونی خود را در نظر می گیرند و به آینده خود می اندیشند. آن ها به مطالعه دقیق دو ناحیه از مغز به نام های کورتکس پیش پیشانی میانی و کورتکس سینگولیت دمی قدامی پرداختند که بیشتر هنگامی فعال هستند که فرد درباره خودش می اندیشد، تا هنگامی که به فردی دیگر می اندیشد. آن ها دریافتند این دو ناحیه هنگامی که افراد به وضعیت امروز خودشان می اندیشند، در مقایسه با هنگامی که به خودشان در آینده می اندیشند با شدت بیشتری فعال می شوند. خویشتن آینده آن ها مانند کسی دیگر احساس می شود. افرادی که بیشترین تغییر فعالیت مغزی را هنگام صحبت درباره خویشتن آینده خود نشان می دهند آن هایی هستند که با کمترین احتمال، سود مالی بلندمدت فراوان را بر سود فوری اندک ترجیح می دهند. امیلی پرونین، روانشناس دانشگاه پرینستون، در پژوهش هایش به نتایجی مشابه دست یافته است. پرونین و تیمش در مطالعه ای در سال ۲۰۰۸ به دانشجویان می گویند، قرار است در آزمایشی درباره نفرت شرکت کنند که در آن باید معجونی ساخته شده از سس گوجه فرنگی و سس سویا را بنوشند. آن ها به دانشجویان می گویند هرچه آنان، خویشتن های آینده آنان یا دیگر دانشجویان بیشتر از این معجون مصرف کنند، بیشتر به سود علم خواهد بود.

دانشجویانی که به آن ها گفته می شود باید این معجون نفرت انگیز را همان روز بنوشند، متعهد می شوند که دو قاشق سوپ خوری مصرف کنند، اما دانشجویانی که خویشتن های آینده خود (در ترم بعد) یا دیگر دانشجویان را متعهد به شرکت در آزمایش می کنند، می پذیرند که به طور میانگین نیم فنجان بنوشند. پرونین می گوید ما به خویشتن آینده خود چنان می اندیشیم که به دیگران می اندیشیم؛ به صورت سوم شخص.

گسستگی بین خویشتن کنونی ما و خویشتن آینده ما پیامدهایی جدی برای چگونگی تصمیم گیری هایمان دارد. ممکن است اهمال کاری را انتخاب کنیم و بگذاریم نسخه ای دیگر از خویشتن ما از پس مسائل یا کارها برآید. یا می توانیم، همانند مثال

پارفیت درباره پسر سیگاری، بر آن نسخه ای از خویشتن خود تمرکز کنیم که لذت می برد و خویشتنی را که هزینه می پردازد، نادیده بگیریم، اما اگر اهمال کاری یا مسئولیت ناپذیری می تواند از پیوند سست شما با خویشتن آینده خودتان سرچشمه بگیرد، شاید تقویت این پیوند راهکاری مؤثر برای این مشکل باشد. این دقیقاً شگردی است که برخی پژوهشگران دارند در پیش می گیرند. آنه ویلسون، روانشناس دانشگاه ویلفرد لوریر کانادا، ادراک افراد از زمان را دستکاری می کند: او جداولی زمانی را به آزمایش شوندگان ارائه می کند که طوری مرتب شده اند که باعث می شود رخدادی آتی، نظیر تاریخ تحویل یک مقاله، یا بسیار نزدیک به نظر برسد یا بسیار دور. ویلسون می گوید: «استفاده از جدول زمانی طولانی تر باعث می شود که افراد پیوند بیشتری با خویشتن آینده خودشان احساس کنند.» این امر، به نوبه خود، دانشجویان را برمی انگیزد تا تکالیف خود را زودتر انجام دهند، و خویشتن پایان ترم خودشان را از استرس انجام کار در دقیقه ۹۰ نجات دهند.

هرشفیلد بیشتر رویکردی مبتنی بر فناوری های پیشرفته را برگزیده است. او و همکارانش، با الهام از کاربرد تصاویر برای برانگیختن افراد به انجام کمک های خیرخواهانه، آزمایش شوندگان را به یک اتاق واقعیت مجازی می برند و از آن ها می خواهند به یک آینه نگاه کنند. آزمایش شوندگان یا خویشتن کنونی خود را می بینند یا تصویری از پیری خودشان که به روش دیجیتالی ترسیم شده است. هنگامی که از اتاق بیرون می آیند، از آن ها می پرسند که چگونه هزار دلار را خرج خواهند کرد. آن هایی که تصویر پیری خودشان را می بینند، در مقایسه با کسانی که تصویر کنونی خویش را می بینند، می گویند که دو برابر در حساب بازنشستگی خود پس انداز می کنند. شاید این خبر مهمی برای بخشی از مؤسسات مالی باشد. آلیانتس، غول صنعت بیمه، هزینه پروژه ای آزمایشی را در غرب میانه آمریکا می پردازد که در آن تیم هرشفیلد هنگامی که کارمندان دولتی بخشی از حقوق خود را به مستمری بازنشستگی اختصاص می دهند، تصویر پیری شان را به آن ها نشان می دهند.

مریل ایچ، واحد کارگزاری آنلاین بانک امریکایی مریل لینچ، این رویکرد را، به روش آنلاین با خدمتی به نام بازنشستگی چهره پیش گرفته است. تک تک تصاویر دهه به دهه فرد در آینده با پیش بینی های تکان دهنده هزینه زندگی و پیشنهاداتی برای سرمایه گذاری در سال های طلایی عمر فرد همراه است. هرشفیلد هم اکنون دارد درباره این امر پژوهش می کند که آیا تصاویر شبیه سازی شده می تواند به افراد کمک کنند تا وزن خود را کاهش دهند یا خیر.

البته، شیوه برخورد ما با خویشتن آینده خودمان ضرورتاً منفی نیست: از آنجا که ما به خویشتن آینده خودمان به سان فردی دیگر می اندیشیم، تصمیم گیری ما درباره او چگونگی برخورد ما با دیگران را بازتاب می دهد. هرچند پسر سیگاری مثال پارفیت بدون هیچ فکری سلامت خویشتن آینده خودش را به خطر می اندازد، دیگران ممکن است به روشی متفاوت عمل کنند. هرشفیلد می گوید: «حقیقت این است که ما همیشه، در روابط انسانی مان یا در ازدواج هایمان، برای دیگران از خودگذشتگی می کنیم.» بنابراین، جنبه مثبت گسستگی ما از خویشتن آینده خودمان آن است که این امر دلیلی دیگر برای تمرین خوبی کردن به دیگران است. یکی از این دیگران هم ممکن است شما باشید.

پی نوشت:

تصویرسازی تشدید مغناطیسی کارکردی: در این روش تصاویری متناوب از مغز در حال فعالیت و سپس در حال استراحت گرفته می شود. سپس این تصاویر با یکدیگر مقایسه می شوند تا نواحی درگیر در یک فعالیت مغزی به طور فیزیولوژیکی مشخص شوند.

نقل از: وبسایت ترجمان با اندکی تلخیص / نوشته آلیسا اپار / ترجمه علی برزگر / مرجع: نوتیلوس