

## چرا یکدیگر را به آسانی قضاوت می‌کنیم؟

جامعه سالم جامعه‌ای نیست که در آن هیچ‌کس درباره دیگری داوری نکند، بلکه جامعه‌ای است که در آن افراد میان نقد رفتار و تحقیر شخصیت، اختلاف نظر و دشمنی و کنجکاوی و دخالت تفاوت بگذارند.



جامعه سالم جامعه‌ای نیست که در آن هیچ‌کس درباره دیگری داوری نکند، بلکه جامعه‌ای است که در آن افراد میان نقد رفتار و تحقیر شخصیت، اختلاف نظر و دشمنی و کنجکاوی و دخالت تفاوت بگذارند.

خبرگزاری مهر، سرویس دین، حوزه و اندیشه، سامان سفالگر؛ قضاوت کردن دیگران یکی از رفتارهای قدیمی و ریشه دار در روابط انسانی است. رفتاری که نه متعلق به جامعه‌ای خاص است و نه می‌توان آن را صرفاً محصول شرایط فرهنگی یک کشور دانست. انسان برای فهم محیط اطراف خود ناچار به ارزیابی رفتار دیگران است. مساله از جایی آغاز می‌شود که "ارزیابی" به "قضاوت" تبدیل شود. یعنی فرد بدون داشتن اطلاعات کافی درباره زندگی، انگیزه‌ها و شرایط دیگری، درباره شخصیت، اخلاق یا ارزش او تصمیم قطعی صادر کند. در این وضعیت، قضاوت دیگر ابزاری برای فهم جهان نیست، بلکه به سازوکاری برای رتبه بندی و کنترل دیگران تبدیل می‌شود.

در جامعه ایران نیز این پدیده را می‌توان در بسیاری از روابط روزمره مشاهده کرد. از نحوه پوشش و سبک زندگی گرفته تا انتخاب شغل، ازدواج، شیوه تربیت فرزند، میزان درآمد، روابط خانوادگی و حتی نوع سخن گفتن، این پدیده قابل مشاهده است. گاهی یک رفتار یا انتخاب کوچک کافی است تا فرد در معرض برچسبی قرار گیرد که بسیار بزرگ‌تر از آن رفتار است. چنین روندی نشان می‌دهد که ما در بسیاری از مواقع به جای تلاش برای فهم تفاوت‌ها، به دنبال قرار دادن افراد در دسته‌های آشنا و قابل قضاوت هستیم.

یکی از ریشه‌های این رفتار، نیاز طبیعی ذهن انسان به ساده‌سازی است. مغز انسان با حجم عظیمی از اطلاعات مواجه است و برای تصمیم‌گیری سریع، از میانبرهای شناختی استفاده می‌کند. یکی از این میانبرها، نسبت دادن رفتار مشاهده شده به ویژگی‌های پایدار شخصیت فرد است. به همین دلیل ممکن است یک رفتار اشتباه را نشانه بی مسئولیتی یا یک تصمیم متفاوت را نشانه بی فکری بدانیم، در حالی که عوامل موقعیتی و شرایطی را که بر رفتار فرد اثر گذاشته‌اند نادیده می‌گیریم. این خطای شناختی در روان‌شناسی اجتماعی شناخته شده و نشان می‌دهد انسان در تفسیر رفتار دیگران همیشه ناطری بی طرف نیست.

مساله زمانی پیچیده‌تر می‌شود که قضاوت با مقایسه اجتماعی همراه شود. افراد معمولاً خود را با دیگران مقایسه می‌کنند تا جایگاهشان را بهتر درک کنند. اما مقایسه اگر به شکل افراطی انجام شود، می‌تواند به احساس برتری یا حقارت منجر شود. قضاوت دیگران در این حالت فقط درباره "آنها" نیست. گاهی ابزاری برای تثبیت تصویری است که فرد از خودش دارد. وقتی کسی دیگری را به دلیل سبک زندگی، درآمد یا انتخاب‌هایش تحقیر می‌کند، ممکن است در واقع تلاش کند ارزش انتخاب‌های خودش را تأیید کند.

وبگاه تحلیلی Aeon در مقاله‌ای به آسیب‌شناسی این نکته می‌پردازد که چطور اطلاعات ناقص خود از دیگران را مبنای قضاوت‌های قطعی در رابطه با آن‌ها قرار می‌دهیم؟ موضوعی که درک ما از دیگران را با مشکل و خطا رو به رو می‌کند.

در این میان، شرایط اقتصادی و اجتماعی نیز می‌تواند بر شدت قضاوت‌ها اثر بگذارد. هرچه نااطمینانی بیشتر باشد، افراد ممکن است تمایل بیشتری به یافتن مقصر، ایجاد دسته بندی‌های روشن و فاصله گرفتن از کسانی داشته باشند که متفاوت به نظر می‌رسند. در جامعه‌ای که افراد با فشارهای اقتصادی، تغییرات سریع اجتماعی و نگرانی درباره آینده مواجه هستند، تحمل ابهام و تفاوت ممکن است کاهش پیدا کند. در چنین شرایطی، برچسب زدن می‌تواند به روشی سریع برای فهم جهان پیچیده تبدیل شود، هرچند این روش اغلب دقیق نیست.

فضای مجازی و ورود به مرحله تازه‌ای از قضاوت‌ها

شبکه‌های اجتماعی این مساله را وارد مرحله تازه‌ای کرده‌اند. در فضای مجازی، افراد معمولاً بخش محدودی از زندگی خود را به نمایش می‌گذارند و مخاطب نیز بر اساس همین اطلاعات ناقص قضاوت می‌کند. یک تصویر، یک جمله یا یک ویدئو می‌تواند به سرعت به مبنای داوری درباره شخصیت فرد تبدیل شود. علاوه بر این، ساختار شبکه‌های اجتماعی به واکنش‌های سریع و

هیجانی پاداش می دهد. در نتیجه، فرصت لازم برای پرسیدن، شنیدن توضیح و درک زمینه رفتار دیگران کاهش پیدا می کند و قضاوت سریع جای گفت وگویی واقعی را می گیرد.

یکی از پیامدهای مهم فرهنگ قضاوت، کاهش امنیت روانی در روابط اجتماعی است. اگر فرد دائماً احساس کند رفتار، ظاهر یا تصمیم هایش در معرض داوری دیگران قرار دارد، ممکن است به تدریج خودسانسوری کند. او به جای آنکه بپرسد «چه چیزی برای من مناسب است؟»، ممکن است دائماً نگران باشد که «دیگران درباره من چه خواهند گفت؟» در چنین شرایطی، بخشی از انرژی روانی انسان صرف مدیریت تصویر اجتماعی خود می شود و امکان تجربه کردن، اشتباه کردن و یادگیری کاهش پیدا می کند.

قضاوت مداوم همچنین می تواند روابط اجتماعی را سطحی تر کند. رابطه سالم نیازمند این است که افراد بتوانند بخشی از ضعف ها، تردیدها و اشتباهات خود را بدون ترس از تحقیر بیان کنند. اما اگر محیط اجتماعی مجازات کننده باشد، افراد به جای بیان واقعیت، تصویری کنترل شده از خود ارائه می دهند. نتیجه می تواند جامعه ای باشد که در آن همه ظاهراً مطمئن و موفق هستند، اما گفت وگویی صادقانه درباره مشکلات دشوارتر می شود.

در خانواده نیز این مساله اهمیت زیادی دارد. قضاوت والدین درباره انتخاب های فرزندان یا قضاوت فرزندان درباره سبک زندگی والدین می تواند شکاف نسلی را تشدید کند. وقتی تفاوت نسلی به جای آنکه موضوع گفت وگو باشد، به نشانه ای از درست یا غلط بودن طرف مقابل تبدیل شود، امکان انتقال تجربه کاهش می یابد. نسل ها به جای فهم یکدیگر، تلاش می کنند یکدیگر را اصلاح یا محکوم کنند.

در محیط کار نیز قضاوت عجولانه می تواند پیامدهای اقتصادی داشته باشد. نسبت دادن شکست یک پروژه به بی کفایتی یک فرد، بدون بررسی ساختار سازمانی، منابع، فشار زمانی و کیفیت مدیریت، مانع یادگیری از خطا می شود. سازمانی که در آن اشتباه کردن هزینه حیثیتی سنگینی دارد، کارکنان ممکن است ریسک پذیری و بیان مشکلات را کاهش دهند. در مقابل، فرهنگ بازخورد حرفه ای میان نقد عملکرد و قضاوت شخصیت تفاوت می گذارد.

حذف قضاوت؛ نه ممکن، نه مطلوب

البته حذف کامل قضاوت از زندگی اجتماعی نه ممکن و نه مطلوب است. جامعه برای حفظ اعتماد و نظم خود به ارزیابی رفتارها نیاز دارد. تفاوت مهم این است که ارزیابی مسوولانه باید بر شواهد، شناخت زمینه و امکان اصلاح استوار باشد، در حالی که قضاوت مخرب معمولاً بر اطلاعات ناقص و برچسب های کلی تکیه دارد. گفتن اینکه «این تصمیم پیامد مناسبی نداشت» با گفتن اینکه «تو آدم ناموفقی هستی» یکسان نیست.

شاید یکی از راه های کاهش این آسیب، تقویت چیزی باشد که می توان آن را تواضع شناختی نامید. یعنی پذیرفتن اینکه ما همیشه همه واقعیت را درباره دیگری نمی دانیم. پشت رفتار هر انسان مجموعه ای از تجربه ها، ترس ها، محدودیت ها و انتخاب هایی وجود دارد که از بیرون قابل مشاهده نیست. پیش از صدور حکم، پرسیدن یک سوال ساده می تواند کافی باشد: «آیا واقعاً همه ماجرا را می دانم؟»

جامعه سالم جامعه ای نیست که در آن هیچ کس درباره دیگری داوری نکند. بلکه جامعه ای است که در آن افراد میان نقد رفتار و تحقیر شخصیت، میان اختلاف نظر و دشمنی، و میان کنجکاوی و دخالت تفاوت بگذارند. کاهش فرهنگ قضاوت به معنای کنار گذاشتن معیارهای اخلاقی یا اجتماعی نیست بلکه به معنای دقیق تر، عادلانه تر و انسانی تر کردن شیوه داوری درباره یکدیگر است. در نهایت، شاید مهمترین سرمایه یک جامعه نه هم شکل بودن افراد، بلکه توانایی آنها برای کنار آمدن با تفاوت هایی باشد که قرار نیست لزوماً از میان بروند.