Kognitív disszonancia

A legnagyobb siker a kudarc...
Bob Dylan, Love Minus Zero

A kognitív disszonancia egy pszichológiai elmélet, mely szerint az egymásnak ellentmondó vélemények feszélyező érzést keltenek az elmében. Az elmélet szerint a disszonancia, kellemetlen lévén, arra ösztönzi az embert, hogy változtasson gondolkodásmódján, véleményén vagy viselkedésén. Az elméletet elsőként Leon Festinger szociálpszichológus vizsgálta meg alaposabban, és így ír róla:

A disszonancia és a konszonancia a gondolatok - úgymint vélemények, hiedelmek, a külvilágra vonatkozó ismeretek, valamint a saját tetteinkről alkotott kép - egymáshoz való viszonya. Két vélemény, hit vagy ismeret disszonáns, ha összeegyeztethetetlenek; vagyis ha inkonzisztensek, vagy - csupán a két gondolatot tekintve - az egyik nem következik a másikból (Festinger 1956: 25).

Festinger úgy véli, hogy három módja van a kognitív disszonancia leküzdésének, amelyek azonban nem zárják ki egymást.

- A disszonancia alapját képező hitek, vélemények vagy viselkedésmódok közül egy vagy több megváltoztatása.
- Olyan új ismeretek szerzése, amelyek megszilárdítják a már meglévő konszonanciát, és ilyen módon szorítják háttérbe a disszonanciát.
- A disszonanciát okozó gondolatoknak tulajdonított jelentőség csökkentése, akár ezen gondoltak teljes elfelejtése (Festinger 1956: 25-26).

Például a dohányosok jól tudják, hogy a dohányzás káros szokás. Néhányan közülük azzal igazolják szenvedélyüket, hogy a napos oldalát nézik: azzal áltatják magukat, hogy a dohányzás segít a súlyuk megőrzésében, és károsabb volna az egészségükre az elhízás, mint amilyen dohányzás. Mások inkább leszoknak. Legtöbbünknek nem okoz problémát olyan ad

hoc hipotézisek és önigazolások kitalálása, amelyekkel megvédhetjük dédelgetett eszméinket. Az, hogy a kognitív disszonancia leküzdése miatt van szükség a racionalizálásra, nem magyarázza meg, hogy miért nem tudjuk helyesebben felhasználni ezt a képességet. Az emberekben a pszichológiai feszélyezettség különféle formái találhatók meg, a reakciók közül pedig egyesek nyilvánvalóan jobbak másoknál. De akkor miért reagál az egyik ember kompetensen, a másik pedig inkompetensen?

A kognitív disszonanciát sokáig "a manipulátorok legjobb barátjának" hívták (Levine 2003: 202). A dolgot alaposabban szemügyre véve azonban kiderül, hogy nem a disszonancia, hanem a rá adott válaszreakció a fontos annak, aki másokat befolyásolni próbál, miközben a bizonyítékok ellene szólnak.

Vegyük például Marian Keechet, aki az 1950-es években sajátos ufókultuszt alakított ki. Azt állította, hogy transzírásos üzeneteket kap a "Gondviselőknek" nevezett földönkívüliektől. Csakúgy mint negyven évvel később a Menny Kapuja-hívők, követőivel, a "Keresőkkel" vagy "a Hét Fénysugár Társaságával", Keech is az őket felvevő repülő csészealjakra várt. Jóslata szerint a tizenegy fős társaság az utolsó pillanatban menekült volna meg az 1954 december 21-én bekövetkezendő pusztító áradás elől, amely megsemmisítette volna a földet. Amikor nyilvánvalóvá vált, hogy a katasztrófa elmarad, és a "gondviselők" sem lesznek ott a megbeszélt időpontban, Keech

emelkedett hangulatba került. Azt állította, hogy a "gondviselők" telepatikus üzenetben közölték vele, hogy társaságának töretlen hite olyan világosságot sugárzott, hogy Isten úgy döntött, megkíméli a világot a kataklizmától.

Meglepő módon a Keresők ezek után sem hagyták el Keechet. Legtöbben csak erősödtek hitükben a hibás jóslatot követően. (Mindössze ketten távoztak, mikor a világ nem pusztult el.) "Legtöbb követője nemcsak hogy maradt, hanem döntésük után meggyőződésük ráadásul még erősödött is abban, hogy Keechnek végig igaza volt... A tévedés csinált belőlük igazi hívőt." Némelyek ugyancsak messzire mennek, hogy megőrizzék a konzisztenciát dédelgetett hitük és a tények között. De vajon miért változik ugyanannak a bizonyítéknak az értelmezése emberről emberre?

A Keresők nyilván nem várták volna a repülő csészealjat, ha úgy gondolták volna, hogy talán

nem jön el. Azt várnánk, hogy a jóslat beteljesületlenségét egy normális ember a kijelentés cáfolataként értékelje. Keech követőinek józan belátását viszont elhomályosította az iránta érzett rajongás. A várakozás, hogy egy repülő csészealj vigye el őket, nem bizonyítékon alapult, hanem puszta hiten. Az a vélemény, hogy a jóslat beteljesületlensége nem cáfolhatja ezt a hitet, szintén merő hitbeli meggyőződés. Az ilyen irracionális gondolkodásmód ellen hasztalan minden bizonyíték, a hit megtörhetetlennek látszik. Nem bizonyíték az alapja, hanem személyi kultusz. Az elkötelezettség érzése olyan erős lehet, hogy a prófétának tartott személy mégoly megvetendő viselkedése is igazolást nyer. Nem egy példa mutatja, hogy az ember hajlamos a rajongás olyan fokára, amikor már a kultuszvezetője (házastársa, kedvese) legszélsőségesebb mentális vagy fizikai visszaéléseit is racionalizálja vagy egyszerűen elbagatellizálja. Ha valaki hitének egy erőteljes személyiség iránt érzett elkötelezettség az alapja, az olyan tényekkel való szembesülés, amelyeknek alá kellene ásniuk ezt a hitet, csak egy lehetőséget hagy az illető számára: kénytelen továbbra is irracionálisan viselkedni, kivéve, ha már eleve sem volt annyira elkötelezett. A központi kérdés tehát nem a kognitív disszonancia, hanem a hit. Mi volt olyan különleges Keechben, ami annyi embert rávett arra, hogy higgyenek neki, és mi tette őket fogékonnyá Keechre? Miben különbözött az a két ember, akik végül is elhagyták?

A kutatások alapján három lényeges tulajdonság befolyásolja a meggyőzőképességet: a tekintély, becsület és a rokonszenv" (uott. 31). Továbbá a vonzó külső szimpatikussá teszi az egyént, és minél szimpatikusabb valaki, annál kedvezőbb fogadtatásra találnak gondolatai (uott. 57). A kutatás azt is alátámasztja, hogy "a szemkontaktus és a magabiztos fellépés megnöveli a hitelesség látszatát, bármi is legyen a mondanivaló" (uott. 33).

Robert Levine szeirnt "a kutatások meglepő módon nem sok közös vonást mutattak ki a kultuszokhoz csatlakozók között: nem létezik specifikus kultuszhívő személyiségtípus" (uott. 144). Ez a tény meglepte Levine-t. Mikor elkezdte a kultuszok kutatását, "osztotta azt az általános sztereotip nézetet, hogy a legtöbb tagjuk pszichológiailag zavart vagy vallási fanatikus" (uott. 81). Ehelyett azt találta, hogy sok kultusztag a szeretetteljes közösséget keresi, és ahhoz vonzódik. "A kultuszok sajátos iróniája, hogy sokszor a legeszementebb társaságok állnak a legszerethetőbb és legsegítőkészebb emberekből" (uott. 83). Levin utal Jim Jonesra, a kultuszvezetőre, aki "sikeres ügynök lévén nap mint nap gyakorolta a meggyőzés minden fortélyát" (uott. 213). Rendelkezett tekintéllyel, nagyon becsületesnek látszott, és igen rokonszenves volt. Valószínűleg ugyanez mondható el Marian Keechről is. Az is valószínűnek látszik, hogy sok kultusztag egyfajta pótcsaládot talált, és a pótanyát és/vagy pótapát látotta a kultusz vezetőjében.

A másik megemlítendő dolog, hogy a legtöbb esetben az emberek nem egyik pillanatról a másikra teszik magukévá az irracionális eszméket. Az elkötelezettség fokról fokra nő, s ehhez

idő kell (uott. 7. fejezet). Senki nem csatlakozna egy kultuszhoz, ha azzal fogadnák, hogy: "Kövess! Hajtsd le ezt az ízesített mérget, és légy öngyilkos!" Ám nem mindenki itta meg a mérget, és Keech két követője kiszállt, mikor a tények meghazudtolták a jóslatot. Miben különböztek ők a többiektől? A válasz adja magát: vezetőjükbe vetett hitük nem volt elég erős. Festinger szerint a két távozónak - Kurt Freundnak és Arthur Bergennek - csak felszínes volt az elkötelezettsége.

Még az álláspontjukat tudományosnak tartó emberek sem mindig mentesek attól, hogy fokról fokra növelve önnön meggyőződésüket, végül bele ne szeressenek saját elméletükbe. Ray Hyman pszichológus a kognitív disszonancia egy igen érdekes esetét írja le egy csontkováccsal kapcsolatban.

Néhány évvel ez előtt részt vettem egy alkalmazott kineziológia-teszten Dr. Wallace Sampson rendelőjében a kaliforniai Mountain View-ban. Az eljárást csontkovácsok egy csoportja demonstrálta. Megegyezés szerint a csontkovácsok tetszésük szerint adhatták elő elméletüket, utána viszont a megfigyelő orvosok kettősvak tesztnek vetettek alá állításaikat.

A csontkovácsok fő érve egy bemutató volt, amely állításuk szerint azt igazolta, hogy az emberi test különbséget tesz a glükóz ("rossz" cukor) és a fruktóz ("jó" cukor) között. A megkülönböztető érzékenység közhelynek számított az "alternatív gyógyítók" között, bár a tudományos bizonyíték hiányzott. A csontkovácsok hanyatt fektettek néhány önkéntest, akik függőlegesen felemelték az egyik karjukat. Minden önkéntes nyelvére ekkor (vízben oldott) glükóz került. A csontkovács megkísérelte vízszintes helyzetbe nyomni az önkéntes karját, miközben az igyekezte ezt megakadályozni, majdnem minden esetben sikertelenül. A csontkovács szerint ennek az a magyarázata, hogy a szervezet felismerte, és "rossznak" minősítette a glükózt. Miután az önkéntesek száját kiöblítették, és fruktózt cseppentettek bele, az ellenállás minden esetben sikeres volt. A szervezet "jónak" minősítette a fruktózt.

Ebéd után egy ápolónő egy készlet kémcsövet hozott nekünk, amelyeken csak egy sorszám állt, így mi nem tudtuk megállapítani, hogy melyik tartalmaz közülük fruktózt, és melyikben van glükóz, majd az ápolónő is távozott, hogy a teszt során ne legyen a helyiségben senki, aki erről információval rendelkezne. A fent említett teszt megismétlődött - ez esetben azonban kettősvak teszt formájában. Sem az önkéntesek, sem a csontkovácsok, sem a megfigyelők nem tudhatták, hogy az önkéntes nyelvén lévő oldat glükózt vagy fruktózt tartalmaz. Mint ahogy az reggel is történt, az önkéntesek hol sikeresen ellenálltak, hol pedig alulmaradtak. Mi minden esetben feljegyeztük az oldat sorszámát. A teszt után az ápolónő visszajött a kémcsövek tartalmát leíró táblázattal. Mikor megállapítottuk, hogy mely esetekben kapott az önkéntes

glükózt, és mikor fruktózt, kiderült, hogy nincs semmilyen kapcsolat az ellenállási képesség és a között, hogy "jó" vagy "rossz" cukrot kapott-e az adott esetben az illető.

Mikor közöltük az eredményt, a főcsontkovács felém forult és így szólt: "Látja, ezért nem csinálunk már kettősvak teszteket. Soha nem működnek!" Először azt hittem, csak viccel, de kiderült, hogy teljesen komolyan gondolta. Mivel "tudta", hogy az alkalmazott kineziológia működik, de a legjobb tudományos módszer ezt cáfolni látszott, nyilván a tudományos módszer hibádzik - legalábbis szerinte.

Ami mégis megkülönbözteti a csontkovácsok önigazolását a kultusztagokétól az az, hogy ez utóbbi puszta hiten és egy guru vagy próféta iránti elkötelezettségen alapul, míg az előbbi tapasztalati bizonyítékon. Egyik hit sem cáfolható, mert a hívők nem hagyják megcáfolni: semmi nem szólhat ellene. Akik a hitüket tapasztalatokra és általuk tapasztalati vagy tudományos bizonyítéknak tartott dolgokra alapozzák (mint az asztrológusok, tenyérjósok, médiumok, parafenomének, intelligens tervezés-hívők és a csontkovácsok) azt a látszatot keltik, hogy ellenőrizni akarják a feltevésüket. Valójában csak azért folyamodnak bizonyítékok gyűjtéséhez, hogy másokat is meggyőzzenek az igazukról. Ezért hívjuk ezt a fajta hitet áltudománynak, a kultusz tagjainak hitét pedig egyszerűen csak hitre alapozott irracionalitásnak.