

A kognitív disszonancia

- [Áttekintő](#)
 - [Fogalmak](#)
 - [Feladatok](#)
 - [Módszertani ajánlás](#)
 - [Jegyzetek](#)
-
- [A kognitív disszonancia](#)
 - [A disszonancia megjelenése](#)
 - [Az attitűddel ellentétes viselkedés](#)

A kognitív disszonancia Eszköztár:

A választás

A személyközi kapcsolatok dinamikája is többnyire az összhangelméletet támasztja alá. A hízelgés alapelve éppen ezért a célpontként kiszemelt személy iránt kimutatott szeretetet, hasonlóság, előnyben részesítési hajlandóság, s ezért cserébe a hízelgő pozitív attitűdre, az előny viszonzására számíthat. A propaganda és a meggyőzés bevált eszköze a rágalmazás, befektetés, hitelrontás, amikor is egy-egy személyt (pártot, eszmét) a köztudatban erősen negatív dolgokkal hoznak asszociatív összefüggésbe, így módon késztetvén az olvasókat, nézőket új összhangok képzésére.

A konszonancia kényelmes állapot. Ezzel szemben a disszonancia kényelmetlen érzést okoz, s az egyén ilyenkor mérsékelni kívánja a disszonanciát, hogy a konszonancia révébe jusson.

Választáskor az ember mindig disszonanciát él át, hiszen valami ellen vagy valami mellett döntve a választás pillanatában sosem lehetünk teljesen biztosak a dolgunkban.

Lóversenyeken fogadók körében tapasztalták, hogy akik útban voltak a pénztárhoz, hogy megtegyék tétjeiket, sokkal kevésbé voltak biztosak favoritjukban, mint azok, akik már megvették elkötelező tikkjüket.

Vonzó alternatívák közötti választás

Választáskor meg kell különböztetnünk a vonzó alternatívák közötti választást és a nem vonzó alternatívák közötti választást.

Az első esetben a következő tényezők befolyásolják a keletkező disszonancia nagyságát: annál nagyobb a disszonancia:

- minél vonzóbb az elvetett alternatíva,
- minél nagyobb volt a választási lehetőségek száma,
- minél különbözőbbek az elvetett alternatívák,
- minél frissebb a választás,
- minél nagyobb a tét.

A disszonancia felszámolását a következő módokon képzelhetjük el ilyen esetben:

- nem választunk (ez sokszor nem lehetséges),
- felértékeljük a választott alternatívát és leértékeljük a nem választottat, a választott alternatíva ellen szóló elvekről nem veszünk tudomást.

Nem vonzó alternatívák közötti választás

A nem vonzó alternatívák közötti választást Festinger „elméletileg lehetséges, ám ritka” eshetőségnek tartja, mely csak akkor fordul elő, ha valamilyen külső erő kényszeríti a személyt választásra. Ez esetben a disszonancia nagysága a következő tényezőktől függ: annál nagyobb a disszonancia

- minél rosszabb a választott alternatíva,
- minél kevesebb volt a választási lehetőségek száma,
- minél jobban hasonlítanak az elvetett rossz alternatívák, - minél későbbi a választás,
- minél nagyobb a tét.

A disszonancia felszámolása ebben a kínos esetben a következő módon lehetséges: - lebecsüljük saját választási szabadságunkat (kényszerre, szükségszerűségekre hivatkozunk),

- a nem választott alternatívát felértékeljük (jónak mondjuk), negatív következményeit lebecsüljük.

A félelemnélküliség politikai kultúrájában azok a helyzetek természetesek, amelyekben a választás pozitív és negatív, vagy csupa pozitív alternatívákra szorítkozik.

A politikai és gazdasági rendszertől függetlenül, a magánélet gyakran hoz létre negatív választási helyzetet.

A válási konfliktusok vizsgálata mutatja, hogy azok egyik típusa negatív választásra vezethető vissza. Ez esetben az egyik fél nem azért választotta a másikat, mert szerette, hanem azért, mert menekülni akart egy számára tarthatatlan helyzetből.

Brehm vizsgálatából kiderült, hogy amikor a kísérleti személyek olyan dolgok között választhattak csupán, amelyeket korábban nem értékelték túl nagyra (vagy valamennyit nagyra értékelték), akkor a választást követően a választott tárgyak mellett szóló érveket felnagyították, a nem választott dolgokra vonatkozó érveiket viszont negatívra színezték. A nem választott, de

vonzó dolgokra vonatkozó érvek mindig disszonánsak, esetükben a leértékelést bizonyosra vehetjük (ezen alapszik a híres „savanyú a szőlő” mese csattanója is).

Az attitűddel ellentétes ügy képvisellete

Attitűdjeinktől idegen viselkedéskor szintén disszonanciát élünk át, melynek mérséklésére ösztönzést érzünk magunkban. Festinger és Carlsmith kísérlete klasszikus módon példázza ezt a jelenséget. Arról a példáról van szó, amelyben a kísérleti személyek egyik csoportját nagy összegű pénzjutalom ellenében készítették hazugságra, másik csoportját viszont igen csekély összeg ellenében vették rá a hazug, a becsület értékétől idegen viselkedésre. Az utóbbi esetben azt tapasztalták, hogy a kísérleti személyek önmagukban átértékelték az élményt, melyet eredetileg unalmasnak éreztek ugyan, mivel azonban azt kellett mondaniuk róla, hogy szórakoztató és élményszerű volt, letagadták magukban annak nyilvánvaló unalmasságát, s így módon megszabadultak attól a disszonáns érzéstől, hogy hazudniuk kellett.

Kognitív disszonancia redukciója tehát - mint láttuk - többféle módon is végbemehet. Van, amikor új, konszonáns kognitív elem hozzáadása útján a helyzet máris konszonanciába lendül át. Máskor a disszonáns kognitív elemet alakítjuk át vagy cseréljük fel egy konszonáns elemre. Végül gyakori módszer a disszonáns kognitív elem eltávolítása a tudatból (figyelman kívül hagyás, elfelejtés, elfojtás).

Önigazolás

Attitűdjeink között sajátos hely illeti meg az önmagunkra irányuló attitűdöt. Azt az alakzatot tartjuk természetesnek, amelyben az attitűd tárgyaként az én feltétlen pozitív értékelésben tűnik elő. Énünk a szociálisan megkonstruált valóság rendkívül képlékeny, bizonytalan és sokértelmű alkotóeleme, melyet egyidejűleg elemi érdekünk szilárdnak, változatlanak és egyértelműnek látni. A társadalmilag konstruált valóságra vonatkozó tudás minden más eleme esetében az énre vonatkozó attitűd is szociális összehasonlítás eredménye. Az összehasonlításnak azonban van végső, interiorizált tartalma, amely meghatározza a pozitív és negatív értékelő elemeinek az arányát, megszabja az önértékelés mintáját. Ez attól függ, hogy miként képes a személy önmagát olyan természetes és intencionált jelentések forrásaként szemlélni, melyek a társadalmilag konstruált valóságban értékesnek minősülnek.

Az önigazolás a pozitív önértékelés fenntartására irányuló működés. Aronson szerint az önigazolás tendenciája két feltétel együttes megléte esetén a legerősebb:

1. Ha az emberek felelősséget éreznek cselekedeteikért.
2. Ha tetteiknek súlyos negatív következményei vannak

A disszonancia megjelenése Eszköztár:

Külső igazolás

Aronson úgy véli, hogy minden emberben van egy méltányossági mérce, mely lehetővé teszi annak kiértékelését, hogy egy adott helyzet következményei összeegyeztethetők vagy sem a pozitív önértékelés követelményeivel. Amennyiben a személy úgy véli, hogy az adott érték sérelme valamely más érték birtoklását mozdította elő, akkor az értékfogyatkozás által kiváltott elégedetlenséget elnyomja az értékgyarapodás okozta elégedettség.

Ezt nevezi Aronson külső igazolásnak, amely csak abban az esetben minősíthető önigazolásnak, ha a hivatkozott külső körülmények képzelték, illetve jelentőségük eltúlzott. A külső igazolás tipikus esete a „jó ügyet szolgáló bűnöző”, aki nemtelen eszközök alkalmazását nemes célok által tartja igazolhatónak. Ebben az esetben a személy elismeri ugyan az alkalmazott eszköz (csalás, hazugság, gyilkosság stb.) negativitását, miközben aránytalanul túlhangsúlyozza a cél által képviselt üdvöt.

Belső igazolás

Egészen más a helyzet, ha az értéksérelemért cserébe nincs kárpótlás. Ebben az esetben a személy csak akkor képes fenntartani pozitív önértékelését, ha meggyőzi önmagát arról, hogy történt ami történt, de változatlanul jogot formálhat arra, hogy szeresse, becsülje saját magát. Ezt nevezi Aronson belső igazolásnak. A külső és a belső igazolás problémáját Festinger és Carlsmith kísérleti úton vizsgálta.

A kísérleti személyek egy unalmas és bárgyú feladatot végeztek el, melyről utóbb a kísérlet vezetőjének kérésére azt állították, hogy érdekes és szórakoztató feladat volt. A kísérlet előfeltevése szerint a nyilvánvaló hazugság sértette a kísérleti személyek pozitív önképét, s az volt a kérdés, hogy beindul-e az önigazolási folyamat.

A külső igazolás feltételében a kísérleti személyek számára a kísérletvezető jelentősnek ható pénzösszeget helyezett kilátásba a hazugságért.

A belső igazolás feltételében a kísérleti személyek számára a kísérletvezető csak jelentéktelen pénzösszeget tűzött ki jutalomként.

Mindkét esetben megmérték a kísérleti személyek attitűdjét az elvégzett feladatra vonatkozóan. Az első feltétel csoportjába osztott kísérleti személyek a feladatot unalmasnak és bornírtnak tartották. A második feltétel csoportjába osztott kísérleti személyek a feladatot kevésbé negatívan értékelték. Az eltérés oka minden bizonnyal az, hogy az első feltételben méltányosnak tűnt a jelentős pénzösszegért cserébe mondott hazugság, míg a második feltételben nem lévén külső igazolás, a kísérleti személyek csak úgy kerülhették el a meghasonlást, ha átértékelték a feladatot. Hogy letagadhatták magukban a hazugságot, maguknak azt hazudták, hogy a feladat nem is volt annyira érdektelen és bárgyú.

A külső elégtétel nem megfelelő volta belső elégtétel kereséséhez vezet. Egy iskolásokkal végzett kísérletben azt tapasztalták, hogy akiket dolgozatíráskor kis jutalom ellenében vettek rá csalásra, azok elnézően ítélték meg utólag a csalást. Akik nagy jutalmat kaptak a csalásért, azok úgy látták, hogy a nagy jutalom fejében megérte nekik, hogy csaltak. Akadtak azonban olyanok is, akiket a nagy jutalom sem tudott rávenni a csalásra. Azok attitűdje volt a legelítélőbb a csalással szemben, akik nagy jutalom ellenében álltak ellen a csalásnak. Akiket a kis jutalom nem térített le a becsület útjáról, azokat semmi sem indította arra, hogy a csalás túlzott elítélése révén tüntessék fel önmagukat becsületesnek.

Az elégtelen jutalmazás fordított analógiája az elégtelen büntetés, mely szintén önigazolást eredményez. Érdemes megkülönböztetni a büntetés előtti és a büntetés utáni helyzetet. A büntetés előtti helyzet a fenyegetés. Amerikai kisgyermekek körében tapasztalták, hogy a szigorú fenyegetésnek kevésbé volt elrettentő hatása, mint az enyhe fenyegetésnek. Ezek szerint az erősen tiltott gyümölcs vonzóbbnak tűnik, mint az enyhén tiltott gyümölcs.

Elköteleződés

Az önigazolás sajátos esete az elköteleződés, melynek az a lényege, hogy a személy egy számára közömbös cél érdekében kezdetben egészen kis erőfeszítést tesz, melyet fokozatosan egyre nagyobb erőfeszítések követnek. A folyamat szinte észrevétlen a személy számára, aki kénytelen minden további erőfeszítést vállalni, hacsak nem akarja magát ostobának látni.

Ügynökök sikerrel építhetnek erre az önigazolási tendenciára, de csak akkor, ha kezdetben leplezik a kapcsolatfelvétel igazi célját. Az „ajtóba tett láb” technikájának alkalmazása során az ügynök valamilyen jelentéktelen szívességet kér kiszemelt vevőjétől, aki idővel saját magát győzi meg arról, hogy a másinak kellemes, szimpatikus embernek kell lennie, ha egyszer ő hajlandó volt szívességet tenni neki. Egy kísérletben háztulajdonosokat arra akartak rávenni, hogy engedjék meg nagyméretű balesetvédelmi táblák felállítását a kertjükben. Amikor eleve ezzel a kéréssel fordultak a háztulajdonosokhoz, azoknak csak 17%-a állt kötélnek, a többi mereven elzárkózott. A másik helyzetben először csak arra kérték a háztulajdonosokat, hogy írjanak alá egy beadványt, amely a közlekedésbiztonság fokozását sürgette. Csak ezt követően, pár héttel később fordultak a megkeresettekhez azzal, hogy engedjék meg kertjükben a tábla felállítását. A beleegyezők aránya ebben a csoportban 55% volt. A beleegyezők úgy érezhették, hogy a beadvány-aláírással már elkötelezték magukat a közlekedésbiztonság ügyének, s önmaguknak mondtak volna ellent a beleegyezés megtagadásával.

Az önigazolás elmaradása

Aronson egy kísérlet eredményeit interpretálva azt sugallja, hogyha az embereket hozzásegítenénk ahhoz, hogy tiszteljék és segítsék önmagukat, akkor kevesebb lenne a Földön a bűnözés és a kegyetlenség. Ám éppen az önigazolás jelensége mutatja meg, hogy az emberek nagyon is képesek hozzásegíteni önmagukat a pozitív önértékeléshez, így az önszeretők utópiájában aligha bízhatunk. Ha választani kell az ostobaság és az aljasság között, akkor az emberek többsége inkább vállalja az előbbit, mint az utóbbit.

Negatív önértékelés

A negatív és a pozitív önértékeléssel rendelkező személyek egyaránt képesek tisztességes és tisztességtelen tettekre. A különbség e két csoport között csak abban van, hogy az alacsony önértékelésű személyek számára az értékek hiánya nem bántó, míg a magas önértékelésűek öngazolás útján kárpótolják magukat az önmaguk által elvesztegetett értékekért.

Teljesítményre motiváló, sikerorientált, individualista kultúrában a negatív önértékelés súlyos beilleszkedési zavarok forrása, következésképpen az öngazolásra való készítés erős. A meg hasonlottság, a lelkiismeret-furdalás, az önmardosás, az önsorsrontás szociálpszichológiai szempontból devianciának minősül. A Jó és a Rossz elválaszthatatlanok egymástól, ám mégsem ugyanazok.