

ВЪВЕДЕНИЕ В ТЕОРИЯТА НА КОГНИТИВНИЯ ДИСОНАНС

Пресиан Бургов

INTRODUCTION TO THE THEORY OF COGNITIVE DISSONANCE

Presiyan Burgov

Abstract: The aim of the present paper is to comment on the most important aspects of the cognitive dissonance theory. The latter offers a possible explanation of the ways in which information is selected, of the structure of the cognitive system and the pursuit of harmony and preservation of the Ego. The excitation of the cognitive dissonance between the elements of the cognitive system of the Ego may be the result of different causes but its presence gives rise to tension and psychic discomfort that motivates the Ego to reduce or eliminate it. The cognitive dissonance may be reduced through a change in the behavioral cognitive elements, in the cognitive elements of the environment or in the addition of new elements intensifying one decision instead another. The original ideas of the theory help generate a lot of conceptual and experimental research that enables researchers to broaden its application in the disclosure of the enigmas of human existence.

Key words: cognitive dissonance theory; cognitive system; dissonance; consonance; cognitions; psychic discomfort; self-consistency; behavior; cognitive dissonance reduction.

Динамиката на съвременния живот изправя личността пред необходимостта от постоянна адаптация към интензивно променящите се изисквания на заобикалящата среда, отпадането на относително устойчиви ценности и интернализирането на нови, а формираните поведенчески модели невинаги успяват да са адекватни на външните стимули. Селекцията и преработката на големи количества информация изискват от личността постоянно да реструктурира системата си от когнитивни елементи, за да постигне необходимата степен на съгласуваност, което да ѝ позволи бързо вземане на решения

между релативно еднакви алтернативи при ограничен ресурс от време. Всичко това – на фона на изначалния човешки стремеж към интегритет между поведение, нагласи, вярвания, идеи, когнитивни и запазване равнището на достигнатата относителна вътрешна хармония на Аза. Посочените когнитивни елементи притежават свойството да се обединяват в система, характеризираща се със съгласуваност помежду им, което невинаги е възможно и лесно осъществимо. В този случай възниква когнитивен дисонанс (несъответствие), който предизвиква психически дискомфорт, проявяващ се под формата на тревожност, депресивност, невротични прояви и стрес, съпътстващи човешката екзистенция. Подобно състояние представлява заплаха за адекватното справяне с изискванията на реалността и мотивира личността за реализиране на активност, насочена към отстраняването му. Така посочената проблематика отразява актуалността и необходимостта от изследване на същностните взаимовръзки, отнасящи се до наличието на психически дискомфорт, начините за неговото редуциране или отстраняване, процесите, влияещи върху поведението с цел съхраняване на личността.

Представянето на базисните предположения на теорията на когнитивния дисонанс предлага на изследователите един обяснителен модел, който оказва съществено влияние върху развитието на психологията в стремежа и да обясни човешкото поведение и мотивация.

Един от първите изследователи и теоретици в психологията, който предлага фокусиране на вниманието върху когнитивните структури, формирането на системата от знания и влиянието им върху поведението е Леон Фестингер. През 1957 г. станфордският психолог публикува своята Теория на когнитивния дисонанс. Основните идеи, включени в теорията, са изключително семпли и елегантни, но обхватът на приложението ѝ е огромен.

Преди да се премине към анализ на теорията на когнитивния дисонанс, следва да се направят някои терминологични пояснения с цел по-ясно дефиниране на използваните понятия и избягване на възможни противоречия. Терминът съгласуваност (съответствие) е удачно да се замени с консонанс. Понятието несъгласуваност (несъот-

ветствие) се замества с термина с по-малка семантична натовареност – дисонанс.

Дисонансът и консонансът определят отношенията, които съществуват между двойка когнитивни елементи. “Тези елементи са свързани с това, което индивидът знае за себе си, за своето поведение и за своето обкръжение. Следователно тези елементи представляват знания. Някои от тях са знания за себе си: какво индивидът върши, какво чувства, какви са потребностите и желанията му, какво представлява самият той и т.н. Другите елементи са знания, свързани със света, в който живее: какво му доставя удоволствие, какво страдание, кое е важно, кое несъществено и т.н.” (Фестингер, 2000, с. 24)

По принцип терминът знание се използва в много широк смисъл и включва в себе си явления, които често не са свързани със семантичното му значение – например мнения, убеждения, ценности и нагласи. Теоретичната яснота налага всички тези феномени да се разглеждат като елементи на знанието, между които могат да съществуват отношения на консонанс и дисонанс.

Следващият въпрос, който касае когнитивните елементи и се нуждае от изясняване, е как те се формират и какво определя тяхното съдържание. Факторът обективна реалност най-ясно ги дефинира в съдържателен план. Във всички случаи когнитивните елементи в значителна степен отразяват някаква реалност (физическа, социална или психическа) и в цялост формират индивидуална карта на действителността. Трябва да се уточни, че реалността, която въздейства на личността, ще оказва влияние върху начина на привиждане на елементите в съответствие с нея.

Човешкото съществуване е почти невъзможно, ако елементите на знанието не са релевантно отражение на действителността, тъй като личността съществува и се развива в параметрите на тази реалност. С други думи, елементите на знанието съответстват на това, което личността фактически върши или чувства и на това, което реално съществува в обкръжаващата среда. В описаното по-горе става въпрос за убеждения, ценности и вярвания, но параметрите на реалността може да съдържат и това, което мислят или правят другите, информацията, постъпваща от тях или това, с което се сблъсква личността на базата на миналия опит и изградените стратегии за справяне.

Л. Фестингер отбелязва, че: “реалността, която въздейства на индивида, ще оказва влияние в посока на привеждане на когнитивните елементи в съответствие с тази реалност. Това не означава, че съществуващите когнитивни елементи винаги ще съответстват на действителността. В крайна сметка един от съществените аспекти на приложимост на теорията на дисонанса се състои във възможността да се разберат ситуацияите, когато когнитивните елементи противоречат на действителността.” (Фестингер, 2000, с. 26) Интерпретацията може да се допълни с идеята, че ако когнитивните елементи не съответстват на определена реалност, влияеща на личността, все пак някакъв вид въздействие следва да е налице и това е необходимо да се отчита.

Съществуват три разновидности на отношенията между два когнитивни елемента: ирелевантни, консонансни и дисонансни отношения.

Когато два когнитивни елемента нямат нищо общо помежду си или личността не ги възприема като свързани, те са неутрални или ирелевантни по отношение един на друг. Много често е трудно да се дефинират два елемента като ирелевантни, но следва да се подчертае, че изследването се фокусира изключително върху тези елементи, между които е налице консонанс или дисонанс. Възможно е вследствие актуалното поведение на личността, елементи, които са били ирелевантни да се променят в посока релевантност.

Преди анализът да се насочи към релевантността, трябва да се отбележи специфичният характер на тези когнитивни елементи, които имат отношение към поведенческата активност. Подобен поведенчески когнитивен елемент, който е релевантен спрямо всеки от двойката ирелевантни когнитивни елементи, може на практика да ги превърне в релевантни един на друг. В случай на релевантност се появява и отношение на консонанс или дисонанс.

Според Л. Фестингер два отделни елемента са в дисонансно отношение, ако отрицанието на единия елемент следва от другия.

Дефинирано по друг начин, когнитивните елементи X и Y са в дисонанс, когато не X следва от Y. (Фестингер, 2000) Например, ако личността се намира в позната и защитена среда, но въпреки това изпитва неувереност и тревожност, тогава между тези два когнитивни елемента съществуват дисонансни отношения.

Проведеният от Л. Фестингер и Дж. Карлсмит през 1959 г. експеримент потвърждава посочените по-горе зависимости между когнитивните елементи, използвайки парадигмата на принудителното съгласие. Експериментът е изключително находчив и интересен и дава доказателства в подкрепа на теорията на когнитивния дисонанс, което инициира редица по-късни допълнения и разработки на концепцията за дисонанс.

Тук следва да се разгледа връзката между дисонанса и теорията за Аз-консистентността, предложена от Елиът Арънсън. Тя се базира на идеята, че ситуациите, които провокират дисонанс, създават инконсистентност (несъответствие) между Аз-концепцията и поведението. Посочената разработка интерпретира ефектите, наблюдавани в експеримента на Л. Фестингер и Дж. Карлсмит, като резултат от инконсистентността между Аз-концепцията “Аз съм морален човек” и поведението “Лъжа друг човек”. (Aronson, 1992, pp. 303–311) Авторът формулира теорията така, “че тя в по-висша степен да отделя внимание на представата на индивида за самия себе си. В основни линии повторното формулиране сочи, че дисонансът е най-силен в ситуациите, когато е застрашена Аз-концепцията.” (Арънсън, 1984, с. 124–125)

Своето критично отношение към тълкуването на резултатите от посочения експеримент изказва Д. Бем (Bem, 1972), формулирайки теорията си за Аз-перцепцията. Авторът твърди, че резултатите от изследванията върху дисонанса нямат нищо общо с отрицателното инстинктивно състояние, наречено дисонанс, а с това, как хората правят умозаклучения за убежденията си от наблюдаването на собственото си поведение. Различията между двете концепции се изразяват в това, че според Д. Бем, хората оценяват причините за поведението си, стремят се към обяснение на убеждения, нагласи, емоции и други вътрешни състояния, докато за Л. Фестингер мотивацията, насочена към редуциране на вътрешния конфликт или дисонанс, има естествен характер. (Plous, 1993)

Според Л. Фестингер причините, водещи до дисонансни отношения, са свързани с придобития опит или очакванията, с общоприетите морални ценности, както и с цяла констелация от фактори, отнасящи се до ежедневието. Нагласите и желанията също могат да

се включат към детерминантите на това, явяват ли се два елемента дисонансни, или не. Към този тип отношения между когнитивните елементи може да се прибавят и следните:

1. Дисонанс, в резултат на логическа инконсистентност – отрицанието на съдържанието на единия елемент следва от съдържанието на другия на основата на формалната логика.

2. Дисонансни отношения, възникващи на базата на установените от социално значимите групи норми, характерни за дадената култура – поведение, попадащо извън приетите от обществото морални ценности.

3. Дисонанс в случаите, когато личното мнение противоречи на споделяните от групата стандарти и изисквания към поведението на членовете ѝ – например симпатизанти на определена партия, даващи гота си на изборите за друга.

4. Дисонансни отношения между научаването от миналия опит и експектациите в идентична ситуация.

В настоящия етап от анализа на теорията на когнитивния дисонанс посочените причини са достатъчни за диференциране на начина, по който концептуалното определение на дисонанса може да се използва в експериментални ситуации, за да се открие дали отношението между два елемента е дисонансно, или консонансно. Трябва да се подчертае, че е възможно да съществуват други елементи на знанието, които са в консонансно отношение с всеки от двата елемента от посочената двойка (Фестингер, 2000).

Дефинитивно, отношението консонанс и ирелевантност може да се изведе от определението на дисонансните зависимости. В случай, че един от елементите в двойката води до потвърждаване значението на другия, отношението между тях е консонансно. Ако нито отрицанието, нито потвърждението на значението на втория елемент не следва от първия, те са ирелевантни.

Критичният анализ изисква да се поясни, че изготвянето на изчерпателен списък, съдържащ всички когнитивни елементи е невъзможно, защото е трудно да се определи, каква от трите възможни взаимовръзки съществува в дадения конкретен случай. Теоретично и експериментално определянето на дисонансните отношения е по-ясно и недвусмислено. Това подпомага цялостния и изчерпа-

телен обзор на разглежданата проблематика, което, априори, е и целта на настоящата разработка.

Преди да се акцентира върху същността и закономерностите на феномена когнитивен дисонанс следва да се посочи дефиницията на понятието, която се приема еднозначно в психологията. Според класическото определение на Л. Фестингер **когнитивният дисонанс е несъответствие между два когнитивни елемента (когниции) – мисли, опит, информация, поведение и т.н. – при което отрицанието на единия елемент следва от съществуването на другия и свързания с това несъответствие психически дискомфорт.**

Дефиницията на когнитивния дисонанс в “The Gale Encyclopedia of Psychology” гласи: **“Когнитивният дисонанс е състояние, водещо до психически дискомфорт у индивида, когато в неговото съзнание се сблъскват две противоречиви знания, вярвания или поведенчески нагласи относно даден обект, явление или идея. Дисонансът (инконсистентността) между собствените идеи предизвиква стремеж у индивида да ги променя, докато между тях възникнат консонансни отношения.”** (The Gale Encyclopedia of Psychology, 2001, pp. 132)

Последователността на теоретичния анализ налага да се разгледат предпоставките, водещи до възникване на когнитивен дисонанс.

В началото следва да се опишат две типични ситуации, в които възниква дисонанс между знанията, мненията или представите за собственото поведение. Те са свързани със случаите, когато личността става свидетел на неочаквани събития или, когато ѝ се предоставя някаква нова информация. Трябва да се подчертае, че дори при отсъствието на нови, непредвидени събития или информация, дисонансът е феномен на ежедневието. Много малко от взаимовръзките между явленията от реалността, била тя социална или физическа, попадат в категорията черно – бяло, т.е. са в дихотомни отношения. Дори в ясно структурирани и очевидни житейски ситуации, оценките за тях са смес от противоречия. Ситуациите, изискващи от личността да формулира мнение или да направи избор, неизбежно водят до възникване на дисонанс между осъзнаването на предприетото поведение и достъпните към момента знания, които подкрепят различен вариант на действие или възможен друг изход. (Фестингер, 2000)

Съществуват редица ситуации, в които дисонансът се оказва почти неизбежен, но целта на настоящата разработка е да проследи как процесите на възникване на дисонанса влияят и същевременно се детерминират от определени личностни характеристики.

Важно е да се отбележи, че съществуват определени области на познанието, където възникването на дисонанс е напълно обичайно. Става дума за случаите, когато две или повече устойчиви убеждения заедно се явяват релевантни по определен въпрос или тема, тогава те ще се намират в противоречие. Погледнато от друг ъгъл поведението, което ги съпътства, ще противоречи на едно от тези устойчиви убеждения. Ако несъответствието в оценките на личността стане публично достояние, тя ще изпитва необходимост от редуциране на несъответствието, поради потребността, свързана с поддържането на логическа съгласуваност във вътрешната йерархия от морални оценки. Разглеждайки резултатите от тези изследвания, Л. Фестингер счита, че значението на важността на публичното обсъждане на оценката е слабо релевантно, но в своята същност, то много добре илюстрира причините, водещи до възникване на силен дисонанс в подобни ситуации.

В тази връзка, следва да се разгледат няколко теории, имащи отношение към когнитивния дисонанс.

На първо място трябва да се обърне внимание на Теорията на полето, предложена от К. Левин, която той свързва с широко дефинираната област на човешката мотивация, описвайки поведението на хората в неговия цялостен физически и социален контекст. Концепцията му за психологията е практическа, фокусираща се върху социалните въпроси, които влияят върху начина на живот и работа. К. Левин търси математически модел, с който да представи своята теоретична парадигма за психичните процеси. Избира топологията – форма на геометрия – за да представи жизненото пространство, показвайки във всеки момент възможните цели на личността и пътищата, водещи към тях.

К. Левин смята, че между личността и средата съществува основно състояние на баланс или равновесие, нарушаването на което води до напрежение, а то поражда поведение, насочено към редуцирането му и възстановяване на баланса. Авторът предполага, че това

поведение включва набор от състояния на напрежение или нужда, последвано от активност или разтоварване (вж. Шулц и Шулц, 2006).

Теоретичните хипотези на К. Левин се потвърждават в експеримента, проведен от Б. Зайгарник, в който са заложили следните предположения: когато на изследваните лица са поставени задачи за изпълнение, при тях се развива система от напрежение; в случай, че задачата е завършена, напрежението спада; ако изследваните лица са прекъснати преди завършване на задачата, напрежението не изчезва.

Теорията за когнитивния баланс, предложена от Ф. Хайдер през 1958 година, обогатява и развива концепцията на К. Левин, разширявайки нейния обхват на приложимост и възможности за предвиждане на ефектите, свързани с взаимодействието личност – среда. По този начин анализът на психическите процеси надхвърля рамките на изследванията, свързани с организацията на възприятията, която до този момент е обект на гешталт психологията. Той пише: ”Теорията за баланса се занимава преимуществено с конфигурации, състоящи се от редица елементи, между които съществуват определени отношения. В качеството на елементи се включват хора (самият субект или други индивиди), а също и предмети, ситуации, групи и др.” (Heider, 1960, pp. 167). Според автора някои от съчетанията между елементите и връзките между тях са устойчиви, балансирани, а други – дисбалансиранни. В личността се наблюдава стремеж към поддържане на балансирани, хармонични, непротиворечиви състояния. Ситуациите на дисбаланс, подобно на когнитивния дисонанс, предизвикват чувство на дискомфорт, напрежение и интенция към промяна в посока балансираност чрез когнитивна реорганизация или промяна в перцепцията за поведението.

“Теорията на Ф. Хайдер се основава на триада от елементи от т. нар. Р – О – Х система, която включва субект (Р), друг човек (О) и още един елемент (Х), представляващ предмет или убеждение.” (Хекхаузен, 1986, с. 165)

	Субект – Р	Обект – О	Елемент – Х
a	+	+	+
b	+	–	–
c	–	–	–

Таблица 1

На таблица 1 са показани балансирана и дисбалансирана конфигурация на посочената по-горе триада.

От триадата а – с две от отношенията а и с са балансирани, а b дисбалансирано. Знаците показват типа на отношенията: позитивни (+) и негативни (–).

Вижда се ясно, че ако се замени терминът балансиран с консонансен и дисбалансиран с дисонансен, теорията за баланса на Ф. Хайдер е концептуално свързана с теорията на когнитивния дисонанс и подпомага анализа на процесите, свързани с възникване на разглеждания феномен.

На следващо място ще бъдат представени идеите на Е. Осгуд и Х. Таненбаум, касаещи промените в системата от възгледи и отношения, въвеждайки принципа на конгруентност. Авторите споделят следните заключения: “Изменението в оценката винаги води до увеличаване конгруентността със съществуващата система от ориентири.” (цит. по Фестингер, 2000, с. 22)

Конгруентността (ако заменим понятията – когнитивен дисонанс), която те анализират, възниква в ситуациите, когато личността или страничен източник на информация поддържа мнение, считано от нея за маловажно. Авторите посочват, че при такива обстоятелства се наблюдава ясно изразена тенденция за промяна или на оценката на даденото мнение, или на оценката на източника на информация в посока намаляване на дисонанса. По този начин, ако източникът на информация е бил оценен положително, а мнението отрицателно, личността може да промени отношението си, както към източника на информация, така и към самия проблем. От посочените данни става ясно, че ефектът във всяка конкретна ситуация зависи от това, което първоначално е било налично в съзнанието – оценка на източ-

ника на информация или оценка на проблема. При положение, че източникът на информация е оценен като много надежден, то промяната на мнението е твърде вероятна и обратно. Е. Осгуд и Х. Таненбаум пределно ясно посочват насочеността, както и степента на изменение в оценката, определяйки първичните нагласи по отношение източника на информация до момента на възникване на дисонанс и впоследствие те измерват степента на податливост на тази нагласа към промяна (Osgood & Tannenbaum, 1955, pp. 42–55).

От съществена важност е да се отбележи, че проведенният експеримент открива у личността както мотивация за установяване на консонансни отношения в системата от знания, така и стремеж към редуциране на дисонанса.

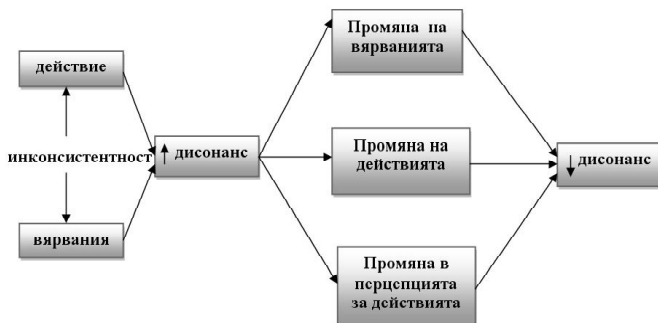
Според Л. Фестингер възникването на когнитивния дисонанс е в пряка корелация с отношенията между познавателните елементи, които в съкратен вид са:

1. Дисонанс, следствие от логическата инконсистентност между елементите на когнитивната система от знания.

2. Дисонанс, възникващ на базата на различия в доминиращите в дадената култура морални норми.

3. Дисонанс като резултат от противоречие, свързано с конкретно мнение или поведение, намиращо се в състава на по-обща, фиксирани поведенчески модели или широко.

4. Дисонанс, възникващ на основата на миналия опит и стратегиите за справяне на личността.



Фигура 1

Фигура 1 илюстрира процеса на възникване на когнитивния дисонанс, свързан в случая с инконсистентността между откритото поведение (действие) и системата от вярвания (ценности) на личността. Представени са и част от начините за редуциране на когнитивния дисонанс, които ще бъдат разгледани по-нататък в настоящия анализ. Следва да се отбележи, че наличието на дисонанс предизвиква психически дискомфорт, който мотивира личността да търси възможности за неговото пълно премахване или редуциране. Във връзка с възникването на дисонанса Л. Фестингер отбелязва несъмненото съществуване на личностни различия в начина и степента на реакция спрямо него, предлагайки количествен континуум "толеранс към дисонанса". Други изследователи твърдят, "че съществуващи личностни черти могат да послужат и като модератори на реакциите към дисонанс" (Енциклопедия психология, 1998, с. 486).

Важно е да се отбележи, че в когнитивната система от знания е възможно да съществуват, освен консонансните и дисонансни отношения и отношения на ирелевантност между елементите. Дисонансните отношения, играят ролята на мотивиращи фактори, действащи в посока възстановяване на консонанса и по възможност поддържане на вътрешна хармония между познание, вярвания, нагласи, поведение и репрезентация на обективната реалност в представите на личността

ЛИТЕРАТУРА

1. **Арънсън, Е.** Човекът – социално животно. С., Наука и изкуство, 1984.
2. **Енциклопедия Психология.** Под. ред. на Р. Корсини, С., 1998.
3. **Шулц, Д. и Шулц, С.** История на модерната психология. С., Наука и изкуство, 2006.
4. **Фестингер, Л.** Теория когнитивного дисонанса. СПб: Речь, 2000.
5. **Хекхаузен, Х.** Мотивация и деятельность. Т. 1. М., Педагогика, 1986.
6. **Aronson, E.** The return of the repressed: Dissonance theory makes a comeback. *Psychological Inquiry*, 3, 1992, pp. 303–311.
7. **Bem, D. J.** Self-perception theory. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 6, pp. 1-62. New York: Academic Press, 1972.

8. **Heider, F.** The psychology of interpersonal relations. New York: John Wiley & Sons, 1958.
9. **Plous, S.** The psychology of judgment and decision making. New York: McGraw-Hill, 1993.
10. The Gale Encyclopedia of Psychology, 2001, pp. 132.