

## عاطفه و شناخت\*

جوزف پ. فورگاس

دانشگاه نیو ساوت ویلز، سیدنی، استرالیا

[ترجمه و تلخیص: سپیده راجزی اصفهانی]

### چکیده

یکی از بزرگ‌ترین معماهایی که تاکنون در ارتباط با ماهیت انسان هنوز تا حدودی سر بسته باقی مانده است، تأثیر متقابل شناخت و عاطفه بر یکدیگر است. شناخت، شاهراه منطقی، و عاطفه، شاهراه هیجانی ارتباط ما با دنیای اطرافمان محسوب می‌شوند. با وجود این که عاطفه پدیده‌ای بسیار قوی و همیشگی در زندگی روزمره ما به شمار می‌رود، ولی تا چندی پیش در زمینه عواطف انسان، پژوهش‌های زیادی صورت نگرفته بود. در این مقاله، در ابتدا مروری خواهیم داشت بر رویکردهای سنتی و سپس بر مطالعات تجربی که اخیراً در زمینه ارتباط بین شناخت و عاطفه انجام شده‌اند. هم‌چنین به بحث و گفت‌وگو درباره‌ی دستاوردهایی که این مطالعات داشته‌اند و چشم‌اندازهای آتی تحقیقات روان‌شناختی در این زمینه خواهیم پرداخت.

واژه‌های کلیدی: شناخت، عاطفه، مدل‌ها، مدل جامع، پردازش اطلاعات.



جوزف پ. فورگاس

معنای ارتباط بین شناخت و عاطفه از آغازین روزهای پدیداری تمدن در جهان، ذهن هنرمندان، نویسندگان و دانشمندان بسیاری را به خود مشغول کرده است. متفکرانی مانند ارسطو، سقراط، افلاطون، اپیکور، دکارت، پاسکال و کانت، به رابطه بین شناخت و عاطفه علاقه خاصی داشته‌اند. یکی از مهم‌ترین برنامه‌های جوامع امروزی، ارتقای عواطف مثبت و سلامت روان، و کاهش عواطف منفی و افسردگی است (سیاروچی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۶؛ دیئر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰). کشف ارتباط بین شناخت و عاطفه، مبتنی بر درک ارتباط بین منطقی و هیجان در انسان است (هیلگارد، ۱۹۸۰).

از حدود ۳۰ سال پیش، پژوهش در حوزه شناخت - عاطفه در روان‌شناسی، بعد از مدت‌ها نادیده گرفته شدن، آغاز شد. با این وجود، این فرآیند تا به حال نسبتاً متزلزل و بی‌ثبات بوده و سؤال‌های بسیاری در این باره بی‌پاسخ باقی مانده‌اند. حتی هنوز تعریف دقیقی از عاطفه و هیجان ارائه نشده است و ارتباط بین شناخت و عاطفه به بحث‌های زیادی دامن زده است (فورگاس، ۲۰۰۶). بعضی از روان‌شناسان، به شناخت‌های مقدم بر عواطف علاقه‌مندند، و به ارزیابی‌های شناختی قبل از پاسخ‌های هیجانی می‌پردازند (برای مثال، اسمیت و کرپی، ۲۰۰۰). گروه دیگری از روان‌شناسان به

پیامدهای شناختی عواطف، توجه کرده‌اند. در این مقاله، ابتدا نگاهی گذرا به ارتباط بین شناخت و عاطفه می‌اندازیم و سپس به جنبه‌های تاریخی و پژوهشی پیش‌آیندهای شناختی و پیامدهای حالت‌های عاطفی می‌پردازیم.

\* ترجمه شده از: Perspectives on Psychological Science, Vol. 3, No. 2, (2008) (pp.94-101)

1. Ciarrochi

2. Diener

جنسی که از زمان‌های قدیم وجود داشته است، واکنش‌های عاطفی (مثل حسادت)، مدل‌های ذهنی خاصی را تشکیل می‌دهند تا افراد به کمک آن‌ها بتوانند با مشکلات کنار بیایند و سازگار شوند. یکی از نافذترین دیدگاه‌های تکامل‌گرایی، هیجان‌ها را برنامه‌های شناختی بسیار منظمی در نظر می‌گیرد (کازمیدز و توبی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰) که به ما کمک می‌کنند تا بهترین راهبردهای شناختی را برای کنار آمدن و سازگاری با مشکلات انتخاب کنیم. برای مثال، هیجان‌های مثبت و منفی، به ترتیب، منجر به شکل‌گیری راهبردهای شناختی جذب (درون‌سازی) و انطباق (برون‌سازی) می‌شوند. پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که این واکنش‌ها، سازش یافته‌ترین نتایج را در فعالیت‌های شناختی اجتماعی، به خود اختصاص می‌دهند (بلس و فیدلر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ فورگاس، ۲۰۰۷). کارکرد شناختی دیگر هیجان‌ها (مثل عشق و احساس گناه) این است که باعث تعهدگزینی و احساس مسئولیت می‌شوند و به ما کمک می‌کنند تا در مقابل جنابیت‌ها و پاداش‌های کوتاه‌مدت، سازگاری دیرپا را انتخاب کنیم.

### رویکرد دانش عصب‌پایه (علم عصب‌پژوهی)

تحقیقات اخیر در ارتباط با دانش عصب‌پایه نشان می‌دهد که در پردازش عاطفی و شناختی، ساختارهای عصبی مشترکی وجود دارد (داماسیو، ۱۹۹۴). ساختارهای عصبی که در پردازش هیجان‌ها نقش دارند، همانند آمیگدال و قشر جلوپیشانی میانی، در پردازش اطلاعات اجتماعی نیز شرکت می‌کنند. در مقابل، ساختارهای عصبی که در پردازش شناختی نقش دارند، مانند اوربیتوفرونتال و قشر جلوپیشانی، شکنج دوکی شکل و شکنج پیشانی تحتانی، در پردازش هیجان‌ها نیز شرکت می‌کنند. این یافته‌ها با برخی از اصول رویکرد تکاملی هم‌خوانی دارند، زیرا تکامل‌گرایان معتقدند که فشار برای کنار آمدن با محرک‌های قوی، منجر به شکل‌گیری ساختارها و عملکردهای جدیدی در حوزه‌های شناختی و هیجانی مغز می‌گردد. بنابراین به نظر می‌رسد که نواحی مخصوص هیجان‌ها در مغز، در پردازش محرک‌های اجتماعی، و نواحی شناخت اجتماعی در مغز، در پردازش محرک‌های هیجانی نقش داشته باشند. مزیت انطباقی انعطاف در برخورد با محرک‌های اجتماعی، ممکن است در

جنبه‌های نظری و تاریخی رابطه شناخت و عاطفه فلاسفه در قرن هیجدهم، موضوع‌های روان‌شناختی را به سه بخش مجزا تقسیم می‌کردند: شناخت، عاطفه (و احساس) و کردار. عاطفه، آخرین موضوعی بود که مورد تحقیق و بررسی قرار گرفت و کم‌تر از همه نیز شناخته شد (هلیگارد، ۱۹۸۰). با این وجود، آزمایش‌های درون‌نگری و ونت، تیچنر، و سایرین نشان داد که پاسخ‌های عاطفی، شناختی و کرداری، جدانشدنی و مکمل یکدیگر محسوب می‌شوند. ولی متأسفانه، در تحقیقات قدیمی‌تر، این سه جزء به عنوان سه حوزه مجزا، که هیچ ارتباطی با یکدیگر ندارد، مورد مطالعه قرار گرفته‌اند و همین مسئله باعث شد که مطالعه و تحقیق در زمینه عاطفه، مدت‌های بسیاری مورد غفلت قرار گیرد (هلیگارد، ۱۹۸۰).

### احساس: مخرب یا سازنده؟

دلیل دیگری که عاطفه در مطالعات روان‌شناسی مدت‌ها نادیده گرفته شد، احتمالاً دیدگاه جامعه غرب نسبت به عاطفه بود. دیدگاه غرب که تحت تأثیر تفکرات افلاطون بود، باور داشت که عاطفه، نیرویی خطرناک و مهاجم است که تفکر منطقی را از مسیر اصلی خود منحرف می‌کند. این دیدگاه توسط فروید<sup>۱</sup>، تارد<sup>۲</sup> و لوبون<sup>۳</sup> در بسیاری از نظریه‌های روان‌شناسی پروبال پیدا کرد. از دیدگاه روان‌پویایی، برای کنترل عواطف، به منابع جبرانی درون‌روانی نیاز داریم که این کار معمولاً با شکست مواجه می‌شود و یا منجر به نارکارآمدی می‌گردد. به علاوه، بعضی از نویسندگان چنین بیان داشته‌اند که ناتوانی در کنترل عواطف، حکایت از "نقص جدی" تکاملی در مغز می‌کند که نهایتاً بقای نوع انسان را نیز مورد تهدید قرار خواهد داد (کوشلر<sup>۴</sup>، ۱۹۷۸). خوش‌بختانه، تحقیقاتی که در چند دهه اخیر در زمینه شناخت اجتماعی، نورواناتومی و پسیکوفیزیولوژی انجام شده‌اند، باعث شد که عاطفه (و احساس) مؤلفه ضروری شناخت و رفتار به حساب آید (داماسیو<sup>۵</sup>، ۱۹۹۴). در حدود ۳۵۰ سال پیش پاسکال ادعا کرد که "دل برای خودش دلیلی دارد که عقل از درک آن عاجز است." (پاسکال، ۱۶۴۳/۱۹۶۶، ص ۱۱۳۰). این ادعا امروزه مورد حمایت تجربی قرار گرفته است: حمایت‌های تجربی که نشان می‌دهند عاطفه، احساس و هیجان، مؤلفه ضروری و سازنده‌ای برای شناخت به حساب می‌آیند (داماسیو، ۱۹۹۴؛ آیزن<sup>۶</sup>، ۱۹۸۷؛ زاینس<sup>۷</sup>، ۱۹۸۰).

هم‌چنین این دیدگاه امروزه توسط رویکردهای تکامل‌گرایی نیز حمایت می‌شود. در اثر انتخاب‌های طبیعی و

1. Freud

2. Tarde

3. LeBon

4. Koestler

5. Damasio

6. Isen

7. Zajonc

8. Cosmides &amp; Tooby

9. Bless &amp; Fiedler

اثر فرآیند تکاملی کنار آمدن با وقایع لذت‌بخش به وجود آمده باشد. ساختار سلسله مراتبی مغز به ما امکان می‌دهد عواطف ناخودآگاه را تجربه کنیم: عواطفی که بر رفتارهای ما تأثیر می‌گذارند، بدون این که نسبت به آن‌ها آگاه باشیم. این موضوع برای مدل‌های استنباطی و شناختی که نقش اساسی را به آگاهی می‌دهند (مثل مدلی که هیجان را به عنوان اطلاعات در نظر می‌گیرد)، مشکل‌آفرین می‌شود.

بیش‌ترین اطلاعاتی که درباره عملکرد مناطقی از مغز مثل آمیگدال (که ساختار کلیدی 'مغز هیجانی' به حساب می‌آیند) در دست داریم، شامل اطلاعاتی است که از پاسخ‌های عاطفی ناخودآگاه به محرک‌های حسی، تأثیر عواطف بر توجه و حافظه، و تنظیم عاطفی به دست آمده‌اند. آمیگدال در شناخت اجتماعی نیز نقش دارد. به طوری که بیماری‌هایی که آمیگدال در آن‌ها صدمه دیده است، توانایی استنباط اجتماعی و ارزیابی حالت‌های درونی، باورها و خواسته‌های دیگران را از دست می‌دهند. دو ناحیه در قشر مخ - قشر حسی - حرکتی (مسئول احساسات و ادراک‌های بدنی) و قشر جلوپیشانی - بیش‌ترین نقش را در حوزه عواطف بازی می‌کنند. قشر جلوپیشانی در تنظیم عواطف و تجربه آگاهانه عواطف، نقش دارد. بخش قدامی قشر جلوپیشانی، بین‌بازنمایی‌های شناختی و بار عاطفی (لذت‌جویانه) آن‌ها ارتباط برقرار می‌کند و آن‌ها را به ارزیابی‌های ذی‌نقش در ایجاد هیجان‌های خودآگاهانه (مانند شرم و خجالت) پیوند می‌دهد. به نظر می‌رسد بخش قدامی قشر میانی جلوپیشانی، در ادغام پس‌خوراندهای جسمانی با تصمیم‌ها و قضاوت‌ها نقش داشته باشد (داماسیو، ۱۹۹۴). بیماری‌هایی که دچار ضایعه در این ناحیه شده‌اند، هوش هیجانی و عملکرد اجتماعی پایینی دارند. به طور خلاصه، ساختارهای عصبی که در پردازش هیجانی نقش دارند، در پردازش اطلاعات اجتماعی مؤثرند و ساختارهای عصبی که در شناخت اجتماعی نقش دارند، در پردازش هیجانی نقش دارند. این فرآیند ممکن است در اثر فشارهای تکاملی برای کنار آمدن انعطاف‌پذیر با محرک‌های اجتماعی مهم پدید آمده باشد. حاصل این فرآیند باعث شده است که نواحی هیجانی و اجتماعی مغز، از نظر ساختاری و کارکردی با یکدیگر ارتباط داشته باشند.

#### عاطفه و شناخت در روان‌شناسی: رویکردهای سنتی

رویکردهای اولیه به عاطفه و شناخت در روان‌شناسی، تحت تأثیر نظریه‌هایی مانند روان‌کاوی و رفتارگرایی شکل

گرفته‌اند. روان‌کاوان، عاطفه را قسمتی از نهاد<sup>۱</sup> می‌دانند که با نیروهای منطقی من<sup>۲</sup> به مخالفت می‌پردازد. این باور، اگرچه به طور وسیعی تفکر عموم را تحت تأثیر خود قرار داد، ولی نتوانست تأثیر نسبتاً زیادی بر تحقیقات روان‌شناسی بگذارد. تحقیقات فش‌بک و سین‌گر<sup>۳</sup> (۱۹۵۷) تحت تأثیر این باور قرار گرفته است. تحقیق آن‌ها به این نتیجه منتهی گشت: "تلاش برای سرکوب کردن ترس، به نحو تناقض آمیزی باعث می‌شود دیگران فرد را ترسناک و مضطرب تشخیص دهند." (ص ۲۹۶۰). با این وجود، به دلیل فقدان حمایت‌های تجربی و انتقاداتی که از سوی دانشمندانی مانند کارل پوپر<sup>۴</sup> صورت گرفت، روان‌کاوی از تحت سلطنت فرود آمد.

طبق نظر رفتارگرایان اصول‌گرا، عاطفه از طریق پیوندهای شرطی نامشخص در افکار و قضاوت‌های ما تأثیر می‌گذارد و کلیه هیجان‌های انسان را می‌توان با اصطلاح "تجربه‌های شرطی شده جمعی" توصیف کرد (واتسون و رینر، ۱۹۲۰). با وجود این که امروزه، تفکرات رفتارگرایان چندان مورد پذیرش واقع نشده است، ولی می‌توان تأثیر آموزه‌های واتسون را در تحقیقات بعد از وی مشاهده نمود. کلور و برن<sup>۵</sup> (۱۹۷۴) دریافتند که محیط‌های لذت‌بخش و یا انزجاری (محرک غیرشرطی) می‌توانند در افرادی که در آن محیط‌ها حضور دارند، واکنش عاطفی (پاسخ غیرشرطی) ایجاد کنند. این مطالعات، نشان داد که عاطفه هم‌خوان با تفکر را می‌توان با اصول شرطی (همایندی زمانی و مکانی) تبیین کرد.

در مدل پردازش اطلاعات شناختی که در سال ۱۹۶۰ بالیدن آغاز کرد، ابتدا توجه بر تفکر بدون عاطفه معطوف شد و عاطفه به عنوان خاستگاه مخرب و مزاحم تلقی گردید. ذکر این نکته جالب است که حتی بعضی از نظریه پردازان پدیدارشناس مانند هایدر<sup>۶</sup> (۱۹۵۸) در نظریه‌های خود، عاطفه را نادیده گرفته و صرفاً به استنباط‌های سرد و منطقی اشاره می‌نمودند. تحقیقاتی که در اوایل سال ۱۹۸۰ در زمینه طبیعت‌گرایی شناخت انجام شد، نشان داد که عاطفه، نقش حیاتی در پردازش اطلاعات اجتماعی افراد دارد. آیزن (۱۹۸۷) و زاینس (۱۹۸۰) دو تن از روان‌شناسان اجتماعی هستند که بر اهمیت تأثیر عواطف بر افکار و رفتار اجتماعی تأکید داشتند. سرانجام، گوردن باور<sup>۷</sup> در مدل شبکه‌تداعی خود اشاره می‌نماید که هم‌خوانی قوی خلق با شناخت، در حافظه اجتماعی تأثیر می‌گذارد (باور، ۱۹۸۶). هم‌چنین به

1. Id  
2. Ego  
3. Feshbach & Singer  
4. Popper, K.  
5. Clore & Byrne  
6. Heider  
7. Bower, G.

تحریک‌کننده و ارتباط موقعیت با فرد، پیش‌آیندهای آن، و توانایی فرد برای مقابله مؤثر، تأکید دارند. شکل‌های مختلف ترکیب این مدل‌های ارزیابی، واکنش‌های هیجانی مختلفی را تحریک می‌کنند. پذیرش یا طرد از سوی دیگران، یکی از دلایل بالقوه شکل‌دهی واکنش‌های عاطفی به شمار می‌آیند (لیری<sup>۵</sup>، ۲۰۰۰) که با خاستگاه‌های احتمالی تحوّل در مورد بسیاری از واکنش‌های عاطفی، هم‌خوانی دارد.

یکی از موارد خاص ارزیابی‌های هیجانی افراد، ارزیابی واکنش هیجانی خود از نتایج کارهایی است که در آینده با آن‌ها روبه‌رو خواهند شد. این پیش‌بینی‌ها، انگیزه بسیاری از تلاش‌های افراد را در طول زندگی‌شان تأمین می‌نماید. البته در این پیش‌بینی کردن‌ها، افراد دچار اشتباهات نسبتاً زیادی نیز می‌شوند (ویلسون و گیلبرت<sup>۶</sup>، ۲۰۰۳). موضوعی که حوزه وسیعی از تحقیقات را امروزه به خود اختصاص داده است، کشف آن دسته از "پردازش‌های شناختی" است که منجر به پیش‌بینی غلط واکنش‌های هیجانی می‌شوند.

مدل‌های اخیر "پردازش ارزیابی هیجانی"، به بررسی این نکته می‌پردازند که واکنش هیجانی از ترکیب اطلاعات موقعیتی و اطلاعات مبتنی بر حافظه و از طریق سازوکارهای نیمه‌هشیار و خودکار به وجود می‌آیند. نظریه ارزیابی، چارچوب مناسبی برای درک پیش‌آیندهای شناختی و تجربه‌های عاطفی در اختیار ما می‌گذارد. در رویکرد تکمیلی که در این جا ذکر می‌کنیم، به بررسی پیامدهای شناختی حالت‌های عاطفی می‌پردازیم.

### پیامدهای شناختی عاطفه

سال‌هاست که این ایده رواج دارد که عاطفه بر شناخت تأثیر می‌گذارد. اما این "القای عاطفی"<sup>۷</sup> چه‌گونه و چرا رخ می‌دهد؟ و چه سازوکارهای روان‌شناختی در آن نقش دارند؟ برخلاف تبیین‌های روان‌کاوان و رفتارگرایان، نظریه‌های شناختی معاصر، به تبیین دقیق سازوکارهای تأثیر عاطفه بر تفکر و قضاوت پرداخته‌اند. عاطفه از طریق دو سازوکار تکمیلی بر محتوای شناخت تأثیر می‌گذارد: (۱) از طریق فرآیندهای استنباطی (استنتاجی)؛ و (۲) از طریق فرآیندهای حافظه. علاوه بر این، عاطفه بر پردازش اطلاعات نیز تأثیر می‌گذارد. هر یک از این سازوکارها را به طور خلاصه توضیح می‌دهیم.

نظر می‌آید که عاطفه نیز در ساخت تجربه‌های اجتماعی افراد نقش مهمی بازی می‌کند (فورگاس، ۱۹۸۲). اخیراً نیدنتال و هالبرشتات<sup>۱</sup> (۲۰۰۰) متوجه شده‌اند که "می‌توان محرک‌هایی را که تنها تشابه آن‌ها به یکدیگر، نوع پاسخ عاطفی است که تحریک می‌نمایند، همراه با هم و در یک طبقه، دسته‌بندی نمود" (ص ۲۸۱). بنابراین، عواطف، نقش مهمی در ایجاد و تداوم باز‌نمایی‌های ذهنی مربوط به محیط اجتماعی در حافظه بازی می‌کنند. در بخش بعدی مقاله خواهیم دید که پردازش‌های شناختی نیز در ایجاد پاسخ‌های عاطفی مؤثرند.

### پیش‌آیندهای شناختی عاطفه: رویکرد ارزیابی

مردم چه‌گونه متوجه می‌شوند که واکنش هیجانی‌شان نسبت به موقعیتی درست و مناسب بوده است؟ چه سازوکارهایی شناختی در ایجاد هیجان نقش دارند؟ نظریه‌های ارزیابی، به دنبال تبیین جنبه‌های شناختی هیجان‌هایی مانند خشم، غمگینی و ترس و در عین حال، توضیح کارکرد آن‌ها هستند (لازاروس، ۱۹۹۱). پیشگامان نظریه دو عاملی هیجان‌ها، یعنی شکتر<sup>۲</sup> و سینگر (۱۹۶۲) تأکید داشتند که برچسب‌های شناختی بر کیفیت تجربه‌های عاطفی تأثیر می‌گذارند. برای ارزیابی هیجانی و پیش‌بینی این که محرک‌ها برای فرد چه معنی می‌دهند، نیاز به ترکیب اطلاعات فردی و موقعیتی داریم. افراد مختلف، به موقعیت‌های مشابه، پاسخ‌های متفاوتی می‌دهند. هم‌چنین موقعیت‌های مختلف می‌توانند پاسخ‌های مشابهی را در افراد ایجاد کنند (فورگاس، ۱۹۸۲؛ پروین<sup>۳</sup>، ۱۹۷۶). ارزیابی هیجان‌ها از اهمیت انطباقی بسیاری برخوردار است، چرا که هیجان‌های مختلف، "شیوه‌های آمادگی" مختلفی برای عملکرد در یک موقعیت به وجود می‌آورند.

به علاوه حالت‌های عاطفی که در گذشته تجربه نموده‌ایم نیز در ارزیابی‌های ما تداخل می‌نمایند. ریدل‌مایر و کانه‌من<sup>۴</sup> (۱۹۹۶) چنین عنوان می‌نمایند که لحظه اوج درد و سه دقیقه آخری که در درمان‌های پزشکی دردناک تجربه می‌شوند، دو تجربه عاطفه بسیار قوی هستند که بر ارزیابی ما از آن موقعیت تأثیر گذاشته و در آینده نیز به یاد می‌آیند.

ساختار ارزیابی هیجانی یا "قواعد هیجانی"، اغلب به شکل منطقی در قالب "اگر-بنابراین" بیان می‌شوند و می‌توان با کنار هم گذاشتن این ارزیابی‌ها به فهرست کاملی از پاسخ‌های هیجانی به موقعیت‌ها دست یافت (لازاروس، ۱۹۹۱).

مدل‌های ساختاری ارزیابی معمولاً بر اهمیت

1. Niedenthal & Halberstadt
2. Schachter
3. Pervin
4. Redelmeier & Kahneman
5. Leary
6. Wilson & Gilbert
7. Affect infusion

## نظریه‌های هم‌خوانی عاطفی<sup>۱</sup>

### مدل‌های استنباطی<sup>۲</sup>

طبق این مدل، هم‌خوانی عاطفه در قضاوت‌ها از طریق خطاهای استنباطی به وجود می‌آید. ممکن است افراد از خودشان بپرسند که "من چه احساسی راجع به این مسئله دارم؟" و در پاسخ به این سؤال، احساس‌های گذشته‌شان را با احساس‌های کنونی‌شان اشتباه بگیرند (شواریتز، ۱۹۹۰). این اسناد غلط، منجر به شکل‌گیری پردازشی سطحی یا یافتاری می‌شود و اغلب، زمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد که افراد علاقه یا زمان کافی برای پردازش دقیق جزئیات ندارند. مثلاً، اغلب در پاسخ‌های فی‌البدهه اثراتی از اسنادهای غلط دیده می‌شود (شواریتز، ۱۹۹۰). وقتی ما از خودمان می‌پرسیم که "من چه احساسی نسبت به این مسئله دارم؟" دقیقاً مشخص نیست پاسخی را که در می‌یابیم ناشی از پردازشی آگاهانه و استنتاجی است یا پردازشی خودآیند و ضمنی. هم‌چنین این مدل نشان نمی‌دهد که چه‌گونه نشانه‌های سایر اسنادها، مثل اطلاعات واقعی محرک، می‌توانند در شکل‌گیری پاسخ تأثیر بگذارند. بیش‌تر به نظر می‌آید که این نظریه شبیه به یک قضاوت اشتباه یا قضاوت نارسا است تا یک نظریهٔ مکمل در ارتباط با چه‌گونگی تأثیر عاطفه بر شناخت و قضاوت [...].

### سازوکار مبتنی بر حافظه: اصل راه‌اندازی عاطفی<sup>۳</sup>

مدل راه‌اندازی عاطفی (باور، ۱۹۸۱) بر چنین فرضی استوار است که عاطفه، مؤلفهٔ اصلی بازنمایی شناختی انسان‌ها از جهان به شمار می‌رود. هنگام به خاطر سپردن مطالب، عاطفهٔ مربوط به آن نیز ذخیره می‌شود و بنابراین، هنگام بازیابی اطلاعات به خاطر سپرده شده و فعالیت‌های شناختی، عاطفهٔ مربوط به آن موضوع نیز تداعی شده و فرآیند کار را تسهیل می‌نماید [...]. در مدل‌های جامعی مانند "القای عاطفه" (فورگاس، ۱۹۹۵؛ ۲۰۰۲) سعی می‌شود دو مدل استنتاجی و مدل مبتنی بر حافظه، با هم تلفیق شوند و به عنوان مکمل هم نگریسته شوند [...].

### تأثیرات عاطفه بر پردازش اطلاعات

عاطفه، به خودی خود می‌تواند بر فرآیند شناخت افراد یعنی چه‌گونگی تفکر آن‌ها نسبت به مسائل، تأثیر بگذارد (بلس و فیلدرا، ۲۰۰۶؛ ۲۰۰۱؛ آیزن، ۱۹۸۷). در ابتدا چنین فرض می‌شد که عواطف مثبت، فعالیت لازم برای پردازش را کم می‌کنند و در مقابل، عواطف منفی، این فعالیت را زیاده‌تر

می‌کنند. زمانی که افراد، خلق بالایی را تجربه می‌کنند، سعی دارند تا آن را تا حد ممکن حفظ کنند و هنگامی که خلق پایینی را تجربه می‌کنند، سعی دارند تا حد ممکن خلق خود را بالا ببرند (کلارک و آیزن، ۱۹۸۲). ولی شواهد اخیر نشان می‌دهند که پیامدهای پردازش عاطفه بر اساس تقابل جذب یا انطباق، ادرارک می‌شوند (بلس و فیلدرا، ۲۰۰۶)، پیازه نیز چنین تمیزی را به کار می‌گرفت.

انطباق به معنی تمرکز کردن بر خواسته‌های دنیای اطراف‌مان، دقت به اطلاعات محرک‌های خارجی و نوعی تفکر استقرایی می‌باشد. جذب، فرآیند مکمل انطباق به شمار می‌آید که در آن، اطلاعات کنونی فرد، فرآیند پردازش را هدایت می‌نماید و شکل تفکر فرد، از نوع تفکر استنتاجی است. بیش‌تر فعالیت‌های شناختی، ترکیبی از این دو راه‌برد هستند که در فعالیت‌های شناختی مختلف، این دو راه‌برد با نسبت‌های مختلفی حضور دارند. هم‌چنین در این مدل، این فرض مربوط به نظریه‌های تحولی که عواطف مثبت و منفی انواع مختلفی از پردازش‌ها را آغاز می‌نمایند و نقش سازگاران‌های دارند نیز گنجانده می‌شود (فیرجیدا، ۱۹۸۶). شواهد اخیر از این دیدگاه حمایت می‌کنند که عواطف مثبت، سبک پردازشی طرح‌واره‌ای و جذبی را ارتقا می‌بخشند، در حالی که عواطف منفی، بیش‌تر از طریق راهبردهای فکری بیرونی و انطباقی پردازش می‌شوند (بلس و فیلدرا، ۲۰۰۶؛ فیلدرا، ۲۰۰۱؛ فورگاس، ۲۰۰۶). علاوه بر این، بدون در نظر گرفتن ظرفیت کلی عواطف، هیجان‌های خاصی می‌توانند راهبردهای شناختی و قضاوتی خاصی را برانگیزند. این حوزه، جدیداً توجه همه را به سوی خود جلب کرده است (لرنر و کلتنر، ۲۰۰۰).

### مدل‌های جامع (یک‌پارچه)

عاطفه، هم بر محتوی و هم بر فرآیند تفکر افراد تأثیر می‌گذارد. با این حال، تأثیر عاطفه بستگی به شرایط دارد. در مدل‌های جامع، چنین پیش‌بینی می‌شود که تأثیرات عاطفه بر شناخت، مبتنی بر سبک پردازشی است که در موقعیت‌های مختلف، متفاوت است و دو ویژگی دارد: (۱) میزان تلاش؛ و (۲) میزان گستردگی راهبردهای جست‌وجوی اطلاعات. از طریق ترکیب کمیت پردازش (میزان تلاش) با کیفیت پردازش (میزان گستردگی، میزان سازندگی) می‌توان به چهار مدل در

1. Affect Congruence  
3. Schwartz  
5. Bless & Fiedler

2. Inferential  
4. Affect priming principle  
6. Lerner & Keltner

مثبت‌تری دارند. با این حال، خُلق زمانی اثر بیش‌تری دارد که تکلیف سخت‌تر باشد. داده‌های حاصل از فرآیندهای حافظه و تأخیر در پردازش، این پیش‌بینی به ظاهر متناقضی را تأیید می‌کند که تفکر بسط‌یافته، القای عاطفی بیش‌تری به وجود می‌آورد. این یافته‌ها شاهد روشنی است بر فرآیند حساسیت القای عاطفی در شناخت.

### عاطفه و شناخت: تفسیر رفتارهای مشاهده شده

عاطفه ممکن است بر ادراک خودانگیخته رفتارهای مشاهده شده تأثیر بگذارد (فورگاس و همکاران، ۱۹۸۴). این فرضیه به کمک روش زیر مورد آزمون قرار گرفته است: از دو گروه افراد شاد و غمگین خواسته شد تا رفتارهای خودشان و طرف مقابل‌شان را که از طریق تلویزیون برای‌شان پخش می‌شد، ثبت نمایند. همان‌طور که پیش‌بینی می‌شد، افراد شاد بیش‌تر رفتارهای مثبت و ماهرانه طرف مقابل و خودشان را گزارش نمودند، در حالی که افراد غمگین بیش‌تر رفتارهایی را که خودشان یا طرف مقابل در آن‌ها مهار کمتری داشت و رفتارهایی که موضوع غمگینی را دنبال می‌کرد، گزارش نمودند. طبق نتایج این مطالعه، عاطفه بر نوع تداعی و تفاسیر افراد از رفتارهای مشاهده شده اجتماعی تأثیر می‌گذارد. بنابراین، لبخندی را که فرد هنگام داشتن خُلق مثبت تفسیر می‌کند، هنگام داشتن خُلق منفی، حالتی آزاردهنده و شاید تمسخرکننده تعبیر می‌نماید.

بنابراین، چنین نتایجی نشان می‌دهد که راه‌اندازی عاطفی می‌تواند اثرات ظریفی بر نوع تداعی‌ها و تفسیرهای افراد به جا بگذارد، مخصوصاً زمانی که درگیر رمزگشایی رفتارهای پیچیده دیگران یا خودشان هستند. بنابراین یک لبخند یا ژست ممکن است وقتی که فرد در حالت خُلقی مثبت قرار دارد، دوستانه‌تر به نظر برسد و همین ژست یا لبخند وقتی که فرد حالت خُلق منفی دارد، به گونه‌ای خصمانه تفسیر شود. سوگیری‌های عاطفی می‌توانند بر نحوه تفکرات انسان‌ها درباره خودشان اثر بگذارند. این اثرات مخصوصاً زمانی زیاد می‌شود که افراد درباره جنبه‌های ضعیف شخصیت خودشان فکر می‌کنند (سه‌دی‌کیدز، ۱۹۹۵).

### عواطف و قالب‌ها

عاطفه نقش مهمی در قالب‌بندی و قضاوت‌های بین‌گروهی بازی می‌کند. طبق نظر روان‌کاوان و فرضیه ناکامی-پرخاشگری، عواطف منفی، باعث تبعیض بین‌گروهی و

پردازش دست‌یافت: ۱) پردازش مستقیم (تلاش کم، گستردگی کم، غیرسازنده)؛ ۲) پردازش انگیزه‌مند (تلاش زیاد، گستردگی کم، غیرسازنده)؛ ۳) پردازش یافتاری (تلاش کم، گستردگی زیاد، سازنده)؛ و ۴) پردازش واقعی (تلاش زیاد، گستردگی زیاد، سازنده).

اغلب مواقع، القای عاطفه زمانی صورت می‌گیرد که پردازش‌های سازنده، مثل پردازش یافتاری یا پردازش واقعی، مورد استفاده قرار گیرند. در مقابل، در پردازش‌های مستقیم یا انگیزه‌مند، هیچ‌گونه القای عاطفی به چشم نمی‌خورد. هم‌چنین در مدل‌های جامع، تمامی متغیرهای یافتاری، متغیرهای ناشی از فرد و موقعیت، که بر فرآیند پردازش و عواطف تأثیر می‌گذارند، نیز مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. در این مدل‌ها تلاش بسیاری می‌شود تا دو سازوکار استنتاجی و مبتنی بر حافظه با یکدیگر تلفیق شوند. هم‌چنین بر طبق پیش‌بینی‌ای که در آن‌ها به عمل می‌آید، حالت عاطفی مستقیماً بر راه‌برد پردازش اطلاعات تأثیر می‌گذارد. پی‌آمدهای این مدل، تا به حال در بسیاری از مطالعات مورد بررسی قرار گرفته است، که در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره خواهیم نمود.

### شواهد تجربی

در چندین نظریه، عاطفه با چه‌گونگی بازنمایی مردم از جهان اطراف، خاطرات و سازه‌هایی که آن‌ها برای تفسیر اطلاعات پیچیده به کار می‌گیرند، مرتبط شاخته شده است. همان‌گونه که در مدل راه‌اندازی عاطفه مطرح شده است، در صورتی که خُلق بازیابی شده با خُلق از قبل رمزگذاری شده، هم‌خوان باشد، حافظه تقویت می‌شود.

### اثرات پردازش وسیع‌تر بر القای عاطفی

یکی از پیش‌بینی‌های ضد شهودی مدل‌های جامع، به ظاهر، متناقض است: وقتی که فرد درگیر تکالیف شناختی پیچیده‌تر می‌شود و از پردازش سازنده‌تر استفاده می‌کند، عاطفه هم‌خوان به وجود می‌آید. این پیش‌بینی توانسته است در چند پژوهش آزمایشی پشتوانه‌ای کسب کند. وقتی که پیچیدگی تکالیف تغییر می‌کند، نیاز به تفکر سازنده کم و بیش افزایش می‌یابد (فورگاس، ۲۰۰۲). به عنوان مثال از آزمودنی‌های شاد و غمگین خواسته شد، برداشت خود را در این تکلیف مشخص کنند: (الف) زوجین سازگار و ناسازگار؛ (ب) افراد عادی و غیرعادی؛ و (ج) تعارض‌های ارتباطی خفیف و شدید. نتایج نشان داد که افراد شاد در تمامی موارد برداشت‌های

پیش‌داوری می‌شوند. طبق مدل شرطی‌سازی، تداومی همیشگی یک گروه خاص با موقعیت انزجارآور، موجب تحریک احساس خشم و بی‌زاری در افراد می‌شود، یعنی این که واکنش عاطفی به افراد، می‌تواند تحت تأثیر فرآیند شرطی‌سازی عاطفی قرار بگیرد. و بالعکس، ارتباط با گروهی از افراد، در حالی که احساس خوبی را تجربه می‌کنند، نگرش‌های منفی را کاهش داده و روابط بین‌گروهی را ارتقا می‌بخشد (آلپورت، ۱۹۵۴). عواطف مثبت، بیش‌تر شامل افزایش طبقه‌بندی‌های شناختی می‌شود تا کاهش تفاوت بین گروهی. برای مثال، غمگینی تکیه بر قالب‌ها را کم می‌کند، ولی پرخاشگری یا اضطراب ممکن است آن‌ها را افزایش دهد (بودن‌هاوزن و ماکره، ۱۹۹۸). فرآیند کلیشه‌سازی از چهار بخش مجزاً تشکیل شده است که عاطفه بر هر یک از این بخش‌ها تأثیر متفاوتی می‌گذارد. سرانجام این که، گرایش به قضاوت صحیح بر قالب‌های افراد تأثیر می‌گذارد. بنابراین، عواطف منفی گاهی به عنوان زنگ خطر برای نیاز به ارزیابی مجدد پاسخ‌های ناخوشایند، عمل می‌کنند.

#### فواید شناختی عواطف منفی: چه زمانی غمگینی بهتر از خوشحالی است؟

عواطف می‌توانند بر نوع راهبرد پردازش شناختی تأثیر بگذارند. عواطف منفی می‌توانند از طریق سوق دادن فرد به سمت انطباق، اشتباهات قضاوتی معمول فرد را کاهش دهند (بلس و فیدلر، ۲۰۰۶). عاطفه، بر پردازش شناختی و بر دقت نگاه شاهدان یک واقعه تأثیر می‌گذارد (فورگاس، وارگاس و لاهام، ۲۰۰۵). در یک مطالعه، شرکت‌کنندگانی که خلق منفی داشتند، بهتر می‌توانستند جزئیات پیچیده رویدادی را که شاهد آن بودند به خاطر بیاورند، چرا که اطلاعات دریافتی را کم‌تر درون‌سازی می‌نمودند (فورگاس، ۲۰۰۵). این یافته‌ها به همراه یافته‌هایی که نشان می‌دادند خلق بر خطاهای استنتاجی تأثیر می‌گذارد، همگی حاکی از آنند که عاطفه منفی می‌تواند فواید شناختی زیادی را در پردازش اطلاعات، کاهش خطاهای قضاوتی و افزایش دقت شاهدان فراهم آورد. طبق مطالعات اخیر، عواطف منفی می‌توانند رفتارهای خاص بین‌فردی را ارتقا بخشند. به دلیل این که عواطف منفی، فرد را به سمت انطباق با محیط حرکت می‌دهند (بلس و فیدلر، ۲۰۰۶)، ممکن است که کیفیت روابط بین‌فردی را نیز بهتر بکنند. چرا که پیام‌هایی که بین افراد ردوبدل می‌شوند، کم‌تر مورد تعبیر و تفسیرهای شخصی قرار می‌گیرند. طبق این

یافته‌ها، عواطف منفی، موجب بالارفتن کیفیت و کارآمدی عملکرد شناختی فرد می‌شوند.

#### سایر پیامدهای رفتاری

از آن جایی که بسیاری از رفتارهای پیچیده، حاصل پردازش‌های شناختی افراد هستند، احتمالاً انتظار می‌رود که عاطفه پس از تأثیر بر شناخت فرد بر رفتارهای او نیز تأثیر بگذارد. پژوهش‌هایی که در تأیید این فرضیه انجام شده است، نشان می‌دهند که انسان‌های شاد معمولاً از اعتماد به نفس بیش‌تری برخوردارند، انتظارات بیش‌تری از زندگی دارند، و در مذاکرات بین‌فردی خوش‌بینانه‌تر شرکت کرده و همکاری بیش‌تری از خود نشان می‌دهند. سایر پژوهش‌ها بیانگر این نکته هستند که خلق مثبت بر روابط بین‌فردی در زندگی واقعی مانند طریقه تعامل افراد با یکدیگر، بیان تقاضاهای بین‌فردی و یا پاسخ به موقعیت‌های بین‌فردی تأثیر مثبتی می‌گذارد (فورگاس، ۲۰۰۲). در نهایت این که عاطفه مثبت برای فرد به عنوان یک منبع انگیزه، عمل می‌کند و به او کمک می‌کند تا بهتر بتواند با موقعیت‌های اجتناب‌ناپذیر و انزجاری، مقابله مؤثری نماید.

#### بحث و نتیجه‌گیری

در این مقاله، ابتدا به تاریخچه و سپس به مسیر مطالعات پیرامون ارتباط بین عاطفه و شناخت پرداختیم. ما چندین نظریه را که به توضیح پیش‌آیندها و پس‌آیندهای شناختی عاطفه پرداخته‌اند، بررسی کردیم. مطالعات نشان دادند که ارتباط عصبی نزدیک و نسبتاً پیچیده‌ای بین شناخت و عاطفه دیده می‌شود. پردازش شناختی، منجر به شکل‌گیری واکنش‌های هیجانی در فرد شده و در مقابل، حالت‌های عاطفی بر یادآوری، ادراک و تعبیر و تفسیر افراد از موقعیت‌های اجتماعی و رفتارهای گسترده بین‌فردی تأثیر می‌گذارد. نظریه‌های جامع (فورگاس، ۲۰۰۲) به توضیح این مطلب می‌پردازند که چه زمانی، چه‌گونه و چرا این القانات عاطفی رخ می‌دهند. به دلیل این که موضوع عاطفه تا سال ۱۹۸۰ چندان مورد توجه قرار نگرفته است، بیش‌تر اطلاعاتی که در زمینه آن وجود دارد، در طول سه دهه اخیر جمع‌آوری شده‌اند و به همین خاطر نیز هنوز گره‌های ناگشوده زیادی در این باره وجود دارد. در بسیاری از حوزه‌هایی که به غیر از روان‌شناسی، می‌توان به ارتباط بین عاطفه و شناخت پرداخت، نواقصی دیده می‌شود. فهم بهتری از ارتباط و

- representations of interaction routines. In L., Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 59-104). New York: Academic Press.
- Forgas, J.P. (1995). Mood and judgment: The affect infusion model (AIM). *Psychological Bulletin*, 117, 39-69.
- Forgas, J.P. (1998). Happy and mistaken? Mood effects on the fundamental attribution error. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 318-331.
- Forgas, J.P. (2002). Feeling and doing: affective influences in interpersonal behavior. *Psychological Inquiry*, 13, 1-28.
- Forgas, J.P. (2006). *Affect in social thinking and behavior*. New York: Psychology Press.
- Forgas, J.P. (2007). When sad is better than happy: Negative affect can improve the quality and effectiveness of persuasive messages and social influence strategies. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 513-528.
- Forgas, J.P., et al. (1984). The influence of mood on perception of social interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 20, 497-513.
- Forgas, J.P., & Fiedler, K. (1996). Us and them: Mood effects on intergroup discrimination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 36-52.
- Forgas, J.P., & George, J.M. (2001). Affective influences on judgments and behavior in organizations: An information processing perspective. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 86, 3-34.
- Forgas, J.P., et al. (2005). Mood effects on eyewitness memory: Affective influences on susceptibility to misinformation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 41, 574-588.
- Trope, Y., Ferguson, M., Raghunathan, R. (2001). Mood as a resource in processing self-relevant information. In J.P. Forgas (Ed.), *The handbook of affect and social cognition* (pp. 256-274). Mahwah, NJ: Erlbaum.

تداخل عاطفه و شناخت در بسیاری از حوزه‌های کاربردی مانند سیاست‌گذاری، روان‌شناسی سازمانی و روان‌شناسی سلامت بسیار ضروری و لازم است (دینر، ۲۰۰۰؛ فورگاس و جورج، ۲۰۰۱؛ سالووی<sup>۱</sup>، و همکاران، ۲۰۰۱).

هم‌چنین عاطفه، تأثیر بسزایی بر بسیاری از تصمیم‌گیری‌ها و قضاوت‌های اخلاقی دارد. پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که عاطفه مثبت، پیامدهای سودمندی مانند افزایش خلاقیت، انعطاف‌پذیری، همکاری، تفکر منسجم، مذاکره موفق و بسیاری پیامدهای خوشایند دیگر را به همراه دارد (آیزن، ۱۹۸۷). با این وجود، دیدیم که در برخی شرایط، عواطف منفی همانند غمگینی نیز نتایج سودبخشی مثل افزایش دقت و توجه و انطباق با محیط را فراهم می‌آورند. اگرچه در ظاهر به نظر می‌رسد که همگی ما دوست داریم که همیشه شاد باشیم و هیچ‌گاه از حال شادی خارج نشویم، پایگاه‌های هیجانی انسان به طور قوی به سمت هیجان‌های منفی کشش دارد. از بین شش هیجان پایه‌ای انسان‌ها، چهار تای آن‌ها هیجان‌های منفی هستند: ترس، خشم، مشاخره و غمگینی. میزان سازندگی و فواید شناختی غمگینی عبارتند از این که خلق منفی میزان خطاهای شناختی را کم می‌کند؛ حافظه شاهدان واقعه را تقویت می‌کند؛ و افراد در این حالت هنگام بحث و تبادل نظر با دیگران، بیش‌تر قانع و راضی می‌شوند. به نظر ما مطالعات ارزش‌مندی که در آینده در این زمینه صورت خواهند گرفت، مطالعاتی خواهند بود در زمینه بازخوانی هیجان‌ها و مطالعاتی در زمینه پیامدهای شناختی و رفتاری عاطفه. در نهایت این که امروزه مدارک مستند بسیاری در مورد ارتباط نزدیک بین حالت‌های عاطفی و فرآیندهای پردازش اطلاعات وجود دارند و به ما کمک می‌کنند تا بهتر بتوانیم تأثیرات عاطفه را بر فکر، قضاوت و رفتارهای بین‌فردی ادراک نماییم. با وجود این که در ۲۵ سال اخیر تحقیقات بسیاری در زمینه عاطفه انجام شده است و یافته‌های بسیاری به دست آمده است، هنوز هم تا درک کامل تأثیر عاطفه بر افکار و رفتار، فاصله بسیار باقی است.

## منابع

- به علت کثرت منابع، فقط آثار خود فورگاس ذکر می‌شود:
- Ciarrochi, J.V., Forgas, H.P., & Mayer, J. (Eds.). (2006). *Emotional intelligence: A scientific approach* (2nd ed.). New York: Psychology Press.
- Forgas, J.P. (1982). *Episode cognition: internal*