

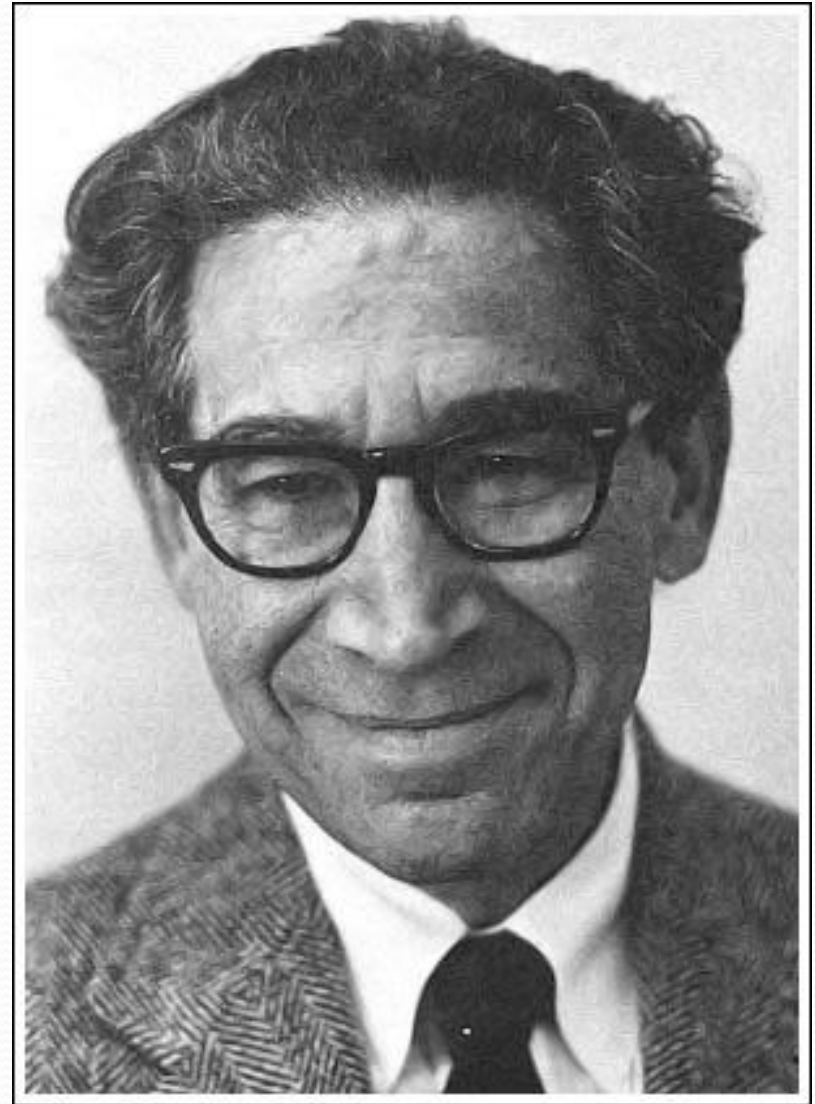
Адаптация и КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС

Давно замечено, что любой человек стремится к сохранению достигнутой им внутренней гармонии. Его взгляды и установки имеют свойство объединяться в систему, характеризующуюся согласованностью входящих в нее элементов. Конечно, не трудно найти исключения из этого правила.

Леон Фестингер

Явление «когнитивный диссонанс» изучалось **Леоном Фестингером** в 1957 году для объяснения изменений мнений, убеждений как способа устранения смысловых конфликтных ситуаций.

Когнитивный диссонанс есть состояние, возникающее в ситуации, когда человек одновременно располагает двумя психологически противоречивыми «знаниями» (мнениями, понятиями) об одном объекте.



Появление диссонанса, являясь психологически дискомфортным, заставляет человека пытаться уменьшить его и добиться консонанса (соответствия когний). Помимо этого при наличии диссонанса человек активно избегает ситуаций и информации, которые могут привести к его возрастанию.

Появление диссонанса, являясь психологически дискомфортным, заставляет человека пытаться уменьшить его и добиться консонанса (соответствия когний). Помимо этого при наличии диссонанса человек активно избегает ситуаций и информации, которые могут привести к его возрастанию.



Главные гипотезы теории Леон Фестингер формулирует две основные гипотезы своей теории:

- В случае возникновения диссонанса индивид будет всеми силами стремиться снизить степень несоответствия между двумя своими установками, пытаясь достичь консонанса (соответствия). Это происходит вследствие того, что диссонанс рождает «психологический дискомфорт».
- Вторая гипотеза, подчеркивая первую, говорит о том, что, стремясь снизить возникший дискомфорт, индивид будет стараться обходить стороной такие ситуации, в которых дискомфорт может усилиться.

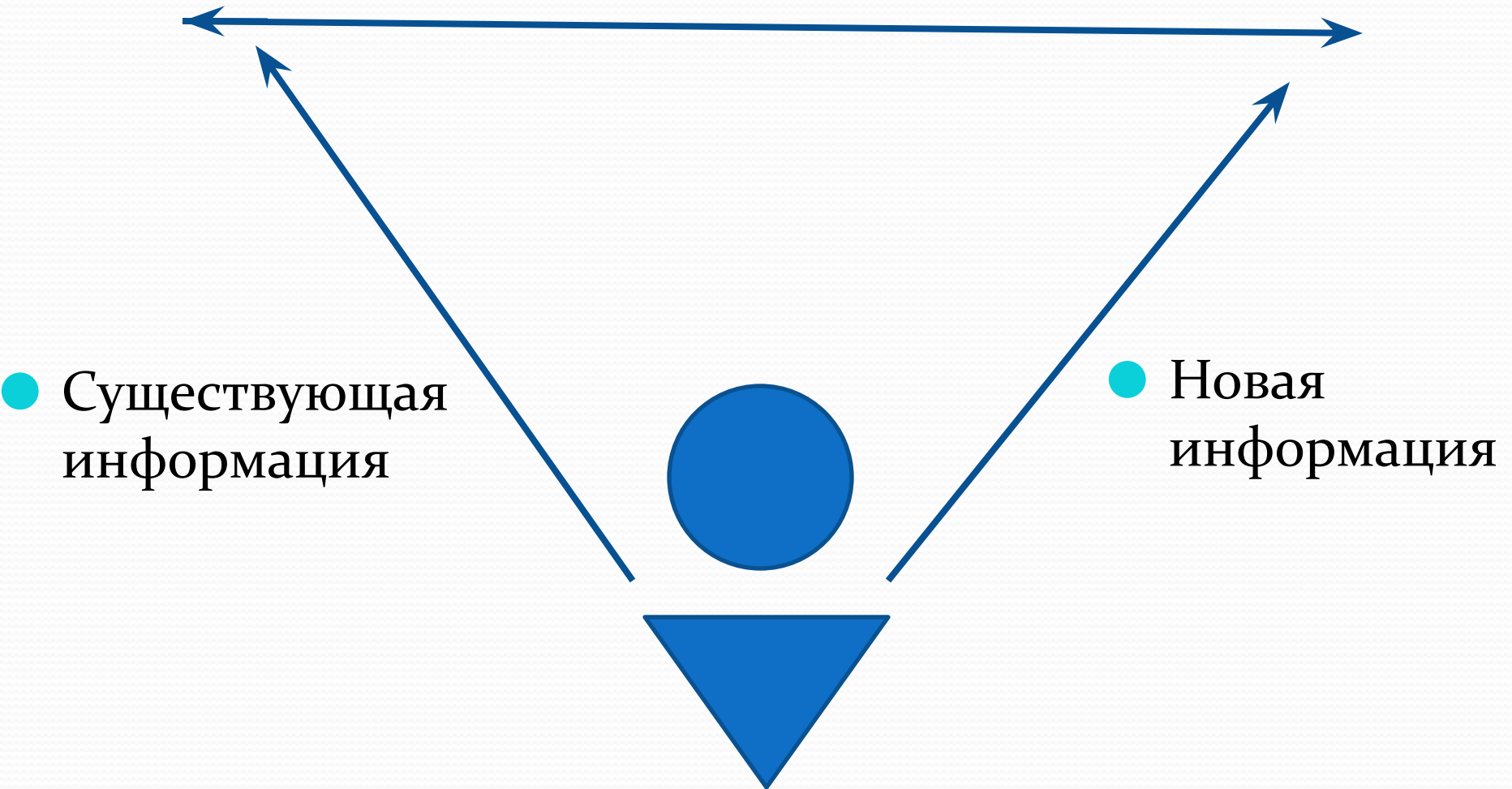
Четыре источника возможного возникновения диссонанса:

- 1) из логической непоследовательности
- 2) из несоответствия когнитивных элементов культурным образцам
- 3) из несоответствия данного когнитивного элемента какой-то более широкой системе представлений.
- 4) из несоответствия прошлому опыту

Чтобы уменьшить диссонанс, человек может прибегнуть следующим способам:

- изменить свое поведение;
- изменить «когницию», то есть убедить себя в обратном;
- фильтровать поступающую информацию относительно данного вопроса или проблемы;
- развитие первого способа: применить критерий истины к поступившей информации, признать свои ошибки и поступить в соответствии с новым, более полным и ясным пониманием проблемы.

Когнитивный диссонанс

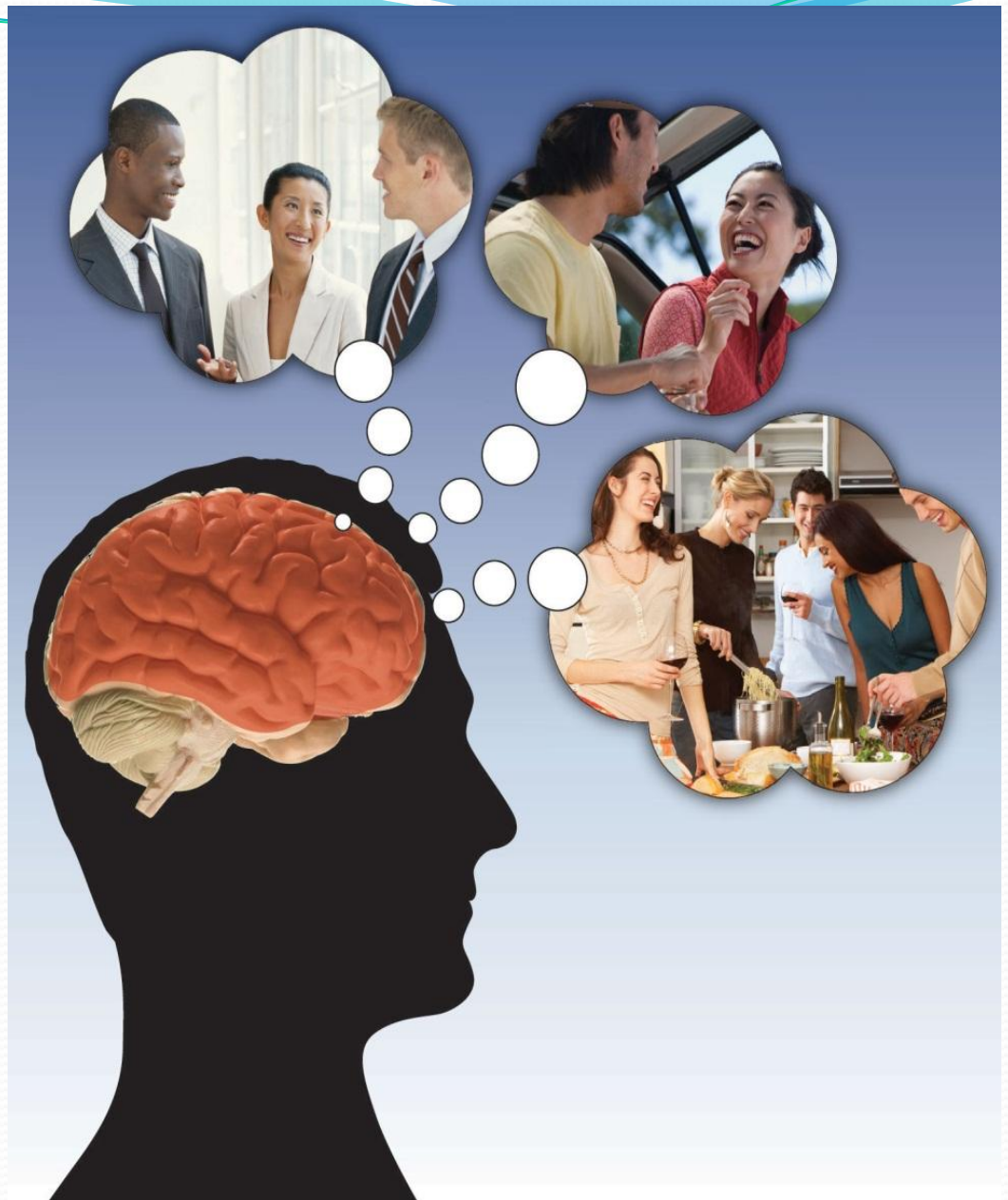


Примеры когнитивного диссонанса:

Человек может сознавать вред курения для своего здоровья, но продолжать курить;

многие люди совершают преступления, полностью отдавая себе отчет в том, что вероятность наказания за эти преступления весьма высока.

человек, убежденный в том, что университетское образование - это образец наиболее качественного образования, будет всячески побуждать своих детей поступать в университет.



Выводы:

- Главный практический вывод вытекающий из теории Фестингера, состоит в том, что любой психологический элемент субъекта может быть изменен: подвергая сомнению то, что человек думает о самом себе, можно вызвать изменения в его поведении, а меняя поведение, человек изменяет и мнение о себе. Подвергая себя самоконтролю и самоанализу, работая над самооценкой, человек развивается, растет личностно. В противном случае он отдает свою душевную работу другим, становясь жертвой (или орудием) чужого влияния.
- Для уменьшения диссонанса люди подчеркивают позитивные аспекты и преуменьшают значение негативных аспектов выбранных предметов и напротив - подчеркивают негативные стороны и преуменьшают значение позитивных сторон невыбранного предмета.



Спасибо за внимание!