

## نیروی تواضع فکری در مقابل اعتماد به نفس افراطی

جیکوب بوراک

معروف است که غول رسانه‌ای، تد ترنر، زمانی در دهه‌ی ۱۹۹۰، و در اوج دوران خودشیفتگی گفته است: «اگر من فقط کمی تواضع داشتم، انسان کاملی بودم!». اگرچه ترنر نسبت به آن زمان بسیار متواضع‌تر شده است، امروزه کارآفرینان در عرصه‌ی فن‌آوری اغلب همان قدر رفتار پرتکبر دارند.

چرا متواضع باشیم؟ نقل است از ارسطو که گفته است: «انسان ذاتاً تمایل به دانستن دارد.» تواضع فکری نمونه‌ی کم‌ظنیری از تواضع است، زیرا آدم ممکن است از جهات بسیاری فروتن باشد ولی همچنان محدودیت‌های ذهنی‌اش را نپذیرد. تواضع فکری یعنی تشخیص دادن این که ما همه چیز را نمی‌دانیم و از آن‌چه که می‌دانیم نباید برای بهره‌داری شخصی استفاده کنیم. به جای آن، باید بپذیریم که شاید در مورد این که چقدر می‌فهمیم تعصب داریم، و به دنبال منابعی برای رفع کمبودهای معرفتی خود باشیم.

رسانه‌های اینترنتی و دیجیتالی این تصور را به وجود آورده‌اند که دانش نامحدود به راحتی در دسترس ما قرار دارد؛ اما این رسانه‌ها با تنبل کردن ما، فضایی برای رشد نادانی به وجود آورده‌اند. [تانیا لومبروز](#)، استاد روانشناسی در دانشگاه کالیفرنیا، در مورد این که چگونه فن‌آوری توهم عقلانیت ما را دامن می‌زند توضیح می‌دهد. او توضیح می‌دهد روشی که ما با آن در مورد یک موضوع کسب اطلاع می‌کنیم نقش مهمی در فهم ما دارد. ما هرچه راحت‌تر تصویر یا جمله‌ای را به یاد آوریم، بیشتر فکر می‌کنیم که در یادگیری آن موفق بوده‌ایم، و بنابراین از فرایندهای شناختی پرزحمت پرهیز می‌کنیم. برای مثال، معماهای استدلالی که با حروف نامانوس ارائه می‌شوند، بیشتر شخص را تشویق می‌کنند که برای حل آن‌ها تلاش کند. اما این رویکرد خلاف طراحی‌های روشن برنامه‌ها (آپ‌ها) و وبسایت‌هایی است که صفحات گوشی همراه ما را پر کرده‌اند. در آن‌جا روند بازپردازی اطلاعات در مغز ما به شکل فریبنده‌ای نرم و روان است.

اما نظرگذاری‌ها و مکالمات فراوان آنلاین چگونه عمل می‌کنند؟ گنجایش ما برای آموختن از آن‌ها به احساس ما به دیگران بستگی دارد. افرادی که به لحاظ فکری متواضع هستند، مثل ترول‌ها ضعف‌های خود را سرکوب یا پنهان یا کتمان نمی‌کنند. در واقع، آن‌ها به نقطه‌ضعف‌های خود به عنوان محملی برای رشد شخصیتی خود نگاه می‌کنند، و استدلال کردن را فرصتی می‌دانند برای این که طرز فکر خود را اصلاح کنند. کسانی که متواضع‌تر هستند به نظر می‌رسد که تمایل بیشتری به بازنگه داشتن ذهن خود دارند و در حل اختلاف نظرها سرعت عمل بیشتری دارند زیرا متوجه هستند که نظر خود آن‌ها ممکن است درست نباشد. کارول دوک، استاد روان‌شناسی دانشگاه استنفورد در

کالیفرنیا، می‌گوید که اگر کسی معتقد باشد که تجربه و تمرین زیاد باعث تقویت هوش می‌شود، در مقایسه با کسانی که فکر می‌کنند هوش ارثی و غیر قابل تغییر است تمایل بیشتری به تلاش برای حل مسائل سخت دارد.

تواضع فکری مبتنی بر این نگرش است که حقیقت بر شأن و منزلت اجتماعی ما ارجحیت دارد. مشخصه‌ی تواضع فکری این است که به جست‌وجوگری برای یافتن پاسخ متعهد است، و حتی اگر نظرهای جدید خلاف نظر قدیمی باشد پذیرای آن‌ها می‌شود. وقتی که ما به دیگران گوش کنیم، در واقع این مخاطره را می‌پذیریم که چه بسا دریابیم که آن‌ها بیشتر از ما می‌دانند. اما اشخاص متواضع رشد شخصیتی را بیشتر از این که به عنوان ابزاری برای صعود از نردبان موقعیت اجتماعی بدانند، به آن به عنوان خود هدف نگاه می‌کنند. اگر ما فقط روی خودمان و جایگاه‌مان در دنیا متمرکز باشیم، بسیاری از فرصت‌های فراگیری و کسب اطلاعات را از دست می‌دهیم.

در طرف دیگر، تکبر فکری قرار دارد که همزاد شر «اعتماد به نفس افراطی» است. این نوع تکبر تقریباً همیشه از تعصب خودمحورانه نشأت می‌گیرد. تعصب خودمحورانه یعنی تمایل داشتن به این که شأن و منزلت خود را بیش از حد مهم بدانیم، و نقش تصادف و تأثیر رفتارهای دیگران در زندگی خودمان را ندیده بگیریم. این حالت باعث می‌شود که ما موفقیت‌هایمان را به خودمان نسبت دهیم ولی تقصیر شکست‌هایمان را به گردن شرایط بیاندازیم. از آن جایی که ما تجربه‌های خودمان را بهتر از هر چیز دیگری می‌فهمیم، قابل درک است که چرا تعصب خودمحورانه وجود دارد. ولی وقتی این تعصب مشکل‌ساز می‌شود که تجربه‌های ما آن قدر نباشد که بشود بر اساس آن‌ها به عقیده ای محکم شکل بدهیم، و عملاً هنوز در حال تجربه‌اندوزی باشیم. مطالعات نشان می‌دهد که برای آدم‌ها، حتی وقتی که می‌توانند نقاط ضعف دیگران را تشخیص بدهند، سخت است که نقاط ضعف خود را ببینند.

تکبر فکری را از نقطه نظر تکاملی می‌توانیم به عنوان روشی برای تسلط یافتن بر دیگران از طریق اعمال نظر خود بر آنان تعبیر کرد. در عین حال، تواضع فکری بر منابع معرفتی تمرکز می‌کند، آن‌ها را تقویت می‌کند، و در جهت توافق گروهی حرکت می‌کند. «مرکز رشد و توسعه‌ی انسانی» در کالیفرنیا، که هدفش این است که به جوانان کمک کند تا به بزرگسالان موفق تبدیل شوند، مشغول مطالعات گسترده‌ای درباره‌ی تواضع فکری است. فرضیه‌ی آن مطالعات این است که تواضع، کنجکاوی، و باز بودن کلیدهای یک زندگی پربار هستند. در یکی از مقاله‌های مربوط به این مطالعات مقیاسی برای اندازه‌گیری تواضع معرفی می‌شود. در این روش، سؤال‌هایی طرح می‌شوند از قبیل این که آیا یک شخص همیشه تواضع دارد یا تواضع او بستگی به شرایط دارد. همین که بپذیریم که عقاید ما (و دیگران) بنا به شرایط تغییر می‌کند، خود یک گام بلند در جهت کاستن از اعتماد به نفس بیش از حد ما و حق به جانبی ماست. در دنیای علم، اگر نیاز مادر اختراع باشد، می‌شود گفت که تواضع پدر آن است. یک دانشمند برای این که با نوآوری‌های دائمی همگام باشد، باید بتواند وقتی که با نظریه‌ی جدیدی مواجه می‌شود که توضیحات دقیق‌تری ارائه می‌دهد، از نظریه‌ی خود به نفع این نظریه‌ی جدید بگذرد. بسیاری از دانشمندانی که در ابتدای کارشان به کشف‌هایی رسیدند، از آن جایی که به دلیل موفقیت زودرس دچار یک نوع خودبزرگ‌بینی شدند، دیگر نتوانستند مسیر اکتشافاتشان را ادامه بدهند. **دبلیو. جی. وود** فیلسوف در یک مقاله‌ی فوق‌العاده می‌نویسد: دانشمندانی که از لحاظ

فکری متواضع هستند بیشتر از کسانی که این ویژگی را ندارند احتمال کسب دانش و بینش دارند. این فیلسوف می گوید که تواضع فکری شخص دانشمند را طوری می سازد که بتواند توانایی هایش را هدایت و به روش های مؤثرتری کار کند.

آلبرت اینشتین این را می دانست که می گفت: «اطلاعات به معنی دانایی نیست!» رئیس بخش استخدام گوگل، لازلو باک، هم با این نظر موافق است. او در مصاحبه اش با نیویورک تایمز می گوید که تواضع یکی از مهم ترین ویژگی هایی است که او در مورد متقاضیان کار در نظر می گیرد، ولی کمتر آدم موفقی این ویژگی را دارد، زیرا آن ها به ندرت شکست را تجربه کرده اند. او تأکید می کند که «بدون تواضع، نمی توان آموخت.» جالب است که شرکتی این حرف را می زند که این همه سعی کرده که کسب اطلاعات را کاری در دسترس و روان و راحت نشان دهد. شاید تواضع از آن چیزهایی است که آدم فقط وقتی می تواند داشته باشد که خودش خبر ندارد!

برگردان: پروانه حسینی

---

جیکوب بوراک کارآفرین و کنشگر اجتماعی اسرائیلی است. آن چه خواندید برگردان این نوشته ی اوست:

Jacob Burak, 'Overvaluing Confidence: We've Forgotten the Power of Humility,' *Aeon*, 28 July 2016.