

## خاطره‌های «جعلی» از کجا وارد ذهن ما می‌شوند؟

ما مستعد خاطرات اشتباه هستیم. یکی از دلایل این است که مغز ما در به خاطر سپردن «پایان‌های رضایت‌بخش» رویدادها تعصب دارد، حتی اگر اصلاً چنین پایان‌هایی وجود نداشته باشند.

به گزارش سایت خبری پرسون، یک محرک کلیدی خاطرات نادرست، این است که مغز تمایل دارد وقایع را آنگونه به خاطر بیاورد که «معمولاً» اتفاق می‌افتد، نه لزوماً آنطور که «واقعاً» اتفاق افتاده‌اند. از این رو، ممکن است ما وقایعی را که با انتظارات مغز از پایان آن‌ها مطابقت ندارند، اشتباه به خاطر بسپاریم. در یک مطالعه جدید، محققان بررسی کردند که آیا افراد خاطرات نادرست بیشتری را در مورد یک خط داستانی که از ساختار معمولی آغاز و وسط و پایان پیروی نمی‌کند، شکل می‌دهند یا خیر. فرضیه آن‌ها درست بود. آزمون‌شوندگان هنگام تلاش برای به خاطر سپردن کلیپ‌های ویدیویی بدون پایان واضح، ناآگاهانه خاطراتی را از خودشان ساختند.

حافظه یک ضبط‌کننده ویدئویی نیست، حتی اگر ما بخواهیم اینطور درباره آن فکر کنیم. چشمان ما عدسی‌هایی نیستند که از طریق آن‌ها واقعیت را بی‌عیب و نقص ثبت کنیم. مغز ما هارد فلش نیست. حافظه از همان ابتدا بی‌ثبات است و با گذشت زمان بر این بی‌ثباتی افزوده می‌شود و ذهن ما را پر از خاطرات اشتباهی می‌کند که برخی از آن‌ها صرفاً به اشتباه به خاطر سپرده شده‌اند، یعنی جزئیاتی به آن‌ها اضافه یا از آن‌ها کم شده است و برخی دیگر کاملاً ساخته و پرداخته ذهن خودمان هستند.

خاطرات اشتباه به این دلیل به وجود می‌آیند که مغز انسان اساساً یک موتور بازآفرینی است که داده‌ها را از حواس ما جذب می‌کند و به جای نمایش یک تصویر خام، تصویری از واقعیت را می‌سازد. مغز به کار تغییر دادن داده‌ها ادامه می‌دهد، به این معنا که خاطرات ما در ابتدا قابل‌اعتماد نیستند و روزها، هفته‌ها، ماه‌ها و سال‌های اصلاً نباید به آن‌ها اعتماد کرد چون مشکوک محض می‌شوند.

یک محرک کلیدی خاطرات نادرست، سوگیری مغز در یادآوری وقایع به روشی است که با آنچه معمولاً اتفاق می‌افتد مطابقت دارد. واقعیت قابل پیش‌بینی است، بنابراین مغز هم تلاش می‌کند آن را پیش‌بینی کند تا هم در منابع صرفه‌جویی کند و هم برای ما یک ادراک ساده و عاری از جزئیات فراهم کند.

مغز تمایل دارد که پایان‌بندی اتفاقات را به شیوه «معمول و رضایت‌بخش» به یاد بیاورد

در تحقیقی که اخیراً در مجله «روانشناسی تجربی» منتشر شده است، روانشناسان دانشگاه ساسکس این تعصب را به روشی هوشمندانه نشان دادند. آن‌ها در پنج آزمایش متفاوت، به صدها فرد ده‌ها ویدئوی کوتاه نشان دادند. برخی ویدیوها شروع، میانه و پایان منسجمی داشتند، در حالی که برخی دیگر با یک یا دو صحنه کوتاه شده بودند. برای مثال، یک ویدیو نشان می‌داد یک پرتاب‌کننده، توپ بیسبال را به سمت بازیکنی که نوبتش فرارسیده پرتاب می‌کند. در نسخه کامل، ضرب‌زننده به توپ ضربه می‌زند و سپس هواداران شروع به تشویق او می‌کنند. از سوی دیگر، نسخه کوتاه‌شده در حالی که پایان میرسد که توپ پرتاب‌شده هنوز در هواست. علاوه بر این، در یکی از آزمایش‌ها، ویدیوها صحنه‌های اضافی داشتند که به طور خلاصه یک خط داستانی جدید را با همان شخصیت‌ها معرفی می‌کرد، بنابراین ساختارش اینگونه بود: آغاز، وسط، پایان، آغاز.

در برخی آزمایش‌ها، از سوژه‌ها خواسته می‌شد بلافاصله پس از مشاهده همه ویدیوها، کلیپ‌ها را به خاطر بیاورند، در حالی که در آزمایش‌های دیگر، حافظه سوژه‌ها یک هفته بعد آزمایش میشد. فرضیه محققان این بود که سوژه‌ها در به خاطر آوردن دقیق ویدیوهای ناکامل یا ویدیوهایی که خط داستانی جدیدی را معرفی کرده‌اند، بیشتر مشکل دارند، چون این ویدئوها با ساختار معمولی آغاز، میانه و پایان مطابقت ندارند.

نتایج، فرضیه آن‌ها را تایید کرد. افرادی که ویدیوهای بدون نتیجه‌گیری درست را تماشا کرده بودند، معمولاً خاطرات نادرست بیشتری داشتند. کسانی که ویدیوهای ناقص را تماشا کرده بودند، پایان را در ذهن‌شان می‌ساختند. به عنوان مثال، در ویدیوی بیسبال، آن‌ها به اشتباه چرخ دادن و از دست دادن و زدن ضربه توپ توسط ضربه‌زننده را به خاطر آوردند. از طرف دیگر، کسانی که ویدیوهایی با صحنه جدید را تماشا کرده بودند، قسمت‌های اضافه‌شده کاملاً فراموش کردند.

خاطرات اشتباه در مورد افرادی بیشتر رخ می‌داد که ویدیوهایی بدون ساختار سنتی (شروع، میانه و پایان) را تماشا کرده بودند، صرف نظر از اینکه از آن‌ها خواسته می‌شد فوراً فیلم‌ها را به خاطر آورند یا یک هفته بعد. در یک آزمایش ۴۲.۵ درصد افرادی که ویدیوهای ناقص تماشا کرده بودند، جزئیاتی را که اتفاق نیفتاده بودند به یاد می‌آوردند، در حالی که تنها ۸.۲ درصد افرادی که ویدیوهای کامل تماشا کرده بودند، جزئیات اتفاق نیفتاده را بخاطر می‌آوردند. در آزمایش دیگری با یادآوری فوری، ۸.۴ درصد افرادی که ویدیوهای ناقص تماشا کرده بودند، جزئیاتی را که اتفاق نیفتاده بودند به یاد

آوردند، در حالی که تنها ۰.۳ درصد افرادی که ویدیوهای کامل را تماشا کرده بودند، جزئیات اتفاق نیفتاده را بخاطر می‌آوردند.

به گفته محققان: «این آزمایش‌ها نشان‌دهنده این است که مردم در بیاد آوردن رویدادهایی که نقاط پایانی کاملاً تعریف‌شده دارند چگونه سوگیری می‌کنند، حتی زمانی که این موضوع با آنچه که واقعاً تجربه شده در تضاد باشد».

منبع: فرادید