



چرا در انتخاب‌هایمان دچار سردرگمی و پشیمانی می شویم؟

# ای کاش کالای دیگری می خریدم!

■ تلخیص: حسین گل محمدی

بین هر سه گزینه، اگر گزینه اول بهتر از دومی باشد و دومی بهتر از سومی، گزینه اول باید بهترین از گزینه سوم باشد. این همان فرض انتقال پذیری است که از فرض بنیادی نظر به اقتصاد به شمار می‌رود. اما شیوع این فرض و ورود آن به زندگی‌های روزمره اثرات عمیقی بر دیدگاه ما داشته است. از خرید ماشین گرفته تا ترغیب فرزندانمان به سوی آینده‌ای بهتر پیروی یا عدم پیروی از این فرض نتایج بسیار متفاوتی را در بر دارد.

## تمام والدین بهترین‌ها را برای فرزندان‌شان می‌خواهند

بعضی والدین به بچه‌هایشان تأکید می‌کنند که در هر آنچه انجام می‌دهند بهترین باشند. به آنها فشار می‌آورند که بهترین ورزشکار، بهترین متفکر، بهترین موزیسین و همین‌طور تا آخر فرزندانشان را بر آن دارند که دنبال چیزی بروند که در آن بهترین هستند؛ چه آن چیز ورزش باشد، چه تحصیل، چه موسیقی. بعضی والدین به بچه‌هایشان فشار می‌آورند که تا حد ممکن تلاش کنند. در عین حال برخی دیگر هستند که همه تلاششان را می‌کنند تا به بچه‌هایشان برای بهترین بودن یا حتی تلاش برای بهترین بودن فشار وارد نکنند، چرا که نگران آسیب‌های روحی چنین فشاری هستند. به هر روی اکثر والدین عاشق بچه‌هایشان هستند و فارغ از شیوه‌ای که انتخاب می‌کنند، بیشترین تلاششان را برای این می‌کنند که در نهایت اکثریت قریب به اتفاق والدین از ته دل بهترین‌ها را برای فرزندانشان می‌خواهند؛ فقط برداشت آنها از ملزومات این بهترین‌ها متفاوت است.

### اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...

بیشتر والدین با پیگیری آنچه برای فرزندان‌شان بهترین است، ناخوسته درگیر برداشت غالب از عقلانیت فردی می‌شوند؛ برداشتی که حداقل در غرب از زمان یونانی‌ها حکمفرماست طبق این برداشت، عقلایی بودن یعنی اقدام فرد در جهت حداکثرسازی کیفیت زندگی‌اش در طول زندگی. این به آن معنی است که یک عامل عقلایی گزینه‌هایی را انتخاب می‌کند که تا حد ممکن زندگی‌اش را به مثابه یک مجموعه بهتر کند.

برداشت استاندارد عقلانیت، دو فرض بنیادی را در خود جای داده است. اول اینکه برای هر زندگی یک بهترین راه متصور هست. فرض دوم فنی‌تر از قبلی است. من نام آن را «اصل انتقال پذیری بهتر از ...» می‌گذارم. بر اساس این اصل بین هر سه گزینه، اگر گزینه اول بهترین از دومی باشد و دومی بهتر از سومی، گزینه اول می‌بایست بهتر از گزینه سوم باشد.

«اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...»: انتخاب بهترین گزینه از میان یک مجموعه متناهی از گزینه‌ها را میسر می‌کند. گزینه‌ها را دوتا دوتا مقایسه کنید. اگر اولی بهتر است، دومی را کنار بگذارید سپس سومی را با اولی مقایسه کنید. اگر سومی بهتر است، اولی را کنار بگذارید. همین‌طور جلو بروید و از میان هر دو گزینه بهترین را انتخاب کنید. بر این اساس، اگر «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» درست باشد، می‌توانیم از میان مجموعه‌ای متناهی از N گزینه با استفاده از N-1 مقایسه متوالی، بهترین گزینه را انتخاب کنیم.

### تکلیف گزینه‌های برابر چیست؟

بسیاری فرض اول را به یکی از چهار شیوه‌ای که در ادامه می‌آید به چالش کشیده‌اند. عده‌ای بیان داشته‌اند که ممکن است بعضی گزینه‌ها به یک اندازه خوب باشند و به این ترتیب یک گزینه مشخص بهترین وجود نداشته باشد. بعضی دیگر گفته‌اند که ممکن است تعدادی از گزینه‌ها فقط تاحدی قابل مقایسه بوده یا هم‌ارز باشند از این منظر ممکن است دو گزینه، مثل نیوچ اینیسترن و نیوچ موزارت یا یک شغل حقوقی و یک شغل آادمیک در یک محدوده جای بگیرند، بدون اینکه یکی بهتر از دیگری یا به یک اندازه خوب باشند. در عین حال برخی دیگر نیز بیان داشته‌اند که در بعضی موارد نامر ممکن است دو گزینه کاملاً غیرقابل مقایسه باشند و در نهایت عده‌ای دیگر متذکر شده‌اند که میان تعدا

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱

### سبک انتخاب



میزان پشیمانی افراد از خرید یک کالا درست بعد از خرید آن و تمایل به کالای دیگری که می‌توانستند بخرند، شگفت‌آور است. این واکنش رایج معمولاً به کاستی‌های روانشناختی فردنسبت‌داده می‌شود و خب معمولاً هم اینچنین است.

اما توضیح دیگری نیز برای میزان شیوع پشیمانی خریداران از خرید وجود دارد. شاید دلیلش این باشد که معمولاً با مجموعه‌ای از گزینه‌ها روبه‌روسیم که «اصل انتقال‌پذیری روبه‌روسیم که «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» برایشان کارگر بماند. این پدیده بی‌نهایت رایج است. معمولاً زمانی که این پدیده اتفاق می‌افتد، خریدار احساس حماقت یا دور‌خوردن می‌کند. ممکن است او این رفتار را در چارچوب اپیزو یا(ضعف اراده) توضیح دهد؛ او نتوانسته در برابر آن همه زرق و برق اضافی مقاومت کند. شاید «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» اساساً درست نباشد. شاید خریدار ماشین دچار کمبود اراده یا عدم عقلانیت نباشد و شاید اقدامات فرورونده هم الزاماً غیراخلاقی نباشد. شاید موضوع از این فراتر بوده که ماشین دوم، براساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه، بهتر از ماشین سوم نیز بر اساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه واقعاً بهتر از ماشین دوم بوده است، ولی با این حال ماشین اول، بر اساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه، بهتر از ماشین سوم است. در این شرایط نمی‌توان فرورنده را مقصر این دانست که به خریدار ماشین دومی را نشان داده که بهتر از اولی بوده و همین‌طور ماشین سومی را نشان داده که بهتر از دومی بوده است. همین‌طور می‌توان گفت مشتری نیز فقط به دلایل مناسی که داشته واکنش نشان داده و به‌درستی تصمیم گرفته که خرید دومی برایش بهتر از اولی و خرید سومی بهتر از دومی است. البته اگر «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» درست نباشد، می‌توان توضیح داد چرا فرد در نهایت به نتیجه‌ای رسیده که بدتر از نتیجه موجود دیگر بوده است؛ یعنی مثلاً چرا در نهایت ماشین اولی راخریده است.

میزان پشیمانی افراد از خرید یک کالا درست بعد از خرید آن و تمایل به کالای دیگری که می‌توانستند بخرند، شگفت‌آور است. این واکنش رایج معمولاً به کاستی‌های روانشناختی فرد نسبت داده می‌شود و خب معمولاً هم اینچنین است. اما توضیح دیگری نیز برای میزان شیوع پشیمانی خریداران از خرید وجود دارد. شاید دلیلش این باشد که معمولاً با مجموعه‌ای از گزینه‌ها روبه‌روسیم که «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» برایشان کارگر بماند. این پدیده بی‌نهایت رایج است. معمولاً زمانی که این پدیده اتفاق می‌افتد، خریدار احساس حماقت یا دور‌خوردن می‌کند. ممکن است او این رفتار را در چارچوب اپیکرزیا(ضعف اراده) توضیح دهد؛ او نتوانسته در برابر آن همه زرق و برق اضافی مقاومت کند. شاید «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» اساساً درست نباشد. شاید خریدار ماشین دچار کمبود اراده یا عدم عقلانیت نباشد و شاید اقدامات فرورونده هم الزاماً غیراخلاقی نباشد. شاید موضوع از این فراتر بوده که ماشین دوم، براساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه، بهتر از ماشین سوم نیز بر اساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه واقعاً بهتر از ماشین اول بوده و همین‌طور ماشین سومی را نشان داده که بهتر از دومی بوده است. همین‌طور می‌توان گفت مشتری نیز فقط به دلایل مناسی که داشته واکنش نشان داده و به‌درستی تصمیم گرفته که خرید دومی برایش بهتر از اولی و خرید سومی بهتر از دومی است. البته اگر «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» درست نباشد، می‌توان توضیح داد چرا فرد در نهایت به نتیجه‌ای رسیده که بدتر از نتیجه موجود دیگر بوده است؛ یعنی مثلاً چرا در نهایت ماشین اولی راخریده است.

نیاز داشته یامی‌خواسته و ممکن است به این خاطر که خام و سوسه‌های فرورنده شده احساس حماقت کند. احتمالاً زمانی که به خانه می‌رسد با خودش فکر کند که آن مدل ارزان‌تر و کم‌امکانات‌تر که از ابتدا می‌خواسته بهتر بوده است. شاید هم واقعاً حق با او باشد.

این پدیده بی‌نهایت رایج است. معمولاً زمانی که این پدیده اتفاق می‌افتد، خریدار احساس حماقت یا دور‌خوردن می‌کند. ممکن است او این رفتار را در چارچوب اپیکرزیا(ضعف اراده) توضیح دهد؛ او نتوانسته در برابر آن همه زرق و برق اضافی مقاومت کند. شاید «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» اساساً درست نباشد. شاید خریدار ماشین دچار کمبود اراده یا عدم عقلانیت نباشد و شاید اقدامات فرورنده هم الزاماً غیراخلاقی نباشد. شاید موضوع از این فراتر بوده که ماشین دوم، براساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه، بهتر از ماشین سوم نیز بر اساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه واقعاً بهتر از ماشین اول بوده و همین‌طور ماشین سومی را نشان داده که بهتر از دومی بوده است. همین‌طور می‌توان گفت مشتری نیز فقط به دلایل مناسی که داشته واکنش نشان داده و به‌درستی تصمیم گرفته که خرید دومی برایش بهتر از اولی و خرید سومی بهتر از دومی است. البته اگر «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» درست نباشد، می‌توان توضیح داد چرا فرد در نهایت به نتیجه‌ای رسیده که بدتر از نتیجه موجود دیگر بوده است؛ یعنی مثلاً چرا در نهایت ماشین اولی راخریده است.

نیاز داشته یامی‌خواسته و ممکن است به این خاطر که خام و سوسه‌های فرورنده شده احساس حماقت کند. احتمالاً زمانی که به خانه می‌رسد با خودش فکر کند که آن مدل ارزان‌تر و کم‌امکانات‌تر که از ابتدا می‌خواسته بهتر بوده است. شاید هم واقعاً حق با او باشد.

این پدیده بی‌نهایت رایج است. معمولاً زمانی که این پدیده اتفاق می‌افتد، خریدار احساس حماقت یا دور‌خوردن می‌کند. ممکن است او این رفتار را در چارچوب اپیکرزیا(ضعف اراده) توضیح دهد؛ او نتوانسته در برابر آن همه زرق و برق اضافی مقاومت کند. شاید «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» اساساً درست نباشد. شاید خریدار ماشین دچار کمبود اراده یا عدم عقلانیت نباشد و شاید اقدامات فرورونده هم الزاماً غیراخلاقی نباشد. شاید موضوع از این فراتر بوده که ماشین دوم، براساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه، بهتر از ماشین سوم نیز بر اساس همه عوامل مرتبط با آن مقایسه واقعاً بهتر از ماشین اول بوده و همین‌طور ماشین سومی را نشان داده که بهتر از دومی بوده است. همین‌طور می‌توان گفت مشتری نیز فقط به دلایل مناسی که داشته واکنش نشان داده و به‌درستی تصمیم گرفته که خرید دومی برایش بهتر از اولی و خرید سومی بهتر از دومی است. البته اگر «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» درست نباشد، می‌توان توضیح داد چرا فرد در نهایت به نتیجه‌ای رسیده که بدتر از نتیجه موجود دیگر بوده است؛ یعنی مثلاً چرا در نهایت ماشین اولی راخریده است.

## بازنگری در معنای انتخاب عقلایی

برگردیم به والدینی که بهترین‌ها را برای فرزندان‌شان می‌خواهند. شاید آنها فرزندان‌شان را ترغیب کنند که معلم دبستان شود که شغلی شریف بوده و مزیت‌های زیادی هم دارد. اما اگر آن بچه مستعدتر باشد، والدین با خودشان فکر خواهند کرد که زندگی یک استاد دانشگاه بهتر از آن خواهد بود؛ چرا که هم تدریس را در خود دارد، هم نیازمند فکر است و البته احترام و پرداختی بیشتری نیز در بر دارد. بعد از آن شاید با خود فکر کنند که زندگی یک مشاور حقوقی از آن هم بهتر خواهد بود. در این شغل نیز کار فکری وجود دارد، پرداختی بالاتری است، زمان تحصیل کمتری نیاز دارد و دورزمانی شغلی‌اش نیز به‌مراتب بهتر است. به اینجاست که بررسند یا خود فکر می‌کنند که شغل یک مشاور سرمایه‌گذاری از مشاور حقوقی هم بهتر است، زیرا مزایای اجتماعی و اقتصادی بسیاری دارد که مشاوران حقوقی اصولاً موفق به کسبش نمی‌شوند. با وجود همه اینها، در نهایت شاید به نظر آنها شغل یک معلم مدرسه از یک مشاور سرمایه‌گذاری بهتر باشد؛ چرا که اضطراب کمتری دارد، زمان بیشتری برای همراهی با خانواده دارد، می‌تواند جایی غیر از یک مرکز مالی شلوغ زندگی کند و چیزهای دیگری از این دست.

اکثر افراد در مواجهه با چنین دوری از انتخاب‌ها، به دنبال تفکر دقیق و تعیین بهترین زندگی ممکن می‌روند. اصولاً چنین انتخابی باید شامل بهترین ترکیب ممکن از مزیت‌ها و نقایص باشد. اما اگر حق با من باشد، تلاش برای مشخص کردن بهترین زندگی برای فرزندان می‌تواند به شکست ختم‌شود. شور‌ریختانه، با توجه به پیچیدگی‌های هنجاری دنیایی که در آن نفس می‌کشیم، کاملاً ممکن است که در میان مجموعه‌ای از زندگی‌ها، اولی بهتر از دومی، دومی بهتر از سومی و آن هم بهتر از چهارمی باشد، اما در نهایت اولی ازاما از آخری بهتر نباشد. چنین امکانی از آرادهنده و گیج‌کننده است. این باعث می‌شود والدین ندانند کدام راه را به فرزندانشان پیشنهاد کنند؛ چرا که در مقابل هر گزینه‌ای که پیشنهاد می‌دهند، گزینه دیگری وجود دارد که بهتر از آن است. آموختن شیوه زندگی با این حقیقت، اگر بتوان آن را حقیقت نامید، نیازمند سازندگی عمیق معنای عقلایی بودن و انتخاب مناسب است.

**نقل از وب‌سایت ترجمان نوشته: لری تمکین ترجمه: سیدامیر حسین میر ابوظالبی مرجع: وب‌سایت ایاان**

## د

میزان پشیمانی افراد از خرید یک کالا درست بعد از خرید آن و تمایل به کالای دیگری که می‌توانستند بخرند، شگفت‌آور است. این واکنش رایج معمولاً به کاستی‌های روانشناختی فردنسبت‌داده می‌شود و خب معمولاً هم اینچنین است. اما توضیح دیگری نیز برای میزان شیوع پشیمانی خریداران از خرید وجود دارد. شاید دلیلش این باشد که معمولاً با مجموعه‌ای از گزینه‌ها روبه‌روسیم که «اصل انتقال‌پذیری روبه‌روسیم که «اصل انتقال‌پذیری بهتر از ...» برایشان کارگر نیست.

### سبک تربیت



پایه‌های بنیادین رشد در دوران کودکی

## این فقط بازی نیست تمرین زندگی است

■ مریم قدیمی\*

مراحل اولیه رشد در دوران کودکی از اهمیت شایان توجهی برخوردار است به عبارتی اگر این مراحل و پایه‌های اولیه مورد توجه والدین قرار بگیرد و به خوبی بیموده شود، کودک هم دوران کودکی شادتر و مؤثرتری را سپری می‌کند و هم اینکه برای داشتن آینده‌ای مفیدتر و درخشان‌تر آماده می‌شود ولی اگر این پایه‌های جدی گرفته نشوند و سست باشند، کودک را در مراحل بعدی و بزرگسالی با اختلالاتی مواجه خواهد کرد. یکی از این پایه‌های اولیه رشدی «بازی کودکان» می‌باشد. در واقع چگونه بازی کردن آنان، مدت زمان و اسباب بازی که در اختیار آنان قرار می‌گیرد، فصل مهمی از زندگی کودک با بازی کردن سپری می‌شود و می‌توان گفت به نوعی کار و شغل کودک محسوب می‌شود.

■ **چند سؤال اساسی در مورد بازی کودکان**

کودک چگونه با بازی یاد می‌گیرد؟ جنبه اجتماعی: کودک حین بازی یاد می‌گیرد که چطور با کودکان دیگر ارتباط برقرار کند، در صورت بروز مشکل چطور حل مسئله کند، تعامل با بزرگسالان را یاد می‌گیرد.

کارکرد جسمانی: فعالیت‌هایی که کودکان حین بازی انجام می‌دهند باعث تحرک و قوی‌تر شدن عضلات کوچک و بزرگ آنها می‌شود. به‌طور مثال هنگام بازی با مگکبم‌ها، خمیروشن عضلات کوچک آنها به حرکت درمی‌آید و به هنگام دویدن و پریدن عضلات بزرگ‌تر بدنشان به حرکت درمی‌آید پس هماهنگی و تعادل بین اعضای بدن او به وجود می‌آید.

جنبه اخلاقی: یکی از مهم‌ترین عواملی که در تربیت اخلاقی کودک نقش دارد، بازی است یعنی کودک به هنگام بازی درمی‌یابد برای اینکه مورد قبول و پذیرش دیگران قرار بگیرد باید راستگو و در دستکار باشد. او در بازی متوجه می‌شود که خوب یا بد بودن چگونه است و چه نتیجه‌ای را در پی دارد و این خوب یا بد بودن باعث می‌شود دیگران چگونه با او رفتار کنند. مثلاً در بازی دزد و پلیس متوجه می‌شود کسی که دزد است خطایی انجام داده است که منجر به تعقیب و دستگیری او توسط پلیس شده است و به این صورت به زشتی و غیراخلاقی بودن دزدی بی‌می‌بردد و در نهایت عدالت اجتماعی را می‌آموزد.

■ **کودک به وسیله بازی چه توانایی‌هایی کسب می‌کند؟**

کودک حین بازی استقلال، ابتکار و خلاقیت، کنجکاوی، اعتماد به نفس، عزت نفس، اطمینان به دیگران و توانایی حل مسئله را می‌آموزد.کودک حین بازی چگونه رفتار کردن با دیگران را تمرین می‌کند و با اصول زندگی اجتماعی آشنا می‌شود. رعایت حقوق دیگران و عادل بودن را می‌آموزد، نفوذ کردن در گروه همسالان و جلب توجه آنان و همچنین کمک و حمایت از افراد ضعیف‌تر را می‌آموزد. با نظم و ترتیب آشنا می‌شود، مشارکت، همدلی و همکاری با همسالان را کسب می‌کند بنابراین موجب ارتباط بیشتر او با دنیای حلی بیرون می‌شود، حس رقابت‌جویی و رقابت سالم در او را برانگیخته می‌شود، طعم پیروزی را می‌چشد و گاهی نیز شکست را تجربه می‌کند، خویشتنداری را کسب می‌کند، قدرت ابراز وجود پیدا می‌کند و برای این موضوع مهم فراهم‌کننده یا خوشونت و سوءرفتار رهایی می‌یابد، پس در نتیجه باعث رشد فردی او نیز خواهد شد.

■ **محروم بودن کودک از بازی چه تبعاتی دارد؟**
کودکانی که فاقد هر گونه اسباب‌بازی هستند یا امکانات کمتری برای بازی دارند از لحاظ رشد شناختی و ذهنی، عاطفی و جسمانی از همسالان خود عقب‌تر هستند. آنها با مشکلات یادگیری بیشتری در دوران مدرسه روبه‌رو می‌شوند چون کمتر بازی کرده‌اند یا اینکه بازی‌های آنان چندان پیچیده نبوده و از تنوع کمتری برخوردار بوده است.کودکانی که بازی‌های گروهی و دسته‌جمعی نداشته‌اند، افرادی خودخواه و فاقد توانایی لازم در جهت ارتباط برقرار کردن با دیگران هستند.

و در نهایت بازی برای کودکان همانند تنفس کردن لازم و ضروری است. اگر والدین و مربیان بستر مناسبی را برای این موضوع مهم فراهم کنند کودک فعال‌تر خواهد شد و بیشتر یاد می‌گیرد، هوش او بیشتر شده و رشد، تحول و تکامل همه‌جانبه‌ی می‌یابد ولی در صورتی که به بازی کودکان آنها کم‌توجهی شود و امکانات لازم برای بازی آنها مهیا نکنند، در واقع آنها را از زندگی کردن محروم کرده‌اند.

\* روانشناس بالینی

## د

**کودک حین بازی استقلال، ابتکار**

**به نفس، عزت نفس، اطمینان**

**به دیگران و توانایی حل مسئله**

**را می‌آموزد. کودک حین بازی**

**چگونه رفتار کردن با دیگران**

**را تمرین می‌کند و با اصول**

**زندگی اجتماعی آشنا می‌شود**