



## چرا پدران بزرگ‌هایمان از ما شاهد تر بودند؟

با نگاهی گذرا به وضعیت

کلی کشورهای جهان، به راحتی می‌توان دید

که در مقایسه با ۵۰ سال گذشته، تعداد خودروها نسبت به تعداد

افراد تقریباً ۲ برابر شده است و مردم بیش از گذشته به رستوران می‌روند و امروزه بی‌شمار کالا و امکانات در دسترس عموم مردم قرار دارد که آن زمان اصلاً وجود هم نداشتند؛ از جمله تلویزیون‌های بزرگ با وضوح تصویر خوب، دستگاه‌های مایکروویو، خودروهایی شاسی بلند و گوشی هوشمند با اینترنت بی‌سیم. اما آیا ما از ۵۰ سال پیش شادتریم؟

مسئله تعریف مفهوم شادی کار ساده‌ای نیست، چه رسد به اندازه‌گیری میزان شادی افراد. با این حال، برخی تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که نه تنها میزان خشنودی ما نسبت به ۵۰ سال پیش افزایش نیافته است، بلکه حتی شاید کم‌تر هم شده باشد.

روان‌شناس کالج هوپ در ایالت میشیگان، دکتر دیوید جی مایرز (David G. Myers) می‌گوید: «جوانان امروزی نسبت به پدر بزرگ‌هایشان در رفاه بیشتر، ولی با اندکی شادی کمتر و ریسک خیلی بیشتر برای ابتلا به افسردگی و پیامدهای آسیب‌شناختی مرتبط با آن بزرگ شده‌اند. دارا تر شدن مادر ۴ دهه گذشته، حتی سرسوزنی با افزایش میزان سلامت ذهنی و فردی در ما همراه نبوده است.»

### چرا افراد مادی‌گرا شاد نیستند؟

رابطه بین وضعیت ذهنی افراد و مادی‌گرایی هم مثل دیگر مسائل مربوط به روان‌انسان، رابطه‌ای پیچیده است. در واقع، محققان هنوز در تلاش‌اند تا ببینند که آیا این مادی‌گرایی است که به شاد نبودن افراد دامن می‌زند یا شاد نبودن محرک مادی‌گرایی است یا هر دو.

محقق پروازره حوزه سلامت ذهنی فردی و مادی‌گرایی در دانشگاه ایلینوی، دکتر ادوارد دینر (Edward Diener) به مامی گوید میل شدید به مصرف‌گرایی می‌تواند محرک شاد نبودن افراد باشد. تحقیقات نشان می‌دهد دلیل این تأثیرات این است که میل شدید به مصرف‌گرایی امور را از هر آنچه شادی‌آور باشد، تهی می‌کند و حتی روابط خانوادگی و دوستی‌های مانیز از این خطر در امان نخواهد بود.

دکتر تیم کسر (Tim Kasser)، روان‌شناس کالج ناکس در ایالت ایلینوی، و دکتر آلن کتر (Allen Kanner)، روان‌درمانگر ساکن برکلی در ایالت کالیفرنیا، مؤلفان کتاب «روان‌شناسی و فرهنگ مصرف‌گرایی»، می‌گویند به نظر می‌رسد

پیوند خورده است.

دکتر کسر می‌گوید: «تحقیقات نشان می‌دهد که وقتی افراد در اوضاع اجتماعی بد رشد می‌کنند یا رفتار خوبی از والدینشان دریافت نمی‌کنند یا در فقر زندگی می‌کنند یا با خطر مرگ مواجه می‌شوند، برای جبران و به عنوان راهی برای سازگاری با شرایط به افراد مادی‌گرا تبدیل می‌شوند.»

### ایاداشتن پول بیشتر به معنای شاد تر بودن است؟

طبق نتایج تحقیقی دیگر، تأثیرات منفی مادی‌گرایی دارای ماهیت تغییر پذیر هستند. در مقاله‌ای با عنوان «به صفر رساندن جنبه تاریک رؤیای آمریکایی» که در نوامبر ۲۰۰۳ در مجله علوم روان‌شناختی (Psychological Science) چاپ شد، دکتر دینر همراه با گروهی از همکارانش به مقایسه ۲ مجموعه داده‌ای پرداخت که در ۲ نوبت و با فاصله ۱۹ سال، یک‌بار در ابتدای ورود شرکت‌کنندگان به دانشگاه و بار دیگر در سال ۱۹۹۵، از ۱۲ هزار دانشجوی کالج‌ها و دانشگاه‌های برگزیده در دهه ۱۹۷۰ جمع‌آوری کرده بودند.

به طور میانگین، گروهی که در نوبت اول مشتاقانه از داشتن آمال و اهداف اقتصادی سخن گفته بودند، پس از گذشت ۲ دهه نسبت به گروهی که تمایل‌های مالی کمتری داشتند، از زندگی خود رضایت کمتری داشتند. با این حال، دکتر دینر و همکارانش دریافتند که برای افراد متعلق به گروه اول، هرچه میزان درآمد افزایش می‌یافت، میزان رضایتمندی از زندگی نیز افزایش می‌یافت.

دکتر جیمز ای بارز (James E. Burroughs)، استاد یار رشته بازرگانی در دانشگاه ویرجینیا، این طور نتیجه‌گیری می‌کند که در بین مادی‌گرایان، ناشادترین افراد کسانی هستند که بین معیارهای مادی‌گرایانه و معیارهای اساسی زندگی خود بیشترین تقابل را می‌بینند. در سال ۲۰۰۲، دکتر دینر و همکارانش در مقاله‌ای دیگر ابتدا به ارزیابی میزان استرس، معیارهای مادی‌گرایانه و معیارهای مثبت اجتماعی شرکت‌کنندگان در ۳ یافت خانواده، مذهب و جامعه، و با تکیه بر نظریه روان‌شناختی دکتر شلوم شوارتز (Shalom Schwartz)، پرداختند. سپس در پژوهشی تجربی، میزان تقابلی را که افراد در زمان انتخاب بین ۲ حوزه معیاری احساس می‌کنند، تعیین کردند.

بارز می‌گوید ناشادترین افراد دسته‌ای بودند که بیشترین تقابل را احساس می‌کردند، یعنی آن‌هایی که هم معیارهای اجتماعی و هم معیارهای مادی‌گرایانه بیشتری داشتند. افراد متعلق به دسته دیگر (یعنی کسانی که معیارهای مادی‌گرایانه پایین‌تر و معیارهای اجتماعی بالاتری داشتند، کسانی که معیارهای اجتماعی پایین‌تر و معیارهای مادی‌گرایانه بالاتری داشتند و کسانی که نسبت به هر ۲ عرصه کم اشتیاقی با بی‌اشتیاق بودند) نتایج مشابه داشتند، اما میزان استرس در زندگی آن‌ها کمتر بود. بارز می‌گوید یافته‌های او با یافته‌های پژوهشگران دیگر نیز مطابقت دارد، یعنی تفاوت میزان رضایتمندی از زندگی در بین افرادی که بیشتر مادی‌گرا هستند و افرادی که کمتر مادی‌گرا هستند، تقریباً اندک است. اومی گوید: «چیزهای مادی نه‌بند هستند نه خوب. آنچه می‌تواند مشکل ساز شود، نقش و موقعیتی است که این چیزها در زندگی افراد می‌پذیرند. کلید موفقیت، یافتن نقطه تعادل است؛ اینکه بدانید چیزهایی که دارید ارزشمندند، اما نه به‌بهای نادیده گرفتن آنچه واقعاً حائز اهمیت است، یعنی خانواده، اجتماع و معنویت.»

### افق‌های گسترده‌تر

دیگران اما نظر متفاوتی دارند. آن‌ها می‌گویند حتی اگر برخی افراد مادی‌گرا بتوانند زندگی خود را بدون هیچ زنجی پشت سر بگذارند، به‌رحال، مصرف‌گرایی هزینه‌های سنگینی برای ما دارد که ارزشش را دارد در آن‌ها تجدید نظر کنیم. دکتر کسر می‌گوید: «مادی‌گرایی عواقبی دارد که می‌تواند بر کیفیت زندگی انسان‌ها و گونه‌های دیگر تأثیرگذار باشد.»

به این منظور، او بسیاری از افراد دیگر در صدد مطالعه پیوندهای بین معیارهای مادی‌گرایانه و رویکرد ما نسبت به محیط زیست برآمده‌اند. آن‌ها قصد دارند به این مسئله بپردازند که مصرف‌گرایی چگونه و از چه طریق بر روان جمعی ما تأثیر گذاشته است.

دکتر کتر معتقد است مصرف‌گرایی یکی از حوزه‌هایی است که در آن روان‌شناسی باید تمرکزش را از افراد و موارد بردارد و به بررسی تأثیرات گسترده‌تر پدیده‌ها بپردازد. اومی گوید: «مصرف‌گرایی سازمانی که ناشی از برنامه‌ریزی شرکت‌های بزرگ است، تأثیرات روان‌شناختی همه‌جانبه‌ای بر مردم و همچنین همه سیاره ما می‌گذارد. روان‌شناسی غالباً مشکلات اجتماعی را بیش از اندازه خرد می‌کند و به سطح فردی می‌آورد. در این فرایند، معمولاً قربانی به تقصیر کار تبدیل می‌شود. در این نمونه خاص، تقصیر مصرف‌گرایی را در وهله اول به دوش افراد گذاشته‌ایم و فرهنگ سازمانی و شرکتی بزرگی را که تا این حد به زندگی‌های ما هجوم آورده است، نادیده گرفته‌ایم.»

### ریشه‌های مادی‌گرایی

مادر زمانه‌ای زندگی می‌کنیم که فرهنگ مصرف‌گرایی به نقطه اوج خود رسیده است. با این فرض که همه مادر رستریک فرهنگ مصرف‌گرایی واحد زیسته‌ایم، چرا شدت معیارهای مادی‌گرایانه در برخی از ما بیشتر است و در برخی نه؟ مجموعه‌ای از تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که احساس ناامنی فردی، هم‌اجتماعی و هم‌عاطفی، مهم‌ترین علت شکل‌گیری تمایلات مصرف‌گرایی در ماست. در واقع، یافته‌های تحقیقات دکتر دینر و دیگر محققان حاکی از این است که شاد نبودن ما نه با پول، بلکه با تلاش و تکاپو برای دستیابی به آن

ریحانه صادقی

داشتن معیارهای شدید مادی‌گرایانه سبب می‌شود جهت‌گیری اهداف فرد به گونه‌ای باشد که منجر به کاهش سلامت او شود.

دکتر کسر در کتاب خود با عنوان «بهای گزاف مادی‌گرایی» با تکیه بر تحقیقات خودش و دیگران نشان می‌دهد افرادی که زندگی‌شان را حول محور اهداف بیرونی مانند به دست آوردن اشیاء نامرئی می‌کنند، روابط ناشادتر، خلیقیات نامناسب‌تر و مشکلات روان‌شناختی بیشتری دارند. دکتر کسر بین اهداف بیرونی، که متمرکز بر دارایی، تصویر فردی، موقعیت اجتماعی و دریافت پاداش و تحسین شدن هستند، و اهداف درونی، که معطوف به نتایجی مانند رشد فردی و ارتباطات اجتماعی و به خودی خود ارضاءکننده هستند، تمایز می‌گذارد.

دکتر مارشا ریچینز (Marsha Richins)، استاد روان‌شناسی اجتماعی در دانشگاه میزوری، در پژوهشی مرتبط با همین موضوع دریافت که افراد مادی‌گرا انتظارات غیر واقعی و زیادی درباره کارکرد کالاهای خریداری شده در روابط، استقلال و شادی‌شان دارند. دکتر ریچینز می‌گوید: «آن‌ها تصور می‌کنند داشتن این چیزها قرار است زندگی‌شان را به طرق مختلف تغییر دهد.» برای مثال، یکی از مردهای شرکت‌کننده در پژوهش دکتر ریچینز، می‌گفت دلش می‌خواهد استخری داشته باشد تا بتواند ارتباطش را با دختر سیزده ساله دمد می‌مزاجش بهبود بخشد.