

## מנגנונים של שקר

### מטרת הפעולה



החניכים ילמדו על מנגנונים פסיכולוגיים המסיטים את האדם מן האמת שלו.

### מבנה הפעולה



א. עדריות- מהי?

ב. שכנוע עצמי

ג. סיכום.

### מהלך הפעולה



א. עדריות - מהי?

הצפה:

נקרא יחד עם החניכים את הקטע הבא:

*סטודנט בשם סם וארבעה ממכריו צופים במועמד לנשיאות הנושא נאום בטלוויזיה. סם מתרשם לטובה מן המועמד הראשון הוא מחבבו יותר מן המועמד השני וזאת בגלל כנותו של הנאום. אחרי הנאום אומר אחד הסטודנטים כי המועמד הראשון דוחה אותו, שהוא עשה עליו רושם של אדם מזויף וכי הוא מעדיף את המועמד השני. כל האחרים ממהרים להסכים לדעתו. סם נראה נבוך ונתון במצוקה.*

רגע לפני הסוף, נעצור את ההצגה וישאלו את החניכים כיצד הם היו נוהגים במקום סם במצב כזה.

ניתן לעשות זאת בשתי הדרכים הבאות:

1. להפנות את השאלה לחניכים מתוך דיון פתוח.

2. לתאר שני מצבים:

❖ סם בוחר לפי מה שהוא באמת חשב לכתחילה.

❖ סם אכן משנה דעותיו לפי ההשפעה החברתית גם כאשר הוא לא באמת אמיתי עם עצמו.

אחרי שנתאר את שני המצבים, נבקש לערוך הצבעה באמצעות **פתקים בשני צבעים**.

לאחר דיון בדעות שהחניכים העלו- נגלה את סוף הסיפור, מה באמת סם עשה:

לבסוף, סם ממלמל: " כנראה שאין הוא עושה רושם של אדם כנה כמו שניתן היה לצפות ממנו".

עיבוד:

נסביר מהי "עדריות" (קונפורמיות), נשאל ונדון עם החניכים על יתרונותיה וחסרונותיה של

ה"עדריות" (ללכת אחרי העדר - הקונפורמיות):

נקריא לחניכים את ההגדרה לקונפורמיות (מומלץ לפרוס על הריצפה כבריסטול)

## "קונפורמיות היא שינוי בהתנהגותו או בדעותיו של אדם כתוצאה מלחץ

### אמיתי או מדומה של אדם אחר או קבוצת אנשים".

נשאל את החניכים אם הם מבינים את ההגדרה, והאם הם מסכימים לה. לאחר מכן, נפתח דיון, ונעלה את השאלות הבאות:

- מה גורם לאנשים להיכנע ללחץ החברתי של הקבוצה?
- האם האדם באמת משנה את דעתו, או שהוא רק משנה את התנהגותו כלפי חוץ?
- האם השינוי הזה חולף או תמידי?

כעת, ננסה לבחון את היתרונות והחסרונות של הקונפורמיות :

יתרונות: \* קונפורמיות יוצרת נורמות וסדר להתנהגות חברתית, לדוג': אכילה בסכין ומזלג.

\* קונפורמיות עוזרת להגיע להתנהגות רצויה גם אם עדיין לא הבנתי את הסיבות

לכך, לדוג': ילד קטן שהולך עם כיפה.

\* הרגשת שייכות (אפילו שאינה אמיתית)

- חסרונות: \*קונפורמיות מרחיקה את האדם מן האמת שבה הוא מאמין.  
\*קונפורמיות מרחיקה את האדם מעצם המחשבה  
\*קונפורמיות גורמת לאדם לשנות את דעותיו רק כדי להיות אהוב.  
\*קונפורמיות יכולה להוביל לנורמות וסדרי התנהגות שליליים.

## ב. שכנוע עצמי

כעת, נציב שתי **קערות** בפני הקבוצה. האחת, עם צימוקים והשנייה עם מסטיקים. לאחר מכן, נבקש מכל חניך לבחור רק באחת מהאפשרויות ולקחת מהקערה העדיפה עליו.

לאחר שכולם בחרו ואכלו, נסביר את נזקיו של המסטיק לעומת מעלותיו של הצימוק. כעת, נשאל את החניכים האם לנוכח המידע החדש, היו משנים את בחירתם? אם לא, מדוע?  
\*שימו ! \* סביר להניח (וכדאי להדגיש) שמי שבחר במסטיק לא ירצה להודות בטעותו ויסביר מדוע היה בוחר שוב במסטיק. (לדוג: זה טעים, מה אכפת לי מהשיניים, אחד זה לא נורא... צימוקים עושים כאב בטן.. וכו').

חשוב להבין - החניכים ששכנעו את עצמם - עברו בעצם תהליך של "דיסוננס קוגניטיבי". כעת, לפני שנסביר זאת, נחלק את הקבוצה ל2, כאשר כל קבוצה מקבלת קטע העוסק במהו דיסוננס קוגניטיבי (**נספחים 1 ו 2**). נתכנס יחדיו ונבקש מכל קבוצה סיכום קצר על מה שקראו.

לאחר מכן, נשאל את החניכים-

- האם הם מכירים מציאות כזו בחייהם? מצב בו ישנם שתי דברים שסותרים אחד את השני, אז כדי להרגיש טוב ונוח עם עצמי, אני משנה אחד מהם?
- נבקש כעת מהחניכים לחשוב על דוג? אם הם יתקעו, אפשר לעזור להם עם הדוגמא הבאה, שמוכרת יותר לחניכים -

יש לי מבחן מחר, מצד שני כל החברות הולכות לפיצה הערב כי יש יומולדת לאחת מהן.

מה אעשה? איך אבחר באחת מהאפשרויות מבלי להרגיש חוסר נוחות?

1. אומר לעצמי שלא אכפת לי מהמבחן- ואצא עם החברות.
2. אומר לעצמי שהמבחן ממש חשוב ושכלל לא בא לי פיצה- ואשאר בבית.

### ג. סיכום

לסיכום, נלמד את רש"י על הגמרא בבא מציעא:

"שהרי דבר המסור ללב - ולפיכך נאמר בו ויראת מאלהיך. שהרי כל הדברים הללו אין טובתן ורעתן מסורה להכיר אלא ללבו של עושה הוא יודע אם לעקל אם לעקלקלות ויכול הוא לומר לא עשיתי כי אם לטובה."

תהליכים אלו, שנלמדו בפעולה, מתרחשים בתוך ליבו של האדם. לא תמיד ניתן להבחין בהם מבחוץ ולכן, חובתו של כל אחד, לברר עם עצמו עד כמה הוא אמיתי וכנה ועד כמה הוא מושפע מתהליכים אלו (השפעה חברתית, שכנוע עצמי). תהליכים אלו משפיעים מאוד על דעתו של האדם עד שיכול להגיע למצב בו הוא משקר לעצמו. מודעות לתהליכים אלו, היא זו שעוזרת למנוע אותם ולהיות אמיתיים עם עצמנו ועם הסביבה. זוהי משימה לא פשוטה, אך אנו מאמינים שאם יש רצון וכנות, ניתן להתמודד איתה. חשוב להדגיש לחניכים, כי הפעולה עוסקת בדברים המסורים לליבו של כל אחד ואחד. ייתכן שכל אחד יאמר: "לי זה לא קורה אף פעם", אך כדאי להיות אמיתיים עם עצמנו, כל אחד יוכל לבחון רק את עצמו.

## נספח 1:

### המחקר של פסטינגר (1959) -

מחקר זה ממחיש כיצד נוצר דיסוננס כאשר אדם פועל בניגוד לעמדותיו, בהיעדר הצדקה חיצונית.

נבדקים התבקשו לבצע מטלה משעממת ביותר, ובסיומה התבקשו לתאר אותה לאחרים כמטלה מעניינת, מרתקת ומהנה.

הליך הניסוי: לנבדקים נאמר שהם משתתפים בניסוי שמטרתו לבדוק כיצד מבצעים אנשים מטלות משעממות. הנסיין הראה לנבדקים מגש ועליו 12 סלילים. הוא הורה להם להוריד את הסלילים בזה אחר זה, אחד בכל פעם, ולהחזירם למגש בדיוק באותו האופן. כך חוזר חלילה במשך 30 דקות. במהלך 30 הדקות הבאות היה על הנבדקים לבצע פעולה משעממת דומה נוספת.

בחלק השני של הניסוי התבקשו חלק מהנבדקים (כל אחד בנפרד) "להחליף" את אחד הנסיינים ("שחלה") ולתת הסבר לגבי אותו הניסוי בדיוק לנבדקים חדשים (שהיו משתפי"ם) - שהם עומדים להשתתף בניסוי "מרתק" (הם כבר יודעים שהניסוי אינו מרתק ומעניין!). חלק מהנבדקים שהתבקשו להסביר קיבלו \$20 עבור החלפת הנסיין, החלק האחר קיבל \$1 עבור אותה משימה. לאחר קבלת התשלום הם נשאלו - באיזה מידה הם נהנו מביצוע המטלות המשעממות (בחלקו הראשון של הניסוי).

תוצאות: הנבדקים שקיבלו \$1 עבור החלפת הנסיין האמינו יותר שהניסוי היה מעניין, כלומר הם שינו את דעתם, יותר מאלה שקיבלו תשלום גבוה.

הסבר התופעה לפי תאוריות הדיסוננס, הוא שנוצרת סתירה בין ראיית האדם את עצמו כאדם הגון לבין השקר שאמר. אם ניתן לאדם תשלום גדול תמורת הכזב, הוא משלים איתו, אך אם הסכום הוא קטן - עליו לשכנע את עצמו שהניסוי אכן היה מעניין.

## נספח 2:

לפעמים החיים מזמנים לנו מצבים שמאתגרים את היכולת שלנו לשמור על תמונת המציאות היציבה שלנו. ניקח למשל דוגמא היפותטית של המפגש בין א' ו-ב'. א' הוא חילוני מתל-אביב ואילו ב' הוא דתי תושב בית-אל. השניים נפגשים לראשונה באוהל טירונים מהביל בבסיס צבאי אי שם בדרום הארץ. מבחינתו של א' דתיים הם אנשים שתקועים בעבר, דוגמטים, צרי אופקים, מפחדים לקחת אחריות על חייהם, אלימים וגזענים, ושלא נתחיל בכלל לדבר על מה שהוא חושב על מתנחלים. ב', לעומת זאת, שמע כל חייו כי החילונים הם אנשים ריקים ואומללים, שהם חסרי ערכים ומלאי חטאים וכל מה שמעניין אותם בעולם זה כסף, וזה עוד לפני שאמרנו מה הוא חושב על תל-אביבים. כאשר השניים מזדמנים לאותה מחלקה ומתוודעים זה לזה הם כמובן מבינים את השני במונחים של התפיסה המוקדמת שלהם. אולם עם הזמן מתחילות להצטבר אצל שניהם ראיות לכך שהשני אולי לא כזה גרוע כמו שהוא אמור להיות. וכאשר הם מתיישבים יום אחד לשיחה בזמן שמירה משותפת באישון לילה הם עוברים חוויה מטלטלת. ב' מגלה לתדהמתו הרבה שא' התל-אביבי הוא למעשה בחור חכם, עם הרבה ערכים ואידיאלים שכלל לא מתעניין בכסף ורק לעיתים נדירות רואה ריאליטי. א' מצידו מגלה שלמתנחל אין זנב וקרניים ושהוא עדין, עמוק ומורכב. כאשר השניים ירגישו, בסיומה של השמירה, כי הם הפכו לחברים המוח של שניהם יבצע פליק-לאקים וצוקהרות בניסיון להסביר איך זה אפשרי.

המקרה של א' וב' הוא דוגמא למה שידוע בפסיכולוגיה חברתית כדיסוננס קוגניטיבי: אחד ממניעיו העיקריים של האדם הוא שמירה על הרמוניה, יציבות ולכידות בעמדות וההתנהגות שלו. במצב בו נמצא האדם בסתירה בין העמדות שלו והאופן שבו הוא תופס את העולם לעומת ההתנהגות שלו בפועל נוצרת חוויה דיס-הרמונית של אי-התאמה הנקראת דיסוננס קוגניטיבי. אם ניקח את המקרה (ההיפותטי כמובן) של א"א, פוליטיקאי שהחל את דרכו כלוחם צעיר נגד שחיתות שלטונית ומצא את עצמו בערוב הימים מורשע בעצמו בלקיחת שוחד. בשלב מסוים בחייו של הפוליטיקאי שסרח היה רגע בו הוא עדיין האמין בחשיבות של שלטון נקי אך כבר התפתה למעול באמון שנתן בו הציבור. נפשו של א"א אינה יכולה להכיל את הסתירה לאורך זמן, ועל כן היא תעבוד שעות נוספות על מנת למצוא דרך לגשר על הדיסוננס, למשל על ידי תירוצים כמו "זה מגיע

לי על העבודה הקשה שלי" או הבטחות עצמיות של "אני אחזיר את כל מה שלקחתי". בלילות הוא ישן (לרוב) טוב.

### לגדול מהדיסוננס

עם זאת, דיסוננס קוגניטיבי יכול להיות גם הזדמנות. בניגוד לא"א שלנו, צמד החיילים א' ו-ב' יצאו נשכרים מהמפגש אחד עם השני. הם יצאו נשכרים מכיוון שהצורך להתמודד עם המפגש שסתר את תמונת העולם שלהם הכריח אותם לשנות ולפתח אותה, ובכך להפוך את האופן שבו הם תופסים את המציאות לרחב ומורכב יותר. הם כמובן גם הרוויחו חבר. מצד שני, כאשר השניים יצאו לשבת ויחזרו אל העיתונים ושיחת שולחן השבת של כל אחת מהמשפחות, הם עשויים לחוות שוב דיסוננס קוגניטיבי שכן האופן שבו נתפסת בית-אל מתל-אביב ותל-אביב מבית-אל יהיה שונה ממה שהם למדו להכיר אחד בשני.

(אתר טקסטולוגיה)