



לא רציונאלי ולא במקרה

מיני-לימוד לשבועות

שירי כהן

תיאוריית הדיסוננס הקוגניטיבי של פסטינגר

פעמים רבות קורה שהמחשבות, הרגשות וההתנהגות שלנו נמצאים בהלימה אחד עם השני. אני רוצה לעלות במשקל – אני אוכל הרבה לחם. אבל לפעמים ההרמוניה הזאת מופרת, ואנחנו עושים דברים שמנוגדים לעמדות שלנו, לא תמיד בכוונה. למשל, אנו חותמים על דירה למרות שאנחנו יודעים שהיא לא תהיה טובה לנו, קונים מוצר ביותר-מדי כסף, או אוכלים לחם למרות שהחלטנו דווקא שחלאס עם הסוכר. דיסוננס קוגניטיבי הוא מצב שבו יש פער בין מחשבה אחת שלנו, למחשבה אחרת. בין מחשבה לפעולה/בין מחשבה לרגש וכו'.

לפי התיאוריה של פסטינגר, דיסוננס קוגניטיבי גורם לנו לאי-נוחות מנטלית רבה, כך שאחת המוטיבציות החזקות שלנו כבני אדם היא לצמצם את הפערים האלה מהר ככל האפשר. כל-כך מהר, עד שלפעמים אנו בוחרים באמצעים מטופשים לחלוטין. בד"כ התנהגות היא דבר שקשה לשנות, לכן כשיש פער בין מחשבה/רגש לבין התנהגות, אנשים נוטים לשנות את העמדה שלהם כך שתסתדר עם ההתנהגות שכבר בוצעה. כך למשל, אנשים שמצביעים בד"כ עבור מפלגה א' ועבדו בתשלום נמוך עבור מפלגה ב', שינו את עמדותיהם כך שיתאימו יותר למפלגה ב', על מנת לצמצם את הפער.

תיאוריית התפיסה העצמית של בם

האדם מתבונן בהתנהגות של עצמו כצופה מהצד, ומסיק מתוך התנהגותו מהם הדעות, המחשבות והרגשות שלו. במילים אחרות – אחרי המעשים

נמשכים הלבבות. לא בגלל תחושה של דיסהרמוניה, אלא בשל שאיפה מתמדת לעקביות.

והִיא כִּי-תְבוֹא אֶל-הָאָרֶץ, אֲשֶׁר ה' אֱלֹהֶיךָ נָתַן לָךְ נַחֲלָה, וִירְשָׁתָהּ וַיִּשְׁבְּתָהּ בָּהּ. וְלִקְחָתָהּ מֵרֵאשִׁית כָּל-פְּרִי הָאֲדָמָה, אֲשֶׁר תִּבְרֵא מֵאֲרָצְךָ אֲשֶׁר ה' אֱלֹהֶיךָ נָתַן לָךְ, וְשָׂמַתָּ בְטֶנְאָ וְהִלַּכְתָּ אֶל-הַמָּקוֹם אֲשֶׁר יִבְחַר ה' אֱלֹהֶיךָ לְשִׁכֹּן שְׁמוֹ שָׁם. וּבָאתָ אֶל-הַכֹּהֵן אֲשֶׁר יִהְיֶה בְיָמֶיךָ הַהֵם, וְאָמַרְתָּ אֵלָיו: "הַגְּדַתִּי הַיּוֹם לַה' אֱלֹהֶיךָ כִּי-בָאתִי אֶל-הָאָרֶץ אֲשֶׁר נִשְׁבַּע ה' לְאֲבֹתֵינוּ לָתֵת לָנוּ."

וְלִקַּח הַכֹּהֵן הַטֶּנְאָ מִיָּדְךָ, וְהִנִּיחוֹ לְפָנָי מִזֶּבֶחַ ה' אֱלֹהֶיךָ. וְעָנִיתָ וְאָמַרְתָּ לְפָנָי ה' אֱלֹהֶיךָ: "אֲרָמִי אֲבֹד אָבִי, וַיֵּרֶד מִצְרָיִמָּה [...] וַיִּרְעוּ אֲתָנּוּ הַמִּצְרִים [...] וְנִצַּעַק אֶל-ה' אֱלֹהֵי אֲבֹתֵינוּ [...] וַיּוֹצֵאנוּ ה' מִמִּצְרַיִם [...] וַיְבָאנוּ אֶל-הַמָּקוֹם הַזֶּה, וַיִּתֵּן-לָנוּ אֶת-הָאָרֶץ הַזֹּאת אֲרָץ זָבַת חֶלֶב וְדָבָשׁ. וְעַתָּה, הִנֵּה הִבֵּאתִי אֶת-רֵאשִׁית פְּרִי הָאֲדָמָה אֲשֶׁר-נָתַתָּה לִי ה'." וְהִנַּחְתּוּ לְפָנָי ה' אֱלֹהֶיךָ, וְהִשְׁתַּחֲוִיתָ לְפָנָי ה' אֱלֹהֶיךָ.



שאלות למחשבה

זרעתם, יגעתם, הזעתם. הפרי הראשון יוצא מהאדמה - ואתם נותנים אותו לאלוהים. כאילו זה לא מספיק, אתם צריכים גם לשמוח.

- 1. האם מדובר בציווי בלתי אפשרי (איך אפשר לצוות על מישהו לשמוח?), או שמא מדובר בצעד גאוני מצדה של התורה?
- 2. האם ישנן מצוות שאינן טבולות באותו מניע?