

# نوعی نگاه

## چرا در دهه‌های اخیر شاهد چرخشی چشمگیر در مفهوم‌سازی از بی‌توجهی هستیم؟

# وسواسِ حواس

« اگر معلمید و از حواس پرتی بچه‌ها به ستوه آمده‌اید، باید بدانید که

از ۳۰۰ سال پیش قصه همین است

فرانک فوردی

ترجمه: علی بزرگر

پدر و مادری، معلم‌ها، برنامه‌ریزان آموزشی، کارفرماها، مدیران رسانه و حتی سیاستمدارها دنبال جوابی برای این پرسشند که «چطور می‌شود توجه جوانان را جلب کرد؟» حالا با گسترش روزافزون جریان مهیب اطلاعات، این حواس پرتی و بی‌توجهی میان کودکان و جوانان، گویا به مرزهای جنون‌آمیزی رسیده است اما نگاهی تاریخی به مسئله «توجه» سوپه‌های نامرئی‌تری از این ماجرا را آشکار می‌کند. در واقع، شاید گلابهٔ مداوم از حواس پرتی، برآمده از شورش جوانان علیه مراجع اخلاقی زمانه باشد.

ظهور اینترنت و دسترسی گسترده به فناوری دیجیتال باعث شده است وسط منابع بی‌پایانی از حواس پرتی اطلاعات شویم؛ متن‌ها، ایمیل‌ها و پست‌های اینستاگرامی دوستانمان، ویدئوها و موسیقی‌ها، اخبار دائماً در حال تغییر بازار سهام، اخبار و اخبار بیشتر، می‌شود برای آنکه به کارمان برسیم، تلاش کنیم که جریان دیجیتال را خاموش کنیم، اما انجام این کار دشوار است، آن‌هم وقتی به اضطراب فومو (۱) مبتلا هستیم؛ ترس مدرن از دست دادن. برخی افراد فکر می‌کنند که ارادهٔ ما به این دلیل اینقدر ضعیف است که مغزمان بر اثر هیاهوی دیجیتال آسیب دیده است. اما سرزنش فناوری به‌خاطر افزایش بی‌توجهی، نایجا است. تاریخ نشان می‌دهد که اضطراب به علت ناواری‌های جدید تشدید نمی‌شود، بلکه بر اثر تهدیدی تشدید می‌شود که این ناواری، هرچه می‌خواهد باشد، بر مرجعیت‌های اخلاقی زمانه تحمیل می‌کند.

بی‌توجهی به‌مثابهٔ تهدیدی اجتماعی، نخستین بار در اروپای قرن هجدهم ظهور کرد، در طول دورهٔ روشنگری، درست هنگامی که منطق و علم، دین و اسطوره را نقد می‌کردند، واژه‌نامهٔ انگلیسی آکسفورد یک مدخل را در سال ۱۷۱۰ از نشریهٔ «اتلر» به‌عنوان نخستین ارجاع به این واژه ذکر می‌کند که بی‌توجهی را با تبلی پیوند می‌دهد؛ هر دو به‌عنوان مفاسد اخلاقی با اهمیت اجتماعی جدی نشان داده می‌شوند.

فیلسوفان و علمای اخلاقی که در صف مقدم فرهنگ‌سازی بودند، «عادت بی‌توجهی» را نه صرفاً یک ضعف اخلاقی مجزا، بلکه منشأ دیگر مفاسد توصیف می‌کردند. جیمز بنتی، فیلسوف اخلاق اسکاتلندی، که با بیان اضطراب‌های اخلاقی زمانهٔ خود شهرت یافته بود، در رساله‌ای در باب حقیقت (۲) (۱۷۷۰)، بی‌توجهی را منشأ «عادت تنبک‌انته‌ای» در نظر می‌گیرد که «قوة اخلاق را تنزل می‌دهند». او اظهار می‌کند که «ما دچار بسیاری از عادات بد شدیم که اگر خوب توجه کرده بودیم، می‌توانستیم از آن‌ها پرهیز کنیم». بنتی بی‌توجهی را با «نامهربانی و ناخوشندی» پیوند می‌دهد و هشدار می‌دهد که اگر به این عادت بد فرصت بال و پر بپردازیم، بهیچ‌نظم اجتماعی فرو خواهد پاشید.

در انگلستان، مفسران ادبی قرن هجدهم، نظیر ریچارد استیل، یکی از بنیانگذاران روزنامهٔ گاردین، و ساموئل جانسون اخلاقی‌گرا و مقاله‌نویس، بی‌توجهی را نشانه‌ای از «شیوهٔ تفکر بی‌در و پیکر» در نظر می‌گرفتند. آن‌ها روش‌هایی را برای مقابله با «شتاب‌زدگی ذهن» توصیه می‌کردند؛ شتاب‌زدگی‌ای که «برخی روح‌های پرمشغله گرفتاری هستند».

یکی از پرارج‌ترین توصیه‌نامه‌ها دربارهٔ مسئلهٔ بی‌توجهی در قرن هجدهم چنین نام داشت:



عناصر تربیت مؤدبانه: گلچینی دقیق از میان نامه‌های جناب فیلیپ درومر استستوهپ فقید، اِرل چستر فیلد، به پسرش (۳) (۱۷۷۴). چستر فیلد در مارس ۱۷۴۶ چنین می‌نویسد: «از دیدگاه من، هیچ چیزی بیشتر از بی‌توجهی و حواس پرتی، توهمین به جمع به شمار نمی‌رود». او در نامه‌ای به تاریخ ژانویهٔ ۱۷۵۲، بی‌توجهی را با «تبلی ذهن» برابر می‌داند و ادعا می‌کند که هر دوی آن‌ها «دشمنان

نخستین کتاب دربارهٔ بیماری بی‌توجهی به زبان انگلیسی، «کاووسی در باب ماهیت و خاستگاه آشفتگی ذهنی» (۸) (۱۷۹۸) به قلم الکساندر کریچتون بود. از دیدگاه کریچتون، اختلال بی‌توجهی «متعلق به حوزه پزشکی بود» اما تحت تأثیر عوامل فرهنگی و اجتماعی قرار داشت. او مدعی بود که توجه می‌تواند به‌طور نامطلوبی تحت تأثیر آموزش ضعیف، فقدان انگیزه و عوامل خانوادگی قرار بگیرد. هم بی‌توجهی از روی عادت و هم استفادهٔ بیش از حد از توجه می‌تواند توانایی تمرکز را تا آنجا تضعیف کند که به نوعی بیماری ذهنی تبدیل شود. کریچتون اظهار می‌کرد آن‌هایی که از نقص توجه رنج می‌برند با «درجه‌ای غیرطبیعی از نارامی ذهنی» برانگیخته می‌شوند. او می‌نویسد آن‌هایی که از این عارضهٔ ناتوان‌کننده رنج می‌برند، «دارای نام خاصی برای وضعیت احساسات خود هستند»: آن‌ها «می‌گویند دچار بی‌قراری شده‌اند».

در طول قرن نوزدهم، حالت بی‌توجهی کاملاً به امری اخلاقی تبدیل شد. بی‌توجهی چون تهدیدی برای پیشرفت صنعتی، توسعهٔ علمی و رفاه نگرینده می‌شد. اقتصاددان سیاسی اسکاتلندی ویلیام پلینفر، اتفاق نظر غالب بر سر این موضوع را در جملهٔ زیر خلاصه می‌کند: «تنزل منش اخلاقی و از دست رفتن توجه به اصول بنیادینی که رفاه و امنیت جامعه به آن‌ها وابسته است، که هر دوی این مشکلات‌ها همراه با ثروت پدید می‌آیند؛

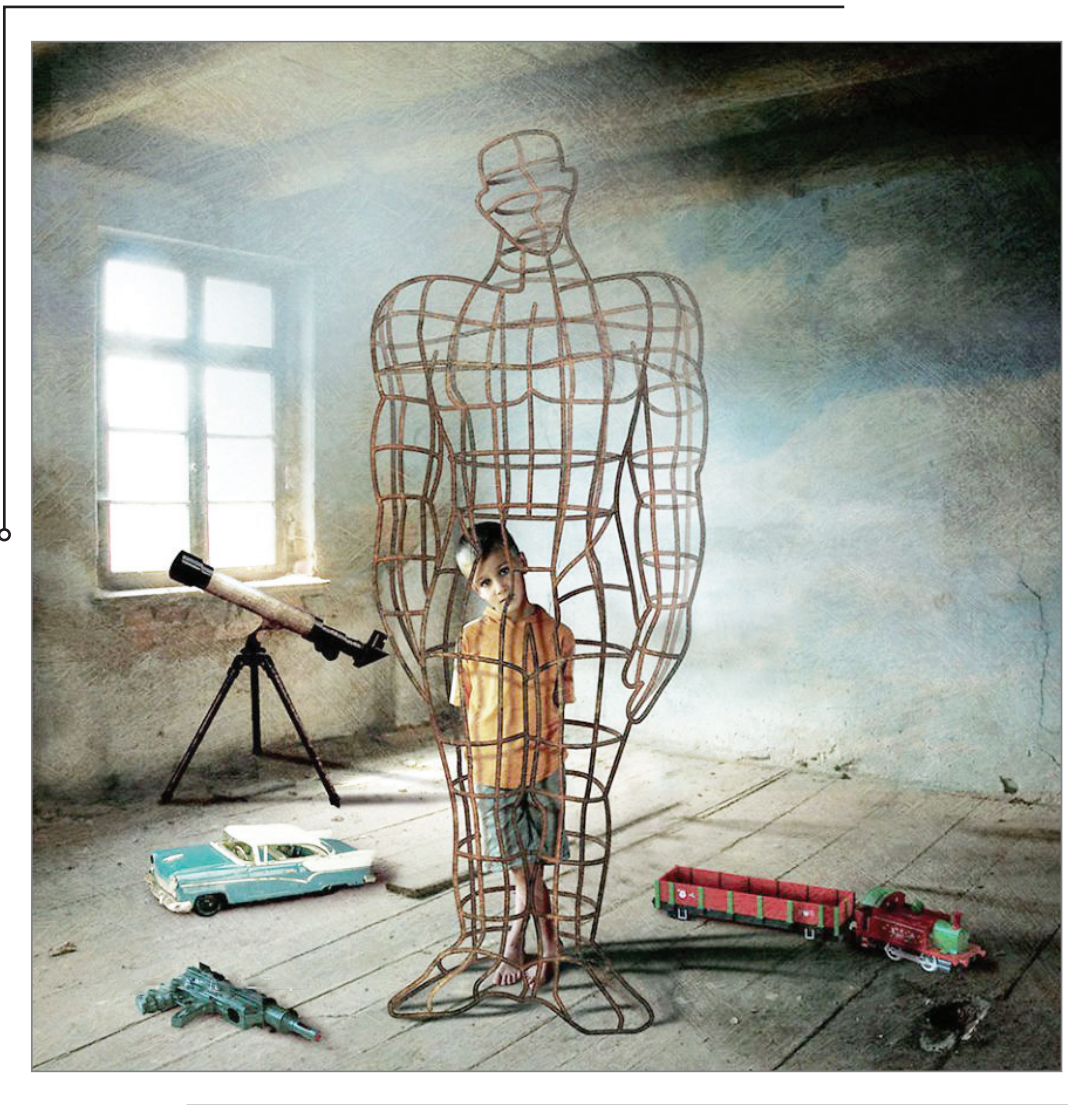
- در واقع، فرهنگ دورهٔ روشنگری، توجه را به‌عنوان مهم‌ترین قوهٔ ذهنی برای به‌کارگیری عقل ارج می‌نهاد.
- مایکل هاگنر مورخ در مقالهٔ «کوشش برای ارائهٔ تاریخچهٔ توجه در فرهنگ و علم» استدلال می‌کند که در پایان قرن هجدهم، «توجه به چیزهای بیش از استعاره‌های مناسب برای اهداف روشنگرانه تبدیل شد».

«اینترنت توجه ما را جلب می‌کند فقط برای آنکه آن را پراکنده سازد». از دیدگاه دنیل لویتین، عصب‌شناس آمریکایی، حواس پرتی‌های جهان مدرن واقعاً می‌تواند به مغز ما آسیب بزند.

با وجود این، نگرانی‌های اخلاقی‌ای که همواره زیربنای دغدغهٔ خاطر جامعه دربارهٔ بی‌توجهی بوده، هنوز هم در پس‌زمینه نهفته است. همان‌طور که منتقد ادبی آمریکایی سون بیرکرتس اخیراً اذعان کرده است: «آنچه می‌دانم این است که واژه‌های توجه و اخلاقی با فوریتی شدید همراه هم به ذهن من خطور می‌کنند».

این چیزها برای هر مورخی معنادار است. بی‌توجهی، در طول تاریخ خود، نوعی امعان نظر دربارهٔ نگرانی‌های مربوط به مرجعیت اخلاقی به شمار می‌رفته است. امعان نظری که تغییرشکل داده و موج‌جمله می‌کرده است. کشف آن در قرن هجدهم شگفت‌انگیز نیست. روحیهٔ فکری عصر خرد، حقایق مقدس سنت را رد می‌کرد و اصرار داشت که استدلال‌ها باید مبتنی بر شواهد و منطق باشند.

همان‌طور که معلمان در طول تاریخ می‌دانند، جلب توجه جوانان همواره یک‌جور چالش است اما هنگامی که مرجعیت اخلاقی حاکم بر جوانان دستمایهٔ کشمکش شود، این مسئله که چه کسی توجه آن‌ها را جلب خواهد کرد، به مسئله‌ای اضطراری تبدیل خواهد شد. این یکی از دلایلی است که فیلسوفان اخلاقی به مسئلهٔ بی‌توجهی روی آوردند. این



**بی‌نوشته‌ها:**

- این مطلب را فرانک فوردی نوشته و در تاریخ ۱ آوریل ۲۰۱۶ با عنوان «The ages of distraction» در وبسایت این منتشر شده است و وبسایت ترجمان آن را با عنوان «تاریخ «توجه» و «بی‌توجهی»» و ترجمهٔ علی بزرگر منتشر کرده است.
- فرانک فوردی (Frank Furedi) جامعه‌شناس و مفسر اجتماعی است. او استاد اسبق جامعه‌شناسی در دانشگاه کنت است و تألیف ۱۷ کتاب را در کارنامهٔ خود دارد. آخرین کتاب او چه بر سر دانشگاه آمده است؟ (What's Happened to the University?) نام دارد.
- [۱] FOMO (fear of missing out): اضطراب از دست دادن اخبار و مطالب در شبکه‌های اجتماعی [مترجم]. An Essay on Truth [۱] The Elements of a Polite Education: Carefully Selected from the Letters of the Late Honourable Philip Dormer Stanhope Earl of Chesterfield, to his Son [۲] Toward a History of Attention in Culture and Science [۳] De l'esprit or Essays on the Mind, and its Several Faculties [۴] Essays on the Active Powers of the Human Mind [۵] Practical Education [۶] An Inquiry into the Nature and Origin of Mental Derangement [۷] Degeneration of Attention [۸] attention deficit disorder [۹] Some Abnormal Psychological Conditions in Children [۱۰] dren Distracted: The Erosion of Attention and the Coming Dark Age [۱۱] The Shallows: How the Internet is Changing the Way We Read, Think and Remember [۱۲] The Psychology of Effort [۱۳] Reclaiming Conversation: The Power of Talk in the Digital Age [۱۴] Outlines of Moral Philosophy: For the Use of Students in the University of Edinburgh [۱۵]

قدرتمندترین عوامل در سقوط ملل.» پلینفر حتی مدعی بود که در فرانسه، «بی‌توجهی اشراف به وظیفهٔ خود یکی از علل انقلاب بود».

در پایان قرن نوزدهم، بی‌توجهی یکی از نشانه‌های انحطاط نژادی به شمار می‌رفت. منتقد اجتماعی، ماکس زورلو، در اثر کلاسیک خود در پایان قرن نوزدهم با عنوان انحطاط (۹) (۱۸۹۵)، هشدار می‌دهد که «فعالیت مغزی افراد دیوانه و منطقی، بدون نظارت و بدون کنترل توجه، بوالهوسانه و بدون قصد یا هدف است».

در واقع، تا دههٔ ۱۹۷۰، هنگامی که تشخیص پزشکی منطقی اختلال نقص توجه (۱۰) یا ای‌دی‌وی وارد گفتمان غالب شد و از آن برای فهم یک زیرگروه با یک ناتوانی واقعی استفاده شد، معمولاً عارضهٔ اجتماعی شایع بی‌توجهی اساساً به‌عنوان عارضهٔ کنترل اخلاقی ناقص بازنمایی می‌شد. درس‌گفتارهای پیشگامانهٔ جورج استیل در باب «برخی عارضه‌های روانی غیرعادی در کودکان» (۱۱) (۱۹۰۲) بر صفاتی منفی نظیر «کینه‌توزی بی‌رحمی، حسادت، قانون‌شکنی، فریبکاری، ویرانگری شیطنت بی‌دلیل، بی‌شرمی، بی‌حیایی، بی‌اخلاقی جنسی و شرارت» متمرکز بود. تأثیر این عقیده هرگز از بین نرفته است. در واقع، این عقیده زیربنای کتاب مگی جکسون با عنوان حواس پرتی: زوال توجه و ظهور عصر تاریخ (۱۲) (۲۰۰۸) است همراه با ادعاهای آن مبنی بر اینکه توجه «حیوان درون ما را رام می‌کند» و «عنصری ضروری برای داشتن وجدان» است.

در دهه‌های اخیر شاهد چرخشی چشمگیر در مفهوم‌سازی از بی‌توجهی هستیم. برخلاف قرن هجدهم که بی‌توجهی به‌مثابهٔ امری غیرعادی در نظر گرفته می‌شد، امروز بی‌توجهی اغلب به‌عنوان حالت عادی نشان داده می‌شود. عصر کنونی اغلب همچون عصر حواس پرتی توصیف می‌شود، و بی‌توجهی دیگر مثل عارضه‌ای ترسیم نمی‌شود که افراد اندکی دچار آن هستند. امروزه زوال توانایی آدمی برای توجه را همچون مسئله‌ای وجودی ترسیم می‌کنند که با آثار بنابر ادعا مخرب جریان دیجیتال اطلاعات پیوند دارد؛ جریان اطلاعاتی که بی‌وقفه بر سر راه ما هجوم می‌آورد. نیکولاس کار در کتاب کم‌عمق‌ها: اینترنت چگونه در حال تغییر شیوه‌ای است که می‌خوانیم، می‌اندیشیم و به یاد می‌آوریم (۱۳) (۲۰۱۰)، ادعا می‌کند:

نکته‌ای بود که جان دیویی در روان‌شناسی کوشش (۱۴) (۱۸۹۷) به آن اذعان کرده و گفت ما وقتی از توجه آگاه می‌شویم که جامعه با ادعاهای رقیب برای آن روبه‌رو است. بنابراین اگرچه بی‌توجهی به‌عنوان قطب مخالف توجه بازنمایی می‌شود، سوسوندتر آن است که موضوع حواس پرتی را نوعی نگرانی دربارهٔ عدم توجه مردم به آن چیزی بدانیم که به‌عنوان کانون مشروع توجه بازنمایی می‌شود. این نگرانی همچنین بیانگر ترس است مبنی بر این که فرد بی‌توجه ممکن است به سنت‌های فرهنگی و متون نادرست، بیش از حد، توجه کند. این نکته را شری ترکل که در ام‌آی‌تی رابطهٔ انسان با جهان آنلاین را مطالعه می‌نماید، تأیید می‌کند. ترکل در کتاب بازپس‌گیری گفتگو: قدرت مکالمه (۱۵) (۲۰۱۵) می‌نویسد: «چیزهای زیادی با «توجه در معرض خطر قرار می‌گیرند» زیرا «اینکه توجه را کجا صرف می‌کنیم، شیوه‌ای است که نشان می‌دهد به چه چیزی ارزش می‌نهم».

تصور عصر حواس پرتی مرتبط است با تردید ما در پاسخ به این پرسش که «توجه به که و به چه؟». اضطراب‌های تغییرشکل‌یافته دربارهٔ مرجعیت اخلاقی که در شکل وسواس نسبت به حواس پرتی محصول تکنولوژی در کودکان و جوانان بروز می‌یابد، ابعادی نامعقول پیدا کرده است. با این حال، همان‌طور که بیشتر ناظران آگاه می‌دانند، کودکانی که به معلمان خود بی‌توجه هستند، اغلب نسبت به پیام‌های متنی‌ای که دریافت می‌کنند، به‌شکلی وسواس‌گونه توجه دارند. شکوهٔ دائم دربارهٔ جوانان بی‌توجه در جهان انگلیسی-آمریکایی را می‌توان به‌منزلهٔ نشانه‌ای برای مسائل مرتبط با اعمال اقتدار بزرگسالان تفسیر کرد. اغلب ناکامی در الهام‌بخشی و جلب تخیل جوانان، به حالت بی‌توجه ذهنی آن‌ها نسبت داده می‌شود. اغلب اوقات مربی‌های آموزش و پرورش، در واکنش به این وضعیت، رویکردی تقدیرگرایانه در پیش می‌گیرند که با عادات خواندن بدون توجه که در نسل دیجیتال مفروض گرفته می‌شود، همراه است. این الگو در آموزش عالی آشکار است. طبق این الگو، بنا به فرض که دیگران دانشجویان نمی‌شود توقع داشت که متون طولانی و دشوار را بخوانند یا به سخنرانی‌های جدی در کلاس توجه کنند، به تطابق مواد درسی با ذهنیت بی‌توجه نسل دیجیتال

■ تصور عصر حواس پرتی مرتبط است با تردید ما در پاسخ به این پرسش که «توجه به که و به چه؟». اضطراب‌های تغییرشکل‌یافته دربارهٔ مرجعیت اخلاقی که در شکل وسواس نسبت به حواس پرتی محصول تکنولوژی در کودکان و جوانان بروز می‌یابد

اعتمادناپذیر ترسیم می‌شدند. وایکارد اعتقاد داشت که روش‌های ضعیف فرزندپروری منشأ بیماری بی‌توجهی است و این عارضه در بین جوانان نسبت به افراد مسن تر شیوع بیشتری دارد. برای درمان ذهن بی‌توجه، او گونه‌ای قرن هجدهمی از پرورش شخصیت را پیشنهاد کرد. استفاده از شیر ترش، بودر فولاد و سواری بر پشت اسب را نیز تجویز کرد.