

## سبک‌های تصمیم‌گیری و ذهن آگاهی و ذهن خوانی: مطالعه ارتباط این سازه‌ها در یک

## گروه غیر بالینی

مجید صفاری‌نیا<sup>1</sup>، \* رقیه محمدی<sup>2</sup>، سمیرا حسن زاده پشنگ<sup>3</sup>

1. دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه پیام‌نور

2. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه پیام‌نور

3. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه پیام‌نور

(تاریخ وصول: 94/11/30 - تاریخ پذیرش: 95/06/20)

**Decision Making Styles and Mindfulness and Mind Reading: The Study of these Structures Relationship in a Non-clinical Group**<sup>1</sup> Majid Saffarinia, \* Rogayeh Mohammadi<sup>2</sup>, Samira Hasanzade Pashang<sup>3</sup>

1. Associate Professor of Psychology Group in PNU University

2. PhD. Student in Psychology, Payam Noor University

3. PhD. Student in Psychology, Payam Noor University

(Received: Sep. 10, 2016 - Accepted: Aug. 24, 2016)

**Abstract**

**Aim:** The aim of the present study was to examine the relationship between mindfulness and mind reading ability and decision-making styles of rational, avoidant, dependent, and intuitive university students. **Method:** For this purpose, 182 students (71 males and 111 females) were selected from Bonab universities via multi-stage random sampling and completed the questionnaires of Scott and Bruce's Decision-Making Styles Inventory (1995), Kentucky's Inventory of Mindfulness Skills (KIMS), and Reading the Mind in the Eyes Test (RMET). **Results:** According to the findings, there was positive relationship between mindfulness and mind reading ability and rational and intuitive decision-making styles. Besides, there was a significant negative relationship with dependent decision-making style. There was also significant negative relationship between mind reading ability and avoidant decision-making style. In addition, rational and dependent decision-making styles were predictable by both mindfulness and mind reading variables. But, avoidant and intuitive styles were only predicted by mind reading ability. **Conclusion:** According to the findings, it seems that people's decision making can be improved by mindfulness skill training and strengthening the ability of mind reading.

**Keywords:** Decision Making Styles, Mindfulness, Mind Reading, University Students.

**چکیده**

**مقدمه:** هدف مطالعه حاضر، بررسی ارتباط توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی با هر یک از سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی، اجتنابی، وابسته و شهودی در دانشجویان بود. روش: بدین منظور 182 دانشجو (71 مرد و 111 زن) به روش تصادفی چندمرحله‌ای از دانشگاه‌های شهرستان بناب انتخاب شدند و پرسشنامه‌های سبک‌های تصمیم‌گیری اسکات و بروس (1995)، پرسشنامه مهارت ذهن آگاهی کنتاکی (KIMS) و آزمون ذهن‌خوانی از طریق تصویر چشم (RMET) را تکمیل کردند. یافته‌ها: طبق یافته‌ها، توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی با سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی و شهودی رابطه مثبت و با سبک وابسته رابطه منفی معناداری داشتند. توانایی ذهن‌خوانی با سبک اجتنابی نیز رابطه منفی معناداری داشت. همچنین، سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی و وابسته، توسط هردو متغیر ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی، قابل پیش‌بینی بودند؛ اما سبک اجتنابی و شهودی را فقط توانایی ذهن‌خوانی پیش‌بینی می‌کرد. نتیجه‌گیری: بنابراین به نظر می‌رسد با آموزش مهارت ذهن آگاهی و تقویت توانایی ذهن‌خوانی، می‌توان تصمیم‌گیری در افراد را بهبود بخشید.

**کلیدواژه‌ها:** سبک‌های تصمیم‌گیری، ذهن آگاهی، ذهن‌خوانی، دانشجویان.

## مقدمه

تصمیم‌گیری به‌طور برجسته در تمام شاخه‌های علوم اجتماعی و رفتاری که به دنبال شناسایی قوانین اساسی رفتار انسانی و پدیده‌های اجتماعی هستند، بررسی می‌شود (لی<sup>1</sup>، 2006). تصمیم‌گیری فرآیندی پیچیده و کل‌گرایانه است که بخش‌های زیادی از نئوکورتکس را درگیر می‌کند و با سرعت زیادی رخ می‌دهد (مک میلان، کلارل، گاناواردنا، رانت و گروسمن<sup>2</sup>، 2012). زندگی روزمره پر است از انتخاب فعالیت‌های سودآور ولی از نظر ذهنی طاقت‌فرسا و سخت (کار شناختی<sup>3</sup>) و یا فعالیت‌هایی نه‌چندان سخت و سودمند (تفریح شناختی<sup>4</sup>). گرچه چنین تصمیماتی اغلب ضمنی<sup>5</sup> هستند اما در تعیین عملکرد تحصیلی، مسیرهای شغلی و حتی پیامدهای سلامت کمک‌کننده هستند (کول و بوتوینیک<sup>6</sup>، 2012). رسولاج، کینی، وولپرت و شادلن<sup>7</sup> (2009)، تصمیم را تعهد و التزامی برای پیشنهاد عمل مبتنی بر مدارک و شواهد و منافع و هزینه‌های مورد انتظار همراه با پیامد می‌دانند. دلازر<sup>8</sup> و همکاران (2011)، تصمیم‌گیری را فرآیند حل مسئله‌ای مطرح کرده‌اند که با به دست آمدن یک راه‌حل ارضاکنده به پایان می‌رسد.

و بر و جانسون<sup>12</sup> (2009) مطرح می‌کنند که طیف گسترده‌ای از فرآیندهای روان‌شناختی در توصیف پدیده‌های انتخاب و تصمیم‌گیری نقش دارند. مطابق با نظر اپلت، میلچ، هاندگرف و وبر<sup>13</sup> (2010) تصمیم اتخاذ شده توسط فرد به‌طور وسیعی تحت تأثیر سه سری از عوامل، شامل ویژگی‌های تصمیم، عوامل موقعیتی و تفاوت‌های فردی است. تفاوت‌های فردی واژه‌ای کلی است که هر نوع متغیری که بین

تصمیم‌گیری به‌طور برجسته در تمام شاخه‌های علوم اجتماعی و رفتاری که به دنبال شناسایی قوانین اساسی رفتار انسانی و پدیده‌های اجتماعی هستند، بررسی می‌شود (لی<sup>1</sup>، 2006). تصمیم‌گیری فرآیندی پیچیده و کل‌گرایانه است که بخش‌های زیادی از نئوکورتکس را درگیر می‌کند و با سرعت زیادی رخ می‌دهد (مک میلان، کلارل، گاناواردنا، رانت و گروسمن<sup>2</sup>، 2012). زندگی روزمره پر است از انتخاب فعالیت‌های سودآور ولی از نظر ذهنی طاقت‌فرسا و سخت (کار شناختی<sup>3</sup>) و یا فعالیت‌هایی نه‌چندان سخت و سودمند (تفریح شناختی<sup>4</sup>). گرچه چنین تصمیماتی اغلب ضمنی<sup>5</sup> هستند اما در تعیین عملکرد تحصیلی، مسیرهای شغلی و حتی پیامدهای سلامت کمک‌کننده هستند (کول و بوتوینیک<sup>6</sup>، 2012). رسولاج، کینی، وولپرت و شادلن<sup>7</sup> (2009)، تصمیم را تعهد و التزامی برای پیشنهاد عمل مبتنی بر مدارک و شواهد و منافع و هزینه‌های مورد انتظار همراه با پیامد می‌دانند. دلازر<sup>8</sup> و همکاران (2011)، تصمیم‌گیری را فرآیند حل مسئله‌ای مطرح کرده‌اند که با به دست آمدن یک راه‌حل ارضاکنده به پایان می‌رسد.

1. Lee
2. McMillan, Carl, Gunawardena, Ryant & Grossman
3. Cognitive labor
4. Cognitive leisure
5. Implicit
6. Kool & Botvinick
7. Resulaj, Kiani, Wolpert & Shadlen
8. Delazer

9. Adiandari

10. Doktor & Hamilton

11. Tambe & Krishnan

12. Weber & Johnson

13. Appelt, Milch, Handgraaf & Weber

افراد، از سبک تصمیم‌گیری تا توانایی شناختی تا شخصیت، تفاوت قائل شود را پوشش می‌دهد. با توجه به اساس نظری ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی، به نظر می‌رسد که ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی از جمله متغیرهایی هستند که می‌توانند بر رفتار تصمیم‌گیری فرد تأثیر بگذارند؛ بنابراین، این سؤال پیش می‌آید که هنگام تصمیم‌گیری تا چه حد از ذهن خود و ذهن دیگران آگاهیم؟ و این آگاهی سبک تصمیم‌گیری را تا چه حد تحت تأثیر قرار می‌دهد؟

در این خصوص، نیوول و شانکرز<sup>1</sup> (2014) چارچوب جدیدی برای ارزیابی ادعاها و بازنگری‌ها از بدنه اصلی تحقیقات ارائه داده‌اند. نتیجه جالب این بازنگری و مرور این بود که یافته‌های بسیاری از تحقیقات مهم و کلیدی به‌طور مستقیم نشان می‌دهد که رفتار تحت کنترل آگاهی بوده یا بدون ارجاع به تأثیرات ناخودآگاه توضیح داده می‌شود. از طرفی، رودی و اشویتزر<sup>2</sup> (2010) اظهار می‌کنند اکثر تصمیمات غیراخلاقی ریشه در عدم آگاهی دارند. آنان در مطالعه‌ای به بررسی این نکته پرداختند که چگونه ذهن آگاهی و آگاهی فرد از تجربه حاضر، بر تصمیم‌گیری اخلاقی (تقلب نکردن)، تأثیر می‌گذارد. در همین خصوص، دنیز، آری، آکدنیز و اوزتک<sup>3</sup> (2015) بیان

احساسات خود نیز آگاه هستند. چراکه ذهن آگاهی بیان‌کننده صفت هوشیاری است که شامل تمرکز عمدی روی تجربه حال حاضر با نگرشی بدون قضاوت است (کنون، بوستانوف، کوچوبی و هوتزینگر<sup>4</sup>، 2012). دنیز و همکاران (2015) ذهن آگاهی را شامل آگاهی<sup>5</sup> و توجه<sup>6</sup> و آگاهی را نوعی رادار می‌دانند که پشت ذهن آگاهی جاسازی شده و مدام دنیای درون و برون را می‌پاید و افرادی که از افکار، اهداف و احساسات خود آگاه‌اند تمایل به انتخاب مناسب‌ترین گزینه از بین برخی گزینه‌ها، دارند.

در مورد تصمیم‌گیری و ذهن آگاهی باید گفت که علوم تصمیم<sup>7</sup> و نظریه ذهن آگاهی هر دو بر توجه به فرآیندهای فکری<sup>8</sup> و توصیف ریشه‌های آن تمرکز دارند (راگلان و اشولکین<sup>9</sup>، 2014). از نظر تاریخی، این دو مدل مشاهده فکر از هم جدا شده‌اند. علوم تصمیم بر درک بهتر الگوها و تأثیرات تصمیم‌گیری انسان، به‌ویژه در نمونه‌هایی از تصمیم‌گیری نادرست و معیوب، تأکید دارد. تصمیم‌گیری گاهاً با کمک روش‌های ابتکاری<sup>10</sup>، میانبرها<sup>11</sup> یا تعصبات<sup>12</sup> انجام می‌گیرد که می‌تواند برای نتیجه تصمیم مفید یا مضر باشد. در مورد کاهش تعصبات و روش‌های ابتکاری، داشتن ذهن آگاهی ممکن است با روش‌های متعددی بر پیامدهای

در این خصوص، نیوول و شانکرز<sup>1</sup> (2014) چارچوب جدیدی برای ارزیابی ادعاها و بازنگری‌ها از بدنه اصلی تحقیقات ارائه داده‌اند. نتیجه جالب این بازنگری و مرور این بود که یافته‌های بسیاری از تحقیقات مهم و کلیدی به‌طور مستقیم نشان می‌دهد که رفتار تحت کنترل آگاهی بوده یا بدون ارجاع به تأثیرات ناخودآگاه توضیح داده می‌شود. از طرفی، رودی و اشویتزر<sup>2</sup> (2010) اظهار می‌کنند اکثر تصمیمات غیراخلاقی ریشه در عدم آگاهی دارند. آنان در مطالعه‌ای به بررسی این نکته پرداختند که چگونه ذهن آگاهی و آگاهی فرد از تجربه حاضر، بر تصمیم‌گیری اخلاقی (تقلب نکردن)، تأثیر می‌گذارد. در همین خصوص، دنیز، آری، آکدنیز و اوزتک<sup>3</sup> (2015) بیان می‌کنند افراد همان‌طور که از حواس و محرک‌های ادراکی آگاه‌اند، از افکار، مقاصد و

4. Keune, Bostanov, Kotchoubey & Hautzinger

5. Awareness

6. Attention

7. Decision sciences

8. Thought processes

9. Raglan & Schulkin

10. Heuristics

11. Shortcuts

12. Biases

1. Newell & Shanks

2. Ruedy & Schweitzer

3. Deniz, Ari, Akdeniz & Ozteke

دیگران لزوماً شبیه باورها و گرایش‌های ما نیستند. ولی آگاهی از کارکردهای ذهنی خود و دیگران به تبیین و پیش‌بینی رفتارهای دیگران کمک می‌کند (دروری، رابینسون، بیرچ وود<sup>1</sup>، 1998). توانایی ذهن‌خوانی یا نظریه ذهن<sup>2</sup> (TOM) نیازمند این است که فرد بداند دیگران چگونه فکر می‌کنند و دارای چه احساسی هستند (بیرچ<sup>3</sup>، 1997؛ پریماک و وودروف<sup>4</sup>، 1987؛ پندی و ماندال<sup>5</sup>، 1997). نظریه ذهن را به‌عنوان توانایی فرد در اسناد حالت‌های ذهنی به خود و دیگران و پیش‌بینی رفتارها بر مبنای حالت‌های ذهنی نیز تعریف می‌کنند (وانگ، وانگ و چن<sup>6</sup>، 2008؛ پیترسون و سیگال<sup>7</sup>، 2000). توانایی ذهن‌خوانی به‌عنوان بخشی از شناخت اجتماعی، عنصر مهمی از مجموعه توانایی‌هایی است که هوش اجتماعی نیز نامیده می‌شود (سینگر<sup>8</sup>، 2006). در واقع، درک خود و دیگران برای داشتن تعاملات اجتماعی موفق، مستلزم نظریه ذهن به‌عنوان نوعی شناخت اجتماعی است (جنکینز و استینگتون<sup>9</sup>، 1996). همچنین افرادی که از ذهن‌خوانی قوی‌تری برخوردارند حالت‌های ذهنی دیگران از قبیل باورها، خواسته‌ها، آرزوها و قصد و هیجانات

تصمیم‌گیری جهت کمک به تصمیم‌گیری مستدل‌تر تأثیر بگذارد. از طریق ذهن آگاهی، فرد می‌تواند مهارت‌ها و توجه به بررسی فرآیند تصمیم‌گیری خود را به دست آورد تا تأثیرات تعصبات را بهتر درک کند و هنگام ضرورت آن‌ها را تصحیح کند (راگلان و اشولکین، 2014).

امور معمول مختص تصمیم‌گیری اجتماعی، مانند استنباط درباره حالت‌های ذهنی سایر تصمیم‌گیرندگان، احتمال می‌رود که با مبدأ خود و مکانیزم‌های عصبی با توانایی شبیه‌سازی یا تصور پیامدهای مورد انتظار از اعمال دیگری که فرد انجام می‌دهد، سهیم باشند. توانایی بیان حالت‌های ذهنی دیگران، مانند عقاید، امیال و دانش آن‌ها، به ذهن‌خوانی اشاره دارد؛ بنابراین همان‌طور که لی (2006) نیز مطرح می‌کند به نظر می‌رسد که ذهن‌خوانی نیز همانند ذهن آگاهی، نقش کلیدی و مهمی در بهینه‌سازی راهکارهای تصمیم‌گیری در طی تعاملات اجتماعی بازی می‌کند. توانایی ذهن‌خوانی که به‌صورت بازنمایی پیوسته وضعیت ذهنی خود و دیگران است، نخستین بار برای توضیح توانایی انسان در پیش‌بینی رفتار خود و دیگران مطرح گردید. این توانایی به ما این امکان را می‌دهد که در اجتماع و در تعامل با دیگران همانند یک بازیگر شطرنج، اندیشه‌ها، باورها، گرایش‌ها و هدف‌های دیگران را در ذهن خویش بازنمایی کنیم و واکنش مناسب نشان دهیم (بارون - کوهن، 1995). به بیان دیگر، باورها و گرایش‌های

1. Drury, Robinson & Birchwood

2. Theory of mind

3. Birch

4. Premach & Woodruff

5. Pandey & Mandal

6. Wang, Wang & Chen

7. Peterson & Siegal

8. Singer

9. Jenkins & Astington

مجید صفاری‌نیا و همکاران: سبک‌های تصمیم‌گیری و ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی: مطالعه ارتباط این سازه‌ها در یک گروه ...

ذهن‌خوانی با سبک‌های مختلف تصمیم‌گیری در افراد مرتبط باشند.

سبک‌های تصمیم‌گیری را می‌توان به‌عنوان زیرمجموعه‌ای از سبک‌های شناختی جامع‌تر توصیف کرد. سبک تصمیم‌گیری را می‌توان به‌عنوان مدل پاسخ فرد و واکنش فرد به فعالیت‌های تصمیم‌گیری نیز توصیف کرد (دنیز، آری، آکدنیز و اوزتک،<sup>4</sup> 2015). بنا به ساندرز (2008) اغلب افراد سبک تصمیم‌گیری خاصی دارند. طبق نظر اسکات و بروس (1995؛ به نقل از تابش و زارع، 1391)، افراد با انتخاب یک سبک از موقعیت‌های گوناگون، تصمیم می‌گیرند: سبک تصمیم‌گیری منطقی<sup>5</sup>، بیانگر تمایل تصمیم‌گیرنده به شناسایی تمامی راهکارهای ممکن، ارزیابی نتایج هر راهکار از تمامی جنبه‌های مختلف و در نهایت انتخاب راهکار بهینه و مطلوب توسط تصمیم‌گیرنده در هنگام مواجهه با شرایط تصمیم‌گیری است. سبک تصمیم‌گیری اجتنابی<sup>6</sup> که می‌توان آن را تلاش و تمایل فرد تصمیم‌گیرنده به اجتناب از اتخاذ هرگونه تصمیم و به تعویق انداختن تصمیم‌گیری معرفی کرد. سبک تصمیم‌گیری وابسته<sup>7</sup> که بیانگر عدم استقلال فکری و عملی تصمیم‌گیرنده و تکیه بر حمایت‌ها و راهنمایی‌های دیگران در هنگام اتخاذ تصمیم است؛ و در نهایت، سبک تصمیم‌گیری شهودی<sup>8</sup> که از طریق تجربه حمایت می‌شود و تمرکز بر

آن‌ها را در جهت پیش‌بینی و کنترل رفتار آن‌ها بکار می‌برند (گیونس<sup>1</sup>، 2002).

مطالعات رابطه بین ذهن‌آگاهی و توانایی ذهن‌خوانی را نشان داده‌اند و به احتمال وجود زیرساخت مشترک برای ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی اشاره می‌کنند (جوانمرد و محمدی، 1393؛ نجاتی و همکاران، 1391)، از طرفی، زیرساخت مشترکی برای تصمیم‌گیری و ذهن‌خوانی نیز مطرح است. برای نمونه، والتر، آبلر، سیارامیدارو و ارک<sup>2</sup> (2005) مطرح می‌کنند که قشر پره‌فرونتال میانی در نمونه‌های مختلفی همانند توانایی ذهن‌خوانی، تصمیم‌گیری اخلاقی، انواع مختلف خودتنظیمی و خود ارجاعی، همچنین در تجربه احساسات و انگیزش خودمختار فعال می‌شود (والتر و همکاران، 2005). بنا به والتر و همکاران (2005) این مناطق در تصویربرداری عصبی حین استنباط اعتقادات، افکار و قصد دیگران، مدام فعال می‌شوند و فردی با عارضه یا آسیب در قشر پره‌فرونتال میانی نمی‌تواند هیچ نوع پیش‌بینی درباره اینکه چگونه دیگران فکر می‌کنند انجام دهد (استاس و همکاران، 2001؛ به نقل از دیموکا، پاولف و دیویس<sup>3</sup>، 2007)؛ زیرا قشر پره‌فرونتال میانی فرد را قادر به کنترل اجرایی درباره درک قصد‌های افراد دیگر می‌سازد (کل و میشل، 2000؛ به نقل از دیموکا، پاولف و دیویس، 2007)؛ بنابراین، به نظر می‌رسد هر دو توانایی ذهن‌آگاهی و

4. Deniz, Ari, Akdeniz & Ozteke  
5. Rational decision making style  
6. Avoidant decision making style  
7. Dependent decision making style  
8. Intuitive decision making style

1. Givens  
2. Walter, Abler, Ciaramidaro & Erk  
3. Dimoka, Pavlou & Davis

می‌تواند شکلی از هوش<sup>10</sup> در سطحی که به آسانی با تفکر عقلانی نمی‌توان به آن دست یافت، باشد. شهود شامل دستیابی به مخزن داخلی تجربه انباشته و تخصص توسعه یافته در یک دوره چند ساله و گرفتن پاسخ از آن، یا اصرار بر انجام دادن یا ندادن چیزی، یا انتخاب از بین چند گزینه - دوباره بدون توانایی درک آگاهانه اینکه چگونه به پاسخ دست یافتیم، است. ممکن است گمان شود که شهود از هیجان<sup>11</sup> ناشی می‌شود زیرا در مقابل دلیل و منطق<sup>12</sup> قرار دارد؛ اما شهود از احساس ناشی نمی‌شود. در مرکز تمام تصمیمات، حتی آنهایی که مبتنی بر حقایق قوی و عینی‌تری هستند، قرار دارد. شهود یک فرآیند غیرعقلانی نیست. بلکه مبتنی بر درک عمیق از موقعیت است. در واقع، شهود پدیده پیچیده‌ای است که از ذخیره دانش در ناخودآگاه ما ناشی می‌شود و ریشه در تجربه گذشته دارد (خاتری و نگ، 2000). آدیانداری (2014) شهود را جزء تفکیک‌ناپذیر فرآیند تصمیم‌گیری می‌داند.

بنابراین با توجه به ابهام‌های موجود درباره نقش توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی در تصمیم‌گیری افراد، بخصوص با تکیه بر عقلانیت و شهود و از طرف دیگر با توجه به اهمیت مطالعه دقیق و تفکیکی هر یک از سبک‌های تصمیم‌گیری، این پژوهش با هدف مطالعه ارتباط توانایی ذهن آگاهی و توانایی ذهن‌خوانی با هر یک از سبک‌های تصمیم‌گیری

روی خودآگاهی احساسی را به‌عنوان پایه‌ای برای انتخاب، مدنظر قرار می‌دهد و در واقع، نوعی شم و فراست درونی است.

مطالعات در خصوص تصمیم‌گیری بر اساس شهود و یا عقل و خرد، هنوز در هاله‌ای از ابهام و مناقشه قرار دارد. برای مثال، مارکیچ<sup>1</sup> (2009) بیان می‌کند که به‌طور سنتی، تصمیم‌گیری به‌عنوان فرآیند عقلانی در نظر گرفته می‌شود. جایی که عقل و خرد<sup>2</sup> بهترین راه برای دستیابی به هدف را برآورد می‌کند. تئوری تصمیم مدلهای مختلفی ارائه می‌دهد که به‌شدت بر شیوه عقلانی<sup>3</sup> تأکید دارد و اهمیت منطق ابزاری<sup>4</sup> و توانایی محاسبه بهترین انتخاب را خاطر نشان می‌کند؛ اما برای توصیف فرآیندهای تصمیم‌گیری واقعی این تئوری‌های مبتنی بر عقلانیت ایده‌آل<sup>5</sup> مناسب و کافی نیستند. بررسی تجربی استدلال در موقعیت‌های روزمره نشان می‌دهد که مردم به جای استدلال منطقی<sup>6</sup> از استدلال تجربی یا ابتکاری<sup>7</sup> استفاده می‌کنند. به‌طور سنتی تصور می‌شد که توانایی تصمیم‌گیری عقلانی چیزی است که انسان را از سایر موجودات مجزا می‌کند (مارکیچ، 2009). از سوی دیگر، پارینخ<sup>8</sup> (1999؛ به نقل از خاتری و نگ، 2000) بیان می‌کند که شهود<sup>9</sup>

1. Markic
2. Reason
3. Rational approach
4. Instrumental reason
5. Ideal rationality
6. logical reasoning
7. Heuristic
8. Parikh
9. Intuition

10. Intelligence
11. Emotion
12. Reason

پرسشنامه سبک‌های تصمیم‌گیری<sup>1</sup> اسکات و بروس<sup>2</sup> (1995): این پرسشنامه دارای 23 گویه است که به صورت لیکرت 5 درجه‌ای از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف در اختیار آزمودنی قرار می‌گیرد. تحلیل عاملی، چهار عامل برای این مقیاس به دست داده است: عامل یک سبک تصمیم‌گیری منطقی، عامل دوم سبک اجتنابی، عامل سوم سبک تصمیم‌گیری وابسته و عامل چهارم سبک تصمیم‌گیری شهودی (زارع و عبدالله‌زاده، 1391). آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه زارع و اعراب شبیانی (1389؛ به نقل از زارع و عبدالله‌زاده، 1391)، روی گروه دانشجویان 0/89 و ضریب اعتبار باز آزمایشی یک ماه بعد این ابزار در مورد 80 نفر دانشجو 0/68 به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه در مطالعه حاضر 0/66 به دست آمد.

پرسشنامه مهارت‌های ذهن‌آگاهی کنتاکی (KIMS)<sup>3</sup>: این پرسشنامه 39 سؤالی، توسط بایر، اسمیت و آلن (2004) تدوین شده است و بر اساس مقیاس 5 درجه‌ای لیکرت (هیچ وقت، به ندرت، بعضی اوقات، اغلب اوقات، همیشه) درجه‌بندی شده است. این ابزار تا حدود زیادی بر اساس مفهوم بندی رفتار درمانی دیپالکتیکی از مهارت‌های ذهن‌خوانی ساخته شده است و تمایل افراد به هشیار بودن در طی روز و انجام کارهایی که نیاز به تجربه مراقبه ندارد را بررسی می‌کند. همسانی درونی (ضریب آلفای

و بررسی سهم و وزن هریک از این توانایی‌ها در پیش‌بینی هر یک از سبک‌های تصمیم‌گیری به‌طور جداگانه، انجام گرفت.

## روش

روش پژوهش حاضر، توصیفی-همبستگی به شیوه رگرسیون است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های شهرستان بناب تشکیل می‌دادند که در سال تحصیلی 94-1393 در تمامی رشته‌های موجود در این دانشگاه‌ها مشغول به تحصیل بودند. نمونه تحقیق 200 نفر بودند که به روش تصادفی چندمرحله‌ای از میان این جامعه انتخاب شدند. پس از جلب مشارکت و همکاری دانشجویان، ابزارهای گردآوری اطلاعات در مورد آن‌ها اجرا شد. تعداد 18 آزمودنی به دلیل پاسخ ناقص به ابزارها و تکالیف، از تحلیل‌های آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه پژوهش به 182 دانشجو (71 مرد و 111 زن) کاهش یافت. میانگین سن کل شرکت‌کنندگان 24/8 سال (در گستره 17 تا 36 سال) بود. ابزارهای مورد استفاده در این تحقیق، پرسشنامه سبک‌های تصمیم‌گیری اسکات و بروس (1995)، پرسشنامه مهارت‌های ذهن‌آگاهی کنتاکی (KIMS) و آزمون ذهن‌خوانی از طریق تصویر چشم (RMET)، بودند. داده‌ها با روش همبستگی گشتاوری پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استاندارد تجزیه و تحلیل شدند.

ابزارهایی که در این پژوهش به کار رفته‌اند:

1. Decision making style questionnaire  
2. Scotte & Bruce  
3 Kentaki Inventory mindfulness skills

رفته در این آزمون، از راهنمایی و نظارت سه زبان‌شناس نیز بهره گرفته شده و نجاتی، ذبیح زاده، ملکی و محسنی (1391) در مطالعه‌ای ضریب آلفای این آزمون را 0/72 و ضریب پایایی باز آزمایی آن را در نمونه‌ای متشکل از 30 دانشجو و در مدت دو هفته 0/61 گزارش نمودند (نجاتی، ذبیح‌زاده، نیک‌فرجام، نادری و پورنقدعلی، 1391). در مطالعات بسیاری برای بررسی توانایی ذهن‌خوانی افراد سالم و بیمار، از این آزمون عصب روانشناسی استفاده شده است (وانگ، وانگ، چن، ژو و وانگ<sup>7</sup>، 2008). در مطالعه پروست، کاریبر، چاون، زلگوویتز، ژوزف، گولد (2013)<sup>8</sup>، آلفای کرونباخ برای این ابزار 0/77 و مقدار همبستگی آزمون- باز آزمون 0/7 به دست آمد. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای این آزمون 0/82 به دست آمد.

#### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمرات سبک‌های تصمیم‌گیری، توانایی ذهن آگاهی و توانایی ذهن‌خوانی به تفکیک جنسیت در دانشجویان در جدول 1 ارائه شده است. همچنین جدول 1 نتایج آزمون t گروه‌های مستقل برای مقایسه میانگین نمرات دو گروه را در متغیرهای یاد شده، نشان می‌دهد.

آن بین 0/76 تا 0/91 برای چهار مقیاس فرعی توسط بایر و همکاران (2004) گزارش شده است. تحلیل عاملی مقدماتی و قطعی از ساختار چهار عامل حمایت نموده و با بسیاری از متغیرهای دیگر مرتبط بوده است (نریمانی، زاهد و گل پور، 1391). در این تحقیق، ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه 0/74 به دست آمد.

#### آزمون ذهن‌خوانی از طریق تصویر چشم

(RMET)<sup>1</sup>: این آزمون یک آزمون عصب‌روان‌شناختی است که توسط بارون - کوهن<sup>2</sup>، ویلرایت<sup>3</sup>، هیل<sup>4</sup>، رست<sup>5</sup> و پلومب<sup>6</sup> (2001) ساخته شده و شامل تصاویری از بازیگران و هنرپیشه‌های معروف خارجی است که قسمت چشم این تصاویر بریده شده است که 36 حالت مختلف ذهنی مثل آرام، دلسرد، وحشت‌زده و جز آن را نشان می‌دهد. برای هر تصویر، حالت‌های ذهنی که از ظرفیت هیجانی مشابهی برخوردار است ارائه می‌شود. پاسخ‌دهنده تنها از طریق اطلاعات بینایی موجود در تصویر، باید گزینه‌ای را که به بهترین نحو توصیف‌کننده حالت ذهنی شخص موجود در تصویر است را از بین چهار گزینه انتخاب کند. روش نمره‌گذاری آزمون بارون کوهن مبتنی بر پاسخ درست پاسخ‌گوینده به گویه‌ها است. به منظور برگردان فارسی واژگان به کار

- 1 Reading the Mind in the Eyes Test
- 2 Baron- Cohen
- 3 Wheelwright
- 4 Hill
- 5 Raste
- 6 Plumb

7 Wang, Wang, Chen, Zhu & Wang

8. Prevost, Carrier, Chowne, Zekowitz, Joseph & Gold



مجید صفاری نیا و همکاران: سبک‌های تصمیم‌گیری و ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی: مطالعه ارتباط این سازه‌ها در یک گروه ...

جدول 1. میانگین و انحراف معیار نمرات سبک‌های تصمیم‌گیری، ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی در دانشجویان مرد و زن و نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه تفاوت میانگین نمرات دو گروه

آزمون t مستقل		دانشجویان زن (111 نفر)		دانشجویان مرد (71 نفر)		متغیر
P	t	S	M	S	M	
0/360	0/24	3/84	15/64	4/23	16/19	سبک تصمیم‌گیری منطقی
0/075	0/79	3/94	15/95	3/87	17/01	سبک تصمیم‌گیری اجتنابی
0/934	0/85	3/27	11	3/43	11/04	سبک تصمیم‌گیری وابسته
0/105	0/44	2/82	12/6	2/65	13/27	سبک تصمیم‌گیری شهودی
0/959	0/22	12/3	107/09	10/94	107/18	توانایی ذهن‌آگاهی
0/340	0/095	4/65	16/66	4/04	16/01	توانایی ذهن‌خوانی

بر نتایج نداشت، مورد تجزیه و تحلیل قرار نگرفت. جدول 2 آماره‌های توصیفی نمرات سبک‌های تصمیم‌گیری، ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

مقادیر سطح معناداری در جدول 1 نشان می‌دهد که میانگین نمرات دانشجویان مرد و زن در هیچ‌یک از متغیرهای پژوهش تفاوت معناداری باهم ندارند؛ بنابراین، چون جنسیت در این مطالعه تأثیری

جدول 2. میانگین و انحراف معیار نمرات سبک‌های تصمیم‌گیری، ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی و ضرایب همبستگی پیرسون بین آنها

توانایی ذهن‌خوانی	مهارت ذهن‌آگاهی	انحراف معیار $\pm$ میانگین M $\pm$ S	متغیر
***0/45	***0/38	15/86 $\pm$ 3/99	سبک تصمیم‌گیری منطقی
** -0/23	0/06	16/36 $\pm$ 3/94	سبک تصمیم‌گیری اجتنابی
** -0/24	*** -0/29	11/02 $\pm$ 3/32	سبک تصمیم‌گیری وابسته
**0/21	*0/15	12/85 $\pm$ 2/77	سبک تصمیم‌گیری شهودی
**0/24	-	107/13 $\pm$ 11/76	توانایی ذهن‌آگاهی
-	-	16/41 $\pm$ 4/42	توانایی ذهن‌خوانی

\*: P<0/05, \*\*: P<0/01, \*\*\*: P<0/001, N= 182

سبک تصمیم‌گیری اجتنابی ( $r=-0/23$ ,  $P<0/01$ )، سبک تصمیم‌گیری وابسته ( $r=-0/24$ ,  $P<0/01$ ) و سبک تصمیم‌گیری شهودی ( $r=0/21$ ,  $P<0/01$ )، رابطه معناداری دارد.

برای بررسی سهم و وزن توانایی ذهن‌آگاهی و توانایی ذهن‌خوانی در پیش‌بینی واریانس هر یک از

همان‌طوری که جدول 2 نشان می‌دهد، ذهن‌آگاهی با سبک تصمیم‌گیری منطقی ( $r=0/38$ ,  $P<0/001$ )، سبک تصمیم‌گیری وابسته ( $r=-0/29$ ,  $P<0/001$ ) و سبک تصمیم‌گیری شهودی ( $r=0/15$ ,  $P<0/05$ ) و توانایی ذهن‌خوانی با سبک تصمیم‌گیری منطقی ( $r=0/45$ ,  $P<0/001$ )،

سبک‌های تصمیم‌گیری، تحلیل رگرسیون چندگانه استاندارد انجام شد.

**جدول 3.** خلاصه مدل رگرسیون چندگانه استاندارد مهارت ذهن آگاهی و توانایی ذهن خوانی بر سبک تصمیم‌گیری منطقی

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>-2</sup>	SE	F	P
1	0/53	0/28	0/27	3/41	35/11	<0/001

	B	SEB	Beta	t	P	Tolerance	VIF
توانایی ذهن آگاهی	0/099	0/02	0/29	4/47	<0/001	0/94	1/06
توانایی ذهن خوانی	0/34	0/06	0/38	5/81	<0/001	0/94	1/06

طبق جدول 3، هم مهارت ذهن آگاهی (Beta=0/38)، با توان بالایی قادر به پیش‌بینی سبک تصمیم‌گیری منطقی در دانشجویان هستند (P<0/001). و هم توانایی ذهن خوانی (Beta=0/29)

**جدول 4.** خلاصه مدل رگرسیون چندگانه استاندارد مهارت ذهن آگاهی و توانایی ذهن خوانی بر سبک تصمیم‌گیری اجتنابی

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>-2</sup>	SE	F	P
1	0/26	0/68	0/58	3/82	6/55	<0/002

	B	SEB	Beta	t	P	Tolerance	VIF
توانایی ذهن آگاهی	0/04	0/025	0/12	1/59	0/113	0/94	1/06
توانایی ذهن خوانی	-0/23	0/07	-0/26	-3/54	0/001	0/94	1/06

بر اساس جدول 4، از میان دو متغیر ذهن آگاهی و ذهن خوانی، فقط توانایی ذهن خوانی قادر به پیش‌بینی سبک تصمیم‌گیری اجتنابی در دانشجویان است (Beta = -0/26, P<0/01).

**جدول 5.** خلاصه مدل رگرسیون چندگانه استاندارد توانایی ذهن آگاهی و توانایی ذهن خوانی بر سبک تصمیم‌گیری وابسته

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>-2</sup>	SE	F	P
1	0/34	0/17	0/106	3/14	11/78	<0/001

	B	SEB	Beta	t	P	Tolerance	VIF
توانایی ذهن آگاهی	-0/07	0/02	-0/25	-3/39	0/001	0/94	1/06
توانایی ذهن خوانی	-0/14	0/05	-0/185	-2/56	0/011	0/94	1/06

ضرایب بتای استاندارد و سطح معنی‌داری آلفا در جدول 5 نشان می‌دهد که هم توانایی ذهن آگاهی (Beta = -0/25, P<0/01) و هم توانایی ذهن خوانی (Beta = -0/18, P<0/05)، سهم

مجید صفاری نیا و همکاران: سبک‌های تصمیم‌گیری و ذهن‌آگاهی و ذهن‌خوانی: مطالعه ارتباط این سازه‌ها در یک گروه ...

معناداری در پیش‌بینی سبک تصمیم‌گیری وابسته در دانشجویان دارند.

جدول 6. خلاصه مدل رگرسیون چندگانه استاندارد توانایی ذهن آگاهی و توانایی ذهن‌خوانی بر سبک تصمیم‌گیری شهودی

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>-2</sup>	SE	F	P
1	0/23	0/054	0/044	2/71	5/14	0/007

B	SEB	Beta	t	P	Tolerance	VIF
0/025	0/02	0/12	1/43	0/155	0/94	1/06
0/115	0/05	0/18	2/45	0/015	0/94	1/06

نتایج جدول 6 نشان می‌دهد که از میان دو متغیر ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی، فقط توانایی ذهن‌خوانی (Beta = 0/18, P < 0/05)، سهم معناداری در پیش‌بینی سبک تصمیم‌گیری شهودی در دانشجویان دارد.

#### نتیجه‌گیری و بحث

هدف مطالعه حاضر، بررسی ارتباط توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی با سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی، اجتنابی، وابسته و شهودی بود. طبق یافته‌ها، هر دو توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی با سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی و شهودی، رابطه مثبت و با سبک وابسته رابطه منفی معناداری داشتند. توانایی ذهن‌خوانی با سبک اجتنابی نیز رابطه منفی معناداری داشت. سبک‌های تصمیم‌گیری منطقی و وابسته، توسط هر دو متغیر ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی، قابل پیش‌بینی بودند؛ اما سبک اجتنابی و شهودی را فقط توانایی ذهن‌خوانی پیش‌بینی می‌کرد.

تاکنون مطالعه‌ای به بررسی همزمان ارتباط توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی به‌طور تفکیکی با هر یک از سبک‌های تصمیم‌گیری نپرداخته است؛ بنابراین امکان تقابل یافته‌های این پژوهش با یافته‌های مطالعات قبلی اندک است. ولی به‌طور غیرمستقیم یافته‌هایی هم‌راستا با نتایج این پژوهش وجود دارد. برای نمونه، همانند این پژوهش، مطالعه شاپیرو و همکاران (2012) شواهدی

ارائه می‌دهد که کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی ممکن است به‌طور بالقوه استدلال منطقی و تصمیم‌گیری در بزرگسالان را تسهیل کند. در واقع، کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی، منجر به بهبود استدلال اخلاقی و تصمیم‌گیری اخلاقی، توجه آگاهانه و رفاه می‌شود. هم‌راستا با این تحقیق که نشان داد هم سبک تصمیم‌گیری منطقی یا عقلانی و هم سبک شهودی با ذهن آگاهی ارتباط مستقیم دارند، آدیانداری (2014) مطرح می‌کند که در محیط تصمیم‌گیری پیچیده، نامشخص و تحت فشار زمانی، زمانی که اطلاعات درباره گزینه‌ها محدود و یا فراوان است، یک تصمیم‌گیرنده عقلانی<sup>1</sup> اغلب پیچیدگی کار و توانایی پردازش اطلاعات تصمیم‌گیرندگان را بر دوش می‌گیرد. این امر، نیاز به تصمیم‌گیری شهودی برای حمایت از تصمیم عقلانی را می‌رساند (آدیانداری، 2014).

در خصوص تبیین این یافته‌های تحقیق حاضر که سبک اجتنابی رابطه‌ای با ذهن آگاهی نداشت ولی ذهن آگاهی با سبک منطقی یا عقلانی ارتباط قوی داشت و هم سبک اجتنابی و هم شهودی بر اساس توانایی ذهن‌خوانی پیش‌بینی می‌شدند می‌توان به اندرسون (2003) استناد کرد که اذعان می‌کند تجربه به تأخیر

پایین و بکار نبستن ابتکار عمل مرتبط می‌داند. بنا به آنان، ذهن آگاهی به‌عنوان یک روش مؤثر برای افزایش رفاه فرد، ویژگی افرادی نیست که دارای سبک فرار از مسئولیت تصمیم‌گیری هستند. آنان مطرح می‌کنند که افرادی با ذهن آگاهی بالا در فرآیند تصمیم‌گیری به‌صورت اجتنابی عمل نمی‌کنند، تصمیمات را به تأخیر نمی‌اندازند و بدون ترس تصمیم می‌گیرند (دنیز و همکاران، 2015)؛ اما از آنجایی که تحقیق حاضر نیز نشان می‌دهد که سبک منطقی و وابسته به‌واسطه هر دو توانایی ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی قابل پیش‌بینی هستند، بنابراین به نظر می‌رسد که فرد بر اساس عقلانیت و با تکیه بر شهود یا صرفاً با سبک عقلانی تصمیم می‌گیرد و یا در صورت احساس خطر از موقعیت اجتناب می‌کند و یا در شرایط اضطراب و اجبار برای تصمیم‌گیری، برای کاهش اضطراب از عواقب تصمیم و ترس از ریسک کردن، به‌صورت وابسته به دیگران دست به تصمیم‌گیری می‌زند. معماری شناختی<sup>3</sup> در مطالعه تصمیم‌گیری شهودی با ارائه روش ابطال‌پذیری<sup>4</sup> به مطالعه موجودیت، مکانیزم‌ها و متغیرهای درگیر در تصمیم‌گیری، کمک می‌کند. با استفاده از معماری شناختی، فرد محدودیت‌های موجود در مدیریت جریان دانش و فرآیندهای درگیر در این عملیات دانش را می‌پذیرد (تامسون، لبری، اندرسون و استاسزوسکی،<sup>5</sup> 2015). طبق تامسون و همکاران (2015) این استنباط وجود دارد که مدل‌سازی رفتار تصمیم‌گیری شهودی با استفاده از معماری‌های شناختی با تصمیمات واضح و آشکار درآمیخته شده است. تصمیم‌گیری شهودی در

انداختن و اجتناب از انتخاب‌های خاص قضیه‌ای کلی و همگانی است که عموماً به نظر می‌رسد که در مقابل اهداف افراد عمل می‌کند. تحقیق اندرسون<sup>1</sup> (2003) مشخص می‌کند که در تمام موارد ترکیبی از دلایل اندک و خوب عقلانی برای اجتناب وجود دارد و نقش سؤال برانگیز عقلانی و پیچیده‌تر توسط احساساتی چون پشیمانی و ترس، بازی می‌شود. افراد در واقع ممکن است اجتناب از تصمیم را به خاطر دلایل آشکار عقلانی انتخاب کنند. برای مثال شاید هزینه‌های جایگزینی برای گزینه‌های اجتنابی به مراتب مهم‌تر و بیشتر از مزایای انفعال و بی‌حرکی باشد، یا برای حفظ وضع موجود، یا به تأخیر انداختن انتخاب باشد. علاوه بر این، سطوح بالای پشیمانی مورد انتظار همراه با برخی گزینه‌های انتخاب می‌تواند این انگیزه را به فرد بدهد تا به‌وسیله توجیهی مانند گزینه پیش‌فرض یا به تأخیر انداختن تصمیم به امید اجتناب از مسئولیت آن، دنبال راه فرار باشند (اندرسون، 2003). در این خصوص، کارلیا (2014) اظهار می‌کند که در برخی موارد، ذهن آگاهی می‌تواند در شناسایی اینکه آیا یک تصمیم واقعاً ضروری است یا نه کمک کند. افراد ذهن آگاه می‌توانند محدودیت‌های دانش خود را شناسایی کرده و ابهامات را به‌طور عینی ارزیابی کنند. هنگام انتخاب دوره عمل، قضاوت خوب نیازمند شهود<sup>2</sup> و تجزیه و تحلیل نظام‌مند است. در واقع ذهن آگاهی به تصمیم‌گیرندگان کمک می‌کند تا یک روش غیر متعصبانه و بی‌طرف را فراگیرند (کارلیا، 2014). ناهم‌سو با نتایج این مطالعه، دنیز و همکاران (2015)، فرار از مسئولیت در تصمیم‌گیری را به توانایی خودتنظیمی پایین، عزت‌نفس

3. Cognitive architecture

4. Falsifiable methodology

5. Thomson, Lebiere, Anderson & Staszewski

1. Anderson

2. Intuition

گذشته (شهود) اتکا می‌کنند (اشوفنبوئل، 2014). سی، مارسلا و پیناداث<sup>10</sup> (2010) نیز اتصال محکمی بین تصمیم‌گیری شناختی و احساس یافتند. کارلیا و رب<sup>11</sup> (2014) مطرح می‌کنند درحالی‌که ذهن آگاهی ممکن است دامنه جستجوی اطلاعات را کاهش دهد، اما ممکن است کیفیت اطلاعات به کار رفته در تصمیم‌گیری را بهبود دهد. همچنین ممکن است اعتماد به نفس کاذب<sup>12</sup> و سوگیری یا تعصب تأیید<sup>13</sup> را کاهش دهد، به تصمیم‌گیرندگان این اجازه را بدهد که بین اطلاعات مرتبط و نامرتب تمایز بهتری قائل شوند، اتکاء به کلیشه<sup>14</sup> را کاهش دهند، به درک عدم اطمینان و سازندگی کمک کند، الگویابی گمراه‌کننده<sup>15</sup> را کاهش دهند؛ و در کل، توانایی فرد برای ایجاد قضاوت‌ها و تصمیم‌هایی باکیفیت بالا را بهبود می‌دهد (کارلیا و رب، 2014). ذهن آگاهی انگیزه اخلاقی و رفتار از طریق ابزارهای مختلف از جمله افزایش آگاهی (از خود و دیگران)، کاهش رفتارها و احساسات مشکل‌ساز، تقویت اخلاق مانند عشق، دلسوزی، همدلی، حکمت، مراقبت و ترویج نوع‌دوستی را افزایش می‌دهد (شاپیرو و همکاران، 2012). افرادی که بسیار ذهن‌آگاهند بیشتر از اصول اخلاقی آگاهی دارند و تصمیماتی در مطابقت با آن ارزش‌ها اتخاذ می‌کنند. قبل از هر تصمیمی، افراد ذهن آگاه برای تأمل و گوش دادن به درون خود برای ارزیابی ارزش‌ها و اهداف خود، زمان صرف می‌کنند. لانگر و مولدووینو<sup>16</sup> (2000) مطرح می‌کنند که ذهن آگاهی می‌تواند به‌عنوان

تصمیم‌گیری طبیعی<sup>1</sup> و متون تعصبات و ابتکارات<sup>2</sup> مورد مطالعه قرار گرفته که اولی بر موفقیت‌های استدلال شهودی و دومی بر شکست‌ها و عدم موفقیت‌های آن تأکید دارد. افرادی که دارای ذهن آگاهی کمی هستند ممکن است موفق به تشخیص چالش‌های اخلاقی یا درک تضادهای علایق یا منافع نشوند. رودی و اشویتزر (2010) در مطالعه خود، به این نتیجه رسیدند که ذهن آگاهی موجب ترویج و ارتقای مقاصد اخلاقی<sup>3</sup> بیشتر و تخلفات اخلاقی<sup>4</sup> کمتر می‌شود. بنا به ایشان، ذهن آگاهی به تعدادی از ساختارها مرتبط است که با تصمیم‌گیری اخلاقی ارتباط دارد. این ساختارها عبارت‌اند از بار شناختی<sup>5</sup>، خودتنظیمی<sup>6</sup> و توجه اخلاقی<sup>7</sup>. بار شناختی به باری اشاره دارد که در حافظه فعال قرار دارد و با استدلال اخلاقی<sup>8</sup> مرتبط است. بار شناختی حواس‌پرتی ایجاد می‌کند که ممکن است توانایی فرد در توجه به تجربه حال حاضر را مختل کند. البته، بار شناختی کم‌تر ضرورتاً منجر به ذهن آگاهی بیشتر نمی‌شود. حتی در غیاب بار شناختی، افراد می‌توانند به آسانی درباره آینده یا گذشته که با تجربه حال حاضر فاصله دارد، نگران شوند یا به افکار انتقال دهند (رودی و اشویتزر، 2010). بنا به اشوفنبوئل<sup>9</sup> (2014) هدف ذهن آگاهی تشخیص و پذیرش افکار درونی و احساسات است. تصمیم‌گیرندگان ناآگاه برای تصمیم‌گیری درباره گزینه‌های جدید و متفاوت زمان صرف نمی‌کنند، در عوض، بر فرضیه‌ها یا تجارب

1. Naturalistic decision-making
2. Heuristics and biases
3. Ethical intentions
4. Ethical infractions
5. Cognitive load
6. Self-regulation
7. Moral attentiveness
8. Ethical reasoning
9. Schaufenbuel

10. Si, Marsella & Pynadath
11. Karelaiia & Reb
12. Overconfidence
13. Confirmation bias
14. Reliance on stereotypes
15. Illusory pattern detection
16. Langer & Moldoveanu

درک ساختار و (4) افزایش آگاهی از دیدگاه‌های چندگانه در حل مشکل و مسئله؛ بنابراین به نظر می‌رسد با آموزش ذهن آگاهی و تقویت توانایی ذهن‌خوانی، می‌توان تصمیم‌گیری در افراد را بهبود بخشید.

فرآیند ترسیم تمایزات جدید به‌خوبی درک شود. این فرآیند می‌تواند منجر به نتایج و پیامدهای متعدد گردد، از جمله: (1) حساسیت بیشتر به محیط فرد، (2) گشودگی بیشتر به اطلاعات جدید، (3) ایجاد طبقات جدید برای

## منابع

- نجاتی، و؛ ذبیح زاده، ع؛ ملکی، ق؛ و محسنی، م (1391). «اختلال شناخت اجتماعی در بیماران دچار افسردگی عمده: شواهدی از آزمون ذهن‌خوانی از طریق چشم». فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، 6(4): 70-75.

- تابش، ف. و زارع، ح (1391). «تأثیر آموزش مهارت‌های هوش هیجانی بر سبک‌های تصمیم‌گیری عقلایی، شهودی، اجتنابی، وابسته و آنی». مجله علوم رفتاری. 6(4): 329-323.

- نجاتی، و؛ ذبیح زاده، ع؛ نیک فرجام، م.ر؛ نادری، ز. و پورنقدعلی، ع (1391). «رابطه بین ذهن آگاهی و ذهن‌خوانی از روی تصویر چشم». مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، 14(1): 37-42.

- جوانمرد، غ.م. و محمدی قره قوزلو، ر (1393). «مطالعه روابط متقابل روانی - عصب‌شناختی Sc و جنبه‌های شناختی اجتماعی در یک گروه غیر بالینی». طرح پژوهشی انجام شده برای دانشگاه پیام نور.

- Adiandari, A. M. (2014). "Intuitive decision making: The intuition concept in decision making process". *International Journal of Business and Behavioral Sciences*, 4(7), 1-11.

(2014). "Examining the relation of personality factors and decision making styles of Hakim Sabzevari University managers". *Arth Prabandh: A Journal of Economics and Management*, 3(1), 46-65.

- Anderson, C. J. (2003). "The psychology of doing nothing: Forms of decision avoidance result from reason and emotion". *Psychological Bulletin*, 129(1), 139-167.

- Baron-Cohen, S. (1995). *Mind blindness: an essay on autism and theory of mind*. Cambridge: MIT Press.

- Appelt, K. C. & Milch, K. F; (2010). *Much ado about very little (so far)? The role of individual differences in decision making*. Retrieved July 10, 2015, from www.kirstinappelt.com.

- Baron-Cohen, S.; Wheelwright, S.; Hill, J.; Raste, Y., & Plumb, I. (2001). "The Reading the Mind in the Eyes. Test revised version: a study with normal adults, and adults with Asperger syndrome or high-functioning autism". *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 42(2): 241-51.

- Baer, R. A.; Smith, G. T & Allen, K. B. (2004). "Assessment of mindfulness by self-report: The Kentucky Inventory of Mindfulness Skills". *Assessmen*; 11(3): 191-206.

- Birch, A. (1997). *Developmental psychology: From infancy to adulthood*. London: Macmillan press TD.

- Bahrami, F.; Amiri, M. & Parandvar, E.

- Delazer, M.; Zamarian, L.; Bonatti, E.;

- Walser, N.; Kuchukhidze, G.; Bonder, T.; Benkem, T. & et al. (2011). "Decision making under ambiguity in temporal lobe epilepsy: Dose the location of the underlying structural abnormality matter?" *Epilepsy & Behavior*, 20: 34-37.
- Deniz, M. E.; Arı, A.; Akdeniz, S. & Ozteke, H. I. (2015). "The prediction of decision self esteem and decision making styles by mindfulness". *International Online Journal of Educational Sciences*, 7 (1), 45-50.
- Dimoka, A.; Pavlou, P. A. & Davis, F. D. (2007). *Neuro-IS: The potential of cognitive neuroscience for information systems research*. Information Systems Research.
- Drury, V. M.; Robinson, E. J. & Birchwood, M. (1998). "Theory of mind skills during an acute episode of psychosis". *Psychological Medicine*, 28, 1101-1112.
- Givens, J. (2002). *Does theory of Mind Mediate Aggression and bullying in middle school Males and Females?* A Dissertation degree of doctor of philosophy, University of Nebraska – Lincoln.
- Jenkins, J. & Astington, J. W. (1996). "Cognitive factors and family structure associated with theory of Mind development in young children". *Development Psychology*, 32: 70 – 78.
- Johansen, S. L. (2014). *Sensation seeking and impulsivity in relation to youth decision making about risk behavior: Mindfulness training to improve self-regulatory skills*. Published PhD. Dissertation, Colorado State University, Fort Collins, Colorado.
- Karelaia, N. (2014). How mindfulness improves decision-making. *Forbes*. Retrieved from <http://www.forbes.com/sites/insead/2014/08/05/how-mindfulness-improves-decision-making>.
- Karelaia, N. & Reb, J. (2014). "Improving Decision Making through Mindfulness". *Mindfulness in Organizations*, Reb, J., & Atkins, P. (Eds.), Cambridge University Press.
- Keune, P. M.; Bostanov, V.; Kotchoubey, B. & Hautzinger, M. (2012). "Mindfulness versus rumination and behavioral inhibition: A perspective from research on frontal brain asymmetry". *Personality and Individual Differences* 53, 323–328.
- Khatri, N. & Ng, A. (2000). "The role of intuition in strategic decision making". *Human Relations*, 53(1), 57–86.
- Kool, W. & Botvinick, M. (2012). "A labor/leisure tradeoff in cognitive control". *Journal of Experimental Psychology: General*. Advance online publication. DOI: 10.1037/a0031048
- Langer, E. J. & Moldoveanu, M. (2000). "The construct of mindfulness". *Journal of Social Issues*, 56(1), 1-9.
- Lee, D. (2006). "Neural basis of quasi-rational decision making". *Current Opinion in Neurobiology*, 16, 1-8.
- Markic, O. (2009). "Rationality and emotions in decision making". *Interdisciplinary Description of Complex Systems*, 7(2), 54-64.
- McMillan, C. T.; Carl, R.; Gunawardena, D.; Ryant, N.n & Grossman, M. (2012). "fMRI evidence for strategic decision-making during resolution of pronoun reference. *Neuropsychologia*, (Article in press)". doi: 10.1016 /j.neuropsychologia.01.004.
- Newell, B. R. & Shanks, D. R. (2014). "Unconscious influences on decision making: A critical review". *Behavioral and Brain Sciences*, 37(1), 1-61.

- Pandey, R. & Mandal, M. K. (1997). "Processing of facial expressions of emotion and alexithymia". *Br. J. Clin. Psychol.* 36(4): 631-633.
- Premack. D. & Woodruff, G. (1987). "Does the chimpanzee have a theory of Mind?" *The Behavioral and Brain sciences*, 4: 515 - 526.
- Prevosta, M.; Carrierb, M-E.; Chownea, G.; Zekowitzb, Ph.; Josephc, L. & Golda, I. (2013). "The Reading the Mind in the Eyes test: validation of a French version and exploration of cultural variations in a multi-ethnic city". *Cognitive Neuropsychiatry*, 19(3): 189-204.
- Raglan, G. B. & Schulkin, J. (2014). "Decision making, mindfulness, and mood: How mindfulness techniques can reduce the impact of biases and heuristics through improved decision making and positive affect". *Journal of Depression and Anxiety*, 4(1).
- Resulaj, A.; Kiani, R.; Wolpert, D. M. & Shadlen, M. N. (2009). "Changes of mind in decision-making". *Nature*, 461(7261), 263-266.
- Ruedy, N. E. & Schweitzer, M. E. (2010). "In the moment: The effect of mindfulness on ethical decision making". *Journal of Business Ethics*, 95(1), 73-87.
- Sanders, P. R. (2008). *The decision making styles, ways of knowing, and learning strategy preferences of clients at a one-stop career center*. Published PhD. Dissertation, Oklahoma State University.
- Schaufenbuel, K. (2014). "Bringing mindfulness to the workplace". *UNC Kenan-Flagler Business School, white paper*. Retrieved from [http://www.kenan-flagler.unc.edu/~media/Files/documents/executive-development/unc-white-paper-bringing-mindfulness-to-the-workplace\\_final.pdf](http://www.kenan-flagler.unc.edu/~media/Files/documents/executive-development/unc-white-paper-bringing-mindfulness-to-the-workplace_final.pdf).
- Shapiro, S. L.; Jazaieri, H. & Goldin, P. R. (2012). "Mindfulness-based stress reduction effects on moral reasoning and decision making". *The Journal of Positive Psychology*, 7(6), 504-515.
- Si, M.; Marsella, S. C. & Pynadath, D. V. (2010). "Modeling appraisal in theory of mind reasoning". *Journal of Autonomous Agents and Multi-Agent Systems*, 20(1), 14-31.
- Singer, T. (2006). "The neuronal basis and ontogeny of empathy and mind reading: Review of literature and implications for future research". *Neurosci Biobehav Rev*, 30(3): 855-863.
- Tambe, A. & Krishnan, V. R. (2000). "Leadership in decision-making". *Indian Management*; 39(5): 69-79.
- Thomson, R.; Lebiere, C.; Anderson, J. R. & Staszewski, J. (2015). *A general instance-based learning framework for studying intuitive decision-making in a cognitive architecture*. Retrieved from <http://act-r.psy.cmu.edu/wordpress/wp-content/uploads/2015/09/.pdf>.
- Wang, Y.; Wang, Y.G.; Chen, S.; Zhu, C. & Wang, K. (2008). "Theory of mind disability in major depression with or without psychotic symptoms: A componential view". *Psychiatry Research*, 161(2), 153-161.
- Walter, H.; Abler, B.; Ciaramidaro, A. & Erk, S. (2005). "Motivating forces of human actions Neuroimaging reward and social interaction". *Brain Research Bulletin* 67, 368-381.
- Weber, E. U. & Johnson, E. J. (2009). "Mindful judgment and decision making". *Annual Review of Psychology*, 60, 53-85.