

تحلیل تطبیقی «ناهماهنگی شناختی» در دو انیمیشن «درون و بیرون» (۲۰۱۵) و «نام تو» (۲۰۱۶) براساس نظریه لئون فستینگر

چکیده

این پژوهش با هدف تحلیل تطبیقی بازنمایی «ناهماهنگی شناختی» در انیمیشن‌های «درون و بیرون» (۲۰۱۵) و «نام تو» (۲۰۱۶) بر اساس نظریه لئون فستینگر انجام شده است. پرسش اصلی آن است که این انیمیشن‌ها چگونه شکل‌گیری، تجربه و رفع ناهماهنگی شناختی را از منظر فردی و جمعی بازنمایی می‌کنند. رویکرد پژوهش کیفی، و روش پژوهش توصیفی-تحلیلی است و با تکیه بر تحلیل روایی پیرنگ انجام شده است. ساختار سه‌پرده‌ای هر انیمیشن بازسازی و موقعیت‌های حاوی تعارض شناختی، شدت هیجان، راهبردهای کاهش ناهماهنگی و پیامدهای نهایی آن شناسایی و مقایسه شدند. یافته‌ها نشان می‌دهد «درون و بیرون» ناهماهنگی را در سطح «درون فردی و هیجانی صورت‌بندی می‌کند؛ پذیرش غم و هم‌زیستی آن با شادی به‌منزله راهبرد تغییر نگرش، موجب بازسازی تعادل روانی و رشد شخصیت می‌شود. در مقابل، «نام تو» تضاد را در سطح جمعی و زمانی بازنمایی می‌کند؛ جابه‌جایی بدن و گسست زمانی، موقعیت‌های ناهماهنگی را تشدید کرده و راهبردهای کاهش شامل افزودن شناخت‌های همساز، جست‌وجوی اطلاعات و دگرگونی نگرش از رهگذر پیوند عاطفی است. این مطالعه سه دستاورد دارد: به لحاظ نظری، گسترش کاربرد مفهوم ناهماهنگی شناختی در تحلیل روایت؛ به لحاظ روشی، تلفیق تحلیل پیرنگ و مدل روان‌شناختی؛ و به لحاظ کاربردی، تبیین سازوکارهای شناختی در روایت‌های تصویری معاصر.

کلیدواژه‌ها: ناهماهنگی شناختی؛ فستینگر؛ تحلیل تطبیقی؛ انیمیشن؛ درون و بیرون؛ نام تو.

مقدمه

پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی بارها نشان داده‌اند که انسان در مواجهه با شناخت‌های متعارض دچار فشار روانی می‌شود و در پی کاهش آن برمی‌آید. این وضعیت که نخستین بار توسط لئون فستینگر، روان‌شناس اجتماعی آمریکایی صورت‌بندی شد، تحت عنوان «ناهماهنگی شناختی» شناخته می‌شود (Festinger, 1957; Festinger & Carlsmith, 1959; Festinger, 1962). فستینگر توضیح داد که هم‌زمانی باورها، نگرش‌ها یا کنش‌های ناسازگار، حالتی ناخوشایند ایجاد می‌کند که افراد را وادار به تغییر نگرش، تغییر رفتار، یا جست‌وجوی دلایل توجیهی تازه می‌سازد. این نظریه از نیمه قرن بیستم تاکنون یکی از ستون‌های اصلی روان‌شناسی اجتماعی بوده و در حوزه‌های گوناگونی همچون ارتباطات، تصمیم‌گیری، مصرف، هویت فردی و پویایی‌های گروهی به کار رفته است.

با وجود این گستردگی، بازنمایی ناهماهنگی شناختی در متون فرهنگی و هنری، به‌ویژه در قالب انیمیشن، کمتر مورد توجه پژوهش‌های نظام‌مند قرار گرفته است. انیمیشن‌ها، به دلیل ظرفیت بالای روایی و تصویری، بستری منحصر به فرد برای بازنمایی فرآیندهای ذهنی و عاطفی به شمار می‌آیند؛ آن‌ها می‌توانند آنچه درون روان انسان می‌گذرد را به زبان روایت و تصویر آشکار سازند. همین ظرفیت انیمیشن، خلأیی را برجسته می‌کند: چگونه می‌توان نظریه فستینگر را در سطح روایت‌های انیمیشنی بررسی و مقایسه کرد؟

این پژوهش با هدف پاسخ به همین پرسش طراحی شده است. به طور مشخص، مسئله اصلی آن است که «ناهماهنگی شناختی» چگونه در دو انیمیشن معاصر از دو سنت فرهنگی متفاوت بازنمایی می‌شود. برای این منظور، دو اثر شاخص انتخاب شده‌اند: «درون و بیرون» (۲۰۱۵) از استودیوی پیکسار آمریکا و «نام تو» (۲۰۱۶) ساخته ماکوتو شینکای^۵ در ژاپن. انتخاب این دو اثر به چند دلیل صورت گرفته است: نخست، هر دو در سطح جهانی با استقبال گسترده مخاطبان و منتقدان روبه‌رو شدند و بنابراین ظرفیت تحلیلی بالایی دارند؛ دوم، هر دو به گونه‌ای مستقیم یا غیرمستقیم با تجربه‌های هویتی نوجوانان و تغییرات روانی-اجتماعی مرتبط‌اند؛ و سوم، تفاوت زمینه‌های فرهنگی و روایی آن‌ها امکان مقایسه‌ای پربار و چندلایه را فراهم می‌کند.

هدف این مقاله، تحلیل تطبیقی بازنمایی ناهماهنگی شناختی در این دو انیمیشن بر اساس چارچوب نظری فستیگر است. نوآوری پژوهش در آن است که چرخه ناهماهنگی شناختی - شامل منشأ، تضاد، شدت فشار، هیجان‌های همراه، راهبردهای کاهش و پیامد روایی - به زبان روایت و پیرنگ ترجمه و در دو متن متفاوت آزموده می‌شود. بدین ترتیب، مقاله هم به ادبیات نظری درباره فستیگر می‌افزاید و هم سهمی در مطالعات میان‌رشته‌ای سینما و روان‌شناسی اجتماعی دارد.

ساختار مقاله به این ترتیب است: نخست مرور مختصری از پژوهش‌های پیشین در حوزه انیمیشن و روان‌شناسی اجتماعی ارائه می‌شود؛ سپس روش‌شناسی و چارچوب نظری توضیح داده می‌شوند؛ در ادامه، مدل تحلیلی پیشنهادی معرفی خواهد شد؛ پس از آن دو فیلم به طور جداگانه و سپس در قالب مقایسه تطبیقی تحلیل می‌شوند؛ و در پایان، نتایج و دستاوردهای نظری و کاربردی پژوهش جمع‌بندی خواهد شد. بر این اساس، پرسش‌های اصلی پژوهش به صورت زیر طرح می‌شوند: ۱. ناهماهنگی شناختی در دو انیمیشن «درون و بیرون» و «نام تو» چگونه از نظر منشأ، شدت، هیجان‌های همراه و راهبردهای کاهش بازنمایی می‌شود؟ ۲. تفاوت‌های فرهنگی، سبکی و روایی میان این دو اثر چه تأثیری بر شکل‌گیری و حل تعارض‌های شناختی شخصیت‌ها دارد؟

روش پژوهش

این پژوهش با رویکرد کیفی و روش پژوهش توصیفی-تحلیلی مبتنی بر استفاده از روش تحلیل روایی^۶ انجام شده است. در مطالعات فرهنگی و رسانه‌ای، تحلیل روایی یکی از روش‌های متداول برای بررسی ساختار داستانی، موقعیت‌های دراماتیک، و معناهای ضمنی در متون هنری و ادبی است. از آنجا که انیمیشن‌ها در اساس بر مبنای روایت شکل می‌گیرند و فیلمنامه یا پیرنگ، ستون فقرات داستانی آن‌ها را تشکیل می‌دهد، تمرکز این تحقیق بر تحلیل پیرنگ به عنوان متن روایی اصلی بوده است. منظور از «تحلیل پیرنگ» در اینجا، بررسی دقیق و جزئی سیر رخدادها، تصمیم‌ها و پیامدهای روایی است که در خط داستانی دو انیمیشن مورد مطالعه - «درون و بیرون» (۲۰۱۵) و «نام تو» (۲۰۱۶) - رخ می‌دهند. چنین رویکردی این امکان را فراهم می‌آورد تا موقعیت‌هایی که در آن‌ها «ناهماهنگی شناختی» به عنوان یک وضعیت درونی شخصیت یا یک کشمکش بین فردی بازنمایی شده است، به طور نظام‌مند شناسایی و طبقه‌بندی شود.

روش تحلیل روایی در این پژوهش بر اساس رویکردی تفسیری سامان یافته است؛ بدین معنا که داده‌ها نه به صورت کمی و برحسب فراوانی، بلکه از منظر کیفیت تجربه شخصیت‌ها و پیوند آن‌ها با مفاهیم نظری مورد توجه قرار گرفته‌اند. ابزار اصلی پژوهش، متن روایت‌شده در فیلمنامه و بازنمایی آن در پیرنگ است؛ یعنی آنچه در توالی رخدادها، کنش‌ها و دیالوگ‌ها شکل می‌گیرد. برای حصول انسجام، تحلیل در چند مرحله انجام شد: نخست، بازخوانی کامل روایت هر دو انیمیشن و ترسیم ساختار

روایی کلان آن‌ها بر مبنای الگوی سه‌پرده‌ای. دوم، استخراج موقعیت‌های کلیدی که در آن‌ها تضاد میان باورها، ارزش‌ها یا کنش‌ها آشکار می‌شود. سوم، بررسی شدت فشار روایی و هیجانات همراه با این تضادها در متن داستان. و نهایتاً، ردیابی راهبردهایی که شخصیت‌ها برای مواجهه با ناهماهنگی شناختی به کار می‌گیرند و پیامد روایی ناشی از آن‌ها. این فرایند به پژوهشگر امکان می‌دهد تا داده‌های خام روایت به داده‌های تحلیلی قابل‌مقایسه تبدیل شوند.

ویژگی مهم این روش آن است که از یک سو به متن اثر (فیلمنامه و پیرنگ) وفادار می‌ماند و از سوی دیگر اجازه می‌دهد مفاهیم نظری بیرونی (در اینجا نظریه ناهماهنگی شناختی فستینگر) بر روایت منطبق و بازتفسیر شوند. بدین ترتیب، تحلیل روایی هم یک ابزار توصیفی است برای نشان دادن اینکه در پیرنگ چه رخ می‌دهد، و هم یک ابزار تفسیری است برای فهم اینکه چگونه این رخدادهای می‌توانند در چارچوب نظری معنا پیدا کنند. انتخاب این روش به‌ویژه به دلیل آن صورت‌گرفت که نظریه ناهماهنگی شناختی در ذات خود رویکردی «فرایندی» دارد: فرد با تضاد میان شناخت‌ها مواجه می‌شود، فشار روانی را تجربه می‌کند، هیجاناتی برانگیخته می‌شوند، راهبردهایی برای کاهش تنش برگزیده می‌شوند، و پیامدی پدید می‌آید. این چرخه به‌طور طبیعی با سیر خطی روایت‌های داستانی هم‌خوان است و از این رو تحلیل پیرنگ بستر مناسبی برای تطبیق نظریه بر روایت انیمیشن‌ها به شمار می‌آید.

پیشینه پژوهش

مطالعه بازنمایی‌های روان‌شناختی در انیمیشن، چه در قالب روایت‌های استعاره‌ای و چه در سطح شیوه‌های بازنمایی بصری، در سال‌های اخیر به یکی از حوزه‌های پررونق پژوهش‌های بینارشته‌ای بدل شده است. از یک‌سو، پژوهش‌هایی مانند کار مارتینز^۷ و همکاران (۲۰۲۲) نشان داده‌اند که انتخاب مدیوم در بازنمایی‌های سینمایی - اعم از حیوانات زنده، انیمیشن یا CGI - تنها بر ابعاد زیبایی‌شناختی اثر اثرگذار نیست، بلکه به شکل مستقیم بر برداشت‌های مخاطب، بر ساخت‌های ادراکی او و حتی پیامدهای اجتماعی و اخلاقی می‌انجامد. این پژوهش آشکار می‌سازد که نحوه تصویرسازی دیجیتال می‌تواند دریافت مخاطب از واقعیت را به‌گونه‌ای دگرگون کند که پیامدهای فرهنگی و زیست‌محیطی پیدا کند. اگر این یافته را به سطح روان‌شناسی تماشاگر تعمیم دهیم، می‌توان آن را نزدیک به ایده «ناماهنگی شناختی» دانست؛ جایی که فرد میان باورهای قبلی خود و مواجهه تازه‌ای که بازنمایی بر او تحمیل می‌کند، دچار تنش می‌شود.

در همین مسیر، مرور نظام‌مند پراوین^۸ و همکاران (۲۰۲۲) درباره اثرات انیمیشن بر توجه و شناخت مخاطب، بعد روان‌شناختی ماجرا را برجسته می‌کند. آن‌ها نشان داده‌اند که انیمیشن از رهگذر سازمان‌دهی محرک‌ها و ارائه منسجم داده‌های دیداری، قادر است توجه مخاطب را به‌نحوی منحصر به فرد برانگیزد و به یادگیری، تغییر نگرش یا حتی تغییر رفتار بینجامد. این یافته به‌طور غیرمستقیم با نظریه فستینگر پیوند دارد: انیمیشن می‌تواند تعارض‌های شناختی پدید آورد و سپس در همان بستر، سازوکاری برای رفع یا کاهش آن‌ها در اختیار مخاطب بگذارد.

با ورود به مصادیق مشخص‌تر، پژوهش موجانی^۹ و همکاران (۲۰۲۳) بر «چشم‌انداز هیجانی» انیمیشن «درون و بیرون» متمرکز است. آنان با استفاده از رویکرد نشانه‌شناسی و نظریه‌های روان‌شناسی هیجان، نشان داده‌اند که این فیلم پنج هیجان پایه‌ای را به صورت شخصیت‌های مجسم به تصویر می‌کشد و از رهگذر تعارض‌های مکرر میان آن‌ها، سازوکارهای شناختی و تفسیری مخاطب را درگیر می‌کند. این خوانش به‌خوبی ظرفیت آن را دارد که در چارچوب ناهماهنگی شناختی بازفهم شود: کشاکش

«شادی» و «غم» نه فقط کشاکش درونی شخصیت رایلی^{۱۲} بلکه بازنمایی همان وضعیت ناخوشایند و محرک برای جست‌وجوی تعادل روانی است.

به همین سیاق، مقاله گولیا^{۱۳} (۲۰۱۷) با تمرکز بر کارکرد آموزشی «درون و بیرون» نشان داده است که این انیمیشن می‌تواند ابزاری قدرتمند برای تدریس مفاهیم پیچیده ادبی و روان‌شناختی باشد. او فیلم را در سنت «تمثیل و شخصیت‌پردازی استعاری» جای می‌دهد و نشان می‌دهد که چگونه می‌توان از آن برای درک سازوکارهای درونی ذهن بهره گرفت. اهمیت این دیدگاه در پیوند با نظریه فستینگر روشن است: فیلم، ناهماهنگی را در قالب داستانی عینی به تصویر می‌کشد و به دانش‌آموزان یا دانشجویان اجازه می‌دهد در بستر فرهنگی خود، آن را بفهمند و بازتفسیر کنند.

از سوی دیگر، انیمیشن ژاپنی «نام تو» که در پژوهش کدافی^{۱۴} و اوتامی^{۱۵} (۲۰۲۱) تحلیل شده است، دریچه‌ای تازه بر ابعاد هویتی و فرهنگی انیمیشن می‌گشاید. آنان نشان داده‌اند که این اثر با برجسته‌سازی رابطه سنت و مدرنیته، نسل‌ها و جنسیت‌ها، نوعی «مذاکره هویتی» را روایت می‌کند که در آن شخصیت‌ها میان گذشته و حال، مکان و زمان، و نقش‌های جنسیتی جابه‌جا می‌شوند. چنین جابه‌جایی‌ها و تضادهایی دقیقاً می‌تواند مصداقی از ناهماهنگی شناختی در سطح روایت باشد؛ موقعیتی که مخاطب را به تأمل درباره بازتعریف خویشتن وامی‌دارد و تنش میان خاطره و واقعیت، میان فرد و جمع، را آشکار می‌سازد.

برآیند این مجموعه از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که اگرچه تاکنون به ابعاد گوناگون روان‌شناختی، شناختی، آموزشی و هویتی انیمیشن پرداخته شده است، پیوند میان این مطالعات و نظریه بنیادین ناهماهنگی شناختی فستینگر همچنان کمتر مورد توجه مستقیم قرار گرفته است. خلأ اصلی در این است که پژوهش‌های موجود یا بر بعدی خاص (مانند هیجان یا هویت) متمرکز شده‌اند یا کارکرد آموزشی و فرهنگی را برجسته کرده‌اند، بی‌آن‌که این پدیده‌ها را ذیل یک نظریه روان‌شناختی عام گردآورند. از این‌رو، بررسی تطبیقی بازنمایی ناهماهنگی شناختی در دو انیمیشن «درون و بیرون» (۲۰۱۵) و «نام تو» (۲۰۱۶) می‌تواند هم بر شکاف موجود غلبه کند و هم مدلی نظری - تحلیلی ارائه دهد که زمینه‌ساز پژوهش‌های آتی در تقاطع روان‌شناسی و مطالعات انیمیشن باشد.

مبانی نظری پژوهش

نظریه ناهماهنگی شناختی در تاریخ روان‌شناسی اجتماعی، در تار و پود اندیشه مدرن تنیده شده است. فستینگر در ۱۹۵۷ وقتی این نظریه را صورت‌بندی کرد، به‌ظاهر تنها از یک مشاهده مشارکتی ساده آغاز کرده بود: مطالعه فرقه‌ای آخرالزمانی که انتظار سیلی عظیم را می‌کشید و چون سیل نیامد، اعضای پرشور و پراتزامش دست به بازتفسیری حیرت‌آور از شکست پیشگویی زدند (McLeod, 2025). همین بازتفسیر، یعنی تمایل به هماهنگ‌سازی باور و واقعیت، سرآغاز زایش مفهومی بود که امروز آن را ناهماهنگی شناختی می‌نامیم؛ مفهومی که هم به ساحت درونی روان آدمی راه یافت و هم به سپهر اجتماعی و فرهنگی.

در تعریف بنیادی، ناهماهنگی شناختی نوعی فشار روانی یا ناراحتی ذهنی است که بر اثر هم‌زمانی دو یا چند شناخت ناسازگار برانگیخته می‌شود (Harmon-Jones & Mills, 2019, 3). این شناخت‌ها می‌توانند باورها، نگرش‌ها، ارزش‌ها یا حتی ادراک فرد از پیامدهای کنش‌هایش باشند. فستینگر خود به‌صراحت می‌نویسد: «وجود ناهماهنگی، که از نظر روان‌شناختی ناراحت‌کننده است، فرد را برمی‌انگیزد تا بکوشد ناهماهنگی را کاهش دهد» (Festinger, 1957 به نقل از Crespo, 2022, 4). به بیان

دیگر، همان گونه که عطش به نوشیدن آب و گرسنگی به خوردن غذا برمی انگیزند، ناهماهنگی نیز چونان نیرویی محرک عمل می کند که باید فرونشانده شود (Cooper, 2019, 2).

اما این محرک صرفاً برون داد یک موقعیت منطقی نیست، بلکه بُعد هیجانی پرننگی دارد. دهه ها پژوهش نشان داده اند که ناهماهنگی اغلب با هیجان های منفی نظیر اضطراب، خشم، گناه یا پشیمانی همراه است (Marikyan et al., 2023, 1106). این هیجان ها نه صرفاً پیامدهای فرعی، بلکه بخشی از هسته تجربه ناهماهنگی اند. برن و ویدیس^۷ (۲۰۲۰) آن را «یک حالت برانگیختگی آزارنده» می نامند که دو مؤلفه اصلی دارد: برانگیختگی فیزیولوژیک و ارزش مندی منفی (86-87). همین پیوند وثیق با هیجان ها باعث شده است برخی از شارحان متأخر نظریه، ناهماهنگی را نه فقط مسئله ای شناختی، بلکه رخدادی مبتنی بر تنظیم هیجان قلمداد کنند (Cancino-Montecinos et al., 2020, 1).

شدت یا بزرگی ناهماهنگی از نظر فستینگر تابع نسبت شناخت های ناسازگار به شناخت های همساز است (Harmon-Jones & Mills, 2019, 4). به عبارت دیگر، هرچه حجم و اهمیت باورها یا داده های متعارض بیشتر باشد، فشار روانی و انگیزه برای تغییر هم افزون تر می شود. این محاسبه درونی، ولو ناآگاهانه، به مثابه معیاری کمی عمل می کند که فرد براساس آن می سنجد آیا باید نگرش خویش را تغییر دهد، رفتار را اصلاح کند یا اطلاعات تازه ای بیابد تا بار ناهماهنگی سبک تر شود (Reis, 2010). به نقل از (Katzovitz, 2024, 17).

راهکارهای کاهش ناهماهنگی که فستینگر و پسینیان او برشمرده اند، متنوع و چندسطحی اند. از کلاسیک ترین آنها، تغییر نگرش یا تعدیل یکی از باورهای متناقض است. فرد می تواند برای مثال، پس از انجام کاری برخلاف ارزش هایش، نگرش خود را بازنویسی کند تا با کنش ناسازگار همساز شود. دومین راهبرد، تغییر رفتار است؛ یعنی ترک عملی که ناسازگاری را پدید آورده است. سومین راهبرد، افزودن شناخت های همساز است: فرد می کوشد با یافتن دلایل تازه یا تفسیرهای توجیه گر، وزن شناخت ناسازگار را بکاهد. چهارمین راهبرد، کم اهمیت جلوه دادن یکی از باورها یا کاهش ارزش آن است (Reis, 2010). به نقل از (Katzovitz, 2024, 17; McLeod, 2025). به این ها باید صورت های جدیدتر همچون جست و جوی اطلاعات تأیید کننده یا عقلانی سازی پیچیده را نیز افزود (Marikyan et al., 2023, 1105). در عرصه اجتماعی، حتی پیوستن به گروهی دیگر یا تلاش برای متقاعد کردن دیگران نیز به منزله راهبردی برای کاستن از تنش می تواند رخ دهد (Matz & Wood, 2005, 35).

یکی از مشهورترین نمونه های تجربی که این سازوکار را نشان می دهد، آزمایش فستینگر و کارلسمیث^۸ است. در آن پژوهش، شرکت کنندگان وظایفی خسته کننده را انجام دادند و سپس با دریافت مبلغ ناچیز (یک دلار) یا قابل توجه (بیست دلار) به دیگران گفتند که فعالیت ها سرگرم کننده بوده است. گروهی که تنها یک دلار گرفتند، چون توجیه بیرونی کافی نداشتند، ناهماهنگی شدیدی را تجربه کردند و ناگزیر نگرش خود را تغییر دادند و فعالیت را واقعاً «جالب تر» ارزیابی کردند. در مقابل، گروه بیست دلاری با اتکا به توجیه مالی قوی، ناهماهنگی کمتری داشت و نگرش منفی اولیه را حفظ کرد (McLeod, 2025; Crespo, 2022). این آزمایش نشان داد که پاداش های ناکافی می توانند به طرز پارانوکسیکال موجب تغییر نگرش قوی تر شوند؛ گویی انسان وقتی دلایل بیرونی کافی ندارد، ناگزیر می شود درون خود را بازسازی کند.

با گذر زمان، روایت های نظری متنوعی کوشیده اند نتایج پژوهش های ناهماهنگی را بازتفسیر کنند: از نظریه خودادراکی و مدیریت تأثیر گرفته تا نظریه انسجام خود و خود-تأیید (Harmon-Jones & Mills, 2019, 9-15). هرچند این بدیل ها تفاوت هایی در پیش فرض ها دارند، اما همگی به طور ضمنی بر این نکته متفق اند که تغییرات شناختی واقعی در نتیجه فرایند ناهماهنگی رخ می دهند و این تغییرات برانگیخته از ناراحتی روان شناختی اند.

دگرگونی‌های اخیر، به‌ویژه در دو دهه گذشته، افق‌های تازه‌ای به روی این نظریه گشوده‌اند. از یک‌سو، پژوهش‌های سلامت نشان داده‌اند که ناهماهنگی می‌تواند به مداخله‌های درمانی مؤثر بینجامد، مانند پروژه بدن برای اصلاح تصویر بدنی، درمان‌های ترک سیگار یا راهکارهای کاهش افسردگی (Cooper, 2019, 8). از سوی دیگر، مطالعات حوزه فناوری نشان داده‌اند که کاربران خانه‌های هوشمند وقتی انتظارشان از عملکرد دستگاه‌ها برآورده نمی‌شود، دچار ناهماهنگی می‌شوند و برای کاهش آن یا نگرش خود را نسبت به محصول تغییر می‌دهند، یا در پی اطلاعات همساز برمی‌آیند، یا حتی از فناوری صرف‌نظر می‌کنند (Marikyan et al., 2023, 1105–1108). در هر دو عرصه، یعنی سلامت و فناوری، کارکرد بنیادی نظریه یکسان است: ناهماهنگی همچون نیرویی انگیزاننده، افراد را به سوی جست‌وجوی تعادل تازه‌ای در شناخت‌ها و کنش‌ها می‌کشانند.

همچنین ابعاد بین‌فردی و جمعی این پدیده بیش از پیش روشن شده‌اند. فستینگر خود گروه را منبعی برای ناهماهنگی و نیز وسیله‌ای برای کاهش آن دانسته بود (Matz & Wood, 2005, 22). مخالفت اعضای گروه می‌تواند تعارض شناختی را شعله‌ور سازد و میل به اجماع، همان فشار ناخوشایند را تسکین دهد. در اینجا، راهبردهای کاهش نه فقط درونی، بلکه میان‌فردی‌اند: گاه فرد نگرش خود را تغییر می‌دهد، گاه دیگران را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد، و گاه گروه تازه‌ای برمی‌گزیند (Matz & Wood, 2005, 35). حتی پدیده «ناماهنگی نیابتی» یا تجربه ناهماهنگی به‌جای دیگری عضو گروه، نشان می‌دهد که این حالت می‌تواند مرزهای فردی را درنوردد و به عرصه هویت اجتماعی راه یابد (Cooper, 2019, 6).

از منظر تبارشناختی، می‌توان گفت نظریه فستینگر ریشه در سنت‌های پیشین مانند نظریه توازن داشت، اما آنچه به آن حیاتی نو بخشید، ترکیب ظریف فرض‌های کمی و مشاهدات کیفی بود. همان‌طور که کوپر یادآور می‌شود، «نظریه او نوآورانه، برانگیزاننده و جالب توجه بود» (Cooper, 2007 به نقل از Katzovitz, 2024, 17). باین‌حال، نقدهایی نیز از همان آغاز مطرح شدند.

یکی از تازه‌ترین بازخوانی‌ها نظریه را از دریچه «تنظیم هیجان» باز می‌بیند. بر این اساس، راهبردهای کاهش ناهماهنگی در واقع همان راهبردهای تنظیم هیجان‌اند: از گریزنده‌ها (اجتناب، انکار، کم‌اهمیت‌سازی) که در مراحل ابتدایی و کم‌هزینه‌تر پدید می‌آیند، تا درگیرشونده‌ها (تغییر نگرش، تعالی، گسترش بدیل‌ها) که در مراحل بعدی و پس از پردازش شناختی بیشتر به کار می‌روند (Cancino-Montecinos et al., 2020, 7). این چارچوب تازه پلی می‌سازد میان سنت کلاسیک فستینگر و ادبیات نوین هیجان‌شناسی.

با وجود همه ستایش‌ها، دو نکته انتقادی کوچک نیز شایان یادآوری‌اند. نخست آن که نظریه کلاسیک فستینگر، اگرچه هوشمندانه به وجود ناهماهنگی و فشار ناشی از آن پرداخته است، اما بُعد هیجانی این تجربه را چندان بسط نداده بود. پژوهش‌های پسینی به‌خوبی نشان داده‌اند که هیجان‌های منفی مشخص چون خشم، گناه و پشیمانی نه تنها همراه ناهماهنگی‌اند، بلکه محرک اصلی برای راهبردهای کاهش به شمار می‌روند. این امر ضرورت بازاندیشی در جایگاه هیجان‌ها در قلب نظریه را برجسته می‌سازد. دوم آن که تمرکز اولیه نظریه بر سطح درون‌فردی، گرچه بستر محکمی برای پژوهش فراهم کرد، اما از پیچیدگی‌های بین‌فردی و فرهنگی غفلت داشت. مطالعات اخیر درباره ناهماهنگی گروهی، ناهماهنگی نیابتی، و تفاوت‌های فرهنگی نشان می‌دهد که این پدیده ریشه در بافت اجتماعی و فرهنگی دارد و بدون توجه به این زمینه‌ها به‌سختی می‌توان آن را به‌تمامی فهم کرد.

مدل تحلیلی

مدلی که در این پژوهش برای تحلیل دو انیمیشن برگزیده ارائه می‌شود (جدول ۱)، برآمده از پیوند میان مبانی نظری ناهماهنگی شناختی و روش تحلیلی مبتنی بر روایت است. این مدل می‌کوشد تا پدیده‌ای روان‌شناختی را به زبان روایت و پیرنگ ترجمه کند و بدین‌سان بستری فراهم آورد که از خلال متن فیلم‌نامه بتوان به‌طور نظام‌مند لحظه‌های تعارض شناختی، شدت فشار روانی و هیجانی، راهبردهای انتخابی شخصیت‌ها و پیامدهای روایی ناشی از آن‌ها را شناسایی و تحلیل کرد. اهمیت این مدل در آن است که نظریه‌ای کلاسیک در روان‌شناسی اجتماعی را با منطق درونی داستان‌پردازی پیوند می‌دهد؛ به‌گونه‌ای که هر مرحله از چرخه ناهماهنگی شناختی، معادل روایی مشخصی در متن فیلم‌نامه پیدا می‌کند و بدین‌وسیله امکان مقایسه و تفسیر دقیق‌تر آثار فراهم می‌آید. جدول زیر راهنمای جامع به‌کارگیری این مدل در تحلیل پیرنگ است و پنج محور اصلی آن -منشأ ناهماهنگی، شدت ناهماهنگی، هیجان‌های همراه، راهبردهای کاهش و پیامد روایی- را در قالب پرسش‌های تحلیلی و نشانه‌های عینی در متن روایت سامان می‌دهد.

جدول ۱. مدل تحلیلی پیشنهادی برای تحلیل انیمیشن (بر مبنای نظریه ناهماهنگی شناختی فستینگر) - منبع: نگارنده

محور	پرسش‌های راهنما	نشانه‌های پیرنگی/فیلم‌نامه‌ای
منشأ ناهماهنگی	- چه زمانی شخصیت دچار تضاد شناختی می‌شود؟ - تعارض میان کدام باورها، ارزش‌ها یا اهداف شکل گرفته است؟ - این تعارض چگونه در مسیر روایت آشکار می‌شود؟	- صحنه‌هایی که شخصیت با انتخاب میان دو گزینه ناسازگار روبه‌روست. - مواجهه با اطلاعات تازه یا افشای حقیقتی که باور قبلی را به چالش می‌کشد. - کنش‌هایی که پیامدشان خلاف انتظار یا خلاف ارزش‌های شخصیت است. - دیالوگ‌هایی که تضاد میان گفتار و اندیشه را برجسته می‌سازد.
شدت ناهماهنگی	- فشار روانی یا دراماتیک در چه سطحی است؟ - چه میزان از عناصر روایی در خدمت برجسته‌سازی این تضاد قرار گرفته‌اند؟ - آیا کشمکش درونی به کشمکش بیرونی هم سرایت کرده است؟	- صحنه‌های طولانی از تردید، مکث یا کشمکش ذهنی شخصیت. - تعلیق در خط روایت: تأخیر در تصمیم یا پیامدهای نامعلوم. - تقابل مکرر میان دو مسیر روایی (مثلاً وظیفه/تمایل یا حقیقت/توهم). - افزایش شمار یا اهمیت باورهای متناقض در طول پیرنگ.
هیجان‌های همراه	- شخصیت چه هیجانات منفی را تجربه می‌کند؟ - این هیجانات چگونه از خلال کنش و دیالوگ روایت می‌شوند؟ - آیا هیجان‌ها شدت ناهماهنگی را افزایش می‌دهند یا کاهش؟	- دیالوگ‌های مستقیم که احساسات منفی را بیان می‌کنند (خشم، گناه، پشیمانی، اضطراب). - کنش‌هایی که نشانه آشکار آشفتگی درونی‌اند (مثل ترک گفتگو، انفعال، یا فوران ناگهانی عمل). - مونولوگ‌های درونی یا گفت‌وگوهای افشاگر که هیجانات را آشکار می‌سازند. - پیوند مستقیم میان رخداد ناهماهنگی و واکنش عاطفی در متن روایت.
راهبردهای کاهش ناهماهنگی	- شخصیت چگونه تلاش می‌کند تضاد را حل یا کاهش دهد؟ - کدام یک از راهبردهای نظری (تغییر نگرش، تغییر رفتار، افزودن شناخت همساز، کم‌اهمیت‌سازی) در پیرنگ بازنمایی می‌شود؟ - این راهبرد در سطح فردی است یا گروهی/بین‌فردی؟	- تغییر در باور یا قضاوت شخصیت در دیالوگ‌ها یا تک‌گویی‌ها. - اقدام تازه یا تغییر مسیر عملی شخصیت برای کاهش تضاد. - ورود دلایل یا توجیه‌های تازه در متن روایت که به نفع یکی از طرف‌های تعارض وزن می‌دهد. - اجتناب یا کناره‌گیری شخصیت از موقعیت یا گروه برای کاستن از تنش. - صحنه‌هایی که نشان‌دهنده تأثیرگذاری بر دیگران یا پذیرش تأثیر از دیگران در جهت رفع ناهماهنگی است.
پیامد روایی	- پیامد به‌کارگیری راهبرد چیست؟ - آیا شخصیت به تعادل جدید می‌رسد یا تنش ادامه می‌یابد؟	- تحول شخصیت پس از حل یا تشدید ناهماهنگی (رشد، شکست، تغییر نگرش کلان). - تغییر مسیر روایت یا ورود بحران تازه به داستان. - برقراری یا فروپاشی رابطه‌ها در سطح بین‌فردی/گروهی.

محور	پرسش‌های راهنما	نشانه‌های پیرنگی/فیلم‌نامه‌ای
	- این تغییر چه نقشی در ساختار کلان روایت (گره‌افکنی، اوج، گره‌گشایی) دارد؟	- صحنه اوج یا پایان‌بندی‌ای که نشان می‌دهد تنش چگونه به سرانجام رسیده است.

تحلیل انیمیشن «درون و بیرون» (۲۰۱۵)

انیمیشن «درون و بیرون» با ظاهری ساده آغاز می‌شود: کودکی به نام رایلی و پنج نیروی درونی‌اش که هر کدام نقشی در هدایت رفتار و عاطفه دارند. اما همین مقدمه به سرعت در قالب یک معماری پیچیده از تضادها، هم‌سبزی‌ها و فروپاشی‌ها شکل می‌گیرد؛ معماری‌ای که چیزی جز تئاتر بزرگ «کشمکش میان شناخت‌های ناسازگار» نیست. هر لحظه کلیدی فیلم، از جابه‌جایی شهر تا گریه بی‌مقدمه در کلاس، از فروپاشی جزایر شخصیت تا سوختن ایده فرار، گواه این است که سازوکار ناهماهنگی نه در حاشیه، بلکه در متن روایت جریان دارد. فیلم بستری است که فرایند پنهان روان‌شناختی را بر پرده می‌افکند و آن را در قالب درام بازسازی می‌کند.

نقطه نخست، جابه‌جایی رایلی از مینه‌سوتا به سان‌فرانسیسکو، لحظه تولد شکاف است: باور کودکان به ثبات و امنیت خانه، دوستان و زمین‌ها کی ناگهان در برابر واقعیتی قرار می‌گیرد که هیچ نسبتی با آن ندارد. اینجا همان نخستین «منشأ ناهماهنگی» است؛ جایی که ذهن دو شناخت ناسازگار را هم‌زمان حمل می‌کند: «من باید زندگی‌ام همان بماند» در برابر «من باید با تغییر کنار بیایم». درست در همین لحظه، دستگاه درونی آغاز به لرزیدن می‌کند. فیلم با دقت این لرزش را نشان می‌دهد: اتاق کوچک، پیتزای بروکلی، مدرسه ناآشنا. ناهماهنگی نه در قالب استدلال، بلکه در بافت زندگی روزمره جلوه‌گر می‌شود.

در مدرسه، وقتی نخستین خاطره شاد به دست لمس «غم» آلوده می‌شود و رایلی در برابر کلاس اشک می‌ریزد (تصویر ۱، زمان ۰۰:۲۴:۳۰)، تضاد شدت می‌یابد. گریه در جمع، آن هم در نخستین روز، خلاف تمام انتظارات شناختی اوست: او باید شاد باشد، باید دوستان تازه پیدا کند، باید چهره‌ای خندان داشته باشد؛ اما حقیقت روانی‌اش چیز دیگری است. این شکاف به زبان فستینگری یعنی فشار روانی و برانگیختگی ناخوشایند. همان‌طور که الیوت^۱ و دوواین^۲ توضیح داده‌اند، این حالت در اصل به‌مثابه یک برانگیختگی آزارنده تجربه می‌شود که هسته ناهماهنگی شناختی را می‌سازد (Elliot & Devine, 1994) به نقل از (Bran & Vaidis, 2020, 87).

یکی از لحظات روایت، بیرون افتادن «شادی» و «غم» از مرکز فرماندهی است (تصویر ۲، زمان ۰۰:۲۵:۵۹). این صحنه در حکم استعاره‌ای بزرگ است: ذهن کودک بدون امکان ترکیب هیجان‌ها رها می‌شود و کنترل به دست «خشم»^۳ و «ترس»^۴ و «انزجار»^۵ می‌افتد. این سه در تلاش‌اند با راهبردهای جایگزین، زندگی را قابل تحمل سازند، اما نتیجه چیزی جز فاجعه نیست. درست همان‌طور که فرد در نظریه فستینگر با توجیه‌های سطحی یا با تلاش برای نادیده گرفتن شناخت متعارض به شکست می‌رسد، رایلی هم در غیاب «شادی» و «غم»، به توهم خوشی یا به خشم و انزجار پناه می‌برد، اما هیچ‌یک از این‌ها تعادل درونی را باز نمی‌گرداند. جزایر شخصیت یکی‌یکی فرو می‌ریزند (تصویر ۳، زمان ۰۰:۳۱:۳۹)، و هر سقوط معادل فروپاشی بخشی از نظام شناختی اوست: دوستی، سرگرمی، صداقت، خانواده. فیلم با این تصویرسازی بصری، شدت ناهماهنگی را به تماشا می‌گذارد. همان‌طور که گفته شد، ناهماهنگی دقیقاً به صورت یک حالت برانگیختگی آزارنده بروز می‌کند (Proulx, Inzlicht & Harmon-Jones, 2012) به نقل از (Bran & Vaidis, 2020, 87).

در میانه این مسیر، «بینگ بونگ»^۲ وارد می‌شود؛ دوست خیالی دوران کودکی، موجودی نیمه‌انسان، نیمه‌فیل، نیمه‌فانتزی. حضور او تبارشناختی است: یادآور دوره‌ای که کودک در جهانی خیالین می‌زیست، جهانی که با ورود به نوجوانی دیگر جایی در زندگی ندارد. اما بازگشت این شبخ گذشته خود نمونه‌ای از تضاد است: رایی دیگر کودک نیست، اما بقایای کودکی هنوز در حافظه‌اش حضور دارند. «بینگ بونگ» حامل ناهماهنگی میان هویت پیشین و هویت در حال تغییر است. پیشنهاد او -سوار شدن بر «قطار اندیشه»- همان راهبرد شناختی برای حل تضاد است: بازگشت به مرکز، بازسازی نظام، پیوند دوباره اجزاء. اما فروپاشی جزیره‌ها حتی این قطار را هم از ریل خارج می‌کند؛ گویی هیچ راه ساده‌ای برای بازگشت وجود ندارد.

در همین حال، در مرکز فرماندهی، «خشم» طرحی دیگر می‌ریزد: بازگشت به مینه‌سوتا. این همان راهبرد «تغییر رفتار» است در قالب فرار: اگر تعارض در این جاست، پس باید از موقعیت کنونی گریخت. اما این فرار نه تنها تضاد را نمی‌کاهد، بلکه آن را تشدید می‌کند. درست همان چیزی که مدل کنش‌محور هارمون-جونز^۵ توصیف می‌کند: هنگامی که شناخت‌ها با پیامدهای کنشی ناسازگار باشند، ناهماهنگی شدت می‌یابد و فشار روانی اوج می‌گیرد (Harmon-Jones & Mills, 2019, 16).

نقطه اوج روایت در زباله‌دان حافظه رقم می‌خورد؛ جایی که «شادی» و «بینگ بونگ» سقوط می‌کنند (تصویر ۴، زمان ۰۱:۰۶:۲۴). «شادی» نخستین بار درمی‌یابد که «غم» نه یک مزاحم، بلکه ضرورتی حیاتی است. صحنه‌ای که «شادی» خاطره باخت در هاکی را مرور می‌کند، یعنی خاطره‌ای که ابتدا غمگین بود و سپس با همدلی خانواده به شادی بدل شد (تصویر ۵، زمان ۰۱:۰۹:۱۱)، لحظه کشف حقیقت نظریه‌ای است که فستینگر نیم قرن پیش طرح کرد: شناخت‌های ناسازگار می‌توانند از رهگذر بازتفسیر و حمایت اجتماعی همساز شوند. اینجا «شادی» نگرش خود را تغییر می‌دهد، و همین تغییر نگرش راهبرد اساسی برای کاهش ناهماهنگی است.

فداکاری «بینگ بونگ» در همان زباله‌دان حافظه به سان یک آیین گذار عمل می‌کند: گذشته باید قربانی شود تا «شادی» بتواند بازگردد. دوست خیالی، بخشی از هویت کودکانه، در آستانه نوجوانی محو می‌شود. این فداکاری نه صرفاً احساسی، بلکه از منظر تحلیلی نشانه پذیرش فقدان به عنوان شرط عبور از تضاد است.

بازگشت «شادی» و پیوند دوباره با «غم» گامی تعیین‌کننده است. «شادی» کنسول را به «غم» می‌سپارد؛ گویی فرماندهی دستگاه روانی را به هیجانی می‌دهد که پیش‌تر همواره سرکوبش می‌کرد. این عمل نه تنها تغییر نگرش فردی است، بلکه تغییر ساختاری در کل نظام روانی است: از این پس تعادل نه بر پایه حذف تضاد، بلکه بر پایه هم‌زیستی هیجان‌های متعارض بنا می‌شود.

اعتراف رایی به والدین، صحنه‌ای کلیدی است: او می‌گوید دلتنگ خانه قدیمی است. این لحظه نمونه بارز افزودن شناخت همساز است؛ حقیقتی که پیش‌تر پنهان بود اکنون آشکار می‌شود و به بازسازی رابطه با والدین می‌انجامد. اشک رایی نه نشانه ضعف، بلکه نماد کاهش فشار ناهماهنگی است؛ چراکه اعتراف، امکان همدلی و حمایت متقابل را فراهم می‌کند (تصویر ۶، زمان ۰۱:۲۳:۳۱).

در پایان، خاطرات جدیدی شکل می‌گیرند: نه زرد خالص و نه آبی خالص، بلکه ترکیبی چندرنگ. این همان فرجام نظریه فستینگری در متن فیلم است: ناهماهنگی نه تنها از میان نمی‌رود، بلکه به سطح بالاتری از پیچیدگی بدل می‌شود. رایی اکنون هویت چندبعدی‌تری دارد، و کنسول بزرگ‌تر مرکز فرماندهی نشان می‌دهد که ظرفیتش برای مدیریت تعارض‌ها افزایش یافته است.

نکته ظریف این است که فیلم به پایان بسته‌ای رضایت نمی‌دهد. زنگ خطر «بلوغ» به‌عنوان مرحله‌ای تازه از تضادها ظاهر می‌شود، و این یادآوری است که ناهماهنگی، چرخه‌ای پایان‌ناپذیر است. هر مرحله از زندگی تضادهای تازه‌ای می‌آورد، و فرد بارها باید میان شناخت‌های ناسازگار آشتی برقرار کند.

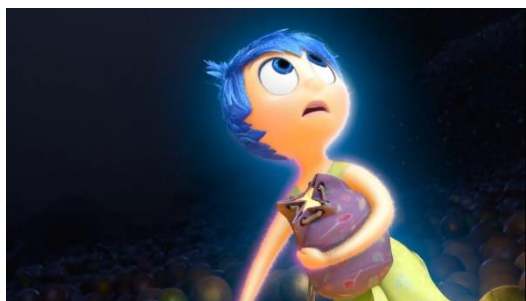
اگر از منظر تبارشناختی بنگریم، «درون و بیرون» روایت فرایند بلوغ را با زبان نظریه فستینگر بازگو می‌کند. کودک نخست می‌کوشد با حذف غم، نظامی یک‌دست و شاد بسازد؛ اما این تلاش به فروپاشی می‌انجامد. سپس به فرار و انکار پناه می‌برد؛ بازهم بی‌ثمر. تنها راهکار مؤثر، پذیرش غم در کنار شادی است، و این همان نکته‌ای است که فستینگر و پسینیانش بارها تأکید کرده‌اند: کاهش ناهماهنگی در گرو تغییر نگرش و افزودن شناخت‌های تازه است، نه در سرکوب یا انکار.



تصویر ۲. بیرون رانده شدن «شادی» و «غم» از مرکز فرماندهی؛ فروپاشی تعادل ذهنی با اخراج شادی و غم از مرکز فرماندهی. منبع: (Docter, 2015)



تصویر ۱. گریه رایلی در کلاس، هنگامی که خاطره شادی آبی می‌شود؛ نخستین تجربه ناهماهنگی شناختی در لحظه تبدیل شادی به اندوه. منبع: (Docter, 2015)



تصویر ۴. گرفتاری «شادی» و «بینگ بونگ» در زباله‌دان حافظه؛ نقطه بحران، نماد گسست و فروپاشی هیجانی در مخزن حافظه. منبع: (Docter, 2015)



تصویر ۳. سقوط و فروپاشی جزایر شخصیت؛ بازنمایی بصری شدت یافتن ناهماهنگی از طریق ویرانی جزایر شخصیت. منبع: (Docter, 2015)



تصویر ۶. اعتراف رایلی به والدین و شکل‌گیری خاطرات چندرنگ؛ ادغام شناخت‌های متعارض در قالب خاطرات ترکیبی و تعادل نو. منبع: (Docter, 2015)



تصویر ۵. درک «شادی» از نقش «غم» در خاطره مسابقه هاکی؛ لحظه بینش و هم‌سازی شناختی؛ کشف نقش سازنده غم در تعادل هیجانی. منبع: (Docter, 2015)

تحلیل انیمیشن «نام تو» (۲۰۱۶)

نقطه آغاز داستان درخواستی ساده است: متیسوها، دختر نوجوانی از روستای ایتموری، به آسمان چشم می‌دوزد و می‌خواهد در بدن پسری توکیویی زاده شود (تصویر ۷، زمان ۰۰:۱۶:۱۹). تمنای تغییر هویت، همان نخستین ترک در پوسته هماهنگی روانی اوست؛ گسستی میان زیست جهان تنگ و محصور روستا با تمنای گشوده و پرهیجان شهر. این لحظه، به ظاهر آرزویی کودکانه، در عمق خویش اولین نشانه ناهماهنگی شناختی است: ناسازگاری میان وضعیت زیسته و خواست درونی، میان اکنون محلی و آینده خیالی. درست از همین جا پیرنگ آغاز می‌کند و تضاد شناختی، همچون شبی که بر سراسر روایت سایه می‌افکند و تمام سیر دراماتیک را هدایت می‌کند.

با وقوع نخستین جابه‌جایی بدن (تصویر ۸، زمان ۰۰:۱۷:۲۲)، تضاد بنیادین پدیدار می‌شود: تاکی^۷ و متیسوها در بدن یکدیگر بیدار می‌شوند و ناگزیرند روزی کامل را در کالبد دیگری زیست کنند. این وضعیت، آشکارترین تمثیل روایی برای تجربه هم‌زمان دو شناخت ناسازگار است: من، هم خودم هستم و هم دیگری؛ هم از منظر درونی آگاهی‌ام پابرجاست و هم از منظر بیرونی بدنم بدل شده است. از منظر فستینگر، این همان مصداق عینی ناهماهنگی است. چرا که هویت و بدن، دو شناخت ناسازگار، در یک لحظه هم‌زیست می‌شوند و فشار روانی می‌آفرینند.

از همین لحظه به بعد، داستان به شکل زنجیره‌ای از صحنه‌ها و رخدادها، نمودار نوسان‌های این ناهماهنگی می‌شود. در مدرسه، هم‌کلاسی‌های متیسوها با رفتارهای ناهمخوان او - که در واقع کنش‌های تاکی‌اند - غافلگیر می‌شوند؛ و در کافه توکیو، تاکی که به ناگاه در بدن متیسوهاست، رفتاری از خود نشان می‌دهد که هیچ نسبتی با شخصیت پیشین او ندارد. این لحظات، نه فقط گره‌افکنی‌های روایی‌اند، بلکه مصادیق برجسته ناسازگاری میان شناخت‌ها: انتظارات اجتماعی و رفتاری بیرونی در برابر خودآگاهی درونی.

برای مهار این تعارض‌ها، دو شخصیت قواعدی وضع می‌کنند: نوشتن پیام روی دست، دفترچه، یا تلفن همراه، و به یادآوردن توصیه‌هایی برای زندگی در بدن دیگری. این صحنه‌ها نشانه‌های آشکار راهبرد «افزودن شناخت همساز» به‌منظور کاستن از بار ناهماهنگی‌اند. یعنی همان کاری که نظریه فستینگر پیش‌بینی می‌کرد: انسان در برابر تضاد، یا نگرش خود را تغییر می‌دهد یا داده‌های همساز تازه می‌افزاید. اینجا، شخصیت‌ها با وضع قانون، داده‌ای تازه به شبکه شناختی‌شان تزریق می‌کنند تا از میزان تناقض بکاهند.

اما رویداد دیدار با مادر بزرگ و آیین کوشیکامیزاکه، لایه تازه‌ای از ناهماهنگی می‌گشاید. آنچه تا پیش از این صرفاً تجربه‌ای فردی و غیرقابل توضیح بود، اکنون در دل یک سنت آیینی و کیهانی قرار می‌گیرد. بدین ترتیب، تضاد میان تبیین عقلانی/مدرن (چرا بدن‌ها جابه‌جا می‌شوند؟) و تبیین سنتی/مذهبی (رشته‌های زمان و خدای پیوندها) رخ می‌نماید. این صحنه نشان می‌دهد که چگونه روایت می‌کوشد ناهماهنگی فردی را در بستری جمعی و فرهنگی همساز کند. با این حال، خود این توضیح تازه به‌جای کاهش کامل تضاد، آن را به سطحی پیچیده‌تر منتقل می‌کند.

عشق جوانه می‌زند: تاکی درمی‌یابد که دل در گرو متیسوها دارد. اما درست در لحظه‌ای که این شناخت تازه سر برمی‌آورد، تماس‌هایشان قطع می‌شود. فقدان ارتباط، شکاف دیگری در شبکه شناختی اوست: «می‌دانم عاشق شده‌ام» در برابر «تمی‌توانم

هیچ نشانی از او بیابم». این دوگانگی، همان وضعیتی است که نظریه آن را انگیزش قوی برای جست‌وجوی اطلاعات تازه توصیف می‌کند. تاکی با نقاشی مناظر روستا، با سفر به هیدا، می‌کوشد این ناسازگاری را پر کند.

آشکار شدن ویرانی ایتوموری و مرگ متیسوها در سه سال پیش (تصویر ۹، زمان ۰۰:۴۸:۱۴)، نقطه اوج ناهماهنگی است. در یک لحظه، تمام شناخت‌های تاکی از «حال» او بی‌اعتبار می‌شود؛ آنچه او تجربه کرده است، سه سال پیش رخ داده. این فاصله زمانی همان تضاد عظیمی است که نظریه فستینگر توضیح می‌دهد: هرچه حجم و اهمیت داده‌های متناقض بیشتر باشد، فشار روانی و میل به تغییر هم بیشتر می‌شود. تاکی در اینجا با ناتوانی مضاعف روبه‌روست: هم فقدان دیگری، هم فقدان زمان مشترک.

از این نقطه به بعد، حافظه تاکی کم‌کم از دست می‌رود. ذهن وقتی تاب تحمل تضاد را ندارد، به تدریج داده‌های ناسازگار را محو می‌کند. اما تاکی مقاومت می‌کند و به دل حافظه بازمی‌گردد (تصویر ۱۰، زمان ۰۰:۵۹:۱۷). این وضعیت یادآور «مدل New Look» است که کوپر^۸ و فازیو^۹ ارائه کردند: ناهماهنگی حالتی از برانگیختگی خنثی است که بسته به شرایط، بعدها می‌تواند با برجسب‌های مثبت یا منفی معنا یابد (Cooper & Fazio, 1984 به نقل از Bran & Vaidis, 2020, 87-88). این کنش، معادل روایی تلاش برای افزودن شناخت همساز است: بازگشت به خاطره، روبه‌رو شدن با زندگی متیسوها، و دریافت حقیقت دیدار پیشین و رشته قرمز بخت.

صحنه غروب، ملاقات دو بدن/دو زمان/دو روح، سرشار از ناهماهنگی و کوشش برای حل آن است. آنها برای نخستین بار همدیگر را در بدن‌های اصلی خود می‌بینند (تصویر ۱۱، زمان ۰۱:۱۷:۱۴)؛ شناخت‌ها به ظاهر همساز می‌شوند، اما زمان محدود است و پیش از نوشتن نام‌ها، غروب به پایان می‌رسد. جایگزین نوشتن نام، پیام «دوستت دارم» است. این لحظه، همان راهبرد تغییر نگرش است: تاکی به جای داده واقعی (نام) داده‌ای عاطفی (عشق) عرضه می‌کند. بدین‌سان، تعارض «نمی‌دانم نامت چیست» با «می‌دانم تو را دوست دارم» همساز می‌شود.

بازگشت متیسوها به روستا و گفت‌وگویش با پدر برای برگزاری تخلیه اضطراری، راهبرد دیگری است: تغییر رفتار در سطح اجتماعی. او تلاش می‌کند از طریق عمل، تضاد شناختی را کاهش دهد: دانستن آینده فاجعه‌بار در برابر بی‌خبری مردم. درست مانند آنچه مایر^{۱۰} و دیگران در زمینه نظامی نشان دادند، مسئولیت اجتماعی می‌تواند تعارض میان خود و نقش را تشدید کند و در عین حال نیرویی برای اقدام باشد (Meyer et al., 2016 به نقل از Katzovitz, 2024, 18). همین اقدام، در نهایت نجات‌بخش کل شهر می‌شود و نشان می‌دهد که چگونه از دل ناهماهنگی فردی می‌توان راه‌حلی جمعی برآورد.

پایان فیلم، پنج سال بعد، لحظه‌ای است که همه‌چیز به ظاهر فراموش شده، اما احساسی از فقدان باقی است. تاکی و متیسوها در توکیو، در واکنش‌های موازی، همچنان بار ناهماهنگی را حمل می‌کنند: می‌دانند چیزی کم است، اما نمی‌دانند چه. دیدار نهایی روی پله‌ها (تصویر ۱۲، زمان ۰۱:۳۸:۴۷)، پرسش مشترک «اسم تو چیست؟»، همان نقطه‌ای است که ناهماهنگی به شکلی تازه بسته می‌شود: نه بازگشت کامل حافظه، بلکه بازگشت پیوند. نظریه فستینگر همواره بر این نکته تأکید داشت که کاهش ناهماهنگی به معنای بازگشت به وضعیت اولیه نیست، بلکه رسیدن به تعادلی نو است. اینجا، تعادل نو در شکل پیوند دوباره و عشق بی‌نام رخ می‌دهد.

بدین‌سان، فیلم «نام تو» چرخه کامل نظریه را در دل روایت بازمی‌نماید: منشأ ناهماهنگی در تمنای تغییر هویت و جابه‌جایی بدن، شدت آن در فاصله زمانی سه‌ساله و ویرانی ایتوموری، هیجان‌های همراه در صورت عشق، اضطراب، اندوه و فقدان، راهبردهای کاهش در قالب نوشتن قوانین، جست‌وجوی اطلاعات، نوشیدن کوشیکامیزاکه، تغییر رفتار اجتماعی، و پیام عاطفی، و در نهایت

پیامد روایی در نجات شهر و پیوند دوباره. این همه نشان می‌دهد که ناهماهنگی شناختی نه صرفاً پدیده‌ای روان‌شناختی، بلکه منطق درونی روایت است: همان رشته‌ای که داستان را می‌کشد و می‌گسلد و دوباره می‌بندد.

اگر به سیاقی تبارشناختی بنگریم، «نام تو» در ادامه سنت دیرین روایت‌های جابه‌جایی بدن و سفر در زمان قرار می‌گیرد، اما با افزودن عنصر عشق و بستر فرهنگی شینتویی، تضادها را در سطحی چندلایه می‌نماید. این فیلم نشان می‌دهد که چگونه نظریه فستینگر، می‌تواند در هنر قرن بیست‌ویکمی به زبان روایی ترجمه شود: از آیین‌های روستایی ژاپن تا متروهای مدرن توکیو، همه‌جا رد پای تضاد شناختی و تلاش برای کاهش آن را می‌توان یافت. همان‌گونه که شاختر تأکید کرده بود، قوت نظریه ناهماهنگی در پیوند دادن مشاهدات کیفی با مفاهیم کمی نهفته است (Schachter, 1994 به نقل از Katzovitz, 2024, 17). تماشاگر، در دل داستان تاکی و میتسوها، نه فقط ماجرای عشق و تقدیر، بلکه تجربه زیسته ناهماهنگی را لمس می‌کند: آن فشار ناخوشایند، آن جست‌وجوی بی‌پایان، و آن آسودگی نسبی که از دل بازسازی شناخت‌ها می‌جوشد.



تصویر ۸. نخستین جابه‌جایی بدن میان تاکی و میتسوها: بروز عینی دو شناخت ناسازگار در تجربه جابه‌جایی بدن‌ها. منبع: (Shinkai, 2016).



تصویر ۷. آرزوی میتسوها برای زاده شدن در بدن پسری اهل توکیو: آغاز ناهماهنگی شناختی با تمنای تغییر هویت و زیست‌جهان. منبع: (Shinkai, 2016).



تصویر ۱۰. نوشیدن کوشیکامیزاکه در زیارتگاه کوشینتای: کنش نمادین هم‌سازی از طریق ادغام حافظه‌ها و آیین سنتی. منبع: (Shinkai, 2016).



تصویر ۹. کشف ویرانی ایتموری و مرگ میتسوها در گذشته: اوج تضاد شناختی در مواجهه با ناپیوستگی زمانی و فقدان معشوق. منبع: (Shinkai, 2016).



تصویر ۱۱. دیدار غروبگاهی بر فراز کوه، در تلاقی دو زمان: هم‌زیستی موقت شناخت‌ها و هم‌زمانی دو هویت در لحظه گرگ‌ومیش. منبع: (Shinkai, 2016).

تصویر ۱۲. دیدار پایانی بر پله‌های معبد در توکیو: بازگشت تعادل نو در قالب پیوند دوباره و عشق بی‌نام. منبع: (Shinkai, 2016).

تحلیل تطبیقی دو انیمیشن

اگر از دل دو جهان متفاوت -یکی آمریکای پیکساری و دیگری ژاپن شینکایی- دو روایت را هم‌زمان به صحنه آوریم، آنچه در میان پرده‌ها و قاب‌ها رخ می‌دهد چیزی جز زایش و باززایش همان کشاکشی نیست که فستینگر آن را مشاهده کرد: ناتوانی انسان در تحمل هم‌زیستی شناخت‌های متناقض. «درون و بیرون» از خلال ذهن کودکی یازده‌ساله، و «نام تو» از خلال تمنای نوجوانی در جست‌وجوی دیگری و آینده، هر دو صحنه نمایش تضادهای شناختی‌اند؛ با این تفاوت که اولی فروپاشی فردی را در درون، و دومی فروپاشی جمعی را در بیرون می‌نمایند. همین تفاوت، مقایسه را بارور می‌کند و دو متن را به دو آینه بدل می‌سازد که نظریه ناهماهنگی شناختی را از دو زاویه متضاد باز می‌تابانند.

نخستین تمایز در خاستگاه تضاد است. در «درون و بیرون»، منشأ ناهماهنگی مهاجرت و تغییر محیط است: جابه‌جایی از مینه‌سوتا به سان‌فرانسیسکو، از خانه بزرگ به آپارتمان کوچک، از زمین‌هاکی به کلاس ناشناس. تضاد میان باور به ثبات و تجربه تغییر، ذهن کودک را از هم می‌گسلد. در «نام تو»، خاستگاه تضاد تمنای هویت دیگری است: میتسوها آرزو می‌کند در بدن پسری توکیویی بیدار شود و همان آرزو به واقعیت بدل می‌شود. تضاد اینجا نه بیرونی، بلکه وجودی است: من کیستم وقتی در بدن دیگری‌ام؟ یکی تضاد مکان و محیط، دیگری تضاد هویت و زمان. در یکی، جهان بیرون بر روان فشار می‌آورد؛ در دیگری، روان به واسطه بدن و زمان دچار انشقاق می‌شود.

شدت ناهماهنگی نیز در این دو فیلم در دو مقیاس متفاوت بازنمایی شده است. «درون و بیرون» تضاد را به درون می‌برد و آن را در قالب فروپاشی جزایر شخصیت نشان می‌دهد. هر جزیره نماد بخشی از هویت است: دوستی، خانواده، صداقت، سرگرمی. فرو ریختن این جزایر یعنی نابودی سازه‌های درونی هویت. اما «نام تو» تضاد را به سطحی کلان می‌کشد: ویرانی کامل یک شهر به‌دست خرده‌شهاب‌های دنباله‌دار. آنجا که «درون و بیرون» بحران را در اشک یک کودک متجسم می‌کند، «نام تو» بحران را در مرگ پانصد تن از ساکنان ایتموری. یکی ناهماهنگی را به مقیاس خرد می‌برد، دیگری به مقیاس کلان. اما در هر دو، شدت تضاد به اوج می‌رسد و گره‌افکنی روایت را شکل می‌دهد.

هیجان‌های همراه، نقطه افتراق دیگری‌اند. «درون و بیرون» به‌روشنی بر نقش غم تمرکز می‌کند: هیجانی که ابتدا بیهوده و مزاحم تلقی می‌شود اما در پایان به شاه‌کلید تعادل بدل می‌گردد. غم است که به راپلی امکان می‌دهد حمایت دیگران را فراخواند و تعادل تازه‌ای بیابد. در «نام تو» اما عشق است که محور تضاد و راه‌حل می‌شود. تاکی و میتسوها نه صرفاً از سر تصادف که از سر عشق به جست‌وجوی یکدیگر برمی‌آیند، و همین عشق است که او را به روستای ویران می‌کشاند و او را وامی‌دارد کوشیکامیزاکه را بنوشد. بنابراین، اگر «درون و بیرون» بر «هیجان منفی» تأکید می‌کند که در نهایت مثبت می‌شود، «نام تو» بر «هیجان مثبت» تمرکز دارد که در بستری تراژیک و فقدان‌ی بالنده می‌شود. هر دو هیجان، چه غم و چه عشق، نیروی محرک اصلی برای کاهش ناهماهنگی‌اند.

راهبردهای کاهش در دو فیلم به دو گونه بروز می‌کنند. در «درون و بیرون»، راه‌حل در تغییر نگرش نهفته است: «شادی» درمی‌یابد که «غم» دشمن نیست بلکه بخشی از نظام روانی است. راهبرد اصلی، پذیرش و افزودن شناخت همساز است: خاطراتی که هم شاد و هم غمگین‌اند، گوی‌هایی چندرنگ که جای گوی‌های تک‌رنگ پیشین را می‌گیرند. در «نام تو»، راهبردها متنوع‌ترند: نوشتن قوانین برای مدیریت جابه‌جایی بدن (افزودن شناخت همساز)، جست‌وجوی اطلاعات درباره ایتاموری (کوشش برای کاهش ناهماهنگی از طریق داده‌های تازه)، تغییر رفتار جمعی در قالب تخلیه اضطراری (راهبرد عملی در سطح اجتماعی). در نهایت نیز «تغییر نگرش» رخ می‌دهد: به جای دانستن نام یکدیگر، جمله «دوستت دارم» جایگزین می‌شود. پس «درون و بیرون» بیشتر به سطح فردی و هیجانی وفادار است، در حالی که «نام تو» راهبردها را به سطح اجتماعی و حتی متافیزیکی می‌برد.

پیامد روایی نیز در این دو اثر متفاوت است. در «درون و بیرون»، رایلی به تعادلی جدید درونی می‌رسد: پذیرش غم و ساخت هویتی پیچیده‌تر. پایان‌بندی با کنسول بزرگ‌تر در مرکز فرماندهی نشان می‌دهد که ظرفیت روانی او توسعه یافته است. در «نام تو»، پیامد تعادل در سطح اجتماعی است: نجات یک شهر از نابودی و امکان پیوند دوباره دو عاشق پس از پنج سال. تعادل اینجا نه فقط بازسازی هویت فردی، بلکه بازسازی جمعی و تاریخی است. یکی پایان را در بلوغ روانی می‌بیند، دیگری در پیوند دوباره انسانی.

با این حال، اشتراکات بنیادین هر دو فیلم نیز چشمگیر است. هر دو چرخه کامل فستینگری را باز می‌نمایند: تضاد اولیه، فشار روانی، راهبردهای ناکام، تغییر نگرش یا رفتار، و دستیابی به تعادلی تازه. هر دو نشان می‌دهند که ناهماهنگی شناختی نیروی محرک اصلی روایت است، نه حادثه‌ای حاشیه‌ای. بدون تضاد، داستانی در کار نبود. «درون و بیرون» بدون مهاجرت و گریه در کلاس، و «نام تو» بدون جابه‌جایی بدن و سقوط شهاب، چیزی برای گفتن نداشتند. این اشتراک نشان می‌دهد که نظریه فستینگر نه تنها در آزمایش‌های روان‌شناسی، بلکه در روایت‌های سینمایی نیز کارآمد است.

افتراقات اما در ابتکارهای روایی و هنری نمایان می‌شود. «درون و بیرون» با جسارتی مثال‌زدنی ذهن را به صحنه می‌آورد و هیجان‌ها را به شخصیت بدل می‌کند. این تجسم استعاری، امکان می‌دهد که مخاطب سازوکار ناهماهنگی را عیناً بر پرده ببیند. در «نام تو»، ابتکار در پیوند زدن تضاد با زمان و آیین است: بدن‌ها جابه‌جا می‌شوند، زمان سه سال اختلاف دارد، و پیوند شینتویی همه این‌ها را به هم گره می‌زند. اینجا ابتکار در فرهنگی کردن تضاد است، نه در روانی کردن آن. یکی روان‌شناسی را به تصویر بدل می‌کند، دیگری روان‌شناسی را در آیین و فرهنگ می‌نشاند.

وقتی این دو فیلم را در پرتو مدل تحلیلی پیشنهادی بسنجیم، روشن می‌شود که هر دو محورهای اصلی مدل را پوشش می‌دهند، اما هر کدام با تأکید بر بخشی خاص. «درون و بیرون» در محور «هیجان‌های همراه» و «راهبرد تغییر نگرش» به اوج می‌رسد، در حالی که در محور «سطح اجتماعی» کم‌رنگ‌تر است. «نام تو» در محور «راهبرد تغییر رفتار» و «پیامد جمعی» برجسته است، اما در نشان دادن کشمکش‌های درونی فردی کمتر عمق می‌یابد. از این رو می‌توان گفت که هر دو در نسبت با مدل موفق‌اند، اما هر یک یک‌سوی ماجرا را برجسته می‌سازند.

نقاط قوت و ضعف این دو روایت نیز در همین نسبت روشن می‌شود. قوت «درون و بیرون» وضوح و شفافیت درونی‌سازی فرآیند روان‌شناختی است؛ نقطه‌ضعفش، نادیده گرفتن ابعاد فرهنگی و اجتماعی. قوت «نام تو» پیوند زدن تضاد با اجتماع، زمان و تقدیر است؛ نقطه‌ضعفش، فقدان کاوش عمیق درونی در سطح فردی. همین مکمل بودن است که مقایسه را ثمربخش می‌کند: هر دو با هم تصویری کامل‌تر از ناهماهنگی می‌سازند.

اما فراتر از قوت و ضعف، این دو فیلم می‌توانند نظریه فستیگر را نیز گسترش دهند. «درون و بیرون» بعد تنظیم هیجان نظریه را برجسته می‌کند: نشان می‌دهد که کاهش ناهماهنگی در گرو مدیریت و هم‌زیستی هیجان‌هاست، نه صرفاً تغییر نگرش یا رفتار. «نام تو» بعد زمان و حافظه را می‌افزاید: تضاد نه فقط میان شناخت‌های هم‌زمان، بلکه میان شناخت‌هایی در دو زمان متفاوت رخ می‌دهد. همچنین بعد اجتماعی و آیینی را برجسته می‌کند: ناهماهنگی می‌تواند سرنوشت یک جامعه را تغییر دهد، نه فقط روان یک فرد را. این دو، در کنار هم، نظریه را از چارچوبی فردی و روان‌شناختی به چارچوبی چندلایه، هیجانی، زمانی و اجتماعی ارتقا می‌دهند.

از این رو، می‌توان گفت که «درون و بیرون» و «نام تو» دو قطب یک طیف‌اند: یکی درونی، فردی، هیجانی؛ دیگری بیرونی، اجتماعی، فرهنگی. و درست در هم‌نهادن این دو قطب است که تصویر کامل ناهماهنگی شناختی پدید می‌آید: چرخه‌ای که از اشک یک کودک تا نجات یک شهر امتداد می‌یابد؛ از فروپاشی جزایر شخصیت تا فروپاشی زمان و مکان. این امتداد، همان چیزی است که نظریه فستیگر در آغاز راه خود کمتر به آن توجه داشت، و اکنون هنر سینما آن را به صحنه آورده است. در جدول ۲، خلاصه‌ای از تحلیل تطبیقی دو انیمیشن آمده است.

جدول ۲. جدول خلاصه تحلیل تطبیقی دو انیمیشن «درون و بیرون» (۲۰۱۵) و «نام تو» (۲۰۱۶) - منبع: نگارنده

محور	«درون و بیرون» (۲۰۱۵)	«نام تو» (۲۰۱۶)	بینش ترکیبی / تطبیقی
منشأ ناهماهنگی	مهاجرت، تغییر محیط، تضاد میان ثبات و تغییر	جابه‌جایی بدن و زمان، تضاد میان هویت فردی و دیگری/فاصله زمانی	ناماهنگی در اولی بیرونی و محیطی است، در دومی درونی و وجودی؛ هر دو با جابه‌جایی (مکان یا بدن) آغاز می‌شوند.
شدت ناهماهنگی	فروپاشی جزایر شخصیت (مقیاس فردی/روانی)	نابودی ایتموری و مرگ صدها نفر (مقیاس جمعی/تاریخی)	شدت تضاد از فرد به جمع گسترش می‌یابد؛ دو مقیاس متفاوت اما مشابه در ساختار بحرانی.
هیجان‌های همراه	غم به‌عنوان هیجان محوری؛ پذیرش غم شرط بلوغ	عشق و فقدان به‌عنوان هیجانات اصلی؛ عشق محرک نهایی برای تعادل	غم و عشق دو چهره یک امرند: هیجان‌های ناهماهنگی‌زا که به عامل تعادل بدل می‌شوند.
راهبردهای کاهش	تغییر نگرش (پذیرش غم)، افزودن شناخت همساز (خاطرات چندرنگ)	نوشتن قوانین، جست‌وجوی اطلاعات، تغییر رفتار اجتماعی (تخلیه شهر)، تغییر نگرش (دوستت دارم)	اولی راهبردی درون‌فردی دارد، دومی بین‌فردی و اجتماعی؛ هر دو از تغییر نگرش به‌عنوان گام نهایی استفاده می‌کنند.
پیامد روایی	تعادل تازه فردی، بلوغ روانی رایلی، کنسول بزرگ‌تر	نجات جمعی، پیوند عاشقانه نهایی، امتداد هویت در سطح اجتماعی و زمانی	تعادل در اولی روانی و درونی است، در دومی اجتماعی و تاریخی؛ هر دو به بازسازی هویت می‌انجامند.
نقاط قوت	وضوح درونی‌سازی فرآیند روان‌شناختی، تصویرسازی مستقیم ذهن	پیوند تضاد با زمان، فرهنگ، تقدیر و اجتماع	دو الگوی مکمل: یکی خردروان‌شناختی و دیگری کلان‌فرهنگی.
نقاط ضعف	غیبت لایه اجتماعی و فرهنگی	کاوش کمتر در کشمکش درونی فردی	هرکدام کمبود سوی دیگر را دارند؛ در کنار هم چرخه کامل‌تری از ناهماهنگی را نشان می‌دهند.

محور	«درون و بیرون» (۲۰۱۵)	«نام تو» (۲۰۱۶)	بینش ترکیبی / تطبیقی
گسترش نظریه فستینگر	برجسته‌سازی بُعد «تنظیم هیجان» و نقش هم‌زیستی هیجان‌ها	افزودن ابعاد «زمان، حافظه و اجتماع» به نظریه	ترکیب این دو فیلم نظریه فستینگر را از روان فردی به نظامی هیجانی-زمانی-اجتماعی ارتقا می‌دهد.

نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که دو انیمیشن «درون و بیرون» و «نام تو» هر یک در عین تفاوت‌های زمینه‌ای و فرهنگی، چرخه ناهماهنگی شناختی فستینگر را به‌طرزی کامل و هنری بازنمایی می‌کنند. «درون و بیرون» تضاد را در سطح درون فردی و هیجانی به تصویر می‌کشد؛ جایی که پذیرش غم و هم‌زیستی هیجان‌های متعارض شرط دستیابی به تعادل روانی و بلوغ شخصیت است. در مقابل، «نام تو» تضاد را به سطحی جمعی و زمانی می‌برد؛ عشق و فقدان، جابه‌جایی بدن و فاصله سه‌ساله، و نهایتاً نجات یک شهر، همه نشان می‌دهند که ناهماهنگی شناختی می‌تواند نه تنها روان فرد، بلکه سرنوشت اجتماعی و فرهنگی را نیز دگرگون سازد. در کنار هم، این دو اثر تصویری چندسطحی و مکمل از نظریه فستینگر ارائه می‌دهند: از فروپاشی جزایر شخصیت یک کودک تا فروپاشی یک اجتماع کامل، از پذیرش غم فردی تا کنش جمعی برای بقا.

از منظر نظری، این پژوهش سه دستاورد اساسی دارد: نخست، ترجمه چرخه ناهماهنگی شناختی به زبان روایت و پیرنگ؛ دوم، تمایز میان سطوح فردی، هیجانی، اجتماعی و زمانی در تجربه تضاد شناختی؛ و سوم، گسترش نظریه با افزودن ابعاد هیجان‌تنظیمی («درون و بیرون») و ابعاد زمان، حافظه و اجتماع («نام تو»). از منظر روشی، پژوهش مدل پنج‌محوری (منشأ، شدت، هیجان، راهبرد، پیامد) را به‌عنوان ابزاری نظام‌مند برای تحلیل روایی ارائه داد؛ مدلی که قابلیت تکرار در مطالعات آینده را دارد. از منظر کاربردی، مقاله نشان داد که انیمیشن می‌تواند بستری آموزشی و فرهنگی برای درک مفاهیم پیچیده روان‌شناسی اجتماعی باشد و پلی بزند میان نظریه و تجربه زیسته.

بدین‌سان، دستاورد نهایی مقاله آن است که ناهماهنگی شناختی را باید پدیده‌ای چندبعدی و پویا دانست: چرخه‌ای که از هیجان‌های درونی آغاز می‌شود، در حافظه و زمان امتداد می‌یابد، و در نهایت به بستر اجتماعی و فرهنگی می‌رسد. این پژوهش در عین وفاداری به چارچوب فستینگر، کاستی‌های اولیه نظریه در بی‌توجهی به هیجان‌ها و اجتماع را آشکار کرد و با تحلیل تطبیقی دو اثر از دو سنت سینمایی متفاوت، افق‌های تازه‌ای برای توسعه نظریه و کاربردهای آن در مطالعات فرهنگی و هنری گشود.

منابع

- Bran, A., & Vaidis, D. C. (2020). On the Characteristics of the Cognitive Dissonance State: Exploration Within the Pleasure Arousal Dominance Model. *Psychologica Belgica*, 60(1), 86–102. <https://doi.org/10.5334/pb.517>
- Cancino-Montecinos, S., Björklund, F., & Lindholm, T. (2020). A General Model of Dissonance Reduction: Unifying Past Accounts via an Emotion Regulation Perspective. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540081>

- Cooper, J. (2019). Cognitive Dissonance: Where We've Been and Where We're Going. *International Review of Social Psychology*, 32(1). <https://doi.org/10.5334/irsp.277>
- Crespo, M. (2023). Cognitive Dissonance: Analysis of the Theory. *Themis: Research Journal of Justice Studies and Forensic Science*, 11(1). <https://doi.org/10.55917/2324-6561.1111>
- Docter, P. (2015). *Inside Out* [Video recording]. Walt Disney Studios Motion Pictures.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
- Festinger, L. (1962). Cognitive Dissonance. *Scientific American*, 207(4), 93–106. <https://doi.org/10.1038/scientificamerican1062-93>
- Festinger, L., & Carlsmith, J. M. (1959). Cognitive consequences of forced compliance. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58(2), 203–210. <https://doi.org/10.1037/h0041593>
- Gulya, J. J. (2017). Applications in the Classroom: Teaching Disney/Pixar's *Inside Out* within the Tradition of Allegorical Personification. *Dialogue: The Interdisciplinary Journal of Popular Culture and Pedagogy*, 4(1), Article 7. <https://digitalcommons.unl.edu/dialogue/vol4/iss1/7>
- Harmon-Jones, E., & Mills, J. (2019). An introduction to cognitive dissonance theory and an overview of current perspectives on the theory. In *Cognitive dissonance: Reexamining a pivotal theory in psychology (2nd ed.)*. (pp. 3–24). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000135-001>
- Kadafi, M., & Utami, S. M. B. (2021). Locality in Makoto Shinkai's *Kimi no Na wa*: Negotiating Japanese Youth Identity. *IZUMI*, 10(1), 21–31. <https://doi.org/10.14710/izumi.10.1.21-31>
- Katzovitz, F. (2024). *Festinger and the Theory of Cognitive Dissonance: History and Research Application*.
- Marikyan, D., Papagiannidis, S., & Alamanos, E. (2023). Cognitive Dissonance in Technology Adoption: A Study of Smart Home Users. *Information Systems Frontiers*, 25(3), 1101–1123. <https://doi.org/10.1007/s10796-020-10042-3>
- Martinez, A., Campera, M., & Nekaris, K. A. I. (2022). The Use of Live Action, Animation, and Computer-Generated Imagery in the Depiction of Non-Human Primates in Film. *Animals*, 12(12), 1576. <https://doi.org/10.3390/ani12121576>
- Matz, D. C., & Wood, W. (2005). Cognitive Dissonance in Groups: The Consequences of Disagreement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 22–37. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.22>
- McLeod, S. (2025). *What is Cognitive Dissonance Theory?* Simply Psychology. <https://www.simplypsychology.org/cognitive-dissonance.html>

Mujani, S., Ruliandara, T., & Engelbertha, R. (2024). THE EMOTIONAL LANDSCAPE OF 'INSIDE OUT': A CRITICAL ANALYSIS. *JELL (Journal of English Language and Literature) STIBA-IEC Jakarta*, 9(01), 89–96. <https://doi.org/10.37110/jell.v9i01.210>

Praveen, C. K., & Srinivasan, K. (2022). Psychological Impact and Influence of Animation on Viewer's Visual Attention and Cognition: A Systematic Literature Review, Open Challenges, and Future Research Directions. *Computational and Mathematical Methods in Medicine*, 2022, 1–29. <https://doi.org/10.1155/2022/8802542>

Shinkai, M. (2016). *Your Name* [Video recording]. Toho.

پانویس‌ها

¹Leon Festinger

²Cognitive dissonance

³انیمیشن «درون و بیرون» محصول سال ۲۰۱۵ ایالات متحده، به کارگردانی پیت داکتر و با همکاری رانی دل کارمن در داستان‌پردازی است. این فیلم توسط استودیوی پیکسار ساخته و از سوی والت دیزنی استودیوز موشن پیکچرز توزیع شد. مدت‌زمان آن ۹۵ دقیقه است و با بودجه‌ای حدود ۱۷۵ میلیون دلار تولید شد. فروش جهانی آن به حدود ۸۵۸/۸ میلیون دلار رسید. داستان فیلم درباره دختری یازده‌ساله به نام «رایلی» است که پنج احساس اصلی ذهنش—شادی، غم، ترس، خشم و انزجار—زندگی و تصمیم‌های او را هدایت می‌کنند. هنگامی که شادی و غم به‌طور ناگهانی از مرکز فرماندهی ذهن او دور می‌شوند، تعادل روانی رایلی به هم می‌خورد و این دو احساس برای بازگرداندن ثبات درونی‌اش سفری پرماجر را آغاز می‌کنند.

⁴انیمیشن «نام تو» محصول سال ۲۰۱۶ ژاپن، به کارگردانی ماکوتو شینکای و ساخته استودیوی CoMix Wave Films است که توسط شرکت توهو منتشر شد. این فیلم ۱۰۷ دقیقه زمان دارد و با بودجه‌ای حدود ۷۵۰ میلیون ین (نزدیک به ۷/۵ میلیون دلار آمریکا) ساخته شد. فروش جهانی آن حدود ۴۰۵ میلیون دلار گزارش شده است. روایت فیلم درباره دو نوجوان به نام‌های «میتسوها» و «تاکا» است که در شهرهای متفاوتی زندگی می‌کنند و به‌طور رازآلودی بدن‌هایشان با یکدیگر عوض می‌شود. این پیوند نامعمول آن‌ها را به درکی تازه از زمان، سرنوشت و حادثه‌ای فاجعه‌بار در گذشته سوق می‌دهد.

⁵Makoto Shinkai

⁶Narrative Analysis

⁷Martinez

⁸Praveen

⁹Mujani

¹⁰Joy

¹¹Sadness

¹²Riely

¹³Gulya

¹⁴Kadafi

¹⁵Utami

¹⁶Bran

¹⁷Vaidis

¹⁸Carlsmith

¹⁹Elliot

²⁰Devine

²¹Anger

²²Fear

²³Disgust

٭Bing Bong
٭Harmon-Jones
٭Mitsuha
٭Taki
٭Cooper
٭Fazio
٭Meyer
٭Schachter

آماده انتشار فرهنگی دنیا

A Comparative Analysis of “Cognitive Dissonance” in the Animated Films *Inside Out* (2015) and *Your Name* (2016) Based on Leon Festinger’s Theory

Abstract

Background:

This study offers a comparative analysis of how cognitive dissonance—as conceptualized by Leon Festinger—is represented in two animated films from distinct cultural and cinematic traditions: Pixar’s *Inside Out* (2015) and Makoto Shinkai’s *Your Name*. (2016). Although emerging from different narrative universes—one psychological and internal, the other metaphysical and temporal—both films dramatize the human inability to sustain conflicting cognitions. The research seeks to explore how each narrative transforms psychological tension into narrative conflict and emotional evolution, thus expanding the theoretical and artistic dimensions of cognitive dissonance beyond its original psychological scope.

Methodology:

The research adopts a qualitative, interpretive, and comparative design based on narrative plot analysis. A five-axis analytical model—derived from the theoretical principles of Festinger’s theory and adapted for narrative inquiry—serves as the primary tool. The model investigates (1) the source of dissonance, (2) the intensity of dissonance, (3) accompanying emotions, (4) dissonance-reduction strategies, and (5) narrative outcomes. Each axis is operationalized through plot indicators such as conflict scenes, character choices, emotional cues, and shifts in narrative trajectory. The selected films were analyzed scene by scene to identify moments of cognitive tension and to interpret the characters’ psychological and behavioral responses.

Findings:

The comparative analysis reveals that *Inside Out* and *Your Name*. both reproduce the full cycle of cognitive dissonance—initial conflict, psychological strain, attempted reduction, and establishment of a new equilibrium—but they differ in locus, scale, and emotional tonality. In *Inside Out*, dissonance arises from environmental change and emotional regulation: Riley’s migration triggers a conflict between stability and adaptation, embodied in the interplay between Joy and Sadness. The film visualizes intrapsychic dissonance through the collapse of “Islands of Personality,” resolving it via a change in cognition—acceptance of sadness as an essential emotional function. Conversely, *Your Name*. externalizes dissonance in a spatio-temporal and collective framework: body-swapping, temporal displacement, and the

destruction of Itomori symbolize the fragmentation of identity and reality. Dissonance is reduced not through internal cognitive change alone but through collective action, memory reconstruction, and the affective force of love. While *Inside Out* privileges emotional integration as the dissonance-reducing strategy, *Your Name.* emphasizes behavioral and relational transformation leading to social salvation.

Conclusion:

The findings indicate that both films extend Festinger's model in directions that psychology alone does not fully address. *Inside Out* enriches the theory by underscoring the emotion-regulatory dimension of dissonance: equilibrium is achieved not merely through cognitive realignment but through affective reconciliation. *Your Name.* broadens the framework by integrating temporal, mnemonic, and cultural dimensions, demonstrating that cognitive dissonance can operate across identities, time frames, and collective memory. The proposed five-axis model proves effective in mapping these complex correspondences, translating psychological theory into narrative mechanics. Ultimately, the study argues that *Inside Out* and *Your Name.* represent two poles of a single continuum—the former inward, individual, and affective; the latter outward, social, and cosmological. Together they exemplify how contemporary animation transforms psychological conflict into a multilayered narrative grammar, revealing cognitive dissonance as a structural and emotional engine of storytelling.

Keywords: Cognitive Dissonance; Leon Festinger; Comparative Analysis; Animation; Inside Out (2015); Your Name. (2016)