

تفکر زمینه‌ای (Contextual Thinking):

مدلی برای قضاوت عمیق، کاهش خطای دید و مدیریت هیجان در زندگی فردی، اجتماعی و کنش جمعی

نویسنده: پیمان بخشایش

برای تمرین فکری گروه چرچیل ها / کرچین ها

تاریخ: ۲ ژوئن ۲۰۲۶

چکیده

تفکر زمینه‌ای یا Contextual Thinking یک شیوه فهم و قضاوت است که انسان را از مرکزیت کاذب خود خارج می‌کند و به او می‌آموزد رویدادها، رفتارها و تعارض‌ها را در بستر تاریخی، خانوادگی، اجتماعی، سازمانی، اقتصادی و روان‌شناختی آن‌ها ببیند. در این مدل، هیچ رفتار انسانی به صورت مجرد و بی‌ریشه تفسیر نمی‌شود؛ هر رفتار در شبکه‌ای از پیشینه‌ها، فشارها، محدودیت‌ها، نقش‌ها، ترس‌ها، منافع، عادت‌ها، فرهنگ و زمان قابل فهم است. هدف این مقاله ارائه یک چارچوب علمی و آموزشی برای تمرین تفکر زمینه‌ای است: چارچوبی که می‌تواند به اعضای یک گروه فکری کمک کند به جای واکنش سریع، قضاوت شخصی، برچسب‌زنی و تقسیم انسان‌ها به دوست و دشمن، از نگاه هلیکوپتری و ۳۶۰ درجه استفاده کنند. مقاله نشان می‌دهد که تفکر زمینه‌ای با نظریه اسناد در روان‌شناسی اجتماعی، خطای اسناد بنیادین، نظریه نظام‌های بوم‌شناختی برون‌فبرنر، تفکر سیستمی، آگاهی موقعیتی و مهارت دیدگاه‌گیری ارتباط مستقیم دارد. نتیجه عملی این رویکرد، کاهش سوء تفاهم، افزایش دقت تصمیم‌گیری، کاهش تلاطم هیجانی و تقویت ظرفیت همکاری در شرایط پیچیده است.

واژگان کلیدی: تفکر زمینه‌ای، Contextual Thinking، خطای اسناد بنیادین، دیدگاه هلیکوپتری، تفکر سیستمی، تنظیم هیجان، آگاهی موقعیتی، قضاوت اجتماعی.

۱. مقدمه: چرا انسان به تفکر زمینه‌ای نیاز دارد؟

بخش بزرگی از رنج‌های روانی و خطاهای ارتباطی انسان از یک اشتباه ساده آغاز می‌شود: انسان جهان را طوری می‌بیند که گویی خودش مرکز همه رویدادهاست. اگر کسی تند حرف بزند، نتیجه می‌گیرد: «او از من بدش می‌آید». اگر کسی حمایت نکند، نتیجه می‌گیرد: «او دشمن من است». اگر والدین، همکاران، دوستان یا اعضای یک گروه مطابق انتظار رفتار نکنند، ذهن سریعاً به سمت برچسب می‌رود: خوب، بد، خشن، بی‌محبت، خودخواه، بی‌وفا یا بدذات.

اما در واقعیت، رفتار انسان‌ها معمولاً حاصل یک علت منفرد نیست. رفتارها محصول زنجیره‌ای از عوامل اند: تاریخچه شخصی، طبقه اجتماعی، تجربه مهاجرت، سن والدین در زمان تولد فرزند، وضعیت جسمانی و روانی خانواده، فرهنگ محل رشد، فشار اقتصادی، سیاست‌های سازمانی، نقش شغلی، ترس‌های پنهان، خاطرات شکست و موفقیت، و محدودیت‌های زمانه. تفکر زمینه‌ای یعنی دیدن همین زنجیره‌ها.

در تفکر زمینه‌ای، سؤال اصلی این نیست که «آیا او مرا دوست دارد یا ندارد؟» بلکه سؤال دقیق‌تر این است: «در چه زمینه‌ای، با چه پیشینه‌ای، تحت چه فشارهایی، با چه اطلاعاتی، و در چه نقشی چنین رفتاری از او سر زده است؟» این تغییر سؤال، انسان را از واکنش هیجانی به تحلیل عقلانی منتقل می‌کند.

برای گروه‌هایی که می‌خواهند در شرایط پیچیده اجتماعی و سیاسی فکر کنند، این مهارت حیاتی است. گروهی که اعضایش به سرعت به یکدیگر برچسب می‌زنند، انرژی خود را صرف سوءتفاهم داخلی می‌کند. اما گروهی که تفکر زمینه‌ای دارد، اختلاف‌ها را به داده تحلیلی تبدیل می‌کند و از تعارض برای فهم عمیق‌تر استفاده می‌کند.

۲. تعریف تفکر زمینه‌ای

تفکر زمینه‌ای را می‌توان چنین تعریف کرد: توانایی فهم یک رفتار، تصمیم یا رویداد با توجه به شبکه‌ای از عوامل تاریخی، اجتماعی، خانوادگی، سازمانی، فرهنگی، زیستی، روان‌شناختی و زمانی که آن رفتار یا رویداد را شکل داده‌اند.

در این تعریف، «زمینه» فقط یک توضیح فرعی نیست؛ بلکه بخشی از خود واقعیت است. یک جمله، یک خشم، یک سکوت، یک تصمیم شغلی یا یک موضع سیاسی فقط زمانی درست فهمیده می‌شود که جای آن را در بافت بزرگ‌تر ببینیم. تفکر زمینه‌ای به معنای توجیه کردن رفتار غلط نیست. همچنین به معنای بی‌مسئولیت کردن انسان‌ها نیست. این مدل می‌گوید پیش از قضاوت اخلاقی یا تصمیم عملی، باید نظام علت‌ها را تا حد ممکن دید.

در ادبیات روان‌شناسی اجتماعی، مسئله نزدیک به این بحث در نظریه اسناد دیده می‌شود. نظریه اسناد بررسی می‌کند که انسان‌ها چگونه علت رفتار خود و دیگران را توضیح می‌دهند. فریتز هایدلر نشان داد که افراد معمولاً رفتارها را یا به عوامل درونی مانند شخصیت و نیت نسبت می‌دهند یا به عوامل بیرونی مانند موقعیت و فشار محیطی (Heider, 1958). تفکر زمینه‌ای تلاش می‌کند نسبت میان این دو سطح را دقیق‌تر ببیند و از افراط در توضیح‌های شخصیتی جلوگیری کند.

۳. خطای اسناد بنیادین: دشمن اصلی تفکر زمینه‌ای

یکی از مهم‌ترین مفاهیم علمی برای فهم تفکر زمینه‌ای، خطای اسناد بنیادین است. لی راس در سال ۱۹۷۷ این اصطلاح را برای اشاره به تمایل انسان‌ها به کار برد: ما معمولاً رفتار دیگران را بیش از حد به شخصیت آن‌ها نسبت می‌دهیم و نقش موقعیت، فشار، ساختار و زمینه را کمتر از واقعیت می‌بینیم (Ross, 1977).

مثلاً اگر همکاری در جلسه تند صحبت کند، ذهن سریع می‌گوید: «او آدم خشنی است.» اما تفکر زمینه‌ای می‌پرسد: آیا او تحت فشار زمانی بوده؟ آیا از مدیر بالا دستی فشار گرفته؟ آیا سابقه شکست در موضوع مشابه دارد؟ آیا نقش سازمانی‌اش او را مجبور به دفاع سخت کرده؟ آیا سبک ارتباطی او در خانواده یا فرهنگ کاری‌اش متفاوت شکل گرفته؟ آیا خستگی، درد، بیماری یا اضطراب وجود داشته است؟

این سؤال‌ها رفتار بد را خوب نمی‌کنند، اما قضاوت را دقیق‌تر می‌کنند. انسان زمینه‌مند میان فهم و تأیید تفاوت می‌گذارد. او می‌داند که فهمیدن علت یک رفتار به معنای پذیرش اخلاقی آن رفتار نیست. این تمایز برای بلوغ فکری ضروری است.

۴. نگاه هلیکوپتری: خروج از زندان «من محوری»

استعاره «نگاه هلیکوپتری» برای تفکر زمینه‌ای بسیار مناسب است. انسان وقتی در وسط یک واقعه قرار دارد، فقط بخش کوچکی از آن را می‌بیند: جمله‌ای که شنیده، احساسی که تجربه کرده، انتظاری که برآورده نشده، یا آسیبی که دریافت کرده است. اما وقتی از بالا نگاه می‌کند، افراد، نقش‌ها، تاریخچه‌ها، فشارها و مسیرهای علت و معلولی را با هم می‌بیند.

نگاه هلیکوپتری سه لایه دارد: نخست، دیدن خود؛ دوم، دیدن دیگری؛ سوم، دیدن سیستم. دیدن خود یعنی فهم این‌که واکنش من نیز محصول گذشته، حساسیت‌ها، ترس‌ها و نیازهای من است. دیدن دیگری یعنی تلاش برای فهم نقش و زمینه طرف مقابل. دیدن سیستم یعنی درک این‌که بسیاری از رفتارها محصول ساختارهای بزرگ‌ترند: مهاجرت، طبقه، جنگ، سازمان، فرهنگ، دین، اقتصاد، رسانه، تاریخ و زمان.

این مدل با تفکر سیستمی هم‌پوشانی دارد. پیتر سنگه در مفهوم سازمان یادگیرنده تأکید می‌کند که باید به جای دیدن رویدادهای منفرد، الگوها، روابط و ساختارهای تولیدکننده آن رویدادها را دید (Senge, 1990). تفکر زمینه‌ای در سطح فردی و اجتماعی همین کار را انجام می‌دهد: از رویداد به الگو، از الگو به ساختار، و از ساختار به تاریخ حرکت می‌کند.

۵. زمینه‌های اصلی که باید در قضاوت دیده شوند

برای تمرین عملی، می‌توان زمینه‌های اصلی را در چند دسته بررسی کرد:

- زمینه خانوادگی: سن والدین، سلامت جسمانی و روانی آنان، کیفیت رابطه والدین، سبک تربیتی، مهاجرت، زبان خانه، تجربه فقر یا امنیت، حضور یا غیبت عاطفی.
- زمینه تاریخی: جنگ، انقلاب، تبعید، مهاجرت، فروپاشی اجتماعی، تجربه زندان، سرکوب، یا جابه‌جایی طبقاتی.
- زمینه فرهنگی: قواعد نانوشته احترام، شرم، آبرو، قدرت، جنسیت، دین، قومیت، سلسله‌مراتب و نقش خانواده.
- زمینه اقتصادی: فشار مالی، ناامنی شغلی، بدهی، وابستگی مالی، رقابت برای منابع محدود.

- زمینه سازمانی: نقش اداری، فشار مدیران، سیاست‌های پنهان، ساختار قدرت، ترس از تنبیه، فرهنگ گزارش‌دهی یا سرزنش.
- زمینه زیستی و روانی: خستگی، درد، بیماری، اضطراب، افسردگی، اختلال خواب، سوگ، تروما یا فرسودگی شغلی.
- زمینه زمانی: رفتار انسان‌ها در دوران بحران، انقلاب، جنگ، قحطی، مهاجرت یا تغییر سریع با رفتار آنان در دوران ثبات متفاوت است.

۶. مثال تحلیلی: والدین مهاجر و نسل اول مهاجرت

فرض کنیم فردی در اروپا بزرگ شده است، اما والدینش نسل اول مهاجر بوده‌اند. یک قضاوت ساده‌انگارانه ممکن است بگوید: «پدرم سخت‌گیر بود»، «مادرم اضطرابی بود»، «آنها مرا نفهمیدند» یا «آنها حمایت کافی نکردند». این گزاره‌ها ممکن است از نظر تجربه فردی درست باشند، اما کامل نیستند.

تفکر زمینه‌ای می‌پرسد: والدین در چه سنی مهاجرت کردند؟ زبان کشور جدید را چقدر می‌دانستند؟ در چه طبقه اجتماعی قرار گرفتند؟ آیا تحصیلات و جایگاه قبلی خود را از دست دادند؟ آیا حس تحقیر، بی‌قدرتی یا غریبی داشتند؟ آیا میان فرهنگ مبدا و مقصد رفتار بودند؟ آیا از ترس شکست فرزندان، کنترل‌گر شدند؟ آیا از دست دادن شبکه خویشاوندی باعث انزوای عاطفی شد؟

این نگاه، رنج فرزندان را حذف نمی‌کند؛ اما او را از زندان روایت تک‌علتی آزاد می‌کند. ممکن است نتیجه نهایی این باشد که والدین خطا داشته‌اند، اما خطای آنان درون یک زمینه شکل گرفته است. چنین فهمی می‌تواند خشم کور را به فهم بالغ، مرزبندی سالم و مسئولیت‌پذیری تبدیل کند.

۷. مثال تحلیلی: قضاوت درباره انسان‌ها در محیط کار

در محیط کار، افراد اغلب یکدیگر را با چند برچسب ساده توصیف می‌کنند: فلانی آدم خوبی است، فلانی بد ذات است، فلانی خوشونت دارد، فلانی وفادار است، فلانی علیه من است. این نوع قضاوت معمولاً بر اساس رابطه شخص با خود ما ساخته می‌شود. یعنی معیار «خوبی» این است که آیا او با من نرم رفتار کرده، به من کمک کرده یا در کنار من ایستاده است.

تفکر زمینه‌ای این معیار را کافی نمی‌داند. ممکن است کسی با من نرم باشد، اما از نظر سازمانی ضعیف، غیرصادق یا منفعت‌طلب باشد. ممکن است کسی با من سخت‌گیر باشد، اما از نظر حرفه‌ای دقیق، مسئول و قابل اعتماد باشد. بنابراین قضاوت باید بر اساس مجموعه داده‌ها باشد، نه فقط احساس من نسبت به برخورد او با من.

در سازمان‌ها، رفتار افراد به شدت تابع نقش است. مدیر، همکار، زیردست، نماینده قانونی، عضو کمیته، پزشک، معلم یا فعال سیاسی هرکدام در شبکه‌ای از مسئولیت، ترس، انگیزه و پاسخ‌گویی عمل می‌کنند. تفکر زمینه‌ای نقش را از شخصیت جدا می‌کند. این جداسازی از خطاهای بزرگ جلوگیری می‌کند.

۸. تفکر زمینه‌ای و تنظیم هیجان

یکی از ثمرات مهم تفکر زمینه‌ای، کاهش تلاطم هیجانی است. وقتی انسان هر رفتار ناخوشایند را حمله مستقیم به خود تعبیر می‌کند، دائماً در وضعیت دفاعی قرار می‌گیرد. اما وقتی همان رفتار را در زمینه بزرگ‌تر می‌بیند، فاصله شناختی ایجاد می‌شود. این فاصله به معنای بی‌احساسی نیست؛ به معنای مدیریت احساس است.

دانیل کانمن در تحلیل نظام‌های شناختی نشان می‌دهد که ذهن انسان دو شیوه عمده پردازش دارد: پردازش سریع، شهودی و واکنشی؛ و پردازش آهسته، تحلیلی و پرهزینه (Kahneman, 2011). تفکر زمینه‌ای انسان را از پردازش سریع «او بد است» به پردازش آهسته‌تر «چه زنجیره‌ای از علل این رفتار را ساخته است؟» منتقل می‌کند.

این تغییر، هم اخلاقی است و هم عملی. اخلاقی است چون پیش از محکوم کردن، تلاش می‌کند بفهمد. عملی است چون تصمیم‌های دقیق‌تر می‌سازد. در بحران‌های سیاسی، خانوادگی و سازمانی، تصمیمی که از هیجان خام بیاید معمولاً هزینه‌ساز است؛ تصمیمی که از فهم زمینه بیاید، احتمال خطا را کاهش می‌دهد.

۹. ارتباط با آگاهی موقعیتی و تصمیم‌گیری در محیط‌های پیچیده

در علوم انسانی-عوامل و تصمیم‌گیری عملیاتی، مفهوم آگاهی موقعیتی اهمیت زیادی دارد. اندزلی آگاهی موقعیتی را به‌عنوان فهم وضعیت فعلی، ادراک عناصر محیط، درک معنای آن‌ها و پیش‌بینی پیامدهای احتمالی

در آینده توضیح می‌دهد (Endsley, 1995). تفکر زمینه‌ای در روابط انسانی نسخه اجتماعی همین مهارت است.

فردی که آگاهی موقعیتی دارد، فقط به یک داده منفرد واکنش نشان نمی‌دهد؛ او داده را در نقشه بزرگ‌تر قرار می‌دهد. در سیاست، پزشکی، مدیریت بحران، فعالیت مدنی و رهبری گروهی، شکست اغلب از ناتوانی در دیدن زمینه می‌آید. انسان یا گروهی که فقط رویداد سطحی را می‌بیند، با هر موجی تکان می‌خورد. اما کسی که زمینه را می‌بیند، میان رویداد، روند و ساختار تفاوت می‌گذارد.

۱۰. جدول عملی: تفاوت تفکر شخصی‌محور و تفکر زمینه‌ای

تفکر شخصی‌محور	تفکر زمینه‌ای
او با من بد حرف زد، پس آدم بدی است.	او بد حرف زد؛ باید ببینم چه فشار، نقش، سابقه یا هدفی پشت این رفتار بوده است.
هرکس از من حمایت نکرد، علیه من است.	ممکن است حمایت نکردن ناشی از ترس، محدودیت، بی‌اطلاعی، نقش سازمانی یا محاسبه متفاوت باشد.
احساس من معیار حقیقت است.	احساس من یک داده مهم است، اما همه حقیقت نیست.
افراد را به دوست و دشمن تقسیم می‌کنم.	افراد را در شبکه‌ای از نقش‌ها، منافع، ترس‌ها، ارزش‌ها و محدودیت‌ها می‌بینم.
قضاوت سریع آرامم می‌کند.	تحلیل آهسته دقتم را بالا می‌برد و از خطای محاسبه کم می‌کند.
رفتار را به شخصیت تقلیل می‌دهم.	رفتار را در تعامل شخصیت، موقعیت و سیستم می‌فهمم.

۱۱. روش پنج مرحله‌ای تمرین تفکر زمینه‌ای

برای تمرین گروهی، می‌توان از مدل پنج مرحله‌ای زیر استفاده کرد:

۱. توقف شناختی: پیش از واکنش، چند ثانیه یا چند دقیقه توقف کنید. جمله کلیدی: «شاید تمام واقعیت چیزی نیست که اکنون احساس می‌کنم.»
۲. جمع‌آوری زمینه: تاریخچه، نقش‌ها، فشارها، منافع، ترس‌ها، محدودیت‌ها و اطلاعات ناقص را شناسایی کنید.
۳. تفکیک داده از تفسیر: آنچه واقعاً اتفاق افتاده را از برداشتی که ذهن شما ساخته جدا کنید.
۴. ساخت چند فرضیه: به جای یک علت، سه تا پنج توضیح ممکن برای رفتار یا رویداد بسازید.
۵. تصمیم مسئولانه: پس از فهم زمینه، تصمیم بگیرید؛ فهمیدن زمینه به معنای انفعال نیست. گاهی نتیجه، گفت‌وگو است؛ گاهی مرزبندی؛ گاهی ترک رابطه؛ گاهی همکاری دقیق‌تر.

۱۲. تمرین‌های پیشنهادی برای گروه چرچیل‌ها / کرچین‌ها

تمرین اول: بازنویسی یک قضاوت سریع

- هر عضو یک جمله قضاوتی بنویسد: «فلانی آدم ... است.» سپس همان جمله را به زبان زمینه‌ای بازنویسی کند: «رفتار فلانی ممکن است از ترکیب ... ناشی شده باشد.»

تمرین دوم: نقشه ۳۶۰ درجه یک تعارض

- یک تعارض واقعی را انتخاب کنید و چهار ستون بسازید: من چه دیدم؟ طرف مقابل چه دیده؟ سیستم چه نقشی داشته؟ تاریخچه چه اثری گذاشته؟

تمرین سوم: سه فرضیه پیش از قضاوت

- پیش از هر قضاوت قطعی درباره یک رفتار، سه توضیح جایگزین بنویسید. این کار ذهن را از خطای اسناد بنیادین دور می‌کند.

تمرین چهارم: تفکیک فهم از تأیید

- گروه یک رفتار نامطلوب را تحلیل کند و صریحاً دو جمله جدا بنویسد: «علت‌های احتمالی این رفتار چیست؟» و «مرز اخلاقی یا عملی ما در برابر این رفتار چیست؟»

تمرین پنجم: خروج از مرکزیت خود

- هر عضو یک رویداد ناراحت‌کننده شخصی را طوری تحلیل کند که گویی مشاور بی‌طرفی است که از بالا به صحنه نگاه می‌کند.

۱۳. تفکر زمینه‌ای چه چیزهایی نیست؟

- تفکر زمینه‌ای توجیه ظلم، خشونت، خیانت یا بی‌مسئولیتی نیست.
- تفکر زمینه‌ای به معنای حذف مسئولیت فردی نیست؛ انسان‌ها همچنان مسئول انتخاب‌های خود هستند.
- تفکر زمینه‌ای بی‌احساسی نیست؛ بلکه مدیریت احساس با کمک تحلیل است.
- تفکر زمینه‌ای نسبی‌گرایی مطلق نیست؛ می‌توان زمینه را فهمید و همچنان خط قرمز اخلاقی داشت.
- تفکر زمینه‌ای کندی و انفعال نیست؛ در بحران‌ها نیز می‌توان سریع عمل کرد، اما با نقشه بهتر.

۱۴. کاربرد در فعالیت مدنی و سیاسی

- در فعالیت مدنی و سیاسی، نبود تفکر زمینه‌ای می‌تواند بسیار مخرب باشد. در دوران‌های انقلابی یا بحرانی، احساسات جمعی شدت می‌گیرد. افراد با شتاب یکدیگر را خائن، نفوذی، بی‌غیرت، افراطی، ترسو یا دشمن می‌نامند. این زبان، انرژی جنبش‌ها را می‌فرساید و ظرفیت عقلانی جمع را پایین می‌آورد.
- تفکر زمینه‌ای به کنشگران می‌آموزد که اختلاف موضع الزاماً خیانت نیست. سکوت الزاماً دشمنی نیست. ترس الزاماً بی‌غیرتی نیست. تندی الزاماً بدذاتی نیست. البته ممکن است خیانت، نفوذ، ترس یا خشونت واقعی هم وجود داشته باشد؛ اما تشخیص آن‌ها نیازمند شواهد، زمینه و تحلیل است، نه واکنش فوری.

یک گروه بالغ سیاسی باید بتواند میان هیجان مشروع و قضاوت شتابزده تفاوت بگذارد. خشم نسبت به بی‌عدالتی می‌تواند موتور حرکت باشد، اما اگر بدون تفکر زمینه‌ای رها شود، به تخریب داخلی و خطای راهبردی منجر می‌شود. عقلانیت سیاسی یعنی دیدن صحنه کامل: مردم، حاکمیت، تاریخ، اقتصاد، نیروهای خارجی، فرهنگ، ترس‌ها، امیدها و محدودیت‌ها.

۱۵. نتیجه‌گیری

تفکر زمینه‌ای یکی از پایه‌های بلوغ فکری است. این شیوه تفکر به انسان کمک می‌کند از مرکزیت کاذب خود بیرون بیاید، جهان را فقط از زاویه منفعت یا آسیب شخصی نبیند، و رفتار انسان‌ها را در زنجیره‌ای از علت‌ها، نقش‌ها و زمینه‌ها تحلیل کند. چنین نگاهی خطای دید را کاهش می‌دهد و قضاوت را عادلانه‌تر، دقیق‌تر و کم‌هیجان‌تر می‌کند.

در زندگی خانوادگی، تفکر زمینه‌ای به ما کمک می‌کند والدین، فرزندان، همسر و نزدیکان را در تاریخچه واقعی‌شان ببینیم. در محیط کار، ما را از برچسب‌زنی و سوءتفاهم دور می‌کند. در فعالیت سیاسی و اجتماعی، ظرفیت همکاری، راهبرد و تحمل اختلاف را افزایش می‌دهد. این مدل تفکر نه برای نرم کردن حقیقت، بلکه برای دقیق‌تر دیدن حقیقت است.

در نهایت، انسان زمینه‌مند کسی است که پیش از قضاوت، نقشه می‌سازد؛ پیش از برچسب، علت‌ها را جست‌وجو می‌کند؛ پیش از دشمن‌سازی، نقش‌ها و فشارها را می‌بیند؛ و پیش از واکنش، از خود می‌پرسد: «من اکنون فقط از درون احساس خودم نگاه می‌کنم، یا واقعاً صحنه را از بالا و ۳۶۰ درجه می‌بینم؟»

ضمیمه: چک‌لیست یک‌صفحه‌ای تفکر زمینه‌ای

- واقعیت خام چیست و تفسیر من چیست؟
- من در این رویداد چه حساسیت شخصی یا سابقه‌ای دارم؟
- طرف مقابل در چه نقش، فشار یا محدودیتی قرار دارد؟
- چه زمینه خانوادگی، تاریخی، فرهنگی، سازمانی یا اقتصادی ممکن است مؤثر باشد؟
- آیا من دچار خطای اسناد بنیادین شده‌ام؟
- آیا حداقل سه توضیح جایگزین برای این رفتار دارم؟
- آیا فهمیدن زمینه را با تأیید رفتار اشتباه نگرفته‌ام؟
- تصمیم مسئولانه من پس از فهم زمینه چیست؟

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In *International Encyclopedia of Education* (2nd ed.). Elsevier.
- Endsley, M. R. (1995). Toward a theory of situation awareness in dynamic systems. *Human Factors*, 37(1), 32-64.
- Heider, F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. John Wiley & Sons.
- Jones, E. E., & Harris, V. A. (1967). The attribution of attitudes. *Journal of Experimental Social Psychology*, 3(1), 1-24.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux.
- Langdrige, D., & Butt, T. (2004). The fundamental attribution error: A phenomenological critique. *British Journal of Social Psychology*, 43(3), 357-369.
- Marzano, R. J. (1987). *Contextual Thinking: The Most Basic of the Cognitive Skills*. ERIC Clearinghouse.
- Ross, L. (1977). The intuitive psychologist and his shortcomings: Distortions in the attribution process. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10, 173-220.
- Senge, P. M. (1990). *The Fifth Discipline: The Art and Practice of the Learning Organization*. Doubleday.

Healey, M. L., & Grossman, M. (2018). Cognitive and affective perspective-taking: Evidence for shared and dissociable anatomical substrates. *Frontiers in Neurology*, 9, 491.