隧道效應

一張含有 鐵路隧道, 路, 側畫像 的圖片

自動產生的描述

隧道效應(Tunnel Effect)是一種心理學的人類心理現象，指的是，人在有壓力和困難的情況下，通常只能看見很立即、短淺的事物上，難有中長期的整體考量。 面對燃眉之急，我們的認知資源一旦被某些訊息占據，就會產生所謂的「隧道視野」，看到的就只是前後非常狹窄範圍，就像身處隧道，無法知道外面的狀況，以致於在做決策時沒辦法全面思考，無法做出最好的決策。

一個人所處的環境往往決定了他的認知水準，如果他所置身的環境無法接觸到更真實更完整的資訊，就會見識短淺、孤陋寡聞、以井觀天。有一個很生動的例子，讓我們更能體會什麼是隧道視野：

有一個大城市的攝影小組準備拍一部紀錄片，他們千里迢迢的來到鄉下，找到一位柿農要向他買1000個柿子，並拍下他們從樹上摘下柿子的過程，開價5000元，柿農很滿意的答應了這筆交易。他找來一個幫手，自己爬到樹上，用一個綁了彎鉤的竹竿，熟練的把樹上的柿子擰下來，幫手則幫他把柿子放入框中，他倆一邊工作一邊隨意聊天。結束拍片工作後，付了5000元給柿農準備離開，柿農看他們忘了帶上柿子，就提醒他們，得到的回答是：「我們買柿子的目的已經達到了，柿子還是留給柿農。」淳樸的柿農非常不解，喃喃自語道：「沒想到世界上還有這樣的傻瓜！」

還有一個流傳的笑話很傳神，指出人們往往只關注同類記憶材料中比較特別的部分，這就是心理上的隧道效應：

美國總統布希對CNN的記者說：「我們準備幹掉四百萬伊拉克人和一個修單車的。」CNN記者：「一個修單車的？為什麼要殺死一個修單車的？」布希轉身拍拍國務卿鮑爾的肩膀：「看吧，我就說沒有人會關心那四百萬伊拉克人。」

「隧道效應」給我們的啟示：

* 人在有壓力、急迫、資訊匱乏……等情況下，通常只能看見很立即、短淺的事物上，難以長遠思考，這種現象稱為「隧道效應」。
* 之所以難脫貧，可以用隧道效應來解釋。人處在匱乏狀態，容易把心力都集中在眼前的問題上，就會忽略了長遠來看更重要的事。例如，窮人為了賺錢過度疲累，眼前想到立即紓壓的事情通常是抽菸、喝酒，根本不會去想存錢，因此只要發生一點小意外就得去借錢解決，只好以債養債翻不了身，落得一生都在窮忙。
* 常常看到飆車族的車禍意外報導，那是因為騎車騎得太快，視野就會愈來愈小，只能看到前面一點點，沒辦法看清旁邊的東西(都是模糊的)，只要有任何突發狀況，就會來不及反應而生意外！

現在很流行的所謂「認知作戰」是不是也是一種隧道效應的另一種應用？也就是說要想辦法掌控資訊，讓人們產生隧道效應，只看到自己的前面一點點，看不到整體，怎麼會有客觀的判斷，做出正確的選擇呢？

我們是不是應該多方收集資訊，「尤其是」不同立場、不同角度的訊息，才能保持自己的獨立思考。就以俄烏戰爭為例，我們看到的訊息和觀點是不是很單向？思考一下為什麼會這樣？要如何才能得到全面一點的訊息避免隧道視野？