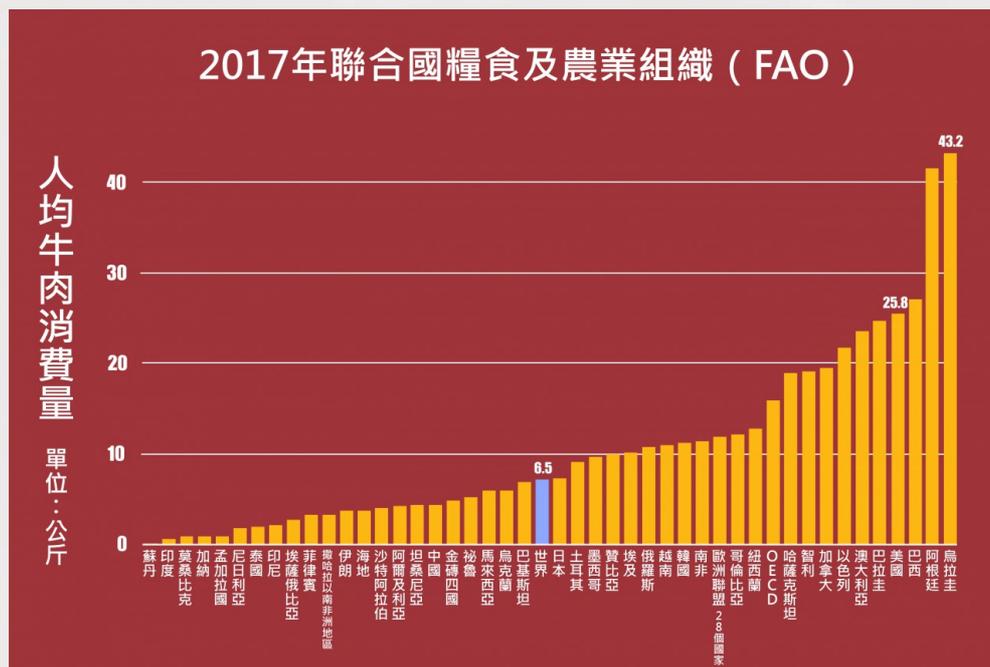


可愛化為武器 打擊肉類消費

顏筱娟 報導

2018/10/07

2014年德國指標性環保團體HeinrichBöll基金會，指出全世界的肉品消費量在2050年前會急遽攀升，其中亞洲將會最明顯。2016年聯合國糧農組織（FAO）在《糧食及農業現況報告》中指出，全球農業（包含林業、漁業和畜牧業）所排放的溫室氣體約佔總量的五分之一，和全球的交通運輸產業（含航空和海上運輸）不相上下。報告最後呼籲，各國政府應積極採取作為，減少肉類消費。這樣的作法不但能大幅減少負面環境影響，對人體也有潛在的健康效益。



2017年OECD經合組織與聯合國糧農組織合作所做的調查，發現世界人均牛肉消費量高達6.5公斤。全球有數十億人口，一年光是牛肉消耗量就很驚人。（圖片來源 / 顏筱娟製）資料來源：[OECD](#)

無肉不歡可能是世界上許多人的飲食原則。為何人們即使了解過度肉食消費所引起的環保議題，或本身喜愛動物，甚至不苟同殘害動物的行為，卻還是恣意享受已成盤中飧的動物？背後是否有一套心理作用在作祟？

雞肉不是雞？享用前先「解雞」

國立交通大學機構典藏系統版權所有 Produced by IR@NCTU

「我吃的是雞肉，而不是雞」，你有沒有這樣的經驗呢？將有感知、感情的動物與我們所吃的食物間建立一道牆，把「肉」與「動物」看待成不同物體。這種現象在心理學上稱為「解離 (dissociation)」。

解離的出現是為了避免內心出現「認知失調 (cognitive dissonance)」一個有力的做法。認知失調假設人類總希望自己的態度、信仰、行為都能保持一致，使我們能保持「認知一致性 (cognitive consistency)」。因此，當我們的行為與內心態度明顯不一致時，人的內心會採用一些替代方案來自圓其說，解離正是其中一個有效的方法。

挪威奧斯陸大學心理系Kunst博士與研究團隊於2016年透過五個一系列的實驗，驗證人是否將肉與動物的概念分離。其中最具代表性的實驗是透過觀看不同加工階段的雞肉圖片，了解人對於肉與動物間的聯繫程度。結果顯示雞肉越完整，實驗參與者將餐桌上的「雞肉」和活生生的「雞」進行解離的程度越高。而且研究發現把「雞」和「雞肉」看待成兩回事的程度越高，越降低同理心，解離的程度和同理心具有負向關係。



參與者所觀看的不同加工階段的雞肉圖片 (圖片來源 / [ScienceNordic](#), Kunst & Hohle)

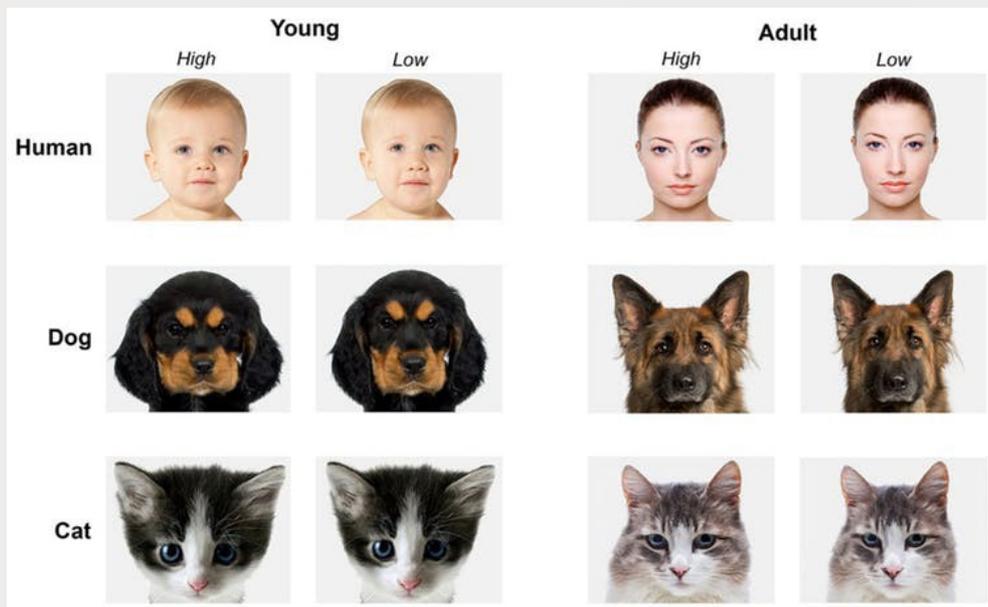
除了雞之外，研究者也使用豬與羊相關對比情境對實驗參與者進行測試。最後研究結果都發現，把肉和動物看作為兩件不同事物進行解離，才能降低噁心感、忽略同理心，才能使自己將肉嚥下肚。這種心理機制的發生是人們為了避免自己的價值觀出現矛盾，為了不讓「自己享受肉食的慾望」和「不願造成動物痛苦的心情」產生衝突，於是把肉和動物解離了。了解消費者背後的心理作用後，官方政府或許能透過在肉類廣告或肉食消費的環境中展示動物的圖片來影響人們的食肉意願。

用可愛喚回同理心

人類透過解離降低對動物的同理心，放心享用那些可能是被殘暴屠殺、或是養殖環境極差的動物，但是否能反其道而行，透過提升同理心，使人類對動物產生更多的憐憫之心，進而降低肉類消費？

牛津大學神經科學副教授Morten L. Kringelbach，於2016年在《Cell》發表一篇關於「可愛 (Cuteness)」如何吸引大腦注意力的論文。研究團隊透過對嬰兒及動物的某些特徵做比較，發現可愛的人類或是動物通常具有以下特徵：圓臉、大眼睛、小鼻子、小嘴巴、高額頭等。實驗結果也發現，當嬰兒或是小狗小貓可愛程度越高，實驗參與者的同理心會提升，進而在各種行為上更小心。

Kringelbach在論文結尾指出，可愛可能是形塑我們行為最強大的力量之一，使我們更富有同情心。



對比嬰兒和嬰兒動物（左）和成人及長大後的動物（右）。可愛度可透過誇大臉部的圓度，高額頭和大眼睛，小鼻子和嘴巴的高與低而近一步操縱。（圖片來源 / [The Conversation](#)）

可愛到捨不得吃

Kunst先前提出解離與肉食消費的關係，提供世人一個降低肉食消費的手法。而研究團隊後續觀察到「可愛」所造成的影響，發現還未有研究將可愛與肉食消費做連結，於是做了相關研究。今年於《Appetite》期刊中，提出一個新穎的概念「可愛度」，當動物看起來越可愛、或是看起來越像人類，人們對於可愛的動物做成的肉類美食意願也會降得越低。增加可愛度的方法就是把動物變成「娃娃臉」，只要把眼睛變大、下巴縮攏、圓頭對應於身體的比例變大，視覺上就越像一個小嬰兒。而越可愛、越像人類，使人們容易產生高同理心，進而降低食用肉品的意願。

然而，此研究是一個探索性的實驗，並非對過去已有的假說進行驗證，而是提出一個新穎的概念，因此有些實驗的限制，如：該研究許多結果都是間接關係，而非直接關係。另外，此實驗是在實驗室中所進行，並未考慮到現實層面中其他因素的影響，而且個人的飲食文化差異也無法在實驗中被控制。雖然出現些許限制，但該研究還是有一定的價值，提供後續研究者對於可愛度與肉食消費之間的影響一個新方向。

少吃肉 世界更美好

全球人口數不斷地攀升中，[聯合國](#)估計2030年全球人口將到達86億。全球人口的迅速發展致使肉類的需求量有增無減，若人類的飲食習慣不做些改變，過度食用肉品會是各國政府所持續面臨的難題。肉類的超需也加速了畜牧業的發展，進而造成環境污染、過度排放溫室氣體、全球暖化等問題，種種負面影響將會是全球一起面臨的後果。而這些研究的發現，不僅可以協助官方找到推行肉食減量政策的行銷方法，也提供後續的研究發展一條新道路。

最後，呼籲大家少吃些肉，友善生命、愛護地球資源。

縮圖來源：[Pixabay](#)



記者 顏筱娟



編輯 蘇嘉薇