

## می‌خواهم دروغ نگویم، اما نمی‌توانم!



تا به حال برایتان پیش آمده از روی کنجکاوی بخواهید چیزی یا واقعیتی را از کسی بی‌رسید و به قول خودمان او را سنگ قلاب کنید اما او شروع کند به آسمان و ریسمان بافتن و آخر هم راستش را نگوید؟

تا به حال برایتان پیش آمده از روی کنجکاوی بخواهید چیزی یا واقعیتی را از کسی بی‌رسید و به قول خودمان او را سنگ قلاب کنید اما او شروع کند به آسمان و ریسمان بافتن و آخر هم راستش را نگوید؟ «دروغ نمی‌گویم به خدا، من و دروغ؟» برای پنهان کردن حقیقت خیس عرق می‌شود، به چشمان مخاطب نگاه نمی‌کند، به لکنت می‌افتد، ناخواسته دستانش را به این سو و آن سو پرت می‌کند، با دگمه‌های پیراهنش بازی می‌کند و حرف هایش را آنقدر طولانی می‌کند تا رازش را نگوید. بهتر نیست بدون هیچ استرس و صرف انرژی یک کلمه بگوییم «نه» یا «نمی‌توانم پاسخ دهم»؟

به نوشته ایران، آدم‌های خالی‌بند کم نداریم. حرفه‌ای‌های این رشته برای اینکه حقیقت را نگویند از تکنیک‌های خاصی استفاده می‌کنند البته آماتورها بسته به شرایط، گاهی بازی را می‌بازند.

مثلاً از بعضی وقتی می‌پرسیم چقدر حقوق می‌گیرید؟ مکث می‌کند و ابتدا کمی می‌خندد و بعد می‌گوید: «تو که می‌دونی زندگی خیلی سخت شده، درآمد نیست. اجاره‌ها بالا رفته. نمی‌دونم پول برق رو چیکار کنم. بابام مریض شده باید بمرمش بیمارستان. از بانک زنگ زدن و گرفتن قسط هام عقب افتاده می‌خوان چک‌های ضامنم رو اجرا بذارن. دخترم رو باید مهدکودک ثبت‌نام کنم شهریه خیلی زیاده و...». آنقدر صغری و کبری می‌چیند که خودم هم از سؤال پیشیمان می‌شوم. چرا بعضی‌ها دروغ می‌گویند و عادت به راست گویی و اعتراف به اشتباه ندارند؟ چرا نمی‌توانیم راست بگوییم و به کسی که سؤال پرسیده بگوییم این سؤالات به زندگی شخصی من مربوط است و نمی‌توانم جواب بدهم؟

دکتر شیرین زینالی روانشناس کودک و نوجوان، ریشه دروغ‌گویی و پنهان کاری را در کودکی به اشتباه در نوع اصول تربیتی از سوی پدر و مادر می‌داند و می‌گوید: ناهنجاری‌های رفتاری و مشکلات در روابط بین فردی در اصول تربیتی دوران کودکی به‌خاطر تنبیه‌های والدین و شیوه‌های رفتاری آنان با فرزند در الگوگیری‌های رفتاری فرزندان تأثیر بسیاری دارد. فرهنگ ایرانی بنا بر واقعیت فرهنگی و بافت هنری خود معمولاً شیوه‌های تربیتی ملاحظه‌کارانه‌ای دارد و با نگاه به ادبیات کهن خود می‌توان شیوه‌های تربیتی ایرانی و نسل‌های پیشین مبنی بر نادیده گرفتن ابراز وجود کودک را براحتی مشاهده کرد.

«در فرهنگ تربیتی ما ایرانی‌ها کودک به عنوان موجودی پیرو در نظر گرفته می‌شود و در تربیت قدیمی‌ها کودک تحت فشار قرار می‌گرفت و مجبور بود ویژگی‌های منفی‌اش را پنهان و با ماسکی مثبت ابراز وجود کند. به عنوان مثال اکنون در مهدهای کودک مربی از کودکان می‌خواهد نگرانی و اضطراب خود را پنهان کنند و اگر اشتباه یا ناتوانی دارند به پدر و مادرشان نگویند و پنهان کاری کنند و بدین صورت دروغ‌گویی و از دست دادن جرأت گفتن واقعیت از همین دوره زمانی آغاز می‌شود.» یکی از دوستانم در صفحه شخصی‌اش نوشته: «یک عده آدم همسن و سال ما هستند که همیشه کارها و رفتارهاشون بهتر و برنامه زندگیشون دقیق‌تر از ماست. من هیچ وقت اونها رو ندیدم، اما هرکسی منو نصیحت می‌کنه به خوبی اونها را می‌شناسه.»

به اعتقاد دکتر زینالی در خانواده‌های ایرانی گاهی شیوه‌های تربیت، تنبیه مدارانه است و به همین دلیل اعتماد به نفس کودک زیرپا گذاشته می‌شود و او همیشه واهمه دارد که مبادا به خاطر گفتن حقیقت تنبیه شود و از سویی نیز مثال‌های پدر و مادر از رفتارهای پسندیده همسن و سال‌هایش موجب می‌شود کودک به خاطر بروز حس حسادت و خوب نشان دادن خود، ناخواسته به پنهانکاری تشویق شود.

او عنوان می‌کند: «از سویی در فرهنگ ما ایرانی‌ها مداخله و اظهار نظر در کار دیگران یک عادت است و برای بسیاری از افراد، محدوده مشخصی برای پیش رفتن در مسائل خصوصی افراد وجود ندارد. در روابط عادی، یک نفر به خود اجازه می‌دهد براحتی با شخص دیگری ارتباط برقرار کند و در همان برخورد نخست از شخصی‌ترین مسائل زندگی‌اش همچون وضعیت شغلی، ازدواج، درآمد، محل زندگی و حتی روابط خصوصیش سؤال کند و متأسفانه در فرهنگ ما عباراتی مثل «این سؤالات شخصی است» و «دوست ندارم بازگو کنم» وجود ندارد. به همین دلیل، فرد سؤال‌کننده اگر در برابر چنین پاسخ قاطعی قرار بگیرد، طعمه خود را گستاخ و بی‌نزاکت تلقی می‌کند اما در کشورهای توسعه یافته این نوع برخورد بسیار رایج است و کسی نمی‌تواند در مسائل شخصی دیگران دخالت یا سؤال کند. به طور کلی باید گفت جرأت «نه» گفتن در فرهنگ عمومی ما وجود

ندارد و به همین دلیل دروغ‌گویی و پنهان کاری جایگزین این اخلاق شده است.»

از همه اینها گذشته، خیلی از اوقات ما به دلیل رودربایستی و کمبود اعتماد به نفس، مجبور به کاری می‌شویم که انجام آن برایمان خیلی سنگین تمام می‌شود اما با این حال <نه> نمی‌گوییم و خود را به دردسر می‌اندازیم و بعد، در خلوت غمگانه و اندوه بار ناشی از متضرر شدن از خود می‌پرسیم: «چرا من جرأت نه گفتن ندارم؟»

دکتر زینالی در این خصوص عقیده دارد: «همه این رفتارهای پنهانکاری یا رودربایستی از کودکی آغاز می‌شود، بخصوص وقتی در خانواده به خیال‌پردازی‌های کودک دروغ اطلاق می‌شود و پدر و مادر انگ دروغ‌گویی به فرزندشان می‌زنند غافل از اینکه کودک حق دارد برای خود در ذهنش جهانی زیبا و منطبق بر علایق خودش بسازد و آن را در جهان واقعی و در بازی‌ها یا گفت‌وگوهایش پیاده کند. خیال‌پردازی‌های بچه درک نمی‌شود و برعکس به او برچسب دروغ زده می‌شود و همین موجب می‌شود او خود را دروغگو بیندارد و بر این مبنا هم حرکت کند.»

از سوی دیگر، وقتی اشتباهات کودکان غیرقابل تحمل می‌شود و با او در برابر کارهای غلطش برخورد خشن می‌شود، او در طول زمان یاد می‌گیرد که برای مثبت نشان دادن خود یا فرار از مسئولیت دروغ بگوید، زیرا می‌داند اگر حقیقت را بگوید رفتار خوبی از سوی دیگران دریافت نمی‌کند، بدین ترتیب وقتی بزرگ و وارد اجتماع می‌شود، برای اینکه کسی از کارش سردرنیاورد پنهان کاری می‌کند و راستگویی برایش ممکن نیست و این یکی از ضعف‌های فرهنگی ماست.