

## دروغ‌گویی در کودکان

شود. در این سن، کودک نمی‌داند که دروغ چیست؛ ولی از آن جایی که گنجینه‌ی لغت‌های او هنوز کامل نشده است، نمی‌تواند آن چه را که شنیده یا دیده، به‌طور دقیق بیان کند؛ به همین دلیل، گفته‌هایش به دروغ تعبیر می‌شود.

### ۲) دروغ‌گویی تخیلی یا فانتزی

کودک در سن ۴ تا ۵ سالگی در دنیای تخیلی خود، زندگی می‌کند و مسائل زندگی برای او به شکل فکرهای کودکانه وجود دارد. در این سن، دروغ‌گویی بچه‌ها بیشتر جنبه‌ی خلاقانه دارد و کودک به شرح زندگی، تصوره‌های خلاقانه، خام و غیردقیق کودکانه می‌پردازد. به‌طور معمول، بعد از شنیدن داستان‌های تخیلی و دیدن کارتون یا فیلم‌های افسانه‌ای، این نوع دروغ‌گویی، بیشتر می‌شود.

### ۳) دروغ‌گویی دفاعی

در این نوع دروغ‌گویی، کودک برای رهایی از مجازات یا دفاع از خود و فرار از تنبیه و راحت‌شدن از شرایط سخت و رنج‌آور، دروغ می‌گوید. «دروغ‌گویی دفاعی» بیشتر بین کودکانی که برای هر مطلب کوچک و جزئی تنبیه می‌شوند، دیده می‌شود؛ پس در این نوع دروغ‌گویی، کودک برای پنهان‌کردن خطایی که مرتکب شده یا به‌دلیل خجالت از بیان خطاهایش، دروغ می‌گوید.

دروغ‌گویی و عادت به آن، یکی از خصلت‌های نامطلوب رفتاری است که در همه‌ی فرهنگ‌ها، ناپسند شمرده می‌شود. همه‌ی ما در بسیاری از مواقع با تغییر شکل دادن واقعیت، می‌کوشیم تا کارهای مان را توجیه کنیم. کودکان نیز همانند ما، گاه چنان این کار را انجام می‌دهند که حتی به آن، انس می‌گیرند؛ از آن لذت می‌برند و از گمراه کردن دیگران با گفته‌های نادرست و غیرواقعی خود شاد می‌شوند. گرچه این کار برای کودکان، ممکن است جنبه‌ی بازی و خنده یا فرار از تنبیه یا خودنمایی داشته باشد، ولی ماندگار شدن این عادت در کودکان، بسیار خطرناک است.

### نکته‌هایی درباره‌ی دروغ‌گویی کودکان

پدران و مادران گرمی باید بدانند که دروغ در کودکان به چند دسته تقسیم می‌شود:

#### ۱) دروغ‌گویی طبیعی

تا سن سه‌سالگی، اگر کودک دروغ بگوید، به‌علت درک‌نکردن و نداشتن مهارت در حرف‌زدن و متوجه نشدن صحبت‌هاست و چون کودک، قادر به بیان خواسته‌هایش نیست و از نظر قدرت کلامی و اندوخته‌ی لغت و رشد کلامی، هنوز رشد کاملی ندارد، ممکن است مطلبی را بگوید بدون این که قصد دروغ‌گویی داشته باشد و از طرف اطرافیان، دروغ‌گو محسوب

#### ۴) دروغ‌گویی برای تشویق و پاداش

این نوع دروغ‌گویی، بیشتر در کودکانی دیده می‌شود که کمبود محبت دارند یا احساس حقارت و کوچکی می‌کنند. این نوع کودکان برای جلب محبت و توجه اطرافیان و دریافت تحسین از دیگران یا به‌خاطر دریافت تمجید و تشویق شایستگی‌های خود، به خود و اطرافیان یا پدر و مادرشان دروغ می‌گویند. برای نمونه به خودش می‌گوید: «پدرم، خیلی پول‌دار است» در حالی که این‌طور نیست یا به پدر و مادرش می‌گوید: «حافظه‌ی من از همه‌ی هم‌کلاسی‌هایم قوی‌تر است.»

#### ۵) دروغ‌گویی روحی

گرچه این دروغ‌گویی خیلی کم دیده می‌شود، ولی یکی از انواع مهم دروغ‌گفتن‌هاست. هنگامی که کودکی بخواهد به کسی آزار برساند، از این مدل دروغ استفاده می‌کند. مانند: «دختر همسایه را دزدیده‌اند و پدر و مادرش دارند توی سر خودشان می‌زنند.»

برخی تغییرهای جسمی و رفتاری در هنگام دروغ‌گفتن عبارتند از: تنگ‌شدن مردمک چشم، پلک زدن زیاد، سعی در فرار از چشم تو چشم شدن با دیگران، خارش بینی یا تورم آن، لرزش ماهیچه‌های صورت (که بیشتر در پسرها دیده می‌شود)، بیان تند و سریع مطالب، تلفظ اشتباه یا روشن نبودن کلمه‌ها، رفتارهای اغراق‌آمیز یا تصنعی، بلندی و شدت صدا، اضطراب، برافروختگی، رنگ‌پریدگی، این‌ها و آن‌ها کردن زیاد، مالش چشم یا گوش، خنده‌های زورکی و دروغین.

#### علت‌های دروغ‌گویی

دانستیم که دروغ‌گویی کودکان زیر سه‌سال، طبیعی است و اشکالی ندارد؛ اما بهتر است بدانیم که علت‌های دروغ‌گویی کودکان بعد از سه‌سالگی تا پایان یازده‌سالگی، عبارت است از:

اجازه‌ی بیان حقیقت‌ها به آنان داده نشود. برای نمونه وقتی کودک به مادرش می‌گوید از برادر کوچکش متنفر است یا این‌که چرا شما و بابا این‌قدر دعوا می‌کنید، مورد تنبیه و بی‌مهری واقع می‌شود؛ پس می‌فهمد که راست‌گویی باعث زحمت شده و دروغ‌گویی، بهتر است.

سخت‌گیری پدر و مادر و داشتن توقع‌های بیش‌ازحد از کودک، یکی از علت‌های مهم دروغ‌گویی در کودکان است.

ترس از مجازات شدن توسط دیگران، باعث می‌شود که کودک برای حفظ خود، دروغ بگوید.

عمل نکردن پدر و مادر و نزدیکان به قول‌شان، موجب می‌شود که کودک راه دروغ‌گویی و فریب را یاد بگیرد.

نداشتن مشوق، داشتن پدر و مادری گرفتار و مورد توجه آنان نبودن، باعث می‌شود تا کودک به‌علت خودنمایی، دروغ بگوید.

#### پدران و مادران گرمی، بهتر است بدانند که اگر به پیشنهادهای زیر عمل کنند، دروغ‌گویی در کودکان، کاهش می‌یابد:

پدر و مادر عزیز، همیشه خودتان، راست‌گو و درست‌کردار باشید. حضرت محمد (ص) می‌فرماید:

«راه نجات، در راست‌گویی و صداقت است.»

هرگاه میان کارهای شما و پندواندزهایی که به کودک می‌دهید،

اختلافی نباشد، آن‌گاه راست‌گویی را به کودک خود آموخته‌اید. اگر می‌خواهید راستی و درستی را در کودکان پرورش دهید، باید آمادگی شنیدن حقیقت‌های تلخ و شیرین از زبان آنان داشته باشید. به کودک اجازه دهید که حالت‌ها و احساس‌های مثبت یا منفی خود را بدون ترس و واژه بیان کند.

هرگز سعی نکنید با ایجاد ترس و سلطه‌جویی، کودک را از دروغ‌گفتن بازدارید. برای درمان دروغ‌گویی کودکان، هرگز به تنبیه، به‌ویژه تنبیه بدنی متوسل نشوید، زیرا این نوع رفتار با کودک، یک نوع درمان سطحی و یک بازدارنده‌ی موقتی است و هرگز دروغ‌گویی کودک را ریشه‌ای و برای همیشه از بین نمی‌برد.

از طرح سؤال‌هایی که جنبه‌ی مچ‌گیری دارد و کودک را وادار به دروغ‌گویی می‌کند، پرهیزید: «چند نفر در کلاس، بیست گرفتند؟ سه نفر؟ تو که گفتی فقط یک بیست در کلاس داشتید و آن هم خودت بودی؟...»

در صورت شنیدن دروغ از کودک، او را وادار به اعتراف نکنید و به او نگویند: «بگو دروغ گفته‌ای» بهتر است خیلی عادی، طبیعی و بدون بازی کردن نقش یک کارآگاه، با مسأله روبه‌رو شوید.

هرگز به کودک کاری ندهید و چیزی از او نخواهید که بیشتر از حد توانایی جسمی یا ذهنی‌اش باشد. بهتر است بدانید که کودک از رنجش پدر و مادر و اطرافیان نگران می‌شود و برای این‌که علاقه، محبت و تحسین شما را از دست ندهد، شروع به دروغ‌گویی می‌کند.

ارزش راستی را با استفاده از داستان‌های مثبت و نیروبخش به کودک نشان دهید. با مثال به او یاد دهید که حتی اگر به ضررش هم بود، باز راست بگوید.

برای متوقف کردن دروغ‌گویی در کودک، باید طوری شرایط را فراهم کنید که او پس از گفتن دروغ، پاداش دریافت نکند؛ برای نمونه وقتی دروغ گفت، با سکوت معناداری، او را مورد بی‌توجهی قرار دهید یا نگاه‌تان را به‌جای دیگری خیره کنید و تا رفتارش «خاموش نشد»، به او نگاه نکنید.

هم‌زمان با دروغ‌گویی کودک، از او بخواهید رفتاری درست مقابل آن رفتار انجام دهد: «این صحبت را بگذار برای بعد؛ بیا یک نقاشی راجع به زندگی آدم‌های راست‌گو و درست‌کار بکشیم.»

این جمله‌ی معروف را برایش تکرار کنید و با لبخند و در آغوش گرفتن، به آن عمل کنید: «حتی اگر کاری که کرده‌ای بد باشد، اگر درباره‌ی آن راست بگویی، ما بیشتر دوست داریم.»

مطالعه‌های علمی نشان داده است که دختران و پسران به‌طور مساوی دروغ می‌گویند؛ فقط موضوع دروغ، در آنان متفاوت است. دختران به‌دلیل کسب پاداش، جلب توجه و بهتر جلوه‌دادن خود، دروغ می‌گویند؛ پس پیوسته دختران خود را تحسین و تشویق صحیح و به‌جا کنید و به آنان احساس ارزشمندبودن بدهید. پسران به‌دلیل لاف‌زنی، تثبیت جایگاه خود، بالا بردن مقام و منزلت خویش و جلوگیری از دعوا، دروغ می‌گویند. پس برای پسران خود، احساس امنیت ایجاد کنید و برای آنان ارزش قائل شوید و به آنان اطمینان دهید که اگر همه‌چیز صادقانه پیش رود، هرگز دعوی‌ای ایجاد نخواهد شد.



دکتر فرزانه صداقت

روان‌شناس و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد رودهن