



دروغ گویی در کودکان فرصت ها و چالش های پدر و مادر

ترجمه: سعید عبدالملکی

(کارشناس ارشد روان شناسی شخصیت، تهران)

مدرس دانشگاه پیام نور (تهران)

پیش دبستانی ها:

دروغ گویی در بین کودکان پیش دبستانی کاملاً شایع است. کودکان در این سن هنوز درک نمی کنند که دروغ گفتن کار اشتباه و نادرست است. به همین علت بهتر است پدر و مادر کودکان پیش دبستانی را به خاطر دروغ گفتن تنبیه نکنند، بلکه در مواقعی که آنها دروغ می گویند از آن به عنوان فرصتی برای آموزش استفاده کنند.

زمانی که کودکان پیش دبستانی دروغ می گویند پدر و مادر باید به آنها آموزش دهند که چرا دروغ گفتن کار ناپسندی است: داستان های باور نکردنی داستان های باور نکردنی داستان هایی است که کودک می سازد و آنها واقعی نیستند و یا داستان هایی

کودکان به دلایل متفاوتی دروغ می گویند و در بسیاری از موارد دروغ گفتن رفتاری عادی مراحل رشد است. همه ی بچه ها در مرحله ای دروغ می گویند اما این رفتار برای پدر و مادران خیلی نگران کننده است. بسیاری از پدر و مادران می خواهند بدانند که چگونه باید با دروغ گویی فرزندشان برخورد کنند. نحوه برخورد با دروغ گفتن کودکان بستگی به سن آنها موقعیت خاص و مقررات خانواده در مورد دروغ گویی دارد. در ادامه اطلاعاتی ارائه شده که به پدر و مادر کمک می کند تصمیم بگیرند که چه موقع باید فرزندشان را به خاطر دروغ گفتن تنبیه کنند و چه موقع نباید و این که چطور باید با آنها برخورد کنند.



کنند که واکنش بیش از حد نشان ندهند بلکه باید برای آنها توضیح دهند که دروغ گفتن کار اشتباهی است و راست گفتن خیلی اهمیت دارد.

اگر چه پیش دبستانی‌ها به طور کلی نمی‌دانند که دروغ گفتن کار اشتباهی است اما زمانی که آنها دروغ می‌گویند بهترین فرصت برای پدر و مادر است که به آن‌ها اساس راست گفتن را آموزش دهند. ابتدا بهتر است که پدر و مادر به کودکان خود نشان دهند که از راست گفتن آنها چقدر خوشحال می‌شوند و زمانی که راست نمی‌گویند به سختی می‌توانند جلب اطمینان کنند.

کودکان بزرگتر:

زمانی که کودکان به سن مدرسه (۸-۶ و بالاتر) می‌رسند کم‌کم می‌فهمند که دروغ گویی کار اشتباهی است. وقتی که آنها به این مرحله می‌رسند زمان آن است که پدر و مادر کودکانشان را به خاطر دروغ گفتن تنبیه کنند. دروغ گویی در میان این رده‌ی سنی غیر معمول نیست.

و دلایل زیادی برای دروغ گویی آنها وجود دارد:

برای اجتناب از تنبیه. بسیاری از کودکان در این سن دروغ می‌گویند تا دچار دردسر نشوند.

برای تحت تاثیر قرار دادن دیگران. در این مورد ممکن است

واقعی است که کودک در آن اغراق می‌کند، کودکان در این سن تخیلات آشکاری دارند و تازه در حال درک تفاوت بین تخیل و واقعیت می‌باشند. زمانی که کودکان داستان‌هایی باور نکردنی تعریف می‌کنند اغلب چیزهایی را عنوان می‌کنند که آرزو دارند حقیقت داشته باشند. زمانی که آنها چنین داستان‌هایی را می‌گویند،

پدر و مادر دو کار می‌توانند انجام دهند:

اول: آنها می‌توانند به سادگی به داستان‌شان گوش کنند و چیزی نگویند.

دوم: این که می‌توانند واقعیتی را در میان داستان عنوان کنند. مثلاً اگر کودک چنین چیزی می‌گوید (من می‌توانم سه چرخه‌ام را ۱۰۰ مایل در ساعت برانم). پدر و مادر او باید پاسخ دهند: (تو آرزو داری که همچین کاری را بتوانی انجام دهی. این طور نیست؟)

دروغ برای به دست آوردن چیزی که می‌خواهند و یا برای اجتناب از چیزی که نمی‌خواهند:

پیش دبستانی‌ها این دروغ‌ها را به همان دلیلی می‌گویند که بزرگترها می‌گویند اما آنها هیچ اشکالی نمی‌بینند که برای به دست آوردن آن چیزی که می‌خواهند دروغ بگویند. وقتی که این کودکان این چنین دروغ‌هایی می‌گویند پدر و مادر باید سعی

راست نمی‌گویند ممکن است عصبی باشند و حالت چهره‌شان اضطراب و نا آرامی را نشان می‌دهد.

روشنی بیان. پدر و مادر باید به دقت به آن چه کودکشان می‌گوید گوش کنند. آیا ناهماهنگی در گفته‌ی او وجود دارد؟ آیا حرف‌های او معنی دارد؟ آیا حرفشان باور کردنی است؟ خودانگیزگی. اگر کودک را راست بگویند معمولاً حرف‌هایشان تکراری به نظر نمی‌آید. اما اگر حرف‌هایشان تکراری بود پدر و مادر می‌توانند سوال‌هایی از آنها بپرسند و به بینند کودکشان چگونه به سوال‌تشان پاسخ می‌دهد.

پدر و مادر برای دروغ‌گویی کودکشان چه کار می‌توانند بکنند: توضیح دهند / بحث کنند که چرا راست گفتن مهم است. پدر و مادر باید آموزش فواید راست گفتن را از زمان خردسالی آغاز کنند. آنها باید مراقب باشند که از زبان مناسب کودک استفاده کنند. باید به کودک بفهمانند که راست گفتن باعث می‌شود دیگران به او اعتماد کنند. هم چنین به او بفهمانند که دروغ کار نادرستی است و نتایج منفی دارد. پدر و مادر می‌توانند در مورد مثال‌هایی از راست‌گویی و دروغ‌گویی که در تلویزیون دیده‌اند و یا در کتاب خوانده‌اند و غیره بحث کنند. هم چنین آنها می‌توانند با داشتن روابط خوب با فرزندان‌شان از دروغ گفتن آنها جلوگیری کنند و این کار هم باید از سنین خیلی پایین آغاز شود. کودکانی که روابط گرم و صادقانه‌ای با پدر و مادرشان دارند احتمال دروغ گفتن‌شان بسیار کمتر است.

کودکان داستان‌های باور نکردنی را برای خوب نشان دادن خود تعریف کنند.

برای افزایش عزت نفس خود. ممکن است کودکان برای جلب توجه یا ستایش دیگران دروغ بگویند. برای به دست آوردن چیزی که می‌خواهند. آنها ممکن است برای بدست آوردن چیزی که دوست دارند دروغ بگویند. برای حمایت از دیگران. کودکان نسبت به دوستان و خانواده‌ی خود خیلی وفادارند. آنها ممکن است برای حمایت از دیگری دروغ بگویند.

برای این که از پدر و مادرشان دروغ شنیده‌اند. بسیاری از کودکان از پدر و مادر و بزرگسالان دیگر دروغ می‌شنوند (مثلاً دروغ گفتن درباره‌ی برنامه‌هایشان به خاطر اجتناب از چیزی). کودکان در زندگی از پدر و مادرشان و بزرگسالان دیگر آموزش می‌بینند و چنان چه به بینند پدر و مادر و بزرگسالان دروغ می‌گویند تمایل بیشتری به دروغ گفتن خواهند داشت. چه طور می‌توان تشخیص داد که کودکان دروغ می‌گویند:

تشخیص دادن این که چه موقع کودکان دروغ می‌گویند و چه موقع راست می‌گویند اغلب برای پدر و مادر کار مشکلی است. با این وجود نشانه‌های زیادی وجود دارد که پدر و مادر با کمک آنها می‌توانند تشخیص دهند که آیا کودک راست می‌گوید یا نه: حالت چهره. زمانی که کودکان راست می‌گویند معمولاً آرام هستند و حالت چهره‌شان آن را نشان می‌دهد. اما کودکانی که

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

مراقب باشید که دروغ برای فرزندتان ثمر آور نباشد. والدین باید مراقب باشند که پاداشی را به دروغ گویی فرزندشان ندهند. برای مثال اگر کودک برای به دست آوردن چیزی که می خواهد دروغ گفت پدر و مادر باید مراقب باشند که او آن را به دست نیاورد.

کودک را به خاطر دروغ گویی خجالت زده نکنید. پدر و مادر باید مراقب باشند که کودکشان به خاطر دروغی که گفته احساس گناه نکند. آنها باید به او بفهمانند که از رفتارش ناراحت اند اما نباید کاری کنند که او احساس گناه کند، به علاوه پدر و مادر باید مراقب باشند که کودک متوجه شود او به خاطر رفتارش تنبیه می شود، نه به خاطر آن کسی که هست.

کودکانتان را در موقعیت دروغ گفتن قرار ندهید. پدر و مادرانی که اطمینان دارند کودکشان کار اشتباهی کرده است سعی نکنند که با سوال کردن از او درباره‌ی این که آن کار انجام داده یا نه، او را در دام دروغ بیاندازند. بسیاری از کودکان زمانی که توی در دسر می افتند برای دفاع از خودشان دروغ می گویند. به جای آن پدر و مادر بهتر است در آن موقعیت به طور منطقی رفتار کنند و برای کودک دقیقاً توضیح دهند که او چه کاری انجام داده که اشتباه بوده و چرا و سپس او را تنبیه کنند. هم چنین پدر و مادر نباید از فرزندشان اعتراف بگیرند و یا او را به خاطر کاری که مطمئن نیستند انجام داده تنبیه کنند.

دلیل دروغ گفتن فرزندتان را پیدا کنید و بعد دنبال راه حل بگردید. پدر و مادر باید به دروغ هایی که فرزندشان می گوید بسیار دقت کنند و بعد سعی کنند بفهمند که آیا الگوی خاصی در دروغ های او وجود دارد و اگر دلایل خاصی را پیدا کردند باید دنبال راه حل بگردند. برای مثال زمانی که کودک برای زیاد کردن عزت نفس اش دروغ می گوید پدر و مادر باید شیوه ای را در پیش بگیرند که عزت نفس او را افزایش دهند و بنابراین کودک دیگر مجبور نخواهد بود که برای این که احساس خوبی درباره‌ی خود داشته باشد دروغ بگوید.

صداقت داشتن را تحسین کنید. پدر و مادر باید همه‌ی تلاش خود را بکنند که کودکشان را زمانی که راست می گویند تحسین کنند. در مورد دروغ گویی مدام از متخصص کمک بگیرید. کودکانی که به طور مدام دروغ می گویند ممکن است مشکلی داشته باشند و در این گونه موارد والدین باید از یک متخصص کمک بگیرند.

الگوی صداقت. کودکان با نگاه کردن به پدر و مادرشان آموزش می بینند. پدر و مادرانی که به کودکشان و در حضور آنها دروغ می گویند در واقع به آنها آموزش می دهند که دروغ گویی کار پسندیده ای است. پدر و مادر باید سعی کنند که تا حد ممکن صادق باشند تا الگوی مناسبی برای فرزندشان باشند.

قوانین دروغ گویی. پدر و مادر باید قوانین و تنبیهات خاصی برای دروغ گویی تعیین کنند و این قوانین باید قبل از اجرا شدن به کودک گفته شوند. بهتر است که تنبیهات بد رفتاری کودکان جدای از تنبیهات دروغ گویی باشد. زمانی که آنها بد رفتاری می کنند اما صادق اند باید نسبت به زمانی که بد رفتاری می کنند و درباره‌ی آن دروغ هم می گویند تنبیه کمتری داشته باشند. پدر و مادر باید مطمئن شوند که پاداشی برای صادق بودن فرزندشان تعیین کرده اند. برای مثال چنان چه کودکشان در مورد کار بدی که انجام داده است راست می گوید باید ابتدا او را به خاطر صداقتش ستایش کنند و بعد او را به خاطر اشتباهش تنبیه کنند. اما زمانی که او در مورد کاری که کرده دروغ می گوید باید او را هم به خاطر دروغی که گفته و هم کار اشتباهی که کرده تنبیه کرد.

در برخورد با دروغ گویی ثابت قدم باشید. پدر و مادر باید یک سری قوانین را در مورد دروغ گویی تعیین کنند و بعد به آنها عمل کنند و هر بار که کودک دروغ می گوید او را طبق آن قوانین تنبیه کنند.



توضیحات لازم:

پدر و مادران توجه داشته باشند که تنبیه به هیچ عنوان نباید بدنی باشد. ثابت شده است که تنبیه‌های بدنی هم از نظر بدنی و هم از نظر روانی عوارض بسیار زیادی دارد. بسیاری از ترس‌ها و اضطراب‌های دوران کودکی که گاهی تا بزرگسالی هم ادامه خواهد یافت و یا بیماری‌های روان تنی ریشه در تنبیه‌های جسمی دوران کودکی دارد. افسردگی نیز از عوارض آن است. بهترین نوع تنبیه محروم کردن کودک از نیازهای مادی اوست، به عنوان مثال:

اگر کودک دوست دارد که یک نوع اسباب بازی داشته باشد برای تنبیه بهتر است خریده نشود و یا...

اما پاداش نقش بارزتری دارد. در راست گویی بهتر است به کودک پاداش‌های مادی داده شود، او را از نظر روانی تحسین کرد که هم اعتماد به نفس کودک را بالا می‌برد و هم دروغ گفتن

را فراموش خواهد کرد.

گاهی اوقات کودکان دروغ نمی‌گویند بلکه راست نمی‌گویند که در این گونه موارد بهتر است پدر و مادر چشم پوشی نمایند و پی گیر آن نباشند.

تهدید کردن کودک، ترساندن، تحقیر و سرکوب او نیز از نظر روانی مورد تایید نمی‌باشد.

سردبیر

منابع:

www.parenting-ed.org
Center for effective parenting
Written by Kristen zolten ,M.A
And Nicholas long ,ph.D.

معرفی کتاب

آنچه در این کتاب می‌خوانید:



مرکز پخش: خیابان انقلاب بین ولیعصر و صبا پلاک ۱۱۶۴ انتشارات پیام آپادانا
تلفن: ۶۶۴۰۳۲۴۲ و ۲۰۲۰۱۱۳-۰۹۱۲