درمان دروغگویی متربیان

دروغگویی نوجوان قبل از آنکه جدی باشد، ریشه در فریب و تظاهر دارد؛ زیرا نوجوان می‌خواهد با فرار از حقیقت، به نوعی از خود

دفاع کند.

تعریف دروغگویی:

دروغ معمولاً بیانی خلاف واقع بوده و دروغگویی کتمان یک واقعیت است. دروغ یک عمل روانی ـ اجتماعی است که فرد، کم‌وبیش به طور عمدی سعی می‌کند که گفتار یا عمل نادرست را در ذهن دیگران، درست و حقیقی جلوه دهد.

علل دروغگویی:

دروغگویی نوعی ناهنجاری است و شناخت علل و انگیزه‌های آن در برخورد با این مشکل رفتاری بسیار مهم است که در ادامه برخی از علل اصلی دروغگویی عنوان می‌شود:

1. تخیّل از آنجا که تخیّل در دوره نوجوانی بسیار قوی است، نوجوان آنچه را که آرزو داشته و در ذهن می‌پروراند، در مقابل دیگران بر زبان آورده و آن‌چنان محکم ابراز عقیده می‌کند که گویی صحنه عینی و واقعی است.

2. فقدان اعتماد زمانی که نوجوان با صداقت رفتار می‌کند، ولی با رفتارهای نامناسب یا فقدان رازداری اطرافیانش مواجه می‌گردد، اعتماد وی به اطرافیانش سلب شده و تصمیم می‌گیرد که دیگر حقیقت را نگوید؛ لذا گرایش به دروغگویی پیدا می‌کند.

3. ترس ترس از مجازات، تنبیه، آبروریزی و یا مورد مؤاخذه قرار

گرفتن باعث می‌شود که نوجوان از گفتن حقایق سر باز زند و در این هنگام، گرایش به دروغگویی در وی شکل می‌گیرد.

4. آزمایش والدین گاهی اوقات، نوجوان برای محک‌زدن اولیای خود اقدام به دروغ‌گفتن می‌کند تا عکس‌العمل والدینش را مشاهده نماید.

5. جلب توجه برخی از نوجوانان که کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند، ممکن است در مواقع مختلف اقدام به دروغگویی کنند تا از این طریق باعث جلب توجه دیگران به‌خصوص والدین خود شوند.

6. سرمشق‌گیری در بسیاری از موارد، عادات رفتاری نادرست والدین و اقدام آنان به دروغگویی، تأثیر بسزایی در رفتار نوجوانان دارد؛ چراکه والدین الگو و سرمشق نوجوان بوده و همین مسئله باعث شکل‌گیری دروغگویی در نوجوان می‌گردد.

7. استقلال‌طلبی یکی از نیازهای دوران نوجوانی، احساس استقلال است. زمانی که نوجوان احساس می‌کند کسی مخالف خواسته‌ها و نیازهای اوست و تحت کنترل، محدودیت و قوانین شدید والدین قرار دارد، سعی می‌کند که از قوانین خودش پیروی می‌کند تا بتواند استقلال لازم را به‌دست آورد. نوجوانان انگیزه زیادی برای جداشدن از والدین دارند تا به این وسیله به هویت لازم خود دست یابند؛ یعنی می‌خواهند دنیای خاص خود را بسازند و از دنیای والدینشان متمایز شوند. این مرحله (انتقال از وابستگی به خودمختاری) می‌تواند به طور ناگهانی در نوجوان اتفاق بیفتد و از آنجایی که اغلب والدین نمی‌توانند رفتار مناسبی در قبال نوجوان خود داشته باشند، دچار مشکلات متعدّدی می‌شوند.

8. عقده حقارت و خودکم‌بینی و ضعف شخصیت یکی دیگر از عواملی که باعث می‌شود افراد دروغ بگویند، ضعف شخصیت و احساس حقارتی است که در آنها وجود دارد. افرادی که احیاناً در جهات مختلف توانایی لازم را نداشته و خود را حقیر می‌بینند، تلاش می‌کنند به هر نحوی که ممکن است توجه دیگران را به خود جلب و ناتوانی خود را به این طریق جبران نمایند. از این‌رو به رفتارهای مختلفی از جمله درغگویی دست می‌زنند. اغلب درباره خود، دیگران و حوادث و رویدادها دروغ‌های باورنکردنی می‌گویند. رسول گرامی اسلام صلّی‌اللّه علیه وآله و سلّم در این‌باره می‌فرماید: «درغگو، دروغ نمی‌گوید مگر به سبب حقارتی که در خود احساس می‌کند». البته شکی نیست که ریشه این ضعف شخصیت، تربیت غلط خانواده و بی‌توجهی به فرزند خصوصاً در دوره کودکی است.

درمان دروغگویی:

برای کاستن از میزان دروغگویی نوجوانان اقداماتی باید انجام شود. این اقدامات عبارتند از:

1. گرایش اولیا و مربیان به صداقت و راستگویی والدین و مربیان باید از دادن قول‌های دروغین و بیجا پرهیز نمایند و آنچه را که در حدّ توانشان است، وعده دهند. دادن وعده‌های بیجا و دروغ، مقدمه‌ای برای یادگیری و الگوپذیری این رفتار نادرست در نوجوانان است. صادق‌بودن، ندادن وعده بیجا، راستگویی اولیا و مربیان به‌عنوان سرمشق و در موارد بی‌اطلاعی، به صراحت اظهار بی‌اطلاعی کردن، همگی نوعی آموزش صداقت و راستگویی است.

2. بردباری در برابر ناتوانایی‌ها و خطاها توقّع بیش از حدّ والدین و مربیان از نوجوان، وی را وادار به دروغگویی می‌سازد. پذیرش نوجوان با آغوش باز، همراه‌بودن با آنها و بردباری نشان‌دادن در راه کسب مهارت‌های لازم، از اقدامات اساسی در جلوگیری از رشد روحیه دروغگویی است.

3. رازداری در قبال نوجوان اگر نوجوان با والدین یا مربی خود مطلبی را به صورت راز و یا محرمانه مطرح کرده و در میان بگذارد، آنها باید مراقب باشند که این مسئله را بازگو نکنند؛ چراکه بازگو کردن این مسئله باعث بی‌اعتمادی نوجوان و از طرف دیگر باعث اقدام نوجوان به دروغگویی می‌گردد.

4. ارائه الگوی مناسب اگر نوجوان به سمت پیداکردن یک الگو و معیار مشخص هدایت شود، این الگوها تأثیرگذار بوده و رفتارهای نادرست اخلاقی از جمله دروغگویی به‌عنوان رفتاری غیرمجاز، زشت و ناپسند در ذهن آنها تثبیت و ارزشیابی می‌شود.

5. عدم ایجاد زمینه مناسب برای دروغگویی نوجوان با نوجوانان هرگونه رفتار کنیم، آنها نیز با ما همان‌گونه رفتار خواهند کرد. اگر با نوجوان با آزادی و بدون تحکّم و دستوردادن افراطی رفتار شود و مجبور به اطاعت کورکورانه نباشد و رفتار و سلوک ما با نوجوان دوستانه باشد، آنها نیز نیازی به دروغ‌گفتن مشاهده نکرده و به همان ترتیب، صادقانه رفتار خواهند کرد.

6. اصل تغافل در برخی موارد لازم است که به نوجوان تفهیم شود که متوجه دروغ او شده‌ایم. البته در بسیاری از موارد هم اصل کلّی

«تغافل» باید مدّ نظر باشد.

7. رسوایی دروغگو اصلی‌ترین راه درمان دروغگویی این است که فرد دروغگو نخست در آیات و اخباری که در مذمّت دروغ وارد شده، بیندیشد تا بداند که اگر آن را ترک نکند، هلاکت گریبانگیرش خواهد شد و به یاد بیاورد که شخص دروغگو به تدریج ارزشمندی و آبرویش از بین رفته، پیش مردم رسوا خواهد شد.

8. کم‌حافظه‌گی دروغگو او را متوجّه این نکته کنید که اگر دروغگویی را ترک نکند، بر اثر فراموشی، در برخی موارد، گفتهٔ خود را تکذیب نموده، خلاف آن را بیان می‌کند و در نتیجه بین مردم رسوا می‌گردد. در پایان لازم است به این نکته توجّه شود که درمان دروغگویی احتیاج به گذشت زمان دارد؛ زیرا از بین بردن یک رفتار زشت و جایگزین‌کردن خلق نیک و شایسته، در کوتاه‌مدت امکان‌پذیر نیست و باید افراد را تشویق نمود تا مدّتی به اعمال نیک و شایسته بپردازند و از کار زشت مانند دروغ دوری کنند.

منبع: صالحین خیبری