

دروغ

سال هشتم

یکشنبه ۲۷ بهمن ماه

شماره ۷۵۸

۱۳۸۷

۱۴۳۰

برابر با ۱۹ صفر

دروغ عبارت است از:

یک رفتار روانی ، اجتماعی مانند تلفظ شفاهی یا غیر شفاهی که ؛ آن فرد سعی می کند به طور کم وبیش عمدی ایمان یا گفتار یا عمل نادرست را در ذهن دیگران درست وحقیقی جلوه دهد.

دروغ معمولا بیانی خلاف واقع ویا کتمان یک

دروغ گویی؛ رفتاری روانی - اجتماعی



مجید ساتکی -کارشناس روانشناسی

وژاداتدروغو نیستند بلکه دروغگویی را از محیط خود مانند خانواده،مدرسه وبه طور کلی از اجتماع آموخته اند .

دروغگویی مانند سایر اختلالهای روانی عاطفی از مسائل کوچک شروع می شود که ریشه آن را باید در خانواده جستجو کرد چنانچه این اختلال به موقع شناسایی نشود به یک بیماری روحی تبدیل می‌شود که مشکلات فراوانی برای آینده فرد به بار می آورد علاوه برخود شخص به دیگران نیز آسیب می‌رساند.

دروغگویی عامل اصلی فسادهای دیگر نیز می‌تواند باشد به عبارت دیگر دروغگویی کلید ورود به فسادهای دیگر است ، که اکثر اولیاء از چنین وضعی شاکی اند زیرا دروغ را نیز مانند سایر انحرافات رشت می‌دانند . درباره کشف انگیزه دروغگویی باید به دروغ کودک ونوجوان اندیشید ممکن است انگیزه خودنمایی به دست آوردن چیزی ، جلب توجه دیگران ، نشان دادن قدرت یا از روی ضعف باشد.

دروغگویی درنوجوانان وجوانان ممکن است در اثر تقلید از بزرگسالان وتربیت غلط باشد . دروغ برای کودک یک راه قرار از حقیقت است اگر او خود را دراجتماع خانوادگی فرد محترمی بداند و آزادی عمل داشته باشد دلیل ندارد با دروغ به خانواده اش خیانت کند.

کودک با سختهگریهای زیاد وبا کتک خوردن از افراد خانواده فاصله می‌گیرد و از آنها دور می‌شود زیرا می‌بینند که اگر او راست بگوید تنبیه می‌شود وعواطف واحساسات والدین ، دوستی او لگد مال می‌شود چه بسا ممکن است که حتی برای تأمین غذای روزانه دست به دزدی هم بزنند از این رو دروغگویی را نوعی بیماری تلقی نموده اند که فرد بدون داشتن نیازی و از روی عادت به تحریف واقعیت می‌پردازد.

سه نوع سخن از این شخصیت های که بیشتر از سایر شخصیتها در رابطه با دروغگویی مطرحند نقش دارند عبارتند از :

۱- **شخصیت سهیرنکی (نمایشی)** افرادی که دارای این نوع شخصیت هستند از

دروغ گویی برای جلب توجه ومحبت دیگران نسبت به خود استفاده می‌کنند مخصوصا برای رسیدن به هدف خود این نوع شخصیتها سبب اختلاط اطلاعات صحیح وغلط به طورهمزمان می‌شود ودرک واقعیت،مطلبی است که در همان لحظه احساس می‌شود ولی در زمان دیگر مطلب را طوری دیگری احساس می‌کند.

مانند چوپان دروغگو که چندین بار به دروغ بانگ برمی آوردکه گرگ آمد مردم به کمک او شتافتند گرگی را ندیدند واکر از چوپان علت این کار پرسیده‌شود وی اظهار می‌دارد در یک لحظه احساس کردم گرگ دارد به ما حمله می‌کند پس فریاد برآوردم.

۲ - **شخصیت خود شیفته ؟**

این افراد حق را به خود می‌دهند دیگران را با دروغ های خود به بازی می‌گیرند وکمتر متوجه ضرر وزیانهای هستند که با دروغگویی، ریا و تزویرخود به مردم وارد می‌کنند اینگونه افراد اغلب وقایع بیرونی را بر اساس نیازهای دونی خود تغییرمی‌دهند این گونه افراد نیاز به تأیید دیگران دارند واین نیاز است که آنها را ملزم می‌سازد که همیشه خود را در وضعیت ایده الی ببینند این افراد خود را از دیگران بهتر وبزرگتر و شایسته ترمی‌دانند .

۳ - **شخصیت وسواسی :**

نحوه تفکر این گونه افراد جزئی ومحدود به ظاهر پدیده هاست . این گونه افراد اغلب اشتغال ذهنی بیمار گونه ای به اعمال خود از نظر صحیح بودن یا نبودن آن دارند به طوری که آنها را تکرار و وادار می‌کند برای توجیه عمل خود اقدام به دروغگویی می‌کنند علت را شاید بتوان در مشغول بودن ذهن آنها با جزئیات هیجانات محدود وفقدان تفکر کلی دانست .

علل دروغگویی

۱ - **تخیل :**

چون تخیل در دوره کودکی وخصوصا در دوره نوجوانی قوی است لذا آنتچنان محکم ابراز عقیده می‌کند که گویی صحنه عینی واقعی است .

۲ - **بی اعتمادی :**

هر گاه نوجوانی رازی را با مادرش به طور محرمانه بگوید واژ وی قول بگیرد که موضوع محرمانه بماند لیکن بعد ببیند پدرش با کنایه زدن موضوع را به رخش می‌کشد اعتماد وی به مادرش سلب شده است

۳- **توس :**

توس از مجازات ترس ازآبرو یا مورد بازخواست قرار گرفتن باعث می‌شود تا کودک ونوجوانان از گفتن حقایق سرباززنند و گرایش به دروغگویی در آن شدت می‌یابد.

۴ - **آرزو و رویا :**

آرزو برای داشتن مال، شیء ویا هر چیز دیگری به همراه اشتیاق برای وصول و دست یابی به آن در جهان تخیلات وگمانها را ایجاد می‌کند.

روانشناسی

استمرار چنین وضعیتی در روزهای اول غیر واقعی بودن خود را نشان می‌دهد لیکن با مرور زمان شخص مجبور می‌شود که بر شدت آرزوها وتلفیقهایی برای واقعی جلوه دادن این گونه امور بیفزاید .

۵- **بد آموزی :**

در این رابطه اولیاء که خود به طور ناخوداگاه مرتکب دروغ گفتن هستند سبب بدآموزی کودکان و نوجوانان می‌شوند . جمله معروف که اعضای خانواده می‌گویند "اگر با من کار داشت بگو نیست" .



۶- **جلب توجه**:

بعضی از نوجوانان کمترمورد توجه بزرگترها هستند در اوقات مختلفی ممکن است برای توجه دیگران حرفهای دروغی را بیان کنند.

۷- **تظاهر :**

گاهی کودک یا نوجوان ممکن است برای انجام گرفتن خود در بعضی مواقع بشر را از راه مستقیم فطرت راستگویی منحرف می‌کند و به انواع دروغگویی : ۱- دروغ مصلحت آمیز یا اخلاقی ۲ - دروغ غیر اخلاقی و یا بیامیزگونه ۳- **دروغ صلحت آمیز (غیر اخلاقی)**: دروغی است که عده ای به جهت جلوگیری از

۹- **ترس و ضعف وعجز :**

احساس حقارت و عجزو ضعف و دست کم گرفتن خود در بعضی مواقع بشر را از راه مستقیم فطرت راستگویی منحرف می‌کند و به سمت دروغگویی می‌کشد .

انواع دروغگویی :

۱- دروغ مصلحت آمیز یا اخلاقی ۲ - دروغ غیر اخلاقی و یا بیامیزگونه

۳- **دروغ صلحت آمیز (غیر اخلاقی)**: دروغی است که عده ای به جهت جلوگیری از

مشتیرانی ای آرایشگاه همه در گیر و اعصابشون کمی چکش خورده است ، اما من با و ر نمی کردم ! از وقتی که مینا تصادف کرده مجبورم به این جایایم، برای کوتاه کردن موهام وکارهای دیگه، نه مثل این اینکه این خانوم قصد اومدن ندانن سار ساعتمو نگاه کردم وای خدای من، ساعت نزدیک هشته فکر نکنم به این زودی کارم این جا تموم بشه، باصدای بلند داد زدم ، بالاخره کی نوبت ما می‌رسه؟ او قدر صدام بلند شد که همه خانوم های آن جا برگشتن وبه من نگاه کردند، تو دلم گفتم، این طورنگاهم نکندیک اگه شما هم دوساعت این جا بیخود می‌نشستید واژ کار وزندگیتون می افتادید مطمئنا صداتون بالاتر ازاین می‌رفت.

خانومی که نزدیک من نشسته بود سن وسال کمی داشت حدود ۱۶- ۱۵ ساله به نظرمی رسید کجنگار شده بودم همین طور بهش خیره شده اون قدری که اون خانوم متوجه نگاههای من شده بود ، با تعجب گفت مشکلی پیش اوده خانوم، تینا : مشکل ؟ نه بیخشد ،

همین طور که غرق در افکار خود بودم صدای جیغ ودعوا بلند شد، به خودم ربط داره ، وای چه دعوایی، مثل صف نوابی شده بود تازه خیلی شلوغ تر از اون چیزی نگذشته که همه ی صندلی ها به این وآن طرف پرتاب شدند وهمه ی شیشه ها کثیف شدند و... توی دلم گفتم دیدی آخر نوبت تو نرسید ، ماتموم برداشتم واژ اون جازدم بیرون !

خیره شده بود .

بعد از چند دقیقه که به خود آمدم ، تازه فهمیدم اون خانوم جوان خاطار چی ابتقدرعصابی به من خیره شده.اماخوب اصلا چه ربطی به اون داره کی گفته بود

دلا خون گریه کن چون اربعین است

چهل روز است که از شهادت آن بزرگ مرد تاریخ حسین بی علی(ع) می‌گذرد و کاروان کوچک وی با شکوه که از اسارت آن ملعون آزاد شدند و به طرف شهر خود مدینه‌النبی حرکت می‌کنند و سکوتی حزن انگیز برکاروان مستولی شده است و هیچکس سخن نمی‌گویند. زمانی که کاروان به دوراهی مدینه عراق رسید مشام بوی یار همه کاروانیان را متوجه کریلا ساخت و از کاروان سالار خواستند تا آنها را به کوی معشوق خود هدایت کنند هر چه به این قبور نزدیکترمی شدند فغان و شیون آنهابیشرتری شد .

گلایه های زینب (س) از برادر که چه کردند یزد و یزیدیان بر او و اولاد پیغمبر چگونه دختر سی ساله اش را به شهادت رساند و هرکس قبری را در بغل گرفته و شیون و زاری می‌کند و شیون ربابه از همه سوزناک تر بود می‌گفت : خدایا فرزندم را همین جا با تیر سه شعبه به شهادت رساندند .

آری عاشورا روز شهادت حماسه سازان و اربعین روز زیارت مرقد عاشورا سازان است عاشورا خروش خون حسین و اربعین صدای این فریاد ظلم شکن است عاشورا زمانه خون و ایثار است و اربعین بهانه تبلیغ و پیمان عاشورا و اربعین نقطه ابتدا و انتهای عشق نیست بلکه چله عارفانه تشییع است !

✽ مریم هاشمی پور

■ چون افراد دروغگو سعی می‌کنند خود را ،غیر از آنچه که هستند نشان دهند تکرار دروغ ،شخصیت کاذبی را برای او ثبت می‌کند همین شخصیت کاذب او را دچارمشکل می‌کند .

انگیزه تقلید واتاسی ،انگیزه تعارض ، ترس ، احساس حقارت ، محیط خانواده ، داشتن توقع زیاد و تحمل تکالیف سنگین، جاه طلبی، داشتن تضادهای درونی ، گریز ازتنبیه مجازات، میل و انتقام گیری و آزار دیگران، کمبود مهر و محبت والدین ،غرور برتری طلب محرومیت،ضعف، ترسویی،میل به جلب توجه، بیماری ، دوری از والدین ،عدم ارضای نیازهای اساسی ، ناتوانی درحل مشکلات ، سخت گیری ترس از سرزنش و مخفی داشتن ضعف ، جاه طلبی ، انتقاد ناپذیری و حساسیت زیاد

راهکارهای مناسب برای درمان دروغگویی

شود(روش درمان دروغگویی)

۱- گرایش اولیاء برای راستگویی ۲ - برابری در برابر ناتوانی ها و خطاها ۳ - عدم اتهام به دروغگو ۴ - آموزش های والدین ۵ - نقش بازی فکری والدین ۶ - زمینه دروغ فراهم نشود ۷ - عدم استفاده از تنبیه و سرزنش ۸ - ابراز مهر و محبت کافی به کودک ۹- عدم تحقیر کودک ۱۰- کمترمو ر نهی کردن ۱۱- خودداری از ستوآل پیچ کردن کودک ۱۲- پذیرش و احترام ۱۳- نترساندن کودک ۱۴- داشتن توقع در حد توان و ظرفیت کودک ۱۵- دوری از دگرپرسی و کشمکشهای خانوادگی ۱۶- پرورش فطرت راستگویی در کودک ۱۷- کشف علل دروغگویی

۱۸- تفهیم رشت بودن دروغگوی به کودک ۱۹- عدم مقایسه کودک یا نوجوانان با سایر هموعان ۲۰- ارزش قائل شدن به کودک ۲۱- عدم به کارگیری زور و اجبار برعلیه کودک ۲۲ - دادن آزادی لازم به کودک ۲۳- از کودک قول بگیرید که به دروغ متوسل نشود

۲۴- ایجاد احساس امنیت در کودک ۲۵- تأمین نیازهای کودک ۲۶- رسوا نکردن دروغگویی کودک ۲۷- دور کردن کودک از محیط آلوده ۲۸ - کودک و نوجوان را آنگونه که هست باید پذیرفت

۲۹- تشویق کودک به راستگویی ۳۰- به کار بردن صبرو حوصله در برخورد با کودک دروغگو ۳۱- گاهی بی اعتنائی نسبت به کودک سعدی شیراز:

یکی مرا که عادت بود مراستی

خطای بزددم گنگاربدنراو

اگر تأمیر شد به قول نمرغ

دگر مراست باورم دنامرند انراو

مشاوره

برنامه ریزی تحصیلی

■ اگرچه برنامه ریزی خوب اهمیت دارد ولی نکته تیز در اجرای برنامه دارای اهمیت زیادی است :

الف: مقید بودن به اجرای برنامه ب: تسلیم نشدن در برابر عوامل مغل برنامه مسائل روزمره زندگی در برنامه خوب این است که در آن جایی برای کارهای شخصی وغیر درسی در مشخص باشد .

اصول برنامه ریزی کلی

در یک برنامه ریزی کلی سعی شده به اصول زیر توجه گردد. ۱ - یادگیری توزیعی داشته باشید نه فشرده . یعنی اینکه کارها رادرسهائپتان را در روزهای مختلف پخش کنید وهمه را برای یک روز یا یک شب نگذارید.

۲ - همه کارهایتان را زود شروع کنید ، به محض اینکه معلم درس را یاد داد یا تکلیفی را تعیین کرد ، شروع کنید . ۳ - مقید باشید که پیش مطالعه ، مطالعه بلافاصله پس از کلاس درس ومطالعه عمیق برای جلسه بعد داشته باشید. ۴ - وقتی تاریخی برای امتحان تعیین شود بلافاصله شروع به خواندن کنید وخواندن درسها را به شب امتحان واگذار نکنید .

۵ - هر جمعه نظارتی به تکالیف هفته آینده داشته باشید ولیست کارهایی را که باید انجام دهید تنظیم کنید . ۶ - دفتری داشته باشید وتکالیف و وظایف خود را در آن بنویسید تا فراموشتان نشود .برای اینکه برنامه خود را ادامه دهید چه باید بکنید؟ در مورد برنامه ریزی باید گفت : اولاً اگر برنامه ای که تنظیم می‌کنید یکباره باشد، یعنی طبق مراحل برنامه ریزی نباشد احتمال انجام آن کم است. ثانیابرای اجرای صحیح برنامه ، نظارت بربرنامه لازم است که معمولاً سه نوع نظارت انجام می‌شود :

۱ - نظارت روزانه

۲ - نظارت هفتگی

۳- نظارت توسط فرد یا افراد دیگر

منظور از نظارت روزانه این است که هر شب قبل از خواب یک ربع ساعت را به بررسی برنامه روزانه اختصاص دهید وببینید چقدر به برنامه عمل کرده اید وموانع عمل نکردن به برنامه چه بوده است . منظور از نظارت هفتگی این است که این کار را به صورت هفتگی نیز انجام دهید ودر اولین فرصت در صدد رفع مشکل برآیید .

روابط عمومی سازمان

آتش نشانی

و خدمات ایمنی

بندرعباس



WWW.bndf.org



آتش حریف زورمندی است که به کسی رحم نمی‌کند