

پناهگاه امن حقیقت

۱۰

سکوت عصرگاهی خانه با صدای خرد شدن شیشه و برخورد شدید جسمی سنگین با زمین شکست. مادر سراسیمه از اتاق کار بیرون آمد و گلدان سفالی عتیقه‌ای را دید که تکه‌تکه شده و خاک مرطوب و شاخه‌های گل شمعدانی روی فرش پراکنده شده بود. چند قدم آن‌طرف‌تر، آراد با توپ بادی زیر بغلش به گوشه دیوار چسبیده بود و نگاهی از ترس به زمین دوخته شده بود. مادر با ضربان قلبی تند و صدایی برافروخته جلو آمد و با خشم پرسید: «آراد! این گلدون رو تو شکستی؟ مگه صد بار نگفتم توی خونه با توپ شوت نزن؟ راستش رو بگو همین الان!» آراد که چهره خشمگین مادر و حجم خسارت را دید، از وحشت تنبیه رنگش پرید، مردمک چشم‌هایش لرزید و با دستپاچگی گفت: «نه مامان! من نشکستم! یه گربه از پشت پنجره پرید داخل، خورد به گل و بعد از لای در فرار کرد رفت بیرون!» مادر که متوجه دروغ آشکار او شده بود، صدایش را بالاتر برد و با لحنی آکنده از ملامت گفت: «خجالت نمی‌کشی دروغ به این بزرگی می‌گی؟ گربه طبقه سوم چه کار می‌کنه؟ چرا هم خرابکاری می‌کنی هم دروغ سر هم می‌کنی؟ دیگه اصلاً نمی‌تونم به هیچ حرفت اعتماد کنم!» آراد با چشمانی پر از اشک و چهره‌ای منقبض، توپ را محکم‌تر در آغوش کشید و به گریه افتاد.

مادر لحظه‌ای متوقف شد و نفس عمیقی کشید. او به چشمان وحشت‌زده فرزندش نگاه کرد و متوجه شد این داستان‌بافی مضحک، ریشه در شیطنت یا خباثت ندارد؛ بلکه یک سنگر دفاعی ناامیدانه از سوی کودکی است که از شدت ترس و پیامد خشم والد، به

دنیای خیال پناه برده است. وقتی والد در برابر شکستن یک شیء واکنشی سهمگین نشان می‌دهد، کودک برای بقای روانی و نجات خود از خشم، حقیقت را پنهان می‌کند. حقیقت‌گویی تنها در بستری از امنیت و آرامش شکوفا می‌شود، نه در سایه تهدید و بازجویی. مادر زانو زد، دستش را به آرامی روی شانه لرزان آراد گذاشت و با صدایی بسیار ملایم و مطمئن گفت: «آراد جان، به چشم‌های من نگاه کن عزیزم. گلدون شکسته و ناراحت‌کننده‌ست، ولی برای من هیچ چیز توی این دنیا مهم‌تر از رابطه و حرف راست تو نیست. من ازت عصبانی نمی‌شم و پیش من کاملاً امنی. حالا به من بگو، وقتی داشتی با توپ بازی می‌کردی چه اتفاقی افتاد؟» آراد به چهره آرام مادر نگریست، نفس حبس‌شده‌اش را رها کرد و در حالی که سرش را پایین می‌انداخت، با صدایی لرزان زمزمه کرد: «داشتم شوت می‌زدم مامان... توپم محکم خورد به پایه گلدون... خیلی ترسیدم از دستم ناراحت بشی... ببخشید.» مادر لبخندی از سر مهر زد، او را در آغوش کشید و گفت: «ممنونم که شجاع بودی و واقعیت رو گفتی. حالا بیا با هم جارو بیاریم و این خاک‌ها رو تمیز کنیم.»

Daneshyar

تحلیل روان‌شناسی

در سنین پیش‌دبستانی، مغز کودک تفاوت میان خیال‌پردازی، آرزو و واقعیت عینی را به شکل قطعی تثبیت نکرده است. دروغ‌گویی یا داستان‌بافی در این مرحله سنی، معمولاً یک استراتژی فرار ابتدایی در برابر استرس شدید و اجتناب از تنبیه است؛ مغز ابتدایی کودک در لحظه مواجهه با خشم والد، خطر را حس می‌کند و برای حفظ امنیت و پیوند

عاطفی، داستانی می‌سازد تا از مهلکه بگریزد. زمانی که والدین با رویکرد پلیسی، میچ‌گیری و برجسب زدن‌هایی چون «دروغ‌گو» به مصاف این رفتار می‌روند، ترس کودک را تقویت می‌کنند و ناخواسته او را به یک دروغ‌گوی ماهرتر و پنهان‌کارتر تبدیل می‌سازند. برای نهادینه‌سازی صداقت، هزینه راست‌گویی برای کودک باید به مراتب کمتر از هزینه پنهان‌کاری باشد؛ کودک باید عمیقاً تجربه کند که بیان حقیقت، هرچقدر هم تلخ باشد، عشق و امنیت او را نزد والد از بین نخواهد برد.

جعبه‌ابزار کلمات در لحظه بحران

به جای گفتن این جملات مخرب:

«دروغ‌نگو خودم دیدم کار خودت بود!»، «خجالت نمی‌کشی این قصه رو سر هم می‌کنی؟»، «از دروغ‌گوها متنفرم!»، «اگه راستش رو نگی بلایی سرت میارم که نفهمی از کجا خوردی!»

این کلمات نجات‌بخش را دقیقاً تکرار کنید:

خنثی کردن فضای ترس و اطمینان‌بخشی به کودک:

«من کنارت‌م و قرار نیست سرت داد بزنم یا تنبیهت کنم. مهم‌ترین چیز برای من اینه که با هم راستش رو بگیم تا بتونیم درستش کنیم.»

دعوت به حقیقت با توصیف آنچه واقعاً می‌بینید بدون میچ‌گیری:

«به نظر میاد یه اتفاق ناخواسته افتاده و ترسیدی من عصبانی بشم. شجاعتت رو جمع کن و دقیقاً بگو چی شد، من با مهربونی بهت گوش می‌دم.»

پروتکل روزمره

گام اول: پاداش فوری به بیان حقیقت، حتی تلخ

هر زمان کودک خطایی کرد و صادقانه نزد شما آمد و گفت: «مامان، من شیر رو ریختم روی مبل»، ابتدا او را در آغوش بگیرید و بگویید: «خیلی ازت ممنونم که این قدر شجاعی و راستش رو به من گفتی. این صداقت برام از هزارتا مبل باارزش تره.» سپس بدون تندی، او را در تمیز کردن مشارکت دهید تا مغز کودک ثبت کند حقیقت با احترام پاسخ داده می شود.

گام دوم: بازی تمایز خیال از واقعیت با سناریوهای خنده دار

گاهی با کودک بازی کنید و بگویید: «یک جمله می گم، تو بگو این واقعیه یا یک قصه خیالی؟ مثلاً: فیله پرواز کرد رفت رو ابر!» وقتی کودک گفت قصه است، بگویید: «آفرین! قصه ها برای خندیدن قشنگن، اما وقتی اتفاقی توی دنیای واقعی می افته، ما کلمات واقعی رو استفاده می کنیم.» این بازی مرز شناختی میان خیال و واقعیت را تقویت می کند.

گام سوم: پرهیز والدین از دروغ های به اصطلاح مصلحتی روزمره

اگر پای تلفن به کسی می گوئید «ما خونه نیستیم» در حالی که در خانه اید، یا به کودک می گوئید «آپول اصلاً درد نداره» در حالی که دارد، بذره های داستان بافی را در ذهن او می کارید. کودک دروغ گویی را از ظرافت های رفتاری والدین الگوبرداری می کند؛ بنابراین در تعاملات روزمره با خود او و دیگران پیوسته راست گو و شفاف بمانید.

محتوایی که مطالعه فرمودید یک بخش از محتوای ۱۵ بخشی است
برای دانلود نسخه کامل محتوای لطفا به وبسایت دانشیار

www.fd49.ir مراجعه فرمایید .

با توجه به اهمیت آموزش مهارتهای زندگی برای کودکان و نوجوانان و نقش بدون تردید آن در
ساختن جامعه سعادتمند و بالندگی فرزندان این سرزمین ، لطفا این محتوا را در گروهها ، با
عزیزانتان و سایر هموطنان به اشتراک بگذارید



Daneshyar