

ชุดรากถอนโคนนิสัยโกหก เพื่ออนาคตลูก



เด็ก ๆ กับนิสัยขำโกหก มักเป็นสิ่งที่มาควบคู่กันเสมอ คงเป็นเรื่องแปลกและหายากในการที่จะเสาะหาเด็กสักคนหนึ่งหรือคน ๆ หนึ่งซึ่งไม่เคยพูดโกหกเลยมาตลอดทั้งชีวิต อย่างไรก็ตาม การโกหกของลูกนั้นหาใช่อุปนิสัยที่พ่อแม่ควรเพิกเฉยแต่อย่างใด ตรงกันข้าม ควรหาทางจัดการอย่างเด็ดขาดในทางที่ถูกต้องเหมาะสม

เนื่องจากพฤติกรรมโกหกนั้นนับเป็นพฤติกรรมเชิงลบที่สามารถบ่มเพาะจนกลายเป็นลักษณะชีวิตของความไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องอื่น ๆ แรกๆ คงต้องอดใจต่อไปในอนาคต รวมไปถึง “ต้นทุนความเสี่ยงของการโกหกนั้นสูงมาก” เพราะแลกกับอนาคต หรือชีวิตของเราที่เหลือทั้งหมด และคำขอโทษเมื่อถูกจับได้ อาจไม่เพียงพอที่จะซื้อ ‘ศรัทธา’ ที่ผู้อื่นเคยเชื่อมั่น เชื่อมือ เชื่อถือ เชื่อใจ ในตัวเราซึ่งสูญเสียไปแล้ว กลับคืนมาได้ อัล เดวิด (Al David) อดีตโค้ชและผู้บริหารทีมอเมริกันฟุตบอลที่มีชื่อเสียง ได้กล่าวไว้อย่างน่าคิดว่า “คำโกหกเพียงครั้งเดียว ทำให้ความจริงนับพันมัวหมองไป” ในอาชีพการทำงาน การโกหก...และ ‘ถูกจับได้’ เพียงครั้งเดียว อาจทำให้อนาคตการทำงาน ชื่อเสียงที่อุตสาหะสะสมไว้ด้วยความเพียรพยายาม ‘ล่มสลาย’ ลง และไม่มีวันรื้อฟื้นกลับมาได้อีกเลย ประตูนาคตของคนที่มีชื่อเสียงจำนวนไม่น้อย ต้องถูกปิดลงตลอดกาล....เมื่อถูก ‘เปิดโปง’ อาทิ ...เจนเน็ต คูก (Janet Cooke) นักเขียนคนหนึ่งของสำนักข่าววอชิงตัน โพสต์ เธอได้เขียนบทความเรื่อง “โลกของจิมมี่” (Jimmy’s World) ตีพิมพ์เมื่อวันที่ 28 กันยายน ค.ศ.1980 เล่าเรื่องราวของจิมมี่ เด็กชายวัย 8 ขวบ ซึ่งเป็นรุ่นที่สามของครอบครัวที่ติดเฮโรอีน ในบทความเธอได้นำเสนออย่างละเอียด ทั้งการสัมภาษณ์ การเล่าเรื่องราวต่าง ๆ ได้อย่างน่าสนใจ จนได้รับรางวัลพูลิตเซอร์ (Pulitzer) เมื่อปี ค.ศ.1981 แต่หลังจากนั้น ได้มีการค้นหาเด็กชายจิมมี่ ตามที่เธอกำลังอ้าง กลับพบว่า ไม่มีตัวตนจริง เป็นเรื่องที่เธอถูกจ้าง และเมื่อถูกจับได้ เธอจึงจำใจออกมายอมรับว่า ‘โกหก’ เป็นเรื่องที่แต่งขึ้น จากคำบอกเล่าที่มีความจริงเพียงเล็กน้อย เมื่อถูกจับได้ ...เท่ากับอนาคตในอาชีพย่ำแย่ที่สุดลง เธอถูกให้ออกจากงาน และต้องคืนรางวัลพูลิตเซอร์อันทรงเกียรติที่ได้มา ...แลนซ์ อาร์มสตรอง (Lance Armstrong) นักปั่นจักรยานเจ้าของแชมป์การแข่งขันตูร์เดอฟร็องส์ 7 สมัย ตั้งแต่ปี ค.ศ.1999 ถึง 2005 ความเป็นแชมป์ของเขาสิ้นสุดลง ในปี ค.ศ.2012 เมื่อคณะกรรมการต่อต้านการใช้สารกระตุ้นของสหรัฐอเมริกา (US Anti-Doping Agency, USADA) ตรวจสอบพบว่า เขาใช้สารกระตุ้นผิดกฎหมาย เมื่อจำนนต่อหลักฐาน ในที่สุดเขาได้สารภาพว่า ที่ผ่านมา เขาใช้สารต้องห้ามจริง และยอมรับว่าเป็นไปไม่ได้ที่เขาจะได้แชมป์ทั้ง 7 สมัย ถ้าไม่ได้ใช้สารเหล่านี้ เมื่อถูกจับได้ ...เขาถูกลงโทษห้ามมิให้ลงแข่งขันตลอดชีพ ถูกริบตำแหน่งและรางวัลคืนทั้งหมด 7 สมัยที่ได้รับ อนาคตในวงการจักรยาน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของชีวิตได้สิ้นสุดลง

การโกหก แท้จริงแล้วเป็นเพียงลักษณะอาการที่แสดงออกมาภายนอกด้วยการพูดในบางสิ่งบางอย่างที่ไม่ใช่ความจริงหรือไม่ตรงกับความเป็นจริง อาจด้วยสาเหตุ เพราะความกลัวการถูกลงโทษ กลัวถูกตำหนิเนื่องจากการทำงานผิดพลาดล้มเหลว หรือทำไม่ได้ดังที่พ่อแม่ตั้งใจไว้ กลัวพ่อแม่เสียใจ โดยไม่เคยรับรู้หรือถูกปลูกจิตสำนึกจากพ่อแม่เลยว่าโกหกเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

พ่อแม่จำนวนไม่น้อยที่รู้สึกหงุดหงิดหรือหัวเสียไปกับอาการขำโกหกของลูก โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรณีที่ถูกทำผิดแล้วไม่ยอมรับผิดหรือบอกว่าไม่ได้เป็นคนทำ รวมไปถึงเมื่อมีคนขำเคียดมาฟ้องว่า ลูกของเราเป็นเด็กขำโกหก พ่อแม่ย่อมอาจรู้สึกเดือดเนื้อร้อนใจ มีความโกรธกับพฤติกรรมดังกล่าวจนอาจแก้ปัญหาพฤติกรรมของลูกโดยใช้อารมณ์นำหน้า เช่น การดุด่า จ้องจับผิด การลงโทษอย่างรุนแรง ฯลฯ แทนที่จะค่อย ๆ

นั่งลงคิดหาทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าวของลูกด้วยความเข้าใจซึ่งจะสามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้อย่างตรงจุดตรงประเด็นมากกว่า

การพิจารณาเพียงเพราะคำพูดบางอย่างของลูกที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงตามที่พ่อแม่เข้าใจ

จึงไม่เพียงพอที่จะสามารถตัดสินได้ว่าลูกของเราเป็นเด็กที่ชั่วร้ายนิสัยไม่ดีแต่อย่างใด

จนกว่าพ่อแม่จะสามารถหาคำตอบได้ว่าการที่ลูกพูดโกหกหรือพูดไม่เป็นความจริงนั้นแท้จริงแล้วเนื่องมาจากสาเหตุใด ทำให้ลูกต้องพูดโกหกในเรื่องนี้กับเรา เป็นต้น เพื่อสามารถหาแนวทางการแก้ปัญหาได้อย่างตรงจุดตรงประเด็นต่อไป

โดยลำดับแรกสุดที่พ่อแม่ควรศึกษาให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ นั่นคือลักษณะพฤติกรรมการโกหกของเด็กในแต่ละช่วงวัย ว่าเป็นอย่างไรตั้งแต่เด็กวัยคลาน วัยก่อนเรียน วัยเข้าเรียน ไปจนถึงวัยรุ่น ซึ่งมีความแตกต่างกันไปตามพัฒนาการด้านอารมณ์ความรู้สึกการใช้เหตุผลและผลในแต่ละช่วงอายุของตัวเด็กเอง ตัวอย่างเช่น

เด็กวัยคลาน (toddlers) เหตุผลของการโกหกเนื่องมาจากต้องการตอบสนองความต้องการของตนเองเป็นหลัก เป็นการโกหกในรูปแบบที่ง่าย ๆ

ไม่ซับซ้อนเพื่อปฏิเสธในบางสิ่งที่ไม่ต้องการ ไม่อยากทำ หรือโกหกเพื่อได้บางสิ่งที่ไม่อยากได้โดยยากทำ โดยในเรื่องนี้ ดร.อลิซาเบธ เบอร์เกอร์ (Elizabeth Berger)

แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมเด็กและผู้เขียนหนังสือ “Raising Kids With Character” ได้กล่าวว่าเมื่อพบว่าลูกในวัยนี้มีพฤติกรรมโกหก

พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเข้าไปเผชิญหน้าหรือโต้แย้งกับลูกโดยเฉพาะอย่างยิ่งการตั้งตายเป็นฝ่ายตรงข้ามและพยายามให้ลูกเป็นผู้ผิด

เพราะสิ่งที่พ่อแม่จะได้รับกลับมาจากลูกนั้นคือการโกหกต่อไปอีกอย่างไม่รู้จบ โดยหากลูกทำแกล้งแค้น แทนที่พ่อแม่จะถามว่าใครทำแกล้งในบั้นแรก

(ซึ่งคำตอบส่วนลูกส่วนใหญ่คือโกหกกว่า “ไม่” “ไว้ก่อน”) ให้พ่อแม่ตั้งคำถามกับลูกใหม่ว่า “ดูแกล้งที่แค้นในนี้สิ ลูกจะทำอย่างไรกับมัน”

เพื่อให้ลูกรู้ว่าพ่อแม่รู้แล้วว่าใครทำแกล้งไม่จำเป็นที่ลูกจะต้องมาโกหกพ่อแม่อีกว่าไม่ได้เป็นคนทำ เป็นต้น

เด็กวัยก่อนเข้าเรียน (preschoolers) พฤติการณ์โกหกของเด็กในวัยนี้มักเกี่ยวพันไปกับพฤติกรรมการเล่นของเด็กเองอย่างแยกกันไม่ออก อาทิ การเล่นคิด

พูดจินตนาการเป็นเรื่องราวต่าง ๆ นอกเหนือไปจากโลกแห่งความเป็นจริง ซึ่งนับเป็นกระบวนการคิดแบบหนึ่งของเด็กในการคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ

พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเดือดเนื้อร้อนใจกับพฤติกรรมดังกล่าววันแต่จะนำมาซึ่งปัญหาอื่น ๆ ตามมา อาทิ การไม่ยอมเล่นกับเพื่อนในโลกแห่งความจริง

มีปัญหาการเข้าสังคม ซึ่งพ่อแม่จำเป็นต้องหาทางแก้ไขในเรื่องนั้นอย่างเจาะจงต่อไป

เด็กวัยเรียน (schoolkids) เป็นวัยที่เริ่มมีเหตุผลและผลในการทำสิ่งต่าง ๆ หากพ่อแม่พบว่าลูกมีพฤติกรรมโกหก

จำเป็นต้องค้นหอย่างเข้าใจว่าลูกโกหกหรือพูดไม่จริงนั้นเป็นเพราะสาเหตุใด ลูกมีความเข้าใจอะไรที่ผิดพลาดไป

หรือมีค่านิยมบางอย่างที่ผิดไปหรือไม่จึงทำให้ลูกต้องพูดโกหกในเรื่องนั้น ๆ ตัวอย่างเช่น โกหกเพราะต้องการการยอมรับจากเพื่อนฝูง จากพ่อแม่

โกหกเพื่อหลบหนีความจริงที่เจ็บปวด โกหกเพราะอาย โกหกเพราะหนีความผิด โกหกเพราะคิดว่าหากโกหกแล้วไม่มีใครจับได้นับว่าเป็นคนเก่งคนฉลาด

โกหกเพราะต้องการช่วยเหลือเพื่อน เป็นต้น ซึ่งเมื่อพ่อแม่ทราบถึงรากพฤติกรรมดังกล่าวแล้วขั้นต่อไปคือการชี้แจงให้ลูกเข้าใจและสร้างค่านิยมใหม่ให้กับลูกแทนที่ ตัวอย่างเช่น

ในเรื่องคุณค่าที่แท้จริงในชีวิต การนับถือตนเอง การยอมรับความผิดการพูดความจริงนับเป็นความกล้าหาญ

การพูดโกหกเป็นการกระทำของคนที่ไม่ซื่อสัตย์

เป็นต้น

ช่วงก่อนเข้าวัยรุ่น (twens) เป็นช่วงวัยที่เริ่มเปลี่ยนผ่านจากเด็กสู่วัยรุ่น จึงมักขาดเสถียรภาพทางอารมณ์ มีความตึงเครียดต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาได้โดยง่าย และเมื่อรู้สึกตัวตนเองไม่สามารถควบคุมสถานการณ์นั้น ๆ ได้จึงมีปฏิกิริยาตอบสนองโดยการพูดโกหกออกมา ซึ่งเป็นสัญญาณว่ากำลังอยู่ในภาวะเครียดหรือเข้าตาจน

อย่างไรก็ตามการพูดโกหกของเด็กนั้นนับเป็นพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงการมีสติปัญญาในการหาทางออกจากปัญหาด้วยเช่นกัน

อย่างไรก็ตามเด็กในวัยนี้มักมีปัญหาเรื่องการมองเชิงอนาคตหรือการคาดเดาถึงผลที่เกิดขึ้นตามมาจากพฤติกรรมโกหกของตน

พ่อแม่ควรชี้ให้ลูกเห็นว่าการโกหกไม่ใช่เรื่องดี และชี้ให้เห็นถึงผลเสียที่ตามมาในอนาคตของนิสัยขี้โกหก เช่น เป็นการหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัวเอง

เป็นที่รังเกียจของสังคม ไม่มีใครอยากคบเป็นเพื่อน ไม่มีใครเชื่อถือ ชื่อเสียงเสียหาย ฯลฯ โดยอาจยกตัวอย่างประกอบให้เห็นชัด ๆ ตัวอย่างเช่น นิทานสอนใจเด็กเลี้ยงแกะ...นิทานเรื่องสองพี่น้องที่คนน้องยังเปิดของยายตายและกลัวความผิดคนที่เห็นจึงขู่หาว่าไม่ยอมรับใช้หรือทำตามที่ดินสั่งจะไปฟ้องยาย จนในที่สุดคนน้องทนไม่ไหวกับการใช้งานอย่างโหดร้ายของพี่จึงไปสารภาพกับยาย

ยายบอกว่ารู้มาตั้งนานแล้วและพร้อมจะให้อภัยมานานแล้วรอวันที่หลานคนน้องมาสารภาพเอง...ตัวอย่างจากข่าวดารานักร้องดังยอดนักโกหก

เป็นต้น เพื่อให้เด็กเห็นภาพอย่างเป็นรูปธรรม เกิดความเกรงกลัวถึงผลที่ตามมาและไม่คิดจะใช้วิธีการโกหกในการแก้ปัญหาอีก

นอกจากการทำความเข้าใจพฤติกรรมโกหกในแต่ละช่วงวัยเพื่อหาทางช่วยเหลือลูกอย่างถูกวิธีแล้วแล้ว สิ่งสำคัญอื่น ๆ

ที่พ่อแม่ควรตระหนักไว้เสมอในการช่วยพัฒนาอุปนิสัยเชิงบวกให้แก่ลูกนั้นได้แก่

เริ่มแต่ตัวเยาว์ มิใช่แม่แก่ไขตอนโตซึ่งอาจไม่ทันกาล โดยเริ่มดูแลเอาใจใส่ใกล้ชิดลูกของเราตั้งแต่วันนี้ตั้งแต่เขายังเป็นเด็กเล็ก ๆ ยิ่งใกล้ชิดมากแบบมองตากิริวจูใจ

พ่อแม่ย่อมรู้ไม่ยากกว่าที่ลูกพูดออกมานั้นโกหกหรือเป็นเรื่องจริง

เป็นแบบอย่างด้วยชีวิต เป็นการยากที่จะสอนลูกไม่ให้โกหกแต่แม่ยังทำเสียเอง เช่น สั่งลูกให้ไปบอกกับแขกที่มาพบว่า “อย่าบอกนะว่าแม่อยู่บ้าน”

หรือจากคติธรรมสาระชั้นที่คุณสามสิ่งได้ยกตัวอย่างเป็นเรื่องเล่าว่า

คุณแม่ลูกสาววัยสี่ขวบคนหนึ่งโกรธมากที่ลูกชอบพูดโกหกพูดปดอยู่เป็นประจำ

ระจำ สอนแล้วสอนเล่าลูกก็ยังชอบพูดโกหกเป็นนิสัย จึงพูดขู่ลูกว่า “ถ้าลูกขึ้นพูดโกหกอีก แม่จะมาจับลูกไป” ลูกสาวย้อนกลับมว่า “ลูกไม่กลัว”

คุณแม่จึงชักตัวว่า “ทำไมไม่กลัว” ลูกตอบกลับไปว่า “เพราะถ้าแม่มาจริง ก็จับแม่ไปก่อนแล้ว

พ่อแม่จึงควรระมัดระวังในการเป็นแบบอย่างที่ดีซึ่งมีค่ามากกว่าแค่การสอนแต่คำพูด ไม่เช่นนั้นลูกอาจดอกลับเราในทำนองเดียวกันกับเรื่องเล่านี้ก็ว่าได้

สอนด้วยความรักความเข้าใจ

มิใช่การจับผิดหรือแก้ปัญหาอย่างฉาบฉวยด้วยการลงโทษเพียงแค่ออกจากพฤติกรรมซึ่งเป็นผลปลายทางที่แสดงออกมาจากรากปัญหาที่อยู่ภายใน การสร้างเพียงรูปแบบ

หรือการกำหนดกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ให้ลูกทำตามเท่านั้นเป็นสิ่งที่ไม่เพียงพอ เช่น หากพ่อแม่สอนลูกในเรื่องของการพูดโกหกว่า “ห้ามโกหกแม่ ไม่ชอบ”

“ห้ามโกหก

ลูกย่อมไม่พูดโกหกเพราะกลัวว่าแม่จะโกรธหรือตี โดยที่ในความเข้าใจของเขานั้นอาจคิดในอีกมุมหนึ่งว่า

“หากจะโกหกแม่ต้องมีชิ้นเชิงอย่าให้แม่จับได้”

หรือ

“จะไปโกหกหลอกลวงใครที่ไหนก็ได้ยกเว้นกับแม่ตัวเอง”

เป็นต้น

สร้างความชัดเจน ทั้งความชัดเจนในการให้คุณค่าหรือการสร้างความนิยมของการพูดความจริงการยอมรับผิด ว่าเป็นเรื่องที่น่ายกย่อง เป็นความกล้าหาญ

เป็นบ่อเกิดแห่งลักษณะชีวิตแห่งความซื่อสัตย์ ซื่อตรง อันจะนำเราไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง ความสำเร็จอย่างยั่งยืนต่อไปในอนาคต

นอกจากนี้พ่อแม่ควรสร้างบทลงโทษที่ชัดเจนให้แก่ลูกด้วย อาทิ หากพ่อแม่สอนแล้ว พูดคุยด้วยความรักความเข้าใจ

ซึ่งถูกชี้ผิดให้ลูกเห็นถึงผลเสียแล้วลูกยังดื้อดึงจะโกหกอยู่ต่อไป พ่อแม่จำเป็นต้องมีมาตรการการลงโทษลูกตามความเหมาะสมในแต่ละช่วงวัย

โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ลูกจำเริญมาจากความรักที่มีต่อลูกไม่ต้องการให้ลูกต้องรับผลร้ายจากนิสัยดังกล่าว

การแก้ไขนิสัยการโกหกของลูกนั้น สิ่งสำคัญคือพ่อแม่ต้องนิยามให้ชัดว่า

การโกหกที่จะเกิดเป็นผลเสียต่อลูกและเป็นพฤติกรรมเชิงลบอันไม่พึงประสงค์นั้นมีลักษณะอย่างไร

รวมทั้งศึกษาทำความเข้าใจกับพัฒนาการของพฤติกรรมโกหกที่ปรากฏในเด็กแต่ละช่วงวัยเพื่อสามารถแก้ไขได้อย่างตรงจุดตรงประเด็นและที่สำคัญคือ

การสอนด้วยการเป็นแบบอย่างของพ่อแม่เอง

ทั้งแบบอย่างของการมีค่านิยมที่ถูกต้องและพฤติกรรมที่แสดงออกมาสอดคล้องกันเพื่อสร้างลูกของเราให้เป็นผู้ใหญ่ที่ดีของสังคมไทยต่อไปในอนาคต

ด้วยอุปนิสัยแห่งความสัตย์จริงซึ่งเป็นรากฐานแห่งคุณธรรมและความสำเร็จทั้งปวง

ที่มา: แม่และเด็ก

ปีที่ 38 ฉบับที่ 522 สิงหาคม 2558

ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

นักวิชาการอาวุโส มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด

kriengsak@kriengsak.com, [http:// www.kriengsak.com](http://www.kriengsak.com)

แหล่งที่มาของภาพ : http://www.thaihealth.or.th/data/content/25476/cms/e_abhpsvwy246.jpg