

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ БРЕХНІ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ

¹Вінницький національний технічний університет

Анотація

В статті досліджено психологічні особливості брехні в сімейних стосунках. Визначено та проаналізовано основні причини виникнення брехні та її застосування у сімейних стосунках. Проведено психологічний аналіз відмінності брехні від інших типів дезінформації. Виділено та розкрито основні характеристики ознак обману в сімейних стосунках.

Ключові слова: брехня, неправда, обман, сім'я, стосунки, сімейні стосунки, брехливість, форми брехні, істина, правда.

Abstract

The article is devoted to the coverage of the psychological features of lies and truth, consideration of their essences and the disclosure of the main characteristics of the signs of deception. A theoretical analysis of the category of lies in the works of a foreign psychologist. Methods of studying the problem of sincerity of human behavior through theoretical research are revealed. A detailed description of the main causes of lies and its application in family relationships, as well as a psychological analysis of the differences between lies and other types of misinformation.

Keywords: lie, untruth, deception, family, relationship, family relationship, deceit, lie forms, truth, verity.

Вступ

Сьогодні доволі актуальним для людини є питання про брехню і правду. Як прийнято вважати, брехня і обман – явища, що притаманні лише людям [1]. На жаль, людські відносини рідко обходяться без брехні. Батьки брешуть своїм дітям, а ті так само, підрастаючи, приховують від батьків свої проблеми та витівки. Брешуть один одному чоловіки і дружини з метою зберегти сім'ю, не бути викритим або щоб не образити.

Брехня існує майже у всіх сферах людської діяльності, тому вимагає глибокого та детального вивчення. Історія взаємодій між людьми показує, що брехню неможливо повністю викоринити із суспільства. У стосунках доводиться часто обманювати, тому необхідно не відкидати від себе все, що пов'язане з обманом, а навпаки досліджувати його та навчатися методам розкриття брехні.

Метою статті є дослідження психологічних особливостей брехні в сімейних стосунках, розкриття її сутності та основних характеристик.

Основна частина

Ще античні філософи, зокрема Аристотель і Платон, докладали зусиль для з'ясування сутності брехні у морально-психологічних аспектах соціальних відносин та для розробки рекомендацій, що перешкоджають поширенню брехні. На сьогодні основні дослідження брехні, причин, які її породжують, і форми прояву стали предметом вивчення юристів, філософів, педагогів і психологів [1].

У книзі Пола Екмана «Теорія брехні» (2019) описано якими бувають види, ознаки брехні, як відрізнити правду від обману, як можна навчитися розпізнавати те, що тебе хочуть обдурити. З цієї книги можна дізнатися, як за дрібними зовнішніми ознаками поведінки людей можна не тільки розпізнати брехню, а й дізнатися справжні наміри або інформацію, яку від нас намагаються майстерно приховати. Суть брехні полягає в тому, що людина розуміє та думає для себе одне, а під час комунікацій проявляє зовсім інше. Брехун має собі за мету передати неправдиву інформацію, тобто брехня використовується як певний метод приховання істинних фактів. Іншими словами, вона визначається як сума необхідних кроків для досягнення певної прихованої мети. Обман заснований на свідомому бажанні одного з учасників розмови або відтворити неправдиву інформацію, або її прийняти [2].

Як зазначає С. Поварнін, тактикою брехуна може бути як досягнення, так і уникнення будь-яких

негативних ефектів. «Брехня – форма поведінки, яка полягає в навмисному спотворенні дійсності для досягнення бажаної мети чи прагнення уникнути небажаних наслідків. Там, коли брехливість стає звичною формою поведінки, вона закріплюється і перетворюється на якість особистості». Якщо розглядати брехливість як форму поведінки або рису особистості, то це дозволяє визначати сталий, свідомий її прояв в психіці певного індивіда, що міцно закріплений в сутності особистості [3].

За працями науковців можна поділити брехунів на дві категорії: ті, які брешуть за потреби, і брехуни від природи. Останні – невинуваті, адже часто розповідають іншим вигадані історії одну за одною, причому самі вірять у свої видумки, брешуть без жодної на те необхідності (так званий «феномен барона Мюнхгаузена»). Зазвичай це люди екстраверти, часто дуже веселі. Вони прагнуть бути в центрі уваги, щоб їх слухали та вихваляли. Натомість інтроверти вдаються до брехні набагато рідше, тільки за необхідності [4].

Американський літератор Енн Ландерс вважає, що правдою часто користуються, наче палицею, завдаючи жорстокого болю. Брехня також може бути жорстокою, але не завжди. Часом брехня буває безкорисливою, а деякі міжособистісні стосунки є взаємовигідними. Було б, наприклад, дивно називати брехунами акторів, адже глядачі заздалегідь згодні сприймати їхнє перевтілення і саме тому ходять до театру. Актори, на відміну від шахраїв, грають свої ролі відкрито [4].

Існує такий афоризм: «Брехня на благо». Найчастіше цей вираз актуальний для сімейного життя. Чому? Все просто – якщо ми будемо обманювати особу, яку ми бачимо вперше, і, можливо, є ймовірність з нею більше не зустрітися, то скоріше всього нас не буде лякати те, що вона про нас подумає. Ми намагатимемося влучно підбирати слова, проте невдача під час некоректного вислову нас не буде засмучувати настільки, наскільки це було б можливо у випадку з близькими для нас людьми. Саме з останніми ми прагнемо будувати стосунки так, щоб до «брехні на благо» звертатися зрідка. Це буває з різних причин. По-перше, дорогу для себе людину ми не хочемо образити, тому що зіпсовані відносини з нею можуть принести багато негараздів у всіх життєвих ситуаціях. По-друге, дорогу людину ми обманюємо з певною метою.

У своїй книзі «Love and Lies» філософ Кленсі Мартін дотримується думки про те, що відносини тривають лише тоді, коли ми не завжди говоримо точно, про що думаємо. Нам доводиться маскувати свої почуття, удавати, усміхатися тоді, коли хочемо кричати. Тобто, ми маємо брехати. Дослідження показують, що в середньому під час звичайної розмови люди брешуть 2-3 рази кожні 10 хвилин. І особливо часто ми брешемо, коли справа стосується кохання, тому що кожен із нас найбільше дбає про любов, ніж про щось інше, важливіше, бо вона викликає у нас найбільше тривоги та ніжності водночас. Отже, турбота і страх – дві найпоширеніші причини брехні.

Кленсі Мартін вказував на те, що «брехня на благо» починає проявлятися ще в дитинстві. Чому ми тоді брехали? Тому що ми не хотіли потрапити в неприємну пригоду; тому що нам було цікаво, що думають інші діти; тому що ми боялися втратити любов та авторитет в очах своєї мами. Жан-Жак Руссо називав це «законом слухняності», який породжує необхідність брехати у дітей. Автор книги вважав, що це потреба в любові. Якщо ви хочете мати любов у своєму житті, то краще вам варто бути готовими сказати якусь брехню або повірити в неї. Якщо для вас важливіше чесність, то велика ймовірність того, що будете самотні до кінця життя. Більшість з нас хочуть кохати та бути коханими. То яка ж ця брехня, яку ми повинні говорити та в яку вірити? Яскравим прикладом може слугувати те, що кожен каже своїм дітям (або наші батьки казали нам) задля того, щоб допомогти повірити їм в себе: «Ти зможеш бути тим, ким хочеш», «Ти найкраще співаєш та танцюєш», «Інші діти заздрять тому, що ти розумний». Це також можна споглядати і в стосунках дорослих людей: «Ти найкрасивіша жінка у світі», «Ти найкраще готуєш», «Мені подобається твій подарунок», «Ти єдиний, хто мене коли-небудь зрозумів». Бувають такі дні, коли чоловік нешироко каже своїй дружині «Я тебе люблю», проте часом ці три слова необхідні для того, щоб любов підтримувалася [5].

Проте є не лише добра, але й погана брехня. На жаль, вона може завдати більше болю та неприємностей, якщо буде розкрита. Однак, незважаючи на той факт, що ми щодня стикаємося з обманом і що обман може часом приводити до трагічних наслідків, люди мають масу помилкових уявлень про те, як брехуни підносять свою брехню і як цю брехню можна розпізнати. Люди достатньо добре вміють обманювати, але не дуже чудово можуть викрити обман. Причини бувають різні.

По-перше, вони не володіють достатньою кількістю знань для того, щоб вміти справедливо зловити брехуна зненацька [6]. Зокрема, Пол Екман виділяє дві основних помилки при спробі розпізнати брехуна: «капкан Брокау» та «помилка Отелло». Перша полягає в тому, що навіть зміни виразу обличчя, тіла, голосу, слів ще не можуть означати те, що підозрюваний бреше. І навпаки:

відсутність ознак обману ще не означає те, що підозрюваний не винний та каже правду. Чоловік, якого дружина зловила на розмові з коханкою, може спокійно себе поводити, ніби нічого не сталося, хоча для нього це не характерно. Тому для того, хто хоче викрити брехню, необхідно порівняти поведінку свого партнера у звичайний день та відразу після того як на його адресу було сформульовано пряме звинувачення. «Помилка Отелло» полягає в тому, що проявляється недовіра до того, хто після звинувачення відчуває стрес. Жінку, яку чоловік підозрює у зраді, може більше лякати те, що їй не довіряють, тому у чоловіка може скластися враження, що її переживання через те, що її було викрито. Її страх дуже легко переплутати зі страхом викриття. Найчастіше таких помилок допускаються дуже ревниві люди, адже якщо той самий чоловік запідозрив обман, то переконати його у зворотньому дуже складно. Тим більше якщо раніше його вже в чомусь обманювали. Тому для правильної верифікації необхідно не відкидати думку можливості своєї неправоти [4].

По-друге, брехня може бути не розкритою, тому що той, кому брешуть, не зацікавлений у викритті брехуна. Кожен із нас полюбить слухати компліменти на свою адресу, які стосуються нашої фігури, зачіски, одягу, манікюру, досягнень та іншого. Так чи варто обтяжувати себе з'ясуванням того, чи думає насправді людина те, що говорить, відпускаючи свою похвалу? Подружжя далеко не завжди хочуть з'ясовувати, а не завели їх партнери зв'язок на стороні, з цієї самої причини. Заявивши своїй невірній дружині про те, що знає про її коханця, чоловік може поставити її в ситуацію, в якій вона змушена буде вибирати між ним та іншим чоловіком, що, ймовірно, може призвести до розлучення, якого він би зовсім не хотів. Іншими словами, повідомлення про те, що він виявив, може мати для нього небажані наслідки, і, усвідомлюючи це, він може вирішити не вдаватися в це питання [6].

По-третє, деякі люди мають вроджений талант обманювати, тому їхню брехню дуже важко викрити. Зокрема, такими людьми можуть бути актори, видатні політики та дипломати. Отто фон Бісмарк зазначав: «Ніколи стільки не брешуть, як під час війни, після полювання і до виборів» [7]. Можливо, світ не оминула б не одна війна, якби не вміння лаконічно та майстерно обманювати або приховувати інформацію.

Іноді люди не хочуть розкривати брехню, бо не знають, що б вони зробили, якби дізналися достовірну інформацію. Наприклад, у деяких випадках чоловік не хоче з'ясовувати, чи дійсно дружині сподобалися його подарунок, через збентеження, що робити в тому випадку, якщо подарунок виявився небажаним. З тієї ж причини можуть залишитися нерозкритими і значно серйозніші прояви брехні. Припустимо, що дружина після того, як чоловік заявить їй про те, що знає про її коханця вирішить не йти від свого чоловіка. Що йому робити в цій ситуації? Правильним кроком, було б, мабуть, самому піти від неї, але з тих чи інших причин він може зовсім не бажати цього [6].

Пол Екман виділяє два основних види брехні: замовчування і перекручування. Замовчуючи, партнер приховує правду та коли настає момент викриття має можливість виправдатися тим, що він нібито забув про це розповісти, або його не питали про це, тому він і мовчав. Перекручування може бути присутнім у випадку прямого запитання або звернення [4]. Якщо чоловік запитає дружину де вона так довго перебувала, вона з неочікуваності може почати придумувати неправдиву історію, через що в її голосі можна викрити переживання, обмовки та страх. Проте є можливість, що це буде приховано іншими емоціями, наприклад, агресивними гаслами про те, що чоловік набрид постійними звинуваченнями. Досить часто, висвітлюється тільки фрагмент інформації, а не потрібний залишається за кадром. Такий спосіб замовчування називають «частковим висвітленням матеріалу» [2].

Не всі вважають замовчування брехнею. Багато людей приймають за брехню тільки відверте спотворення дійсності. Якщо вагітна дружина просить свого чоловіка не повідомляти неприємних новин, то замовчування не буде брехнею. У своє визначення брехні Пол Екман не включає замовчування правди заради ввічливості або дотримання етикету. Наприклад, господиня проводить своїх родичів або інших гостей, не розпитуючи, чому вони поспішають. Для дотримання правил пристойності і поваги до почуттів господині достатньо якої-небудь правдоподібного виправдання. У таких випадках жертва не тільки невимушено піддається обману, а навіть люб'язно сприймає такий обман. Як було описано вище, часом у стосунках закоханих обидві сторони підтримують брехню [4].

Є ще одна форма брехні, яка може активно проявлятися в сімейному житті. Це правда, яка висловлена таким чином, що в неї неможливо повірити. Пол Екман наводить такий приклад:

Дружина говорить з коханцем по телефону і тут зненацька входить чоловік. Дружина кидає слухавку і червоніє.

- З ким ти розмовляла?
- Дружина зображує на обличчі милу посмішку і каже:

– З коханцем, з ким же ще?

Всі посміялися, і правда залишилася прихованою. У чоловіка не виникло і частинки підозри, хоча дружина, насправді, розмовляла з коханцем [2].

Якщо ви не достатньо переконані, чи бреше вам людина, то поцікавтеся якимись деталями або змініть що-небудь зі сказаного. Тоді людина може згадати, що сказане ним не є правдою, і вона почне свідомо брехати, з усіма підсумками, що випливають і викрити її буде простіше.

Викриття брехні – не тільки наука, але й щоденна практика. І важливо, щоб кожен умів розпізнати неправду, брехню та обман у будь-яких проявах. І щоб сам не вводив в оману інших людей. Давньоримський філософ та політик Цицерон попереджав: «Брехунові ми не віримо навіть тоді, коли він говорить правду» [8]. Необхідно як найефективніше скорочувати кількість брехні в усіх сферах, щоб не потерпати від докорів сумління та жити на повні груди.

Висновки

У всіх сферах людської діяльності і спілкування ми можемо зустріти різні форми брехні і обману. Тому так важлива обізнаність у процесі викриття неправдивої інформації. Особливо це важливо в сімейному житті, адже від нього ми нікуди не можемо сховатися та втекти. Знання сутностей та основних характеристик ознак обману в сімейних стосунках та ширості людської поведінки є важливою передумовою успішної, міцної і щасливої сім'ї, що дозволяє кожному її учаснику повноцінно жити та, у випадку якихось негараздів, разом вирішувати ті чи інші проблеми. Зрештою, кожна людина мала б знати, як відрізнити брехню від правди.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Майорчак Н. М. Психологічні аспекти категорії брехні у роботах українських і зарубіжних учених / Майорчак Н. М. // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. – 2013. – Вип. 1. – С. 96 – 104.
2. Шумка М. Брехня як метод приховування дійсних фактів у процесі спілкування / М. Шумка, Ю. Миронова // Світоглядні та соціокультурні засади формування модерної української нації: щоріч. наук. пр. – Тернопіль : ТНЕУ, 2014. – С. 18 – 24.
3. Майорчак Н. М. Брехливість особистості в соціально-психологічному контексті: Монографія / Майорчак Н. М. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2018. – 193 с.
4. Екман П. Теорія брехні / Екман П. – К. : Видавнича група КМ БУКС, 2019. – 320 с.
5. Clancy Martin. Love and Lies: An Essay on Truthfulness, Deceit, and the Growth and Care of Erotic Love Paperback – Farrar, Straus and Giroux, 2016. – 272 p.
6. Фрай О. Детекція брехні і обману / Фрай О. – СПб. : Прайм-Евразнак, 2005. – 167 с.
7. Лук'янюк В. Цей день в історії / Лук'янюк В. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.jnsm.com.ua/h/PZ13/>
8. Цицерон М. Т. Про державу. Про закони. Про закони. Про природу богів. – К. : Основи, 1998. – 476 с.

Куран Оксана Володимирівна – студент групи ЕК-20б, факультет менеджменту та інформаційної безпеки, Вінницький національний технічний університет, Вінниця.

Прищак Микола Дем'янович – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, Вінниця.

Kuran Oksana W. – student of gr. EK-20b the faculty of management and informative safety, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.

Pryschak Nicholai D. – Cand. Sc. (Eng), Assistant Professor of Building Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, Vinnitsa.