

AL IS DE LEUGEN NOG ZO SNEL.....

Is liegen per definitie slecht? Als we heel eerlijk zijn, liegen we dan niet allemaal wel eens op z'n tijd? Soms verdraaien we de werkelijkheid een beetje, omdat dat beter uitkomt. Maar soms verdraaien we het zo dat het weinig meer met de werkelijkheid te maken heeft. Is dat altijd fout? AS verdiept zich in de sociale functie van liegen en verkent de grenzen ervan.

John Sijnke

'Eerlijkheid duurt het langst'. Een spreekwoord waarop zo op het eerste gezicht weinig valt af te dingen. Maar we kennen ook het spreekwoord 'Een leugentje om bestwil'. Alhoewel hier eigenlijk het omgekeerde wordt beweerd zit er toch veel waarheid in. Ook al heeft het begrip liegen een negatieve lading, toch bestaat er zoiets als functioneel en sociaal aanvaard liegen. Er is natuurlijk een verschil tussen 'pathologisch liegen' (de ziekelijke drang om constant de werkelijkheid te verdraaien, die in de psychiatrie bekend staat als 'pseudologica fantastica') en af en toe een functioneel leugentje, omdat je dat op dat moment even beter uit komt. Een algemeen aanvaarde stelling is dat een wereld waarin nooit gelogen wordt een kille zakelijke en emotionele wereld wordt. Ga bij je zelf maar eens na: een collega heeft een nieuwe jas gekocht en zegt trots: "mooie jas hé?" Negen van de tien keer zeg je 'ja' terwijl je het misschien een heel lelijke jas vindt. Maar je weet dat zij bijvoorbeeld snel op haar teentjes is getrapt, of heel onzeker is. Dus om er vanaf te zijn zeg je niet wat je er werkelijk van vindt. Of je wordt uitgenodigd voor een feestje waar je absoluut geen zin in hebt. 'Oh, wat jammer nou, ik heb op die datum al iets anders, anders was ik graag gekomen', is dan niet zelden het antwoord. Waarom niet eerlijk zeggen dat je er geen zin in hebt? Gewoon, omdat je de ander niet wilt kwetsen. Maar in feite spreek je hier niet de waarheid en werk je er aan mee dat we niet echt eerlijk tegen elkaar zijn. Of dat verkeerd is, is een tweede. Maar echt eerlijk kun je het natuurlijk niet noemen.

Dagelijks liegen

We hebben elke dag vele van zulke momenten. Je zou dus rustig kunnen zeggen dat we doorlopend liegen. Zelfs wanneer mensen elkaar heel goed kennen passen ze hun reacties nog vaak aan. "Wat vindt je van m'n nieuwe kapsel" vraagt een vrouw, die altijd erg over haar uiterlijk twijfelt, aan haar collega. Die collega weet dat ze haar kwetst als ze zou zeggen dat het haar een stuk ouder maakt. Daarom geeft ze een ontwijkend antwoord. We liegen blijkbaar om de relatie goed te houden, omdat we denken dat de ander ons oordeel niet erg op prijs zal stellen. Je kunt je echter afvragen waarom die ander dan om je oordeel vraagt. Om een oneerlijke reactie te krijgen? Waarschijnlijk is dat niet de bedoeling. En als een eerlijke reactie niet gewenst is, waarom wordt je dan om je mening gevraagd? Eigenlijk is het net zo als met feedback geven: dat vinden we vaak lastig omdat we ons kunnen voorstellen dat de ander het niet leuk vindt om het te horen. Dat is vaak een reden om het dan maar niet te zeggen. Eigenlijk oneerlijk, want je onthoudt de ander informatie, namelijk hoe hij of zij op jou over komt of wat jij ergens werkelijk van vindt. Als je het zo bekijkt dan zou je dus eigenlijk altijd eerlijk moeten zijn en zeggen wat je denkt en voelt. Maar of dat zo handig is blijft de vraag.

Eerlijkheid

Wanneer de collega's uit het voorbeeld goede collega's zijn, dan zouden ze toch eerlijk tegen elkaar moeten zijn. Dan moet hun samenwerking toch tegen een stootje kunnen. Maar als ze die samenwerking erg belangrijk vinden worden ze wellicht ook wat voorzichtiger. Om de collegiale contacten goed te houden wordt de waarheid daarom soms een beetje geweld aangedaan. Bij sommigen vormen van autisme kan de betrokkene niet anders dan altijd de waarheid zeggen. Dat kan nogal eens leiden tot pijnlijke situaties. Zulke mensen worden dan ook als 'sociaal onhandig' of zelf als 'zeer onprettig in de omgang' ervaren. De ober krijgt op z'n vraag "heeft het gesmaakt" een heel referaat wat er allemaal niet in orde was, waar het veel beter en goedkoper is, wat er niet goed was aan de bediening, etc. En op een uitnodiging voor een feestje krijgt de uitnodigende partij te horen dat z'n feestjes altijd zo saai zijn, dat hij veel te zuinig is met drankjes en dat er meestal te weinig hapjes zijn. Niet bepaald reacties waardoor je iemand sympathieker gaat vinden. Ook sommige mensen met een verstandelijke beperking hebben moeite met het inschatten van de juiste sociale omgang en zijn nog wel eens te eerlijk in hun reactie. Alhoewel deze mensen strikt genomen vaak een stuk eerlijker zijn dan de gemiddelde mens, toch ontbreekt het hen aan een soort natuurlijke rem waarover de meeste anderen wel blijken te beschikken. Die rem zorgt ervoor dat we (vaak razendsnel) afgewen wat we zullen zeggen, wat we kunnen zeggen en wat de gevolgen zijn als we eerlijk zeggen wat we denken, vinden of voelen. Wanneer je tijdens een discussie een zeer afwijkend standpunt hebt in vergelijking met de anderen, maar geen zin hebt om je daarvoor te verdedigen, zul je doorgaans een

wat vaag of ontwijkend antwoord geven. Of zelfs wel eens iets heel anders beweren dan je er echt van vindt. Die eerste reactie is heel begrijpelijk, gewoon een heel pragmatische afweging omdat je erg geen zin in hebt, omdat het je het al dat gedoe niet waard is, omdat je er geen tijd voor hebt of omdat je er een belang bij hebt. De tweede reactie is minder verstandig. Want daar maak je jezelf ongeloofwaardig mee.

Concluderend zou je kunnen zeggen dat het spreekwoord 'eerlijk duurt het langst' op zich wel klopt, maar dat zorgvuldig communicerende mensen hun eerlijkheid met tact weten te combineren. Het is geen keuze tussen tact of eerlijkheid maar een kwestie van weldoordacht combineren, zonder je geloofwaardigheid te verliezen.

LIEGEN DAT HET GEDRUKT STAAT

Over het fenomeen liegen blijkt meer geschreven dan je op het eerste gezicht zou denken. Geen wonder want het is een wezenlijk onderdeel van menselijke communicatie. Een onderdeel dat voor veel ellende kan zorgen, maar het ook kan helpen voorkomen. Een aantal tips voor wie meer over het onderwerp wil lezen:

Auteur: **Katharina Meerum Terwogt – Kouwenhoven**

Titel: **Het verkeerde been; over alledaagse misleiding**

Uitgeverij: **Boom**

Volgens de auteur heeft veel van wat we anderen vertellen een misleidend karakter. Volgens haar censureren wij hetgeen wij met anderen delen over onze kennis, meningen, gevoelens, overtuigingen en motieven. "We hebben er belang bij niet tegen iedereen en onder alle omstandigheden openhartig te zijn en we doen dat meestal niet met slechte bedoelingen. Dit impliceert dat we ook van anderen niet altijd waarheidsgetrouwe informatie verwachten". De auteur beschrijft waar misleiding-waar liegen een grote rol bij speelt - uit bestaat, wat de functie ervan is, wanneer het nog een normaal verschijnsel is en wanneer het gestoorde vormen aanneemt.

Auteur: **Daniel Goleman**

Titel: **Liegen om te leven; de strategie van zelfbedrog**

Uitgeverij: **Olympus**

Psycholoog Goleman onderzoekt in zijn boek de manieren waarop wij onszelf voor de gek houden. Volgens de auteur hebben we vaak zelf niet in de gaten hoe we allerlei zaken mooier maken dan ze in feite zijn. We laten de minder fraaie kanten weg, niet alleen als we iets aan anderen vertellen maar ook hoe we ons zelf zaken inprenten. In feite beweert Goleman dat we regelmatig tegen ons zelf liegen. Deze vorm van zelfbedrog heeft volgens hem wel degelijk een functie. We leren er allerlei zaken mee te accepteren. De schaduwkant is dat we er ook allerlei zaken mee vermijden en als dat sterke vormen aanneemt kan dat behoorlijk negatieve gevolgen hebben.

Auteur: **Frans van Marwijk**

Titels: **Manipuleren op je werk & Manipuleren kun je leren**

Uitgeverij: **Haystack**

Liegen kan ook een vorm van manipuleren zijn, de waarheid een beetje geweld aan doen om zo je zin te krijgen. In dat kader zijn de boeken van Frans van Marwijk interessant. Hij schrijft over de manieren waarop wij elkaar manipuleren.

DE WAARHEID SPREKEN

Iemand de waarheid vertellen is niet altijd makkelijk. Om dat we het vaak niet goed weten hoe we de boodschap moeten brengen, zeker als het een wat pijnlijke waarheid is. Of omdat we bij voorbaard al weten dat het niet gewaardeerd zal worden. Een voorbeeld:

Marieke is begeleidster van mensen met een verstandelijke beperking. Wanneer Jannie, een fors gebouwde vrouw met het syndroom van down, op een ochtend met een erg strakke spijkerbroek aan de ontbijttafel verschijnt, krijgt ze van Marieke gelijk te horen dat die broek haar nu echt te klein is en dat ze zo echt de deur niet uit kan. Wanneer Jannie begint te mopperen legt Marieke haar uit dat andere mensen haar uit zullen lachen als ze er zo bij loopt. Dat is het laatste wat Jannie wil. En ondanks het feit dat ze die strakke spijkerbroek wel erg mooi vindt, doet ze toch maar iets anders aan.

Een paar dagen later verschijnt een collega van Marieke ook in zo'n strakke spijkerbroek op haar werk. En ook die collega is aan de forse kant. "Dat is toch geen gezicht" zegt Marieke tegen de stagiaire met wie ze die dag samenwerkt. Die beaamt dat door te zeggen: "Ja, die loopt echt voor

schut". Iets staat hen blijkbaar in de weg om dat tegen die collega te zeggen. Het verschil? Voor Jannie voelen de begeleiders zich verantwoordelijk, ze zijn er immers om haar te ondersteunen en daar hoort dit soort feedback ook bij. Heeft die collega dan niet het recht om een eerlijk reactie te krijgen op haar kleding? Blijkbaar niet, want desgevraagd zal Marieke zeggen dat het haar eigen verantwoordelijkheid is hoe ze er uit ziet.

Verschenen in AS, maandblad voor de Activiteitssector, maart 2010.