**А ПРАВДА КРАЩЕ**

***Аносова Анастасія Вікторівна, психолог***

Опубліковано на сайті «Світло» 02.11.2011 за посиланням <http://svitlocult.org/authors/24-2011/02-11-2011/39-anosova-a-v-a-pravda-luchshe.html>

Подія, яку хочу описати, відбулась зі мною в недавньому минулому.

Сталося так, що в один день відпустки, післязавтра, мені потрібно було з’явитися в двох місцях, що знаходяться в різних містах. У перше місце я *повинна* була потрапити, в другому – мені *потрібно* було бути, і я дуже *хотіла* там опинитися. Що робити? Дилема. Стала переживати, оскільки на вагах важливості обидві події однакові і жодну з них пропустити не можу.

Скомандувала собі заспокоїтися і «включити» логіку: якщо я не можу скасувати жодну зустріч, значить, треба «розвести» їх за часом. Перенести на день раніше вирішила подію, на яку *повинна* була потрапити. А для цього потрібно домовлятися. І тут в моїй голові почався неабиякий діалог.

Перші думки були про те, як вигадати правдиву версію для того, щоб розжалобити, викликати співчуття, розуміння і виправдати порушення термінів у тієї людини, з якою мала зустрітися. Вигадувались причини про терміновий виклик на роботу начальством, яке про відмову навіть чути не хоче, і про раптову поїздку, і ще декілька небилиць в тому ж дусі.

Кожну версію «прокручувала» в голові по кілька разів, додаючи «правдоподібні» деталі і відшліфовуючи текст можливої розмови. На цю бурхливу діяльність довелося витратити, без малого, дві години.

Однак, з'явилося неприємне відчуття всередині. Це що ж я роблю? Придумую як обдурити людину? «Ай-ай, соромно як!» – зупинила подумки сама себе. Чому дозволяю собі міркувати так зараз? Починаю аналізувати, намагаючись поглянути на себе з боку.

Ось воно що! Мені *страшно*!!! Чого я боюся? Що не зрозуміють? Чи не відпустять? Чи не дозволять? Виявляється, саме страх малює в моїй голові домисли і небилиці. Значить, я боягузлива?! Це удар по самолюбству. Адже на людях завжди намагаюся бути сміливою, рішучою, впевненою і знаю, що багато хто саме так про мене і думає. А тут, така правда про себе! Неприємно...

Але засмучуватися і жаліти себе ніколи – треба шукати правильний вихід з ситуації, що склалася. Для цього продовжилися роздуми, що і як сказати завтра.

А якщо спробую пояснити, що післязавтра у мене дуже важливий виступ на заході в іншому місті (це правда), і мене туди відряджають з роботи (це неправда). Тоді, якщо співрозмовник почне чинити опір, буду просити увійти моє становище, яке по суті своїй є безвихідним.

Обдумування цієї версії, паралельно зі справами, які довелося робити протягом дня, відняло ще годину часу.

Раптом – стоп! Що це я роблю? Знову вигадую? Хіба це не брехня? Не зовсім. На цей раз склала напівправду.

Ну треба ж! Як глибоко проросли в мені бур'яни брехливості і страху! Прикро...

Усе! Набридло! Завтра просто вибачусь і скажу, як є. І будь, що буде! Зрозуміють – добре, не зрозуміють – постараюся аргументовано пояснити ще раз. Якщо все одно не зрозуміють, прийму і такий результат й буду спокійно вирішувати нове завдання. Але брехати не буду!

На душі стало, на диво, спокійно і радісно. А в часовому еквіваленті на прийняття такого рішення пішло хвилин зо дві-три.

Трохи згодом стала аналізувати: що ж це було? І як часто веду себе подібним чином? Виявилося, нерідко. Найбільша кількість таких вигадок, створених на «дріжджах» страху і гордості, виявила в своїх думках. В слова такі думки втілюються не часто. Але все одно втілюються!

Посумувавши про себе таку, зрозуміла, чому останнім часом часто помічаю, як оточуючі мене люди іноді хитрують і трошки обманюють: то прикрасять свої досягнення, то зменшать значення свого промаху, то не скажуть важливу деталь, то додумають, чого немає, то зроблять винним когось, але не себе. Виявляється, це я *себе* бачу *в* *дзеркалі* їх вчинків! «Соломинки в їх оці» сигналізують мені про мої важкі «колоди»!

Епізод, що стався, допоміг ясніше побачити, як спритно вмію перекласти відповідальність з себе (наприклад, на начальство), як іноді допускаю хитрість, як майстерно «прикрашаю» факти вигідними мені деталями, відволікаючи увагу від суті справи...

Проте в черговий раз, на своєму особистому прикладі, переконалася, що бреше людина через наявність страху і егоїзму, а також через брак миролюбності і поваги до ближнього.

Закінчилася ця історія так: на наступний день, перебуваючи в спокійному і бадьорому настрої, прийшла на зустріч і ось який діалог вийшов:

 - Вітаю. Я знаю, що мені призначено на завтра. Вибачте. Події складаються так, що завтра прийти ніяк не вийде, тому прошу вас прийняти мене сьогодні, якщо можливо.

 - Добре. Давайте ми оформимо все, що можна сьогодні, а завтра нехай хто-небудь з близьких підійде за підписом і печаткою на документі. Тоді ми з вами не порушимо порядок. Моя пропозиція влаштує вас?

- Так звичайно. Спасибі вам.

- Будь ласка. До побачення.

*Література*

**1. Евтух Н. Б., Черкашина Т. В. Культура взаимоотношений : учебник в трех частях. – Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2010. – 340 с. : табл.**

2. **Пиньковская Э. А. Кто ты? / Серия «Спаси и сохрани» / Э. А. Пиньковская. – Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2011. – 814 с.**