

# A Mentira

Rui Manuel Carreteiro

*Psicólogo Clínico*

Licenciado pela Universidade de Lisboa

Copyright © 2004

A mentira é tão frequentemente utilizada que o seu sentido ultimamente parece tender a ser banalizado. Segundo as estatísticas (citadas por Roque Teophilo), mentimos cerca de 200 vezes por dia e em média uma vez por cada 5 minutos.

Começando pelos falsos elogios – p.ex, essa saia fica-te mesmo bem -, passando pelas desculpas “esfarrapadas” – p.ex., não pude fazer os trabalhos de casa porque faltou a luz – ou pelas mentiras descaradas, chegam mesmo existir casos em que os pais, que parecem tão preocupados quando os filhos mentem, os incitam a mentir – p.ex. quando lhes pedem para dizer que eles não estão em casa.

A mentira pode surgir por várias razões: receio das consequências (quando tememos que a verdade traga consequência negativas), insegurança ou baixa de auto-estima (quando pretendemos fazer passar uma imagem de nós próprios melhor do que a que verdadeiramente acreditamos), por razões externas (quando o exterior nos pressiona ou por motivos de autoridade superior ou por co-acção), por ganhos e regalias (de acordo com a tragédia dos comuns, se mentir trás ganhos vale a pena mentir já que ficamos em vantagem em relação aos que dizem a verdade) ou por razões patológicas.

Na infância mentimos para nos isentarmos das culpas. Muitas vezes os adolescentes descobrem que a mentira pode ser aceite em certas ocasiões e até ilibá-los de responsabilidade e ajudar a sua aceitação pelos colegas.

Algumas crianças e adolescentes que geralmente agem de forma responsável, podem cair no vício de mentir repetidamente ao descobrir que as suas mentiras saciam a curiosidade dos pais.

Para alguns investigadores, as crianças aprendem a necessidade de mentir (p.ex. não demonstrar descontentamento com as prendas recebidas sob pena de não receberem mais) tão cedo quão mais inteligentes forem.

Face à sua frequência, existe uma certa tendência para banalizar ou até catalogar a mentira como positiva – a “mentira branca” é considerada como uma forma de facilitar a integração na sociedade, e muitas vezes os que não a utilizam são catalogados como ingénuos –, mas há que não esquecer que durante toda a história da humanidade a mentira causou muitos sofrimentos e fez derramar muitas lágrimas sobretudo quando projectada sob a forma de calúnia

Quando as crianças ou adolescentes mentem, os pais devem conseguir distinguir entre a realidade e a mentira e falar abertamente com eles sobre os aspectos pejorativo da mentira, e as vantagens que a verdade lhes trará. Em casa a criança deverá encontrar exemplos de verdade e honestidade que fomentem a sua atitude de sinceridade.

Durante os primeiros anos as crianças não distinguem a realidade da fantasia, mas cedo começam a utilizar a mentira por proveito próprio. Sensivelmente por volta dos 7 anos as crianças já têm capacidade para distinguir claramente o verdadeiro do falso, e os adolescentes passam a conseguir discernir com relativa facilidade quem está a mentir ou a ser sincero.

A mentira existe ao longo de toda a escala patológica. A saúde mental só é compatível com a verdade. De nada serve querer acreditar que o nosso familiar não faleceu quando na realidade isso não é a verdade, de nada serve acreditarmos que somos capazes voar se na realidade não temos asas.

Nos estados neuróticos, a mentira pode surgir com base numa incapacidade da consciência aceder a factos recalcados e que se encontram no nosso inconsciente, ou por

problemas de auto-estima e auto-imagem que despoletam a necessidade de fazer passar uma auto-imagem melhor do que a que acreditamos ter.

Nos estados limite, a mentira aparece frequentemente devido à falta de barreiras externas que balizem o comportamento. Esta situação surge frequentemente em filhos de pais muito repressivos ou demasiadamente permissivos.

Nas psicoses, a mentira surge na forma de delírio, uma descrição que as próprias pessoas admitem como verdadeira, apesar do seu aspecto frequentemente bizarro, devido a uma quebra de contacto com a realidade

A mentira pode ainda surgir como uma dependência, quando dita de uma forma compulsiva. Os dependentes da mentira sabem que estão a mentir mas não se conseguem controlar, num processo que surge de uma forma muito semelhante ao do vício do jogo ou à dependência de álcool ou de drogas.

Esta incapacidade em controlar os impulsos é causadora de um sofrimento nítido razão pela qual deve ser alvo de tratamento. Nos dependentes da mentira, o primeiro passo a dar consiste em assumir que existe um problema e de seguida procurar ajuda para esse mesmo problema. A nível da abordagem terapêutica o tratamento passa geralmente pela realização de uma terapia psicológica.

Ao nível das provas psicológicas a mentira pode obviamente influenciar a validade dos resultados ou pela tendência do sujeito em simular um desempenho superior (faking good) ou inferior (faking bad) ao da realidade.

Por estas razões grande parte das provas psicológicas apresentam formas de controlar a veracidade das respostas quer a partir da própria atitude do sujeito a analisar quer mesmo através de índices de consistência interna, teste-reteste ou confrontação com familiares e amigos próximos. Entre estas formas de dissimulação revela-se frequentemente também averiguar até que ponto as simulações surge de forma consciente ou inconsciente relativamente ao sujeito.