

Automatisk teksta av Autotekst med NB Whisper. Kan inneholde feil.]

[SPEAKER_01]

Du høyrer no ein podkast frå Universitetet i Stavanger: Kor ofte lyg du?

[SPEAKER_00]

Tags

I denne podkasten blir det utforska kvifor menneske ikkje snakkar sant. Kva som får dei til å halde tilbake informasjon, og kvifor mange endar opp med å overdrive eller seie ting som ikkje heilt stemmer. Når nokon lyg, tek dei ein sjanse, for dersom løgna er grov nok, kan tilliten bli borte for godt. Høyr på podkasten, og ta ein prat med nokon du kjenner om erfaringar med folk som ikkje alltid seier ting som dei er.

Når det stormar rundt kongehus, politikarar og andre offentlege personar, blir vi minna om at vi alle kan la oss lokke til å pynte litt på sanninga. Når vi bruker språket presist og med omtanke, får vi fram poenga våre tydeleg, som ein pensel som legg på dei rette detaljane.

Men blir vi uklare, eller om andre tvilar på kva vi meiner, kan det lett skape forvirring. Det vi seier, samsvarer ikkje alltid med det andre oppfattar. Bak alt vi uttrykkjer, ligg ei stille forventning om at folk snakkar sant.

Løgnforskning dokumenterer det dei fleste av oss eigentleg veit: Menneske lyg . I snitt fortel vi éi eller to løgner om dagen. Det som ofte kjem fram i slike undersøkingar, er at nokon bløffar langt meir enn andre, og det er desse som dreg snittet opp.

Eit mindretal lyg sjeldan eller ikkje i det heile teke. Mange av dei som blir tekne i å forvrenge realitetane, vil eigentleg ikkje føre nokon bak ljuset, men hamnar i situasjonar der løgn verkar som den enklaste eller minst skadelege utvegen.

Mange bruker kvite løgner for å beskytte seg sjølve, eller for å unngå å såre andre. Vi er mange som har skrytt av en anonym fiskemiddag eller ein vin med usmak. Og det er slett ikkje uvanleg at nokon overdriv for å imponere og skape eit bestemt inntrykk hjå andre.

Å bruke språket på ein truverdig og overtydande måte er ei av dei finaste gåvene vi kan dele med andre. Vi hugsar dei som har eit naturleg særpreg, har ei rik uttrykksevne, og som verker ekte. Slike førebilete minner oss om kor mykje orda våre betyr, og kor sterkt dei formidlar kven vi er.

Vi har mange ord å velgje blant for å stå fram som ein velskipa språkbrukar, men i det same vokabularet ligg det òg rom for den som ønskjer å lyge med vilje.

Orda våre har den eigenskapen at dei kan ha ulik tyding. Dei vi kommuniserer med, kan henge seg opp i detaljar som vi sjølve meiner er uvesentlege, eller som vi oppfattar som uviktige for heilskapen.

Andre kan lese langt meir inn i formuleringane våre enn det vi vil formidle. Slik lever språket sitt eige liv, og misforståingar oppstår ofte i mellomrommet mellom det som blir sagt, og det som blir høyrte. Folk som berre stadfester det vi allereie veit, har vi alle møtt.

Når klarleik, relevans eller presisjon sviktar i språkbruken vår, kan andre lett tolke det som om vi har skjulte motiv. Vi kan jamvel bli skylda for løgn når nokon tolkar oss i verste meining, og det ligg alltid noko skamfullt i det å bli skylda for å ha sagt noko som ikkje er sant.

Skal du bli god til å lyge, må du passe på at detaljane i historia er dei same kvar gong. Det krev eit godt minne.

Blir du teken i løgn og vel å skylde på dårleg dømmekraft, er det et uheldig val, både som forklaring og som forsøk på å rettferdiggjere løgna.

Ordet dømmekraft blir ofte sagt av folk som vil glatte over ein feil og kome seg raskt vidare, akkurat som ingenting har skjedd. Likevel blir inntrykket ståande, sjansen er der for at dei kan kome til å sminke på sanninga igjen.

Det hjelper heller ikkje å leggje skulda på andre. Skal dømmekraft meining, må ho visast fram gjennom erkjenning av kva verknader bedraget har fått, for det er der læringa ligg. Nokon lærer seint, andre lærer raskt, men dei fleste lærer av konsekvensar.

I krisekommunikasjon er dette vel dokumentert. Vi tilgjev feil, men vi aksepterer sjeldan manglande vilje til å ta ansvar.

For somme kan sanninga være tung å bere, samtidig skjer løgn aldri i eit vakuum. Det vi vel å seie, eller halde tilbake, påverkar korleis andre forstår og vurderer oss.

Derfor er kommunikasjon både relasjonell og strategisk. I relasjonar må du handtere nærleik og gjensidige forventningar om å vere open og ærleg.

I strategiske situasjonar blir budskapet ofte tilpassa for å påverke andre med ein baktanke, eller for å verne om eige omdømme. Halvsanningar kan inngå i begge delar, men dei er risikable fordi avsløringar ofte svekkjer tilliten.

Truverd kan ikkje pyntast på, den som lyg medvite, blir som regel avslørt før eller sidan. Å stole på nokon er alltid ein risiko, og tillit krev tid til å byggje.

Ho kan rakne på ein augneblink avhengig av bakgrunnen, for slik er tilliten sitt vesen. Om ikkje det skulle være nok, kan vi òg møte menneske vi mistenker for å lyge for seg sjølve.

Her ligg ofte livsløgna, ei sanning som er for smertefull å ta inn over seg. Språkbruk, minner og tolkingar, ikkje minst omdømmet deira, verkar saman når vi vurderer om andre er sannferdige og pålitelege.

Moderne omdømmeforskning peikar på at det som er mest krevjande å rette opp, er moralske og etiske handlingar som setter spørsmålsteikn ved integriteten vår.

Det å være rettskaffen er kjernen i eit sterkt rykte. Når dette blir svekt, hjelper verken kommunikasjonstiltak, PR eller mediestrategiar.

Truverd kan ikkje reparerast gjennom språk aleine, han må gjenreisast gjennom handling som viser vilje til endring. Etikk og moral, slik de kommer til uttrykk gjennom språket, ser ut til å trengje inn i alt vi seier.

Det norske ordforrådet er frodig og mangfaldig. Kva du hentar fram frå dette tilfanget, er med og forme deg som ein påliteleg og heiderleg person.

Språket gjev oss rike moglegheiter til å uttrykkje oss nøyaktig utan å gå på akkord med sanninga. Samtidig må vi i møte med andre alltid balansere omsyn, relasjonar og realitetar.

Vi treng ikkje å vere uærlege. Av og til kan ei kvit løgn være skånsam, men varig tillit blir berre bygd gjennom openheit, ansvarleg språkbruk og vilje til å stå for det vi seier.

[SPEAKER_01]

Du har høyrte ein podkast frå Universitetet i Stavanger.