

Пять самых распространенных причин детской лжи

«Обманывать нельзя!», - менторским тоном говорим мы детям. И тут же в телефонном разговоре с подругой сочиняем небылицы, почему мы не можем эти выходные провести у нее на даче. Потом за ужином нахваливаем откровенно неудавшееся рагу. А целуя перед сном ребёнка, поправляем одеяло и приговариваем: «Чтобы волчок не укусил за бочок».

Люди лгут. Это реальность, которую надо понять и принять. Ничто человеческое не чуждо и нашим детям. Значит ли это, что можно игнорировать детское враньё? Конечно, нет! Реагировать надо. Но чтобы реакция была адекватной, необходимо понимать причины лжи и действовать соответственно.

Причина 1. Страх наказания

Если за любой проступок неизбежно следует суровое наказание, не удивительно, что оступившись, ребёнок стремится скрыть правду. Конфеты съел полуторгодовалый брат, вазу разбил кот, дневник украли, а спички в карман подбросили хулиганы.

Что делать родителям

Пересмотрите установленную в вашей семье систему запретов и наказаний. Возможно, вы слишком закрутили гайки в стремлении воспитать ответственного и порядочного человека. Разумная доля свободы пойдёт на пользу и ребёнку, обстановке в семье в целом.

Причина 2. Битва за родительское внимание

Чем старше ребёнок, тем меньше родительского внимания он получает. Но так продолжается, пока всё хорошо. Стоит случиться неприятностям, как мама с папой активизируются. Пусть нотации, пусть недовольство – но это лучше, чем отчужденность и равнодушие.

Что делать родителям

Научитесь уделять внимание ребёнку в веренице повседневных дел. Дайте ему высказаться во время семейного ужина. Привлеките его к приготовлению обеда, дав несложное интересное поручение. Даже генеральную уборку можно превратить в семейный досуг, если подойти к этому творчески и с задором.

Причина 3. Отстаивание личных границ

Такой тип лжи особенно характерен для подростков. Дети растут быстрее, чем родительское сознание способно принимать этот факт. Если контроль со стороны взрослых не ослабевает, в качестве защитного механизма подключается ложь.

Что делать родителям

Защищаться приходится тогда, когда есть угроза нападения. Ребёнку не придётся отстаивать свои границы, если вы не будете на них посягать. Но для этого необходимо создать в семье поддерживающую атмосферу. Важно, чтобы ребёнок знал: с любой проблемой он может прийти к вам и получить вашу помощь.

Причина 4. Поиск своего места

Дети нередко обманывают сверстников, чтобы показаться крутым, завоевать авторитет. По этой причине детская фантазия рождает истории про несуществующие богатства и создает сказки про несовершенные подвиги.

Что делать родителям

Если ребёнок уверен в себе, ему незачем придумывать небывлицы, чтобы завоевать уважение и признание. Обратите внимание на детскую самооценку. Уделите внимание эмоциональному интеллекту и коммуникативным навыкам.

Причина 5. Ложь во благо

Подростки могут скрывать от родителей правду или откровенно лгать, руководствуясь принципом: «Меньше знаешь, крепче спишь». Чтобы мама с папой лишний раз не волновались, проще сказать, что пошла к подруге готовиться к контрольной, чем подробно рассказывать, кто и где собирается на день рождения к однокласснику.

Что делать родителям

Тут совет один: спокойствие, только спокойствие. Тревожиться за своего ребёнка – нормально. Ненормально окутывать его своей тревогой, перекладывать на него ответственность за ваше эмоциональное состояние.

Общие рекомендации родителям, столкнувшимся с детской ложью

- 1) **Не торопитесь бить в колокола.** Возможно, это первый опыт, который не закрепится в виде привычки. Попробуйте для начала просто поговорить: доброжелательно и спокойно.
- 2) Если враньё не прекращается, **воспользуйтесь профессиональной помощью психолога.** На первый визит сходите к специалисту без ребёнка.
- 3) Если вы понимаете, что ребенок врет, спокойно, но твердо **скажите, что вам известна правда.** Не надо расставлять хитроумные ловушки и тренировать детскую изворотливость.
- 4) Каждый ребёнок в семье должен получать свою порцию родительского внимания. **Избегайте соперничества между детьми.**
- 5) Никогда не забывайте, что перед вами не преступник, требующий расправы. Это ребёнок. Неопытный и нуждающийся в вас. Методом проб и ошибок он осваивает границы дозволенного и ищет свое место в этом мире. **Помогите ему.** А если сделать это самостоятельно не получается, не пренебрегайте помощью профессионалов.