

Тема: Если ребенок говорит неправду, причины детской лжи

Ложью обычно называют умышленную передачу сведений, не соответствующих действительности. Наиболее распространено в европейской культуре определение Блаженного Августина: **ложь** – это сказанное с желанием сказать ложь. В книге Пола Экмана «Психология лжи» **ложь** определяется как действие, которым один человек вводит в заблуждение другого.

Основные виды лжи:

- **Активная ложь** – умышленное сообщение заведомо ложных сведений (маскировка лжи, ее демонстрация и сокрытие истины);
- **Пассивная ложь** – умолчание информации (полное или частичное);
- **Осознаваемая ложь** – сознательное искажение фактов (например, ложь во спасение);
- **Неосознаваемая ложь** – неосознанное искажение фактических событий, ввиду различных эмоциональных состояний;
- **Патологическая ложь** – выдумывание, прибавление или полное искажение действительной информации. Человек получает удовольствие от лжи, ради самой лжи.

Существуют виды детской лжи:

«**Героическая**» - это ложь является «средством для достижения благородных целей».

«**Партийная**» - это когда ребенок лжет вследствие своих личных отношений (симпатии или антипатии) кому-либо, когда человеком движет принцип "правда для друзей и ложь для врагов».

«**Эгоистическая**», продиктованная какими-либо личными интересами.

«**Фантастическая**», когда ложь продиктована любовью к выдумке, которая чаще всего проявляется в игре.

«**Патологическая**», в основе лежит потребность обманывать себя и других, таким образом делая свою жизнь интереснее.

Болезнь, при которой человек постоянно врет, называется синдромом Мюнхгаузена.

Синдром Мюнхгаузена относят к ложным заболеваниям, когда человек симулирует болезненное состояние. Люди с этим синдромом желают выглядеть больными, при этом они не преследуют никаких корыстных целей. Они даже с готовностью соглашаются на болезненные методики обследования и операции, для того, чтобы завладеть вниманием лечащих врачей. Некоторые умышленно наносят себе увечья для симуляции болезни.

Сами взрослые чаще всего осуждают эгоистическую и патологическую ложь и гораздо лояльнее относятся к остальным ее разновидностям. Однако мы часто недооцениваем тот факт, что ребенок впитывает в себя не только то, что говорится специально для него.

Хотим мы или нет, но на ребенка оказывает влияние вся совокупность наших жизненных проявлений.

Психологи и педагоги разводят понятия «детская ложь» и «детская фантазия». До 8 лет детская фантазия – это источник полноценного психического развития ребенка. Однако к 10-12 годам взгляды ребенка на правду и ложь сильнейшим образом изменяются.

Например, в ходе одного исследования детям 5-11 лет был задан вопрос: "Хорошо ли лгать?" Из пятилетних детей 90% ответили, что лгать нельзя никогда и ни за что. А вот когда тот же вопрос был задан одиннадцатилетним, 90% ответили: "Да, иногда солгать можно". Разница, разумеется, в том, что к 11 годам ребенок знает: ложь бывает разная. Прежде чем прибегнуть к настоящей детской лжи, когда неправда говорится уже преднамеренно, случается, что ребенок врет, ещё не понимая этого. Примерно до четырёх лет малышам ложь ещё совершенно не нужна. В ней просто нет необходимости. Он просто делает всё то, что ему хочется и считает всё это правильным. Он ещё просто не осознаёт нравственную сторону понятий лжи и правды. Маленькие дети просто не умеют смотреть на все события глазами взрослого человека. Кроме того, у них ещё совершенно не развита так называемая «внутренняя речь». Они ещё не умеют мысленно проговаривать, предварительно осмысливая, свой монолог. Поэтому и говорят сразу, не задумываясь, всё, что приходит в голову. Можно сказать, что до трёх-четырёх лет дети просто вообще не умеют лгать. После четырёх лет, с развитием внутренней речи, у ребенка появляется умение прикинуть в уме, что стоит говорить, а что – нет. А ещё после четырёх лет ребенок начинает задумываться над вопросами – за что сегодня на него сердились взрослые? можно ли было избежать наказания? а за что его сегодня похвалили? что сделать для того, чтобы его опять поощрили?

Задумавшись над тем, как сделать свою жизнь более удобной, он вдруг понимает, что есть хороший выход – сказать неправду. И тогда психология детской лжи меняется. Теперь ребенок начинает лгать осознанно, так как ложь теперь служит ему средством, с помощью которого он облегчает себе жизнь. Особенно тогда, когда от родителей он постоянно слышит запреты. Ложь становится для ребенка привычкой, его защитой. Детская ложь — это свидетельство не моральных, а скорее психологических проблем ребенка. Врунишка обычно страдает от недостатка внимания или любви со стороны родителей, он испытывает трудности в общении со сверстниками, у него низкая самооценка. Не оправдывая ожиданий родителей, которые ему об этом постоянно сообщают, он имеет трудности в учебе и (или) нарушения поведения.

Описывает 4 ступени развития лжи у детей:

- 1) Часто родители сами создают обстановку, при которой ребенку трудно быть правдивым. Ребенок хочет получить удовольствие (игрушку, конфету и т.д.), ему

препятствуют в этом, и он прибегает к лжи. Эта первая ступень лжи – она проста, груба, в ней нет ни ума, ни искусства.

2) Более ловкими и искусными во лжи дети делаются под действием страха – именно страх заставляет детей лгать. Страх неприятен, поэтому чтобы избежать страданий и прибегают ко всевозможным мерам, в том числе и к лжи.

3). Есть особый вид лжи – подлаживание, когда распознают слабые стороны человека, на которых потом играют. Подлаживаясь к родителям, дети копируют их. Иногда дети, желая получить что-либо от родителей, фальшивят, льстят, играют на их слабых струнах – это уже ложь политическая.

4) высшая ступень детской лживости - притворные болезни, с помощью которых совершенно здоровые дети, притворяясь, добиваются желательной им цели. Притворные болезни редко являются раньше 5-6 лет, чаще же такие случаи встречаются в возрасте от 11 до 15 лет.

Иногда дети обманывают ради самого обмана. Это самый опасный вид лжи, такие лжецы очень глубоко входят в свою роль и пристращаются к ней. Обман захватывает их так, что они его не осознают. Надо быть осторожным, когда ребенок еще не солгал, но близок к лжи, когда он хитрит. Хитрость бывает, остроумна, красива, что вызывает смех родителей, но она ведет к лжи. Жить без запретов ребенку нельзя, но надо позаботиться, чтобы запрещалось как можно меньше. Слишком легко запретить, сказав ребенку «нельзя», но надо прежде подумать, легко ли это «нельзя» исполнить.

Особенности и причины детской лжи

Для понимания причин поведения ребенка, который говорит неправду, важно понимать:

- 1) *мотив лжи* (почему ребенок обманул?);
- 2) *последствия лжи* (на кого и как повлияла ложь?).

Осознание мотива лжи поможет взрослому принять решение о том, как себя повести, чтобы ребенок не солгал снова.

Какие причины толкают ребенка на «преднамеренную ложь»?

Ничто так не выводит учителей и родителей из себя, как детская ложь. Взрослые опасаются, что ложь – это признак порочного характера ребенка, что из маленького обманщика вырастет лишенный нравственных принципов человек. Негодование вызывает и то, что, солгав, ребенок обманул доверие окружающих. Но детская ложь – это свидетельство не моральных, а скорее психологических проблем ребенка.

1. Вопросы - ловушки, которые расставляют сами же взрослые.

«Катя, ты любишь свою младшую сестренку?»- спрашивает бабушка. Что должна ответить Катя, чтобы получить одобрение со стороны взрослых? А то, что сестра

постоянно забирает ее игрушки, порвала любимую книжку, ей достается большая часть маминой любви и заботы, а все проделки и шалости «сходят ей с рук» - часто остается незамеченными.

Словом, такие вопросы «о любви», настоящая провокация, и, если вы не владеете ситуацией, их лучше не задавать.

2. Постоянные «нельзя», завышенные требования, боязнь наказаний, приводят к тому, что ребенок начинает врать, скрывая за ложью серьезные поступки.

Ложь из страха наиболее частая разновидность лжи. Ребенок врет, потому что боится, что его накажут или унижат. Стыд – одно из самых тягостных переживаний. Кроме того, ребенок может солгать из-за страха огорчить, разочаровать родителей, а может – из страха быть отвергнутым, лишенным родительской любви.

В любом случае, если причиной детской лжи стал страх, то налицо нарушение взаимопонимания между родителями и ребенком. Очень важно понять: где, когда было потеряно доверие и безопасность во взаимоотношениях? Не получилось ли так, что наказания и ограничения бывают несоразмерны с виной, а ребенка осуждают там, где он ждет поддержки? А возможно и то, что ребенок нуждается в уверенности, что его проблемы не безразличны окружающим.

Ложь из стремления избежать наказания используется либо для сокрытия действий ребенка, которые были направлены на получение удовольствий, оказавшихся под запретом родителей (например, ребенок, включил компьютер, хотя ему это не было разрешено), либо для сокрытия нечаянной оплошности (сломал пульт от телевизора).

Данный вид лжи встречается особенно часто в семьях, где запреты и наказания как форма общения преобладают над диалогом в общении с ребенком.

Страх унижения также может спровоцировать ребенка на ложь. В основе данного вида лжи – стыд, осознание ребенком неправильности своего поступка. Как правило, ребенком в данном случае руководит стремление защитить себя, сохранить положительное отношение к себе. Например, в случаях детских краж, часто ребенок не признается в совершенном поступке не только потому, что боится наказания, но и потому, что стремится «сохранить свое лицо».

Стремление добыть нечто, чего иначе не получишь также может спровоцировать на ложь. В данном случае, дело касается ситуаций, когда ребенок извлекает некую «выгоду» из своего обмана. Как правило, этой выгодой является стремление избежать наказания. «Ты поел суп?», «Сделал уроки?», «Ходил на занятия?», как часто дети отвечают «да» на эти вопросы с надежде, что от них отстанут. Кстати, небеспочвенной. И ведь все участники разговора точно знают, что ответ «нет» вызовет и дополнительные вопросы, и

недовольство со стороны родителей. И если подобное повторяется часто, реакция ребенка довольно предсказуема. Часто родители возмущаются — «он же знает, что я все равно проверю, зачем врать», «лучше пусть скажет правду, я не буду ругать за правду». В этом есть некоторое лукавство: если для ребенка сказанная правда не несет никаких негативных последствий — его не ругают, не требуют сделать что-то неприятное (например, домашнее задание), не лишают ничего, нормальный ребенок точно не будет обманывать.

3. Заниженная самооценка является причиной лжи.

Ребенок использует ложь, как способ привлечь к себе внимание, в связи с тем, что он отвержен кем-то из родителей, или ему так кажется. В основе такого поведения часто лежит неудовлетворенная потребность во внимании со стороны родителей или других значимых людей, желание соответствовать их требованиям хотя бы в своих фантазиях. *Ложь – манипуляция* – это ложь, к которой ребенок прибегает для самоутверждения. Когда ребенок говорит неправду для того, чтобы самоутвердиться, то он хочет удивить, заставить восхищаться, хочет привлечь к себе внимание. То есть он хочет манипулировать чувствами других людей для своей пользы. Тут в ход могут пойти и горделивые рассказы о себе и своих достоинствах или наоборот, рассказы о том, как его несправедливо обидели, как его никто не любит и т.д. Главное – стать центром внимания, пусть даже ненадолго.

Ложь из мести. Парадокс, но даже наказание родителей для него «сахар» - папа и мама обратили на него внимание, пусть даже негативное! Бывает так, что ребенок постоянно конфликтует с родителями. Ему кажется, что родители совсем перестали его любить, а может, и раньше не любили. Вот он и мстит им за недостаток любви с помощью лжи. Причиной лжи может послужить и то, что ребенку кажется, что родители разлюбили его. Чувствуя себя отверженным, он отчаянно пытается привлечь к себе внимание любым способом. Даже если в итоге родители рассердятся и даже накажут его, он всё равно будет рад, что на него обратили внимание. И будет продолжать добиваться внимания тем же способом. А чтобы немного повысить свою самооценку и хоть немного выделиться среди остальных, он опять-таки будет прибегать ко лжи.

Задача взрослых – найти причину подобных мыслей и вернуть доверие ребенка. Чаще хвалите его, не скупитесь, но хвалите только за дело, потому что похвала авансом, снова порождает ложь.

4. Излишняя опека также может спровоцировать ложь. Ребенок может врать, чтоб вырваться из-под контроля взрослого. Это своего рода бунт против излишней опеки со стороны родителей. Ложь в этом случае может использоваться *ради проверки собственной*

силы. Мотив лжи – бросить вызов чужой власти. Удачная ложь, когда взрослые подозревают обман, но не могут ничего сделать, утверждает ребенка в осознании собственной силы. В младшем возрасте этот вид проявляется как поддразнивание и розыгрыш взрослых. Например, в ответ на вопрос: «Съел ли ты кашу?» – ребенок может сделать огорченный вид и покачать головой для того, чтобы затем показать пустую тарелку и обрадоваться тому, что удалось провести маму, и она ему поверила

5. Ревность и соперничество между детьми в семье.

Обычное соперничество между детьми провоцирует их лгать. Дети постоянно наговаривают друг на друга, или кто-то один, с завышенной самооценкой, пытается ее повысить еще больше с помощью вранья, делается это для того, чтобы лишний раз насладиться своим превосходством над младшим (обычно). Происходит такая ситуация в тех случаях, когда родители начинают сравнивать детей между собой, тем самым разжигая соперничество и вражду.

6. Подражание взрослым – причина детской лжи. Ведь все мы учителя с завидным опытом и стажем! Дети, привыкая, подражать взрослым, перенимают от нас эту пагубную привычку. Мы – взрослые, довольно часто «врем» прямо на глазах у ребенка, считая маленькую ложь просто пустяком или безобидным элементом общения. А бывает и так, что взрослые сами просят ребёнка соврать. И если сегодня ребёнок по вашей просьбе говорит кому-то по телефону, что вас нет дома, в то время как именно дома вы и находитесь, то не удивляйтесь, что завтра неправду он скажет и вам. Ведь ребенок начинает врать потому, что он подражает вам, считая ложь просто элементом общения.

Для того чтобы научить ребенка честности, необходимо самим быть честными.

7. Ложь – фантазия, ложь – игра. Дети просто забавляются, давая простор своему воображению. Дети выдумывают что-то невероятное (и совсем обычные вещи) потому, что им этого не хватает в реальной жизни. Например, постоянные рассказы о друге, которого нет на самом деле, говорят о том, что ваш ребенок одинок и ему не хватает общения со сверстниками. Так называемый уход ребенка в мир фантазий свидетельствует о его серьезной неудовлетворенности жизнью. Непопулярные и малоуспешные дети учатся скрывать свои неудачи или подавать о себе информацию в выгодном свете, надеясь если не улучшить, то хотя бы не испортить окончательно впечатление о себе.

Например, ребенок теряет дневник с плохими оценками или рассказывает родителям, как хорошо он сделал доклад, как его хвалили. На самом деле все было именно так, но только с кем-то из его одноклассников. Не находя в реальном мире того, что может повысить его значимость в глазах окружающих, ребенок придумывает нечто, способное произвести выгодное впечатление.

Мама третьеклассника рассказала, что ее сын просит разрешения принести в класс фотографии из папиных заграничных командировок, чтобы показать их ребятам. Мама недоумевала, почему ребят могут интересовать эти фотографии. Наблюдая за этим классом, обнаружилось, что с некоторых пор значимыми для ребят стали не личные качества и достижения сверстников, а, как они сами говорили, их «крутость». Под «крутостью» подразумевалось наличие у родителей машины-иномарки, регулярное посещение «Макдоналдса», празднование дня рождения в престижном клубе, обладание дорогими игрушками и вещами, а также поездки во время каникул за границу. Только тому, кто мог похвастать хоть чем-нибудь из этого списка, удавалось завоевать популярность у одноклассников. Успешный в учебе и общительный новенький очень хотел быть принятым в новый коллектив, но не мог похвастаться ничем из перечисленного, поэтому он и принес в школу папины фотографии, сказав, будто он сам побывал в Оксфорде. Отверженный сверстниками ребенок способен придумать что угодно, лишь бы привлечь к себе их внимание. Ведь в большинстве случаев окружающие требуют доказательств, и ребенок начинает «выкручиваться», ему приходится врать все больше, и в конце концов он запутывается окончательно. А когда все раскрывается, он делается еще менее привлекательным для окружающих. Если же фантазеру удастся избежать разоблачения, то постепенно он сам начинает верить в свои выдумки и «переселяется» в придуманный мир, где он удачлив и всеми любим. И ребенок окончательно замыкается в себе.

Бескорыстно и безопасно

Но бывают и совсем другие фантазеры. Эти дети используют обман не только для того, чтобы защитить себя или кого-то еще, почувствовать свою силу, приукрасить собственные достоинства или возвыситься над окружающими (особенно взрослыми), но и чтобы повеселить их. Наверное, это самый невинный и безопасный вид обмана, потому что цели, преследуемые ребенком, не корыстны.

Например, Лина все время рассказывает о себе и своей семье необычные истории. На уроке зашел разговор о террористах, Лина сказала, что ее семье пришлось бежать из Израиля, потому что их преследовали и хотели убить. На другом уроке учитель спрашивал ребят о домашних животных, и Лина рассказала, что у них на балконе живет пингвин.

Наши учителя привыкли к необычным жизненным условиям своих учеников: многие живут попеременно то в одной, то в другой стране, у некоторых дома обитают питоны и прочие экзотические животные. Но родители Лины не подтверждали ее рассказов и очень пугались всплеска ее фантазии.

Лина начала придумывать разные небылицы, как только научилась говорить. Она очень активная девочка, любит рисовать, делает свои рисунки красочными, с большим количеством деталей, самозабвенно играет с другими детьми, придумывая неожиданные повороты сюжета.

В то же время ей нравится эпатировать окружающих своими выдуманскими, но похожими на реальность рассказами. Она любит быть в центре внимания, очень рвется отвечать перед всем классом. Поговорив с родителями и учителями, мы решили никак не реагировать на Линыны истории, максимально поощрять ее успехи в учебе и привлекать к общественной жизни класса (подготовке и участию в различных мероприятиях).

Не получая ожидаемого восхищения своими рассказами, Лина охотно переключилась на другую деятельность. Научившись писать, Лина с удовольствием стала писать фантастические повести и рассказы, после чего ее фантазирование в реальной жизни окончательно сошло на нет.

8. «Святая ложь – ложь во спасение». Может ли ребенок солгать для того, чтобы тем самым кому-то помочь, а иногда даже спасти? Не стоит даже сомневаться – может. Вы только вспомните детские утренники или спектакли в детском театре. Ведь даже четырёхлетние зрители дружно кричат серому волку, что зайчик побежал направо, в то время как ушастый поскакал налево. Ложь как защита друзей от неприятностей встречается, когда скрывается правда о другом человеке. Часто в ответ на вопрос «Кто это сделал?» ребята молчат, даже если имя «героя» им известно.

Этим списком мотивы, конечно, не исчерпываются, но именно данные мотивы имеют наибольшее распространение.

Таким образом, чаще всего ребенок прибегает к помощи лжи, чтобы:

- избежать неприятных для себя последствий;
- добыть то, чего иным способом получить не может или не умеет (внимание и интерес окружающих);
- получить власть над окружающими (а иногда — отомстить им);
- защитить что-то или кого-то значимого для себя (в том числе и право на свою личную жизнь).

Анализируя причины лжи, следует отметить влияние социального окружения ребенка. В частности, были установлены следующие факторы способствующие формированию склонности ко лжи:

1. Дети-лжецы в большинстве своем происходят из семей, в которых родители тоже лгут. Родители иногда целенаправленно обучают детей говорить неправду: «Скажем в школе, что у тебя болела голова, поэтому ты не выполнил задание». А иногда обучение лжи

происходит незаметно для родителей, когда они в общении друг с другом, с другими людьми допускают неискренность, считая, что дети ничего не замечают, но дети обучаются не тому, чему их учат родители, а тому, как сами родители поступают в тех или иных ситуациях.

2. Дети-лжецы обычно испытывают недостаток родительского внимания, тепла и заботы. Часто ложь, как и другие формы «плохого» поведения, – единственный способ ребенка привлечь к себе внимание: «даже, если меня ругают, меня заметили». Детская ложь часто встречается в семьях, где дети чувствуют себя отверженными или родители завышают требования, часто требуя от детей того, чего они еще не могут достичь в силу особенностей возрастного развития.

3. У детей-лжецов и друзья обычно лгут. С приближением подросткового возраста ребенок более подвержен влиянию сверстников. С возрастом все большее количество ребят готовы следовать за товарищами в неблагоприятных делах. Объяснение этому в том, что «возрастающая готовность детей следовать асоциальному примеру своих сверстников связана с разочарованием во взрослых – в их силе, мудрости, доброй воле и здравом смысле».

Как распознать ложь

Существуют несколько признаков, которые могут свидетельствовать, что при разговоре с вами ребенок говорит неправду:

- ребенок может в разговоре повторять за вами последнюю фразу, чтобы выиграть время для того, чтобы придумать правдоподобный ответ;
 - у него меняется выражение лица, или появляются непроизвольные жесты, например, почесывание носа или брови;
 - поскольку ребенок сознает, что поступает неправильно, то может говорить не правду более тихим голосом, или у него меняется тон или темп речи;
 - ребенок может пытаться скрыть неправду за пустой болтовней;
 - если ребенок по натуре не очень разговорчив, чрезмерная словоохотливость может быть признаком обмана.
- Рассказывая что-то или отвечая на вопрос, малыш подносит руки к губам, как бы закрывая ими рот. Психологи объясняют этот жест подсознательной попыткой «не выпустить ложь изо рта».
 - Говоря неправду, ребенок старается не смотреть тебе в глаза.
 - Часто покашливает во время разговора.
 - Переспрашивает и повторяет заданный тобой вопрос.
 - Неосознанно прикасается к носу.

- Потирает глаз, подбородок или виски.
- Тербит мочку уха.
- Почесывает шею или оттягивает воротник.

В книге И. Вагина описана техника обнаружения лжи, которая позволит человеку, заподозрившему обман, оценить, насколько обоснованы или безосновательны его подозрения. В книге приведены основные поведенческие ошибки, которые совершает лжец и с помощью которых он может быть разоблачен:

а) слова: «иногда стоит прислушиваться к оговоркам человека. В них, он может сказать то, что очень боится сказать. Перепутывания слов может быть, не простой ошибкой речи. Это обуславливается тем, что при лжи человек волнуется (чаще всего) и слегка теряет бдительность. Когда человек сознательно лжёт у него часто, в построенных им фразах, присутствуют междометия, лишние слоги, слова,... например: «Ну... ну я это... м-мне мне... нравится т-твоя новая стрижка!»;

б) голос: частые паузы – это основной признак обмана. Лжец тянет время для того, что бы продумать линию поведения, особенно, если лжец не знал, что ему придётся лгать. Тон голоса тоже резко изменяется. Обычно он становится намного выше, но нельзя пренебрегать людьми, которые, боясь быть разоблаченными, начинают насильственно играть своим голосом. Он становится слишком неестественно сдержанным, низким. Короткие покашливания также показывают взволнованность человека;

в) пластика: руки обычно соприкасаются друг с другом. Начинается нервное подергивание ногой или любые другие ритмичные движения. Прикосновение пальцем руки к носу или уху на несколько секунд. Только не перепутайте: у человека нос или ухо могут зачесаться! Как правило, нос чешут быстро и целеустремлённо, но если это движение длится достаточно долго, то знайте – человек говорит то, что ему говорить не хочется;

г) мимика: часто можно наблюдать растерянное выражение лица, немного смущённое. И даже если человек хорошо держит себя в руках, любой заданный в лоб вопрос на тему, по поводу которой вам лгут, поставит собеседника в тупик, хотя бы на несколько секунд. Пока человек сочиняет уместный вариант ответа, вы можете легко увидеть на его лице потерянного ребёнка, разоблачив его тем самым.

Задача родителей и педагогов по отношению к ребенку и каждого человека по отношению к самому себе — не допустить, чтобы ложь перешла в привычку.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ И РОДИТЕЛЯМ:

Педагогам и родителям нужно знать, что детская ложь не появляется неожиданно и сама по себе. Ребенок учится лгать так же, как учится всему остальному. То есть учится у нас,

взрослых. И воспитывают, убеждают ребенка не столько слова, сколько модели поведения, демонстрируемые взрослыми

1. Будьте единодушны в требованиях к ребенку. Самые опытные манипуляторы вырастают в семьях, где нет единых требований, и родители соревнуются между собой. Ребенок в такой семье уже к пяти годам знает, что сказать маме, если что-то запретил папа, чтобы получить желаемое. Единые требования к ребенку должны быть у семьи и школы, детского сада.

2. Сдерживайте свои обещания, как в отношении поощрений, так и в отношении наказаний. Чтобы выполнить этот пункт, нужно быть внимательными к своим словам и обещаниям, не бросаться словами и обещать только то, что вы действительно сможете выполнить.

3. Старайтесь быть честными и искренними при ребенке даже в мелочах. Ребенок копирует нас, и в подавляющем большинстве случаев причины негативного поведения — это слепок с поведения одного из родителей или значимого для ребенка взрослого человека.

4. Постарайтесь понять, почему ребенок солгал. Работать нужно не с самим фактом лжи, а с мотивом, причиной, по которой ребенок солгал.

В 10% случаев вы обнаружите, что это не ложь, а недоразумение, основанное на особенностях детского восприятия. Не поленитесь и объясните, как все обстоит на самом деле.

В 20% ситуаций лежит стремление ребенка получить или продолжить запретное удовольствие.

В 30% — это страх, стремление избежать наказания. И если вы будете ругать и запугивать ребенка, произойдет усугубление: ребенок не перестанет бояться, а следовательно, лгать.

5. Следует проговаривать с ребенком эту ситуацию, не акцентируя внимание на его лжи.

Не следует уличать ребенка во лжи, приписывать ему «плохие мысли», «коварные планы», «наличие дурных генов». В дошкольном и младшем школьном возрасте ребенок не ставит цели солгать. Он учится жить, решать проблемы, удовлетворять собственные желания. От вас зависит, какая жизненная стратегия у него закрепится.

6. Пересмотрите систему запретов в семье или в школе. Может быть, в жизни ребенка слишком много «нельзя», а он — активен, любознателен. И здесь снова следует поговорить и в доступных выражениях объяснить, почему существуют все эти «нельзя». А если ребенок дошкольного возраста — убрать из поля его зрения то, что «нельзя трогать, есть, смотреть».

7. Если ребенок признался во лжи, ни в коем случае нельзя его наказывать, каким бы серьезным ни был проступок, или вы рискуете больше никогда не услышать правды.
8. Программируйте ребенка на правду, а не на ложь. Фразы: «Тебе шесть лет, а ты уже врешь... Ты хочешь вырасти лгуном, преступником?» — деструктивны и содержат в себе негативные программы, побуждающие ко лжи. Скажите лучше: «Ты у меня такой честный, почему же ты не сказал правду?» «Ты похож на отца, а он всегда говорит правду. Я думала, и ты будешь всегда честным».
9. Не подыгрывайте ребенку в его первых хитростях, не умиляйтесь проявлениям лукавства. Показывайте, что вы поняли, что за этим стоит. «Ты, наверное, просто не хочешь спать, поэтому просишь воды?», «Тебе папа запретил, поэтому ты просишь это у меня? Хочешь получить это — иди к папе».
10. Пусть ребенок сам устраняет результаты лжи. Возвращает игрушки, просит прощения, ищет в магазине именно такие конфеты, которые он съел, извиняется перед учителем за то, что списал, и пр. Если вы наказали ребенка за вранье, но он успел получить удовольствие — съесть сладости, получить пятерку, нагуляться и пр., вы закрепили привычку.

Это доказывают эксперименты с животными. Собакам, участвующим в эксперименте, было запрещено есть мясо, лежащее в этой же комнате. Если собаки нарушали запрет, их наказывали в трех случаях:

- а) когда они уже съели мясо,
- б) когда они только начинали есть мясо,
- в) когда они только нюхали мясо.

В дальнейшем собаки из первого и второго эксперимента всегда, несмотря на последующее физическое наказание, съедали запретное мясо. И только в третьем случае воздерживались.

Задача взрослых — не позволить ребенку получить психологическое и физическое удовольствие от результатов собственной лжи. Укоры совести, которые он испытает при ликвидации последствий своего обмана, не позволят ему поступать так в следующий раз.

11. Наказание должно быть эквивалентно проступку. Еще доктор Б. Спок говорил, что, если ребенок провинился на рубль, ему полагается наказание на 1 рубль. Но если он провинился на 5 копеек, и наказание должно быть соответствующим.

Самое эффективное средство борьбы с детской ложью – это построение доверительных отношений в семье и школе, основанных на взаимном уважении.

Ребенок честен с вами только тогда, когда:

- Доверяет вам;
- Не боится гнева или осуждения;
- Уверен: что бы ни случилось, его не унижат как личность;
- Обсуждать будут не его, а поступок, который надо исправить;
- Помогут, поддержат, когда ему плохо;
- Ребенок твердо знает: вы на его стороне;
- Знает, что даже если накажут, то разумно и справедливо.