

## Ребенок обманывает, что делать?



*Ребенок учится обманывать так же, как учится всему остальному. Не стоит забывать, что учится ребенок у взрослых, особенно у близких. Искоренить, исправить всегда намного сложнее, чем предотвратить.*

### Причины:

- Чрезмерный контроль, родители пристально следят за детьми и всегда желают знать, что те делают.
- Стремление ребенка избежать наказания.
- Ложь, связанная с наркотиками, сексом и с другими запретными вещами.
- Дети говорят неправду, потому что хотят добиться некоторой личной свободы
- Чаще всего дети лгут о том, как обстоят дела в школе, и причиной такой лжи может быть то, что родители не поддерживают с учителями тесных контактов и не всегда могут установить, говорит ли их ребенок правду.

### Рекомендации родителям:

- **Будьте едины в требованиях к ребенку.** Дети быстро понимают, как можно манипулировать родителями, которые не могут договориться друг с другом. К ребенку должны быть единые требования с семьей и в школе.
- **Сдерживайте свои обещания.** Будьте внимательны к своим словам – обещайте только то, что сможете выполнить, это касается как поощрений, подарков, так и наказаний.
- **Старайтесь быть честным и искренним, хотя бы при ребенке.** Родители – главный образец для подражания. Он копирует родителей и часто причины негативного поведения ребенка – отражение

поступков, слов родителей или какого-то значимого, авторитетного для ребенка человека.

- **Важно выяснить причину.** Почему ребенок сказал неправду? Часто маленький ребенок не врет, а фантазирует, при этом он сам верит в то, что говорит в силу особенности детского восприятия. Причиной также может быть страх, стремление избежать наказания, и чем чаще Вы его будете наказывать – тем изощреннее будет ложь.
- **Нужно говорить с ребенком,** объяснять, приводить примеры, НО не уличать во лжи, приписывая коварные планы, наличие «дурных генов»
- **Подумайте, может быть в жизни ребенка слишком много запретов** и для того, чтобы удовлетворять свою природную любознательность, активность, ребенок вынужден говорить неправду.
- Создавайте отношения, построенные на доверии (такие отношения зарождаются с самого начала общения родителей и детей, и, если родители постоянно будут демонстрировать ребенку полное доверие, то ребенку незачем будет врать).
- **Если ребенок признался во лжи, не нужно его наказывать (либо уменьшите наказание, объяснив, что Вы цените то, что ребенок сказал правду),** иначе Вы рискуете правду от него слышать все реже.
- **Дети очень внушаемы,** и взрослые часто навязывают им стиль поведения, подталкивая ко лжи. Говорите о своем ребенке хорошо, обсуждайте не его личность, характер, а его поступки. «Ты у меня такой честный, почему же в этот раз не сказал правду?» вместо «Тебе только 7 лет, а уже врешь... Хочешь вырасти лгуном, преступником?»
- **Пусть ребенок сам устраняет последствия лжи** – просит прощения, возвращает игрушки и т. п.
- **Наказание должно быть эквивалентно проступку и с учетом возраста.** Наказывать нужно за конкретный проступок, после подробного обсуждения. Исключены жесткие, длительные наказания – например, месяц без телефона, неделя без прогулок, час стояния в углу – подобные наказания ожесточают ребенка, он замыкается, пытается в следующий раз скрыть от вас что-то еще более тщательно.

### Как надо вести себя родителям ребенка, который стал обманывать?

- Понять возможную причину лжи и проанализировать ее.
- Выясните, ребенок солгал безвинно или преднамеренно?
- А если преднамеренно, то почему?
- В чем виноваты Вы?
- У Вас завышенные требования к ребенку, или он Вам лишь только подражает?
- Не спровоцировали сами Вы обман соблазнами или вопросами-ловушками?

- Кто пострадал от лжи: Вы, Ваш ребенок или посторонний?
- Чем может отозваться ложь в дальнейшем: какой-то следовой реакцией или исчезнет раз и навсегда?
- Что закодировано в ней? Какую информацию предоставляет Вам ложь?
- Взгляните на себя со стороны и трезво оцените ситуацию.
- Не чувствует ли Ваш ребенок себя отверженным в семье?
- Не сравниваете ли Вы его с другими детьми в семье, высказывая недовольство, и, вызывая ревность и соперничество?
- Не занижаете ли вы его самооценку?
- Не опекаете ли Вы излишне ребенка?
- Не подражает ли ребенок так своим ровесникам и сверстникам?
- И не копирует ли он Вас, являясь неожиданным свидетелем того, как Вы «манипулируете» ложью, считая ее сущим пустяком?
- Не вызываете ли Вы в нем враждебность своими наказаниями «за дело» или с целью «профилактики»?
- Как только Вам покажется, что Вы нашли возможную причину лжи, старайтесь действовать и помогать ребенку.
- Если ребенок не хочет сознаваться, не заставляйте его это делать, а лучше расскажите ему сказку или придумайте историю о том, к чему приводит ложь и сколько доставляет неприятностей.
- Учите говорить его любую правду. Пусть он поймет: лучше «невежливая» правда, чем «вежливая» ложь.
- Старайтесь поощрять как можно чаще искренность ребенка.