

# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ВРЕТ

## ПОЧЕМУ РЕБЕНОК ВРЕТ?

Ложь всегда имеет под собой конкретные причины, и мотивы для систематического вранья могут быть разные.

### **Боязнь быть наказанным за ложь.**

Ребенок боится наказания за провинность, поэтому проще солгать. Если родители угрожают ему наказанием за не сделанные вовремя уроки, неп прочитанную книжку, не убранные перед сном игрушки и т. д., малыш скорее соврет, чем скажет правду. При этом он может машинально солгать даже тогда, когда у родителя есть возможность проверить результат. Например, сын оставил беспорядок в комнате, но сказал, что убрал игрушки, хотя папа спокойно может это проверить. В таком случае страх наказания за беспорядок берет верх над страхом обмана.

### **Желание самоутвердиться.**

если ребенок постоянно врет, что живет в огромной квартире, или у всех членов семьи есть собственный автомобиль, или что его папа бизнесмен, когда на самом деле он сантехник. Скорее всего, ребенка беспокоит его социальный статус. Родителям нужно выяснить, в чем причина этого беспокойства: над его семьей смеются сверстники, унижают его, обзывают? Или не берут в компанию, потому что он не дотягивает по положению? Желание быть на одном уровне с ровесниками толкает детей на обман.

### **Дурной пример.**

Нередки ситуации, когда родители врут при детях, а потом удивляются, что их чадо поступает так же. Ребенок растет в семье – и все происходящее в ней воспринимает как модель поведения. Нет смысла ругать его за обман, если родители у него на глазах лгут друг другу или обманывают других.

### **Конфликты в семье.**

Дети видят и слышат больше, чем кажется родителям, но сами они часто не бывают услышанными. Если в семье трудный период или постоянная напряженная обстановка, это отражается на психологическом состоянии детей. Не обязательно биться в истерику, чтобы показать свои эмоции. В ход идут способы посерьезнее.

## КАК РОДИТЕЛЯМ ПОНЯТЬ, ЧТО РЕБЕНОК ВРЕТ?

- ❖ отвод глаз – во время разговора ребенок не смотрит вам в глаза, старается отвести взгляд в сторону, что говорит о его неискренности;

- ❖ переминание с ноги на ногу – маленький обманщик не может устоять на месте и постоянно мнетя с одной ноги на другую, потому что его тело противится тому, что он говорит;
- ❖ переменчивая мимика – ребенок то хмурится, то улыбается, то удивляется, выражение его лица постоянно меняется и не соответствует тому, о чем он говорит;
- ❖ руки у рта – врунишка неосознанно хочет закрыть рот и не произносить неправду;
- ❖ покашливание – ребенок, сам того не замечая, пытается заглушить и замаскировать свою ложь кашлем;
- ❖ прикосновения к носу – маленький «Пиноккио» трогает нос, потому что во время обмана выделяются особые вещества (катехоламины), и слизистая носа раздражается;
- ❖ потирание глаз – малыш трет глаза, потому что не хочет «видеть» свою ложь;
- ❖ кивание или мотание головой – жесты не совпадают со сказанным, то есть ребенок кивает там, где пытается отрицать, или наоборот, мотает головой там, где пытается согласиться со своими словами;
- ❖ почесывание шеи – этот жест означает сомнение ребенка в собственных словах;
- ❖ касание мочки уха – жест аналогичен попытке прикрыть рот и потереть глаза, и означает, что говорящий пытается отстраниться от своих слов;
- ❖ руки в карманах – малыш старается спрятать ладони, и это говорит о его неискренности;
- ❖ повтор вопросов – ребенок повторяет фразы родителя, чтобы потянуть время, а его мозг старается придумать подходящую ложь.

## **ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ОБМАНЫВАЕТ?**

Для начала нужно отказаться от наказаний, перестать запугивать и унижать малыша. Лучше обращайте внимание на то, что ребенок делает хорошо, на его победы, а не поражения.

**Избегайте качественных оценок ребенка лично**, а не его действий. Не нужно вешать ярлыки «лгун», «обманщик», ведь он может начать соответствовать образу: зачем меняться, если все смирились с его положением в семье? Говорите ему о том, как любите его самого, а не поступки, которые он совершает. Очень важно, чтобы ребенок понимал и чувствовал, что родители будут его любить, даже если он совершит что-то плохое.

**Внимательно относитесь к тревогам ребенка** в вопросах неуверенности в себе и попытках преувеличить свое положение (например, финансовое). Не надо кричать, что отец рвет спину, чтобы обеспечить семью. Нужно прививать

понятие, что не количество машин красит человека, а человеческие качества, и что дружба измеряется не квадратными метрами квартиры. Если в компании сверстники оценивают товарища по уровню дохода родителей, то это не достойная вашего ребенка компания. Не они, а он решает, общаться с ними или нет.

**Говорите о последствиях обмана.** Об этом должны знать дети всех возрастов. Расскажите ребенку о своих чувствах: ложь отдаляет вас друг от друга, убивает доверие, обижает чувства родителей, заставляет волноваться. Искражение фактов (вранье) может привести к печальным последствиям и по-настоящему навредить кому-то из членов семьи. Дайте ребенку понять, что никто не будет его наказывать за обман, и выбор всегда остается за ним, но последствия могут того не стоить. Часто потеря доверия родителей – самое сильное наказание. Когда ребенка наказывают физически, он чувствует, что искупил вину, а молчаливое порицание тяготит гораздо сильнее порки или домашнего ареста

**Научитесь хранить секреты своего ребенка.** Показывайте, что вам важно то, что он вам доверяет. Если сын просит отца не рассказывать матери что-то личное, нельзя его подводить. Один промах – и доверие потеряно, а вернуть все как было не так легко. Между мамой и дочкой тоже должны быть секреты, и замечательно, если дочь об этом просит. Быть лучшими подружками со своей девочкой – разве не об этом мечтает каждая мама?

И самое главное: показывайте своим примером, как надо поступать. Будьте честными и открытыми в семье, говорите о своих чувствах, озвучивайте моменты, которые вас волнуют. Обсуждайте проблемы вслух и показывайте, что в вашей семье детей любят безусловно, а не за хорошее поведение, отличные отметки, убранные игрушки или вовремя сделанные уроки. Сдерживайте обещания, не заводите двойных стандартов и напоминайте ребенку о том, как сильно вы дорожите дружбой с ним.

