

Консультация для родителей

«Почему дети врут?»

Подготовила педагог-психолог Маркова Г.Н.
24.05.2023.

Детская ложь — частое явление. Но, в отличие от взрослых, дети редко врут из корыстных целей. Намного чаще они делают это из страха, стыда, или чтобы получить внимание. Какие проблемы могут скрываться за ложью ребенка? Когда вранье и фантазирование является нормой, а когда на него стоит обратить пристальное внимание? Как вести себя родителям, чтобы выстроить доверительные отношения со своим чадом? Ответ на двойные стандарты взрослых..

Дети — это отражение окружающих их взрослых. А у взрослых в нашем обществе нет однозначного отношения ко лжи. С одной стороны она порицается и назначается причиной многих бед. С другой — все мы прекрасно знаем о «лжи во спасение», чтобы не причинить боль. Мы врем друг другу из вежливости, не договариваем и умалчиваем из желания не обидеть и т.д. Герои сказок и мультфильмов хитрят (читай, врут), чтобы победить врага или получить желаемое. Конечно, дети впитывают все эти двойные послания.

Детская ложь как норма. Дети начинают лгать в возрасте 3-4 лет и это абсолютно нормальный этап развития. Так ребенок тестирует и исследует окружающую реальность и свои способы взаимодействия с ней. Также важно отличать ложь от фантазирования: рассказы ребёнка о том, как он сегодня видел огромного динозавра или летал на ракете, не стоит воспринимать как попытки обмана. Обратиться на это внимание нужно только в том случае, если малыш делает это очень часто: уход в фантазии может говорить о том, что в реальности происходит нечто непереносимое для него.

Детская ложь как симптом проблемы. Вранье ребенка прекращает быть нормой, когда его становится слишком много. Чаще всего это случается, когда дети живут в неблагополучных условиях (материальных, социальных, психологических). В такой ситуации ребенок будет использовать ложь, как способ выжить среди взрослых. Ребенок будет врать, если:

- Если в семье установлены жесткие правила и рамки поведения, в которые он не может вписаться.
- Если мама или папа предъявляют ему непосильные требования и верят, что он может им соответствовать. В этом случае он будет лгать, чтобы не разочаровать и порадовать родителей.
- Если знает, что любое неповиновение или отклонение от правил в семье наказывается (физически или морально).
- Если знает, что только так может получить внимание. Такое часто случается в семьях, где родителей уделяют детям слишком мало времени.

- Если не знает других способов получить желаемое. Часто родители удивляются, что их чадо врет там, где вроде и не нужно, где можно было просто попросить. Однако если это понятно им, это не значит, что об этом знает ребенок.
- Если обесценивают его интересы и нарушают границы. Взрослые часто воспринимают занятия детей, как нечто незначительное, от чего их можно в любой момент отвлечь, прервать и т.д. Вместе с тем для маленького человека ситуация игры может быть очень важна, и ложь станет его способом защитить свои границы.

Причины и виды детской лжи

1. Ложь во спасение себя. Ребенок лжет из страха наказания, если боится родителей и видит в них не ресурс и защиту, а тех людей, от которых ему достанется больше всего.
2. Ложь во спасение товарищей. Дети постарше часто врут из желания защитить товарищей. В таких ситуациях не стоит давить на них и превращаться в инквизитора, который готов любыми способами «выбить» правду. Нужно выстраивать спокойный диалог, обсуждать ситуацию со всех сторон, разъяснять все последствия его поступка.
3. Ложь для избежания стыда и унижения. И речь идет не только о каких-то конфузных ситуациях, но и о моментах, когда ребенку стыдно, что от не соответствует ожиданиям родителей.
4. Хвастовство. Обычно происходит от недохваленности или недолюбленности. В отношении сверстников хвастовство направлено на создание более привлекательного образа себя при реальной низкой самооценке. В такой ситуации будет лучше, если с ребенком поработает психотерапевт.
5. Рэкетная ложь. Такое происходит, когда в семье присутствуют довольно жесткие нормы в отношении того, какие чувства и способы их выражения разрешены и уместны. Например, если в семье принято ходить грустными и считать, что все в жизни плохо, то ребенок, повеселившись на улице с друзьями, по возвращению домой будет скрывать свою радость, чтобы соответствовать эмоциональному статусу семьи.
6. Подражание семейному поведению. Если ребенок постоянно наблюдает как родители врут друг другу, ему или другим людям, то он будет считать такое поведением нормой.
7. Компенсирующая ложь. Сын или дочь врут вслед за родителями, чтобы поддержать их тщеславие. Например, говорят друзьям матери, что отлично учатся, даже если это не так.
8. Манипулятивная ложь. Затеваается с целью получить желаемое. При этом, как мы говорили выше, дети могут врать пытаясь получить и то, что находится под запретом, и то, что можно было просто попросить.
9. Ложь как копинг-стратегия. Дети, получившие психологическую травму, могут врать, чтобы скрыться от болезненных переживаний. Так работают защитные механизмы психики (отрицание, диссоциация, вытеснение). Цель такой лжи — скрыть произошедшее в первую очередь от себя. Понять, что с ребенком случилось что-то, что он не в состоянии пережить можно по изменениям в поведении: они

становятся тревожными, апатичными, заторможенными, иногда агрессивными, нарушается сон и аппетит, ухудшается концентрация внимания, появляются трудности в учебе. Дети дошкольного возраста могут постоянно отыгрывать травму в повторяющихся играх или рисунках. Дети постарше могут проявлять склонность к самоповреждающему поведению, неожиданно увлечься жестокими компьютерными играми.

10. Пассивно-агрессивная ложь. Несовершеннолетний специально придумывает истории, чтобы спровоцировать негативное отношение к себе, добиться наказания. Такое поведение тоже может указывать на полученную травму.
11. Созависимая ложь. Вранье детей, которые живут с зависимым родителем или другим членом семьи. В таких семьях «не выносить сор из избы» является главным правилом. Дети алкоголиков/наркоманов/игроманов рано привыкают врать всем окружающим и себе, делать вид, что все хорошо. Однако ситуация, в которой они живут, откладывает отпечаток на всю их дальнейшую жизнь.
12. Игровая ложь. Случается в ситуации, когда родитель знает, что ребенок набедокурил, но при этом задает вопросы, подталкивающие его к вранью, чтобы подловить на этом. Обычно это делается, чтобы «преподать урок», но ведет к прямо противоположным результатам.
13. Ложь из вежливости.

Как исправить ситуацию

Чтобы устранить проблему детской лжи, родителям придется поработать прежде всего с собой. В частности, стоит сделать следующее:

- Будьте максимально искренними со своими детьми: не обманывайте их, не прикрывайте свои ошибки ложью с целью поддержать родительский авторитет.
- Избегайте двойных посланий и ситуаций, в которых ваши поступки не соответствуют словам.
- Уличив ребенка во лжи, старайтесь встать на его сторону. Проявите эмпатию — постарайтесь представить, какие чувства заставляют его скрывать правду.
- Подумайте, не получает ли ваш сын или дочь слишком много внимания, когда лгут? И даете ли вы им возможность получить его другим способом.
- Спросите себя: «А не задаю ли я провоцирующих вопросов?». Если это так, разберитесь зачем вы это делаете и чего хотите добиться этим на самом деле. Обычно за этим стоит желание застыдить ребенка, а это разрушительно влияет на детско-родительские отношения.
- Не унижайте и не стыдите детей, даже если они вам солгали. Доверительный, открытый диалог, где ребенок будет услышан даст намного больше, чем бесконечные нравоучения.
- Поощряйте правду. Хвалите детей, если они признаются в чем-то, в чем им трудно признаться.
- Не требуйте от детей того, чего не можете выполнить сами. Никто не может говорить правду 24/7. Не могут и они.

7 признаков того, что ребенок врет

Лжет человек или нет, можно с высокой точностью определить по его поведению, жестам и мимике. Причем признаки обмана всегда одинаковы и не зависят от пола, национальности или возраста. Можно выделить несколько основных сигналов:

Статичность. Если человек говорит правду, свой рассказ он неосознанно сопровождает активной жестикуляцией. Лжец же намного сдержаннее в этом плане. Так что если непоседливый в обычное время ребенок в разговоре держится крайне статично, это явный показатель попытки соврать или недоговорить.

Резкое движение головой. Нужно обратить внимание на то, как ребенок отреагирует на прямой вопрос. Если он слегка откинёт голову назад, опустит ее вниз или наклонит в сторону, прежде чем ответить, с большей долей вероятности чадо собирается солгать.

Прикосновение к шее или рту. Это один из наиболее популярных признаков обмана. Более того, прикосновение к шее обычно указывают и на то, что собеседник очень нервничает и желает как можно быстрее закончить этот разговор. Если же он периодически касается губ и области вокруг рта или вовсе прикрывает его рукой, значит, ребенок старается что-то скрыть.

Тянет с ответом. Довольно часто собеседник, который не желает рассказывать правду, прежде чем ответить всячески тянет время, стараясь максимально продумать свою ложь и придать ей наибольшей достоверности. Такое поведение при обмане свойственно как взрослым, так и детям. Разве что последние будут действовать бесхитростно, к примеру, в наиболее неподходящий для этого момент начнут возиться со шнурками или закашляются без каких-либо на то причин.

Старается чем-нибудь занять руки. По сути, это нельзя назвать полноценным признаком обмана, потому что ровно так же пытаются снимать стресс многие невротики. Нужно смотреть по ситуации. Если до разговора подросток не проявлял нервозности, а потом вдруг разволновался, это сигнал родителям насторожиться – похоже, чаду есть что скрывать.

Лжец пытается абстрагироваться. Взрослые, собираясь врать, обычно «прячутся» за рабочим столом или «заслоняются» монитором, стараясь держать собеседника на дистанции. И дети тоже пользуются таким приемом, закрываясь любимой игрушкой. Кроме того, и взрослые, и подростки, когда говорят неправду, часто отклоняются от собеседника или же приобнимают себя. Также в ходе диалога обманщик будет пытаться избежать нарушения своего личного пространства.

Глаза выдают обман. Это один из лучших индикаторов, позволяющий распознать ложь собеседника еще до того, как он закончит мысль. Если ребенок избегает зрительного контакта и отводит взгляд – это повод насторожиться. Однако встречается и другая крайность, когда лжец не отводит от собеседника глаз, пытаясь таким образом убедить его в своей честности. Да только

и в этом случае обман не скрыть, потому что обманщик во время общения постарается как можно меньше моргать, и если такое поведение для него несвойственно, значит, человек лжет.

Возрастные особенности детской лжи

Ложь — это очень сложный мыслительный процесс. Чтобы соврать и не попасться, нужно предварительно оценить все риски, продумать историю и суметь сохранить хладнокровие до окончания диалога. Лгать люди учатся годами, впоследствии это может перерасти в привычку. Начинает формироваться этот навык еще в детстве, и условно можно выделить 6 стадий его развития в зависимости от возраста человека:

До 3 лет. Психологи считают, что дети в этом возрасте еще не умеют врать. Во-первых, они пока не особо понимают, что такое ложь и как именно она работает, зато в этот период времени активно формируется воображение. Во-вторых, у маленьких детей еще крепка связь с родителями, так что им просто нечего скрывать.

3-4 года. Как утверждают психологи, именно в этом возрасте дети уже начинают лгать намеренно. К тому моменту они уже понимают, что можно не только говорить правду, но и замалчивать ее. Однако первую ложь даже враньем назвать нельзя, поскольку ребенок в данном случае делает это не из корыстных побуждений. Он просто рассказывает о том, что очень бы хотел увидеть в реальности — фантазирует.

5-6 лет. Для пяти- и шестилетних детей ложь — это фактически социальный эксперимент. Таким образом они пытаются определить границы дозволенного в своей семье, периодически испытывая близких на прочность. Ребенок старается разобраться, что такое ложь и так ли плохо ею пользоваться, как утверждают родные. Именно в этом возрасте дети чаще всего обманывают своих родителей в попытке избежать наказания за плохое поведение.

7-8 лет. В таком возрасте дети уже хорошо осознают разницу между ложью и фантазиями, так что если и лгут, то вполне сознательно. Дети, только что перешедшие из детского сада в школу, часто врут ради самоутверждения в обществе в попытке завоевать уважение других школьников. Также ребенок может прибегать к обману как к последнему из доступных ему способов получить желаемое от родителей.

Причины детской лжи, как и решение этой проблемы, кроется в особенностях быта и отношениях с родителями. Поэтому важно вовремя выявить подобное отклонение в стандартных поведенческих реакциях и предпринять меры.

Как надо реагировать на ложь?

Каждый конкретный случай лжи в жизни ребенка индивидуален, тем не менее, можно выделить ряд «общих» шагов, способных отучить от вранья любого: В первую очередь мы смотрим на ситуацию и пытаемся понять, какой мотив стоит за поступком. Если к вранью привели наши завышенные требования, то менять стоит в первую очередь их. Обвинительный тон здесь недопустим.

Выявить причины лжи ребенка.

Зачастую родители, уличив свое чадо в попытке обмана, пытаются решить проблему упреками, ограничениями и физическими наказаниями, что по итогу приводит только к обострению конфликта. Правильный и действенный выход из ситуации – наладить отношения с ребенком и установить доверительный контакт.

Проанализировать свое поведение. Очень важно обратить внимание на проблемы в отношениях с ребенком и подумать, что могло стать причиной резких перемен в поведении чада и нарастания напряженности в семье.

Кроме того, в качестве способов профилактики детской лжи рекомендуется:

Постараться «уйти» от наказаний. Именно в страхе зачастую скрывается причина и решение проблемы детской лжи. Опасаясь наказания, именно во вранье ребенок находит единственное спасение. А значит, избавившись от основного мотива, родители решат и саму проблему. Не перекладывать на детей свои нереализованные желания и не ждать от них успеха во всех начинаниях. Не каждый может справиться с такой ношей, и ложь становится единственным способом не разочаровать родных. Воздерживаться от пустых обещаний. Дети очень быстро перенимают родительские формы поведения. И если видят, что взрослые не выполняют своих обещаний или откровенно лгут, то и сами начинают делать то же самое. Обратит внимание на то, о чем именно лжет ребенок и с чем это связано. Вполне возможно, что под видом обмана чадо пытается рассказать о желаниях или поделиться своими тревогами.

Практические рекомендации по борьбе с детской ложью

Бороться с детской ложью – непростое занятие, но это вполне возможно, если придерживаться следующих рекомендаций:

Не стоит нагнетать обстановку. Не нужно из факта обмана раздувать целую трагедию. Надо чаще разговаривать с ребенком, снижая таким образом психологический дискомфорт в семье. Не использовать в качестве мер воздействия силовые методы решения конфликта, иначе это лишь усугубит ситуацию.

Продемонстрировать ребенку, что разобраться с последствиями собственных действий самому или вместе с близкими куда лучше, чем пытаться скрыть произошедшее. В конце концов, ложь все равно раскроется.

Разрешить ребенку в открытую выражать свои эмоции, мысли и желания, то есть быть самим собой. Таким образом родители продемонстрируют малышу, что он любим независимо от ситуации и, что бы ни произошло, что отношение к нему не изменится. Общаться с ребенком на равных, демонстрируя ему свое уважение и, соответственно, требуя от него такого же отношения. Всегда предоставлять право выбора, а также уважать его чувства и решения. Извиняться, если оказались неправы. Стать для ребенка наглядным примером честного человека.

Как не допустить обман в будущем Все дети на определенном этапе развития начинают лгать своим родителям, друзьями или учителям. Но если поначалу они :временем разновидностей лжи в их арсенале становится только больше, как и мотивов для ее применения. Избежать всего этого поможет один простой совет: нужно общаться со своими детьми. Если наладить контакт с ребенком, показать

ему любовь и поддержку, параллельно с этим аккуратно привив ему правильные нормы поведения и морали, проблема детской лжи решится сама собой. Главное, вовремя выявлять любые изменения в поведении своего чада, чтобы затем уже вместе разобраться с их причинами. Вообще, в любой ситуации надо помнить: поступок — плохой, ребенок — хороший. Только с таким подходом мы будем на стороне ребенка — и будем в состоянии помочь ему перешагнуть неудачу и вырасти. Применение таких способов профилактики детской лжи позволит справиться с этой проблемой еще до того, как она станет неотъемлемой частью личности ребенка.

Литература:

1. Акименко А.К. Ложь в системе социально-психологической адаптации // Вопросы психологии. - 2000. - №4. - С.45-49.
2. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. - М.: МГУ, 2001. - 412 с.
4. Дубровский Д.И. Обман. Философско-психологический анализ. - М.: Аспект-Пресс, 2004. - 241 с.
5. Знаков В.В. Западные и русские традиции в понимании лжи: 3. Доценко Е.Л. Психология манипуляции. - М.: Академия, 1996. - 138 с.
размышления российского психолога над исследованиями Пола Экмана. - М.: Риор, 2004. - 422 с.
6. Матвеева, М. Милый лжец // Мама, папа, я - 2004. - №7 - С.15-18
7. Ниренберг Дж., Калеро Г. Как читать человека словно книгу. - М.: Академия, 2001. - 211 с.
8. Оглоблин С.И., Молчанов А.Ю. Инструментальная Детекция лжи. - М.: Декос, 2004. - 632 с.
9. Экман П. Психология лжи. - СПб.: Питер, 2000. - 245 с.
10. Юнацкевич И.Г., Кулагин В.А. Психология обмана. Учебное пособие для честного человека. - СПб.: Фолио-Плюс, 2000. - 311 с.