

## Когда ребенок лжет

Ложь бывает разной: невинной и сознательной. Следует отличать ее и от фантазирования. Бывает, что дети врут и знают об этом. Они так делают, чтобы избежать беспокойства или чтобы привлечь внимание. В этом случае родителям нужно не полениться принять меры.

### **Обратите внимание!**

В большинстве случаев лучше всего применять твердый, но неторопливый подход.

Ложь становится проблемой более серьезной, когда сопровождается жестоким поведением или воровством.

Дети, которые много врут, возможно, имеют таких же друзей, хотя у ребенка, который лжет, родители могут быть честными людьми.

Дети, у которых сами родители лгут или нарушают правила, скорее всего, станут делать то же самое.

Взрослые позволяют себе лгать, в среднем, около тринадцати раз в неделю (если, конечно, они не солгали в социологическом опросе). Многие взрослые лгут, чтобы лучше взаимодействовать с людьми (например, когда говорят, что ваша прическа восхитительна, хотя на самом деле так не считают).

## Как лучше говорить

Если ребенок лжет по поводу незначительных вещей («Мама, я ничего не разливала на столе»), то не спорьте по поводу этого: *«Ладно, однако, раз это случилось, со стола нужно вытереть. Пожалуйста, возьми тряпку и протри стол».*

Не спорьте, когда совершенно очевидно, что ребенок лжет: *«Если хочешь, то можешь говорить, что этого не делал, но я видела, как ты бросал фантик за диван. Подбери его и выброси в мусорное ведро».*

Всегда поправляйте ребенка, когда он лжет. *«Нет. Это неправда. Правда то, что...»*

Можно репетировать с ребенком, как надо говорить правду: *«Нина, пожалуйста, скажи: «Папа, это я нечаянно стерла с автоответчика сообщения».*

Если ребенок начинает лгать слишком часто и по более серьезным поводам, то вы должны особенно сосредоточиться на этой проблеме: *«Ты становишься старше, и мне нужно, чтобы я мог тебе доверять. Если я решу, что ты мне лжешь, то я не смогу позволить тебе делать то, что требует доверия, например, ночевать у друзей или иметь при себе деньги».*

Постарайтесь понять, не лгут ли Ваши дети, чтобы избежать неодобрения, чтобы казаться лучше других или чтобы легче пережить свои разочарования, — то есть, не используют ли они ложь как способ совладать с заниженной самооценкой. Если Вы подозреваете, что-нибудь из выше перечисленного, то постарайтесь выяснить, что может стоять за этой ложью. *«Я заметил, что ты все время рассказываешь*



истории о том, какой ты сильный. Наверное, тебя беспокоит то, что иногда ты не нравишься другим ребятам, и тебе хочется произвести на них впечатление?»

«Я думаю, ты лгал, чтобы избежать беспокойства. На самом деле я бы больше гордилась тобой, если бы ты говорил правду, даже если она мне не понравится».

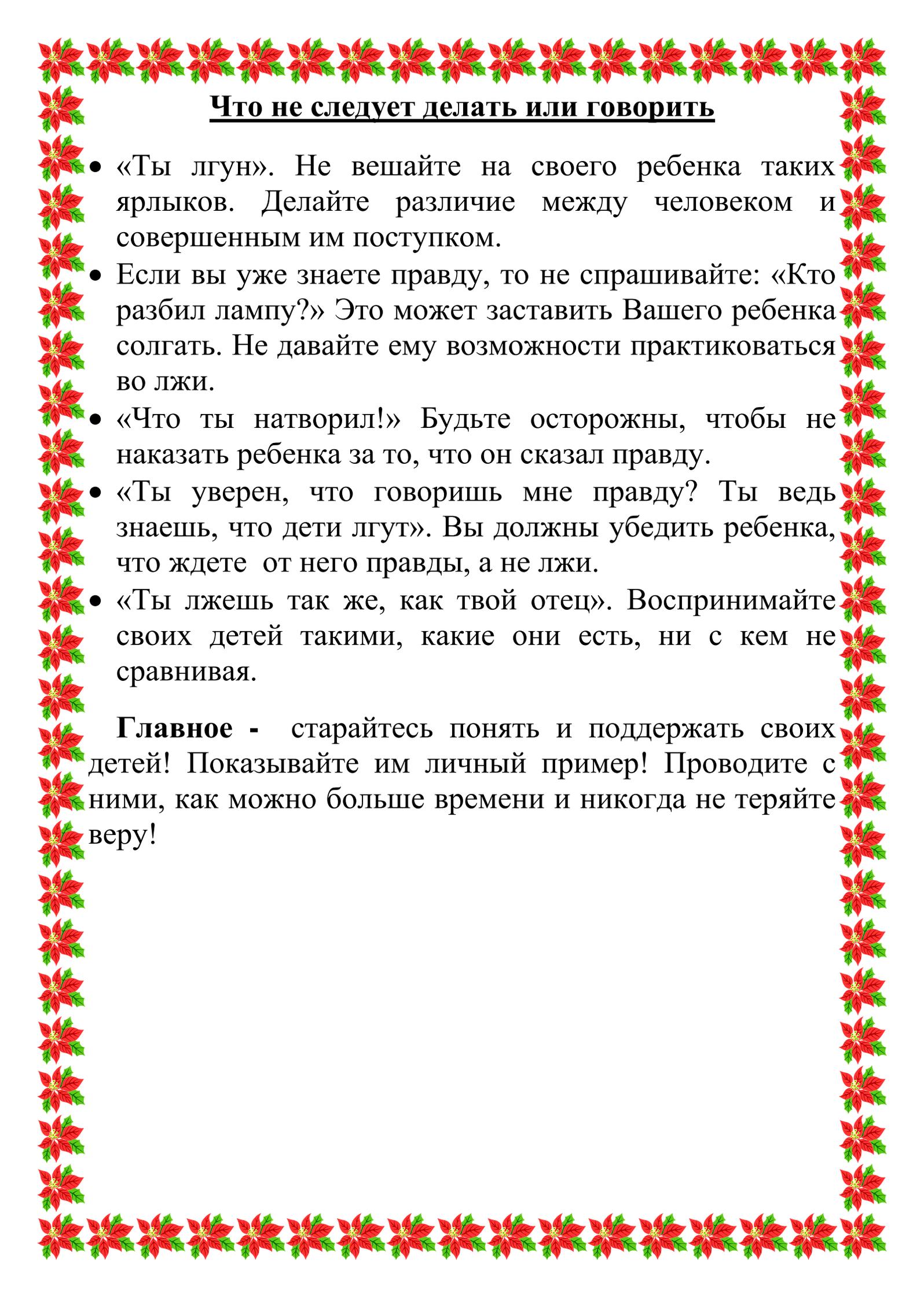
Хвалите ребенка за то, что он говорит правду, особенно если он мог бы солгать: «Спасибо, что ты пришел ко мне и сказал, что разбил окно. Когда ты говоришь правду, то совершаешь мужественный поступок, — особенно когда думаешь, что у тебя могут возникнуть неприятности».

«Хотя ты сегодня и солгал, я знаю, что ты из тех, кто старается говорить правду». Покажите своему ребенку, что Вы верите в него.

Учите на примерах: «Когда я шел домой, я нашел телефон. Его кто-то потерял, и поэтому отнес его в милицию».

Учите всему, что касается невинной лжи. Когда дети станут старше, они поймут, что иногда мы можем лгать, чтобы уберечь кого-то от неприятных чувств: «Помнишь, как бабушка подарила мне свитер на день рождения, а я сказала, что мне нравится этот цвет? На самом деле мне свитер не понравился, но она потратила много времени и сил, чтобы сделать для меня подарок. Мне не хотелось ее огорчить. А какие примеры невинной лжи можешь привести ты?»





## Что не следует делать или говорить

- «Ты лгун». Не вешайте на своего ребенка таких ярлыков. Делайте различие между человеком и совершенным им поступком.
- Если вы уже знаете правду, то не спрашивайте: «Кто разбил лампу?» Это может заставить Вашего ребенка солгать. Не давайте ему возможности практиковаться во лжи.
- «Что ты натворил!» Будьте осторожны, чтобы не наказать ребенка за то, что он сказал правду.
- «Ты уверен, что говоришь мне правду? Ты ведь знаешь, что дети лгут». Вы должны убедить ребенка, что ждете от него правды, а не лжи.
- «Ты лжешь так же, как твой отец». Воспринимайте своих детей такими, какие они есть, ни с кем не сравнивая.

**Главное** - старайтесь понять и поддержать своих детей! Показывайте им личный пример! Проводите с ними, как можно больше времени и никогда не теряйте веру!