

---

## Как отучить ребенка врать?

---



Прежде всего родителям следует помнить, что ложь для ребёнка – это возможность выпустить наружу внутренний конфликт, а также обрести спасательный круг в безвыходной ситуации.

Для родителя детская ложь – это чаще всего «крик о помощи», сигнал SOS, повод обратить более пристальное внимание, на казалось бы, внешне успешного и счастливого ребёнка.

Что же следует предпринимать родителям детей, у которых ложь стала неотъемлемой частью их жизни?

### **Что делать и как реагировать родителям**

Каждый случай возникновения лжи в жизни ребёнка – уникальный, но всё же есть некоторые «общие» шаги на пути исправления сложившейся ситуации.

- Прояснить причину детской лжи

Родители, уличившие ребёнка во лжи, пытаются исправить ситуацию, часто начинают с упрёков и наказаний, что ведёт только к нарастанию конфликтной

ситуации. Правильным и результативным выходом из ситуации является налаживание взаимоотношений с ребёнком и установления доверительных отношений.

- Анализ собственного поведения

Очень важно проанализировать собственное поведение, обратить внимание на изменения, произошедшие во взаимоотношениях с ребёнком и ответить себе на вопрос: «Что изменилось в моём поведении и нашем общении?».

Кроме того:

1. Постарайтесь «уйти» от наказаний. Страх – это главный двигатель детской лжи. Испытывая страх, ребёнок начинает искать варианты избежать какого-либо наказания и видит альтернативу именно во лжи.
  2. Не перекладывайте на ребёнка свои нереализованные планы и не ждите от него успешности во всех начинаниях. Это оказывается слишком тяжёлой ношей, с которой большинство детей, к сожалению, не справляются.
  3. Не давайте пустых обещаний ребёнку. Дети, как губка, впитывают родительские формы поведения. Если вы допускаете не выполнение обещаний, а также откровенную ложь, то и не ждите от детей, что они не будут вторить вам.
- «Прислушаться» ко лжи

Следует обратить внимание и на то, в чём собственно ложь проявляется, с чем связана. Возможно, через ложь ребёнок пытается, говорит о своих желаниях, или, наоборот, о том, что его тревожит.

### **Практические рекомендации по борьбе с детской ложью**

1. Не нагнетайте обстановку в доме. Не делайте из факта обмана трагедию.
2. Поговорите «тет-а-тет» – это снизит психологический дискомфорт.
3. Покажите ребёнку, что ликвидировать последствия своих действий — лучше, чем врать. «Разбил кружку? Расскажи об этом, и мы вместе соберем осколки».
4. Откажитесь от силовых методов решения проблемы, это её только усугубит.
5. Разрешите ребёнку быть «самим собой» и открыто выражать все свои эмоции, мысли, желания. Это даст ребёнку определённое понимание, что он любим вне зависимости от ситуации.
6. Разговаривайте с ребёнком «на равных». Пусть он поймёт, что его принимают любимым, даже с иной точкой зрения.

7. Предоставляйте право выбора, уважайте его чувства и решения.
8. Извиняйтесь, если не правы, в том числе и перед ребёнком.
9. Станьте для ребёнка примером честного человека.
10. Воспользуйтесь современными технологиями (например, умные часы с возможностью прослушивания).



Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что детская ложь прямо указывает на кризис в детско-родительских взаимоотношениях. И чтобы этот кризис преодолеть, нужно проделать большую работу Вам, родителям. Попробуйте понять, что хочет сказать или доказать ребёнок своей ложью, какую потребность удовлетворить.

Приложите усилия и создайте атмосферу согласия, спокойствия и гармонии в вашей семье. Тогда и детям не придётся искать спасения от бед и одиночества во лжи.