

## Как распознать, что ребенок лжет?

Родителям нужно знать, что детская ложь не проявляется неожиданно и сама по себе. Ребенок учится лгать так же, как всему остальному. То есть у нас, взрослых. И воспитывают, убеждают ребенка не только слова, сколько модели поведения, демонстрируемые взрослыми. Задуматься о том, как воспитать ребенка правдивым, лучше до того, как появились первые проявления лжи. Предотвратить и искоренить – задачи разные.

*Можно определить, что ребенок лжет по следующим признакам:*

- Нервозность. Ребенок совершает лишние движения, суетится без причины
- Особенности взгляда: ускользающий взор, не смотрит в глаза.
- Очень пристальный, немигающий взгляд, изучающий Вашу реакцию на его слова.
- Жест, прикрывающий рот рукой, как будто не хочет, чтобы лживые слова вылетели из его рта.
- Неточность, путаность речи.
- Многословие, отсутствие четких формулировок.
- Говорит много и ни о чем, не отвечает на вопрос конкретно.
- Многократное повторение одной и той же мысли.
- Излишняя эмоциональность, когда ребенок кричит, нервничает.

### *Причины лживого поведения*

Лжет:

- · для того, чтобы избежать наказания;
- · потому что у ребенка такая вредная привычка;
- · потому что родился лгуном;
- · потому что хочет получить какую-то выгоду;
- · потому что считает других глупее себя;
- · хочет сэкономить время на ненужных объяснениях;
- · потому что боится, что о нем плохо подумают;
- · потому что говорит не то, что думает, а то, что от него хотят услышать;
- · потому что хочет казаться лучше, чем на самом деле;
- · от бессилия изменить что-то в своей жизни.

### *«Как воспитать правдивого ребенка»*

*Воспитать правдивого ребенка помогут следующие рекомендации:*

**1. Будьте единомышленны в требованиях к ребенку.** Самые опытные манипуляторы вырастают в семьях, где нет единых требований, и родители

соревнуются между собой. Ребенок в такой семье знает, что сказать маме, если что-то запретил папа, чтобы получить желаемое. Единые требования к ребенку должны быть у семьи и школы.

**2. Сдерживайте свои обещания.** Как в отношении поощрений, так и в отношении наказаний. Чтобы выполнить этот пункт, нужно быть внимательными к своим словам и обещаниям, не бросаться словами и обещать только, то, что, Вы действительно сможете выполнить.

**3. Старайтесь быть честными и искренними при ребенке даже в мелочах.** Ребенок копирует Вас, и в подавляющем большинстве случаев причины негативного поведения – это слепок с поведения одного из родителей или значимого для ребенка взрослого человека.

**4. Постарайтесь понять, почему ребенок солгал.** Работать нужно не с самим фактом лжи, а с мотивом, причиной, по которой ребенок солгал. В 10% случаев Вы обнаружите, что это не ложь, а недоразумение. В 20% ситуаций лежит стремление ребенка получить или продолжить запретное удовольствие. В 30% - это страх, стремление избежать наказания. И если вы будете ругать и запугивать ребенка, произойдет усугубление: ребенок не перестанет бояться, а следовательно лгать. В оставшихся 40% случаях лежат причины, описанные в памятке «Причины лживого поведения».

**5. Следует проговаривать с ребенком эту ситуацию, не акцентируя внимания на его лжи.** Не следует уличать ребенка во лжи, приписывать ему «плохие мысли», «коварные планы», «наличие дурных генов». От Вас зависит, какая жизненная стратегия у него закрепится.

**6. Пересмотрите систему запретов в семье или в школе.** Может быть, в жизни ребенка слишком много «нельзя». И здесь снова следует поговорить и в доступных выражениях объяснить, почему существуют все эти «нельзя».

**7. Если ребенок признался во лжи, ни в коем случае нельзя его наказывать.** Каким бы ни был проступок, или Вы рискуете больше никогда не услышать правды.

**8. Программируйте ребенка на правду, а не на ложь.** Фразы: «Тебе столько лет, а ты врешь... Ты хочешь вырасти лгуном, преступником?» - деструктивны и содержат в себе негативные программы, побуждающие ко лжи. Скажите лучше: «Ты у меня такой честный, почему же ты не сказал правду? Или «Ты похож на отца, а он всегда говорит правду. Я думала, и ты будешь всегда честным».

**9. Не подыгрывайте ребенку в его первых хитростях, не умиляйтесь проявлениям лукавства.** Показывайте, что Вы поняли, что за этим стоит.

**10. Пусть ребенок сам устраняет результаты лжи.** Возвращает взятую без спроса вещь, просит прощения, извиняется перед учителем за то, что списал и пр. Если Вы наказали ребенка за вранье, но он успел получить удовольствие – съесть сладкое, получить пятерку, нагуляться и пр., Вы закрепили привычку. Задача взрослых – не позволить ребенку получить психологическое и физическое удовольствие от результатов собственной лжи. Укоры совести, которые он испытывает при ликвидации последствий своего обмана, не позволят ему поступать так в следующий раз

**11. Наказание должно быть эквивалентно проступку.** Еще доктор Б.Спок говорил, что, если ребенок провинился на рубль, ему полагается наказание на рубль. Но если он провинился на пять копеек, и наказание должно быть соответствующим. Успехов Вам в воспитании правдивого ребенка