

Как отучить ребенка врать

Итак, вы обнаружили, что ваш ребенок врет, но что делать с этим – вы не знаете? Когда ребенок врет вам, то тем самым пытается сигнализировать, что в его мире не всё в порядке. Очень часто ложь ребенка позволяет внимательным и мудрым родителям понять, что творится в душе ребенка, что его мучает, вызывает беспокойство и даже страх. В таких ситуациях ложь для ребенка – как бальзам для душевных ран. Поэтому не стоит торопиться с наказаниями и проявлять свою суровость, негодуя и раздражённо «выпуская пары». Необходимо попытаться понять, что именно заставляет вашего ребенка врать и постараться помочь ему.

Нет простого рецепта, как отучить ребенка врать. В каждой ситуации – свои способы решения проблемы. И если уж мы упомянули о наказаниях, то с них мы и начнём. Попробуйте проанализировать, не слишком ли у вас завышенные требования к ребенку? Возможно, они не соответствуют его возможностям. Не прибегаете ли вы к постоянным поучениям, нотациям? Возможно, ребенок постоянно находится под гнётом страха – страха унижения, страха наказания? Не является ли ложь просто защитой, щитом от этого страха? В таком случае вам необходимо пересмотреть свои методы воздействия на ребенка.

Например, ваш ребенок принёс из школы плохую оценку. Разве двойка исчезнет от того, что вы накажете своего отпрыска? Нет, конечно. Но вот после наказания исчезнет доверие между вами и вашим ребенком. Как же поступить? Наказывать не стоит, так как наказание только подтвердит опасение ребенка, и он будет лгать и дальше, рассуждая: сейчас не повезло и меня поймали, а в следующий раз пронесёт и мне ничего не будет! Гораздо правильнее будет поддержать у ребенка правильную схему поведения: сделать вместе с ним работу над ошибками, помочь разобраться в непонятной для него теме, похвалить его за старания, порадоваться вместе с ним исправленной в дальнейшем оценке. И поддержать его, если он в следующий раз скажет правду о полученной плохой оценке.

Никогда не пытайтесь делать из своего ребенка источником одних лишь только положительных эмоций. Ребенок тоже имеет право на отрицательные эмоции. Если он не будет разряжаться с их помощью, то не сможет предупреждать стресс, освобождаясь от духовных «шлаков». Поэтому с пониманием относитесь к возможным проявлениям плохого настроения, давая ребенку право на разные эмоции, и тогда он не станет одурманивать вас привычной ложью.

Как поступить, если ваш ребенок ещё маленький, но уже начал врать из-за того, что сделал что-то не так и теперь боится, что, если родители узнают правду, то они перестанут его любить? Если вы видите, что ребенок соврал, то сядьте рядом с ребенком так, что бы вы стали как бы одного роста с ним и ваши глаза были на уровне глаз ребенка, и спокойно скажите ему, что вы просите сказать правду и наказывать его за неё вы не будете. Обязательно подчеркните, что вы его любите и доверяете ему. И сдержите своё слово – не ругайте малыша, что бы он вам не рассказал, а помогите ему разобраться в сложившейся ситуации, поддержите его, научите, как поступить правильно. Тогда ваш ребенок будет и дальше доверять вам, и у него отпадёт необходимость во лжи.

Если ребенок уже постарше и уже научился извлекать выгоду из своей лжи, то необходимо очень чётко объяснить лгуну, что он будет наказан прежде всего именно за ложь, а не за свой проступок. Покажите ему, что он подорвал ваше доверие к нему. Скажите, например, так: «Как же ты смог мне соврать? Ведь я же всегда тебе верила! Сегодня я запрещаю тебе идти гулять (или смотреть телевизор, играть на компьютере...) за то, что ты оказался вруном!»

Если врет подросток, а причиной его лжи стала попытка привлечения внимания, то постарайтесь больше времени уделять делам своего ребенка, его интересам, мечтам.

Интересуйтесь его успехами, хвалите его и восхищайтесь. Расспрашивайте его обо всём, что происходит в школе, о его друзьях. В свою очередь рассказывайте ему о том, как прошёл ваш день, о своей работе. Если причиной лжи стала попытка выйти из-под вашего контроля, то лучше всего будет привлекать подростка к обсуждению и решению домашних проблем, чтобы ребёнок видел, что его мнением интересуются и считаются с ним. Не забывайте как можно чаще говорить вашему взрослому ребёнку, что вы по-прежнему сильно любите его. Если он будет знать об этом, то ему будет трудно соврать вам. Помните, что ребенок честен со своими родителями, если:

- не боится их гнева, не боится быть отвергнутым ими;
- уверен – что бы ни произошло, взрослые не станут его унижать;
- знает, что его поддержат в трудной ситуации, помогут советом;
- знает, что в спорной ситуации вы примете его сторону;
- твёрдо знает, что если его и накажут, то наказание будет справедливо и разумно;
- между родителями и детьми существует доверие.

Наши дети – это повторение нас самих. И никогда нельзя забывать – от того, насколько честны и искренни вы сами, и насколько доверительные отношения между вами и детьми, будет зависеть и то, насколько ваш ребенок будет с вами правдив. Если вы будете это помнить, то вам никогда не придётся ломать голову над тем, как отучать ребенка врать.

Как справиться с детской ложью?

Итак, если вы поняли, что ребенок вам врет, не нужно торопиться с наказанием. Следует разобраться в причинах, которые побуждают ребенка обманывать и постараться помочь ему.

Прежде всего, проанализируйте свои действия, не слишком ли у вас завышенные требования к своему ребенку? Не исключено, что они не соответствуют его возможностям. Может быть, ребенок постоянно пребывает под страхом унижения или наказания. Возможно, ложь является обычной защитой на страх. В подобных случаях необходимо пересмотреть свои методы воспитания.

Не нужно требовать от ребенка исключительно положительных эмоций. Ведь при помощи негатива он может освобождаться от стресса. Поэтому родители должны с пониманием отнестись к проявлению плохого настроения. Позволяя ребенку выражать разные эмоции, вы предотвращаете обман с его стороны.

Если ваш ребенок еще маленький, но уже врет, попытайтесь поговорить с ним в доверительной форме. Попросите его рассказать вам всю правду, и пообещайте, что не будете его наказывать. При этом необходимо подчеркнуть, что вы ему доверяете и любите. Услышав его исповедь, нужно сдержать свое обещание и не ругать. В дальнейшем малыш будет вам доверять и у него пропадет необходимость вам лгать.

Ребенку, который извлекает выгоду из своей лжи, необходимо объяснить, что в случае обмана, он будет наказан за обман, а не за совершенный поступок.

В случае, если вас обманывает подросток, который пытается привлечь ваше внимание, постарайтесь уделять ему больше времени, его мечтам, интересам. Старайтесь больше интересоваться его успехами, не забывайте хвалить и восхищаться им. В свою очередь нужно рассказывать о том, как прошел ваш день, привлекайте ребенка к обсуждению домашних проблем, чтобы он ощущал важность его мнения для вас.

Ребенок не станет врать, если он не боится быть отвергнутым. Дети должны быть уверенными, в том, что их поддержат даже в спорной ситуации. Помните, ребенок не станет лгать, если будет уверен в том, что наказание за проступок последует справедливое.

Педагог – психолог

Гуенко И.В.