**Почему дети говорят неправду?**

Что делать родителям, которые столкнулись с проблемой детского обмана? Можно ли как то отучить своего ребенка врать?

**Источники лжи**

Можно выделить несколько основных причин, почему ребенок стал врать:

**1. Ложь во благо имиджа.** Чаще всего детки начинают обманывать не потому что они поставили перед собой цель что-то скрыть намеренно, а потому что такая реальность в их глазах кажется им более привлекательной. Как правило, это «работает» перед сверстниками, для которых, собственно, и выдумывается приукрашенная история. К примеру, сестра переселилась жить в Америку, а папа – крупный бизнесмен и зарабатывает по миллиону в день. Такие истории из уст малыша, конечно же, звучат смешно для взрослого человека, а вот для сверстника, который не догадался так преподнести каждого из членов своей семьи, рассказ покажется очень даже правдоподобным.

**2. Страх.** Страх - это одна из самых распространенных причин, по которой ребенок врет родителям. В этом случае кроха просто боится причинно-следственной связи – проще говоря, он понимает, что поступил неправильно, и думает, что если он расскажет правду, то его попросту накажут. Кроме страха перед наказанием, ребенок также может обмануть из-за того, что он боится разочаровать или огорчить своих близких.

**3. Ошибочное взросление.** Стремление поскорее вырасти, нередко подталкивает малыша врать родителям. Причем старшие домочадцы могут и не подозревать, что плохой пример подают именно они. К примеру, банальная ложь папы по поводу того, чем он сейчас занят, если об этом спрашивает мама, или просьба одного из членов семьи соврать по телефону, что его нет дома – все это может отложиться в сознании крошки как неотъемлемая часть быта или как элемент общения.

**4. Обман как способ лавирования** **между папой и мамой** (или другими членами семьи). Проявляется такой вид детской лжи тогда, когда в семье складываются по какой-то причине недружелюбные отношения. Вот пример: мама не ладит со свекровью. Между собой они часто спорят, бывает, что даже без видимой на то причины, при этом делают это на глазах у ничего не понимающего ребенка. Чтобы не расстраивать маму, ребенок соглашается с ее мнением о поступках бабушки, а чтобы остаться в любимчиках у бабушки, малыш во всем соглашается с ней. А чтобы папа лишний раз не расстраивался по поводу плохих отношений мамы и бабушки, ему приходится и его обманывать.

**5. Ложь как способ обратить на себя внимание взрослых.** Когда ребенок чувствует недостаток внимания со стороны самых близких для него людей, то он переживает стресс. Выходом из ситуации для него становится ложь. Нередко этот обман раскрывается родителями и те, в свою очередь, наказывают малыша. Но он все равно испытывает чувство удовлетворения – на него обратили внимание, а именно этого ему и нужно было.

**6. Ложь как протест.** Достигая самого сложного для родителей возраста - 12-13 лет, ребенок осознает, что ему больше не нужно обо всем рассказывать маме с папой. Он считает себя уже достаточно взрослым и самостоятельным, поэтому решения он отныне вправе принимать самостоятельно. В результате не всегда все заканчивается так, как запланировал себе подросток, и об этом, конечно же, не стоит знать маме и папе.

Естественно, это далеко не все причины, почему ребенок врет, у каждой детской лжи есть свои основания, и рассматривать их сквозь стандартную призму причин невозможно – каждый случай уникален и должен быть рассмотрен индивидуально.

**Как понять, что малыш обманывает?**

Распознать, что ребенок врет, не так уж и сложно – главное, внимательно присмотреться к тому, как он это говорит и что при этом делает. Признаки детской лжи следующие:

* Когда ребенок обманывает, он никогда не будет смотреть вам в глаза. Если хотите его «раскусить», то попросите не отводить от вас взгляда – поверьте, на первой же фразе вы поймете, что ребенок врет.
* Когда малыш обманывает, даже осознанно, он все равно чувствует неуверенность и дискомфорт. Поэтому он переминается с ноги на ногу и постоянно чешет себя то по голове, то по руке или по глазам, лбу, шее.
* Если кроха в процессе своего рассказа/ответа на вопрос родителя постоянно запинается, то это звоночек для вас, что он, скорее всего, говорит вам не всю правду.
* Сомневаетесь в том, что услышали от своего чада правду? Попросите его повторить все сказанное им – если ответ был придуман спонтанно, вряд ли он успел запомнить последовательность в своей истории.
* Если ребенок врет, то выражение его лица будет меняться, а щечки с большой вероятностью покраснеют.
* Кроха подносит палец ко рту или носу – это будут не вынужденные движения, а рефлекторные, и символизировать они будут о его лжи.
* Когда руки малыша все время за спиной или в карманах, то это может говорить о его желании что-то утаить от родителя.

**Что делать родителям, если их ребенок постоянно врет?**

**1. Наказывать ребенка за ложь нельзя** (имеются в виду не только телесные наказания, но и крик в его адрес) – он воспримет это как результат того, что вы узнали правду каким-то образом. Это может привести к тому, что в его подсознании крепко закрепиться взаимосвязь «узнают правду, значит, будут на меня кричать», что собственно и станет его подталкивать к постоянному вранью. Постарайтесь объяснить своему крошке, что врать – плохо, ведь намного лучше быть честным и открытым с родителями (важно делать это спокойно и без крика).

**2.** Заставить ребенка сказать правду, **пугая его какими-то наказаниями**, к примеру, неделя без компьютерных игр и т.д., - это не выход. Под страхом наказания он вряд ли вам в чем-то признается, наоборот, он может даже закрыться от вас. Делать так однозначно не нужно.

**3. Не нужно сводить воспитание к постоянным запретам.** Сами рассудите, если все ему запрещать, то он непременно найдет лазейку к желаемому через ложь.

**4.** Ни в коем случае **не зацикливайтесь** только на положительных эмоциях крошки. Даже если он выражает по какой-то причине негативные эмоции (плохая оценка, ссора с другом), то они тоже должны восприниматься вами как норма. Если ребенок будет видеть, что его плохое настроение как-то вас расстраивает или даже злит, то он будет скрывать его от вас, тем более не расскажет правду о том, что у него случилось.

**5.** Если ребенок стал постоянно врать, то, может, вы выбрали неверный метод воспитания. **Откровенный разговор** в подходящий момент поможет выяснить, что вы делаете не так.

**6.** Постарайтесь научить малыша **ликвидировать результаты проступков**. Закрепите с ним такое правило: если ты что-то разбил или сломал, не нужно об этом лгать, лучше убери то, что разбил, или почини то, что сломал. В любой ситуации лучше всего признаться в содеянном – тебя не будут ругать или наказывать, если ты скажешь правду!

**7.** Всегда оставайтесь для ребенка авторитетом и **предметом для подражания**. Учите ребенка быть честным во всем: рассказывайте за семейным ужином близким о том, как прошел ваш день, как можно чаще используйте выражение «я хочу тебе признаться…» – все это поможет наглядно показать ребенку, что быть честным со своими родными – это замечательно.

**8.** **Хвалите ребенка** за его честность. Согласитесь, лучше лишний раз сказать ему «Молодец!» за честное признание, чем постоянно наказывать за проступки.

И самое главное – осознайте, что врать все мы начинаем не от того, что хотим скрыть что-либо. Это умение заложено в нас от природы, и лишь нам под силу «укротить» его. А детки, в силу своего малого возраста, пока не умеют этого делать, и без вашего правильного воспитания и чуткого присмотра их наивные фантазии быстро перерастут в постоянную ложь.