

Ложь

С ложью детей когда-нибудь сталкиваются все родители. Для ребёнка это один из способов приспособления к жизни в обществе, хотя и неодобряемый. Но причины того, что ребёнок говорит неправду, могут быть самыми разными.

В детской лжи виноваты... взрослые!

Иногда ложью называют детское фантазирование. Эта склонность определяется некоторыми личностными особенностями ребёнка (незрелостью, инфантильностью, нескритичностью).

Неблагополучие в эмоциональной жизни, отсутствие доверия к окружающему миру, негативное самоощущение, разлад отношений с родителями, учителями, сверстниками... Все это может толкать ребёнка к построению в фантазиях более привлекательного мира, который становится заменой действительности.

Ложь часто возникает тогда, когда ребёнку предъявляют непосильные для него требования. Или он постоянно находится под страхом наказания. Если ребёнок лишен полноценного общения с вами, вы для него недостижимы, ему приходится привлекать к себе ваше внимание любыми способами.

Чтобы изменить ситуацию, надо укрепить и улучшить взаимоотношения с ребёнком. Не срывайте на нём свою усталость и нетерпение. Ребёнок, замученный постоянными нравоучениями и криком, начинает лгать, чтобы приукрасить себя и своё поведение. То есть ложь становится для него особым защитным механизмом.

Чаще всего это происходит, когда ребёнку приходится спрашивать вашего разрешения на что-то, и при этом он думает (или уверен), что вы скажете «нет».

Например, дочь собирается пойти вечером по магазинам с подругой, которая не раз была замечена в мелких кражах. Заранее зная ответ, она спрашивает «Можно, я пойду вечером к Маше, мы вместе будем готовить реферат по истории?» Много в такой ситуации зависит от сложившегося у вас стиля отношения. Если ваши отношения с дочерью построены так, что вы постоянно разрешаете или запрещаете ей то или иное поведение, то, скорее всего, вы дадите согласие на «желаемое» действие. И она отправится по магазинам, чувствуя, что ловко одурачила своего диктатора.

Но возможно, вам несвойствен разрешающе-запрещающий стиль отношений. Тогда вы скажете примерно следующее: «Я рада, что ты сказала мне об этом. Теперь я буду знать, что тебе надо оставить ужин». Или: «Я не занимаюсь тем, чтобы что-то разрешать тебе, но спасибо за то, что ты сказала мне, где будешь».

В таком случае родитель не выискивает ложь ребёнка, а оставляет его наедине с его ложью. Теперь дочь отправится по своим делам, зная, что ей вовсе не обязательно лгать вам. Для неё это менее приятно, так как ничто не оправдывает её ложь, но в то же время предоставляет ей больше возможностей быть откровенной и сказать прямо о своих планах.

У вас также больше возможностей, чтобы выразить озабоченность, интерес и доверие, поскольку вы отказались от того, чтобы налагать запреты и давать разрешения. «Меня это тревожит, потому что я беспокоюсь, что твоя приятельница украдет что-нибудь снова и, возможно, вовлечет вас обеих в беду. И, тем не менее, я знаю, что бы ни случилось, ты сама сделаешь так, как для тебя будет лучше».

Тактика поведения взрослых

И всё же, даже если вы научились передавать ребёнку ответственность за события его собственной жизни, вы не раз еще можете столкнуться с его ложью по самым разным поводам. Если это так, откровенно ответьте себе:

- не провоцируете ли вы ложь, задавая ребёнку определённые вопросы?
- не подкрепляете ли вы её, концентрируя отрицательное внимание на вашем ребёнке, когда он лжёт?

Начните с решения не задавать ребёнку каких бы то ни было вопросов в течение недели. Особенно остерегайтесь задавать вопросы, с помощью которых вы проверяете, будет ли ребёнок говорить вам неправду о чём-то, что вы и так уже знаете.

Например, из школы звонили и спрашивали, почему Саша не пришёл сегодня в школу. Спросить у Саши: «Ну, как сегодня в школе?» – всё равно, что специально добиваться от него лжи. Эффективнее будет такое высказывание: «Сегодня звонили из школы узнать, почему ты не был на занятиях. Я очень не люблю, когда звонят по таким поводам, и была бы очень признательна, если бы меня избавили от такого рода телефонных разговоров».

Когда вы перестанете задавать вопросы, количество случаев обмана, скорее всего, резко сократится. С отдельными случаями вы ещё можете столкнуться, пока ребёнок окончательно не понял, что вы уже перестали бороться с его ложью.

Если ребёнок, тем не менее, продолжает обманывать вас, убедитесь, что, услышав неправду, вы не концентрируете отрицательное внимание на нём, но ведёте себя как-то иначе. Любая ваша реакция, выражающая беспокойство или гнев, будет подпитывать привычку лгать.

Лучше прибегнуть к одному из следующих способов:

- Произнесите просто «гм» и уйдите, чтобы заняться своим самым любимым делом.
- Ведите себя так, как будто слушаете не своего, а соседского ребёнка, с которым вам нет нужды выяснять, правда это или нет, а можно просто вежливо поддерживать беседу.
- Скажите: «Я чувствую себя неловко, так как мне всё время кажется, что меня обманывают, потому я хотел(а) бы прекратить этот разговор».

Попробуйте перестать задавать вопросы и реагировать на ребёнка отрицательным вниманием. Возможно, он не превратится тут же в правдолюба. Но, в любом случае, вы будете испытывать меньше неприятных эмоций в общении с ним.

Конечно, когда ложь прекратится, вы, возможно, поймете: беспокоила вас не столько ложь сама по себе, сколько то, о чем вам говорили неправду. Если ребёнок лжёт, что ходит в школу или что он не брал из дома деньги, а потом лгать перестанет, это, естественно, не решит проблему. Вы хотите, чтобы прекратились прогулы или воровство. В этом случае всё же поздравьте себя с тем, что покончили с ложью. А уж потом начинайте работать непосредственно с другой, более глубокой проблемой.