

## Почему дети лгут?

Многие родители рано или поздно сталкиваются с детской ложью. Она имеет под собой разные основания. Чаще всего разновидность вранья определяется целью, которую преследует ребёнок:

1. Очень часто обман – это способ избежать наказания или **ложь-защита**.
2. Встречается **ложь-фантазия**, когда дети знают, что было всё совсем не так, как они рассказывают, но им необходимо дать выход своим эмоциям, поэтому событие подаётся в выгодном для себя свете.
3. **Продуманная ложь** основана на стремлении получить то, что очень хочется. Если в семье ребёнку слишком много запрещают, он начинает обманывать, чтобы избежать запретов, или наиболее распространённый вариант – получение каких-либо материальных благ (денег, игрушек, «вкусняшек» и т.д.)
4. Еще один из поводов для детской лжи – **ложь взрослых**. Ребенок понимает, что в каких-то случаях взрослые говорят неправду и легко находит себе оправдание, когда сам лжет.

### Практические рекомендации по борьбе с детской ложью

1. Не нагнетайте обстановку в доме. Прежде всего, успокойтесь и не позволяйте вырваться гнев, порождённый болью, досадой и чувством, что вас предали.
2. Не унижайте и не стыдите детей, когда факт обмана стал известен. Поговорите «тет-а-тет» - доверительный диалог даст намного больше, чем бесконечные нравоучения.
3. Не задавайте детям вопросы-ловушки, которые заставляют выбирать между ложью и правдой. Своим вопросом вы можете спровоцировать новую ложь.
4. Покажите ребёнку, что ликвидировать последствия своих действий — лучше, чем врать. «Разбил кружку? Расскажи об этом, и мы вместе соберем осколки».
5. Откажитесь от силовых методов решения проблемы, это её только усугубит, ведь страх наказания одна из основных причин обмана.
6. 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.
7. Разговаривайте с ребёнком «на равных». Важно, чтобы он чувствовал, что его принимают любимым и прислушиваются к его точке зрения.
8. Предоставляйте право выбора, уважайте его чувства и решения.
9. Извиняйтесь, если вы не правы, в том числе и перед ребёнком.
10. Поощряйте правду. Хвалите детей, если они признаются в чем-то, в чем им трудно признаться.
11. Станьте для ребёнка примером честного человека.
12. Вспомните свой детский опыт и переживания.
13. Не требуйте от детей того, чего не можете выполнить сами. Никто не может говорить правду 24/7. Не могут и они.