**КОГДА РЕБЕНОК ГОВОРИТ НЕ ПРАВДУ**

Детская ложь является распространенной психологической проблемой, которая серьезно беспокоит многих родителей. Поэтому, когда родители впервые сталкиваются с детской ложью, это повергает их в шок. Чтобы воспитать честную личность, а в случае, если ребенок уже начал врать, то отучить его от этой пагубной привычки, важно понимать, что же движет ребенком и побуждает его к вранью. Хотя, нельзя забывать, что пытливый детский ум склонен к фантазиям. Заигравшись, дети часто смешивают фантазии и реальность и уже сами не могут отличить, где истина, а где вымысел. Поэтому к задачам родителей еще относится и умение распознавать тонкую грань ложью и фантазией.

**Причины детского вранья**

Причины детской лжи многочисленны и разнообразны. Это и желание скрыть свой проступок, и попытки приукрасить действительность, и многое другое. Психологи выделили ряд ключевых факторов, побуждающих ребенка к тому, чтобы сказать неправду. Рассмотрим их более подробно. Страх наказания. В данном случае ложь является защитной реакцией и способом избежать отрицательных последствий. Наиболее часто встречается в семьях, где ребенок воспитывается в чрезмерной строгости и с боязнью относится к родителям. Самоутверждение. Ребенок использует обман для того, чтобы привлечь внимание к своей персоне, повысить уровень значимости в кругу сверстников. Как правило, причины подобного рода характерны для детей, не уверенных в себе, своих силах, страдающих дефицитом внимания со стороны родных. Попытка получить власть. В этом случае, детская ложь приобретает черты психологической атаки и манипуляции. Это достаточно сложный случай, требующий помощи специалистов психолога и невропатолога. Психологическая самозащита. Для такого рода лжи есть два ключевых фактора. В первом варианте, малыш прибегает к вранью для того, чтобы защитить нечто важное для него (это могут быть друзья или просто право на личное пространство). Во втором же случае, ребенок использует обман, как средство само реабилитации, в основе которого лежит боязнь разочаровать значимых людей, не оправдать возложенных на него надежд и ожиданий. Негативный пример. Частенько взрослые сами не замечают, как дают ребенку основание врать. Например, когда осуждают кого-то за глаза, сплетничают в его присутствии. Так, взрослому человеку кажется, что он лишь чего-то не договорил или слегка изменил факты, а для малыша это является прямым сигналом к тому, что ложь в принципе допустима. Эмоциональная разрядка. В данном случае ребенок использует ложь в качестве средства психологической реабилитации. Он может очень остро переживать какие-то проблемы своей жизни и стремиться избавиться от них, сбросив эмоциональное напряжение. Для этого он может прибегать к обману, как к единственному доступному способу воздействия на реальность. Выход негативной энергии. Ребенок с низкой самооценкой, с трудом идущий на контакт со сверстниками и имеющий проблемы в учебе, может быть крайне озлобленным внутри. Он врет не потому, что боится наказания, а скорее, наоборот, с целью спровоцировать конфликтную ситуацию и таким образом дать выход накопившемуся внутреннему гневу. Это достаточно сложная и запущенная ситуаций, которая требует профессиональной психологической помощи. Определив причины детского вранья, родителям будет проще бороться с вредной привычкой своего ребенка. В некоторых случаях может потребоваться работа над самим собой, а иногда просто необходима помощь психолога.

**Типичные ошибки родителей, толкающие детей ко лжи.**

К сожалению, в подавляющем большинстве случаев именно поведение родителей и неправильно выбранные ими методы воспитания становятся причиной детского вранья. Ученые выявили ряд ключевых родительских ошибок, которые способны спровоцировать данную проблему.

**Проблема первая.**

Психологи установили, что в первую очередь проблема детских обманов распространена в тех семьях, где авторитет и власть родителей не имеют границ. Личность маленького человека стремится всеми возможными путями проявить вою независимость и индивидуальность. Часто единственным способом сделать это является ложь, которая в данном случае используется ребенком как попытка психологически отделиться от родителей и, таким образом, повысить свой авторитет в кругу товарищей.

**Проблема вторая.**

Если родители и сами склонны говорить неправду, то они не только провоцируют на ложь своего ребенка, но и создают в его сознании психологический дисбаланс. Ведь как же можно запрещать другому то, что делаешь сам? Если для родителей нормально не выполнить обещание, данное малышу, если они позволяют себе, скажем, не отвечать на телефонные звонки и при этом просят ребенка, сообщать звонящему, что их нет дома, то не стоит удивляться, если вскоре такие родители сами подвернутся обману со стороны своего чада. Ведь детей нужно не только учить и воспитывать, следует и самому быть для них примером. Ведь родительский авторитет играет важную роль в жизни ребенка, особенно в ранние годы.

**Проблема третья.**

Очень часто основным фактором, провоцирующим ребенка на ложь, является недостаток внимания и проявления любви со стороны его родителей. В данном случае, малыш начинает говорить не правду, подсознательно стремясь привлечь внимание мамы и папы к своей персоне, а иногда с целью показаться в их глазах лучше и значимее. Для этого дети начинают приписывать себе несуществующие успехи и достижения. Хотя иногда психологи наблюдатели случаи самооговаривания со стороны ребенка, которые имели по сути своей ту же самую цель.

**Проблема четвертая.**

Страх перед жестоким наказанием является основным мотивом, побуждающим к вранью, как маленьких детишек, так и подростков. Тут уже просто срабатывает природный инстинкт самосохранения. Чтобы этого не происходило, взрослым следует разумно подходить к выбору карательных мер, чтобы не казаться своим детям страшными извергами. Старайтесь избегать телесных наказаний, а также тех воспитательных мер, которые оскорбляют и унижают достоинство ребенка.

**Проблема пятая.**

Повышенный контроль и гиперопека со стороны родителей так же могут побуждать ребенка врать, в попытках защитить свое личностное пространство. Особенно это характерно для детей в годы становления личности, а именно, в возрастной категории от трех до пяти лет, а также у подростков в переходном возрасте.

**Проблема шестая.**

Обида на родителей также может подтолкнуть малыша к вранью. Причем, на первый взгляд, эти факторы могут быть никак между собой не связаны. Однако, на самом деле, говоря неправду, ребенок подсознательно хочет, передать родителям состояние своего внутреннего дискомфорта и таким образом привлечь внимание взрослых к своей проблеме.

**Как распознать детскую ложь.**

Существует ряд признаков, позволяющих определить, что малыш вам врет. К ним относится следующее: отведение глаз и избегание прямого взгляда; потирание глаз, висков, прикосновения к подбородку; держание во время разговора рук в карманах или же за спиной; почесывание кончика носа; оттягивания ворота и почесывание или поглаживание области шеи; покашливание, неоправданные паузы между словами и предложениями; поднесение руки ко рту во время разговора, как будто ребенок пытается закрыть себе рот; текст. Следует отметить, что если вы заметили эти признаки у своего ребенка, то не спишите его обвинять во вранье, а проанализируйте свое поведение, подумайте от чего малыш перестал вам доверять. Что делать родителям: советы психолога Родителям, которые поймали ребенка на обмане, ни в коем случае не стоит сурово его наказывать, это приведет к еще большей эмоциональной закрытости и отдалению между близкими людьми. Ведь, и так понятно, что в первую очередь, проблема детского вранья вызвана определенными психологическими проблемами и недостаточно откровенными, доверительными отношениями с родителями. Поэтому для того, чтобы найти пути решения важно устранить первопричину. Помочь наладить контакты с ребенком помогут советы психологов. Пересмотрите свои требования и претензии, выдвигаемые к ребенку. Быть может, они слишком завышены? Позволяйте малышу откровенно выражать свои отрицательные эмоции и плохое настроение. Избегайте сурового наказания и длительных выговоров. Постарайтесь сделать все возможное, чтобы наладить эмоциональный контакт с малышом и завоевать утраченное доверие. В случае, если ребенок признается вам в совершенном проступке, реагируйте максимально спокойно, обсудите с чадом проблему и обязательно похвалите его за то, что сказал правду. Как можно чаще хвалите своего ребенка, уделяйте внимание, волнующим его вопросам и говорите о том, что очень сильно его любите. В сложной ситуации, когда самостоятельно решить проблему детского вранья не получается, обратитесь за консультацией к психологу. Для каждой возрастной категории детей существуют свои подходы. Применяя методы перевоспитания младенцев к подросткам, вряд ли вы сможете добиться успеха. Да и в обратной ситуации маленький ребенок не сумеет понять ваших требований.

**Как отучить врать детей 5-10 лет.**

Применяя профилактические мероприятия для детей младшего школьного возраста, родителям важно понимать, что ребенок – маленькая личность и необходимо учитывать его настроение и интересы, стараясь что-либо поменять в его поведении. Позвольте ребенку иметь свое личное пространство и территорию. Ведь, преимущественно, именно стремление к независимости и самостоятельности побуждает врать детей этого возраста. Уважайте секреты ребенка и не выпытывайте у него ничего. Если чадо будет вам доверять, то расскажет обо всем по собственному желанию. Разговаривайте с ребенком и аргументируйте свои решения, избегайте необоснованных запретов. Как отучить врать подростков Воспитательная работа с подростками является наиболее сложной. Очень важно, чтобы у ребенка и родителей установились доверительные отношения. С взрослеющими детьми следует, как можно чаще разговаривать по душам, рассказывать о себе и выдерживать в беседе товарищеский тон. Постарайтесь максимально снизить уровень контроля за ребенком, предоставив ему предельную самостоятельность. Контроль лучше проводить так, чтобы он не оскорблял ребенка. Если что-то запрещаете, то постарайтесь подробно объяснить подростку, что вами движет. Дайте вашему чаду возможность почувствовать себя независимым человеком, ответственным за свои поступки и их последствия. В основе детского вранья часто лежит родительское непонимание и психологический дискомфорт. Постарайтесь стать своему ребенку настоящим другом, проявите любовь и понимание, создайте атмосферу гармонии в своей семье, и тогда у чада просто отпадет потребность во лжи.

Семья – социальная ячейка общества, которая строиться на доверии. Поэтому очень важно, что все ее члены были предельно честны, как по отношению друг к другу, так и к окружающим. Занимаясь воспитанием детей, родители должны отдавать себе отчет в том, что гармоничная личность из ребенка может вырасти только при правильном отношении к ней, большом терпении и любви. Будьте честны со своими детьми, подавайте положительный пример, и тогда детская ложь обойдет стороной вашу семью.