**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «УЛЫБКА» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОПЕРЕКОПСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«ДЕТСКАЯ ЛОЖЬ: КАК СПРАВИТЬСЯ?»**

****

**ПОДГОТОВИЛ ПЕДАГОГ – ПСИХОЛОГ**

**СОЛОДУН И.М.**

**2022**

**ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ О ДЕТСКОМ ВРАНЬЕ?**

Рано или поздно в процессе своего взросления дети начинают приукрашивать или полностью искажать окружающую их действительность. Ученые выяснили, что малыш в возрасте 4 лет врет примерно один раз в 2 часа, а 6-летний ребенок – один раз в 1,5 часа. Установлен и возраст, когда дети начинают осознанно врать. Этот возраст 3 года. С этого времени родители уже могут озадачиться тем, что делать, если ребенок врет. Как известно, в более раннем возрасте можно еще легко понять, что кроха говорит неправду, а вот когда он становится старше, уже труднее отделить действительность от вымысла.

**КАК УЗНАТЬ, ЧТО РЕБЕНОК ВРЕТ?**

Тот момент, когда ребенок говорит неправду, можно определить по ряду специфических жестов и действий. Надо лишь только внимательно приглядеться к малышу. Следует обратить внимание на следующие признаки:

* Ребенок смотрит при разговоре в сторону и старается не смотреть собеседнику в глаза.
* Ребенок, когда фантазирует ориентирован на левый верхний угол.
* Малыш переминается с ноги на ногу и не может устоять на одном месте.
* В процессе вранья ребенок может неосознанно подносить руку ко рту. Чем младше дети, тем этот жест выразительнее.
* Ребенок начинает покашливать во время разговора.
* Ребенок может часто прикасаться к носу, при этом сам того не осознавая.
* Во время обмана могут периодически тереть глаза, подбородок или висок.
* Неосознанно ребенок может трогать руками шею или дергать воротник.
* О вранье может свидетельствовать и то, что малыш теребит мочку уха.
* Когда ребенок держит при разговоре руки в карманах, это говорит о его желании что-то скрыть.
* Повторение ребенком последних слов адресованного к нему вопроса свидетельствует о желании затянуть время для поиска подходящего, но не соответствующего действительности, ответа.

Это далеко не полный список признаков, по которым можно с достаточной долей вероятности определить, что ребенок говорит неправду или что-то скрывает или не договаривает.

**ПОЧЕМУ ДЕТИ ЛГУТ?**

Дети равняются на старших и очень хотят быть как они — больше, быстрее, умнее, влиятельнее и т.д. Так как это прямо сейчас невозможно, им приходится фантазировать и воображать, что они уже такие. Поэтому они любят приукрасить реальность или рассказать то, чего на самом деле не было.

Конечно, если ребенок видит, как врут взрослые, он тоже будет так поступать. Некоторые родители сами учат ребенка обманывать, когда просят его скрыть что-нибудь от младшего или сказать неправду воспитателю или учителю. Такое же его поведение по отношению к родителям и другим людям — не что-то удивительное и возмутительное, а вполне закономерное явление.

Дети очень импульсивны, они живут в здесь и сейчас, им очень трудно сдерживаться от того, чтобы получить то, что хочется в данный момент. Это обусловлено несформированностью определенных зон мозга. Часто им даже не успевает прийти в голову мысль, можно ли им сейчас что-то взять, сделать или нет, они действуют спонтанно.

Также дети могут выдумывать всякие небылицы и проказничать для того, чтобы привлечь к себе внимание.

Еще одна причина вранья — протест, сопротивление влиянию взрослых, их давлению и контролю. Это особенно часто случается у подростков. Дело в том, что взрослеющему ребенку необходима самостоятельность. Необходима настолько, что на каком-то этапе она для него важнее очень многих моральных обязательств. Так что, либо вы даете ему эту самостоятельность добровольно, ограничив свое присутствие в его жизни, либо приготовитесь к тому, что он начнет отстаивать независимость другими методами. Самые убежденные идут на открытый бунт, большинство же обходится враньем.

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НАЧАЛ ОБМАНЫВАТЬ:**

1. **Оцените ситуацию.** Подумайте, что заставило ребенка врать. Чаще всего это страх наказания, невозможность законно преодолеть запрет, сокрытие вины, желание получить что – то, что так просто ему бы не досталось- возможно, похвалу, внимание.
2. **Подумайте, как изменить ситуацию**. Обдумайте на будущее: можно ли что –то изменить, чтобы ему не приходилось это делать. Возможно, уже перерос запрет или ваша реакция – слишком тяжелая для него. Может быть, ему не хватает вашей поддержки или он не справляется с нагрузками. Иногда ложь ребенка – сигнал о необходимости что – то изменить.
3. **Не обвиняйте.** С помощью обвинений вы не добьетесь того, что ребенок изменит свое поведение. Может, он и признается под давлением, но это не научит его честности, а, скорее всего, стимулирует находить способы обманывать более умело.

**Например:**

**Разорванная книга на полу.**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Вместо***  *Мама:* «Ты порвал книгу! Мы ее только чтокупили!»  *Ребенок:* «Нет! Это не я! Она сама!»  Взрослый злится, а ребенок сильнее отпирается и думает, что в следующий раз вообще ее выкинет. | **Надо**  *Мама:* «Ой, книга порвата…Хмм…Что же делать?»  Поднимает и рассматривает книгу.  *Мама:* «Я думаю, ты не хотел ее порвать…»  *Ребенок:* «Да! Я просто потянул вот тут… давай заклеим» |

1. **Не пытайтесь уличить ребенка во лжи.** Ни в коем случае не пытайтесь задавать ребенку вопросы, которые направлены на уличение его во лжи. Это утверждение касается и совсем маленьких детей, и подростков. Нельзя провоцировать человека на ложь, чтобы уличить его в ней, а затем – наказать.
2. **Помогайте расти над собой.** Чтобы ребенок не врал, надо не наказывать его, а помогать двигаться к следующей ступени морального развития: когда он сможет признать вину, даже если удобнее соврать.

**Например:**

**Дети ссорятся. Дочь: «Мама, Паша меня ударил!»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вместо**  Мама: «Паша! Ты что! Нельзя!»  Сын: «Да не бил я ее! Дура! Мама! Она врет!»  Дочь: «Он сам врет! Мама!»  Оба ребенка: «Ненавижу! Я тебе покажу!» | **Надо**  Мама: «О-о, бедняжка, иди сюда, я тебя пожалею. Где болит? Как же тебя утешить?» - гладит ребенка  Сын («жалко ее»): «Слушай, прости…Я просто толкнул ее, я не хотел, чтобы было больно. Давай играть».  Мама: «Вижу, Паша хочет тебя утешить. Это мне нравится. В следующий раз, когда будете играть, будьте осторожны». |

1. **Поощряйте за правду.**

Дети часто не говорят родителям правду только потому, что боятся наказания, которое может последовать. Чтобы они были с вами честными, постарайтесь поддерживать их в любой ситуации – даже если вы понимаете, что вина целиком и [полностью](http://www.kakprosto.ru/kak-8873-kak-polnostyu-udalit-drayver) лежит на детях. Ребенка следует поощрять за то, что он говорят вам правду. Какой бы неприятной ни была информация, ребенок не должен бояться вам её донести.

1. **Используйте игру или юмор.**

Если вы не слишком разозлены или способны творчески подойти к делу, используйте игру или юмор. Скажите: «Ваза обзавелась ножками», «Опять этот хулиганистый человек – невидимка ломает наши вещи!»

1. **Сами будьте честны**.

Ребенок должен видеть, что вы никогда не обманываете его и стараетесь быть с ним честными в любой ситуации. Поверьте, многие дети чувствуют ложь, даже если не говорят, что уличили вас во лжи. Дети часто равняются на своих родителей, поэтому личный пример всегда является одним из наиболее эффективных методов воспитания.

Выполняйте обещания: если что – то обещали ребенку – надо выполнить, если не вышло – нужно попросить у ребенка прощения. Не оправдывайтесь, а извинитесь, как извинились бы перед взрослым, которого уважаете. Подумайте, не оказывается ли ваш ребенок свидетелем прямой и «вежливой» взрослой лжи: недоговаривания, лести, манипуляций.

1. **Не паникуйте.**

Помните: ничего страшного не происходит. Ложь – показатель развития когнитивных способностей. Все дети проходят этот этап.

1. **Не торопите.**

Никогда не настаивайте, чтобы ребенок признался «прямо сейчас». Даже если вы заставите его это сделать, он станет лживее, а не честнее.

1. **Откажитесь от чрезмерного контроля.**

Чтобы отучить ребенка врать, старайтесь в общении с ним отказаться от чрезмерного контроля.

1. **Предоставляйте свободу действий.**

Любому ребенку необходимо предоставлять такую свободу действий, которая соответствовала бы его возрасту. Даже самый маленький ребенок уже является личностью, а значит, имеет право на собственные секреты. Если вы видите, что ребенок не хочет с вами что-либо обсуждать, не следует на него давить.

****

**РЕАГИРУЙТЕ НА ЛОЖЬ ПРАВИЛЬНО**

* **Опишите очевидные вещи.** «Ваза разбита», «Игрушка сломана», «Я вижу синяк у твоей сестры», «В комнате бардак, а все дети говорят: это не я».
* **Опишите свои чувства.** «Я злюсь, когда мои вещи портят», «Мне жалко Машу», «Я не хочу это все убирать».
* **Признайте чувства.** «Ты злился», «Думаю страшно признаться, что испортил чужую вещь», «Сложно устоять перед новой игрушкой». Выслушайте, что скажет ребенок.
* **Дайте ребенку план.** «В следующий раз, если тебе захочется играть в мяч, скажи мне, и мы придумаем, как это сделать, чтобы вещи не пострадали», «Если игрушка, которую ты взял сломалась, надо сказать мне, будем ее спасать». Составьте план и для себя, например: «Я уберу отсюда все хрупкое, дети здесь часто играют», «В следующий раз я спрячу это получше».
* **Помогите ребенку понять, как исправить содеянное**. «Нам все равно надо привести комнату в порядок», «Надо придумать, как утешить Машу».

**Например:**

**Ребенок съел все конфеты.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вместо**  Мама: «Ты что-о-о! Нельзя!»  Ребенок: «Это не я! Это собака!» | **Надо**  Мама: «Конфет нет. А они были для всех. В следующий раз, когда так захочешь сладкого, скажи мне».  И думает: «А я в следующий раз не буду оставлять все конфеты на виду». |



**ВЫВОДЫ:**

Если ребенок часто прибегает ко лжи, то возможно стоит пересмотреть ваши взаимоотношения. Постарайтесь понять, что мешает ему говорить вам правду. Помните, что ребенку необходимо чувствовать себя любимым, знать, что вы готовы простить его шалости и проступки. Таким образом, дадите ему возможность доверять вам и нести ответственность за свои поступки.

Ни в коем случае не следует вешать на людей [*ярлыки*](http://www.kakprosto.ru/kak-68963-kak-snyat-vydelenie-znachkov-na-rabochem-stole)– если человек, будь то взрослый или ребенок, один раз солгал – это не значит, что его можно называть лжецом и нечестным человеком. Такого рода клеймо нельзя вешать даже на взрослого человека с полностью сформировавшейся психикой, для ребенка же подобное [отношение](http://www.kakprosto.ru/kak-13431-naladit-otnoshenie-s-docheryu) и вовсе будет серьезным стрессом.

Как видно, дети лгут не из плохих намерений — так они приспосабливаются к условиям, в которых находятся.

Главное, чтобы между родителями и детьми были близкие дружественные отношения и понимание, тогда и дети не будут лгать.