



## Как воспитать правдивого ребенка ?

Родителям нужно знать, что детская ложь не проявляется неожиданно и сама по себе. Ребенок учится лгать так же, как всему остальному. То есть у нас, взрослых. И воспитывают, убеждают ребенка не только слова, сколько модели поведения, демонстрируемые взрослыми. Задуматься о том, как воспитать ребенка правдивым, лучше до того, как появились первые проявления лжи. Предотвратить и искоренить – задачи разные.

### Воспитать правдивого ребенка помогут следующие рекомендации:

1. Будьте единодушны в требованиях к ребенку. Самые опытные манипуляторы вырастают в семьях, где нет единых требований, и родители соревнуются между собой. Ребенок в такой семье уже к пяти годам знает, что сказать маме, если что-то запретил папа, чтобы получить желаемое. Единые требования к ребенку должны быть у семьи и школы.
2. Сдерживайте свои обещания. Как в отношении поощрений, так и в отношении наказаний. Чтобы выполнить этот пункт, нужно быть внимательными к своим словам и обещаниям, не бросаться словами и обещать только, то, что, Вы действительно сможете выполнить.
3. Старайтесь быть честными и искренними при ребенке даже в мелочах. Ребенок копирует Вас, и в подавляющем большинстве случаев причины негативного поведения – это слепок с поведения одного из родителей или значимого для ребенка взрослого человека
4. Постарайтесь понять, почему ребенок солгал. Работать нужно не с самим фактом лжи, а с мотивом, причиной, по которой ребенок солгал. В 10% случаев Вы обнаружите, что это не ложь, а недоразумение. В 20% ситуаций лежит стремление ребенка получить или продолжить запретное удовольствие. В 30% - это страх, стремление избежать наказания. И если вы будете ругать и запугивать ребенка, произойдет усугубление: ребенок не перестанет бояться, а следовательно лгать. В оставшихся 40% случаях лежат причины, описанные в памятке «Причины лживого поведения».
5. Следует проговаривать с ребенком эту ситуацию, не акцентируя внимания на его лжи. Не следует уличать ребенка во лжи, приписывать ему «плохие мысли», «коварные планы», «наличие дурных генов». От Вас зависит, какая жизненная стратегия у него закрепится.
6. Пересмотрите систему запретов в семье или в школе. Может быть, в жизни ребенка слишком много «нельзя». И здесь снова следует поговорить и в доступных выражениях объяснить, почему существуют все эти «нельзя».
7. Если ребенок признался во лжи, ни в коем случае нельзя его наказывать. Каким бы ни был проступок, или Вы рискуете больше никогда не услышать правды.

8. Программируйте ребенка на правду, а не на ложь. Фразы: «Тебе столько лет, а ты врешь. Ты хочешь вырасти лгуном, преступником?» - деструктивны и содержат в себе негативные программы, побуждающие ко лжи. Скажите лучше: «Ты у меня такой честный, почему же ты не сказал правду? Или «Ты похож на отца, а он всегда говорит правду. Я думала, и ты будешь всегда честным».

9. Не подыгрывайте ребенку в его первых хитростях, не умиляйтесь проявлениям лукавства. Показывайте, что Вы поняли, что за этим стоит.

10. Пусть ребенок сам устраняет результаты лжи. Возвращает взятую без спроса вещь, просит прощения, извиняется перед учителем за то, что списал и пр. Если Вы наказали ребенка за вранье, но он успел получить удовольствие – съесть сладкое, получить пятерку, нагуляться и пр., Вы закрепили привычку. Задача взрослых – не позволить ребенку получить психологическое и физическое удовольствие от результатов собственной лжи. Укоры совести, которые он испытает при ликвидации последствий своего обмана, не позволят ему поступать так в следующий раз

11. Наказание должно быть эквивалентно проступку. Если ребенок провинился на рубль, ему полагается наказание на рубль. Но если он провинился на пять копеек, и наказание должно быть соответствующим.

### **Можно определить, что ребенок лжет по следующим признакам:**



- Нервозность. Ребенок совершает лишние движения, суетится без причины
- Особенности взгляда: ускользящий взор, не смотрит в глаза.
- Очень пристальный, немигающий взгляд, изучающий Вашу реакцию на его слова.
- Жест, прикрывающий рот рукой, как будто не хочет, чтобы лживые слова вылетели из его рта.
- Неточность, путаность речи.
- Многословие, отсутствие четких формулировок.
- Говорит много и ни о чем, не отвечает на вопрос конкретно.
- Многократное повторение одной и той же мысли.
- Излишняя эмоциональность, когда ребенок кричит, нервничает.

### **Причины лживого поведения**

#### **Лжет:**

- для того, чтобы избежать наказания;
- потому что у ребенка такая вредная привычка;

- потому что родился лгуном;
- потому что хочет получить какую-то выгоду;
- потому что считает других глупее себя;
- хочет сэкономить время на ненужных объяснениях;
- потому что боится, что о нем плохо подумают;
- потому что говорит не то, что думает, а то, что от него хотят услышать;
- потому что хочет казаться лучше, чем на самом деле;
- от бессилия изменить что-то в своей жизни.

Успехов Вам в воспитании правдивого ребенка!