**«Как научить детей говорить правду?»**

****

Каждый родитель когда-нибудь сталкивался с ситуацией, когда ребёнок лжёт. Для ребенка это один из способов приспособления к жизни в обществе, хотя и неодобряемый. Существует много причин почему ребенок врёт.

В возрасте до 6-7 лет детскую неправду в психологии называют детским фантазированием. Эта склонность определяется незрелостью, инфантильностью, не критичностью ребёнка. После 6-7 лет, когда у детей сформировались первые стереотипы поведения и первый этап школьной зрелости детское враньё определяется как детская ложь.

**Причины детской лжи:**

1. Самая частая причина – это состояние у ребёнка, которое определяется потребностью ***всё время быть лучшим.*** Это следствие того, что родители сами провоцируют детей быть лучшими. Обычно в речи таких родителей часто звучат такие фразы как «ты должен сделать это лучше…», «ты должен выиграть...», «ты не должен быть хуже…», «ты должен быть старательным учеником…», ты должен стать первым…» и т.п. То есть родители искусственно взращивают в своей речи конкуренцию, которая и является самой частой причиной детской лжи.

Конечно, родители делают это из добрых побуждений, стараясь мотивировать своего ребёнка, но такое поведение ведёт к «нездоровой» конкуренции у детей, невротической потребности быть лучшим. У ребёнка складывается ощущение, что в мире взрослых необходимо постоянно кого-то подавлять, чтобы стать лучшим. Не все дети могут понять, чтобы быть лучшим нужно проявлять больше усердия. Дети находят более простое, оптимальное решение – соврать.

1. ***Запреты.*** Причина большого количества родительских запретов – спешка. В процессе спешки маме легче запретить что-либо ребёнку в целях безопасности, чем вникнуть в ситуацию. Что происходит, когда родители всё время запрещают? Ребёнок вынужден хитрить и находить способы, как это получить.
2. ***Потребность соответствовать ожиданиям взрослых.*** Что бы не быть отвергнутым, лишённым родительского внимания, любви дети начинают привирать о том, что они те, кем на самом деле не являются. Это первые лики детской лжи.
3. ***Желание избежать наказания, стресса.*** Если родители наказывают ребёнка за правду, это приводит к тому, что ребёнок начинает скрывать правду ещё сильнее. Если вместо наказания ребёнку спокойно объяснить, что надо было сделать в этой ситуации, то потребность во лжи у него исчезает. Ребёнок понимает, что родитель принимает его несовершенство.
4. ***Дети копируют взрослых родителей.*** Когда родители говорят одно, а делают другое, не сдерживают обещания, этим самым они учат поступать ребёнка так же.
5. ***Дети врут, потому что хотят обратить на себя внимания родителей.*** В момент вранья ребёнок чувствует себя лучшим, «как такого можно не любить?» думает ребёнок. Он начинает притворятся идеальным, каким хотят видеть его родители. Внутренняя борьба между своей истинной сущностью и того образа, который хотят видеть родители может привести к серьёзным эмоциональным расстройствам у ребёнка.

**Формы детской лжи:**

Детская ложь проявляется, как и у взрослых, но есть свои особенности. Дети, когда врут они всегда ведут себя не так, как когда говорят правду. Поэтому **родителям важно изучить поведение ребёнка и его эмоции в состояние, когда ребёнок говорит правду**. В тот момент, когда ребёнок будет врать, у вас будет «лекало», с которым можно сопоставлять его поведение.

**Признаки детской лжи:**

* Переключение темы.
* Отсутствие зрительного контакта.
* Ребёнок морщится, ёрзает на стуле, дёргается.
* Смена голоса (становится более тихий, западающий).
* Тягучая речь.

**Как взрослым реагировать на детскую ложь:**

1. Во-первых, ***спокойно*** дать понять ребёнку, что вы знаете, что он лжёт. Что это не стоит вашего внимания, эмоционально дистанцироваться. **Важно не кричать в этот момент на ребёнка, чтобы не развить у него эмоциональную зависимость от наказания!**
2. **Снизить требование к ребёнку.** Для этого поможет следующее упражнение. Составьте список из 20 качеств, которые вы желает видеть у своего ребёнка. Затем составьте список качеств ребёнка, которые есть у него на данный момент времени. Третий список должен содержать перечень качеств, которые необходимо развить ребёнку, что бы он стал счастливым.
3. Научить ребёнка реагировать на несовпадение ожиданий по поводу себя, принимать и уважать свои недостатки. **В этом большую помощь может оказать работа психолога с ребёнком.**

Последствие лжи в детском возрасте всегда приводит к тревожности во взрослой жизни. Врущие дети вырастаю в абсолютно ведомых взрослых.

Правдивость в детском возрасте является основой действенности ребёнка во взрослом возрасте. Таким образом, когда ребёнок лжёт, он находится в состояние не действенности, хаотичного, «прыгающего» ума. Состояние действенности наступает только при условии, когда ум спокоен*.*

***Честность - основа ума и уверенности в себе, внутренней стабильности.***

***Материал подготовила педагог-психолог Зиброва Е.В.***

***на основе материалов Тарариной Е.В.***

***“Арт-терапия в работе с темой детской лжи».***