

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОДРОСТОК ЛЖЕТ?

Подростковая ложь – это сигнал о том, что с подростком что-то происходит. Если ребёнок использует обман не как средство защиты, а как нападения, значит, родители не контролируют ситуацию.

Ложь в подростковом возрасте – это всегда защитная реакция. Важно понять, от кого защищается подросток.

Почему подростки лгут?

Чтобы подростку решиться на обман, должна быть причина. Просто так подросток врать не будет. Они делают это по тем же причинам, что и взрослые: чтобы избежать неприятностей, сберечь чувства другого человека или чтобы казаться хорошими.

Стоит отметить, что ложь может быть как единичным случаем, так и ежедневной, когда обман входит уже в систему. В такой ситуации родителям прежде всего нужно успокоиться и выяснить причины происходящего. Как только станет известна реальная причина обмана, то можно легче справиться с ситуацией и добиться того, чтобы подросток говорил правду. Приведем примеры частых причин.

- *Привлечение к себе внимания.* Это бывает тогда, когда подросток не уверен в том, что он по-прежнему любим своими родителями или же интересен своим сверстникам. Может быть подросток думает, что с помощью лжи он сможет преодолеть барьер между собой и людьми, чьим мнением о себе он дорожит. И при этом не понимает, что может лишиться их доверия.

- *Авторитет родителей.* Дети могут врать родителям, чтобы не расстраивать их своими плохими оценками, своим нехорошим поведением. Поэтому они отмалчиваются, не договаривают, либо врут. Цель такой лжи – защита родителей от лишних переживаний и тревог.

- *Желание вырваться из-под контроля.* Когда ребёнок становится старше, у него появляется потребность в большей самостоятельности от взрослых. Ребёнок начинает создавать такое недоступное для всех пространство, где хозяйничать может только он сам. Иногда желание быть независимым приводит подростков к совершенно бессмысленной лжи. Просто у подростка происходит процесс формирования своей частной, личной жизни. Надо понимать, что это всего лишь процесс взросления, и родителям не стоит беспокоиться.

- *Обида на родителей.* Это случается, когда родители большую часть времени и внимания уделяют младшему ребёнку, решают свои взрослые проблемы, а подростка отдалили от семьи. Часто причиной вранья могут послужить какие-то события, которые более или менее являются существенными для подростка.

- *Значительные проблемы* в школе или в другой среде: не складываются отношения с одноклассниками, возникли трудности с учебным процессом или он попал в другую трудную жизненную ситуацию (денежный долг, необходимость помочь другу и др.). Его обстоятельства складываются «вне дома», но дерзко, неуважительно он начинает вести себя именно с родителями. А причина – неумение разрешить проблемы в одиночку.

- *Одиночество и замкнутость*. Зачастую тихие и замкнутые подростки сочиняют про себя истории, чтобы таким образом повысить мнение о себе в глазах сверстников, так как ребёнок считает свою жизнь однообразной и неинтересной. В подобном случае с подростком следует поговорить и сделать всё необходимое, чтобы у него повысилась самооценка.

- *Независимость и дерзость*. Иногда подростки врут, когда не хотят, чтобы родители вмешивались в их личное пространство. Если увлечения ребёнка не противоречат закону, не стоит запрещать или заниматься. Не надо спорить и давить своим родительским авторитетом, следует постараться узнать подробнее, чем подросток увлечён, чтобы быть в курсе событий и темы. В таком случае ваш ребёнок перестанет врать и будет больше уважать родителей за современные взгляды.

- *Ложь во спасение* или же ложь во благо в подростковом возрасте используется довольно часто. Это намеренное сокрытие информации, которая может ранить, расстроить, сделать больно, навредить другому человеку. Так как в этом возрасте дружбе придаётся особое значение, то солгать, чтобы в напряженные моменты спасти своих друзей – это, по мнению подростка, благородный поступок. Вполне искренне он будет считать, что не делает ничего плохого, используя для спасения ровесников ложь в любом виде – умолчание, отрицание очевидного.

- *Враньё с целью избежания наказания*. Это одна из самых распространенных причин среди подростков. Нередко встречается ситуация, когда ребёнок врёт, чтобы избежать наказания. В основном это происходит, если родители авторитарны и за проступки наказывают очень строго. Ребёнок боится наказания и вынужден скрывать правду. В таких случаях родителям нужно работать над собой и избавляться от таких недопустимых средств, как запугивание, угрозы, наказание физическим трудом, словесные оскорбления.

Как вести себя родителям, когда ребёнок лжет?

Если выяснилось, что ваш ребёнок солгал, не стоит реагировать излишне эмоционально. Скорее всего, это разовый случай и подросток больше не будет врать. Просто надо поговорить с ребёнком и объяснить, почему врать плохо. Важно объяснить, что правда рано или поздно будет выяснена, тогда будет очень стыдно.

Если же ребёнок врёт систематически, необходимо, в первую очередь, установить причину. Чаще всего ребёнок врёт из-за ошибок в воспитании при

отсутствии контакта с родителями. От привычки врать поможет только хорошее взаимопонимание и доверительные отношения с ребёнком.

Требуйте честность и правдивость. Родители должны четко обозначить свою позицию – «ложь в семье – плохо». Ведь любая, даже самая мелкая, ложь в общении с окружающими – это мина замедленного действия, подрывающая взаимное доверие. Если в семье присутствуют ложь, хвастовство, секреты друг от друга, то бороться с ложью ребенка бессмысленно, он лишь воспроизводит модель родительского поведения.

Поощряйте доверительное обсуждение. Чрезмерная жесткость и давление, острая эмоциональная реакция со стороны родителей могут лишь усугубить ситуацию. Нужно больше общаться с ребёнком, показывать, что ему доверяют и ждут ответного доверия. Бесполезно читать нотации, лучше открыто поговорить с ребёнком, высказать свое мнение о её недопустимости, задавать вопросы, которые будут подталкивать подростка размышлять о своей ответственности: «Что бы ты чувствовал, если бы я обманывала тебя?», «Как я могу тебе верить, если ты обманываешь?»

Станьте другом своему ребёнку. Чтобы решить проблему вранья у подростков, очень важна доверительная атмосфера и поддержка в семье. Важно стать другом для почти взрослого ребёнка. Тогда он сможет доверять родителям свои секреты и тайны, а семья сможет подсказать ему верное решение и уберечь от ошибок.

Всегда нужно помнить, что наши дети – это отражение нашего поведения, воспитания. Насколько мы честны сами, настолько и наши дети вырастут искренними и доверительными по отношению к нам.

Нужно ли обращаться к специалисту?

Если же всё-таки не удастся построить диалог, тогда нужно обращаться к специалисту, чтобы уже с его помощью разобраться в ситуации, понять причины поступка ребёнка и, возможно, найти собственные ошибки, допущенные в воспитании.

В Службе консультационной поддержки родителей «Семейный навигатор» Вы можете получить квалифицированную психолого-педагогическую помощь, записавшись на бесплатную консультацию к специалисту по телефону: 32-35-90.

© Белявская Светлана Леонидовна