

## Психология детской лжи

Ложь, обман, неправда – есть много слов, которые обозначают ситуацию, в которой человек не хочет или не может, по каким-либо причинам, сказать правду. И во многих ситуациях это нормально – зачастую легче соврать, чем выдать правдивую информацию и, тем самым, спровоцировать конфликт, обидеть собеседника или попасть в неловкое положение. При этом абсолютное большинство из нас не любят, когда нам врут и предпочитают понимать, в каких ситуациях нам сообщают правдивую информацию, а в каких – нет.

Учитывая всё это, естественно предположить, что по мере взросления и социализации детей, рано или поздно каждый ребёнок столкнётся с ситуацией, когда ему придётся соврать. Однако большинство родителей и педагогов считают, что это – неправильное поведение и пытаются воспитать детей так, чтобы они как можно чаще говорили правду. И здесь возникает логический парадокс: по мере взросления ребенок усваивает то, что врать нехорошо, однако его жизненный опыт подсказывает ему, что в определённых ситуациях ложь принесёт намного больше пользы, чем правда. И в такой непростой ситуации каждый ребенок учится понимать, когда можно немного приврать, а когда – лучше сказать правду.

Психологи считают, что до 3-х лет человек не может врать, т.к. он ещё не понимает, что такое правда или ложь. Он выражает все свои потребности напрямую – при помощи различных звуков, слов, жестов, мимики, криков и т.д.

В возрасте 4-5 лет, у дошкольников бурно развивается воображение, и они могут нафантазировать себе то, чего на самом деле нет. Однако, это ещё нельзя назвать обманом, потому что сами дети зачастую не осознают, что врут.

В возрасте 7-8 лет, когда дети поступают в школу, они уже могут отличать фантазии от реальности и знают, что такое «хорошо», а что такое «плохо». В этом возрасте дети знают, что врать нехорошо, потому что: а) это не нравится взрослым и за это они могут наказать; б) врунам не доверяют и не хотят дружить. И именно в этом возрасте у младших школьников появляются причины для того, чтобы говорить неправду. Основными причинами для обмана со стороны детей и подростков могут выступать:

1) **Страх** – возможно, основная причина для обмана как среди взрослых, так и, особенно, среди детей. Дети и подростки врут, чтобы избежать наказания – они боятся, что если скажут правду, то им могут сделать больно (физически или

психологически). Чаще всего, обман из-за страха формируется под влиянием жесткого воспитания со стороны родителей. Чем более агрессивно ведут себя родители по отношению к детям и чем строже они наказывают своих детей за самый незначительный проступок – тем больше вероятность, что ребенок будет вынужден научиться врать, просто чтобы избежать вреда для себя.

2) **Избегание запретов** – многие дети по мере взросления часто сталкиваются с большим количеством запретов, которые хочется избежать. В зависимости от особенностей воспитания и семейных традиций, запреты могут быть самые разные – запрет на сладкое, компьютерные игры, прогулки с друзьями по вечерам и т.д. И если ребенок не может смириться с подобными лишениями – он начинает врать, придумывать отмазки или несуществующие причины, чтобы заполнить то, что он хочет.

3) **Протест** – также с запретом связан и следующая причина обмана, которая чаще встречается уже в подростковом возрасте. Подростки или младшеклассники с «трудным» характером часто врут родителям, педагогам или другим окружающим их людям просто потому, что знают – это плохо, окружающим это не нравится. И посредством обмана такие ребята добиваются своего, то есть выражают протест против окружающих подобным способом.

4) **Потребность в заботе** – одной из причин для лжи со стороны ребёнка или подростка часто выступает желание того, чтобы их похвалили или показали свою любовь со стороны родителей или других, важных для ребенка, личностей. У таких детей не выходит получить любовь и заботу со стороны окружающих «честными» способами или же они просто не знают, как это сделать без обмана. Поэтому им приходится идти на различные ухищрения, в том числе и ложь, просто чтобы увидеть, что про них помнят и их ценят.

5) **Самоутверждение** – схожей причиной выступает, и желание ребенка самоутвердиться, то есть выглядеть в глазах своих друзей, одноклассников или взрослых умным, талантливым, смелым и т.д. Такой школьник может хвастаться тем, чего нет (например, тем, что у него богатые родители, которые купили ему дорогой компьютер). И опять же, как и в случае с предыдущей причиной – ребенок не будет знать, как добиться признания со стороны других честным способом, без обмана. Подобная ложь характерна для детей с низкой самооценкой, зачастую из неблагополучных семей.

6) **Пример со стороны взрослых** – ещё одна важная причина, которая сказывается на поведении школьников с самого раннего детства – это, конечно же, пример со стороны родителей или других значимых близких. В предыдущих выпусках о психологических особенностях школьников разных возрастов, я неоднократно упоминал о том, что поведение взрослого человека, то, как он ведёт себя по отношению к ребенку и окружающему миру – это самый главный пример для самого ребенка. И осознанно или нет, но ребенок будет копировать манеру своих близких с самого раннего возраста. Поэтому, часто причиной детской лжи

выступает не желание чего-то добиться или наоборот, чего-то избежать, а пример со стороны родителей.

Один из самых интересных вопросов, которые интересуют людей – как распознать, когда окружающие врут? И конечно, это важный аспект в работе социальных педагогов, которым часто приходится сталкиваться с ситуациями, когда школьники по тем или иным причинам не готовы сказать правду. Стоит сказать, что изучение психологии обмана – это сложный и долгий процесс, и для того, чтобы научиться распознавать ложь нужно много практики, хорошо развитое внимание и наблюдательность. Однако, существует ряд психических и физиологических реакций, наличие которых может с определённой точностью указывать на то, что взрослый или ребенок лгут. Данные реакции или признаки, приведены ниже в таблице

<b>Физиологические признаки</b>	<b>Поведенческие признаки</b>	<b>Вербальные (речевые) признаки</b>
Тяжелое или частое дыхание	Потирание или почёсывание рук	Изменение громкости и тона голоса (чаще всего высокий голос)
Напряженные губы или их дрожание	Частое касание различных частей лица	Изменение скорости речи (чаще всего ускоряется)
Дрожь в голосе	Суевливые или беспорядочные движения	Нежелание или отказ обсуждать спорную тему
Заикание (если это не дефект речи)	Спрятанные руки (за спиной, в карманах, под столом)	Попытки давать уклончивые ответы на вопросы
Частое сглатывание слюны	Опущенная голова	Чрезмерные попытки доказать свою правоту (поиск оправданий, доказательство невиновности)
Учащённое моргание глаз	Улыбка не впопад	Нужно много времени на обдумывание ответов
Изменение цвета лица или шеи (может быть покраснение или побледнение)	Покусывание губ или ногтей	Проявление агрессии в речи (грубый тон, оскорбления)

В заключении важно отметить необходимость правильно выстроенной работы с учениками разных возрастов, если вы хотите, чтобы дети как можно чаще говорили правду и избегали соблазна прибегать ко лжи. Для этого можно использовать следующие рекомендации, которые хорошо подходят в работе с детьми разных возрастов.

1. **Показывайте ребенку, что вы цените его и любите.** Важно делать это так, чтобы у ребенка не возникало ощущение того, что ему не хватает поддержки со стороны близких людей. Также не стоит забывать и о том, что подобная забота должна быть безусловной, то есть ребенку не обязательно постоянно добиваться каких-то успехов, чтобы заслужить вашу любовь и уважение.
2. **Подавайте правильный пример.** И снова, наше поведение как взрослых людей – это самый главный пример для любого ребенка. Дети смотрят на нас, своих родителей, родственников, педагогов и учителей и постоянно пытаются применить в своей жизни те или иные модели поведения. И если ребенок считает вас важным человеком для себя, он уважает и ценит вас – значит, ваше поведение он будет копировать в том числе. Поэтому, если хотите научить ребенка говорить правду – говорите правду! Как можно чаще.
3. **Поощряйте ребенка, когда он говорит правду.** Важно воспитывать в маленьких детях и школьниках смелость и, помогать преодолевать страх сказать правду, когда за это может последовать наказание. Многие дети не хотят врать, потому что считают это неправильным, однако страх перед наказанием намного сильнее. В таких ситуациях, даже если вы знаете, что услышите от ребенка что-то неприятное – важно принять эту информацию спокойно, без лишнего раздражения. Такие фразы как «я тебя слышу», «не переживай, расскажи мне всё» и другие помогут вам наладить контакт с ребенком в подобный момент.
4. **Не провоцируйте на ложь.** Как продолжение предыдущего пункта, старайтесь своим поведением располагать ребенка к себе и не вызывать у него желания соврать. В такие моменты нельзя повышать голос, использовать грубый юмор или сарказм, постоянно перебивать и прочее. Например, если вы считаете, что ребенок совершил какой-то проступок, и хотите в этом убедиться, то не стоит фразы вроде «Опять ты что-то натворил. Рассказывай, быстро». Подобная манера быстро отобьет желание сообщать правду. Лучше сказать «Я знаю, что что-то случилось. Поделись со мной, и мы подумаем, как это исправить». Такая фраза уже вызывает доверие и желание поделиться.
5. **Всегда держите своё слово.** Помня о том, что наше поведение – важный пример для детей, нужно учиться ответственности за свои слова. Если вы что-то обещали ребенку и не смогли этого выполнить – надо спокойно объяснить причину этого и извиниться. Особенно это важно при общении с дошкольниками и младшими школьниками, так как они очень быстро усваивают то, что за невыполненные обещания нужно нести ответственность – ведь так поступают взрослые люди.

## Литература

- Спирица Е. Психология лжи и обмана. СПб.: Питер, 2017.
- Экман П. Психология лжи. – СПб, 2000.
- Экман П. Почему дети лгут? – М., 1993.