

## Kłamstwo u dzieci – jak je rozumieć, jakie strategie stosować?

### Kłamstwo u dzieci – jak je rozumieć, jakie strategie stosować?

#### Dzieci kłamią z wielu różnych powodów, min. aby:

- zadowolić swoich rodziców,
- uniknąć kary, kłopotów,
- pomóc przyjacielowi,
- zwrócić na siebie uwagę,
- ukryć zawstydzenie lub inne trudne uczucia,
- podnieść poczucie własnej wartości, godności,
- zaimponować kolegom, zyskać akceptację grupy.

#### Inne ważne przyczyny to:

- naśladowanie dorosłej osoby z rodziny (np. ojciec mówi do syna: *Powiedz im, że nie ma mnie w domu*),
- wiara w to, że fantazja jest prawdą (zwłaszcza młodsze dzieci),
- chęć uzyskania większej niezależności (szczególnie nastolatki).

#### Pamiętaj!

Kłamstwa dziecka mogą mieć charakter adaptacyjny, np. gdy rodzic ma wobec dziecka oczekiwania nieadekwatne do jego wieku i możliwości, jednocześnie surowo karząc nieposłuszeństwo. Kłamstwo, do którego ucieka się wówczas dziecko, może być najlepszym – choć na pewno tymczasowym – rozwiązaniem trudnej sytuacji, w jakiej się znalazło. Np. ojciec 4-letniego chłopca wymaga, by ten po każdej zabawie, nawet bardzo emocjonującej, natychmiast pozbiierał i poukładał zabawki. *Sprzątnąłeś?* – pyta syna z kuchni. *Tak* – odpowiada malec, choć nie jest to wcale zgodne z prawdą.

**Stawiając wymagania, uwzględnij możliwości dziecka!**

#### Co mogę zrobić? Jak zareagować, by nie wzmacniać takiego zachowania?

- Mów dziecku, że oczekujesz, by mówiło prawdę.
- Bądź dla dziecka wzorem. Nie okłamuj, nie oszukuj, np. nie zaniżaj wieku dziecka, by otrzymać zniżkę w kinie, restauracji, na basenie.
- Ucz dziecko odpowiedzialności za podejmowane działania. Jeśli wylało mleko, proś, by pomogło posprzątać lub by samo posprzątało.
- Naucz dziecko, dlaczego ważne jest mówienie prawdy, np.: *Dzięki temu, że będziesz mówił prawdę, ludzie będą mieli do ciebie zaufanie.*

- Bądź uczciwy i szczery. Jeśli nie jesteś pewny, że dziecko kłamie, możesz np. powiedzieć: *To mi nie brzmi jak prawda.*
- Zauważ, kiedy dziecko mówi prawdę, i docień to. Okaż jak bardzo jesteś zadowolony.
- Nie nazywaj dziecka „kłamcą”. Takie etykietowanie wzmacnia tendencję do utrwalania danego zachowania.
- Okaż dziecku, że rozumiesz, iż niektóre jego kłamstwa naprawdę wyrażają jego pragnienie. Gdy dziecko np. okłamuje rówieśników, że posiada komputer, możesz powiedzieć: *Widzę, że bardzo chciałbyś mieć komputer, tak jak twoi koledzy.*
- Naucz dziecko różnicy między prawdą a fantazją, np.: *O! To była naprawdę niezła historia!* lub: *Masz dar opowiadania ciekawych historii.*
- Daj starszemu dziecku trochę prywatności. Nie zadawaj zbyt wielu pytań. Stwórz warunki, by nastolatek sam mógł przyjść do ciebie z ważnymi sprawami.
- Nie zadawaj oczywistych pytań, gdy wiesz, że dziecko popełniło błąd lub nieodpowiednio się zachowało. Zamiast: *Kto używał moich kosmetyków?* możesz powiedzieć: *Jestem zawiedziona, że ruszałaś bez pytania moje kosmetyki. Jeśli dziecko zaprzeczy, odwołaj się do faktów: Moje szminki leżą rozrzucone, ślady pudru są na toalecie, a ty masz podmalowane oczy. Chcę o tym porozmawiać, kiedy tylko będziesz gotowa.*
- Nie obwiniaj. Skup się na poszukiwaniu rozwiązań, np.: *Nie chcę dochodzić, jak to się stało. Zastanówmy się, co teraz możemy zrobić.*

### Pamiętaj!

Jeśli masz poczucie, że dziecko kłamie, by pozyskać Twoją uwagę, odłóż rozmowę na temat kłamstwa na kiedy indziej. Dzięki temu nie nagradzasz dziecka i nie zaspokajasz w ten sposób jego potrzeby bycia zauważonym i ważnym.

Omówione kwestie stanowią fragment publikacji zawartej w materiałach wydawnictwa RAABE

„Trudne sytuacje w szkole podstawowej”