**Что делать, если ребенок врет: советы психолога**

Большинство родителей рано или поздно сталкивается с враньем любимого ребенка. Есть возрастные особенности детской лжи в зависимости от возраста ребенка нужно правильно на нее реагировать.

**3-5 лет: фантазирование**

Основная задача [этого возраста](https://deti.mail.ru/article/lyudmila-petranovskaya-kak-perezhit-krizis-treh-le/) – познание мира через игру. Чудесный̆ возраст, когда ребенок кажется себе всемогущим, он – центр Вселенной̆, а по орбитам движутся мама и папа, дедушки, бабушки и все прочие. Самый̆ распространённый̆ в этот период вид вранья – [фантазирование](https://deti.mail.ru/article/yudmila-petranovskaya-nashi-detsady-ne-sposobstvuy/). Ребенок еще не может отличить реальное от выдуманного и искренне верит в то, что видел лиловую собаку или плавающий̆ поезд.

**Что делать?**

Ни в коем случае не обвиняйте ребенка во лжи. Вместе с тем, не стоит поддерживать его фантазийную картину мира. Если будете поощрять ее, то со временем у ребенка может сформироваться магическое мышление или возникнут проблемы с тестированием реальности (когда человек видит то, чего нет, и верит в то, чего не существует). Если ребенок пытается настоять на своем, мягко, но настойчиво говорите о том, что такого в природе не бывает.

**7-10 лет: вранье из-за боязни наказания**

Это [стабильный̆ период](https://deti.mail.ru/article/lyudmila-petranovskaya-v-6-7-let-roditeli-dlya-det/) в жизни детей̆, когда вся психическая энергия направлена на познание окружающего мира. Основная задача этого возраста – получение знаний. В основном, дети врут в этом возрасте из-за страха наказания или чтобы не разочаровать родителей̆.

**Что делать?**

Если ребенок врет из-за страха [наказания](https://deti.mail.ru/article/kak-mozhno-i-kak-nelzya-nakazyvat-rebyonka-mnenie-/), то стоит полностью [пересмотреть](https://deti.mail.ru/article/5-sposobov-zamenit-nakazaniya-dlya-rebenka/) вашу стратегию воспитания. [Телесные наказания](https://deti.mail.ru/article/rozga-um-vostrit-kak-nakazyvali-detej-na-rusi/) должны быть исключены. Они унизительны для ребенка, плохо влияют на его самооценку и формируют у него психологию жертвы.

Единственный приемлемый вид наказания – лишение интернета или карманных денег, но не глобально, а на один-три дня.

У детей̆ нет временной̆ перспективы, поэтому для них неделя – это все равно, что для взрослого год.

Если же причина в том, что ребенок не хочет разочаровать родителей̆, то стоит честно ответить на вопросы: зачем вам его достижения, что случится, если ваш ребенок не будет успешным, как изменится ваше отношение к нему?

**10-13 лет: неправда ради привлечения внимания**

Время активного роста, когда ребенок меняется внешне и внутренне. Основная задача [этого возраста](https://deti.mail.ru/article/lyudmila-petranovskaya-8-12-let-luchshij-period-v-/)– найти ту деятельность, которая будет интересна. Не стоит бояться резких смен увлечений ребенка, от плавания и лёгкой̆ атлетики до плетения макраме и выжигания по дереву. Все это впоследствии пригодится, даже если ребенок поймёт, что ему это не интересно. Основной̆ вид лжи в этом возрасте – ложь для привлечения внимания.

**Что делать?**

Вам кажется, что ребенок уже совсем взрослый̆, но в этом возрасте он все еще очень нуждается в папе и маме. И если ваша дочь говорит о том, что у нее болит живот, возможно, ей̆ это нужно не для того, чтобы не пойти в школу, а для того, чтобы вечно занятая мама уделила ей̆ время.

**14-17 лет: лгать, чтобы отгородиться от родителей̆**

Старший̆ подростковый̆ возраст, когда гормоны бушуют. Ребенок кажется совсем взрослым, но сильные эмоциональные переживания как будто [ураганом сносят](https://deti.mail.ru/article/isterika-u-podrostka-chto-delat/) его пока еще слабую психическую броню.

Это [возраст](https://deti.mail.ru/article/lyudmila-petranovskaya-o-tom-kak-zashitit-detej-ot/)общения со сверстниками, появления интереса к противоположному полу и сепарации от родителей̆. Оценки падают, внешний̆ вид пугает, кто-то перестает мыться, а кто-то, наоборот, все время проводит у зеркала, переживая из-за так не вовремя выскочившего прыща. Основной̆ вид лжи в это время – ложь ради собственного благополучия/выгоды или нежелания пускать родителей̆ в свой мир.

**Что делать?**

Когда речь идет о выгоде или благополучии, и взрослый̆ соврет. Отнеситесь к такой̆ лжи с пониманием. Например, мама дает деньги подростку на репетитора. Он тратит их на себя, а занятие с репетитором пропускает. Мама спрашивает, как прошло занятие, ребенок заверяет, что хорошо. Тут и ложь ради благополучия (мама не будет ругаться), и ради выгоды (деньги потрачены в кафе).

Если же ребенок врет из-за нежелания пускать родителей̆ в свой мир, то тут только один выход – отстать, отпустить подростка, перестать быть контролирующими и гиперопекающими родителями.

В этот период самое главное – не потерять доверие своего ребенка.

Говорите с ним о том, что он имеет право на ошибку, но вы в любой̆ ситуации готовы помочь и поддержать его, если потребуется.

В любом возрасте главная задача родителей̆ – осознать причину, по которой̆ ребенок говорит неправду. Тогда у вас появляется шанс исправить ситуацию. Не стоит искать в детском вранье какие-то сверхсюжеты, например, «он делает это мне назло» или «она хочет довести до инфаркта бабушку». Дети по своей̆ сути очень честны, им не доставляет удовольствия врать.