**ПОЧЕМУ ДЕТИ ВРУТ**

Вы когда-нибудь врали? Конечно да. Нет ни одного человека на планете, который бы нарочно или случайно не врал или не привирал. А ваши дети? Это особенно фрустрирует, когда ваши дети врут вам. Наверняка, вы говорили им, что врать это хуже, чем то, что они сделали и пытались этой ложью прикрыть.

Так почему дети врут? Ответ не так очевиден, как кажется. Мы, взрослые, врем, причем постоянно. Извините, но это правда и это одна из причин, почему дети врут. Как часто вы говорили своим детям, что все в порядке, хотя сами были чем-то сильно расстроены? Говорили ли вы хотя раз людям, продающим товары или услуги по телефону, что вы заняты и не можете сейчас говорить? Иногда ложь используется, чтобы семья казалась идеальной, чтобы все вокруг считали, что у вас все в порядке. Если вдруг один из членов семьи находится в проблемной ситуации (например, испытывает трудности в учебе, страдает зависимостью, не поступил в «правильный» институт), семья начинает это скрывать. Это нормально для них считать, что другие все равно не поймут через что им приходиться проходить, может быть их начнут жалеть или осуждать. Тогда ребенок становятся частью системы, которая хранит семейный секрет и учится тому, что проблемы и испытания и все что отличается от «идеальной картинки» неприемлемо и этим нельзя делиться с другими. Иногда люди лгут, чтобы защитить людей или не задеть их чувства. Дети не исключение, к тому же они очень проницательны.

Наше Я очень хрупкое и нам хочется, чтобы нас воспринимали правильными и хорошими, почти идеальными, что бы это ни значило. А раз так, то нашими словами и действиями мы неосознанно учим наших детей лгать. Ложь может принимать разные формы. Вот виды лжи, которая связана с высокими ожиданиями взрослых от детей:

1. Прямая ложь – «Нет, я этого не делал-(а).»

2. Выдумки – создание вымышленной истории.

3. Извинение – «У меня не было времени, я так устал-(а)…»

4. Плагиат – копировать чью-то работу и выдавать её за свою.

5. Намеренное замалчивание – упускать из виду важные детали.

6. Минимизация – заставлять звучать проблему менее важно . Вот две большие причины, по которым дети лгут: они не хотят разочаровывать своих родителей или у них проблема, которую они не знают, как решить. И эти две причины тесно связаны. У вас высокие ожидания относительно детей. Это прекрасно! Проблемы начинаются там, где заканчивается терпение к ситуациям, которые не соответствуют идеальным. Будь это занятия, оценки, общение с братьями/сестрами, поздно ложиться спать – что бы то ни было, но все это не может всегда быть идеальным. Ваши дети знают о ваших ожиданиях. Вы говори об этом так много раз, что они вздыхают, закатывают глаза или выключаются или все вместе и сразу. Они знают, что получили плохую оценку, причин может быть много: Слишком сложное задание. Было скучно. Хотелось заняться другим. Из чувства сопротивления. Слишком большая нагрузка и напряжение. Может быть присутствуют фрустрация, тревога, напряжение из-за школы, семьи или социальных отношений. Развод, болезнь, химические зависимости (их собственные, ваши или их друзей) Какой бы ни была причина, осознает ли ребенок эту причину или нет, он борется с чем-то. Он может быть разочарован собой и не хочет разочаровывать вас. И здесь рождается ложь. До тех пора пока это происходит, вашему ребенку важно, что вы думаете о нем. Ребенок страдает, теряя ваше доверие и одобрение. Это не означает, что вы должны одобрять все, что делает ребенок. Вовсе нет! Вопрос в том, как вы обсуждаете случившееся. Итак, мы как всегда возвращаемся к слушанию, пониманию и разговору о трудных вещах с любовью. Когда вы больше слушаете нежели говорите, вы даете ребенку шанс обработать его эмоции и осознать их. А затем ребенку будет легче трезво все обдумывать и прийти к решению. Когда вы понимаете эмоции ребенка («это звучит как будто ты…», «это должно быть…», «это нормально, чувствовать себя так…»), то ребенок чувствует, что с его эмоциями все в порядке. Когда вы отвечаете без упреков, критики и осуждения, вы говорите, что ошибки случаются, и вы любите его вне зависимости от них. Ему не обязательно быть идеальным, чтобы его любили. Когда вы все это делаете, то строите доверие…а с доверием ребенку больше не обязательно врать.