

"Мой сын все время мне врет - по любому поводу, в таких ситуациях, когда этого можно было бы и не делать". Что делать в такой ситуации?

- Предполагайте честность и требуйте правдивости. Постоянно объясняйте свое отношение к честности: 'Все в нашей семье должны быть честными друг с другом'. Но перед этим подумайте, какой пример честности подаете вы. Используете ли вы сами 'невинную' ложь? Просили, чтобы ваш ребенок ответил по телефону, что вас нет дома, когда вы есть? Всегда ли возвращаете лишние деньги, если вам неправильно дали сдачу? Покупали ли билеты куда-нибудь по цене для детей (до 12 лет), когда вашему уже 13? Хвастаетесь дома, если вам удалось где-нибудь кого-нибудь на чем-нибудь? Вот-вот, каждый раз, делая так, вы позволяете своему 'благодарному ученику' делать так же. Начните с себя.
- Проанализируйте, почему он обманывает, и выявите причину. Как правило, подросток начинает врать в первую очередь для того, чтобы привлечь к себе внимание родителей, взрослых, друзей. На втором месте зависть, отчаяние, обида или злость. А на третьем - страх перед наказанием или боязнь подвести родителей. Причем прямой вопрос на эту тему не срабатывает: они, как правило, сами точно не знают настоящих причин постоянного вранья. Проанализируйте сами: когда началось вранье? в чем он обычно обманывает? кому он врет - всем или только некоторым? почему?
- Задавайте вопросы, которые помогут ребенку самому понять, что это неправильно, и дождитесь на них ответа. Например: 'Что будет, если в нашей семье все начнут друг друга обманывать?', 'Что бы ты чувствовал, если бы я обманывала тебя?', 'Если ты не будешь держать слово, как я могу верить тебе?', 'Если я тебе наобещаю что-нибудь очень важное для тебя, а потом скажу, что наврала?' и т. д.
- Не реагируйте слишком остро на преувеличение или искажение правды. Это, конечно, легче сказать, чем сделать, но, стоит повториться, подростки часто обманывают, чтобы привлечь внимание. Если ваш ребенок поступил именно так, постарайтесь сохранить спокойствие - от вашего крика и причитаний ему захочется только сбежать куда подальше, но никак не стать честным. И относитесь к его интересам лояльнее - не устраивайте взбучку за каждое мелкое нарушение или непослушание, не то ему легче будет соврать, чем рассказать вам правду.
- Объясните, почему вранье - плохо. Да-да, вашему большому сыну (дочке) это тоже нужно. Подойдите к вопросу прямо и приведите веские аргументы: вранье может привести к неприятностям, а может -

и к очень большим неприятностям; репутация тоже страдает, и очень; это обижает, особенно самых близких людей, и т. д. Для наглядности включите фантазию и придумайте какой-нибудь эпизод, который приведет к резко отрицательным последствиям и который подействует именно на вашего ребенка.

- Введите 'штраф' за ложь. Причем выберите такой метод, чтобы ваш сын (дочка) не начал вас бояться (и опять-таки врать), а расхотел обманывать. Например: пусть каждый раз, обманув, пишет письменно извинения 'пострадавшему' - матери, отцу, брату, сестре. Или небольшое сочинение с изложением, по крайней мере, пяти доводов о пагубности вранья (и вам полезно будет почитать, чтобы понять ребенка) - может, ему легче будет сказать правду?

по материалам сайта:

https://school29.edu.yar.ru/docs/2017/stranitsa_psihologa/3/30_shagov_roditeley_k_podrostku.pdf