دروغگویی
در کودکان 3 تا 5 ساله

دروغگویی بین کودکان بسیار شایع است و به شکل های مختلفی مانند غلو کردن، تغییر دادن واقعیات، سرهم بندی داستان یا تنها انکار کردن آنچه بزرگترها می گویند حقیقت دارد، است. اما در واقع این دروغ گفتن به حساب نمی آیند. فرق این با دروغگویی واقعی این است که در دروغگویی واقعی شخص عمدا چیزی می گوید که می داند غلط است، ولی برای پنهان کردن واقعیت آن را به زبان می آورد.

چرا کودکان دروغ می گویند؟

بعضی دلایل دروغ گفتن کودکان به این قرارند:

ترس: کودکان می ترسند که پدر و مادرشان را ناراحت کنند و تنبیه شوند. آن ها به تدریج یاد می گیرند که اگر کاری را اشتباه انجام ندهند، پدر و مادرشان هم ناراحت نمی شوند و در نتیجه تنبیهی در کار نخواهد بود.

تقلید: کودکان دروغ گفتن بزرگترها را می بینند و فکر می کنند که این کار درست است. بزرگترها ممکن است به مصلحت دروغی بگویند یا برای انجام ندادن کاری بهانه بیاورند. اما کودکان فرق میان انواع دروغ را درک نمی کنند.

عادت: ممکن است به دلیل تکرار زیاد، دروغ گفتن به صورت عادت دربیاید.

آرزوی واقعیت داشتن چیزی: ممکن است کودک فقط آرزو می کند چیزی واقعیت داشت و آنگاه به زبان آوردن آن آرزو به او کمک می کند که باور کند واقعا این طور است. مثل وقتی که کودکتان می گوید "من نکردم" و شما می دانید که کار او بوده است.

آیا دروغ گفتن را باید تنبیه کرد؟

این سئوال را به سادگی نمی توان جواب داد. شاید شما به خاطر وظیفه پدر و مادری کودک را به خاطر دروغش تنبیه کنید ولی کودک ممکن است فکر کند که تنبیه به خاطر دروغش نبوده بلکه به خاطر این بوده که شما فهمیده اید چه کار کرده است. اگر کودک به خاطر ترس از تنبیه دروغ می گوید، تنبیه او احتمال این که در آینده باز هم دروغ بگوید را بالا می برد!

وقتی دروغگویی مشکلی جدی باشد برای کودکان بزرگ

گاهی دروغگویی علامت مشکل دیگری است. کودکانی که همیشه دروغ می گویند ممکن است مشکلی مانند موارد زیر داشته باشند:

- دزدی و تقلب
- عصبی بودن
- فرار از مدرسه
- مشکل در دوست پیدا کردن و سایر مسائل اجتماعی

با دکتر کودکتان در مورد این مسائل مشورت کنید

پدر و مادرها چه کار می توانند بکنند؟

سعی کنید دلیل دروغ گفتن را پیدا کنید. این به شما در دانشتن کمک خواهد کرد که چه کار باید کرد.

سعی کنید به کودک بفهمانید که چه اتفاقی افتاده است. گفتن این که کاش این طور نشده بود یا سرپوش گذاشتن روی عمل، واقعیت را عوض نمی کند. به جای آن به کودک بگویید " داری می گویی توی خانه خاک و گل نیاوردی، ولی نگاه کن، این جا گل شده و کفش های تو کثیف است."

وقتی کودکتان اشتباه کوچکی می کند، با او مهربان باشید. به کودک کمک کنید بفهمد چه چیز اشتباه بوده است، و نشانش بدهید که گفتن واقعیت برایش عاقبت بدی ندارد. به کودک اطمینان بدهید که اگر بگوید واقعا چه شده است، شما عصبانی نمی شوید.

اگر کودک اشتباهی کرده است به او کمک کنید کار را درست کند. اگر کودکتان از بیرون به خانه خاک و گل آورده است، همراه او تمیز ش کنید. آن وقت کودک می فهمد که خاک و گل، کف خانه را کثیف کرده است.

برای راست گفتن به کودک جایزه بدهید. به کودک کمک کنید متوجه شود که شاید کارش غلط بوده ولی این که راست گفته کار خوبی کرده است. اگر کودک شما قبول کند که داخل خانه خاک و گل آورده است، به او بگوئید "آفرین که راستش را به من می گویی. حالا که زمین را گلی کرده ای باید به من کمک کنی تمیزش کنم."

Developed by L.A. Care Health Plan working with our contracted health plan partners. Together, we provide Medi-Cal managed care services in Los Angeles County.

تهیه شده از توسط L.A. Care Health Plan با همکاری شریک های برنامه های درمانی تحت قرارداد. ارائه دهنده مشترک خدمات مراقبت های هماهنگ Medi-Cal در کانتی Los Angeles.

LA0391 FA 01/08