

# «РЕБЕНКУ ВАЖНО ПОПРОБОВАТЬ ВРАТЬ, БЕЗ ЭТОГО НЕТ РАЗВИТИЯ»

## 3 совета измученным родителям

Что делать, если ребенок врет? Популярный семейный психолог Людмила Петрановская слышала этот родительский вопрос тысячи раз. К счастью, у нее есть чем нас успокоить.

### ◆ Врут все

Начать надо с того, что врут не только дети, — врут все. Это общечеловеческая особенность. Если кто-то себе или другому говорит, что он не врет, это он скорее всего врет. Ложь — важная социальная технология, необходимая каждому человеку. Это своеобразная социальная смазка, которая нужна, чтобы избежать конфликтов в общении с другими и с самим собой. Когда вранья слишком много, оно мешает разрешать конфликты.

Вместо того чтобы обсуждать и решать проблемы, мы врем.

Но бывает, ложь помогает избегать избыточных конфликтов. Потому что если бы мы конфликтовали каждый раз, когда у нас возникает какое-то противоречие, мы наверное только и делали бы, что выясняли отношения.

Теперь про детей. Ложь — технология сложная: она требует анализа ситуации, оценки рисков, оценки значимости отношений, готовности пойти на обострение, например, если это того стоит. Мы не можем ожидать, что такая сложная вещь сваливается на человека, как дар на голову, или подгружается, как программа. Так не бывает. Мы осваиваем ее годами, сначала проходя примитивные уровни, совершая ошибки, попадая впросак.

Если мы хотим, чтобы взрослый человек умел пользоваться ложью толково, то есть оценивал, когда нужно и когда не нужно, в какой степени и что большее зло — соврать или не соврать, — мы понимаем, что этому нужно учиться. И начинать учиться надо в детстве и с очень простых случаев, например: «Ты помыл руки?» — «Да, помыл», — хотя на самом деле он не мыл. Ребенок обнаруживает для себя потрясающую вещь, требующую определенного развития мышления: можно сказать то, чего на самом деле не существует.

### ◆ Тренировка магического мышления

Первая ложь случается где-то в районе трех-четырёх-пяти лет. Это одно из ранних открытий, что язык позволяет не только описывать то, что есть в реальности, но и для того, чтобы скрывать. И многие дети приходят от этого в полный восторг. Это как игрушка, которую они начинают направо-налево использовать. И тут главное, чтобы родители не начали вставать в позу и упрекать ребенка в нарушении десятой заповеди.

Первая ложь — это не вранье в чистом виде. Ребенок просто говорит то, что ему хочется, чтобы было.

Например, он что-то разбил или сломал, и когда спрашивают: «Кто это?» — он говорит «Не я!» Он на самом деле хочет, чтобы это был не он. Он хочет быть невиновным. Включается детское магическое мышление: если он словами опишет ситуацию, как он хочет ее видеть, она такой и станет.

Теперь давайте сформулируем как задачу: что ребенок должен понять на этом этапе? А на этом этапе он должен понять, что от того, что ты говоришь «халва», слаще не станет. Да, язык может описывать то, чего нет в действительности, но это не способно менять действительность само по себе.

Надо обратить внимание, что именно в этом возрасте, в районе 4–6 лет, дети получают огромную порцию одобряемых примеров магического мышления. Те же самые родители, которые ругают ребенка за то, что он соврал, могут с удовольствием читать ему сказки, где все, что пожелали словами, изменило действительность к лучшему. Они рассказывают про Деда Мороза и Зубную

Фею. Говорят «у кошки болит, у собаки болит, а у тебя не болит», и коленка должна перестать болеть.

Это же тоже про магическое воздействие слов. Но одновременно мы хотим, чтобы в каких-то других случаях ребенок эту магию не использовал. Получается двойной стандарт.

Как же реагировать родителю на вранье о немытых руках? Если мы видим, что руки не помыты, мы говорим: «Нет, я вижу, что руки ты не помыл, иди, помой». То есть мы не фиксируемся на этом: «Как ты мог соврать матери?! Как тебе не стыдно?!» Мы просто даем ему понять: слова — это слова, а реальность — это реальность. Наша задача — мягко показать ребенку, что так прямо магическое мышление не работает. От того, что ты сказал, так не будет.

Поэтому, поскольку дети в этом возрасте все-таки врут очень бесхитростно, имеет смысл просто игнорировать факт вранья и обращать его внимание на реальность: «Я же знаю, что это ты разбил, это очень плохо, так не делай, убери!» Мы просто обозначаем, безо всяких обвинений, без оскорблений, что мы, взрослые, различаем, где правда и где неправда. И тут совершенно лишнее «я вижу тебя насквозь». Тут как в сказке — «высоко сажу, далеко гляжу». И не стоит в раннем детском вранье искать серьезные проблемы во взаимоотношениях.

В этом возрасте ложь — чистый эксперимент с новой социальной технологией. Магическое мышление должно развиваться, это необходимый этап. У животных, к примеру, нет магического мышления.

#### ◆ Почему врут школьники

Следующий этап начинается после 7–8 лет, когда ребенок уже понимает: от того, что ты так скажешь, так оно не будет. Но он выбирает этот способ для того, чтобы в каком-то смысле упростить жизнь, это способ быстро решить проблему, не заморачиваясь. Ну, поставили двойку, а родители спрашивают: что в дневнике? И если скажет про двойку, то начнется: почему, да как не стыдно, да сделай еще дополнительное задание, да не будешь телевизор смотреть и так далее... Ему всего этого не хочется, и он говорит, что не спрашивали, что ничего не поставили. Это тот же случай, когда врут взрослые, когда ложь выполняет классическую функцию социальной смазки: я не хочу конфликта, не знаю, как с ним быть, я понимаю, что вслед за этим последуют какие-то неприятные разборки, у меня нет сил сейчас этим заниматься.

#### ◆ Кто кому «начальник»

Типичный случай, когда врут взрослые, — вранье начальству. Вам обязательно нужно не пойти в какой-то день на работу, но вы знаете: если назвать реальную причину, начальник будет недоволен. Поэтому проще сказать, что у вас температура. И когда врет ребенок, это знак того, что он вас воспринимает как начальника. Каждый из нас мечтает о таком начальнике, которому можно было бы иногда позвонить и сказать: «Знаешь, у меня нет температуры, но очень нужно сегодня не пойти на работу, что-то я чувствую перегруз и хочу прийти в норму». И я уверена, что есть такие начальники, которые могут сказать: «Да, конечно». Они доверяют своим подчиненным.

А есть такие начальники, которым не знаешь, как и сказать, что очень хочу побыть дома.

И многие родители ведут себя как начальники второго типа: они заранее не доверяют ребенку, заранее исходят из того, что он только и хочет от всего отлынивать и ничего не делать.

Они все время контролируют, и каждая ошибка, каждый проступок влечет за собой светопреставление, длительный вынос мозга, нотации, недовольства. Если родитель ведет себя как начальник, то ребенок ему, как начальнику, врет. Немножко по-детски.

Мне кажется, тут важно убедиться, что вы для своих детей не такой строгий и глупый начальник. Это первое. А второе: важно объяснить ребенку, что семья — это место, где ты можешь не врать. Именно в этом ее ценность. Близкие отношения для того и нужны, что в них ты можешь быть честным. Но если мы говорим «семья — это место доверия», а следом «я должен все про тебя знать, не смей мне никогда врать» — это противоречащие друг другу тезисы. Или — или.

Повторюсь, ложь, обман — сложная социальная технология, в том числе связанная с моральным выбором. Ребенок должен иметь возможность попробовать врать и сам принять решение, когда он врет, а когда он не врет.

Если мы в самом начале хотим сделать так, чтобы он никогда не врал, мы лишаем его возможности опробовать это. В том числе — испытать чувство неловкости, понять вторую сторону вранья.

Если ребенок продолжает врать, значит, ему так сейчас нужно. Очень часто дети врут, потому что искренне не хотят расстраивать родителей. И нужно думать о том, не слишком ли мы изображаем всевидящее око, и не потому ли он врет, что мы себя ведем как начальник. Часто же люди не замечают этого, думают, что если они не бегают за ребенком с ремнем, то они очень понимающие родители, вызывающие доверие. Это же можно делать и без наказаний. Можно эмоционально устраивать такую драму из любого пустяка, что ребенок десять раз подумает, прежде чем говорить что-то.

Что касается страхов, что ребенок может оказаться в сложной ситуации из-за вранья, то он и без вранья там может оказаться.

Мы не сможем проконтролировать все сложные ситуации, в которых, в принципе, могут оказаться наши дети. Ребенок может врать о том, сколько он сидел в Интернете или сделал ли он уроки, но при этом будет откровенным в более значимых вещах, в каких-то вещах, связанных с его переживаниями. С другой стороны, ребенок может совсем не врать и при этом попасть в историю.

#### ◆ Три совета измученным родителям

1. Помнить, что вранье — это социальная технология, и не паниковать из-за этого.
2. Не врать себе, что ты никогда не врешь и что вообще возможно не врать.
3. Смотреть на это как на задачу развития и не фиксироваться на самом факте вранья. Если вы знаете, что ребенок вам соврал, отодвиньте этот факт в сторону и реагируйте на то, что есть на самом деле, на реальность.

Мария Васильева