گروه مردمی مجنا
کمیته آموزش و پژوهش

با کودک دروغگو چه کنیم؟

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

مقدمه

برخی مواقع، کودکان به والدین خود دروغ می‌گویند. در بسیاری از شرایط این دروغ‌ها بی‌ضرر هستند. اما برخی دیگر از کودکان خیلی بیشتر از بقیه دروغ می‌گویند. صداقت صفتی است که بزرگسالان آن را بسیار ارزشمند می‌دانند، بنابر این وقتی کودکان دروغ می‌گویند، این امر باعث نگرانی واقعی والدین می شود. با این حال کاملا طبیعی است که ندانید با کودکی که دروغ می‌گوید چگونه رفتار کنید. گرچه شنیدن دروغ صریح فرزندانتان ناامید کننده است اما مهم است قبل از اینکه کاری بکنید دلیل عدم صداقت کودکتان را پیدا کنید

علت دروغگویی کودکان چیست؟

هنگام بررسی این مشکل رایج، والدین باید سن کودک، شرایط و دلایل دروغگویی و دفعات آن را در نظر بگیرند. به عنوان مثال بسیاری از کودکان زیر ۶ سال نمی‌توانند بین خیال و واقعیت تمایز قائل شوند و دلیل دروغ گفتن آن ها ممکن است تنها بیان تصوراتشان باشد. گاهی اوقات یک کودک ۴ ساله کاملا قادر است عمدا دروغ بگوید تا دچار مشکل نشود یا چیزی را که می‌خواهد بدست آورد. برخی از علل دروغ گفتن کودکان در سن مدرسه عبارت‌اند از

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

ترس از تنبیه شده در صورت گفتن واقعیت

تمایل به دوست پیدا کردن در مدرسه و تحت تاثیر قرار دادن آن‌ها

گاهی برای اینکه نمی‌خواهند کاری را انجام دهند دروغ می‌گویند. مانند تمیز کردن اتاق

گاهی اوقات برای اینکه نمی‌خواهند والدینشان را ناامید کنند دروغ می‌گویند

ناراحت بودن از چیزی که در زندگیشان رخ داده است

تلاش برای جلب توجه

دلایل دروغگویی کودکان

معمولا کودکان از سنین دو سالگی صحبت کردن را می‌آموزند، از سن چهار سالگی به بعد می‌توانند واقعیت را از دروغ تشخیص بدهند. کودکان به دلیل عدم آگاهی و شناخت کامل شرایط، ممکن است گاهی دروغ بگویند. این دروغ گفتن می‌تواند در رابطه با هر موضوعی باشد، البته دروغگویی کودکان والدین را به شدت عصبانی می‌کند. اگر نتوانند آن را کنترل کنند می‌تواند عواقب بسیار سختی در انتظار کودک باشد. بسیاری از پزشکان بر این باورند که دروغگویی در این دوران طبیعی بوده و ناشی از پروسه رشد کودک می‌باشد

اما چه دلایلی می‌تواند منجر به دروغگویی در کودکان شود؟ برای اینکه بتوانید آن را درمان کنید، ابتدا باید دلیل و ریشه اصلی آن را بیابید

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR

ترساندن و تنبیه کردن از حقیقت آگاه شوند. مطالعات و تحقیقات نشان داده است که کودکانی که والدین سخت‌گیرتری دارند، دروغگو هستند

کمبود محبت در کودکان یکی از مهم‌ترین دلایلی است که می‌تواند موجب دروغگویی شود. البته کمبود محبت تنها دروغگویی کودک را به همراه ندارد، بلکه به مرور زمان باعث مشکلات بیشتری چون شب ادراری کودکان، عدم اعتماد به نفس، مشکلات رفتاری و... می‌شود

کودکان دو تا ۶ سال که هنوز مغز کاملی ندارند و به درستی نمی‌توانند صحبت کنند، دوست خیالی دارند. این دوست خیالی به مرور زمان می‌تواند برای کودکان دردسرساز باشد. به عنوان مثال ممکن است کاری انجام دهند و اشتباه خود را گردن دوست خیالی بیندازند

بسیاری از کودکان نمی‌توانند واقعیت را از خیال تشخیص دهند و این عامل هم تنها به رشد مغز آن‌ها بستگی دارد. عدم تشخیص این دو مرز در سنین دو تا ۶ سالگی بیشتر خود را نمایان می‌کند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

با بچه‌ای که دروغ می‌گوید چگونه رفتار کنیم؟

در سنین ۵ تا ۸ سالگی، کودکان به طور معمول بیشتر دروغ می‌گویند. به خصوص دروغ‌هایی در رابطه با مدرسه و تکالیف مربوط به مدرسه. به دلیل فشار و مقررات زیادی که در این سن به کودکان تحمیل می‌شود کودکان ممکن است دروغ بگویند. در نتیجه کودکان برای مقابله با این فشارها به دروغ گفتن روی می آورند. اما خوشبختانه اکثر دروغ‌ها در این سن قابل تشخیص هستند. سعی کنید با فرزند خود به طور صریح رفتار کنید. همچنین زمانی که کودک به طور صادقانه با شما صحبت می‌کند او را تشویق کنید و به او بازخورد مثبت بدهید. از همه مهمتر کودکان در این سن بسیار تحت تاثیر قرار می‌گیرند و همه چیز را به درستی مشاهده می‌کنند پس سعی کنید برای آن‌ها الگوی خوبی باشید

درمان دروغگویی کودکان چیست؟

برای اینکه بتوانید با این بحران به درست‌ترین شیوه روبه‌رو شوید؛ باید به راه هایی که در ادامه عنوان می‌کنیم توجه داشته باشید

با کودک خود در رابطه با راستگویی صحبت کنید. اجازه دهید یاد بگیرد که در صورت راستگویی می تواند هدیه‌ای از جانب شما دریافت کند

آگاهی کودک خود را در رابطه با دروغگویی و ابراز احساسات تقویت کنید. سعی

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

کنید کودک خود را به گونه‌ای تربیت کنید که خود بتواند راستگویی را به دروغگویی ترجیح دهد

کمی از سطح توقعات خود بکاهید، کودکان نمی‌توانند تمام خواسته‌های شما را انجام دهند

سعی کنید در رفتار با کودک خود انعطاف‌پذیری بالایی داشته باشید. از طرفی همواره محبت به کودک خود را فراموش نکنید

برای پیشگیری از دروغگویی کودکان باید چه اقداماتی را انجام داد؟

زمانی که متوجه دروغگویی کودک خود شدید به هیچ عنوان واکنش تند و خشن نشان ندهید. مسئله دروغگویی کودکان بسیار ساده‌تر از آنچه شما فکر می‌کنید است، پس سعی کنید در زمان مواجهه با آن به بهترین شکل ممکن مشکل ایجاد شده را برطرف کنید. اما برای اینکه بتوانید از دروغگویی کودکان جلوگیری کنید لازم است که به چند نکته توجه داشته باشید

علت دروغگویی و سن کودک خود را در نظر داشته باشید .معمولا دروغگویی در سنین پایین به دلیل نداشتن آگاهی کامل نمی‌تواند برای والدین دردسرساز باشد

سعی کنید عواقب دروغگویی را از نظر اخلاقی به کودکان خود بیاموزید

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

در طرز صحبت کردن خود باید به جملاتی که به کودکتان می‌گویید توجه داشته باشید. به جای اینکه بگویید غذات و خوردی؟ بهتره بگویید چرا غذات و نخوردی؟ در واقع شما با جمله اول زمینه را برای دروغگویی کودکان مهیا می‌کنید

سعی کنید از دروغگویی کودک خود به راحتی نگذرید، حتما واکنش و عکس العملی نسبت به دروغگویی کودکان نشان دهید

به هیچ عنوان اجازه ندهید که کودک شما از دروغی که گفته سود ببرد و تنبیه نشود. این عمل باعث می‌شود تا کودک نسبت به دروغ گفتن احساس بهتری داشته باشد

راهکارهایی برای مواجه شدن با دروغگویی کودکان

علت دروغگویی در کودکان را ریشه‌یابی کنید

آیا کودک شما به عنوان بخشی از بازی فانتزی و خیال پردازی دروغ می‌گویند؟ آیا او قصد دارد شما را گمراه کند تا مبادا شما او را تنبیل کنید؟ اگر دلیل دروغ گفتن کودک شما از تخیلات او نشات می‌گیرد، سعی کنید بدون اینکه او را از این تخیلات دلسرد کنید تمایز میان واقعیت و تخیل را به او نشان دهید. از طرف دیگر اگر کودک به شما گفت که دوست خیالی‌اش به عنوان مثال گلدان را شکسته نه او، اول از همه این اطمینان را به او دهید که اگر واقعیت را به شما بگوید مورد تنبیه قرار نمی‌گیرد. و به او بگویید که راستگویی اهمیت دارد

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

طوری با کودک رفتار نکنید که موقعی که دروغ می‌گوید نتواند به شما مراجعه کند

اگر کودک از شما بترسد و نگران عصبانیت شما باشد ممکن است سعی کند به هر قیمتی از گفتن حقیقت به شما جلوگیری کند. نکته مهم این است که سعی کنید به کودک خود کمک کنید تا امنیت و حمایت را از جانب شما دریافت کند. در این صورت او می‌تواند بدون نگرانی از اینکه راستگویی ممکن است علاقه شما را نسبت به او از بین ببرد واقعیت را برای شما توضیح دهد. در حقیقت، تحقیقات نشان می‌دهد وقتی کودکان را به جرم دروغ گفتن به تنبیه تهدید می کنید، کمتر حقیقت را بیان می‌کنند. برای فرزندتان توضیح دهید که اگر او حقیقت را به شما بگوید، عصبانی نخواهید شد و حقیقت بیش از هر چیز دیگری برای شما مهم است. سپس با خونسردی کامل به حرف او گوش کنید و به جای اینکه او را سرزنش کنید راجع به کار نادرستش به او تذکر دهید و عواقب کارش را برایش توضیح دهید

به جای تنبیه از عواقب کار نادرست با کودک صحبت کنید

ممکن است بپرسید که تفاوت میان تنبیه و عواقب کار چیست؟ در پاسخ باید گفت تنبیه همراه با خشم و عصبانیت است در حالیکه عواقب بر روی اصلاح رفتار نادرست تمرکز دارد. به عنوان مثال، اگر کودک شما در مورد انجام کارهایش

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

دروغ می‌گوید، با او در مورد عواقب آن صحبت کنید. او را در انجام کارهایش برای جبران آن یاری کنید

کودک خود را "دروغگو" صدا نزنید

برچسب زدن به کودک می‌تواند عواقب جبران ناپذیری داشته باشد. این عواقب می‌توانند دائمی باشند. و دیدگاه کودک را نسبت به خود تحت تاثیر قرار دهند. اگر کودک را دروغگو خطاب کنید ممکن است خود را یک دروغگو بداند

در مورد انتظارات صریح باشید

به فرزند خود به طور صریحانه بگویید که دروغ را در خانه خود نمی‌خواهید. به او بگویید که راستگویی درست همانند سایر رفتارهای درستی که از او انتظار دارید (مانند با احترام به خواهر و برادر) مسئله مهمی است

وقتی صحبت از گفتن حقیقت است رفتار خود را بسنجید

آیا خود شما وقتی می‌خواهید از قضاوت شدن جلوگیری کنید و یا به هدف خود برسید دروغ می‌گویید؟ به عنوان مثال وقتی دروغی می‌گویید آیا کودک شما در آنجا حضور دارد؟ اگر حضور داشته باشد این پیام به فرزند شما منتقل می‌شود که دروغ گفتن برای بزرگترها کار راحتی است

به نظر شما علت دروغگویی کودکان چیست؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR