



Ruby M. Johnston

ÎNFRUNTÂND MINCIUNA



PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS

DESPRE PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS

A fi părinte este atât o călătorie fascinantă, cât și una provocatoare. Este o binecuvântare să ai un copil pe care să-l iubești, să-l îngrijești și să-l încurajezi. Cu toate acestea, este o călătorie plină de încercări - uneori minunate, iar alteori chiar frustrante. Această broșură - alături de altele din această serie - e concepută pentru a te ghida în îngrijirea sănătoasă a unui copil care să ajungă să își atingă potențialul maxim.

Fiecare broșură conține informații de bază despre ce înseamnă abilități, aptitudini și capacități de creștere a copiilor. Vei găsi activități care te ajută să aplici fiecare strategie. Chiar dacă aceste broșuri conțin informații care te pot ajuta să îți îmbunătățești felul în care îți crești copiii, s-ar putea să nu răspundă la toate întrebările pe care le are un părinte despre un anumit subiect. De aceea, este recomandat ca fiecare părinte să se alătore altor părinți în această călătorie de o viață de învățare și modelare. A fi părinte e un proces de învățare pas cu pas.

Te invităm să citești toate broșurile noastre și să ni te alături într-unul dintre numeroasele noastre traininguri. Sperăm să parcurgem împreună, pas cu pas, drumul către o creștere eficientă a copiilor.



*Cu sinceritate,
Ruby M. Johnston
Președinte, Fondator al International
Leadership and Development Center, LAMb
International*

Broșurile Pas cu Pas sunt realizate de LAMB International, Canada și Centrul de Leadership și Dezvoltare, Ucraina.



LAMB International este o organizație creștină de învățare și instruire care are la bază Efeseni 4:12-17.

Scopul nostru este de a crește capacitatea acelor persoane care lucrează cu copiii și tinerii vulnerabili, defavorizați și orfani.

Focusul principal al lucrării noastre este de a instrui în domenii precum: Leadership, Traumă, Management și Protecția Copilului.

<http://lambinternational.org/>
lambinternational@gmail.com



ALIANȚA ROMÂNIA FĂRĂ ORFANI unește organizații nonguvernamentale, biserici, firme, persoane publice și private având un singur scop: **fiecare copil să beneficieze de dragostea, susținerea și siguranța apartenenței la o familie.**

Un copil care a experimentat traume, fie și doar cea a despărțirii de familie, are nevoie de o atenție aparte. Noi vrem să ajutăm la educarea și susținerea celor ce îi îngrijesc pe acești copii, în familie sau în tranziția către o familie, să o facă cât mai bine.

<https://www.romaniafaraorfani.ro/>
<https://www.facebook.com/AliantaRomaniaFaraOrfani>
<https://www.instagram.com/romaniafaraorfani/>

ÎNFRUNTÂND MINCIUNA

Ca și părinți, cu toții ne dorim să nu fim mințiți de copii. Sinceritatea e importantă pentru noi. Relațiile sănătoase sunt construite pe încredere, comunicare sinceră și responsabilitate. Părinții sunt implicați în a ajuta copiii să crească, să se dezvolte și să dezvolte relații pe această fundație a onestității.

Totuși, uneori copiii mint și modul obișnuit de intervenție pentru a combate această problemă eșuează. De multe ori e nevoie de un set mai cuprinzător de intervenții pentru a adresa mințitul.

Copiii se vor „preface” la anumite vârste. Este responsabilitatea părintelui de a ajuta copilul să discearnă dintre „a se preface” și a „minți”. Este important de luat în considerare vârsta copilului. De exemplu, un copil de 3 ani va spune „povești” despre diferite lucruri pe care le face sau de care este interesat: „Tractorul meu este un leu acum și îmi spune să fiu puternic!”. Acest lucru este obișnuit pentru un copil de vârsta lui. El nu minte, el spune o poveste, sau „se preface”. Viața lui e plină de amuzament și imaginație, iar poveștile fac joaca mai interesantă pentru el.

Este, însă, important ca părinții să-și ajute copilul să recunoască diferența dintre „prefacere” și realitate. Deosebirea dintre onestitate și minciună este un concept fundamental în dezvoltarea copilului tău. Copiii mai mari de 5 ani vor începe să înțeleagă diferența dintre bine și rău, realitate și „prefacere”, onestitate și minciună.

Literatura de specialitate spune că principalul motiv pentru care copiii mici mint este că se tem să fie pedepsiți, dacă spun adevărul. S-ar putea chiar să le fie frică de reacția adultului, temându-se că adultul sau părintele nu i-ar mai iubi, dacă ar spune adevărul. Totuși, există și alte motive:



- Vor să protejeze pe cineva
- Pentru că adevărul e plictisitor, iar minciuna este captivantă
- Pentru a evita ceva neplăcut – ca mersul la culcare
- Să admită prea devreme și să facă o greșeală
- Pentru dragoste și acceptare, când știi că adevărul ar avea rezultatul opus.

„Ți-ai făcut patul?”, iar copilul spune „Da.”, știind că patul este nefăcut, dar va fi în scurt timp.

S-ar putea să nu îți poți opri copilul din a minți, dar poți face ca minciuna să fie o experiență mai puțin recompensată. În această broșură te vom ajuta să înțelegi următoarele:

- Tehnici de a preveni copilul să mintă
- Cum să faci față minciunii
- Înțelegerea pedepsirii și impactul ei asupra minciunii
- Responsabilitatea părinților în a dezvolta onestitatea în copii
- 7 sfaturi de a înfrunța minciuna

TEHNICI DE A PREVENI COPILUL SĂ MINTĂ

Când vorbește cu copilul, este important ca părintele să prezinte informația în așa fel încât copilul să fie încurajat să spună adevărul. De exemplu, nu vrei să întrebi copilul când deja cunoști răspunsul. Nu întreba, „Ți-ai făcut patul?”, când știi că patul nu este făcut. Mai degrabă întreabă: „Ești gata să mergi la tine în cameră, să-ți faci patul acum?” Acest tip de întrebări este mult mai eficient, deoarece se concentrează pe ce s-a întâmplat în realitate și pe ceea ce părintele dorește ca rezultat.

Folosește prudența când pui întrebările de care e nevoie. Deși s-ar putea să fii nevoit să pui întrebări, nu pune întrebări care să-l pună la colț și să-l tenteze să mintă pentru a scăpa. Când copiii sunt puși la colț, sunt tentați să mintă pentru a da bine în ochii părinților lor.

Evită să pui multe întrebări la rând. Acest lucru poate produce emoții negative. Copiii ar putea crede că minciuna este cea mai bună cale de a scăpa de aceste sentimente negative.

Nu-ți pedepsi copilul pentru că îți spune adevărul.

În cele din urmă, caută intenția bună din spatele minciunii. Deseori copiii încearcă să supraviețuiască în lumea adultă căutând aprobare, acceptare și dragoste. Minciunile ar putea fi o modalitate de a face față unei situații dificile. Ajută-i să vadă cum onestitatea este de preferat, chiar dacă este mai greu să spui adevărul.



CUM SĂ FACI FAȚĂ MINCIUNII

Una din problemele permanente cu care părinții se confruntă este să fie mințiți de propriul copil. Părinții de multe ori vor lua personal această problemă și o vor vedea ca pe un semn că nu sunt respectați de copil. De asemenea, părinții pot crede că autoritatea lor este subminată atunci când copilul denaturează adevărul.

Este important ca părinții să recunoască că tot comportamentul are un motiv, chiar și obiceiul de a minți. Minciuna este un aspect comun al experienței umane. În loc să se concentreze pe minciunile specifice spuse de copil și implicația acelor minciuni, părinții ar face mai bine să încerce să înțeleagă intenția subiacentă a copilului de a denatura adevărul.

Atunci când părinții își confruntă copilul în legătură cu obiceiul lui de a minți, s-ar putea să înrăutățească problema, fără să vrea. Părinții ar putea, neintenționat, să promoveze o luptă pentru putere și să-și determine copilul să devină mai înșelător.

Cred că părinții trebuie să-și regândească perspectiva, în situația în care copilul îi minte. Recomand ca părinții să nu folosească niciodată cuvântul minciună în fața copiilor. Folosirea acestui cuvânt pregătește o dinamică de adversitate. E de preferat a se folosi fraze precum „trebuie să fii mai sincer cu mine”. Asta relaxează situația și mărește șansele să ajungi la sursa problemei.

– **James P. Krehbiel**

ÎNȚELEGEREA PEDEPSIRII ȘI IMPACTUL EI ASUPRA MINCIUNII

PEDEPSESC MINCIUNA? DE DR. TIMOTHY QUEK

Când ajung la sursa problemei, mulți părinți doresc să știe dacă trebuie să-și pedepsească copilul pentru minciună; și dacă da, cum. Reamintește-ți că unul din motivele principale pentru care un copil minte este frica. Mulți copii aleg să mintă, crezând că ar fi răul cel mai mic și imaginându-și că pot scăpa basma curată.

Dilema pedepsirii minciunii constă în faptul că părintele riscă să întărească frica, crescând astfel posibilitatea mințitului în viitor, în loc să o scadă!

În plus, există riscul să confunde mesajul pedepsei. În timp ce părintele spune, „Te pedepsesc pentru că ai mințit”, copilul poate gândi „Mă pedepsești pentru că ai aflat adevărul.” Pentru copil pedeapsa nu este asociată cu minciuna, ci cu descoperirea ei. Următoarea dată copilul va găsi noi metode de a denatura adevărul, iar părintele rămâne suspicios și fără încredere.

Gândește-te la câteva probleme importante cu privire la pedeapsă și minciună:

- 1. Problema este că pedeapsa nu este gândită să învețe și să consolideze un comportament alternativ.*
- 2. Pedepsirea unei minciuni care e motivată de frică tinde să fie ineficientă pe termen lung. Caută motivația ascunsă în spatele minciunii și lucrează la sursă, nu la simptom.*
- 3. Folosește pedeapsa ca ultimă opțiune, nu primă reacție. Părinții sunt deseori surprinși cum mesajele cordiale au impact mai mare decât mesajele dure. De exemplu, „Chiar îi rănești pe mama și tata când minți” este deseori mai eficient, decât „Te voi pedepsi pentru că ai mințit.”*



Mai mult decât orice, recunoaște că scopul și dorința oricărui părinte este să încurajeze onestitatea. Aceasta este o caracteristică, nu doar un comportament. La urma urmei, ne dorim copii care iubesc adevărul, nu care se tem de el; și care urăsc minciuna, și nu doar pedeaspa care o însoțește.

„Învață pe copil calea pe care trebuie s-o urmeze, și când va îmbătrâni nu se va abate de la ea.” Proverbe 22:6

RESPONSABILITATEA PĂRINȚILOR ÎN A DEZVOLTA ONESTITATEA ÎN COPII

NEGARE PERSISTENTĂ A FAPTELOR RELE OBSERVATE (NU AM FOST EU!)²

Negarea frecventă în mod deliberat la un preșcolar este un semn al stimei de sine scăzute al copilului. Se încurajează singur prin povești fantastice și își protejează stima scăzută prin negarea faptelor rele. Dacă acest comportament este unul obișnuit, are nevoie de ajutorul nostru.

Păstrează-ți calmul. O mustrare severă, sau o pedeapsă, deseori rezultă în mai multe minciuni.

Evită să faci copilul să mintă (chiar dacă știi că e vinovat) prin a întreba: „Ai făcut asta?” Răspunsul lui va fi instinctiv „Nu!” Adulții mâniați și consecințele aspre ar putea să sperie copilul, determinându-l să mintă mai mult.

Niciodată să nu rușinezi copilul, sau să sugerezi că este mincinos. „Mintți, și tu știi asta!” Acest lucru întărește în mintea copilului că este mincinos. Cu cât crede mai mult asta, cu atât va minți mai mult. Spune simplu: „Scrisul pe pereți este interzis.”

Ajută copilul să scape de rolul de mincinos. Scoate în evidență afirmațiile adevărate și acțiunile curajoase: „Billy, am întrebat unde era fluierul nou al lui Erin, iar tu ai spus că este în buzunarul tău. Mulțumesc că ai ajutat, spunând adevărul. Ești sincer și curajos!” Dacă va minți, amintește copilului că mințitul nu îi este caracteristic: „Cum Billy, sunt surprins! De obicei te pricepi în a ne spune adevărul. Îți amintești când...” Înainte ca mințitul din obișnuință să poată înceta, copilul trebuie să creadă că el chiar este o persoană sinceră.

Arată copilului diferența dintre el și comportamentul lui. Copiii deseori cred că oamenii buni fac fapte bune și oamenii răi fac fapte rele; astfel, negarea unei fapte rele este o modalitate prin care își poate împlini dorința de a fi o persoană bună.

² Faber, A., & Mazlish, W., (1982). How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk. New York: Avon Books. ISBN# 0-380-57000-9.



Împlinește nevoia copilului de atenție. prin recunoașterea comportamentului bun.

Oferă-i copilului șansa de a remedia o faptă rea (să curețe mizeria, să-și ceară iertare, să împartă, să returneze un obiect). În felul acesta el învață „o cale mai bună” și se întărește în mintea lui ideea ca el chiar este o persoană bună.

7 SFATURI DE A ÎNFRUNTA MINCIUNA - UN REZUMAT!²

1. **Evită să îi provoci să mintă:** Nu pune întrebări dirijate, mai ales pe un ton dezamăgit, pentru că el va recunoaște tonul și va încerca să evite consecințele. Dacă știi (cu mare siguranță) că el a făcut ceva greșit, atunci declară simplu: „Sunt foarte dezamăgit că ai făcut” Dacă răspunde ”Nu am fost eu!”, atunci evită să intri într-o dezbateră de tip întrebare-răspuns, ci spune faptele pe baza cărora ți-ai bazat concluzia: „Te-am văzut făcând, erai singura persoană în acea parte a casei”, etc. După expunerea faptelor, trebuie să existe o consecință pentru încercarea de a nega. Ia în considerare trimiterea copilului într-o cameră, sau zonă de „time-out”, pentru a reflecta asupra a ce a făcut și ce ți-a zis. După asta, încurajează-l să-ți spună adevărul și încheiați discuția.
2. **Concentrează-te pe o soluție:** Deseori ceea ce declanșează nevoia de a minți e un accident. Ai grijă să nu permiți mereu „accidentele” să devină scuză, pentru că totul va fi etichetat drept „a fost un accident”. Ia în considerare ce a cauzat evenimentul și găsiți o soluție: ”Știu că nu ai vrut să spargi lampa, dar motivul a fost că ai aruncat o minge mare în acea parte a casei și acest lucru nu ar trebui să se mai întâmple. Acum hai să curățăm împreună”.
3. **Fii direct și sincer:** Dacă chiar sună ca o minciună, spune-i copilului: ”Asta nu sună a adevăr. Îmi spui mai multe detalii, te rog?”
4. **Nu ierta mereu, de dragul adevărului:** Odată ce auzi adevărul, trebuie să eviți „iertarea instantanee”. „Pentru că mi-ai spus adevărul, nu vei fi pedepsit” nu te va duce departe în procesul de disciplinare a copilului. În schimb, concentrează-te pe consecințele evenimentului și găsirea unei soluții și a unei modalități de disciplinare; evită să te enervezi în acest scenariu, ci rămâi calm, pentru a valida auzirea adevărului. Confirmă copilului că apreciezi că ti-a zis adevărul, dar că trebuie să fie consecințe în continuare, apoi întărește ideea că dacă ar fi mințit, consecințele ar fi fost mai rele.



5. **Gestionează-ți propriile așteptări:** Deseori copiii mint pentru că nu cred că îți vor împlini așteptările. Uită-te atent la ce aștepți de la copilul tău și vezi dacă ar trebui să lași puțin spațiu pentru dezvoltarea lui. În mod special, fii atent la cum reacționezi la slăbiciunile sau eșecurile lui.
6. **Fii un model de urmat:** Nu te lăsa pradă capcanei „minciunilor nevinovate”, acasă sau afară. Copilul va vedea tot ce faci, iar atunci când îi vei cere soțului tău să spună că nu ești acasă, când sună un prieten, copilul va nota acest lucru și îl va considera comportament acceptabil. Orice lucru mic contează.
7. **Caută ajutor, dacă lucrurile merg într-o direcție greșită:** Dacă el va continua să mintă despre toate lucrurile și va eșua în mod constant să-și îmbunătățească comportamentul, atunci încearcă să discuți cu medicul pediatru, sau consilierul școlar, sau orice alt specialist, pentru a veni cu idei noi de a rezolva problema.

PASUL FINAL

„AMINTEȘTE-ȚI CĂ MINȘITUL ESTE UN
COMPORTAMENT INTENȚIONAT AL COPIILOR, CARE POATE FI
MINIMIZAT PRIN IMPLICARE SĂNĂTOASĂ ÎN RELAȚIA CU EI, PRIN
MONITORIZARE ADECVATĂ, PRIN SENSIBILITATE ȘI ÎNȚELEGERE, ȘI
PRINTR-UN MODEL DE COMUNICARE ONEST, DESCHIS ȘI CARE EXPRIMĂ
SĂNĂTOS EMOȚIILE.” - JAMES P. KREHBIEL, SCOTTSDALE,
ARIZONA.



NOTIȚE

A series of horizontal dotted lines for taking notes.



PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS



arfo.ro | contact@arfo.ro