

# Как распознать детскую ложь и нужно ли с ней бороться?

**Детский врач-психотерапевт, доктор медицинских наук Лев Пережогин.**

Детская ложь — явление занятное, а порой даже забавное. Мало кто из нас в детстве не рассказывал сверстникам небылиц, щедро сдабривая истории животрепещущими подробностями, добиваясь таким образом внимания, а порой и признания коллектива. Оказывается, этой способностью человек обладает с рождения. А первопричины детской лжи уходят корнями в доисторические времена, когда дети буквально выживали, используя ложь. Добро или зло эта детская ложь, надо ли с ней бороться или «само пройдет»?



Ложь присуща не только детям и взрослым людям, но и многим другим живым существам, — говорит Пережогин. — Ложь — это универсальный защитный механизм, который существует у большинства высокоорганизованных живых существ в природе. Одни используют ее сознательно, поскольку у них достаточно высокий уровень организации центральной нервной системы. Другие «врут» только потому, что в процессе эволюции ложь возникла как приспособление для выживания. И самый классический вариант лжи — это мимикрия, способность организма маскироваться под элементы окружающей среды, чтобы стать незаметным. Более сложные варианты лжи в природе — это отвлекающее поведение. Рыба-еж раздувается в огромный шар, на деле же являясь беззащитным созданием. Еще один пример «поведенческой лжи» — это демонстрация ложного увечья хищнику. Помните птицу из мультика «Рики-тики-тави», которая отвлекала кобру, изображая из себя раненую? Этим приемом часто пользуются обитатели животного мира, уводя от своих гнезд хищников. Самый же популярный пример лжи в природе — это ложь для успешного размножения. Когда

животное преувеличивает свои возможности, чтобы привлечь внимание и завоевать сердце «брачного» партнера. Это все ритуалы ухаживания — голубь, который, надувшись, обхаживает самку, павлин, распускающий хвост. Причем этот же хвост может помешать ему спастись от хищника. Но все равно он его распускает, это же его способ обольщения. А, прошу прощения, дамские корсеты и макияж? Обобщая все вышесказанное, можно сказать, что ложь в животном мире вызвана желанием спасти свою жизнь и дать жизнь следующему поколению, оставить продолжение своего рода.

Ложь новорожденных детей тоже вызвана целью выжить. Дети в возрасте до года не могут говорить и привлекать к себе внимание другим способом, кроме как громко расплакаться. Вернемся к первобытным временам: пещера, наши предки живут большой общиной, иначе не спастись. Все в этом племени общее, включая детей. У ребенка не одна мама, как в современном обществе, а много мам. Кормили тоже по принципу «кто первый подойдет». Еда в первобытном обществе распределялась по градации значимости человека для племени. Самый большой кусок доставался вождю, затем в очереди были охотники, потом остальные молодые мужчины, потом молодые женщины, потом старики. А дети были на последнем месте, потому как особой ценности они не имели. Те же самые старики могли поделиться опытом, а с ребенка какой спрос? Какой у них был способ выживания, кроме громкого крика? И вот первобытный ребенок громко кричит, соответственно, к нему все сбегаются... Но зачем сбегаются? Дело в том, что голос ребенок может подать и в случае какой-либо грозящей ему опасности. Например, если в пещеру заползла змея. И вот взрослые подбегают к ребенку, но вовсе не для того, чтобы спасти его, а чтобы змея не нанесла вреда более ценным членам первобытного сообщества. Оглядывают все, нет змеи, ну можно и покормить чадо. И ребенок начинает четко усваивать взаимосвязь между своим криком и удовлетворением своих потребностей. Ложь в этом возрасте является универсальным способом получения заботы, внимания и пищи.

Это настоящий рефлекс на генетическом уровне, который передается из поколения в поколение?

Приведу пример. Моя дочка научилась обманывать примерно в три месяца. Делала она это мастерски. В первые дни после рождения у нее были детские колики, настоящие, поскольку у нее сильно напрягался животик. Начинались они ровно в 9 вечера, а заканчивались в полночь, и тогда Маша успокаивалась и засыпала. Бороться мы с этим научились: к началу колик уже был готов шприц с лекарством, которое сразу капали ребенку в рот. И вот прошло три месяца — срок, через который колики обычно проходят. Но Маша продолжала ежедневно кричать. Приходилось брать на руки и укачивать. В какой-то момент я усомнился и потрогал ее животик. А он оказался мягким. Она имитировала колики, чтобы ее взяли на руки и покачали. Самое смешное, что, когда ее обман раскрылся, Маша хитро улыбнулась. Она прекрасно поняла, что ее разоблачили, и больше «концерты» не устраивала.

До трех лет ребенок не особенно отличается мастерством лжи от годовалого. К этому возрасту разве что приобретается речь, умение ходить, бегать. А задачи те же: поесть, поспать, получить внимание, получить привилегию в виде общения со взрослым, ну и, соответственно, вытеснить своих конкурентов, также претендующих на внимание взрослого. Методы у них не меняются — это крик, предъявление ложной болезни, увечья: «ой, вот пальчик уколол, пожалей меня!». Но способности к аутоидентификации — сознанию уникальности своего «я» — у такого ребенка пока нет. Обозначение рубежа — «я это я, а остальные — это не я» — происходит во время знаменитого кризиса трех лет. Также в три года ребенок начинает осознавать свою смертность, понимает, что он не вечный. У ребенка появляется эгоизм: «все, что лучшее, — мне, все, что худшее, — не мне», «я — хороший, другой — плохой». И для достижения этой цели включается генерируемая ложь. «Кто съел конфеты?» — «Это не я, это Вася!». Замечательным примером является мультик, когда девочка съела варенье и свалила

все на кошку. Дети делают то, что им выгодно, а то, за что им может попасть и они лишатся каких-то привилегий, они благополучно переадресовывают другому персонажу. Это также ложь во спасение, но она уже применяется с логикой и определенной фабулой. И чем старше и умнее становится ребенок, тем динамичнее и сложнее выстраивается эта фабула. И приблизительно в таком вот виде детская ложь существует лет до десяти. После чего начинается следующий этап модернизации лжи. Цель у лжи все та же — избегание негативных последствий и приобретение позитивных последствий. Меняются механизмы — ложь становится интеллектуальной и многоходовой, появляется инструментальная имитация лжи. Самый примитивный пример — стереть «двойку» из дневника или трансформировать ее в «тройку». Также появляется система вовлечения в ложь третьих персонажей: «ты скажи, что я с тобой был в это время». Еще один вариант — в этом возрасте дети начинают приписывать своим родителям богатство, а отсутствие у себя дорогих вещей объясняют строгостью, допустим, папы. И это позволяет набирать очки в детском коллективе.

Обманывают все дети. Просто у каждого ребенка в силу его личностных особенностей возникает больше или меньше поводов прибегать ко лжи как к универсальному способу защиты. Есть дети в силу своей природы и воспитания аккуратные, дома они ничего такого не делают, ничего не бьют, не руют и не разрисовывают. Но это совершенно не значит, что не пройдет пары лет, и такой ребенок не будет подтирать «двойки» в дневнике. Навыки лжи есть всегда, не всегда есть поводы. Поэтому одни дети лгут чаще, другие реже.

Девочки, наверно, больше склонны ко лжи. Среди них чаще встречается истерический тип лжи — лжи для привлечения к себе внимания, о котором я уже говорил. Эволюционно это связано с тем, что в человеческом обществе не столько самцы конкурируют за самок, а в основном самки за самцов. Но сегодня все половые отношения на глазах меняются. Уже практически нет деления на «девчачье» и «мальчишеское» воспитание. Детей в основном воспитывают мамы или, что еще хуже, няни. А последним в большинстве своем самое главное сдать ребенка родителям в целостности и сохранности. Поэтому мальчикам порой лишней раз не разрешают ни побегать, ни попрыгать, ни тем более подраться и реализовать таким образом свою мужскую идентификацию. Наше общество становится все более и более женским по своему характеру и природе. У ребенка не формируется реальных способов для противодействия недружелюбной окружающей среде. А раз так, значит, будут формироваться разные защитные механизмы, в числе которых и ложь.

Часто дети придумывают в детском саду, что их бьют родители. Причем рассказывают порой просто фантастические истории: мол, мама ударила кирпичом по голове. Или же выдумывают, что их била воспитательница.

— Во-первых, делается это прежде всего для привлечения внимания. Ребенок отлично понимает, что историю про его избивание воспитательницей родители не смогут принять равнодушно. И своей ложью он спровоцирует конфликт. Причиной такого поведения может быть банальная месть: возможно, воспитательница его каким-то образом наказала, что-то запретила. Ему это не понравилось, и он решил свести с ней счеты. А может быть, его наконец-то не поведут в ненавистный детский сад? Могу снова привести пример из своего родительского опыта. Мы с семьей отдыхали в Стамбуле и пошли на местный рынок — настоящий восточный базар. Приходим вечером домой, пятилетний сын Миша достает из кармана платочки. Спрашиваю, где взял, говорит, что украл у одного мальчика-торговца. Начинаю выяснять за чем. Оказывается, что этот мальчик дразнил Мишу и показывал ему язык. «Я сначала подраться с ним хотел, но потом решил украсть платочек. Он придет домой без платочка и без денег, и мама с папой его за это накажут». Такой вот закрученной схемой Миша решил воспользоваться, чтобы отомстить за обиду. Понятно, что родители этого мальчика накажут его не за то, что он обидел Мишу, а за потерянный платок. Но косвенно он

будет наказан за обиду, нанесенную Мише. Конечно, это неправильно, но дети не всегда это сразу понимают.

Чтобы понять, лжет ребенок или все же говорит правду, нужно воспользоваться самым простым следственным методом — перекрестным допросом. Один родитель спрашивает об одних нюансах, второй — о других. Если ребенок начинает путаться, то все становится ясно: перед вами лжец. Кстати, знаете, почему некоторые люди стараются не лгать? Потому что очень сложно удерживать в памяти все нюансы когда-то произнесенной лжи. И в некоторых случаях последствия произнесенной лжи могут быть гораздо серьезнее, чем последствия когда-либо произнесенной правды. Ну а возвращаясь к теме про детскую ложь: если ребенок говорит правду, то его повествование будет четким и последовательным, и родителям все будет понятно.

Если ложь носит принципиальный характер для семьи, то обязательно надо наказывать. А в некоторых случаях и очень строго наказывать, если ложь очень серьезная. Вот самый простой пример: 5–6-летние дети, чтобы похвалиться перед сверстниками, берут из дома какие-то дорогие вещи. И бывает, что они их теряют. Вот это надо пресекать, поскольку семье такой поступок ребенка наносит урон. А как наказывать, должны решать взрослые. У каждой семьи есть своя система, которая обычно передается из поколения в поколение.

Важно донести до ребенка, когда вранье — это плохо, а когда допустимо. Ребенку надо объяснить, что во многих случаях ложь является еще большим злом, чем гипотетически предотвращенное ложью зло. Потому что ложь — это клубок: всякий раз, для того чтобы подтвердить предыдущую ложь, надо снова врать, потом еще, потом еще. Все это надо рассказывать при помощи ярких примеров и желательно из детской жизни. А бывает и так, что родителям проще удовлетворить то, чего ребенок добивается при помощи лжи. Но здесь необходимо осознавать, что ребенок, возможно, будет и дальше пользоваться методом лжи. Он ведь в состоянии уловить причинно-следственные связи достижения своего желания. Тут родителям важно не пропустить этот момент и пресечь дальнейшее вранье. Вот возвращаясь к примеру плача младенца: родители, заподозрив, что новорожденный пытается их обмануть, должны его от этого отучить. Это не значит, что надо игнорировать рыдающее чадо. А то и впрямь что-то случилось, и ребенок плачет не напрасно. Посмотреть потихоньку, проверить; если все в порядке, то пусть покричит. Кстати, очень хороший метод проверять ребенка — это приучить его приводить доказательства сказанному или сделанному. Говорит, что нарисовал рисунок? Хорошо, принеси и покажи. Причем делать это надо не с позиции «я тебе не верю», а подчеркивать, что родителю очень интересен плод труда сына или дочки.