



MENTIRAS

En qué consiste el problema

Todos los niños mienten en alguna ocasión, y **a menudo se trata de un aspecto normal en su desarrollo.**, pero la mentira es un comportamiento inadecuado que hay que **enseñarles a corregir**.

Principalmente la mentira **merma y resta confianza**. Si eres mentiroso no se fiarán de tí y a medio plazo perderás credibilidad. La confianza es uno de los pilares en las relaciones humanas comenzando por las personas más cercanas: padres, hermanos, educadores y siguiendo por los compañeros, amigos, etc.

Clases de mentiras

Por su intencionalidad, hay dos tipos distintos de mentira: la mentira de cobardía y la mentira de vanidad.

- a. **Mentira de cobardía:** Se trata de una mentira que huye de dar la cara. Es la típica mentira a los padres para evitar un castigo, o la mentira a un amigo para tapar un error y evitar pedir disculpas. Pero como este mundo es un pañuelo, la mentira se acaba descubriendo. Entonces ocurre que el “remedio” resulta más dañino que la enfermedad misma. En realidad, la psicología del que miente por cobardía, es la propia de aquel que no afronta el futuro, sino que se limita a salir del paso. Su dinámica es la de poner parches y parches (cada uno pretende tapar al anterior), cuando el único remedio posible sería el de cambiar de rueda.

- b. **Mentira de vanidad:** Se trata de una mentira con la que uno quiere aparentar ante los demás lo que no es. Uno “se ve mal” ante los demás porque no consigue los éxitos que ellos tienen, o que él querría. Entonces viene una mentira de exageración, para darse una cierta importancia o, simplemente, por ser el centro de atención. Llevados por la inseguridad y desconfianza en nuestra capacidad de ser aceptados tal como somos, podemos caer en la tentación de adornar aquí y allá nuestra historia y nuestras habilidades de forma que causemos una impresión favorable en las demás personas.



Cómo abordar las mentiras de los niños

Estos serán los pasos para tratar de abordar el problema de la mentira:

1º. Diferenciar entre verdad y mentira

El primer paso es enseñar a los niños **con ejemplos prácticos** la diferencia entre decir la verdad y mentir, entre la realidad y la ficción.

Podemos hablar con el niño y decir: “ahora yo estoy hablando contigo, eso es verdad y si yo digo que ahora estoy en la calle, estoy diciendo una mentira”. **Jugar a “esto es verdad y esto es mentira”**, puede servir con los más pequeños.

2º. El valor de la verdad

Después hay que **enseñarle las consecuencias negativas de mentir** y por tanto, el valor de decir la verdad. En los niños pequeños, hasta los 7 años, **el cuento “El pastor mentiroso”** es un instrumento muy útil para enseñarles las consecuencias de mentir. También se les puede explicar la importancia de la confianza y credibilidad y cómo la mentira merma esos dos valores fundamentales en las relaciones con los demás.

3º. Dar ejemplo positivo

Los niños **aprenden por imitación**: los adultos tienen que dar buen ejemplo en este sentido.

Si los padres y/o educadores utilizan la mentira el niño quedará desconcertado y no sabrá cómo actuar, considerando que este comportamiento es aceptable. No es necesario insistir en este aspecto: si los padres mienten, el hijo lo descubrirá y **no habrá argumentos** para corregirle.

4º. Adoptar medidas adicionales

Además de las tres pautas anteriores si el niño o la niña continúan mintiendo se deben adoptar medidas. Si la mentira va acompañada de un mal comportamiento, deben adoptarse medidas sobre el mal comportamiento y medidas **adicionales por mentir**. Las medidas deben ser proporcionales y las más adecuadas para esto es la retirada de privilegios.



5º. Si entra en una dinámica de mentiras

Algunos niños entran en una dinámica de mentiras, normalmente relacionadas con los estudios, los amigos, el uso del tiempo libre. Si comienzan a ser habituales deben **tomarse otro tipo de medidas**:

– En primer lugar, **no ser ingenuo y no dejarse engañar**. Para eso tendrá que hacer un pequeño sobreesfuerzo y mantenerse informado y contrastar la información que su hijo le aporte. Si su hijo le reprocha su falta de confianza, puede explicarle que es consecuencia de su conducta y que tendrá que ganarla de nuevo.

– **Ser contundente y adoptar medidas del tipo “retirada de privilegios”** por este comportamiento. En este aspecto es importante no ceder hasta que la confianza quede de nuevo más que demostrada.

Cuando se habla de *retirada de privilegios* nos referimos a retirar temporalmente algunos objetos o actividades atractivos para el chico/a. **El tiempo de retirada**, irá de menos a más. Se puede comenzar por una tarde, un día, dos días... En preadolescentes reducir el tiempo de dedicación al ordenador, restringir las salidas, la “paga semanal”, el uso del móvil,... pueden ser empleados en la retirada de privilegios.

– **No romper la comunicación**. Aunque suelen ser momentos tensos, es conveniente mantener la comunicación y el diálogo cuando se den las condiciones adecuadas para ello. Esta tendrán que abordar las causas de las mentiras, cómo actuarán los padres si dice la verdad y cómo recuperar de nuevo la confianza.

– **Buscar apoyos**. En estas situaciones es clave que los padres se mantengan unidos y que el niño reciba el mismo mensaje de ambos. También es clave buscar el apoyo de otras personas implicadas: tutores, orientador escolar,... para aplicar medidas ante este comportamiento.