



Miente

Categoría: Social

Comportamientos Relacionados

- Exagera
- Inventa excusas
- Engañoso
- Deshonesto
- Manipula

Qué Hacer:

Hable consigo mismo. Dígase a sí mismo: “No me gusta cuando mi hijo miente. En vez de enojarme, voy a tratar de entender por qué lo hace y enseñarle el valor de decir la verdad.”

Empatía. Dígase a sí mismo: “Necesito saber qué hizo que mi hijo mintiera. Una vez que me ponga en sus zapatos, entonces podré ayudarlo a aprender a decir la verdad...aunque sea difícil.”

Aquí están las principales razones por las cuales los niños mienten: Razón #1: Para hablar de su mundo de fantasía. Razón #2: Para evitar las consecuencias o para evitar “meterse en problemas” por sus acciones. Razón #3: Para evitar hacer cosas que no quieren hacer. Razón #4: Para tratar de quedar bien en la opinión de alguien más.

Enseñe. Dígase a sí mismo: “Yo puedo ayudar a mi hijo a aprender cómo decir la verdad, el valor de ser honesto para que la gente pueda confiar en él y ser responsable de sus acciones.

Cuando su hijo/a miente, piense en las razones por las cuales lo hace. Cuando sepa la razón por la que miente, podrá saber cómo ayudarlo a aprender a decir la verdad. Por ejemplo, si se da cuenta que su hijo dice mentiras para que no tenga que hacer la tarea, puede ayudarlo hablando de por qué no quiere hacer su tarea. Pregúntele calmadamente: “¿Qué se te hace difícil de tu tarea? ¿Cómo te podemos ayudar tu maestra y yo?”

Elogie que diga la verdad. Cuando sepa que su hijo/a dijo la verdad, dé elogios. Diga: “Gracias por decirme la verdad. Cuando dices la verdad, puedo confiar en ti. Pero sin importar nada siempre te amaré.”

Reconozca la fantasía. Cuando su hijo le cuente una historia inventada de lo que pasó cuando estaba afuera jugando y usted sabe que no es cierto, diga: “Me gustó la historia que inventaste sobre quién estaba jugando contigo. Sabemos que imaginaste en tu cabeza que tu jugador favorito de béisbol estaba jugando a atrapar la pelota contigo. ¡Fue una historia divertida! Vamos a escribirla y guardarla. Eres bueno para contar historias y tienes una gran imaginación.”

Enseñe que mentir rompe la confianza y a aceptar las consecuencias. Cuando su hijo sea descubierto mintiendo (como cuando él dice que no tiró la leche cuando usted puede ver que sí lo hizo) para evitar que lo regañe diga: “Lamento que hayas elegido no decirme la verdad. Vamos a trabajar en decir la verdad, para que yo siempre pueda creer que lo que me dices es verdad y pueda confiar en ti. Ahora vamos a limpiar juntos la leche que tiraste en la alfombra.”

Enseñe a su hijo/a tomar responsabilidad por lo que hace y dice. Cuando le pida a su hija hacer un quehacer, como guardar sus juguetes en su cuarto, tal vez le mienta para no hacerlo diciéndole que ya lo hizo. Diga: “Estoy muy contenta de que hiciste lo que te pedí. Voy a ver qué tan bien lo hiciste.”

Si ella dice, “Oh no, mami, aún no,” puede estar casi segura de que ella evitó su responsabilidad. ¡Vaya y revise! Si descubre que mintió, diga: “Lamento que elegiste no decirme la verdad acerca de hacer lo que te pedí. Yo sé que no querías guardar tus juguetes y tampoco querías decepcionarme, pero es importante hacer lo que te digo y decirme la verdad. Ahora vamos a hacer lo que te dije. Voy a observar mientras tú lo recoges.”

Practique decir la verdad. Cuando su hija le miente acerca de apagar la tele a la hora que dijo que lo haría, diga: “Lamento que no me hayas dicho la verdad cuando te pregunté si habías apagado la tele. Practiquemos decir la verdad. Quiero que digas: ‘Sí, mami, apagaré la tele cuando se acabe este programa.’ Ahora vamos a intentarlo.” ¡Revise para ver si le dijo la verdad y elógiela por cumplir su promesa!

Juegue a pretender con su hijo/a. Para ayudar a su hijo a reconocer la diferencia entre decir la verdad y una mentira para que se vea mejor en la opinión de alguien más, diga: “Yo sé que pensaste que decirle a Sam que tienes cuatro perros es divertido porque él piensa que eso es genial. Pero la verdad es que nada más tienes uno, a Lucy, a quien amas mucho. Tus amigos te van a querer por quién eres – un niño amable, cariñoso, honesto – no por cuántos perros tengas. Es divertido pretender que

tienes cuatro perros. ¡Vamos a inventar una historia sobre eso!” Ahora dime cuántos perros en verdad tienes.”

Qué no hacer:

No trate de ponerle una trampa a su hijo/a para que confiese. Si usted sabe que su hija hizo algo mal, hacerle una pregunta que usted ya sabe que la va a poner en un dilema: decir la verdad y ser castigada, o mentir y tal vez salirse con la suya. No haga que ella escoja. Por ejemplo, no le pregunte si ella tomó una galleta del jarrón de galletas si sabe que ella lo hizo.

No castigue. Cuando atrape a su hija mintiendo – por ejemplo, cuando ella dice que no usó un lápiz para dibujar en la pared y en realidad sí lo hizo – no la castigue por mentir. Enséñele a que acepte la responsabilidad por equivocarse y que arregle el problema que ocasionó. Ejemplo, diga: “Lamento que la pared esté rayada. Ahora vamos a tener que aprender cómo cuidar las paredes. Vamos a traer el material para limpiar y limpiarlo. Iré por el jabón mientras y tú vas por las toallas de papel. Decirme la verdad acerca de los rayones en la pared nos permite resolver el problema. Ahora sabes que las paredes no son para escribir. Cuando quieras escribir o dibujar, pídemelas crayolas y los lápices.”

No modele mentir. Evite exagerar o inventar historias para impresionar a la gente, para decir lo que usted quisiera que fuera verdad, para evitar consecuencias o para evitar hacer algo que no quiere. Por ejemplo, decirle a su hija que no hay helado en la casa cuando ella sabe que sí hay, le dice a ella que usted también miente, lo que hace que esté bien para ella.

No exagere su reacción. Aun cuando le haya dicho a su hijo cientos de veces que no soporta a los mentirosos, perder el control y enojarse cuando su hijo miente, solamente aumenta su necesidad de evitar decir la verdad para que usted no se enoje.

No etiquete a su hijo/a como un mentiroso. No convierta el mentir en una profecía que se cumpla sola. Una niña a quien se le llama mentirosa llegará a creer que lo que hace es lo que es. Su hija no es lo que hace. Ella es una niña. Tal vez no le guste su comportamiento, pero siempre la amaré incondicionalmente.

Los autores y la Fundación Crianza con Amor y Límites se deslindan de cualquier responsabilidad por consecuencias dañinas, pérdida, heridas, o daño asociado con el uso y aplicación de información o consejo contenido en estas recetas y sobre este sitio. Estos protocolos son guías clínicas que deben ser usadas en conjunto con el pensamiento crítico y el juicio crítico.