

Qué hacer ante las mentiras

Los niños y niñas suelen comenzar con sus primeras mentiras de tres a seis años. Mediante ellas comprueban que tienen un mundo interno diferente del de los adultos que si quieren, pueden preservar, lo cual implica también descubrir que el engaño es posible y que cuando nos comunicamos con otra persona hay que tener en cuenta lo que ésta sabe o no. Con esta edad crean en sus juegos un mundo irreal, pero su intención es totalmente inocente, no mienten con malicia.

A partir de los 6 años ya son conscientes de que, alterando la verdad, pueden conseguir beneficios y empiezan a moldear la realidad para obtener cosas, e intentan engañar. Es ahí donde la mentira puede empezar a ser un peligro.

A medida van creciendo, es más fácil que recurran a mentiras interesadas (por ejemplo, para evitar responsabilidades por sus acciones). En estos casos, se debe explicar la importancia y los beneficios de la verdad, la honradez y la confianza.

Los motivos que pueden llevar a mentir y omitir información pueden ser:

- Cuando se les exige y se espera mucho de los hijos e hijas, pueden mentir para no defraudar las expectativas familiares.
- Si observan que sus padres y/o madres mienten, lo considerarán algo normal y habitual e imitarán esta conducta.
- Mentir suele ser la mejor manera de evitar un castigo o una reprimenda. Es la causa más frecuente de las mentiras.
- Para llamar la atención. Suelen relatar historias con gran entusiasmo, ya que así reciben mucha atención mientras cuentan la mentira. Les sirve para reforzar falsamente su autoestima.
- Para responder a la ansiedad. Pueden ocultar un problema “maquillándolo” con otro.
- Se creen sus propias mentiras e intentan convencer también a los demás de que son verdad.

En caso de que los padres y madres observen que sus hijos e hijas utilizan la mentira con demasiada facilidad en cualquier situación, es importante considerar:

1. Expresar desaprobación, pero sin perder el control. No insultar y no etiquetar (eres un “mentiroso”).
2. Utilizar castigos razonables. Si no, se impulsa a que se arriesguen a mentir más, puesto que no tienen nada que perder.
3. Mostrar enfado recordándoles que eso no quiere decir que no se les quiera, si no que no se está conforme con su comportamiento.
4. Hablar con ellos y ellas sobre que habría pasado si hubieran dicho la verdad.
5. Explicarles que, a veces, es difícil decir algunas cosas, pero que siempre es preferible decir la verdad, aunque sea desagradable, a una mentira agradable.
6. Determinar qué tipo de mentira están diciendo y qué les está motivando a mentir.
7. Demostrarles las ventajas de decir la verdad: especialmente se confiará en ellos y ellas para otras situaciones.
8. Siempre favorecer la comunicación con los hijos e hijas.

Resumen

En general, de forma inocente y otras con premeditación, todos los niños y niñas mienten. En la mayoría de los casos, utilizan las mentiras como arma defensiva y a los padres y las madres deben servirles para detectar posibles problemas que no pueden resolver por sí mismos.