

CUANDO EL NIÑO MIENTE

**"Si quieres que los demás confíen en ti, tienes que merecer su confianza.
La confianza se gana con el trabajo bien hecho y la obligación cumplida".**

¿Cuántas veces nos ha tocado, como padres o profesionales, estar frente a la mentira de un niño? A veces de la manera más inocente, y otras veces con verdadera premeditación, lo cierto es que la mentira en el niño es casi una forma normal de comunicarse en el ambiente en que cotidianamente nos desenvolvemos. Presento a continuación, algunas pautas que pueden servir de base para una reflexión del problema y para abordar con mayor serenidad el tema de la mentira en los niños.

Tipos de mentira en el niño:

Cuando le decimos a un niño "Estás mintiendo", debemos tener mucho cuidado. Mentir es decir falsedades, es engañar a través de la palabra. Un niño que miente no siempre lo hace con intención.

Normalmente, los niños menores de 7 años tienen la tendencia a confundir la realidad con la fantasía. De ahí que sus juegos parecen tan vívidamente reales. En esta edad, cuando un niño se acerca a nosotros y nos dice "Por favor límpiame la cara que me quedó llena de barro luego del combate en el que estuve...", nos está invitando a participar de su fantasía y no está intencionalmente queriendo engañarnos. Este tipo de "mentira" es inocente, sin premeditación y sobre todo sin querer conseguir ningún beneficio con ello.

A partir de los 7 años, aproximadamente, el niño empieza a tener mayor conciencia de su realidad y se da cuenta que a veces falseando la verdad puede conseguir ciertos beneficios personales. Por ejemplo, el niño que asegura haber comprado un dulce con una moneda que se encontró en la calle, cuando en realidad la sustrajo del monedero de la mamá...

Padres, maestros y orientadores nos preocupamos ante este segundo tipo de mentira en el niño, pues es el que mayormente acarrea problemas posteriores.

¿Por qué miente el niño?

Queda claro, entonces, que en niños pequeños la mentira se da como parte de su juego, como viviendo su fantasía en la realidad.

Cuando el niño mayorcito miente, puede ser por diversas razones:

Como imitación al padre o a la madre que miente: Los niños, dicen, son como esponjas que absorben todo. Si ellos observan y viven la mentira de manera cotidiana, aprenden a hacerlo como algo normal y cotidiano. Es el caso del niño que escucha a su madre negarse al teléfono "dile que no estoy..."

- Por miedo: Suele ser la causa más común de la mentira en los niños, quienes por temor a la desaprobación o al castigo por parte de la madre o del padre, se ven llevados a falsear la verdad. Si el niño sabe que, por ejemplo, al llevar una nota mala del colegio, su mamá se va a enojar o le va a prohibir ver televisión, seguramente dirá que no le han entregado sus calificaciones aún...

- **Ante la exigencia:** Cuando le exigimos mucho al niño, esperando de él, a veces más de lo que esperamos de nosotros mismos, el niño tiende a hacernos creer que está al nivel de nuestras expectativas, y miente para no defraudarnos.

Sea cual fuere la causa concreta de la mentira, siempre es señal de que el niño está en apuros. El que miente es porque lo necesita. Con la mentira, el niño nos está diciendo "auxilio".

¿Cuándo preocuparse?

No siempre la mentira es tan grave como para preocuparse. Cuando la mentira es surgida de la fantasía, normalmente con la madurez del niño, ésta desaparece. Cuando se trata de mentira propiamente dicha, tendríamos que preocuparnos si es recurrente o si se presenta como:

- a) **Mentira patológica:** La famosa "mitomanía" que surge del niño que intenta persuadir y convencer a los demás de la realidad de sus relatos. Esta es la mentira que se vuelve habitual, una forma normal de reaccionar en el niño.
- b) **Mentira neurótica:** Surge como producto de un nivel elevado de ansiedad en el niño o del temor en general. Por ejemplo el caso del niño que habitualmente miente acusando a sus profesores de mal trato para ocultar su rechazo escolar.

¿Qué hacer ante la mentira?

Lo primero que tenemos que hacer como padres o maestros es determinar qué tipo de mentira es con la que estamos lidiando y, sobre todo, qué la está motivando. Si no sabemos cuál es la causa de ese "auxilio" desesperado en el niño, corremos el riesgo de equivocarnos en la intervención.

La actitud que tengamos va a ser determinante. Será necesario:

- Reaccionar con calma aunque con severidad.
- Felicitar o premiar al niño que confiesa la verdad. Si lo castigamos a pesar de que ha confesado, estamos reforzando su hábito de mentir (la próxima vez lo hará con más cuidado para que no lo descubran...). Sólo en última instancia habrá que acudir al castigo.
- Favorecer un ambiente de confianza, en la que el niño se anime a contar sus travesuras y sus errores. Que no sienta que cada vez que habla, hay consecuencias drásticas.

Estar alertas. Por mucho que amemos a nuestros hijos, tenemos que aceptar que a veces fallan, que no son perfectos e ideales como los hemos imaginado.

Lo ideal es que estas condiciones se den a modo de prevenir la mentira en el niño ("es mejor prevenir que lamentar"). Si estas condiciones se dan en su hogar, seguramente el hábito de la mentira no se dará; o si es que ya existe, irá desapareciendo en el niño. Si no llegara a desaparecer, lo más recomendable es buscar orientación profesional.

¡Ánimo padres! Un gran reto nos espera en la formación de la honestidad en nuestros hijos.

Pilar Ramírez V. - Psicólogo

http://www.inteligencia-emocional.org/aplicaciones_practicas/cuando_el_nino_miente.htm

Todos los niños pequeños mienten en algún momento. En los menores de cinco años, el mundo mágico de los sueños, deseos y fantasías, no siempre se diferencia de la realidad.

Pero cuando la mentira se convierte en algo crónico pasada esta edad, revela un problema más profundo de inseguridad o falta de autoestima que conviene averiguar y tratar. Si no quieres que tu hijo mienta a todas horas, evita hacerlo tú delante de él.

Todos mentimos en algún momento: por conveniencia, vergüenza, interés, respeto o necesidad. Por piedad, desesperación, defensa o simplemente por gusto. Las mentiras crecen con nosotros y evolucionan junto con nuestra personalidad. Pero si la mentira es persistente y trastorna nuestra vida y la de los que nos rodean, se convierte en algo patológico y peligroso.

Los padres desean que sus hijos no les mientan nunca, que confíen en ellos y les digan siempre la verdad. Para lograr esto, hay que inculcar ciertos hábitos de conducta y darles ejemplo desde pequeños. Mentir es una parte natural del desarrollo mental del niño y ciertas mentiras son positivas, pero si tu hijo es muy pequeño, es peligroso que se dé cuenta de que alterando la realidad obtiene un beneficio, porque así aprende a decir mentiras para evitar sus responsabilidades, y de adolescente engañará para probar sus propios límites y salirse con la suya.

¿Por qué mienten los niños?

Juan Pedro Valencia, psicólogo infantil, nos explica los motivos de las mentiras desde temprana edad:

Menos de 3 años: Por debajo de esta edad los niños no mienten aunque digan cosas que no son verdad, pues para ellos sí lo son y con eso les basta.

Entre 3 y 5 años: La mentira no se produce de forma consciente, sino como elemento constituyente de sus juegos e historias fantásticas. La mentira es un elemento más del juego y no hay que darle demasiada importancia, salvo que se extienda a su comportamiento habitual o se convierta en la forma por excelencia de obtener lo que quieren.

También les sirve para aprender que no siempre los adultos saben todas las cosas -lo cual es positivo y permite adquirir una mayor tolerancia a la frustración-; que puede ser una forma útil de llamar la atención en algunos casos, o que les permite evitar consecuencias negativas, como por ejemplo, un castigo.

A veces, mienten simplemente porque imitan lo que ven, es decir, absorben nuestras formas de actuar, de comportarnos y también, por qué no decirlo, de mentir. Asimismo, si nuestro nivel de exigencia es demasiado elevado, puede influir de tal forma que al no poder cumplirlo mientan para evitar defraudarnos y eliminar la tensión que les supone asumir esa responsabilidad desproporcionada: la mentira puede convertirse en una válvula de escape que enmascara una ansiedad demasiado elevada.

A partir de 5 años: A esta edad comienzan a mentir de forma consciente, cuando ya suelen distinguir la diferencia entre lo que es cierto y lo que no lo es, aunque aún no tienen claro que mentir sea algo incorrecto. Las mentiras pueden producirse tanto por inseguridad y falta de autoestima -que intentan ocultar mediante la mentira- o bien para probar y ver las

reacciones de los adultos y comprobar hasta dónde pueden llegar. En algunos casos, se trata de una forma de obtener afecto (que puede significar la existencia de problemas emocionales no resueltos) y que en la adolescencia puede convertirse en una forma de obtener más intimidad o de ocultar otros problemas más graves.

La mentira puede ser un síntoma que nos indique la personalidad de nuestro hijo:

- El niño tímido que se evade al sentirse desamparado.
- El niño agresivo y colérico que no encuentra la reacción adecuada.
- El niño temeroso que trata de huir del peligro.
- El niño vengativo que busca desquitarse.

¿Cómo saber si miente?

A menudo es muy difícil para los papás saber si los niños están diciendo la verdad o no. Cuando dicen la verdad, generalmente están relajados y sus expresiones faciales lo demuestran. Cuando mienten, sus expresiones faciales pueden demostrar esta ansiedad. Los padres deben escuchar cuidadosamente lo que sus hijos les dicen.

¿Existen contradicciones en lo que dicen?

¿Tienen sentido sus palabras?

¿Es creíble lo que dicen?

Si los niños dicen la verdad, usualmente sus palabras no suenan ensayadas, si lo que dicen suena ensayado, los padres pueden hacer preguntas para ver cómo reaccionan al contestarlas.

Niños mentirosos ¿Qué hacer cuando mi hijo miente?

Lo primero es intentar averiguar el porqué de ese comportamiento para así poder corregir lo que de nuestra parte pueda estar influyendo en el mismo y, en caso de que sea exagerado, poder recurrir a un profesional que pueda analizar el problema y orientarnos en la mejor forma de solucionarlo.

No obstante, Juan Pedro Valencia nos da una serie de pautas que podemos emplear para evitar en lo posible las mentiras de nuestros hijos:

- Dar ejemplo: Es difícil pedirle que no mienta si nosotros lo hacemos de forma habitual. Frases tan comunes como decir “*Si me llaman por teléfono, di que no estoy*”, pueden confundir al niño si luego le recriminamos por decir él algo parecido.
- Crear un clima de confianza que le sirva para tener la seguridad de que puede contarnos todo con tranquilidad y sin miedo.
- Explicarle claramente la diferencia entre la verdad y la mentira. Esto es especialmente importante en edades tempranas, donde, además, ajustaremos la explicación a su edad.

- Felicitarle cuando nos diga la verdad, especialmente si la misma conlleva riesgo de ser castigado. Por supuesto, si ha actuado mal y nos lo confiesa sin mentir no significa que no le debemos castigar, sino que separaremos claramente lo que es un comportamiento inadecuado por su parte de lo que el niño significa para nosotros: le queremos por sí mismo, no por sus actos.
- No reaccionar de forma desproporcionada cuando mienta, siendo preferible reprenderle o comentar lo ocurrido en privado que hacerlo en público.
- Explicar claramente lo que esperamos en cuanto a cumplir normas y los beneficios que conlleva. Ello le permitirá entender bien la relación entre conducta y consecuencias.
- Fomentar oportunidades para que actúe de forma sincera. Nosotros confiamos en ellos pero deben ser honestos con nosotros.
- Guardar proporcionalidad entre la conducta y sus consecuencias. Tan inadecuado es castigar excesivamente una conducta errónea como premiar sobremanera una positiva.
- La mentira no siempre hay que castigarla; a veces es más positivo saber sus razones para mentir, de tal forma que podamos actuar para que comprenda lo valioso de la sinceridad. Aumentará nuestra confianza y al mismo tiempo su libertad y autonomía.
- Liberarse de actitudes neuróticas. Muchas veces reaccionamos con ansiedad ante la simple posibilidad de la mentira: “¿Habrás dicho o no la verdad?” Y cuando la mentira es descubierta, entonces se acosa al niño, se multiplican las preguntas y los interrogatorios, y, haciendo gala de una gran desconfianza, ya no se le cree, aunque diga la verdad.

Juan Pedro Valencia, psicólogo infantil

Redacción: Irene García

<http://www.todopapas.com/ninos/psicologia-infantil/por-que-mienten-los-ninos-622>