

# Lying

## For children ages 3 – 5

*Lying is common in childhood. Children may stretch or change the truth, make-up stories or simply deny what an adult knows to be true. But this is not really lying. The difference is in the intent. Real lying is when someone says something they know to be false in order to hide the truth.*

### Why Do Children Lie?

Here are some reasons why children may lie:

**Fear.** Kids fear disappointing their parents and being punished. They learn if they didn't do something wrong their parents won't get upset and they won't be punished.

**Copying.** Kids hear adults lying and think it is okay. Adults may tell a "white lie" or offer an excuse for not doing something. But kids do not know the difference between different kinds of lies.

**Habit.** Lying can simply become a habit if done often enough.

**Wishing something were true.** Kids simply want something to be true. Saying it out loud helps the child believe it. For example when your child says "I didn't do it" and you know he did.

### Should A Lie Be Punished?

There is no easy answer to this question. You as a parent may say you are punishing your child for lying. But your child may think the punishment is not for the lie itself, but for being found out. If your child is lying because of fear of being punished, punishing your child may increase the likelihood of your child lying in the future!

### When Lying Becomes Serious

#### For Older Children

Sometimes lying is a sign that something else is wrong. Children who lie all the time may also be having trouble with:

- Stealing and cheating
- Anger
- Skipping school
- Making friends and other social situations

Talk to your child's doctor about these concerns.

### What Can Parents Do?

**Try to find out the reason for the lie.** This will help you know what to do about it.

**Help your child understand what really happened.** Wishing or saying something didn't happen won't change the fact that it did. Try saying "Even though you say you didn't track mud through the house, look, there's the mud and your shoes are dirty."

**Be kind when your child makes little mistakes.** Help your child see what went wrong, but let your child know that it is safe to tell the truth. Reassure your child that you won't get mad when you hear what really happened.

**If your child did something wrong, help fix the problem.** If your child tracked mud through the house, clean it up together. Your child will learn that mud really did get all over the floor.

**Praise your child for telling the truth.** Help your child understand that what he did may have been wrong, but that telling the truth about it was good. If your child admits to tracking mud through the house, say "Thank you for telling me the truth. But you did get the floor muddy and you'll need to help me clean it up."

# La mentira en niños de 3 a 5 años

*Es común que los niños mientan. Pueden cambiar o exagerar la verdad, inventar historias o sólo negar lo que un adulto sabe que es cierto. Pero esto no es mentir realmente. La diferencia está en la intención. Una verdadera mentira es cuando alguien dice algo sabiendo que es falso para ocultar la verdad.*

## ¿Por qué mienten los niños?

Éstas son algunas razones por las cuales los niños pueden mentir:

**Temor.** Los niños tienen miedo de desilusionar a sus padres y de ser castigados. Aprenden que, si ellos no hacen nada malo, sus padres no se enojarán y no los castigarán.

**Imitación.** Los niños oyen mentir a los adultos y piensan que está bien hacerlo. Tal vez los adultos digan una “mentira blanca” o den una excusa para no hacer algo; pero los niños no ven la diferencia entre una mentira y la otra.

**Costumbre.** La mentira se puede convertir en costumbre cuando se miente con frecuencia.

**Deseo de que algo fuera verdad.** Los niños desean que algo sea verdad y, decirlo en voz alta les ayuda a creerlo. Por ejemplo, cuando su niño dice: “Yo no lo hice”, y usted sabe que sí lo hizo.

## ¿Debe castigarse la mentira?

No hay una respuesta fácil para esta pregunta. Como padre o madre, usted puede decir que castiga a su niño por mentir. Pero el niño puede pensar que usted lo castiga porque lo descubrió y no porque mintió. Si el niño miente por miedo a que lo castiguen, y usted lo castiga, es más probable que vuelva a mentir más adelante.

## Cuando mentir se convierte en algo grave

### *Para los Niños mayores*

A veces, la mentira es señal de que hay algo más que no está bien. Los niños que siempre mienten pueden tener también otros tipos de problemas:

- Toman cosas ajenas y hacen trampa
- Se enojan
- Faltan a la escuela
- Tienen dificultades para hacer amigos y relacionarse en otras situaciones sociales

Hable con el médico de su hijo sobre estas preocupaciones.

## ¿Qué pueden hacer los padres?

**Trate de descubrir la razón de la mentira.** Así usted podrá saber lo que puede hacer.

**Ayude a su niño a entender lo que pasó en realidad.** Desear que algo no haya sucedido o decir que no sucedió no cambia el hecho de que sí sucedió. Pruebe a decirle: “Aunque dices que no dejaste lodo por toda la casa, mira, hay lodo y tus zapatos están sucios”.

**Sea considerado cuando su hijo cometa errores pequeños.** Ayude a que su hijo vea lo que hizo mal, pero dígame que no le sucederá nada malo si dice la verdad. Tranquilice a su niño diciéndole que usted no se enojará con él cuando él le cuente lo que sucedió en realidad.

**Si su niño hizo algo malo, ayude a resolver el problema.** Si el niño dejó lodo por toda la casa, limpien juntos. Así el niño se dará cuenta de que en realidad dejó lodo por todo el piso.

**Felicite a su niño cuando diga la verdad.** Ayúdele a entender que lo que hizo puede haber sido malo; pero que lo bueno fue que le contó la verdad y no le mintió. Si su niño admite haber dejado lodo por toda la casa, dígame: “Gracias por decirme la verdad. Pero tú ensuciaste el piso con lodo y ahora tendrás que ayudarme a limpiarlo.”