

## No mientas...



### MENTIR ES ALGO HABITUAL EN LOS NIÑOS ¿PODEMOS HACER ALGO AL RESPECTO?

Para mentir tiene que haber una intención y un objetivo: el de engañar.

Los niños y niñas, hasta los 5 años, suelen confundir la realidad con la fantasía. Para ellos, el mundo que se inventan cuando juegan es tan real como la vida y nos cuentan cosas como ciertas cuando son fruto de su imaginación. Nos cuentan cosas para que participemos de ese mundo suyo. Eso no es mentir, es fantasear.

Generalmente es en torno a los 6 años cuando se empieza a ser capaz de discriminar la verdad de la mentira. Aún así, cualquier cosa que a esas edades se diga que no sea cierta no tiene por qué ser una "mentira, mentira". Hay casos y casos.

### ¿Por qué mienten?

Mentir no está bien y eso hay que enseñárselo claramente a nuestros hijos e hijas; pero nosotros no podemos olvidar que hay *mentiras* y *mentiras*. Unas más importantes que otras.

Espontáneamente suelen tender a decir la verdad; pero la mentira se aprende, y es un recurso muy usado para salvar situaciones.

Cuando empiezan a tener mayor conciencia de la realidad, sobre los 6 años, los niños se van dando cuenta de que, a veces, alterando la verdad se pueden conseguir ciertos beneficios: *llamar la atención y parecer importante, conseguir algo que se quiere, vengarse de alguien que les repatea, evitar un castigo...* Así a veces empiezan a moldear la realidad para engañarnos y beneficiarse, y es ahí donde percibimos un peligro serio.

A medida que van creciendo, puede ser que recurran a mentiras interesadas, por ejemplo, para evitar responsabilidades o castigos y lleguen a acostumbrarse a mentir casi por norma.

### ¿Depende de nosotros?

Si nos paramos a pensar un poco, nuestro comportamiento favorece que nuestros hijos nos mientan o no. Las personas que rodean al niño y el estilo con que le tratan influyen mucho en su tendencia a mentir. Nuestro carácter o excesiva exigencia pueden provocar temor y motivar que mientan.

La reacción que tenemos las primeras veces que nos dicen una mentira influye también en que se convierta en algo permanente. Es conveniente explicarles la necesidad de decir la verdad, para ser honrado y que los demás confíen en ti, poniéndoles ejemplos de las consecuencias de mentir.

Nuestro ejemplo también marca: ¿mentimos delante de ellos? Si, por ejemplo, delante de ellos inventamos una excusa para no quedar mal, les estamos diciendo, indirectamente, que mentir es aceptable y estaremos modelando su conducta.

## ¿Cómo debemos reaccionar?

Si bien nunca se debe dejar pasar una mentira, no arreglamos nada castigando inmediatamente, sino que hay que preguntar por qué lo han hecho y dar la confianza necesaria para que nos digan cuáles han sido sus razones.

Si nuestro hijo o hija tiende a mentir a menudo, debemos preguntarnos qué les está llevando a mentir. Pues la causa nos dará la posible solución: *¿Qué trata de conseguir? ¿Qué beneficios obtiene?* Y en función de lo que busque, actuar.

También conviene que los adultos que le rodeamos nos cuestionemos: *¿cómo hemos actuado antes? ¿Somos muy exigentes? ¿Podemos inspirar temor? ¿Castigamos mucho?...*

Es bueno también explicarles por qué a veces decimos mentiras 'piadosas', y hacerle ver que eso no es lo mejor, y que no debe ser lo habitual, sino sólo en casos que prevengan un mal mayor para el otro.

Cuando la mentira ha afectado a otro, es importante hacer que pidan perdón o le cuenten la verdad. *"Has hecho mal a esta persona, debes reconocerlo y pedirle perdón."* El mal rato que pasarán les animará a no repetir. Es una forma muy adecuada de enmendarse.