

LA MENTIRA EN LOS NIÑOS

Hasta los cinco años los niños viven en un mundo donde la realidad y la fantasía conviven en un mismo plano, por eso es posible que los seres imaginarios de los cuentos, los ratones de los dientes y los regalos de Navidad crucen de una dimensión a otra sin problema.

De la misma forma, la mentira, entendida como una acción premeditada para obtener un beneficio, no existe para los más pequeños, y mucho menos la noción de lo correcto, lo bueno o lo malo que resulta mentir.

Pero ¿cuándo aterriza el mundo de la fantasía en la mentira? En la segunda infancia, que va de los 6 a los 11 años los niños ya razonan sobre las mentiras y pueden diferenciar lo cierto de lo falso, pero no lo correcto de lo inapropiado.

En esta etapa es crucial que los padres pongan atención en lo que sus hijos les cuentan para ayudarlos a confrontar su percepción contra la realidad y las consecuencias de alterar hechos concretos.



LOS NIÑOS MIENTEN PORQUE:

- Se sienten inseguros.
- Buscan la aceptación de sus padres.
- Buscan la aprobación de sus compañeros.
- Sienten miedo.
- Encubren a alguien.
- Imitan a sus padres.



Por otro lado, cuando los padres piden a sus hijos que mientan con frases como “No le vayas a decir a nadie lo que pasó” o “dile a tu maestra que faltaste porque te enfermaste”, hacen que la mentira se vuelva parte de la vida del niño, pero los pequeños todavía carecen de la capacidad para distinguir entre una mentira “piadosa” o intrascendente, de una mentira que lo llevará a ser una persona deshonesto.

Mentir es una habilidad cognitiva del ser humano para garantizar su supervivencia, algo parecido a lo que los camaleones hacen cuando se mimetizan, pero es importante que los niños sepan que esta conducta puede volverse peligrosa cuando:

- 1) Pierden la confianza de los demás.
- 2) Sufren el rechazo y el aislamiento como consecuencia de sus mentiras.
- 3) Dejan de ser tomados en serio o pierden credibilidad.
- 4) Pierden su propia identidad.

De acuerdo con una encuesta realizada por Consulta Mitofsky en 2007 sobre la mentira en México, se desprenden algunos datos interesantes para la reflexión:

- Los mexicanos nos consideramos poco mentirosos. Sin embargo, 9 de cada 10 hombres aceptó que mentía contra 8 de cada 10 mujeres que dieron la misma respuesta.
- En cuanto al número de mentiras por día, los hombres promediaron un total de 4.2, por solamente 3 de las mujeres.
- Un 20% de los estudiantes encuestados afirmaron ser muy mentirosos, en contraste con las amas de casa, sector más "honesto" de la sociedad, con sólo el 5% de integrantes que se consideran muy mentirosas.
- Frente a la pregunta de a quién se le miente, los amigos resultaron ser las principales víctimas con un 61.5%; en segundo lugar está la pareja con 34.9%.
- Dentro de las tres principales razones para mentir destacan: la necesidad, la conveniencia y el afán de evitar conflictos.

Es fundamental fomentar en los más pequeños el hábito de decir la verdad, para que lo generalicen en su futuro. Ya que ser capaz de decir la verdad y asumir la realidad es muy importante para el desarrollo emocional sano, para la autoestima y para las relaciones sociales.

Diferentes tipos de mentira en los niños y niñas

- Antes de los 5 años, existen unas mentiras, que son naturales y sin intención, su fantasía natural y espontánea, se mezcla con la realidad. Una mentira no tiene más importancia, pero cuando se mantiene pasada esta edad y se convierte en algo habitual, hay que intervenir, puede ser un mecanismo de defensa para mantener la autoestima.
- Mentira intencionada, sabiendo que están mintiendo y con alguna intención, como:
 - o Librarse de un castigo. "Tengo que decir que yo no he sido, para que no me castiguen"
 - o Conseguir algo que quieren o evitar algo que no quieren. "Si digo que he hecho los deberes, conseguiré un premio"

- o Miedos. “Esto me da miedo, invento algo, una realidad que no me dé miedo”
- o Necesidad de aparentar. “Yo no quiero ser inferior, cuento esto para aparentar ser como los demás o mejor”
- o Imitación de otras personas que mienten. “Mis papás mintieron en esto, es bueno mentir en determinadas situaciones”
- o Mantener la estabilidad. “Si cuento esto, las cosas van a cambiar”
- o Necesidad de ser aceptado y amado. “Si me muestro como desean y oculto lo que no les gusta me aceptarán”
- o Dificultad para asumir la realidad. “Esto que estoy viviendo no me gusta, no es como debería ser, mejor es de esta otra manera”

En estos casos, debemos indagar cual es la causa de la mentira e intervenir. En determinados casos puede llevar detrás un problema mucho mayor que la mentira en sí; en otros casos es un mal hábito que es importante eliminar. Ya que mentir ante cosas como evitar un castigo, puede no tener demasiada importancia, pero si esta conducta se generaliza, ante problemas mayores el niño o niña tendera a mentir, a ocultar lo que le ha pasado y no podremos ayudarle.

¿QUÉ PODEMOS HACER PARA EVITAR LAS MENTIRAS?



- Sirve de ejemplo desde el principio. No mientas, que los pequeños vean como por complicado que sea decimos la verdad. Utiliza un estilo de comunicación asertiva consistente en ser sincero pero sin dañar a los otros. Afronta la realidad y cuenta las cosas como son.

- Proporciona un clima de confianza. Procura no juzgar al pequeño cuando éste es sincero. Es importante que los niños y niñas

crezcan en un ambiente donde se sientan seguros para contar lo que piensan y sienten, sin miedo a ser juzgados o perder la estima de sus seres queridos.

- Habla con ellos y explícales la diferencia entre la mentira y la verdad. Y las consecuencias de ser mentiroso y de ser sincero. Puedes emplear cuentos, anécdotas, ejemplos, etc.
- Refuerza la sinceridad. Cuando el pequeño nos diga la verdad, aunque esta implique reconocer algún mal comportamiento, debemos reforzar al niño o niña por su sinceridad. Explicarle que no nos gusta la conducta que ha hecho pero que estamos contentos y orgullosos porque ha dicho la verdad. Esto no quiere decir que se libere del castigo por la mala conducta. Se castiga la mala conducta pero se premia la sinceridad.
- No le mientas. Es habitual que ante determinadas cuestiones evitemos decir la verdad a los pequeños para protegerlos y no hacerlos sufrir. Es importante evitar estas mentiras,

podemos suavizárselas al niño/a, comunicarle lo que sea de manera asertiva, pero nunca engañarle.

¿QUÉ HACER ANTE LA MENTIRA?



Cuando el niño o la niña mienten, ¿Qué podemos hacer?

- Primero es importante saber cuando están mintiendo. Si el niño miente no se mostrará relajado, y cuando le preguntemos no sabrá que responder.
- Si descubrimos una mentira, no debemos reaccionar de forma desproporcionada. Habla con él en privado y no en público, si le descubres su mentira en público se sentirá abochornado y probablemente aprenda cómo hacerlo para no ser descubierto la próxima vez.
- Habla con él, pregúntale, e intenta comprender porque miente el pequeño. De esta forma le demuestras, tu comprensión, no se siente juzgado, no teme perder la aceptación y el afecto y se sentirá seguro para decir la verdad.
- Dependiendo de la causa de su engaño, actuaremos de un modo u otro. En todo caso debemos explicar al pequeño que decir la verdad

es bueno. Qué todos hacemos cosas o nos suceden cosas que no nos gustan. Pero que no pasa nada, que debemos ser sinceros y asumir lo que hemos hecho o lo que nos ha pasado. Qué la gente le aceptará con sus defectos o con lo que haya hecho mal, pero que debe contarlo para que los demás puedan confiar en él y puedan ayudarle, aconsejarle o apoyarle.

“El mentiroso se miente a sí mismo, y quien se miente así mismo no sabe quién es o qué es”.