

家長如何處理孩子的說謊問題



在最近一次的講座中，有家長向我投訴，說兒子近來的一些「大話」令她感到十分煩惱。她的兒子十二歲，就讀小學六年級。家裡的電視櫃上放有一個放滿硬幣的大湯碗。最近，碗內的五元硬幣常常無故「失蹤」，丈夫以及家人均說沒有拿取，兒子也說與自己無關。有一天，母親往菜市場途中因忘記帶銀包而折返回家，一進門便發現兒子站在電視櫃旁，神情「鬼鬼祟祟」，一看便知道了事情的端倪，但仍希望兒子會向她道出實情，故用十分強硬的語氣，問了兒子多次，但他卻硬著頭皮，一一否認。最後家長十分憤怒，並近乎失控的出動了籐條，兒子才肯招供，但仍堅持自己是「首次犯案」，以往的硬幣失竊一概與自己無關。這位家長在向我求助時，眼中充滿不忿，並堅持自己的兒子以往並非如此，不知道是那裡出現了問題。

孩子說謊而自己又感到很生氣的時候，先要「停一停，靜一靜」

一個充滿負面情緒又不理智的管教方法，真的可以幫到孩子嗎？生氣的時候，先把自己的感覺告訴孩子，再喝杯水或獨處一下，等自己冷靜下來，多些理智，少些負面情緒時才進行管教吧。

冷靜下來，便要「想一想」：孩子為什麼要說謊呢？首要是把原因處理好

家長若只是著眼於孩子的謊話，而忽略了他說謊的原因，後果會是：

孩子對家長的嚴厲感到害怕，而家長的懲罰亦會對孩子起到即時的阻嚇作用，孩子亦可能會「誓神劈願」，苦苦哀求你相信他這是最後一次，下次一定不會再犯。然而，經過這一次之後，孩子學到的是：被媽媽發現了偷錢及說了真話會換來懲罰。換句話說，相反地處事便平安無事了。

為免被罰，孩子可能會變得更有技巧地偷錢及說謊，亦可能會用另外一些更加不好的手法完成自己的願望（例如偷同學的錢）。再次被發現時，又再換來更重的懲罰，孩子又再以更完美的手法偷家中的錢及說謊……如此下去，家長的嚴厲管教成為孩子說謊的技巧訓練，而自己亦不會再對孩子採取信任的態度，親子之間的信任關係便不再延續。

想要把問題徹底解決，就必須要「治本」，家長應該教導及鼓勵孩子以正確的渠道獲得自己想要的東西，此為治本，向孩子表示你明白他的需要，從而打開對話的大門。若孩子真的很想得到那東西，而家庭環境又許可的話，可鼓勵孩子儲起零用錢或利是錢，達到某一個金額之後，再資助他購買。此舉重點在於提供一些正確的方法，讓他願望成真，並可增加自己與孩子的溝通機會。家長若未能控制自己的怒火，而即時施以嚴厲的管教，孩子會覺得家長正在否定他的一切，從此孩子亦會被嚇怕，不敢對你說真話。

解決根本的問題以後，別忘記還是要處理「孩子說了一個謊話」的問題

孩子撒謊，家長要清楚地告訴他，你是絕對不容許的，父母立場鮮明對孩子來說非常重要。如果孩子偷取東西或者做了其他傷害別人的事情，為掩蓋這些行為而對你說謊，孩子就必須受到懲罰。在獎罰的同時，家長必須要讓孩子知道自己因甚麼而受罰。例如自己第一次被罰不准看電視是因為他偷東西，第二次被罰不准看電視則是因為他說謊。

在處理孩子的說謊問題上，家長們應該明白，懲罰並不能使孩子馬上意識到他的錯誤，想讓孩子真正改正錯誤是需要時間和父母的信任。一個和諧、互信的家庭，才有機會培養出勇於承擔責任的小孩，如因父母對孩子所說的話總是半信半疑，那麼孩子當然也就無法說出心底話了。

澳門心理治療協會心理諮詢師
周栢迪先生

