

Dia da mentira: por que as crianças mentem?

Por Beatriz Possebon

O Dia da Mentira, comemorado em 1º de abril, é aquele momento em que todo mundo fica em alerta para não cair em pegadinhas. Mas e quando a mentira acontece fora da brincadeira, especialmente no comportamento das crianças? Como ensinar nossos filhos que a verdade é importante em um mundo cheio de fake news e desinformação?

Por que as crianças mentem?

Mentir faz parte do desenvolvimento infantil. De acordo com a psicóloga e hipnoterapeuta Yafit Laniado, criadora da Relacionamentoria, a mentira infantil não tem, necessariamente, a intenção de enganar.

“A teoria adleriana preconiza que todo o comportamento da criança segue um objetivo. Assim, a mentira pode ser uma forma de chamar atenção, demonstrar poder ou simplesmente fruto de uma imaginação fértil”, explica a especialista.

Isso significa que, muitas vezes, a mentira não é sobre desonestidade, mas sobre uma necessidade não atendida. Algumas crianças mentem para se sentirem aceitas ou respeitadas, enquanto outras fazem isso para escapar de uma bronca.

O que acontece no cérebro infantil quando a criança mente?

O processo de criar e sustentar uma mentira é complexo e envolve diferentes áreas do cérebro. O neurocientista Dr. Fabiano de Abreu Agrela explica que, ao mentir, a criança ativa regiões cerebrais responsáveis pelo controle da linguagem, memória e tomada de decisão.

“O córtex pré-frontal, ventromedial e orbitofrontal analisam valores e decidem omitir fatos, enquanto o lobo temporal examina memórias e emoções para tornar a história mais crível. Já o córtex cingulado anterior controla sinais físicos que possam denunciar a mentira, como culpa ou nervosismo”, detalha o especialista.

Esse mecanismo explica por que algumas mentiras parecem tão convincentes e outras são facilmente descobertas.

Como ensinar crianças a valorizarem a verdade?

Se seu filho mentiu, a solução não está em broncas severas ou punições. Segundo Yafit Laniado, a melhor abordagem é construir uma relação baseada na confiança.

“Acredite, seu filho sabe que mentir é errado. Nossa reação à mentira influencia se o comportamento será repetido ou não. Por isso, foque na criança e no que motivou a mentira, em vez de rotulá-la como mentirosa”, alerta a psicóloga.

Outro ponto importante é o exemplo dos pais. As crianças aprendem observando os adultos, então se veem os pais agindo com sinceridade e transparência, tendem a seguir o mesmo padrão.

Quando a mentira pode ser um problema?

Pequenas mentiras ocasionais fazem parte da infância, mas quando o comportamento se torna frequente e exagerado, pode indicar algo mais sério. O Dr. Fabiano explica que transtornos de personalidade, como narcisismo, borderline e antissocial, podem incluir a mentira compulsiva como um dos sintomas.

Além disso, existe a mitomania, um transtorno caracterizado pela compulsão por mentir. Nesse caso, a criança cria histórias elaboradas, sem motivação aparente e ignora as consequências.

Como identificar uma mentira?

Embora nem sempre seja fácil detectar uma mentira, alguns sinais podem indicar que a criança não está sendo totalmente sincera:

Mudanças na voz ou hesitação ao falar

Contradições na história

Expressões faciais que não combinam com o discurso

Detalhes exagerados ou improváveis

O mais importante é criar um ambiente seguro para que a criança se sinta à vontade para dizer a verdade, sem medo de punições severas.

No Dia da Mentira, as brincadeiras são permitidas, mas a verdade é um valor essencial para a vida. Entender por que as crianças mentem e como lidar com a situação com empatia e diálogo pode fazer toda a diferença. O segredo está em ensinar pelo exemplo e construir uma relação baseada na confiança. Afinal, com amor e paciência, a verdade sempre vence!

https://paisefilhos.com.br/crianca/dia-da-mentira-por-que-as-criancas-mentem/?=_amp

Veículo: Online -> Site -> Site Pais & Filhos