

Seu filho mentiu? Veja por que isso acontece e como lidar da melhor forma

No Dia da Mentira, especialistas explicam por que as crianças mentem, como isso faz parte do desenvolvimento e de que forma os pais podem lidar com a situação com mais empatia e menos conflito

Por Beatriz Possebon

O Dia da Mentira, comemorado em 1º de abril, costuma ser marcado por brincadeiras e pegadinhas. Mas, fora desse contexto, quando a mentira aparece no comportamento das crianças, o assunto ganha outra dimensão.

Se você já se perguntou por que seu filho mente, saiba que essa situação é mais comum do que parece e faz parte do desenvolvimento infantil. Na maioria das vezes, não tem a ver com desonestidade, mas com algo mais profundo.

De acordo com a psicóloga Yafit Laniado, “a mentira infantil não tem, necessariamente, a intenção de enganar”. Isso porque, segundo ela, todo comportamento da criança tem um objetivo. “Assim, a mentira pode ser uma forma de chamar atenção, demonstrar poder ou simplesmente fruto de uma imaginação fértil”, explica.

Ou seja: muitas vezes, a mentira está mais ligada a uma necessidade não atendida do que a uma tentativa consciente de enganar.

Quando a imaginação se mistura com a realidade

Principalmente nos primeiros anos de vida, as crianças ainda estão aprendendo a diferenciar o que é real e o que é fruto da imaginação. Por isso, histórias exageradas ou situações inventadas podem surgir naturalmente.

Antes dos sete anos, esse tipo de comportamento é comum. As crianças podem criar histórias para se divertir, chamar atenção ou até preencher lacunas de memória.

Além disso, entre 2 e 3 anos, elas ainda não têm clareza sobre onde começa ou termina a verdade. Nessa fase, a chamada “mentira” pode ser apenas uma forma de interpretar o mundo — e não um sinal de problema.

Com o crescimento e o desenvolvimento social, as motivações mudam. As crianças passam a mentir também para evitar consequências, impressionar alguém, proteger outra pessoa ou até ser educadas.

O que está por trás das mentirinhas

À medida que crescem, as crianças começam a usar a mentira como estratégia para lidar com emoções e situações desconfortáveis.

Elas podem mentir para evitar desapontar os pais, preservar a própria imagem ou fugir de uma bronca. Em muitos casos, isso mostra que a criança ainda está aprendendo a lidar com sentimentos como medo, frustração e insegurança.

Além disso, o próprio cérebro participa ativamente desse processo. Criar e sustentar uma mentira envolve áreas ligadas à memória, linguagem e tomada de decisão. Isso explica por que algumas histórias parecem tão convincentes — enquanto outras são facilmente desmascaradas.

Como os pais devem reagir

Se tem uma coisa importante para lembrar, é: a forma como os adultos reagem faz toda a diferença.

Reações exageradas, punições severas ou interrogatórios podem fazer com que a criança associe a verdade ao medo — e isso só aumenta as chances de novas mentiras.

Por outro lado, o diálogo aberto e acolhedor fortalece a confiança. Ouvir a criança, entender o contexto e evitar rótulos são atitudes essenciais nesse processo. “Acredite, seu filho sabe que mentir é errado. Nossa reação à mentira influencia se o comportamento será repetido ou não”, alerta Yafit Laniado.

Outro ponto fundamental é o exemplo. As crianças aprendem observando. Demonstrar honestidade no dia a dia é uma das formas mais eficazes de ensinar o valor da verdade.

O papel da idade no comportamento

A forma como a mentira aparece também varia conforme a idade:

Até os 3 anos: dificuldade em separar fantasia e realidade

Dos 4 aos 5 anos: respostas mais diretas, mas ainda com confusão entre verdade e imaginação

Dos 6 aos 8 anos: mentiras para testar limites e lidar com responsabilidades

Dos 9 aos 12 anos: maior consciência, com mentiras ligadas à autoestima e relações sociais

Entender essas fases ajuda a responder de forma mais adequada, sem exageros e com mais empatia.

Quando a mentira merece atenção

Embora mentir faça parte do desenvolvimento, alguns sinais pedem atenção. Quando as mentiras se tornam frequentes, elaboradas ou aparecem sem motivo claro, pode ser importante investigar mais a fundo.

Além disso, padrões persistentes podem afetar a confiança entre pais e filhos e dificultar o desenvolvimento da honestidade.

Nesses casos, buscar orientação profissional pode ser um caminho para apoiar a criança de forma mais adequada.

Construindo uma relação baseada na verdade

Lidar com a mentira infantil não é sobre controlar o comportamento, mas sobre construir uma relação de confiança.

Criar um ambiente seguro, onde a criança se sinta confortável para falar sem medo, é um dos passos mais importantes. Quando ela entende que pode errar e aprender com isso, a honestidade deixa de ser uma obrigação — e passa a ser uma escolha.

<https://paisefilhos.com.br/crianca/seu-filho-mentiu-veja-por-que-isso-acontece-e-como-lidar-da-melhor-forma/>

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