Çocuklarda Yalan Söyleme Nedenleri ve Yaklaşım

Yalan konuşmak genel olarak kişinin istemediği bir olaydan veya durumdan kaçınmak amacıyla kullandığı bir savunma mekanizması olarak söylenebilir. Yalan konuşmak, kimi zaman sözle yolla, kimin zaman mimiklerle veya hiç konuşmadan da olabilmektedir. Aslında yalanın amacı karşındaki insanı aldatmak olarak ta söylenebilir. Yalan, insanlığın var olması başlamış olan ve hep devam edecek olan bir gerçektir. Ancak bir çocuğun yalan söylemesi ile yetişkinin yalana başvurması arasında fark vardır.

Çocuklar özellikle 3 yaş dönemi ile birlikte oluşan hayal dünyaları ile bazı hikâyeler uydurması, doğru olmayan şeyleri söylemesi veya taklitler yapması çok doğaldır.

Çocuklar Neden Yalan Söylerler?

Her yaş grubuna göre yalan söylemek farklı bir anlam taşımaktadır. 3 ile 7 yaş arasındaki dönemde hayalle gerçeği ayırt edememe, soyut kavramları algılayamadan yalan söyleme davranışı görülebilmektedir. Gelişimsel olarak bazı dönemlerde yalan konuşmak olabilen bir durumdur. Özellikle, 3 yaşa kadar olan dönemde çocuklar yalan konuşsalar da onların altında gerçekleşmesini umdukları, hayalleri olabilmektedir. Duyguların dışa aktarımında büyük önem taşıyan oyun oynamada çocuklar hayal güçlerinin de etkisiyle yalan konuşabilmektedirler.

7 Yaş Çocuğu Neden Yalan Söyler?

3 yaşla birlikte 6 yaşına kadar çocuklarda hayal gücü çok artıyor yaşadıklarını abartabiliyorlar, söylemlerine kendi hayal güçlerini katabiliyorlar. Çocukların soyut kavramları algılamaları başlamalarıyla 7 yaşla birlikte muhakeme etmeye, yalanın kabul olmayan bir şey olduğunu anlamaya başlamaktadırlar. 10-11 yaşla birlikte de neyin doğru neyin yanlış olduğunu tıpkı bir yetişkin birey gibi ayırt etmeye başlayabilmektedirler.

**Kendini Koruma** : Çocuklarda yalan konuşmanın ilk sebeplerinden bir tanesi de kendini dışarıdan gelecek tepkilere karşı korumaktır. Çocuk köşeye sıkıştığında, üzerine gidildiğinde veya tehdit hissettiğinde yalan konuşmayı kullanabilirler. Eğer çocuk yanlış yaptığında çok sık tepki alıyor, kendini savunmasına fırsat verilmeden hemen sert tepki gösteriliyor ve kimi zaman ceza alıyor ise kolayca yalana başvurabilir. Dolayısı ile yalan konuşmak çocuğun cezalandırılmasına karşı çocuğun geliştirdiği bir tür savunma mekanizmasıdır.

**Hayal Gücü Yalanları** : Kimi zaman çocuklar içinde bulundukları duruma göre hayaller üretebilir ve bunları sanki olmuş gibi gerçek olay gibi anlatmaya ihtiyacı duyar. Okul öncesi dönemde gerçeği değerlendirme yetisi henüz yeterince gelişmemiş olduğu için, kurdukları hayalleri zaman zaman çok gerçekçi olarak anlatırlar. Bu durum kimi zaman hikaye uydurma, kimi zaman da olmamış bir şeyi olmuş gibi anlatma şeklinde görülebilmektedir. Çocuklarda hayali uydurmaların esas amacı, kandırmak veya aldatmak değildir. Öte yandan çocuktaki hayal3 Uydurmalar bazen çok abartılı ve yoğun bir biçimde ortaya çıkar. O zaman çocuğun hayal gücünü bu kadar çok kullanmasının sebepleri kesinlikle araştırılmalıdır.

**Model Almak** : Genellikle çocuklar yalan söylemeyi ebeveynlerinden veya büyüklerden öğrenirler. Yetişkinin basit bir konuda da olsa yalan söylediğini gözlemleyen çocuk, yalan söylemenin olabilir ve işe yarar bir davranış olduğunu düşünmeye başlar. Bu da yalan konuşmanın alışkanlığa dönüşmesine neden olur.

**Sevilmediğini Hissediyorsa ve ilgi çekmek İstiyorsa:**Ebeveynleri, okulda veya sosyal ortamda arkadaşları ya da öğretmeni tarafından sevilmediğini hisseden çocuklar, kendilerini değersiz hissedebilir ve onay alabilmek, değerli görünebilmek için, sahip olmadığı bir şeye sahip olduğunu veya yapmadığı bir şeyi yaptığını söyleyebilir. Örneğin hasta olmadığı halde hasta olduğunu söylemek, sınavlardan kötü not alırken iyi not aldığını söylemek veya maddi olarak yapabilme imkanı olmadığı şeyleri varmış gibi söylemeleri gibi. Çocuğun kendini olduğundan daha farklı gösterme motivasyonu, kendine güven ve kendini beğenmeme temeline bağlanabilmektedir.

**Savunma Mekanizması olarak:**Yanlış bir şey yaptığını ebeveynleri veya öğretmenleri ile paylaştığında çok tepki alan çocuklar yalana başvurabilmektedirler. Çocuk için yapmış olduğu yanlışın sonuçlarıyla yüzleşmek zorsa aileye yalan söylemeyi kullanması kaçınılmazdır.

**Patolojik Yalanlar:**Patolojik yalanın en büyük özelliği inandırma gücünün çok kuvvetli olmasıdır. Ebeveynlerin de en çok dikkat etmesi gereken yalanlar bunlardır. Alışkanlık haline gelen yalandan bir farkı hiçbir yararı olmasa bile çocuğun doğruyu söylememesidir. Patolojik yalanda amaçlanan gerçekten uzaklaşarak bencilce bir sonuca ulaşmak olabilmektedir. Gerçekten var olmayan şeylere etraftaki kişilerin inandığını görmek çocuğa zevk vermektedir.

Çocuğun Yalan Söylemesi Nasıl Engellenir?

**Ebeveyn olarak Model Olmak ve Soğukkanlı Kalabilmek:** Çok kolay olmasa da ebeveynler, çocukları tarafından her hareketlerinin izlendiğini unutmamalıdırlar. Eğer çocukların dürüst olması isteniyorsa o zaman ailelerin de olumlu modelleme yapmaları gerekmektedir. Ayrıca çocuğun yalan söylediğini fark eden ebeveynler sakin kalmalılar ve ani tepki vermemelidirler. Çünkü ailesinin vereceği tepkiden korkan çocuklar daha fazla yalana başvuracaklardır. Öte yandan çocukla sakin bir şekilde konuşulduğunda, çocuk her zaman ailesine karşı açık olmayı öğrenecektir.

**Soru Şeklini Değiştirmek:** Çocuğa cevabını bilinen soruları sormak ve polis sorgusu yapmak yerine iyi bir dinleyici olup, ebeveyn olarak hissedileni samimi bir şekilde anlatmak çocuğa iyi gelecektir. Yalan söylediğini itiraf eden ancak ailenin kızacağını biliyor olmak, yalanı devam ettirme konusunda çocuğu zorlayabilir.

**Özgüvenli Olmasını Sağlamak:**Çocukların yalan konuşma nedenlerinden bir tanesi de özgüven eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Dolayısı ile çocuklarınızı tekdir etmeyi ve başarılarına önem vermeyi ihmal etmeyin. Kendine güvenen, başarılı hisseden çocuk her ortamda düşüncelerini ve duygularını rahat ifade edebilir, yalana başvurmaya ihtiyaç duymaz.

**Çocuğu Yalana Ortak Etmemek** : Örneğin çocuğun annesinin şeker yemesine izin vermediğini bildiği halde ona çikolata alıp “Annene çikolata yediğini sakın söyleme” gibi bir sırdaşlık kurmamak gerekir. Böyle bir durumda çocuk otomatik olarak bazen yalan söylemenin normal olduğu düşüncesini benimseyebilir.

**Nelerden Kaçındığını Anlamaya Çalışmak:** Çocuğun neden yalan söylediğini anlamak için onun yalan söylediğini düşünüldüğü noktada “Bu anlattıkların gerçekmiş gibi gelmiyor. Gerçeği anlatmaktan korkuyor gibisin. Bununla ilgili konuşmaktan korkmana gerek yok. Beraber bu sorunu çözmeye çalışabiliriz.” gibi bir yaklaşımla ilerlenebilir. Böylece çocuğun neden yalan söylediğini öğrenip bu konuda desteklenebilir.

**Çocuğa Güvenmek** : Çocuğun yalan söyleme sebeplerinden biri ebeveynlerine güvenmemesinden kaynaklanıyor olabilir. Çocuğa karşı şüpheli davranışların, onun her hareketini sorgulamak, yalanlarını yakalamaya çalışmak çocuğun kendini güvensiz hissetmesine neden olur. Bu durumu kabullenen çocuk “nasıl olsa bana inanmıyorlar, güvenmiyorlar, istediğim kadar yalan söyleyebilirim” düşüncesinde kapılabilir. Bu nedenle çocuğa güvenildiğini her fırsatta dile getirmeye çalışmak önemlidir.