**ÇOCUKLAR NEDEN YALAN SÖYLER?**

Yetişkinler pek çok farklı nedenden dolayı yalan söyleyebilirler. Yetişkinlerin yalan söyleme nedenleri ile kıyasladığımızda çocukların da aslında benzer nedenlerden dolayı yalana başvurabildiklerini görürüz. Çocukların yalan söyleme nedenlerine baktığımızda en sık rastladığımız sebepler arasında dikkat çekmek isteme, ceza almaktan korkma, karşısındakini mutlu etme veya mutsuz etmek istememe, istediği bir şeyi elde etme, istemediği bir durumdan arkadaşını koruma isteği yer alır. Her anne baba çocuğunun dürüst olmasını arzu eder, ancak yalan hayatın bir gerçeğidir. Çocukların yalanlarına verdiğimiz tepkiler onların yaşamlarının devamında yalana başvurma sıklıklarında belirleyici rol oynar.



Okul öncesi dönemde çocukların söylediği yalanlara baktığımızda ise durum biraz farklıdır. Bu dönemdeki çocukların hayal gücü oldukça geniştir, ve hikayeler üretmeyi, olmayan şeyleri varmış gibi anlatmayı severler. Bu durum son derece tipik olsa da anne babalar bazen çocukların bu sözleri karşısında endişeye kapılabilirler. Okul öncesi dönemde hayal ile gerçek arasındaki çizgi çok incedir ve yeni oluşmaya başlar. Çocukların hayal ürünü hikayelerini ilgiyle dinlemek onların hayal gücüne katkıda bulunsa da anlattıklarının “güzel hikayeler” olduğunu vurgulamak da önemlidir. Böylelikle çocuk hayal gücünü istediği gibi kullanırken bir yandan da hayal ile gerçek arasındaki farkı ayırt etmeye başlar.

Peki bu masum ve yaratıcı “uydurmalar” ne zaman birer yalana dönüşür, çizgi nerede başlar ve biter? 5-6 yaş itibariyle çocuklar yalan ve gerçek arasındaki ayırımı yapmaya başlasalar da henüz yolun çok başındadırlar ancak yine de 3-4 yaşlarındaki hayali hikayelere bu dönemde daha az rastlanır. 5-6 yaşlarındaki yalanlar genelde istenmeyen bir durumdan ya da sorununun çözümünden kaçınmak, anne babanın ilgisini çekmek ve arkadaşlar arasında kendini göstermek gibi nedenlerle ortaya çıkar. Bu yaşlarda çocuklar yalana başvurduklarında ebeveynlerin doğruyu söylemenin ve dürüst olmanın önemini vurgulamaları ve davranışları ile örnek olmaları önem taşır.

Çocukların yalanları karşısında suçlayıcı olmamak ve onları anlamaya çalışmak yalanın tekrarlanmasını önlemede önemlidir. Çocuğun yalana neden başvurduğunun anlaşılmaya çalışması sorunun çözümünde önemli rol oynar. Çocuk ebeveynin onu anladığını hisseder ve yaşadığı sorunun yalana başvurmadan da çözülebileceğini görür ise bir sonraki sefer aynı sorunu yaşadığında konuyu ebeveyni ile daha rahatlıkla paylaşır. Dinlenip anlaşılmadan suçlanan çocuğun ise sorunlarının çözümü için istemeden de olsa tekrar yalana başvurma olasılığı daha yüksektir.

Yalanın daha çok hani durumlarda ve kimlere söylendiği sorunun nedenlerinin anlaşılmasında önem taşır. Okulda arkadaşlara düzenli olarak söylenen yalanlar çocuğun kendiyle ilgili hissettiği bir yetersizlik duygusuna işaret edebilirken, anne babaya sıkça söylenen yalanlar anne babanın ilgi eksikliği ile ilişkili olabilir. Çocuğun yalan söylemesinin sorun aşamasında olup olmadığının kestirilmesi için tüm bunlara dikkate ederken bir yandan da yalanın sıklığı ve çocuğun hayatını ne derecede etkilediği gözlemlenmelidir.

Çocuğun yalanı ortaya çıktığında anne ve babası ile arasındaki güven ilişkisinde zedelenme olur. Yalan karşısında ebeveynlerin ilk tepkisi genelde hayal kırıklığı ve kızgınlık şeklindedir. Her anne baba için çocukları ile aralarındaki güven ilişkisinin bozulması üzücü ve rahatsız edicidir. Çocuğun yalanı kısa sürede ortaya çıktığında yaşanan bu olumsuz sonuçların yanında bir de yalanın ortaya çıkmaması sonucunda yaşanan olumsuzluklar vardır. Çocuk, yalanı ortaya çıkmayınca, aynı türden yalanlar söylemeye devam edebilir ya da söylediği yalanın suçluluğunu içinde taşıyabilir ve bu da benlik algısı ve kişilik gelişimi açısından olumsuz etkide bulunur.



Çocuğun dürüst olması ve yalana başvurmaması temelde ebeveynler ve çocuk arasındaki güven ilişkisinin ve çocuğun benlik algısının sağlamlığına bağlıdır. Kendini yeterli, ve mutlu hisseden, ebeveynleri ile sağlıklı güven ilişkisi kurabilen bir çocuk sorunlarının çözümü için ilk yol olarak yalana başvurmaz. Elbette, çocuğun yeterli sorun çözme becerilerini edinmesi de bu konuda önemli bir unsurdur. Çocuk herhangi bir sorunla karşılaştığında portföyünde bazı çözüm becerileri olursa sorununu bu yollarla çözmeyi deneyecektir. Ancak o zamana kadar bu çözüm becerileri ona öğretilmediyse, ya da tüm sorunlar onun yerine ebeveynleri tarafından çözüldüyse çocuk bir problemle karşılaştığında doğal olarak ne yapacağını bilemeyebilir ve sorunun çözümü için sağlıksız yollara başvurabilir.

Özetlemek gerekirse, çocuğa yalan söylemenin sonuçları ve dürüst olmanın önemini anlatmanın yanında, çocuğun neden yalan söylemeye ihtiyaç duyduğunu anlamak önem taşır. Sorunun kaynağına indikten sonra çocuğu bu yönde destekleyerek onun karşılaştığı sorunlar karşısında yalan yerine daha etkili yöntemler kullanması konusunda yönlendirmiş oluruz. Örneğin eğer çocuk arkadaşlarına yalan söylüyor ve onların ilgisini çekmeye çalışıyorsa, ona arkadaşlarının arasında popüler olmasını sağlayabilecek önerilerde bulunabilir, arkadaşlık becerilerini geliştirmesi için yardımcı olabilirsiniz. Bu çözüm önerilerini çocukla birlikte geliştirmek onun da bu becerileri içselleştirmesine katkıda bulunur.



Yalanın ortaya çıkması sonucunda yaşana hayal kırıklığı ve kızgınlıkla verilen cezalar çocuğun cezadan kurtulmak için yöntemler geliştirmesine ve yalan söylemeye devam etmesine neden olabilir. Bunun yerine, çocuğa söylediği yalanın sonucunun yaşatılması ve yaptığı hatanın sorumluluğunu alması için fırsat verilmesi daha doğru olacaktır. Ceza öğrenilmiş olumsuz bir davranışın sönmesine yardımcı olabilse de bunun yerine çocuğun yapabileceği uygun davranışları öğrenmesinde tek başına etkili olmaz. Çocuk ne yapmaması gerektiğini anlasa da, ne yapması gerektiğini sadece ceza alarak öğrenemez. Çocukla konuşarak yaptığı yanlış konusunda farkındalık uyandırmak, olası sonuçlar üzerine konuşmak, ve alternatif çözüm yöntemlerini birlikte geliştirmek çocuğun sorunlarını çözmek konusunda güçlenmesine katkıda bulunur. Öfkeyle verilen sıcağı sıcağına cezalar çocuğun suçluluk ve kızgınlık duymasına neden olabilirken, bunun yanı sıra ilerde tepkisel davranmasına, nasıl olsa yaptığı davranışın bedelini ceza aile ödediğini düşündüğü için hatasını tekrarlamasına neden olabilir. Dolayısıyla ceza yalanla baş etmek konusunda ilk ve tek çare olarak görülmemelidir.

Çocuklara yalansız bir dünya sunmak elbette mümkün değildir. Yalan söylemek kadar yalana inanmanın da olumsuz sonuçları vardır. Çocuklara gerçek ve yalan arasındaki farkı anlatmak, ve isteklerine yalan söylemeden ulaşmak konusunda onlara beceriler kazandırarak güçlendirmek çocukların kişilik gelişimleri açısından önemlidir. Doyumlu ilişkileri olan mutlu çocuklar günlük hayatlarında yalana başvurmayı alışkanlık haline getirmezler. Çocuğunuzla yeterli vakit geçirmek, sevginizi hissettirmek, onu dinlemek ve anladığınızı göstermek ve de en önemlisi, ne olursa olsun çekinmeden size anlatabilmeleri için size güvenmelerini ve kendilerini size karşı rahat hissetmelerini sağlamak çocuğunuzun yalana başvurmasını en aza indirecektir.