

EXCLUSIVO CRIANÇAS

O meu filho mentiu-me: porquê e como explicar as consequências da mentira

Quando as crianças assumem ter mentido, é importante valorizar a honestidade, antes de condenar o erro, aconselham os especialistas. Depois, proponha soluções para evitar novas mentiras no futuro.

Inês Duarte de Freitas
1 de Abril de 2024, 8:59

Oferecer artigo



Mentir é parte do desenvolvimento infantil TERESA PACHECO MIRANDA/ARQUIVO

Ouça este artigo 00:00 06:00

Uma criança partiu um brinquedo, mas acusa o irmão de o ter feito ou então esconde-o para que os pais não descubram. É um cenário que muitos pais se poderão identificar e que é uma fase normal do desenvolvimento, dizem os especialistas em infância. Mas como é que devemos reagir e ensinar-lhe as consequências de uma mentira? “Temos de perceber qual é o contexto e a intenção. Não é por mentir uma vez que se é um mentiroso”, reflecte a psicóloga Diana Alves, a propósito do Dia da Mentira, assinalado nesta segunda-feira, 1 de Abril.

“É perfeitamente normal e expectável que as crianças mintam, umas mais do que outras”, começa por reconhecer ao PÚBLICO o pediatra Hugo Rodrigues, autor de *Porque é que o meu filho se comporta assim?*. Diana Alves concorda, mas explica que é preciso diferenciar os tipos de mentiras, já que o conceito “é muito lato”. E, analisa a professora da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação da Universidade do Porto: “Em que contexto é dita em mentira? Nos primeiros anos de vida é difícil distinguir entre o que é real e o que é fantasioso. E há até brincadeiras de apelo à mentira criativa, como o faz de conta.”

A mentira mais comum é a “funcional”, diz, por sua vez, Daniela Nascimento, responsável pela consulta de comportamentos de oposição e risco no centro Partners in Neuroscience (PIN), que também fala da omissão. “É importante também diferenciar entre omitir e mentir. Algumas crianças não vêem a omissão como mentira porque os pais não lhe perguntaram”, diz.

Mas a mentira funcional ocorre sempre que é preciso camuflar alguma situação ou para evitar lidar com uma consequência. “Não é elaborada. Acontece numa situação que é identificada como negativa e a mentira é uma consequência”, explica a técnica de educação especial. Ou seja, completa Diana Alves, é a resposta a uma ameaça. “É um comportamento de evitamento, de nos pouparmos de uma emocionalidade menos boa.”

Esse evitamento pode ser por medo da resposta dos pais, por vergonha “de ser gozado” e, como tal, as crianças preferem “o prazer imediato” que a mentira lhes traz, observa a psicóloga, especialista em educação socioemocional. Como tal, é importante que os pais procurem saber o que está na base, perguntando, por exemplo: “O que te preocupa? Por que escolheste dar esta resposta?”

A terapeuta Daniela Nascimento reconhece que a primeira tentação é condenar a acção, sobretudo porque “esperamos que a criança dê uma resposta à imagem do que faria um adulto” numa situação semelhante. “Mas a criança não tem essa competência, portanto devemos analisar e perceber o que podemos ter feito no passado que leve a criança a evitar aquela situação”, defende.

RELAXAR >

EXCLUSIVO
Dias da Dança: uma Zona Franca bagunçada, um Brasil que “renasce das cinzas”

Segunda na TV: Nolly, muito trabalho e vampiros entrevistados

EXCLUSIVO
Inteligência artificial na prática clínica: presente e futuro Opinião de João da Silva



EXCLUSIVO ALIMENTAÇÃO
Fazer jejum intermitente pode acarretar riscos para o seu coração

RELAXAR >

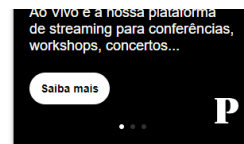
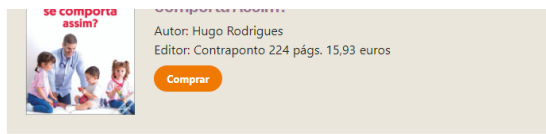
EXCLUSIVO
Dias da Dança: uma Zona Franca bagunçada, um Brasil que “renasce das cinzas”

Segunda na TV: Nolly, muito trabalho e vampiros entrevistados

EXCLUSIVO
A Invenção da pintura em Cabo Verde fez-se com o fim do colonialismo

Porque é que o meu filho se comporta Assim?

Ao Vivo



Oferecer soluções

Nesse sentido, o exemplo é fundamental, lembra o pediatra Hugo Rodrigues, que pede aos pais que não mintam às crianças. Depois, perante a mentira dos filhos, o autor do projecto *Pediatria para Todos* lembra que, em primeiro lugar, se deve valorizar a honestidade dos pequenos que, mais do que tudo, “querem agradar aos pais”. Se a criança assumir uma mentira, “esse factor deve ser elogiado em primeiro lugar, em vez de condenar o que fez”, mostrando que “há espaço para o erro”. E exemplifica: “Vês, não é assim tão grave como achaste.”

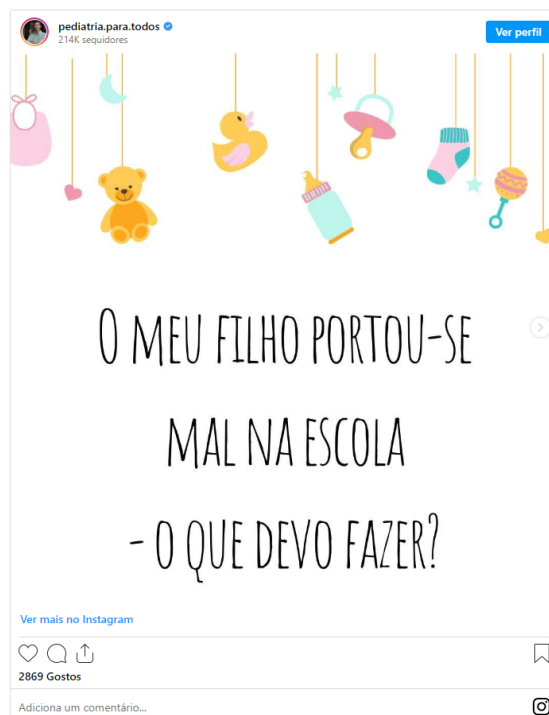
Daniela Nascimento aconselha os pais a tentarem oferecer soluções, mas impõe regras pelo caminho. “A nossa regra é clara. Se queres mexer ali, pedes autorização. Se queres muito ver, podes pedir-nos ajuda e mostramos”, propõe. Ademais, a terapeuta avisa que é importante não “gerar imediatamente crítica ou juízo”.

“Não podemos reduzir a criança a um comportamento. Por vezes, no processo educativo, reagimos como se fosse um padrão e não é”, avisa a psicóloga Diana Alves. Em vez de condenar e rotular a criança, a especialista coloca o ónus nos pais que poderão dizer como se sentem desapontados com aquela mentira, sem castigos.

No entanto, é preciso ensinar as crianças de que a mentira não é a solução para evitarmos confrontos e tem consequências. Uma vez mais, no lugar de o foco estar nos filhos, passa a estar nos pais. “Falamos do entendimento das consequências a longo prazo: fragilizar a confiança que os outros têm no que ele partilha. Se mentir constantemente, vai instalar-se uma quebra de confiança”, explica Diana Alves.

A professora recorda que, com adolescentes, o cenário já poderá ser mais complicado, uma vez que a intencionalidade da mentira passa a estar presente. “Provavelmente poderá existir um aumento na frequência do recurso a estas estratégias, dado o movimento de autonomia. A resposta deve ser proporcional a esta intencionalidade”, diz, frisando a consequência da perda de confiança, que os jovens já terão um entendimento diferente dos mais pequenos.

Além disso, a psicóloga preocupa-se com o mundo digital, onde é mais difícil repor a verdade, dada a ausência da comunicação não-verbal, que ajuda a descodificar discursos “menos verdadeiros”. Nas redes sociais, argumenta, o contexto do anonimato, “acrescido ao efeito de grupo”, leva a uma “menor contenção”. Por isso, sublinha: “Do ponto de vista parental é importante não ignorarmos.”



Como sinais de alerta de que a mentira não é só ocasional, a terapeuta Daniela Nascimento aponta a periodicidade. “Quando esta é sempre a mesma estratégia de resolução em todas as situações e se, depois de os pais chamarem a atenção, não acontecer qualquer alteração em seis meses”, define. Por vezes, a mentira também pode resultar de um desfasamento da percepção. “Quando as crianças criam histórias que não aconteceram ou quando fazem um relato diferente porque entenderam a situação de forma incorrecta.”

Nestes casos, é importante procurar ajuda junto da escola ou de um psicólogo, sobretudo quando a mentira tem por fim “causar dano ao outro”, sublinha também Diana Alves. “Se as crianças não conseguem ter outra estratégia para se proteger, é preocupante.”

É importante não ignorar nenhuma mentira, mas sem dramatizar demasiado.

resume Hugo Rodrigues. “Na maior parte das vezes, temos de levar com leveza. Os pais chegam preocupados que os filhos se tornem pessoas mentirosas. Mas é um processo e têm de perceber que a verdade é sempre recompensada”, termina o pediatra.

ines.freitas@publico.pt

Sugerir correcção

TÓPICOS

Ímpar Crianças Psicologia Educação Questões sociais Saúde Bem-estar

Torne-se perfilto

Ler 1 comentários

LER MAIS



ENTREVISTA

“Acredito que a felicidade deve ser a máxima dos pais: fazer os filhos felizes”



EXCLUSIVO CANCRO

Como contar aos meus filhos que tenho cancro? “Sem minimizar, nem agravar”



RELAÇÕES

Sob a pressão da perfeição, mentiras arriscam menos na criatividade, diz novo estudo

Os leitores são a força e a vida do jornal

Obrigado pelo seu apoio

O contributo do PÚBLICO para a vida democrática e cívica do país reside na força da relação com os seus leitores. Quanto maior for o apoio dos leitores, maior será a nossa legitimidade e a relevância do nosso jornalismo. Apoiar o PÚBLICO é também um acto cívico, um sinal de empenho na defesa de uma sociedade aberta, baseada na lei e na razão em favor de todos ou, por outras palavras, na recusa do populismo e da manipulação para privilégio de alguns.

Obrigado por ser nosso assinante. Convidamo-lo a conhecer melhor o Público exclusivo e as vantagens que tem por pertencer à comunidade.

Saiba mais

SUBSCREVA A NOSSA NEWSLETTER DESPERTADOR

DE SEGUNDA A SEXTA

Todas as manhãs, a newsletter fundamental para estar informado.

Subscrever

Tomei conhecimento que as newsletter editoriais poderão conter publicidade. OBRIGATORIO

EM DESTAQUE



EXCLUSIVO ENTREVISTA

Governo quer “travão” nos apotos à plantação de vinhas

Teresa Silveira e Paulo Pimenta



EXCLUSIVO LICENÇA PARENTAL

Subsídio parental aumenta rendimento das famílias mas favorece salários altos

Raquel Martins



EMPRESAS

Petróleo: acções da Galp dispararam 20% após “importante descoberta” na Namíbia

Rosa Soares

14



Ver mais

OPINIÃO



Mais do que diferente, melhor
David Pontes



O que aprendemos sobre a economia portuguesa em 50 anos de democracia
Ricardo Paes Mamede



As universidades novas
Eduardo Marçal Grilo



O Livre livrou-se de boa e elegeu Francisco Paupério
Carmo Afonso