



Tel.: 06241 – 8535905

Anregungen für Eltern

Hilfe, mein Kind lügt!

Wenn ein kleines Kind lügt und offensichtliche Lügen erzählt, nimmt ihm das niemand übel. Bei Schulkindern sieht das schon anders aus, und die Ursachen für Lügen sind vielfältig.

Ungefähr mit Eintritt der Schulreife, also mit sechs bis sieben Jahren, können Kinder unterscheiden, wann Lügen in Ordnung und wann sie unangemessen sind. Eine familiäre Atmosphäre des Vertrauens ist dabei die wichtigste Grundlage für Offenheit und Ehrlichkeit und verhindert meist, dass Ihr Kind lügt. Wenn sich Ihr Kind vorbehaltlos geliebt fühlt, dann kann es auch Fehler eingestehen und hat keine Ursache für Lügen. Das gilt ebenso für den Umgang mit Freunden und Lehrkräften.

Lügt Ihr Kind immer wieder, geschieht das meist ganz bewusst.

Es kann also ganz verschiedene Ursachen haben, warum Kinder lügen. Angst vor Strafe oder der Wunsch nach Anerkennung stehen beim Lügen an erster Stelle.

Kinder wollen ehrlich sein

Die Wahrheit ist Kindern wichtig, trotzdem kommen sie immer wieder in Situationen, wo sie lügen. Grund dafür ist, dass sie meistens über die Folgen des Lügens nicht nachdenken und nur die direkte Reaktion sehen: Wenn ich die schlechte Note verheimliche, bekomme ich keinen Ärger. Langfristig ist dieses Verhalten keine Lösung des Problems. Doch das Verständnis von Ehrlichkeit und den Umgang mit der Wahrheit müssen Kinder erst einmal lernen.

So lernt Ihr Kind ehrlich zu sein

Je öfter Kinder positive Reaktionen auf ihre eigene Ehrlichkeit und Offenheit und nicht auf ihr Lügen erleben, desto eher hören sie mit dem Lügen auf. Tatsache ist: Ältere Kinder fühlen sich in der Regel sehr unwohl beim Lügen. Sie haben schnell ein schlechtes Gewissen und möchten statt dem Lügen lieber ehrlich sein. Voraussetzung ist eine Atmosphäre des Vertrauens in der Familie. Kinder brauchen das Gefühl, ohne Vorbehalt geliebt zu werden – besonders wenn ihnen etwas misslungen ist oder sie etwas ausgefressen haben. So haben sie keine Ursache für Lügen und sind ehrlicher.

Ursachen für Lügen

Lügen aus Angst vor Strafe

Obwohl es in den meisten Familien heutzutage für kleine Vergehen wie einen zerbrochenen Teller, verschwigene Hausaufgaben oder unerlaubtes Fernsehen kaum noch Strafen gibt, trauen sich trotzdem viele Kinder nicht, ihre Tat zuzugeben und lügen deshalb. Weil sie sich der elterlichen Reaktion nicht sicher sind, verheimlichen sie durch Lügen lieber ihre Tat oder schieben die Schuld, aus Angst vor Konsequenzen, auf andere. Diese Furcht, Verantwortung für ihr Tun zu übernehmen, haben sie nicht nur zu Hause, sondern auch bei Freunden und Bekannten und lügen deshalb auch dort. Ihre Lügen sind jedoch meist schnell durchschaubar, denn die Kinder verlieren leicht den Überblick und verstricken sich in ein Geflecht aus Lügen, aus dem sie bald keinen Ausweg mehr finden.

Das können Sie tun:

Helfen Sie Ihrem Kind, die Wahrheit zuzugeben, indem Sie Verständnis zeigen und es nicht gleich bestrafen, so können Sie das Lügen in Zukunft verhindern. Reagieren Sie anders, als Ihr Kind erwartet, und nehmen Sie ihm vor künftigen Fehlern die Angst. Geht es nicht ohne Strafe, so sind logische Konsequenzen für Kinder am besten nachzuvollziehen und wirken dem Lügen entgegen. Lassen Sie sich das Hausaufgabenheft täglich zeigen, reduzieren Sie für eine Weile die Fernsehzeit oder behalten Sie für den zerbrochenen Teller ein wenig Taschengeld ein.

Lügen aus Angerebtheit und dem Wunsch nach Anerkennung

Ein wenig Fantasie ist ganz in Ordnung, aber wenn Kinder ständig übertreiben und die wildesten Märchen erzählen, sollten sie aufhören. Häufig ist ein schwaches Selbstbewusstsein der Grund für die erfundenen Geschichten. Wenn die Mama zum Shoppen nach New York verfrachtet wird, der Papa angeblich einen Rolls Royce fährt oder als Haustier ein Löwe gehalten muss, buhlen Kinder meistens um die Anerkennung anderer. Diese Hirngespinnste werden jedoch schnell durchschaut, und das Kind gibt sich umso mehr der Lächerlichkeit preis.

Das können Sie tun:

Heben Sie die Stärken und Talente Ihres Kindes häufiger hervor und verhelfen Sie ihm zu Erfolgserlebnissen. Das gelingt gut durch ein Hobby, in dem Ihr Kind seine Fähigkeiten zeigen kann und Erfolgserlebnisse hat. Fühlt ein Kind sich stark und selbstbewusst, braucht es auch keine Lügengeschichten mehr zu erfinden.

Lügen aus Überforderung

Für einige Kinder sind die Anforderungen des Alltags und der Schule zu hoch, sodass sie sich in Traumwelten und Ausreden flüchten. Sie behaupten dann, ihre Aufgaben bereits erledigt zu haben, das Zimmer schon aufgeräumt und die Katze schon gefüttert zu haben, obwohl nichts davon stimmt. Lieber liegen sie verträumt auf dem Bett, hören Musik oder kleben am Fernseher fest, als sich um ihre „anstrengenden“ Aufgaben zu kümmern. Häufig benutzen sie auch Lügen, um Konflikten oder Streitereien aus dem Weg zu gehen. Solche Kinder lügen nicht bewusst oder aus böser Absicht, sondern wählen aus Überforderung den leichteren Weg. Sie sind ohne Hilfe einfach nicht in der Lage, sich mit der Wahrheit auseinander zu setzen.

Das können Sie tun:

Fragen Sie sensibel und verständnisvoll nach, warum Ihr Kind bestimmte Aufgaben nicht erledigt und lieber zu einer Lüge greift. Braucht es Ihre Hilfe oder einfach mehr Zeit für sich? Geben Sie Ihrem Kind mehr Freiraum und beschränken Sie die Anforderungen auf das Nötigste. Es braucht längere Ruhephasen als andere und mehr Zeit für seine Entwicklung zur Selbstständigkeit – dann sollte das Lügen aufhören.

Lügen aus Höflichkeit und Rücksichtnahme (Notlügen)

Notlügen wenden alle Menschen nahezu täglich an, und Kinder bekommen das natürlich mit. Umso wichtiger ist es, dass sie begreifen, wann eine Unwahrheit aus Höflichkeit angebracht ist und wann nicht. Signalisiert Ihr Sohn also Freude über das Geschenk seines Großvaters, obwohl er Eisenbahnen überhaupt nicht interessant findet, sollten Sie mit ihm über seine Notlüge sprechen. Zeigen Sie ihm, dass die Lüge durchschaut und akzeptiert ist.

Das können Sie tun:

Lassen Sie Ihr Kind bei Notlügen gewähren, denn in seinem späteren Leben braucht es diese auch. Da ist es gut, wenn es früh damit umzugehen lernt.

Lügen aus Scham

Schamlügen sind fast schon Heldenlügen, denn ihnen liegt die Absicht zu Grunde, den Belogenen nicht enttäuschen zu wollen. Die Kinder wollen ihre Eltern schützen und daher keine Fehler eingestehen. Ihr eigenes Versagen, zum Beispiel in der Schule, ist für sie so eine große Belastung, dass sie ihren Eltern diese Scham nicht antun wollen und lieber schwindeln. Das passiert bei schlechten Noten in Klassenarbeiten, einer misslungenen Bastelhausaufgabe, bei der Mama geholfen hat, oder auch wenn Elternabende verschwiegen werden, weil es um ihr Fehlverhalten in der Klasse gehen könnte.

Das können Sie tun:

Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass Fehler normal sind und bei allen Menschen vorkommen. Suchen Sie anschauliche Beispiele: Papa hat früher immer verschwiegen, dass sein Vater auf der Mülldeponie beschäftigt war, weil er sich geschämt hat. Später stellte sich heraus, dass die Klasse die Arbeit so interessant fand, dass ein Klassenausflug dorthin organisiert wurde.