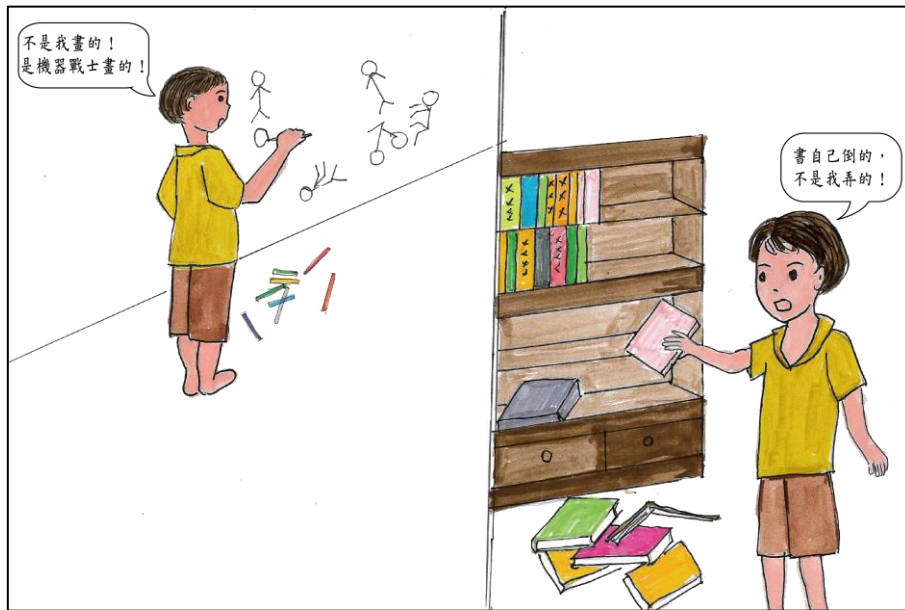


幼兒說的到底是童言童語？還是謊言？



一牆的口紅驚心悚目！

[誰？誰畫的？]

你對著3歲的兒子質問著，嘴巴周圍還"血跡斑斑"，逮到一隻小現行犯！

[機器戰士！]

昏倒！

書崩??書架上的書掉落一地！

[誰弄的？]

你明知故問。

[繼已倒的！]

好一個有奶味的謊言！

你心裡掙扎著：年紀這麼小，應該不是故意說謊。要責罵嗎？罵

的話，似乎顯得父母小題大作；不罵的話，又擔心"細漢偷挽瓠，長大偷牽牛"。哎呀！這是怎麼回事啊？

幼兒說謊的原因如下：

1. 真實與想像分不清.

小明說：[我有一台黃色卡車！]

你兒子馬上說：[爸爸也買給我一輛黃色大卡車！]啥米？？你聽了
瞠目結舌！

這就是標準的現實與想像分不清.他當下真的"希望"有，而且
還以為說了就成真！

妳可以溫柔的提醒他，妳已明白他的願望。

(X)媽媽：[別胡說八道！]

(O)媽媽：[你真的好想有一台黃色大卡車。]

2. 想做對事情，想讓你高興

[是誰打破的？]你問這對無邪姊妹花。

[她！]異口同聲，毫不遲疑！手指對方，絕不妥協！

他們真的一心希望不是自己，而是對方。

做了不好的事，她們看媽媽的臉色也知道！不希望你生氣不
快樂，真希望自己沒做，以為一出口便會成真，這是她們的美夢！
說到底也是真實與想像分不清！家長當然不想鼓勵這些舉動，但

是也要體諒他們所處的發展階段。

避免大聲斥責！記住：大聲斥責只會引來真正的謊言！

(X)媽媽：[一定有一個人說謊！說！到底是誰！]

(O)媽媽：[花瓶破了！大家都不喜歡！現在該怎麼做才好呢？]

也許孩子就會主動提出應該打掃乾淨，若她們不回答，媽媽就可以開始誘導。

父母可以怎麼做？

1. 鼓勵誠實，不必爭到贏！

有些家長會一時"失去理智"，竟與乳兒爭辯不停！

[誰？是誰？]成為咒語，一直迴盪在犯罪現場。這種顯而易見的答案，你無須複述。即使你是希望他誠實認罪，這將使他心生畏懼，於事無補。

你可以說：[我看到地上都是水，水是怎麼來的呢？]。

如果他說了實話，你可以說：[水到處都是，還要清理，很麻煩。

可是你很誠實，我很高興。現在我們該怎麼做呢？]。

如果他說的離譜：[小飛俠弄的！]

你可以說：[一起來幫忙清理吧！]如此一來，讓孩子知道做錯

事是可以修補的。長遠來看，他將逐漸明白，勇敢坦白修補錯

誤是很正常的事。

2. 慢慢回憶全貌

孩子的認知力不及，有時並不真的要欺騙。家長可以溫和堅定的協助他回憶全貌，別用粗暴的語言，嚇得他大腦完全無法運作！

[是姊姊把房間弄得亂七八糟！]

媽媽：[我也看到房間很亂，謝謝你指給我看。你剛才在哪裡呢？]

媽媽接著詢問姊姊拼湊全貌。但是記住，拼出全貌並非目的；而是協助孩子了解，在這個事件中他可以負責的修補是什麼。

媽媽：[請姐姐清潔……，你清潔……]接著你可以談以後再有類似事件發生，該怎麼辦。

3. 表現你的信任與提供安全港

經常由故事或實際發生的小事件讓孩子明白，你非常高興他說實話，也讓他明白，你一定會幫助他。

(O)媽媽：[雖然花瓶破了很難過，可是我很高興你說出真正發生的狀況。你很誠實。我們現在可以怎麼做呢？]

如果發現他說的不是事實，你可以說的正面一點，而不必冷酷地提到說謊。

(O)媽媽：[告訴媽媽真正發生的狀況。我喜歡聽到真正發生的情形]。

4. 作對的示範

別以為你說個"有益他人"的白色謊言無所謂，小心孩子誤會這樣撒點小謊很正常。

(X)媽媽：[弟弟剛剛又沒有吃蛋糕，是奶奶吃的。]為了安撫哥哥，也因為你不想捲入手足之爭，也懶得出去買蛋糕，於是你跟弟弟眨眼睛，撒了一個小謊。

這樣以後怎麼交弟弟要誠實呢？

不同年齡孩子說謊原因各異。如果是幼兒的謊言與你認知的有些不同，以上供家長參考。

文章作者介紹：廖璽璜醫師

畢業於台北醫學大學醫學系，在從事小兒科醫師工作20年後，赴美國西雅圖取得諮商心理學碩士，並於西雅圖擔任亞洲諮商輔導轉介中心義工迄今，長期參與當地社區飲食障礙支持團體工作。

在10年近身觀察飲食障礙患者後，深深覺得將此症的正確知識介紹給台灣民眾是十分急迫的事。因為在無遠弗屆的網路力量下，台灣社會已無可避免地全盤接受西方「瘦即是美」的觀念，精神科醫師雖已發現飲食障礙症的發生率正不斷急速攀升，而我們

民眾對飲食障礙症的瞭解及社會對病患的協助卻遙遙不及。

故，成立社團法人杏璞身心健康關懷協會，擬由心理衛生教育著手，藉由情緒教育推廣、正確身體意象宣導及飲食障礙講座，幫助民眾建立正確觀念。

插圖繪者介紹：程廣莉

學歷：中國醫藥大學

嗜好：繪畫（油畫、國畫、絹畫）、拼布