**Лгать или не лгать…**

Социальный педагог

А.В. Саверская

«Люди часто говорят, что ненавидят меня, но на самом деле я уверена, они не могут без меня обойтись! Англичане часто называют меня белой, а русские — даже святой! Говорят, я бываю во спасение, — и мне эта характеристика нравится гораздо больше, чем «мерзкая», «гнусная» и другие незаслуженные ругательства. Меня зовут … ЛОЖЬ!»

Никто точно не скажет, когда родилась ложь. Биологи полагают, что способность обманывать других коренится в очень далеком прошлом. Естественный отбор благоволил хитрецам, способным не моргнув обмануть и съесть. Так что, ложь помогала сохранить свой набор генов и искоренить из проекта «Эволюция» чужой. Впору назвать ложь «движителем эволюции». Научившись лгать, люди научились, как это ни странно, взаимодействию друг с другом. Ведь каким бы толерантным человеком вы не были — принять «правду-матку», высказанную в лицо, всегда сложно. Это порождает массу проблем при общении и, в конечном итоге, может нанести вред общему делу.

У нас есть тысячи причин, чтобы солгать:

1) чтобы избежать наказания (от родителей, начальника, государства);

2) чтобы выглядеть лучше (перед девушкой, преподавателем, работодателем…);

3) чтобы скрыть свои «косяки»;

4) чтобы навредить кому-то, кто нам надоел;

5) чтобы придать «соли» своему рассказу;

6) чтобы избежать неприятных расспросов;

7) чтобы не выполнять необдуманных обещаний;

…

1000) и, наконец, «во спасение».

Недавно ученые обнаружили, что у постоянных лжецов в мозгу содержится гораздо больше белого вещества, чем серого. Область, отвечающая за «говорение неправды», находится в префронтальной части. Возможно, эта область мозга каким-то образом связана с моралью и совестью. Маленькие дети, по наблюдениям этих же ученых, как правило, не умеют хорошо лгать. Но к 10 годам, когда доля белого вещества в мозгу увеличивается, врут они уже вполне «сносно» и по-взрослому. Выводы предварительные, для их проверки нужно время. Однако информация заставляет задуматься о многом... Сегодня любой представитель человеческой расы, едва научившись говорить, приобретает умение лгать. Одни врут по пустякам, другие — конструируют такие хитроумные комбинации, что, когда открывается правда, она переворачивает мир. Причин обмана множество. На первый план выходят самые банальные. Больше всего мы лжем, стараясь скрыть собственные промахи и тем самым избежать ненужных ссор с близкими и коллегами. Мы сами не понимаем, что мы наделали, и не хотим, чтобы лишний раз нам об этом напоминали. Сорок один процент уходит на это «заглаживание вины». В 14% случаев мы скрываем от близких наших привычки и поступки, которые им не понравятся: все так же курим тайком от матерей и пропускаем рюмочку поутру незаметно от жен. В 8% случаев мы плутуем, приукрашиваем себя, и надеемся, что такими нас точно полюбят. Еще в 6% случаев привираем, чтобы оправдать нашу лень.

Как видите, в большинстве случаев ложь не так уж преступна. Мы охотно подтасовываем факты, задним числом придумываем причины поступков, разбавляем пресную воду яви чарующим вином фантазии. Создать свой «рекламный» образ гораздо легче, чем переделать себя, свой характер, стать таким, как мы хотим. На это уйдут годы, а казаться хорошим можно уже сейчас! Ложь исцеляет наши души, помогает видеть собственную жизнь в розовом цвете.

Вспомните свой сегодняшний день. Сколько раз вы солгали? Один? Два? А, может быть, сотню раз? Часто мы лжем, не задумываясь, в целях самозащиты.

Ложь сопровождает нас с самого рождения и до конца. Только человек недалекий думает, что если все разом перестанут лгать, то мир изменится в лучшую сторону.

Гораздо продуктивнее научиться распознавать ложь. Часто нам кажется, что мы можем интуитивно почувствовать обман. На самом деле это не так. Необходимо внимательно следить за собеседником – за его жестами, мимикой, движением глаз. Только в этом случае можно правильно перевести невербальную информацию.

Интересные факты:

* английские ученые утверждают. Что в день человек лжет в среднем 200 раз. Каждые 8 минут мы говорим нечто, что не соответствует действительности;
* считается, что люди начинают лгать в возрасте 6 лет и не теряют этой привычки до самой старости;
* мужчины лгут, когда речь заходит об их умениях и знаниях, связанных с техникой; женщины – когда рассказываю о покупках;
* самые большие лгуны – мужчины, так как давление окружающей среды на них сильнее;
* американские ученные провели эксперимент: участникам строжайше запретили лгать. Результат: испытуемые потеряли интерес друг к другу, почувствовали усталость, у некоторых поднялось давление. Вывод американских ученых прост – кристальная правда опасна для вашего здоровья.

А вообще – не обманывайте без острой необходимости.