**Почему подросток обманывает?**

**1. Главное**, о чем нужно помнить - это то, что для подростка ложь является элементом самозащиты. Ребенок просто не уверен, что вы сможете понять его. Если же с самого детства давать сыну или дочери возможность понять, что в случае неприятности всегда можно обратиться за помощью к родителям, то лжи станет намного меньше. Подросток просто будет вам доверять.

**2. Почему подросток врет** родителям, даже если они всеми силами стараются стать для него лучшими друзьями? Причиной может стать нежелание решать накопившиеся проблемы, ведь найти это самое верное решение подростку нелегко - он еще не приспособился к условиям взрослой жизни и не умеет делать правильные выводы. Отсюда и попытки скрыть истинное положение вещей в надежде, что проблема разрешится сама собой. Как повлиять на подростка? Просто научите его не игнорировать трудности, а искать правильный выход из любой ситуации.

3. Часто подростки **врут не только родителям**, но также своим друзьям. Это происходит из-за нежелания выглядеть хуже, чем остальные. Стремление слиться с обществом бывает особенно сильным именно в подростковом возрасте, когда ребенок вдруг решает быть, как все. Поэтому, неудачная любовь, двойки по математике и другие проблемы хочется скрыть, чтобы не показать свою ущербность. Что делать? Важно объяснить подростку, что все плохое забывается, и главные радости у него еще впереди.

**Помните,** что постоянная ложь - это главный признак того, что в данный момент подросток испытывает моральные трудности. Поэтому, очень важно поговорить с ребенком, выяснить, что его тревожит. Не стоит читать нотации - попробуйте просто побеседовать с сыном или дочерью, дать небольшой совет. Также попытайтесь максимально занять подростка, поскольку иногда вранье является следствием нерастраченной энергии - пусть ребенок направит ее в нужное русло.

Если подросток постоянно врет, это может быть связано с неблагоприятной ситуацией в семье и отсутствием внимания к ребенку. Но довольно часто и в благополучных семьях сталкиваются с подростковой ложью. В этом случае ложь указывает на то, что юноша или девушка очень ценят и любят своих родителей и просто не могут огорчить их, и поэтому им легче сказать неправду, чем вызвать недовольство мамы и папы.

Тем самым такие дети загоняют себя в тупик своей ложью. Родители могут даже не догадываться об этом, но ложь на этом этапе формирования человека может иметь сильные негативные последствия.

Если появились малейшие подозрения, то лучше попробовать напрямую поговорить с ребенком. Однако не у всех родителей хватает такта и терпения для действительно душевного и продуктивного разговора.

Причиной этому может быть попытка дочери или сына проявить таким образом свою самостоятельность в суждениях. Кстати, именно стремление почувствовать себя самостоятельным может спровоцировать ложь у подростков - так они стремятся обособить свою частную жизнь от вмешательства старших и говорят что угодно, чтобы от них просто отстали.

Но все-таки, психологи склонны считать, что когда подросток врет, его истинные намерения - вызвать у родителей раздражение и таким образом обратить на себя внимание. Если родители слишком"давят" на подростка, его ложь будет сродни бессильному гневу и попыткой противостоять тирании близких. В зависимости от того, какой будет реакция родителей, можно определить настоящую причину лжи подрастающего ребенка.

Подростку часто может казаться, что против него выступил весь мир. Неумение преодолевать возникшие перед ним трудности формирует новую специфическую модель поведения. Страх, что у него ничего не получится, подталкивает подростка к пассивному поведению.

И чтобы хоть в чем-то оправдать себя, он начинает лгать. Таким образом, он успокаивает сам себя и начинает искренне верить в свою ложь. Не стоит удивляться, почему врут подростки постоянно. Ложь в свое оправдание входит в привычку и перестает контролироваться сознанием.

Порой ложь становится действительно бессмысленной. Например, подросток может врать о своем времяпровождении после школы, хотя за нее, узнай правду, не ругали бы родители. Стремление к независимости вполне нормально для этого возраста, так что родителям не стоит беспокоиться, если врет подросток только по этой причине.

Если родители уличили подростка во лжи, не стоит торопиться наказывать его. Необходимо определить причину, почему он пытается так делать и постараться помочь ему. Проблемным подросткам стоит больше уделять внимания, интересоваться его взглядами и планами на будущее.

Родителям стоит также обсуждать свой день с ребенком, а также любые домашние дела. Только через общение можно возобновить доверительные отношения с ребенком. В таком случае, у подростка не будет причин врать, а родителям не придется беспокоиться.

Подросток не будет лгать своим родителям, если не боится их негативной реакции или возможности быть отвергнутым. Взрослые также не должны унижать ребенка, уличив его во лжи. И уж тем более указывать на это в присутствии его сверстников. Самое правильное решение - принять сторону ребенка и поддержать его, помочь или посоветовать что-то. В крайнем случае, можно обратиться к специалисту.