

Пришло время перестать сокрушаться по поводу того, что все люди врут — все равно с этим ничего невозможно поделать. Лучше попробуем разобраться, зачем они это делают. На смену стремлению уличить друг друга во лжи должно прийти искусство создания атмосферы доверия

Почему мы вруем?

КАК ЧАСТО МЫ ВРЕМ?

Согласно результатам исследований, в течение одного дня вам могут солгать от 10 до 200 раз. Причем незнакомцам врут чаще, чем знакомым: в течение первых 10 мин знакомства неправдивая информация звучит как минимум трижды. Экстраверты лгут чаще интровертов, может быть просто потому, что экстраверты больше общаются с другими людьми. Мужчины врут о себе в 8 раз чаще, чем о других. Ну любит прихвастнуть сильная половина человечества! А вот женский обман чаще всего направлен на защиту — себя или кого-то другого. Женщины охотно врут и обманываются для сохранения отношений или репутации. У среднестатистической супружеской пары ложным является каждое десятое утверждение, которое они сообщают друг другу. Но это не предел, ведь у неженатых пар этот показатель возрастает до трех из десяти.

ПОСТПРАВДИВОЕ ОБЩЕСТВО

По своей природе мы против лжи, ведь взаимодействие людей основано на доверии. Вся эволюция человеческого общения была направлена на выявление и искоренение обманщиков. В маленьких общинах это было легко — все друг друга знали и каждый четко понимал, кому можно доверять, а кому нет. Сегодня же мы живем среди незнакомцев, ежеминутно подвергая себя риску быть жестоко обманутыми. Развитие дистанционных коммуникаций объединило всех жителей планеты и одновременно сформировало постправдивое общество. Жизнь современных людей выставлена на всеобщее обозрение в блогах и социальных сетях. Но вся эта излишняя открытость — отнюдь не честность. Интернет загроможден ложными друзьями, ловкими манипуляторами сознания, хитроумными ворами личных данных и навязчивыми продавцами. В виртуальном мире все может быть не таким, как кажется, и древние инстинкты распознавания обмана здесь не работают.

Ни один смертный
не способен
хранить секрет.
Если молчат его
губы, говорят
кончики пальцев
Зигмунд Фрейд

КАК ОБНАРУЖИТЬ ЛОЖЬ?

Знатоки лжи, вооруженные научными знаниями о том, как различить обман, докапываются до истины в 90% случаев. Обычные люди могут отличить правду от вранья только в 54%. Полагают, что лжецы всегда нервничают, а на самом деле они прекрасно знают, как скрыть внешние проявления обмана. Считается, что лжецы предпочитают не смотреть в глаза, а в действительности они смотрят в глаза собеседника даже немного дольше, чем обычно, именно для того, чтобы развеять этот миф. Сейчас существуют специальные инфракрасные мозговые сканеры и магнитно-резонансные томографы, которые могут расшифровывать сигналы, когда человек пытается кого-то обмануть. Но, к счастью, научиться выявлять ложь не сложно и без хитроумного

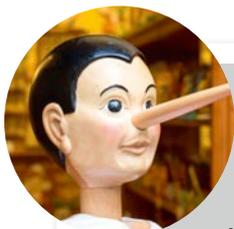
оборудования. Есть хорошие и плохие вруны, но не существует оригинальных лжецов. Все совершают одинаковые ошибки и используют похожую технику обмана. Наука обнаружила специальные индикаторы обмана, которые позволяют увидеть расхождения между словами и действиями.

ИНДИКАТОРЫ ЛЖИ

Сегодня технология определения правды не пререстанно развивается. Известно, что у лжецов меняется частота моргания, а их ноги направлены к выходу. Обманщики используют различные предметы в качестве барьера и помещают их между собой и собеседником. Они меняют тональ-

ность голоса, как правило, значительно ее понижая. Неискреннюю улыбку легко отличить по выражению глаз и отсутствию морщинок вокруг них. Лжецы подсознательно отдают себя от предмета их лжи, говоря о себе отстраненно — «тот человек», а о предмете обмана — «подобное дело». Они насыщают речь оборотами «честно говоря» или «со всей откровенностью», пытаются убедить всех в своей искренности. Они говорят «да», но качают головой «нет». Они рассказывают весьма убедитель-

ные истории, но при этом слегка пожимают плечами. Как бы обманщик не контролировал свое выражение лица, ложь дает о себе знать внезапными замаскированными вспышками: выражение презрения к собеседнику или мимолетная ухмылка «обманули дурака!».



Как вы думаете, что понравится Пиноッキо больше всего, когда он станет настоящим мальчиком? Он сможет спокойно врать сколько угодно, а нос останется прежних размеров. Его бесконечно злил сам факт, что все могут врать, а он нет. Поэтому, как только он стал настоящим мальчиком, он врал, врал и врал

«День превосходства»

В ПОИСКАХ ПРАВДЫ

Индикаторы лжи служат красными флажками на пути распознавания обмана, но сами по себе они ничего не значат. Ведь эти жесты и выражения постоянно используются людьми, даже если они не собираются никого обманывать. Сигналом обмана служит только повторяющаяся совокупность подобного поведения и оборотов речи. Присматривайтесь и прислушивайтесь, и тогда вы научитесь безошибочно определять ложь собеседника. Но сначала серьезно задумайтесь, действительно ли вы хотите знать, когда вам врут? Ведь на самом деле в вопросе отношения к правде люди глубоко противоречивы. Когда нам выгодно, мы категорически настаиваем на правде, но стыдливо ее замалчиваем, если она нам не по душе. Мы против лжи, но прибегаем к ней постоянно под благовидными предлогами и без таковых.

ВРАТЬ И ДЫШАТЬ УЧАТСЯ ОДНОВРЕМЕННО

Обманывать мы учимся с первых дней жизни. Так, грудные дети заходятся в поддельном плаче и замирают, чтобы посмотреть, кто идет, а потом снова принимаются плакать. На протяжении первого года жизни дети старательно учатся скрывать правду и двухлетние малыши уже умеют блефовать с удивительной ловкостью. Пятилетние дети бессовестно лгут, манипулируя окружающими с помощью лести. К десятилетнему возрасту мастерство обмана достигает совершенства. А к 16 годам ребенок готов солгать матери один из пяти раз.

Все мы живые островки, которые кричат друг другу ложь среди океана взаимонепонимания

Редьярд Киплинг

Когда мы впервые осознаем колоссальные масштабы лживости окружающего мира, факты ужасают. Мы не можем поверить в то, что ложь настолько общепринята. К счастью, большую часть этого моря обмана составляет так называемая белая ложь.

ЛОЖЬ ВО БЛАГО

Все люди лгут, но у лжи могут быть разные причины. Ложь сложна — она глубоко вплетена в нашу личную и деловую жизнь. Зачастую мы сознательно участвуем в обмане, оправдываясь благими намерениями. Мы старательно ограждаем человека от жестокой правды, которую, по нашему мнению, ему не стоит знать. Мы врем, чтобы сгладить острые углы взаимоотношений, чтобы доставить друг другу удовольствие: «ты совсем не толстая», «ты самый умный». Такой обман служит «смазкой» для жестких «шестеренок» жизни. Ложь помогает создать прекрасный мир вместо прозаической реальности. Правда — это то, во что люди хотят верить. В основе любого вранья лежит правда, измененная до неузнаваемости буйной фантазией лжеца. В большинстве случаев причина, по которой люди лгут, это самообман — люди обманывают других, чтобы обмануть себя. Скучную правду может затмить привлекательная ложь. Ложь — это попытка заполнить пробел между тем, что мы о себе думаем, и кем являемся в действительности. Она помогает воплотить в жизнь наши желания и фантазии о том, кем бы мы хотели быть.

БЕРЕГИТЕСЬ ОБМАНА

Значит все прекрасно? Если ложь служит украшением нашей жизни, мы можем продолжать обманывать себя и друг друга без зазрения совести? Не совсем так, бывают случаи, когда нам приходится участвовать в обмане невольно и это может нам дорого стоить. Когда произносится ложь, самое главное — не в чем она заключается, а почему она была произнесена. Ложь перестает быть безобидной, когда ее цель — заставить другого человека сделать что-то помимо его воли, причиняя ему ущерб. Например, купить втридорога что-то совершенно бесполезное или принять решение, которое может ему навредить. Такой обман нужно уметь различать и изо всех сил ему противостоять. Ложь — действие совместное. Сама по себе ложь никакой власти не имеет, это не более чем пустые слова. И власть она обретает лишь тогда, когда кто-то соглашается поверить в эту ложь. Самые отвратительные лжецы — это те, которые обманывая с целью меркантильной манипуляции, стараются при этом выглядеть честными людьми.

Ложь стара, как мир. Она является частью нашей культуры и истории. Мы врем себе, врем другим и постоянно сами обманываемся. Но этот океан лжи может превратиться в приятную теплую водичку, если научиться в ней плавать не захлебываясь. Надо только доверять своим близким и уметь противостоять злонамеренному обману.

Татьяна Кривомаз, канд. биол. наук

