

7 نشانه‌ای که دروغگو را لو می‌دهد

آیا می‌دانستید تمام مردم جهان به طور میانگین روزی دو مرتبه دروغ می‌گویند؟ برخی افراد دروغگوهای خوبی نیستند و زود لو می‌روند اما برخی دیگر دروغگوهای قهاری هستند...



آیا می‌دانستید تمام مردم جهان به طور میانگین روزی دو مرتبه دروغ می‌گویند؟ برخی افراد دروغگوهای خوبی نیستند و زود لو می‌روند اما برخی دیگر دروغگوهای قهاری هستند. آیا دوست دارید بدانید طرف مقابل‌تان در یک رابطه دروغ می‌گوید یا راست؟ به این 7 نشانه دقت کنید:

- 1- استرس و عرق کردن
شناخته‌ترین نشانه‌هایی که می‌تواند یک فرد دروغگو را لو دهد، عرق کردن و استرس اوست. زمانی که ما دروغ می‌گوییم همیشه می‌ترسیم لو برویم. به همین دلیل دچار استرس می‌شویم و استرس با افزایش ضربان قلب و عرق کردن همراه است. اما این موضوع در رابطه با همه مردم صادق نیست. برخی افراد به دروغگویی عادت دارند و دچار استرس نمی‌شوند!
- 2- صدای خیلی زیر یا خیلی بم
روان‌شناسان معتقدند صدا علامت خوبی برای شناسایی دروغگو است. چرا؟ در واقع این ما نیستیم که صدا را کنترل می‌کنیم. مغز بر اساس احساساتی که داریم آن را به شکل اتوماتیک تنظیم می‌کند. وقتی دروغ می‌گوییم، می‌ترسیم رسوا شویم. به همین علت معمولاً تن صدا تغییر می‌کند و خیلی زیر یا خیلی بم می‌شود.
- 3- سخنان ضد و نقیض
دروغگوها به دلیل ترس از رسوا و شرمگین شدن تعادل احساسی درستی ندانسته و حتی حرف‌های آنها کم و بیش ضد و نقیض است. برای آنکه مطمئن شوید یک فرد دروغ می‌گوید از او بخواهید دقیقاً حرفی را که در یک موقعیت خاص زده برای شما در مواقع مختلف تکرار کند، حتی سوالات متفاوت و مدام در مورد همان مساله می‌تواند ثبات فکری دروغگو را بر هم بریزد.
- 4- میمیک‌های غیرمعمول
پلک زدن‌های مداوم، مالیدن پلک، نگاه‌های مبهم... همگی اینها نشانه میمیک صورت یک فرد حین دروغ گفتن است. صورت دقیقاً احساساتی را که داریم نشان می‌دهد و کنترل عمقی آنها کمی سخت است. اگر فردی میمیک غیرطبیعی و غیرمعمول دارد و حین صحبت با شما دچار تیک خاصی مثل مالیدن پلک می‌شود، می‌توانید به حرف‌های او شک کنید.
- 5- ژست‌های مخصوص
سرفه کردن درون مشت، بالا بردن دست روی سر و عقب بردن بالاتنه موقع حرف زدن از جمله ژست‌های آدم‌های دروغگو است. البته باید مراقب هم بود. برخی دروغگوها برای آنکه احساسات‌شان نمایان نشود حین حرف زدن کاملاً خنثی عمل می‌کنند.
- 6- حرف زدن غیر وسواسی
دروغگوها معمولاً در صحبت کردن وسواس به خرج نمی‌دهند و همه مسایل را رو نمی‌کنند. اگر شما حین صحبت‌ها از فردی بخواهید با دقت بیشتری مسایل را برای شما بیان کند و به عبارتی وسواسی‌تر از او سوال کنید، معمولاً دروغگو چون حافظه خوبی ندارد و در دور بعد قادر به بیان همان جواب‌ها نیست. درنهایت می‌توانید از زبان او این جملات را بشنوید «به من اعتماد نداری؟> اگر فردی واقعا دروغگو نباشد، خیلی سریع از کوره درنمی‌رود و برای بار دوم هم به برخی سوالات شما پاسخ می‌دهد.
- 7- احساسات اغراق‌آمیز
وقتی فردی فقط با دهان می‌خندد یعنی یا می‌خواهد رعایت ادب کرده باشد یا دروغگویی ماهری است. یک لیخنه صادقانه همراه با عقب رفتن لب‌ها و چین خوردن پلک‌ها در سمت خارج همراه است. یک دروغگو معمولاً تنها با دهان می‌خندد تا احساسات درونی خود را مخفی کند.

برگرفته از وبلاگ مشاوره روانشناسی