

Источник: Лоренс Шапиро "Секретный язык детей. Детский язык жестов, снов, рисунков".

Как стать живым детектором лжи

Двенадцатилетний Рафаэль – симпатичный мальчик, пользующийся популярностью среди сверстников. Учится он хорошо, но его маме все время кажется, что сын слишком «неуправляемый». Поэтому мама Рафаэля не особенно удивилась телефонному звонку соседки, сообщившей, что видела, как тот вместе с приятелями курит на задворках её дома. Элоиза, мама Рафаэля, решила поговорить с сыном по душам и попросила сесть перед ней.

– Ты куришь? – строго спросила она.

– Нет, – твердо ответил Рафаэль. – Не курю.

Мальчик сидел, сложив руки на коленях. Мгновение он смотрел маме в глаза, потом отвёл взгляд.

– Вот что, милый юноша, ты мне правду говоришь или нет? – Мама подалась вперед и наклонилась к сыну, стараясь, чтобы её голос звучал строже.

– Сказал – «нет», значит, нет, – тихо ответил мальчик, сидя прямо и почти не шевелясь. В ответ на попытки матери говорить с ним угрожающим тоном он даже не сдвинулся назад.

– Что ж, надеюсь, это так, потому что курение – едва ли не худшее, что ты можешь учинить со своим телом, – строго произнесла Элоиза.

– Знаю, – промямлил Рафаэль, поднимаясь со стула и направляясь к двери. – Между прочим, я не дурак.

Он ушёл, а мама задумалась: лгал сын или нет? Курит он или нет? Табаком от мальчика не пахло, и сигарет у него в комнате Элоиза не обнаружила. Но Рафаэль определённо выглядел расстроенным. «Может быть, я напрасно так волнуюсь?» – спросила себя Элоиза.

А каково ваше мнение? К какому заключению вы пришли, исходя из этой короткой сценки? Лгал Рафаэль или нет? Можете ли вы сказать по поведению ребёнка, говорит он правду или уклоняется от ответа?

Умение определять, когда ребёнок лжёт, а когда нет, – это, возможно, и не самый главный способ применения секретного языка невербальной коммуникации, однако все мы знаем, что бывают ситуации, когда для родителей принципиально важно понять, не обманывает ли ребенок. Родителям подростков, конечно, необходимо точно знать, повинуется ли их чадо основным правилам и не нарушает ли запреты, не предпринимает ли чего рискованного. Понятно, что им нужно уметь выяснять, не нарушил ли ребёнок запрет, чтобы принять своевременные меры.

Конечно, живых детекторов лжи среди нас нет и не бывает. Будь такое возможно, зачем бы человечеству понадобились судьи и присяжные, которые решают, виновен подсудимый или нет? Однако можно научиться предельно точно определять смысл чужих невербальных знаков и намеков – так, как это умеют профессиональные психологи, торговцы и карточные игроки. Я надеюсь, что подобные навыки пригодятся вам, чтобы направлять моральное развитие ребёнка и, что ещё важнее, вовремя отслеживать, не подвергает ли он себя опасности.

Но прежде чем мы проанализируем невербальные знаки, свидетельствующие о лжи, давайте немного поговорим о природе и причинах детского вранья. Прежде всего нужно задуматься, всегда ли ребёнок понимает разницу между ложью и правдой. У детей младше 5 лет грань между правдой и вымыслом, реальностью и фантазией нередко расплывчата. Бывает, что ребёнок, в общем, знает: врать нехорошо, однако недостаточно осознает себя, чтобы понять, что в конкретной ситуации поступает неправильно. Точно так же в этом возрасте дети не понимают, что разные люди по-разному смотрят на мир и мнения их чаще всего отличаются. Например, как-то ранним утром я вышел на кухню сварить кофе и увидел свою старшую дочку, четырёхлетнюю Джессика, по уши перемазанную в шоколаде.

– Ты ела шоколад? – спросил я, стараясь напустить на себя строгий вид, хотя в шоколадных кляксах малышка выглядела умиленно.

– Нет, – несколько смущенно ответила Джессика, потому что прекрасно знала, что нарушила правила.

– А в чём ты тогда перемазалась? – спросил я.

Джессика оглядела свои руки, которые тоже были в шоколаде, потом подняла на меня глаза и сказала:

– Ой, а как это он сюда попал?

Однако к 5-6 годам дети уже осознают, как важно быть честным. В этом возрасте они мыслят предельно конкретно, и большинство детей скажут вам: «Лгать нельзя никогда и ни при каких условиях». И хотя дети в этом возрасте, случается, скрывают правду, им прекрасно известно, что лгать дурно.

Но к 11-12 годам взгляды ребёнка на правду и ложь сильнейшим образом изменяются. Например, в ходе одного исследования детям 5-11 лет был задан вопрос: «Хорошо ли лгать?» Из пятилетних детей 90% ответили, что лгать нельзя никогда и ни за что. А вот когда тот же вопрос был задан одиннадцатилетним, 90% опрошиваемых ответили: «Да, иногда солгать можно». Разница, разумеется, в том, что к 11 годам ребёнок знает: ложь бывает разная. Например, можно уклоняться, увильнуть и скрывать правду, но бывает и невинная ложь, и такая ложь «не считается» – например, если говоришь подруге, что тебе нравится её новая причёска, даже если на деле это не так. Знают они и о существовании альтруистической «лжи во спасение», когда лжёшь, чтобы кого-то выручить. Например, подросток, утверждающий, что друг был у него в гостях, когда на самом деле тот находился на вечеринке, выгораживает приятеля, чтобы спасти от наказания. По сути дела, он рискует своей репутацией ради друга.

Понимание того, что детская ложь проходит несколько стадий развития и отличается моральной сложностью, очень важно, чтобы решать, как реагировать, если вам кажется, что ребенок лжёт. Скажем, вы на сто процентов уверены, что он говорит неправду, но это не означает, что нужно наказать ребёнка или поссориться с ним. Вместо этого гораздо лучше и полезнее поговорить с ним о том, как важно быть честным, – точно так же, как вы обсуждаете другие моральные критерии.

Итак, мы поговорили об осторожном отношении к детской лжи, а теперь давайте вернёмся к нашему Рафаэлю и его реакции на строгие вопросы мамы насчёт курения. Сейчас вы увидите, что его невербальные знаки весьма убедительно свидетельствуют о том, что мальчик увильнул и, скорее всего, лжёт. Вот на какие аспекты невербального поведения нужно обратить особое внимание, чтобы понять, говорит ли ребёнок правду.

Зрительный контакт

Классический признак лжи – если человек избегает зрительного контакта, то есть или не смотрит в глаза вообще, или старается отвести взгляд. Рафаэль в начале разговора смотрел на маму, потом отвёл взгляд. Но в типичной ситуации беседы люди, как правило, поддерживают зрительный контакт 60-80% времени. Однако если человек, наоборот, слишком старательно поддерживает зрительный контакт и смотрит вам в глаза не отрываясь, это тоже означает: что-то не так. Мы знаем, что отводить глаза – значит что-то скрывать, и потому бывает так, что человек, перестаравшись, смотрит на вас в упор, и это уже выглядит невежливо. Лучший способ определить, правильно ли осуществляется зрительный контакт – это положиться на ваши ощущения: при каком количестве зрительного контакта вам комфортно, а при каком нет. Мозг читает невербальные знаки быстрее, чем сознание успевает проанализировать поведение собеседника. Поэтому, если вам померещилось, будто что-то не так, то, скорее всего, так оно и есть.

Поза и жесты

Давайте еще раз вернёмся к нашему тайному курильщику Рафаэлю и его маме Элоизе. Помните – мальчик, пока мама его расспрашивала, неподвижно сидел на стуле и почти никак не отреагировал, когда мама грозно подалась вперед? Психологи, изучающие ложь (см., например, книгу Дэвида Либермана «Чтобы вам больше никогда не лгали»), объясняют: человек, который лжет, как правило, совершает меньше движений и меньше жестикулирует, чем обычно. В обычных разговорах с мамой Рафаэль вёл себя оживленно и даже бурно, но, стоило Элоизе подвергнуть сына вопросам насчёт курения, он тут же притих и стал вести себя более чем сдержанно. Если ребёнку есть что скрывать, он постарается привлечь к себе как можно меньше внимания и, соответственно, наверняка будет меньше жестикулировать, станет вести себя более сдержанно и говорить ровным голосом, без интонаций.

Важно помнить, что оценить поведение человека можно, лишь сопоставив то, что вы видите, с его обычными манерами. Встречаются дети и, разумеется, взрослые, которые в принципе не склонны к бурному проявлению эмоций при разговоре, поэтому применительно к таким людям нельзя предположить, что бедность жестикуляции и сдержанные манеры – признак лжи. У каждого человека свой индивидуальный стиль невербальной коммуникации. Поэтому, если вы заподозрили, что ребёнок вам лжёт, нужно обращать внимание на необычные изменения его поведения.

Другие сигналы, указывающие на ложь

Ниже перечислены немаловажные невербальные знаки, которые указывают на то, что собеседник отвечает уклончиво или откровенно лжёт:

- Собеседник чаще обычного дотрагивается до лица и рта.
- Его движения кажутся скованными и неестественными, как будто он играет на сцене.
- Собеседник устраивается так, чтобы отстраниться от вас, по возможности стараясь развернуться к окну или дверям. Это сигнал того, что на подсознательном уровне он стремится как можно скорее уйти.
- Собеседник держит ладони обращенными вниз или даже подкладывает их под себя, если сидит. Держать руки ладонями вверх – жест открытости и дружелюбия, понятный практически каждому человеку. Таким образом мы сообщаем: «Мне нечего скрывать». А ладони, обращенные вниз или спрятанные, сигнализируют об обратном.
- Собеседник воздвигает препятствия между собой и вами, а также принимает «закрытую» позу. Тот, кому есть что скрывать, зачастую и выглядит так, как будто что-то прячет.

Подросток в подобном случае, возможно, свернется в кресле, чтобы вы не могли разглядеть его целиком, или положит что-нибудь на колени, например, школьную сумку, подушку или игрушку – что найдётся под рукой. Он может также положить ногу на ногу, скрестить руки на груди или даже опустить голову на грудь. Таким образом он передаёт вам невербальное сообщение: «Чем меньше я тебе виден, тем лучше».

Рафаэль, который, как вы, наверное, уже поняли, и впрямь курил с друзьями после школы, проявил не все эти признаки, когда лгал маме. Но вряд ли кто-то будет проявлять все невербальные признаки лжи сразу, даже если врёт с три короба. На самом деле люди склонны посылать собеседнику противоречивые невербальные сообщения, когда лгут или говорят правду.

Важно помнить, что нельзя судить о невербальном поведении ребёнка по одной-двум характеристикам, – точно так же, как невозможно понять, о чём книга, прочитав из неё наугад одно-два слова. Нужно каждый раз как следует обдумывать и анализировать то, что ребёнок говорит вам на секретном языке невербальной коммуникации, пуская в ход всю свою наблюдательность, а также учитывая всё, что вы знаете о ребёнке и его поведении в прошлом.