

10 علامات تدل على ذلك ☐☐ كيف تعرف أن محدثك يكذب عليك؟



السبت 24 ديسمبر 2022 11:57 م

نتعامل في الحياة كثيرًا مع بعض الناس الذين يمارسون الكذب ويعتادون عليه، وربما يعتقد بعضهم أنه لن يتم التعرف على كذبهم وخاصة إذا تجاوز الأمر الهواية إلى الاحتراف، أو الإدمان ☐ ولكي تتمكن من معرفة ما إذا كان أحدهم يكذب عليك، يجب أن تكون بداية معتادًا على لغة الجسد أو تعابير الوجه التي يظهرها عندما يكون صادقًا حتى يصبح بإمكانك ملاحظة الاختلاف في تصرفاته وكشف مدرب البرمجة اللغوية العصبية ومدرب الحياة، آندي كولي، لموقع "مترو" البريطاني، عن مجموعة من الطرق التي يمكن أن تساعدنا في معرفة ما إذا كان شخص ما يكذب علينا أو لا، ومن هذه الطرق:

1 - النظر بالعين بعيدًا

"إن العيون يمكن أن تروي قصة كاملة"، هكذا يقول كولي، ويتابع: "سواء نظروا إليك أم لا، فهذا ليس في الحقيقة علامة على الكذب"، حيث أظهرت دراسة أجرتها جامعة ميشيغان العام 2015، أن 70% من الأشخاص في 120 مقطعًا إعلاميًا كذبوا خلاله مع الحفاظ على الاتصال المباشر بالعين ☐ وأضاف: "إذا كانوا عادة ينظرون بعيدًا عند الإجابة ولكنهم يحتفظون بالاتصال عند الاستماع إلى السؤال، أو إذا كانوا عادة يحافظون على الاتصال بالعين ولكنهم بعد ذلك ينظرون بعيدًا عند السؤال - فهذا ما تبحث عنه"، وفقًا لصحيفة "البيان".

2 - لمس الوجه

هل لاحظت شخصًا يلمس وجهه أكثر من المعتاد؟ قد يكون هذا علامة على كذبة كبيرة ☐ يقول كولي: "قد يلمس الأشخاص الذين يكذبون وجوههم أو أفواههم أكثر من المعتاد؛ قد يخفون أفواههم خلف أيديهم عند الرد، يبدو الأمر كما لو أنهم يحاولون إخفاء حقيقة أنهم لا يقولون الحقيقة".

3 - ممارسة بعض حركات التملل

يمكن أن يسبب الكذب رد فعل جسدي لدى العديد من الأشخاص ☐ ويشرح كولي: "إذا بدؤوا في التحول بشكل غير مريح في المقعد، أو التأرجح أو النقر على القدمين، أو فرك اليدين أو بدا الشخص متوترًا بشكل عام، فقد يحجب المعلومات أو يغير القصة". وتابع: "عندما نكذب، فإن هذا يؤثر على نظامنا العصبي ويمكن أن ينتهي بنا الأمر إلى الشعور بالحكة أو الوخز وهذا يبدو خارجيًا على أنه تملل".

4 - هز الرأس والإيماءات

يبحث كولي الناس على مراقبة حركات الرأس عن كثب ☐ ويضيف: "إذا كان الشخص في المقابل يقول لا بالإيماء برأسه أو قول شيء إيجابي ولكن يهزه من جانب إلى آخر، فإن هذه توصف بأنها إيماءات غير متطابقة، وفي العادة إذا قلنا لا، فإننا نهرز رأسنا، وعندما نقول نعم، نومي برأسنا، أما إذا اختلطت هذه الإشارات، فيمكنها إعطاء فكرة عن حدوث شيء متضارب بين أفكار الشخص المقابل وكلماته".

5 - عدم القدرة على رواية قصته مرة أخرى

يشرح كولي قائلاً: "قد يتوقف الأشخاص الذين يكذبون قبل الإجابة على سؤال، وكأنهم يحاولون التوصل إلى كذبة مقنعة ☐ ابحت أيضًا عن الثغرات الموجودة في القصة، وإذا سألت شخصًا ما أسئلة حول ما قاله، فقد يبدأ الكذاب يناقض نفسه وينسى ما قاله سابقًا". وأضاف: "قد يصبحون دفاعيين بشأن طرح الأسئلة ويتلاعبون بالموقف لوضعك في الموقف الذي تسببت فيه في الإساءة ☐ ويجب أن يكون الناس قادرين على الإجابة على مثل هذه الأسئلة بسهولة، ولا ينبغي أن تكون مشكلة لهم".

وتضيف محللة السلوك وخبيرة لغة الجسد، الدكتورة ليليان غلاس التي عملت مع مكتب التحقيقات الفيدرالي الأمريكي FBI بعض العلامات الأخرى، في كتابها "لغة جسد الكاذبين" أو "The Body Language of Liars"، للكشف عن علامات الكذب والخداع، وفقًا لموقع "فرصة"، ومن ذلك:

6 - صعوبة الكلام

يتعرض الكاذبون لتغييرات بحتة في الجسم، ومن ذلك صعوبة الكلام؛ إذ أنه عند الشعور بالتوتر يجفّ الحلق ويصبح الكلام صعبًا ☐ انتبه إن كان محدثك يعص أو يرمم شفثيه أثناء كلامه، فتلك قد تكون إشارة قويّة على أنه يكذب ☐

7 - طريقة التنفس

تصيب الكاذب بعض علامات التوتر، ومن ذلك أن تنفسه سيصبح ثقيلًا، وصوته أكثر انخفاضًا، ويعود السبب وراء ذلك إلى تغيّر نبضات القلب (بسبب التوتر والخوف من انكشاف الكذبة) وبالتالي تغيّر تدفق الدم في الجسم، الأمر الذي يؤدي إلى صعوبة التنفس والكلام ☐

8 - تكرار الكلمات والجمل

يحاول الكاذب أن يكسب مزيدًا من الوقت لتجميع أفكاره، وبناء قِصّة مقنعة، فيقوم حينئذ بتكرار الكلمات أو الجمل التي قالها قبل قليل،
إنّه يحاول إقناعك وإقناع نفسه بأنه يقول الحقيقة □

9 - لمس أو تغطية الفم

لا ينتبه الكاذبون في الغالب إلى هذا التصرف، فهم يقومون به من دون وعي، إذ يقومون بتغطية فمهم أو لمسهم في محاولة لمنع
أنفسهم من الإجابة عن سؤالك □

10 - الوقوف بثبات دون حراك

وهي من العلامات البارزة للكاذب؛ إذ أنهم يبدون متصلبين ويقفون بدون حراك، فإذا رأيت أحدهم يتصرّف على هذا النحو على الرغم من
عدم وجود سبب واضح للتوتر، فهو على الأرجح يحاول إخفاء أمر ما □