ТИТУЛ???

СОДЕРЖАНИЕ

[**ВВЕДЕНИЕ** 2](#_Toc54889761)

[**ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ** 4](#_Toc54889762)

[**Глава 1. Теоретическая часть** 6](#_Toc54889763)

Глава [1.1 Ложь, хорошо или плохо? 6](#_Toc54889764)

[Глава 1.2 Обман в интернете 9](#_Toc54889765)

[Глава 1.3 Обман в реальной жизни 12](#_Toc54889766)

[**Список используемых источников** 32](#_Toc54889767)

**ЧТО ЭТО ЗА ГЛАВА 1.1????**

# 

# ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы**

Все люди врут и это не секрет. По статистике, люди врут от 10 до 200 раз в день, будь то маленькое преувеличение правды или самый настоящий обман. Согласно исследованию, проведенному психологом Робертом С. Фельдманом из Массачусетского университета, 60 процентов людей лгали хотя бы один раз в течение 10-минутного разговора и в среднем лгали от двух до трех раз. Никто не хочет быть обманутым, **однако** мало кто знает, как определить лжеца. **Поэтому**, данная тема актуальна в наши дни.

Дополнительным подтверждением актуальности является то, что где бы человек ни был, кем бы он ни работал, он, так или иначе, коммуницирует с другими людьми. Людьми, которые преследуют свои интересы и не гнушаться ложью, даже если эти интересы могут навредить как вам, так и другим людям. **Следовательно**, человеку крайне важно научиться распознавать ложь.ВЫРАВНИВАНИЕ??

Ещё одним доказательством актуальности является исследование американского психолога Пола Экмана, профессора Калифорнийского университета в Сан-Франциско**.** Он изучил 12 000 людей и обнаружил, что примерно лишь половина из них смогли определить, когда человек лжет**. Таким образом**, вероятность того, что вы сможете понять, когда вас обманывают, не слишком велика. **Однако** она значительно возрастает, если вы знаете, как прочесть определенные сигналы, которые подскажут, что человек лжет.

**Объект исследования**

Объектом исследования, проведенного в рамках данной курсовой работы, является ложь во всех её проявлениях.

**Предмет исследования**

Предмет исследования - определение людей, которые врут.

**Цели работы и задачи исследования**.

Цель работы – изучение теоретического материала по данной теме. Поставленная цель определила следующие основные задачи исследования:

1. Анализ теоретического материала

2. Создание программы проверяющей знания пользователя на данную тему. И ВСЕ??

**Методы исследования.**

Для решения поставленных задач были использованы теоретические методы исследования. Теоретическую основу исследования составил труд в области психологических наук Лиллиан Гласс.

# ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

**Основания для разработки**

Задание выполнено в соответствии с заданием полученным с кафедры “Информатика” Федерального агентства связи ордена Трудового Красного Знамени федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский технический университет связи и информатики» КТО СКАЗАЛ?? и утверждённое научным руководителем доцентом кафедры “Информатика” К. П. Н. Гуриковым С. Р. 2 октября 2020года.

**Назначения разработки**

Разработанный программный продукт предназначен для ознакомления с основными теоретическими положениями по теме курсовой работы и проверке знаний пользователя.

**Требования к функциональным характеристикам**

Разработанный программный продукт должен обеспечивать выполнение следующих функций:

- Возможность ознакомления с теоретическим материалом по теме курсовой работы.

- Возможность вывода результатов исследования для пользователя.

**Требования к надёжности**

Разработанное программное обеспечение должно иметь:

- Устойчивую работу в соответствии с алгоритмом программы.

- Выдавать сообщения об ошибках.

- Поддерживать диалоговый режим в рамках предоставляемых пользователю возможностей.

- Защита от несанкционированного копирования.

**Требования к составу и параметрам технических средств**

- Процессор с тактовой частотой не ниже 1,8 ГГц. Рекомендуется использовать как минимум двухъядерный процессор.

- 2 ГБ ОЗУ; рекомендуется 8 ГБ ОЗУ (минимум 2,5 ГБ при выполнении на виртуальной машине)

- Место на жестком диске: до 210 ГБ (минимум 800 МБ) свободного места в зависимости от установленных компонентов; обычно для установки требуется от 20 до 50 ГБ свободного места.

- Скорость жесткого диска: для повышения производительности установите Windows и Visual Studio на твердотельный накопитель (SSD)

- Видеоадаптер с минимальным разрешением 720p (1280 на 720 пикселей); для оптимальной работы Visual Studio рекомендуется разрешение WXGA (1366 на 768 пикселей) или более высокое.

ФОРМАТИРОВАНИЕ??

**Требования к информационной программной совместимости**

Программа должна легко устанавливаться, функционировать и корректно работать при наличии следующего программного обеспечения:

- Операционная система Windows 10

- Microsoft visual studio 2019

**Требования к транспортированию и хранению**

Программа предоставляется на флэшке. Программная документация поставляется в электронном виде.

**Требования к программной документации**

В ходе разработки программы должны быть подготовлены:

- Текст программы

- Описание программы

- Методика испытаний

- Руководство пользователя

**Стадия и этапы разработки ЗДЕСЬ И ДАЛЕЕ НАДО ЧИТАТЬ ГОСТ В ЧАСТИ ОФОРМЛЕНИЯ ТАБЛИЦ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название этапа** | **Срок** | **Отчетность** |
| Выбор темы | 02.10.2020 |  |
| Написание введения | 8.10.2020 |  |
| Написание 1 главы и ТЗ | 29.10.2020 |  |
| Написание 2 главы |  |  |
| Написание заключения |  |  |
| Сдача работы | 25.12.2020 |  |

# **Глава 1. Теоретическая часть**

## 1.1 Ложь, хорошо или плохо?

**Ложь** — это сознательное сообщение неверной информации или утаивание верной. Почти все религиозные доктрины осуждают ложь. **Например**, ветхий Завет полон упоминаний о зле, которое происходит из-за обмана. Также, в четвертом наставлении буддизма говорится: «Я принимаю завет воздерживаться от неверных речей... от лжи, [и] практиковать правдивость». В индуизме существуют 10 ям (законов) воздержания. Второй закон предписывает быть «честным, воздерживаться от лжи и нарушения обетов и говорить только те слова, что верны, добры, помогают людям и необходимы». Ислам запрещает ложь, мошенничество, лицемерие и лжесвидетельство. Вот, **например**, стих из Корана, где говорится о лжи: «Не облекайте истину в ложь и не скрывайте истину, тогда как вы знаете ее».

**Однако** в ряде случаев ложь может быть оправданна. Так, **например**, в иудаизме и христианстве иногда дозволяется лгать ради сохранения мира или ради того, чтобы не обидеть человека. Ислам тоже допускает ложь: в битве, ради защиты чьей-то жизни; чтобы примирить враждующие народы; чтобы помирить мужа с женой.

**Таким образом**, в определенных ситуациях ложь простительна. Но в других — нет. Есть такие, как ложь и предательство, которые опустошают человека. Когда вы понимаете, что вам кто-то лжет, ваши чувства зависят от того, кто именно вас обманывал и при каких обстоятельствах это случилось.

Мало что может быть хуже, чем обнаружить, что кто-то, кому вы верили и кого любили, вас обманывал. Чем вы более близки с человеком, тем сильнее ваши чувства, **поэтому**, испытываемые эмоции могут вызвать шок, депрессию, вспышки гнева. Когда вас предает близкий человек, с которым вы когда-то делили сокровенные мысли и чувства, которому вы доверили свою жизнь и свое сердце, то самый спокойный и уравновешенный человек может превратиться в преступника и даже убийцу.

Именно это произошло с Кларой Хэррис, 45-летней замужней дамой, стоматологом и матерью мальчиков-близняшек из Хьюстона. Она и ее муж, ортодонт Дэвид, были состоятельными людьми и уважаемыми членами общества, наслаждаясь комфортом и всеми привилегиями, которые дают деньги и положение. **Важно отметить**, что Клара считала, что в их браке царит любовь и идиллия — пока не застукала Дэвида изменяющим ей прямо на парковке. Эта обычно уравновешенная женщина под влиянием сильнейших эмоций не думала о последствиях своих действий. К несчастью, все закончилось двадцатилетним тюремным сроком за убийство мужа: Клара сбила Дэвида и несколько раз переехала его тело на машине. **Однако** если бы она смогла раньше распознать ложь, ситуация могла бы кончиться не так плачевно.

Ноесть большинство людей, которые, **прежде всего**, преследуют обманщика в судебном порядке. Так они могут легально, находясь в безопасности, потребовать ответа от человека, которому когда-то доверяли и который обошелся с ними так несправедливо. Множество людей были (и до сих пор остаются) злы на Бернарда Мэдоффа, известного финансового мошенника, который лишил их всех накоплений и сделал бывших богачей неимущими. Многие говорили, что мечтают убить его. К счастью для них самих, никто не воплотил эти фантазии в жизнь. Многие из тех, кто вложил деньги в пирамиду Мэдоффа, лично знали его на протяжении долгих лет и даже любили его как члена собственной семьи. Им казалось, что он искренне заботиться о них. На самом же деле выяснилось, что единственное, что его заботило, — это их деньги и набивание собственных карманов для поддержания своей пирамиды. **Впоследствии**, именно по этой причине они особенно тяжело переживали обман, когда он раскрылся, ― из-за того морального вреда, который был им причинен. **Однако** если бы они раньше обличили его, то смогли бы спасти свои финансы и нервы.

Но бывает, что человека нельзя призвать к закону, так, Лиллиан Гласс, доктор психологии университета Миннесоты, рассказывает о Томе и Ширли, одной знакомой паре, которая состояла в счастливом браке на протяжении 35 лет. **Важно отметить**, что Они жили полной жизнью, путешествовали по миру, одевались у лучших дизайнеров, регулярно посещали благотворительные мероприятия, где собирались сливки общества, ходили в модные рестораны и дали своим детям и внукам все, чего только они хотели. Но после того, как Том в возрасте 60 лет скоропостижно скончался от сердечного приступа, Ширли с ужасом узнала, что он вел даже не двойную, а тройную жизнь. У него был любовник, а еще 22-летняя любовница, у которой к тому же был двухлетний сын от Тома. И любовник, и любовница после смерти Тома тут же перестали скрываться и объявили, что претендуют на его наследство. **Однако** ни они, ни внебрачный ребенок, ни законные дочери, ни четверо внуков, ни Ширли не получили ничего по завещанию Тома. Предприятия Тома (в том числе стрип-клуб и порносайт, о которых жена ничего не знала) прогорели, и при его роскошной жизни он оставил столько долгов, что Ширли пришлось объявить себя банкротом. Она потеряла все. Дом, машины, положение в обществе, «друзей», а всё из-за того, что не смогла распознать в Томе обманщика.

Несмотря на то, что ложь может оказать разрушительное воздействие на жизнь, она также может быть важной частью человеческих взаимоотношений, позволяя нам действовать и выживать в обществе и мире.

**Например**, кто-нибудь спрашивает вас, как дела, и вы автоматически отвечаете: «Хорошо», хотя на самом деле, конечно же, дела ваши идут вовсе не «хорошо». Вы с трудом выплачиваете ипотеку, вам кажется, что ваш муж вам изменяет, а у вашего ребенка есть особые потребности, которые не удовлетворяются. Если вы будете рассказывать людям, как вы на самом деле себя чувствуете, каждый раз, когда вас об этом спросят, вы потеряете возможность приятно пообщаться и ситуация станет тяжелой и неудобной для всех присутствующих.

Кто из нас не говорил кому-то, что позвонит или зайдет как-нибудь, **впоследствии** не имея никакого намерения сделать это? Мы просто говорим приятные вещи из вежливости. Но на самом деле это не вежливость, это обман. Точно так же мы обычно говорим женщине, которую давно не видели, что она прекрасно выглядит, даже если думаем, что на самом деле она выглядит ужасно, потому что ее лицо накачано ботоксом, а губы — коллагеном до такой степени, что ее с трудом можно узнать. Говоря, что она хорошо выглядит, мы, возможно сами того не осознавая, лжем ей в глаза.

**Таким образом**, в реальной жизни было бы отнюдь не умно сообщать всем без разбора, что вы на самом деле о них думаете. Поступая так, вы бы то и дело задевали чьи-то чувства, испортили бы себе репутацию и в итоге, скорее всего, себе же и навредили бы. Как и большинство нормальных людей, вы понимаете, что это было бы равносильно социальному самоубийству.

Обобщая вышеизложенное, можно сказать, что ложь не однозначна. Иногда она хороша, а иногда – наоборот. Какой бы ни была ложь, человек должен ее понимать.

## Глава 1.2 Обман в интернете

Исследования показывают, что большинство людей, которые общаются он-лайн, лгут. **Важно отметить**, что они делают это ради того, чтобы выставить себя в наиболее выгодном свете и добиться расположения других. Одно из исследований в сфере интернет-знакомств показало, что 80% людей лгут хотя бы об одном из параметров, указанных в профиле, например о возрасте, росте или весе. Причем оказалось, что женщины чаще всего неверно указывают свой возраст или свой вес, а для мужчин наиболее характерна ложь относительно роста, работы, статуса и финансового положения. В другом исследовании было отмечено, что около 30% людей размещают чужие фотографии или редактируют свои собственные. **Поэтому**, очень важно знать, с кем именно вы общаетесь — кто реальный человек, а кто фальшивка. Если у вас нет возможности увидеть или услышать человека, с которым вы переписываетесь, вы должны как можно внимательнее отнестись к тем словам и фразам, которые вы читаете. К сожалению, люди обманывают друг друга в Интернете не только для того, чтобы потешить собственное эго. В Сети полно мошенников, которые с радостью вытянут из вас деньги. Некоторые обманщики делают это просто ради развлечения. Ниже я дам несколько советов, которые помогут вычислить обманщика.

Если кто-то предлагает вам сделку, которая выглядит слишком привлекательной, **например**  зарабатывать во время сна или получить за пару месяцев сумму, равную вашей годовой зарплате, знайте, что, скорее всего, вас водят за нос. Если кто-то говорит, что вам не нужны никакие рекомендации или опыт, — это тоже повод насторожиться

Если вы познакомились с кем-то на сайте знакомств и он очень быстро признался вам в любви или заявил, что мечтает о том, чтобы вы стали матерью его детей, то этому человеку что-то от вас нужно, и это точно не любовь! Подобный мошенник также может попытаться завлечь вас, говоря, что очень хочет вас увидеть, но сейчас не может, потому что ему нужно сначала заработать немного денег. На самом деле он имеет в виду, что вы должны оплатить ему билет на самолет. Если вы пошлете ему денег, он возьмет их и сбежит.

Если человек, с которым вы знакомитесь в Сети, сразу же начинает вам рассказывать какие-нибудь трагические или жалостливые истории, пишет вам только о своих проблемах и о том, как ему срочно необходимы деньги на операцию для сына, он, скорее всего, хочет вас надуть. **Важно отметить**, что если человек делится всем этим с вами, едва вас узнав, значит, он вопреки всему надеется, что его жалобы растрогают вас и вы ему «поможете»

Знакомясь с кем-то в Интернете, обращайте внимание на связность утверждений собеседника. Если он сначала говорит вам одно, а потом — другое, пусть даже незначительно отличающееся, то, скорее всего, он вам лжет.

Обращайте внимание на то, насколько часто человек, с которым вы общаетесь, упоминает о деньгах и прочих финансовых вопросах — о «слишком дорогих» вещах, о том, как он экономит или сколько зарабатывает. Если вам кажется, что он чрезмерно увлечен деньгами (или их отсутствием), то значит, он рассказывает вам о том, что занимает первое место в его мыслях.

Если девушка начинает каждое предложение со слова «я» и все, что она пишет, пестрит местоимениями «мне» и «мое», значит, скорее всего, номер один в ее жизни она сама. Другой индикатор эгоцентризма — размещение слишком большого (больше дюжины) числа своих фотографий. Вы для нее — публика. **Аналогично**, если разговор является однобоким, она игнорирует ваши комментарии, значит, вы сами ее совершенно не интересуете.

Имя, которое выбирает человек в Интернете или для электронного адреса, может служить подсказкой в том, как он или она себя видит, как хочет выглядеть в глазах других и/или что для него/нее важно. **Например**, если ник имеет отношение к спорту, танцам или путешествиям, — это может свидетельствовать об интересе к таким занятиям. Если девушка использует слова типа «модель», «красотка, вполне можно предположить, что она уделяет много внимания своему внешнему виду. А если для того, чтобы описать себя, она использует термины «атлетичная» или «ширококостная», будьте уверены: девушка страдает от лишнего веса. Так что обольщаться не стоит. **Важно отметить,** что многие мужчины, ставшие жертвой интернет-мошенничества (так называемого **кэтфишинга**) со стороны женщин, сообщают о том, что женщина утверждала, что она модель если кто-то говорит вам, что он / она — модель, то, скорее всего, это ложь. Если ник чело-\века включает такие слова, как «дьявол», «Люцифер», «убийство», «мертвец», «хаос» или «ужас», а также сленг, имеющий отношение к насилию или каким-то темным делам, по всей вероятности, вы будете иметь дело с человеком, чья злость или низменные намерения дадут знать о себе весьма скоро. В этом случае вам лучше прекратить общение. Точно так же, если ник человека отличается от его подлинного имени, не исключено, что он не тот, за кого себя выдает. Это может быть известная личность, желающая сохранить анонимность, или женатый человек, ведущий двойную жизнь. Если, задав вопрос о значении ника, вы почувствуете в ответе смущение, если вам покажется, что вопрос заставил человека занять оборонительную позицию, или если ваш знакомый / знакомая вообще отказывается что-либо объяснять, скорее всего, придется нажать на кнопку Delete.

## Глава 1.3 Обман в реальной жизни

Чтобы определить врет ли человек, **прежде всего**, нужно обращать внимание на контекст происходящего, норму для человека и компоненты фальшивого общения представленных на рисунке 1.

Черты голоса

Построение фраз

Язык тела

Мимика

Компоненты фальшивого общения

Рисунок 1 – Компоненты фальшивого общения

**Контекст общения**

Представьте, что ваш парень, Джек, **особенно** часто трет нос и чешется, когда рассказывает вам о своей новой собаке. Вы понимаете, что эти признаки могут быть свидетельством обмана, но не исключено, что Джек вовсе и не лжет. Все, что он говорит и делает, нужно рассматривать в правильном контексте. И первое, что вы должны принять во внимание, оценивая контекст, — это норму, то есть то, как человек ведет себя, когда говорит правду. Когда вы установите норму, все, что человек говорит и делает, можно будет оценить относительно неё.

**Важно отметить**, что, возможно, Джек трет нос и чешет руки не потому, что лжет, а потому, что у него аллергия. Другой возможный вариант — что разговоры о собаке нервируют его. Копнув поглубже, вы можете узнать, что собака Джека — это еще маленький щенок, и после того, как он несколько раз укусил Джека, ваш друг боится, что щенок может также покусать его собственных или соседских детей.

**С другой стороны**, представьте, что вы никогда до этого не видели, как Джек чешется или трет нос. Допустим, вы спросили его, где он был прошлой ночью. И неожиданно он начинает тереть нос, рассказывая, что был у своего друга Джо. Пока он рассказывает вам длинную и подробную историю о том, что они делали прошлой ночью, вы видите, как он почесывается. На этот раз его жесты могут означать нечто совсем другое. Вполне возможно, что он вообще не видел Джо до самого утра. Не исключено, что он был с другой женщиной.

**Таким образом**, контекст утверждений и действий человека, а именно то, что является для него нормой, — главное при распознавании лжи.

**Язык тела**

Часто первое, что вы замечаете, когда кто-то лжет, — это перемены в дыхании. **Важно отметить**, что когда человек спокоен и расслаблен, он обычно дышит так, что вы можете видеть, как поднимается и опускается стенка брюшной полости по мере того, как воздух входит в легкие и выходит из них; живот приподнимается во время вдоха и становится более плоским при выдохе. Но когда человек лжет или по крайней мере ФОРМАТИРОВАНИЕ???выказывает признаки лжи, он или она часто дышит так, что вы видите не движения стенки брюшной полости, а движения верхней части груди и плеч. Часто при обмане заметна напряженность в верхней части грудной клетки, свидетельствующая о волнении. Это особенно заметно на снимках, сделанных во время интервью, которое давал Армстронг Опре Уинфри, когда признался, что употреблял допинг(рисунок 2). И хотя казалось, что о многом он говорит совершенно откровенно, время от времени при дыхании можно было заметить видимое напряжение в его плечевом поясе. **Таким образом**, это происходило в те моменты, когда он не был полностью честен, отвечая на острые вопросы Опры.



Рисунок 2 – Лэнс Армстронг дает интервью Опре; видно напряжение в плечевом поясе, Лэнс дышит верхней частью грудной клетки.

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ФОТОГРАФИЙ

ЭТО НАУЧНАЯ РАБОТА

Когда человек лжет, часто можно видеть, как он надувает щеки при выдохе. В эти моменты он насыщает организм кислородом. Из-за резкого увеличения количества углекислого газа в организме вегетативная нервная система начинает работать активнее. **Поэтому** человек делает глубокий вдох и затем так же сильно выдыхает, чтобы восстановить равновесие. Это помогает лжецу успокоиться внутренне, и напряжение в теле, которое появляется, когда человек лжет, снимается. **Таким образом**, именно резкий выдох с надуванием щек является существенным признаком для распознавания обмана.



Рисунок 3 – О. Джей Симпсон с силой выпускает воздух через рот во время проходящего в Лас-Вегасе процесса по делу о незаконном проникновении, грабеже и угрозе физического насилия.

Это фото О. Джея Симпсона в суде по делу о незаконном проникновении, грабеже и угрозе физического насилия( рисунок 3). Обратите внимание, как поднимается и расширяется грудная клетка Симпсона, когда он наполняет легкие воздухом, и как надуты его щеки из-за того, что он готовится выпустить воздух, чтобы снять огромный стресс и напряжение, которые, очевидно, владеют им. Это фото было сделано в тот день, когда выбирался состав жюри присяжных. Основываясь на своем прошлом опыте, когда его обвиняли по уголовному и гражданскому делам, О. Джей Симпсон, знал, насколько важен для исхода дела состав присяжных. Его резкое дыхание верхней частью грудной клетки и интенсивный выдох иллюстрируют стресс, который он, вероятно, испытывал во время выбора состава жюри.



Рисунок 4 – Президент Клинтон врет американскому народу о своих отношениях с Моникой Левински, при этом на его верхней губе, лбу, щеках и по бокам носа виден пот.

Испарина на лице также может свидетельствовать об обмане. Капли пота часто появляются на лбу, носу, щеках, подбородке и верхней губе. На фото Джона Эдвардса (рисунок 4) вы можете ясно видеть испарину на лице, притом, что он пытается изобразить на нем счастливое выражение. Испарина на лице является следствием повышенного производства тепла организмом, что приводит также и к покраснению кожи, появлению румянца. Стараясь охладиться, организм раскрывает поры на теле и лице, через которые выделяется пот. **Поскольку** при вранье мышцы верхней губы сокращаются, то достаточно часто можно видеть, как капельки пота собираются именно в этой области. Появление капелек пота на верхней губе часто служит явным признаком того, что человек врет.

Когда человек обманывает, вы можете заметить резкие изменения в положении его тела. Часто поза становится напряженной, плечи как будто отвердевают и подаются вперед. Голова также может слегка склониться вперед и вниз. Согласно рапорту полиции Лос-Анджелеса, в феврале 2009 г., перед вручением премии Grammy, рэпер Крис Браун совершил физическое насилие в отношении своей подруги Рианны Фенри, после того как пытался выпихнуть ее из своей машины. **Впоследствии** он был арестован по обвинению в домашнем насилии. Представ в апреле 2009 г. перед судом, он утверждал, что невиновен, однако язык его тела свидетельствовал о том, что на самом деле он прекрасно осознает свою вину.

Крис Браун, который обычно держится достаточно развязно и уверенно расправляет плечи, выглядел совсем иначе, когда оказался в зале суда. Внезапно он стал сутулиться, наклонять голову и смотреть в пол, как вы можете видеть на фотографии (рисунок 5).



Рисунок 5 – Крис Браун заявляет о своей невиновности, но его поза свидетельствует об обратном. В конце концов, он признался в жестоком обращении с Рианной.

Одна из причин, по которым лгуны принимают **«позу эмбриона»**, состоит в том, что они смущены и чувствуют себя эмоционально уязвимыми. Поэтому они пытаются в буквальном смысле сделаться меньше и занимать меньше места. Кроме того, для организма это инстинктивный способ защиты. Поэтому, когда вы внезапно ловите человека на лжи, вы часто можете заметить, как он принимает такую позу ― сходную с позой черепахи или позой эмбриона в материнской утробе.

Когда человек внезапно вскидывает плечи, говоря о каком-то важном деле или отвечая на острый вопрос, весьма вероятно, что он лжет. Во время слушания своего дела О. Джей. Симпсон встал и принес извинения за свой поступок. **Важно отметить**, что при этом его голова была наклонена в сторону, и он пожимал плечами, как вы можете наблюдать на приведенном фото (рисунок 6). Это говорит о том, что его извинения были, скорее всего, неискренними. В частности, он вздернул плечи, когда произносил слова: «Я не хотел причинять вреда никому из этих парней». Поза Симпсона свидетельствует о том, что на самом деле он как раз-таки намеревался «причинить вред этим парням».



Рисунок 6 – О. Джей Симпсон, пожимающий плечами в момент принесения извинений во время слушаний в суде.

Обманщик всегда очень хочет, чтобы ему поверили. **Поэтому** он наклоняется к собеседнику, пытаясь расположить его к себе и выглядеть дружелюбным и приятным человеком. В общем и целом это просто попытка манипулирования с целью убедить других людей. В результате вы часто можете видеть, как во время разговора один на один обманщик подается вперед. **Таким образом**, он пытается создать ощущение близости и заставить вас думать, что он говорит правду.



Рисунок 7 – О. Джей Симпсон наклоняется вперед во время интервью с Кэтрин Криэр на Court TV.

На фотографии (рисунок 7) запечатлен единственный момент, когда О. Джей Симпсон наклонялся вперед во время интервью; скорее всего, это была попытка убедить ведущую в том, что он невиновен в смерти своей жены.

Еще один сигнал, говорящий о многом, — беспокойное ерзание. Это происходит потому, что вегетативная нервная система запускает механизм примитивной инстинктивной реакции «бей или беги». Часто людям хочется буквально убежать от напряженной или неприятной для них ситуации. **Поэтому**, когда лжец знает, что его будут допрашивать или расспрашивать, срабатывает инстинкт, приказывающий ему немедленно бежать, — из-за этого и возникает избыток энергии, и начинаются лишние движения.

Когда человека уличают во лжи, у него часто можно заметить разнообразные неожиданные и странные движения головы. Она может быть а) откинута назад, б) наклонена вниз или в) немного наклонена или смещена вбок. Если вы видите, что кто-то внезапно совершает одно из этих движений, особенно после того как вы задали ему острый вопрос, то весьма вероятно, что этот человек не до конца честен с вами.

Мы видим фото Лэнса Армстронга, сделанное в тот момент, когда ему задали неожиданный вопрос о допинге (рисунок 8). **Важно заметить** его головы и как далеко он откинул ее, размышляя над ответом. Каждый раз, когда человек лжет, пойман на лжи или думает, что может быть разоблачен, вы видите, как голова человека внезапно дергается. Это резкое, странное и очень заметное движение может сказать о многом.



Рисунок 8 – Впечатляющий пример вскинутой головы. Фотография была сделана во время интервью в 2009 г., когда Армстронгу задали вопрос о допинге.

Когда люди прикрывают рукой горло — это зачастую является автоматическим, неконтролируемым защитным жестом, свидетельствующим об уязвимости. Иногда это чувство уязвимости возникает в результате нечестности. Мы часто видим такое, когда кого-то ловят на лжи. Такая реакция также типична, когда человека в чем-то обвиняют, прямо или косвенно. Этот жест в абсолютном большинстве случаев свидетельствует о том, что он что-то знает и/или замешан в преступлении.

**Мимика**

Наука продемонстрировала, что существует связь между движением глаз и мыслями человека. Маленькие мышцы, контролирующие движения глаз, в свою очередь контролируются тем же самым механизмом в головном мозге, который обрабатывает эмоции и воспоминания. В частности, движения глаз, связанные с эмоциями человека, подчиняются **латеральному коленчатому ядру** — структуре, соединенной с лимбической системой головного мозга. Когда люди лгут, они часто разрывают зрительный контакт и отводят взгляд. Это обычно является одним из самых очевидных признаков обмана. Они поступают так, потому что не хотят видеть выражение вашего лица в том случае, если вы догадаетесь об их лжи. По сути, они стремятся «сохранить лицо». ПОЧЕМУ ПОДПИСИ В КАКИХ-ТО РАМКАХ???????



Рисунок 9 – ИЗНАЧАЛЬНО ГОВОРИЛИ, ЧТО НАДО ИСПОЛЬЗОВАТЬ В КР. ПРО ФОТО НЕ ШЛА РЕЧЬЛэнс Армстронг избегает зрительного контакта с Опрой во время интервью.

Во время интервью Опре Лэнс Армстронг с трудом мог смотреть на нее (Рисунок 9). Это было особенно заметно в те моменты, когда он, продолжал лгать.

Лжецам, постоянно избегающим зрительного контакта, неприятна близость; они, скорее, стремятся к контролю и манипулированию собеседником. Если они посмотрят на вас прямо, то могут почувствовать себя приниженными и/или неспособными сохранять контроль над ситуацией, в то время как их цель — подавить вас. Они также не хотят видеть, как вы наблюдаете за тем, как они лгут. **Таким образом**, лжец будет всегда смотреть в сторону. Куда конкретно он или она будут направлять взгляд, неважно, значение, по моему мнению, имеет сам факт прекращения зрительного контакта.

**Однако**, справедливо и обратное: тяжелый, долгий, немигающий взгляд широко открытых глаз также может быть сигналом обмана. Порой лжецы пытаются смотреть людям прямо в глаза именно для того, чтобы показаться честными. Это своего рода сверхкомпенсация.

Когда человек лжет, часто можно заметить, как его глаза расширяются, а брови и кожа на лбу приподнимаются. Так выглядит подсознательное выражение радости, которую испытывает лжец, понимая, что обман не раскрыт, а также выражение удовольствия от тех дивидендов, которые принесла ему ложь. В глубине души обманщик удивляется, что его ложь сошла ему с рук, так как он всегда боится быть пойманным. Именно **поэтому** глаза обманщика часто широко распахнуты.

Мы часто можем видеть широко открытые удивленные глаза у лжеца, если а) его обману что-то угрожает; б) ему кажется, что кто-то раскрыл обман; или в) его прямо уличили во лжи. Это выражение появляется на лице в тот самый момент, когда лжец понимает, что ему больше никто не верит. Когда такое происходит, белки глаз делаются гораздо более заметными, а **впоследствии** сами глаза кажутся большими и становятся похожими на блюдца. В случае Линдси Лохан это произошло, когда она услышала в суде убедительные свидетельские показания, которые могли раскрыть ее обман (рисунок 10).



Рисунок 10 – Линдси Лохан демонстрирует «большие глаза», слушая свидетельские показания, и выглядит удивленной и шокированной.

Возможно, лучший пример этого явления можно увидеть на фото О. Джея Симпсона, сделанном в тот момент, когда он вслух размышлял о том, что скажет детям (которым тогда было 15 и 18 лет), когда те спросят его о своей матери (Рисунок 11).



Рисунок 11 – О. Джей Симпсон демонстрирует удивленно распахнутые глаза. В то время как он пытается сочинить какую-то историю в процессе интервью на Court TV, заметно, как белки его глаз становятся все больше и больше.

Один из наиболее часто встречающихся признаков лжи — быстрое и необычное моргание. Эта реакция часто возникает автоматически и является достоверным признаком стресса — в данном случае от страха, что обман раскроется. **Вероятно**, наиболее широко известное исследование моргания и его связи с мыслительными процессами было проведено учеными, проанализировавшими речь бывшего президента Ричарда Никсона «Я не преступник», при произнесении которой он время от времени начинал ненормально часто моргать. Частое моргание Никсона послужило для исследователей признаком того, что президент говорил неправду.

Ложь требует больших усилий. Всегда быть начеку, чтобы ничего не перепутать, очень утомительно. Когда мы устаем, то часто трем глаза, как это делают дети. Если человека допрашивают, и он на протяжении длительного времени врет представителям органов правопорядка, то иногда вы можете заметить точно такое же поведение. Люди нередко начинают тереть глаза и во время суда. Это внезапная автоматическая реакция, направленная на снижение напряжения и утомления, накопившегося в мышцах вокруг глаз.

Когда люди лгут, они часто смотрят в сторону. Они могут смотреть вправо, влево или «стрелять» глазами, как будто пытаясь найти ответ. Когда мы лжем о своем отношении к кому-то, мы также часто отводим глаза, чтобы смотреть на этого человека сбоку. **Например**,на 12 рисунке, несмотря на то что голова Ники Минаж поставлена прямо, она смотрит на Мэрайю Кэри, скосив глаза вправо. Сама Мэрайя более прямолинейна и смотрит на Ники, повернув голову в ее сторону.



Рисунок 12 – Ники Минаж (крайняя справа) вопросительно смотрит на Мэрайю Кэри (крайняя слева).

Когда вегетативная нервная система начинает посылать сигналы, расширяющиеся капилляры часто вызывают и набухание слизистых, что, в свою очередь, часто приводит к отеку и ощущению зуда в носу. **Поэтому** достаточно часто можно увидеть, как обманщик трогает или чешет нос, когда врет.

После того как брак Дженнифер Энистон с Брэдом Питтом завершился скандалом, её личная жизнь как будто стала для журналистов самой притягательной темой. Дженнифер, естественно, хотелось сохранить какие-то вещи в тайне. То, как она чешет нос на 13 рисунке, является признаком нежелания раскрывать правду — в тот день она не хотела делиться с репортерами секретами своей личной жизни.



Рисунок 13 – Дженнифер Энистон почесывает нос в эфире программы Early Show на CBS

Если вы когда-нибудь видели запись допроса подозреваемого, который на самом деле был виновен, то вы могли заметить, что говорить ему становится все труднее и труднее. Это объясняется тем, что у него во рту внезапно все пересыхает. Офицеры полиции и сотрудники спецслужб называют это явление **«ватой во рту»**. Механизм явления состоит в следующем: работа вегетативной нервной системы при стрессе приводит к тому, что слюноотделение уменьшается и слизистая во рту пересыхает. Если подозреваемому с синдромом **«ваты во рту»** предложить стакан воды, он обычно выпивает его целиком большими глотками, чтобы утолить жажду. Такое поведение обычно является свидетельством того, что подозреваемый что-то скрывает, пытаясь не выдать себя во время допроса.

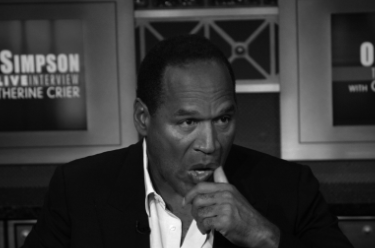


Рисунок 14 – Синдром «ваты во рту» у О. Джея Симпсона во время интервью на Court TV.

На этой фотографии (рисунок 14) О. Джей Симпсон вытирает засохшую слюну, собравшуюся в уголках его рта. Это также является признаком пересыхания слизистой, вызванного, скорее всего, ложью. Еще лжецы часто облизывают губы, пытаясь смягчить сухость. **Таким образом**, если вы видите, что кто-то облизывает губы подобным образом, — это может означать, что он или она лжет. Но прежде чем сделать выводы, важно, как мы уже заметили, учесть контекст.

Когда человек неожиданно улыбается в ситуации, которая не располагает к веселью, — это называется **«нечаянной радостью»**. Такая улыбка выдает неподдельную радость человека в момент, когда все считают, что он грустит или подавлен. Возможно, один из самых ярких примеров **«нечаянной радости»** у знаменитости мы могли наблюдать во время интервью Арнольда Шварценеггера программе 60 minutes. Тогда обсуждалась история его измены жене, Марии Шрайвер, и появление внебрачного ребенка, которого родила их горничная

Иногда люди кусают губы перед тем, как собираются солгать, или непосредственно в момент лжи. Если ваш собеседник во время разговора внезапно замолкает, прикусывая нижнюю губу, есть вероятность, что он только что вам солгал или умалчивает о чем-то важном.

**Черты голоса**

Голос — это барометр нашего отношения к самим себе и окружающему миру. То, что мы думаем и чувствуем, отражается также и в тоне нашего голоса. В обычной жизни мы все время «читаем» голоса других людей, даже не осознавая этого. **Так**, когда вы говорите по телефону с кем-то из близких, вы легко можете определить, в хорошем ли настроении ваш собеседник или нет. Если вам позвонил начальник, по тону его голоса вы сразу можете понять, случилось ли что-то в офисе или нет. На самом деле мы достаточно точно можем определять эмоциональное состояние человека по голосу. Когда мы слушаем чью-то речь и оцениваем, что и как говорит человек (с помощью слуховой зоны коры головного мозга), эта информация передается в лимбическую систему, которая контролирует и обрабатывает эмоции. **Благодаря** этому мы воспринимаем эмоции других людей и реагируем на них. Голос часто является подсознательным проводником наших мыслей и чувств. Например, когда вы рассказываете кому-то замечательные новости, а в ответ слышите монотонное: «Прекрасно, я за тебя рад», вы понимаете, что человек радуется неискренне.

Чрезмерно высокий голос часто выдает нерешительного, слабого и неуверенного в себе человека. Высота голоса может также служить признаком обмана. Это **особенно** верно, если взрослая женщина внезапно начинает говорить, как 12-летняя девочка, — высоким, детским голосом. В этом случае женщина, вероятно, хочет казаться собеседнику милым невинным существом, почти ребенком, хотя на самом деле это, конечно, не так. Высокий голос может также свидетельствовать о напряжении или служить проявлением гнева.

Несмотря на то, что у некоторых людей голоса низкие от природы, есть и такие, кто специально старается, чтобы голос звучал ниже. Так могут поступать те, кто хочет казаться и мужественнее. **Кроме того**, это может быть формой сверхкомпенсации за некую неуверенность, особенно если низкий тембр голоса не является для человека естественным. Бывает, что человек специально понижает голос, чтобы выглядеть более сильным или успешным и заставить окружающих отнестись к себе более серьезно. Однако такие люди не осознают, что зачастую такое поведение имеет противоположный эффект и выдает фальшь и отчаянные попытки говорящего спрятать свое истинное «Я».

Затихание голоса в конце фразы часто служит верным признаком обмана. **Важно отметить**, что, когда мы лжем, наша вегетативная нервная система начинает работать активнее. Наш организм знает о лжи, поэтому пытается приглушить ее последствия на физическом уровне. Когда мы лжем, дыхание изменяется, и наша речь перестает быть плавной. Точно так же, когда мы говорим, мышцы гортани могут перенапрягаться, в результате чего падает давление воздуха на голосовые связки. Поэтому, если вы регулярно не можете расслышать окончания чьих-то фраз, знайте, что такое «проглатывание» может быть признаком неискренности.

Когда люди нервничают, чем-то обеспокоены или в чем-то не уверены, в их голосе нередко можно слышать дрожь. Голос лжеца начинает дрожать потому, что мышцы гортани то напрягаются, то расслабляются. Скрипучий же тон возникает, когда мышцы не расслабляются вовсе. **Таким образом**, такое попеременное напряжение и расслабление голосовых мышц может быть признаком обмана.

Когда человек то и дело прочищает горло — это означает, что он либо страдает хроническим заболеванием, либо лжет. Как нам уже известно, вегетативная нервная система лжеца начинает работать в полную силу, вызывая изменения в кровоснабжении и создавая напряжение в мышцах. Когда мышцы гортани напрягаются, человеку становится все труднее и труднее говорить, не ощущая при этом дискомфорта. Чувство раздражения в горле, **соответственно**, заставляет говорящего автоматически откашливаться, чтобы снять напряжение в мышцах.

Монотонность может быть признаком таких эмоциональных состояний, как печаль или депрессия. Если человеку в принципе свойственна монотонная речь в повседневной жизни, возможно, он страдает хронической депрессией. Те же, кто время от времени из-меняет тон голоса на заунывный, обычно пытаются эмоционально дистанцироваться от окружающих. **Однако** если им что-то от вас нужно, они снова становятся обаятельными и стараются привлечь к себе ваше внимание. Люди, которые этим занимаются, не хотят, чтобы остальные знали об их истинных чувствах; они боятся, что их обман раскроется, и используют безучастный тон для того, чтобы никто не лез к ним в душу.

Когда Тайгер Вудс извинялся перед фанатами и родными за свой обман, его лишенный эмоций, монотонный голос вызвал большие сомнения в искренности его чувств.

Если голос человека всегда звучит по-пионерски бодро — это повод заподозрить в нем манипулятора. В беседе с таким человеком создается впечатление, что все, о чем он говорит, — очень важно и требует незамедлительной реакции. **Соответственно**, такой человек хочет вовлечь вас в свои проекты и схемы, когда у вас нет такого намерения. Его воодушевленный, бодрый тон (в котором также временами прослеживаются тревожные нотки) должен убедить собеседника в правоте говорящего. Энтузиазм, с которым произносятся эти пламенные речи, может оказаться весьма заразительным.

Если, рассказывая историю, кто-то то и дело смеется, хотя для этого нет никаких оснований, возможно, ваш собеседник нервничает или чем-то обеспокоен. **Таким образом**, такое поведение также может быть признаком обмана. Внезапные взрывы хохота являются неконтролируемой реакцией, призванной замаскировать ложь. Лимбическая система, как мы знаем, контролирует эмоции, в том числе счастье и радость, которые выражаются посредством смеха. Но когда человек лжет, наружу выходят его истинные чувства — беспокойство, нервозность и в некоторых случаях страх. Пытаясь быстро замаскировать эти подлинные эмоции, человек выдавливает из себя смех

**Построение фраз**

Если человек трещит без умолку, вываливая на вас горы ненужной информации, вместо того чтобы говорить по существу, очень высока вероятность того, что ваш собеседник лжет. Лжецы час то много говорят, потому что надеются, что их многословность и мнимая открытость заставят других им поверить.

Бывшая ведущая Court TVКэтрин Криэр говорила об этом после того, как брала интервью у О. Джея Симпсона в десятую годовщину убийства его жены Николь. Кэтрин заметила, что, Симпсон говорил много, поскольку рассчитывал, что так ему скорее поверят

Если вы слышите, что человек постоянно обвиняет других, — это может быть верным сигналом того, что он лжет. **Важно отметить**, что вместо того чтобы честно рассказать о том, что случилось, такие люди пытаются исказить правду. Прекрасный **пример** такого поведения — интервью Лэнса Армстронга Опре. Он отказывался признать тот факт, что поступал неправильно, и на самом деле вовсе не чувствовал себя виноватым. Казалось, он был готов обвинить в своих проступках кого угодно, только не себя самого. Он винил своих фанатов и злился на необходимость жить в соответствии с имиджем велосипедиста, который победил рак и выиграл соревнование. Он ссылался на болезнь, от которой страдал, говоря, что это рак сделал его одержимым. Он винил свою мать за то, что она была настоящим бойцом и заставила его тоже им стать. Он винил даже товарища по команде — велосипедиста Флойда Лэндиса ― за то, что тот рассказал обо всем, **так как** из-за этого и разгорелся скандал; по мнению Армстронга, Лэндис сделал это, чтобы отомстить за свое изгнание из команды.

Если вы слышите, что кто-то употребляет очень много таких слов-паразитов, то, возможно, ваш собеседник лжет. Именно так, засоряя свою речь бессмысленными словами, говорил Ричард Хин, когда заявлял, что его сына унесло на воздушном шаре, а потом его нашли целым и невредимым на чердаке. В эфире CNN Вольф Блитцер заверил Хина, что он просто хочет прояснить, что имел в виду его сын Фалькон, когда сказал, что «мы [семья Хин] сделали это для шоу». Ответ Ричарда был таким: «Ну, знаете, мы пару раз были на Wife Swap, и вот все эти опера-торы... Наверное, они задали ему пару вопросов в связи с этим и, э-э, вы же понимаете, что он имел в виду, э-э, что-то такое».

Если вы заметили, что ваш собеседник перебарщивает с количеством комплиментов или делает слишком много лестных замечаний в ваш адрес, — скорее всего, ему что-то от вас нужно.

Большинство людей в разговорной речи часто сокращают фразы и слова. Лжецы, **однако**, отвечают развернутыми предложениями и стараются, чтобы каждое слово звучало четко и ясно. Обратите внимание на ответ Скотта Питерсона. Когда репортер спросил Питерсона о том, звонил ли он своей девушке, он не сказал просто «нет», а ответил развернуто: «Нет, я ей не звонил». Когда человек, отрицая что-то, начинает использовать такие развернутые фразы и избегать разговорных оборотов, знайте, что он, весьма вероятно, лжет.

**Важно отметить**, когда вы задаете лжецу прямой вопрос, очень часто можно услышать, как он повторяет его, прежде чем ответить. Например: «Где я был вчера вечером? Я был у Пита, помогал ему...» Или же собеседник дает уклончивый ответ, например: «Ну, где я только не был». Повторение вопроса — это способ выгадать немного времени, чтобы сочинить подходящий ответ.

Когда человек говорит так, как будто задает вопрос, хотя на самом деле его фраза должна быть утверждением, — это убедительный признак того, что он лжет. Я не говорю о тех случаях, когда такое речевое поведение является особой манерой, **например**, иногда у подростков и других отдельных социальных групп. Я имею в виду ситуации, когда вы неожиданно слышите такую интонацию в середине беседы. Например, в своем интервью во время шоу Опры Лэнс Армстронг говорил об Эмме О’Рейли, женщине, кото-рая справедливо обвинила его в том, что он принимает кортизон, и которую он за это засудил. Он сказал о ней: «Она — одна из тех, перед кем я должен извиниться?..» — с повышением тона в конце предложения. Это означало, что на самом деле он, скорее всего, не хотел извиняться перед Эммой

**Вывод**

Проанализировав теоретический материал, мы выяснили, что такое ложь и стоит ли врать, на что нужно обращать внимание при разговоре с потенциальным лжецом в реальной жизни, как распознать мошенника в интернете. **Таким образом**, мы выяснили, как понять, что человек врёт.

# **Список используемых источников**

1. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации: сайт. –Москва, 2020. -.-Обновляется в течение суток. –URL: <http://docs.cntd.ru/document/> (дата обращения: 29.10.2020)

2. Лиллиан, Гласс Все лгут. Как выявить обман по мимике и жестам / Гласс Лиллиан ; перевод М. Кульнева ; под редакцией Н. Никитиной. — Москва : Альпина нон-фикшн, 2019. — 240 c. — ISBN 978-5-91671-344-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/86862.html (дата обращения: 29.10.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей