

July 11

我們說謊的理由有很多種，為了個人利益、為了擺脫麻煩或是為了避免尷尬的情況。從小我們就從一些事例中學會說謊。當母親告訴我們「跟奶奶說她的新衣服看起來很漂亮」時，那是為了要讓奶奶開心點。當孩子們發現這些謊話可以帶來他們想要的結果時，他們便開始學著說謊。小孩子說謊是一回事，但對雇主或刑事調查人員而言，揪出說謊者可是件嚴肅的事了。

研究指出說謊時有一些常見且明顯的徵兆。首先，當人們說謊時，會比平常少用縮語，也就是說，他們可能會說「我沒有做」。而不是說「我沒有」。當捏造謊言時，他們說話也可能會停頓及結巴，並在字句間插入許多的「嗯」或「呃」。因為說謊的人通常會怕被抓到，所以他們也會避免與他人眼神交會，而且常眨眼及吞口水。此外，研究也指出，人在說謊時鼻內的細胞組織會腫脹，使說謊者較常摸鼻子或抓鼻子，這種現象被稱為「皮諾丘效應」。讓人不禁好奇，《木偶奇遇記》的作者卡羅柯洛迪當初在十九世紀末寫這個故事時，是不是已知道說謊會對身體造成影響的事。

July 12

當犯罪行為牽涉到說謊時，有時會利用科技來找出真相。著名的測謊器測試可以測出一些顯示說謊的生理變化，像是血壓或心跳率等。然而，因為有些狡猾的罪犯還是能通過這種測試，所以很多人都覺得不可信。但是罪犯若想騙過「腦指紋技術」的話，就沒那麼容易了。犯罪調查人員在審問過程中，可以用頭皮電極來監測嫌犯的腦部活動。即使嫌犯只看到一張犯罪現場的相片，就算他保持緘默，調查人員還是可以察覺其是否知情。

雖然科技在測謊時很有用，但有些人卻能做得更有效率。舊金山加州大學的測謊專家毛琳歐蘇利文測試過一萬三千多人，看他們是否可以只藉由觀察來辨識對方是否在說謊。她發現某些警務調查人員有高達 80% 的機率能偵察出罪犯說謊。研究中另外有十四位竟有高達 90% 的機率可以偵察出罪犯說謊！歐蘇利文稱這些人是高手，因為他們似乎有特殊的能力可以知道他人有沒有說謊。

雖然有這些識破說謊的方法，最好還是要記住誠實為上策。現在，要讓說謊者栽在自己編織的謊言中已經是越來越容易了。