

علامات رئيسية تكشف الكذب في ثوانٍ 4



متابعات - «الخليج»

في عالم مليء بالتواصل غير الصريح والخداع، قد يكون من الصعب تحديد متى يكذب الشخص أمامنا، لكن وفقاً للخبيرة في لغة الجسد، فانيسا فان إدواردز، هناك إشارات سريعة يمكن أن تساعد في الكشف عن الكاذبين في ثوانٍ. شاركت فان إدواردز نصائحها حول كيفية التعرف على «The Diary Of a CEO» وفي ظهورها الأخير على بودكاست إلى الكذب في لحظات معدودة.

وبحسب ما نشرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، أكدت فان إدواردز، التي تُعتبر خبيرة في التواصل الفعال والمهارات الشخصية، على وجود أربع إشارات رئيسية يجب مراقبتها للكشف عن الكذب.

1- نبذة الأسئلة

عندما ينتهي الشخص بتعبير يشبه السؤال بينما لا يقصد فعلاً الاستفسار. مثال على ذلك هو قول الشخص: «ليس لدي فكرة عما تتحدث عنه، هل لديك؟»

2- نظرة الاشمئزاز

الشعور بالاشمئزاز يظهر بوضوح على وجوه الكاذبين. حيث يشعر الكاذب بالفذارة عندما يكذب، وغالباً ما يظهر ذلك في تعبيرات وجهه.

3- التناقض بين الأقوال والجسد

أحد أكثر الإشارات وضوحاً هي عندما يقول الشخص شيئاً، ولكن جسده يظهر إشارات متناقضة. على سبيل المثال، عندما تهز رأسك نفيماً بينما تقول «نعم».

4- انخفاض الصوت

الأشخاص الذين يكذبون عادة ما يشعرون بالتوتر، مما يؤدي إلى انخفاض في حجم الصوت والتنفس. فإذا أصبح الشخص فجأة أكثر هدوءاً أثناء حديثه، فقد يكون هذا دليلاً على الخداع.

متى تكون هذه الإشارات غير دقيقة؟

رغم أن هذه الإشارات قد تكون مؤشرات قوية على الكذب، تؤكد فان إدواردز أن الأمر يعتمد على تكرار هذه الإشارات معاً، وليس على إشارة واحدة فقط.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2026