

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт/факультет Институт социально- гуманитарных технологий

Выпускающая(ие) кафедра(ы) кафедра социальной педагогики и социальной  
работы

**Орлова Дарья Григорьевна**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

Тема Организация диагностической психолого-педагогической работы с  
девиантами подростками, обнаруживающими лживое поведение

Направление подготовки/специальность 44.04.02. Психолого – педагогическое  
образование

Направленность (профиль) образовательной программы Психология и  
педагогика в социальной сфере

**ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:**

Заведующий кафедрой

д.п.н., профессор Фурьева Т. В.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

9/11  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

д.п.н., профессор Фурьева Т. В.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

9/11  
(дата, подпись)

Научный руководитель

д.п.н., профессор Фурьева Т. В.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

9/11  
(дата, подпись)

Обучающийся Орлова Д.Г.

9/11  
(дата, подпись)

Красноярск 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Психическое развитие и поведение старших подростков как психолого-педагогическая проблема.....	6
1.1 Личностные особенности старших подростков.....	6
1.2 Поведенческие девиации современных подростков и формы их проявления.....	15
1.3 Проявление лживости как фактора девиантного поведения старших подростков.....	22
Глава 2. Диагностическая психолого-педагогическая работа молодежного центра с девиантными подростками, обнаруживающими лживое поведение.....	30
2.1 Аналитико-диагностическое изучение особенностей проявления лживости у подростков, посещающих молодежный центр.....	30
2.2 Разработка и реализация программы по выявлению и преодолению лживого поведения подростков.....	39
Заключение.....	43
Библиографический список.....	48
Приложение 1 Диагностическая психолого-педагогическая программа «Мимические признаки обмана и техники обнаружения лжи».....	53
Приложение 2 Анкета «Отношение подростков ко лжи» .....	130
Приложение 3 Экспертный опрос «Подростковая неискренность и как ее вычислить».....	134

## ВВЕДЕНИЕ

Социально-экономические преобразования России конца XX – начале XXI веков затронули все стороны общественной жизни. Помимо позитивных изменений, активизирующих развитие большинства сфер жизнедеятельности общества, также были запущены такие негативные процессы, как безработица, усиление социальной и психологической дезадаптации и дезориентации личности, резкое снижение значимости семейных и духовных ценностей, нежелание родителей заниматься воспитанием детей. Все эти изменения повлекли за собой целый ряд проблем, таких как ранняя алкоголизация и наркоманизация, омоложение преступности, рост проституции и суицида среди несовершеннолетних. Актуальность данной работы подтверждается официальной статистикой, приведенной МВД России, которая указывает на то, что в год подростками совершается более 45 тысяч преступлений, что составляет примерно 7,5% от общего числа криминальных проявлений в стране (данные на 2016 год)[20]. По данным комиссии по делам несовершеннолетних Октябрьского района на 2017 год на учете стоит 219 подростков, находящихся в социально опасном положении. Такие цифры говорят о том, что процент подростков, попадающих под категорию девиантных достаточно высок. Надо отметить, что вообще в целом, в подростковом возрасте велика вероятность смещения ценностных ориентаций в криминальную сторону, т.к. в силу определенных психологических особенностей возраста, подростки зачастую не чувствуют грани между нормой и отклонением. Е.В. Змановская [7, С. 188], И.И. Санжаревский и В.А. Татаренко [26, С. 253] считают, что распространение девиантного поведения среди детей и подростков ведет не только к неблагоприятным последствиям для общества, но и вредит самим подросткам, угрожая их физическому и психическому здоровью. Таким образом, число различных видов девиантного поведения среди подростков

постоянно возрастает, что, в свою очередь, становится серьезной социальной проблемой, которая требует незамедлительного вмешательства.

Девиантное поведение подростков является проблемой, которая находится на стыке изучения многих научных дисциплин – психологии, педагогики, медицины, теории социальной работы, криминологии и т.д., поэтому, будучи довольно специфической категорией лиц, нуждающихся в определённых технологиях и методах социально-педагогической работы, подростки с отклоняющимся поведением, требуют к себе особого отношения не только со стороны специалистов по социальной работе, но и социальных педагогов, психологов, в некоторых случаях даже медиков. В настоящее время ими разработано большое количество различных программ, которые успешно реализуются на практике. Однако, для более положительной динамики необходимо внедрение инновационных подходов в деятельности специалистов центров, занимающихся коррекцией девиантного поведения подростков, поэтому определенные техники распознавания истинных эмоций, проводимые на диагностическом этапе коррекционной работы, позволят научиться разоблачать лгунов, что существенно повысит эффективность сопровождения «трудных» подростков.

**Объектом** данной магистерской работы является психолого-педагогическая работа с подростком старшего возраста с девиантным поведением.

**Предмет** - организация диагностической психолого-педагогической работы по распознаванию проявлений лживости у подростков с девиантным поведением в условиях молодежного центра

**Цель:**

Обоснование лживости как фактора девиантного поведения старших подростков, разработка и частичная апробация диагностической программы распознавания эмоций в психолого-педагогической работе в условиях молодежного центра.

### **Задачи:**

- раскрыть психологические и личностные особенности старших подростков;
- исследовать причины девиантного поведения старших подростков;
- охарактеризовать сущность лживости как фактора девиантного поведения;
- изучить особенности проявления лживости у девиантных подростков, посещающих молодежный центр,
- выявить особенности понимания специалистами эмоциональных проявлений у девиантных подростков;
- разработать и частично апробировать программу для специалистов центра по распознаванию истинных эмоций у девиантных подростков с целью выявления лживого поведения.

### **Гипотеза:**

Преодолению девиации у подростков старшего возраста с девиантным поведением будет способствовать специальное изучение особенностей эмоциональных проявлений во взаимодействии со взрослыми, а также разработка и частичная апробация программы распознавания истинных эмоций как признака лживого поведения в рамках диагностической психолого-педагогической работы.

### **Исследовательские вопросы:**

1. В чем особенности девиантного поведения, связанного с ложью?
2. Каковы принципы структурирования содержания специальной программы и ее апробация:
3. Каковы диагностические методы адекватной задачи изучения эмоциональных проявлений?

### **Методы:**

- опрос (анкетирование);
- углубленное интервьюирование;

- наблюдение;
- анализ документов.

# **I. Психическое развитие и поведение старших подростков как психолого-педагогическая проблема**

## **1.1 Личностные особенности старших подростков**

В современной психологической литературе существует множество определений подросткового возраста, например, психологический словарь определяет подростковый возраст, как стадию онтогенетического развития между детством и взрослостью от 11–12 до 16–17 лет [24], А.А. Реан выделяет два периода подросткового возраста – первый 11-15 лет, второй – юность 16-19 лет [23, С. 319], а согласно классификации ВОЗ, подростковый возраст – это период жизни от 10 до 18 лет [9]. Таким образом, стоит заметить, что возрастные рамки, определяющие подростковый возраст, у разных авторов и в разных источниках несколько отличаются друг от друга, однако эта разница незначительна. Основываясь на данных периодизациях, следует сделать вывод о том, что подростковый возраст в целом совпадает с обучением детей в средних и старших классах общеобразовательной школы, которая играет важную роль в процессе социализации индивида. В этой связи надо сказать, что основной особенностью пубертатного возраста являются определенные изменения, которые затрагивают все стороны развития человека: происходит окончательное формирование личности, развитие психических познавательных процессов, половое созревание и завершение сексуальной ориентации подростка.

Важно понимать, что пубертатный возраст имеет ряд физиологических, физических и психологических особенностей. Говоря о физических изменениях, стоит заметить, что у подростков резко изменяются пропорции тела, им характерна угловатость, кроме того увеличивается скорость роста, и как следствие, вес подростка. В аспекте физиологических изменений, подросткам свойственны резкие скачки артериального давления (юношеский

гипертонизм), нервные срывы и переутомляемость. Для личности подростка, по мнению Е.И. Туревской, присуще следующие особенности:

- центральное новообразование подросткового возраста – «чувство взрослости», т.е. отношение подростка к себе как к взрослому. Это выражается в желании, чтобы все - и взрослые, и сверстники - относились к нему не как к маленькому, а как к зрелому человеку. Он претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию. Чувство взрослости проявляется и в стремлении к самостоятельности, желании оградить какие-то стороны своей личной жизни от вмешательства родителей. Это касается вопросов внешности, отношений с ровесниками, возможно - учебы. Такое чувство связано с этическими нормами поведения, которые усваиваются детьми в это время. Появляется моральный «кодекс», предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками;

- развитие самосознания, т.е. формирование «Я-концепции» система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я», которые состоят из нескольких составляющих: когнитивной, оценочной и поведенческой;

- критичность мышления, склонность к рефлексии, формирование самоанализа;

- половое созревание, сексуальные переживания, интерес к противоположному полу;

- повышенная возбудимость, частая смена настроений, неуравновешенность;

- заметное развитие волевых качеств;

- потребность в самоутверждении, в деятельности, имеющий личностный смысл [27, С. 27-28].

Рассматривая вышеуказанные особенности более подробно, следует отметить, что «чувство взрослости» проявляется в период 14-16 лет, когда

подросток стремится к независимости от взрослых, как родителей, дедушек и бабушек, так и от учителей. Именно в этот период подросток больше всего подвержен вредным привычкам, т.к. употребляя алкоголь, куря сигареты, принимая наркотики, подросток создает вокруг себя иллюзию взрослости и вседозволенности. В этом возрасте он зачастую не прислушивается к мнению старших, начинает сознательно им грубить. Говоря о развитии самосознания, как особенности пубертатного возраста, следует отметить, что образование «Я-концепция» является важным процессом в становлении личности подростка, т.к. в этот период формируется система представлений о самом себе, т.е. собственный образ, который во многом определяет то, каким человеком подросток будет в будущем. Данная особенность позволяет индивиду формировать определенное представление о самом себе, включающее в себя такие качественные характеристики, которыми, по его мнению, он обладает, оценивать их, а также совершать реальные поступки. Критичность же мышления, как отличительная черта подросткового возраста, появляется в связи с повышенным эмоциональным фоном, т.к. подростку свойственны категоричные выводы, часто не соответствующие реальной ситуации. В этом возрасте подросток склонен к частому и глубокому самоанализу, к нервозности, эмоциональным срывам. В период пубертатного возраста наиболее выражено половое влечение к противоположному полу, поэтому первые «серьезные» отношения появляются примерно в возрасте 14-15 лет, как правило, пары складываются из юношей и девушек разных возрастов (девушка младше в среднем на 2 года), это объясняется тем, что их развитие протекает быстрее, чем у юношей. Отсутствие партнера, также, как и односторонняя любовь, часто вызывает тяжелые эмоциональные переживания, которые, порой, влекут за собой серьезные последствия. Кроме того, подросткам свойственна утрированность, частая, беспричинная смена настроения, их легко можно вывести из себя. Следует также отметить, что многие подростки не адекватно

реагируют на происходящее. В этот период также происходит развитие волевых качеств, поэтому многим подросткам свойственна принципиальность, целеустремленность, решительность, инициативность, самостоятельность, выдержка. Эти качества, как правило, начинают формироваться примерно в 11-12 лет. Помимо этого, подросток нуждается в самореализации и самоутверждении. Благодаря этому развивается уверенность в себе, в своих силах. Анализируя все вышесказанное, следует сделать вывод о том, что подростковый возраст – это сложный период в жизни каждого человека. На протяжении нескольких лет его сопровождают сильные переживания, стрессы, эмоциональные срывы. Помимо этого, подросток должен постоянно самоутверждаться, менять свое мировоззрение, сталкиваясь с вынужденным решением неизвестных ему ситуаций. От развития человека в подростковом возрасте во многом зависит его дальнейшая жизнь.

Пубертатный возраст относится к той категории возрастов, которая характеризуется критическим периодом в жизни человека или возрастными кризисами. А. М. Прихожан определяет кризис, как некоторые переломные, поворотные точки развития, характеризующиеся резкими, крутыми качественными сдвигами, знаменующими конец одного этапа развития и начало следующего, сопряженного с определенными внутренними и внешними трудностями [21, С. 86]. Исходя из данного определения, следует предположить, что кризис подросткового возраста, происходящий в жизни каждого человека в возрасте от 11 до 16 лет у девочек и от 13 до 18 лет у мальчиков, принято считать переходным моментом от детства к взрослости, характеризующимся резкими психологическими изменениями, нестабильностью эмоционального фона и стрессовыми состояниями. Как следствие этого, кризис подросткового возраста влечет за собой как внутренние, так и внешние конфликты.

В определении причин кризиса подросткового возраста, мнения авторов расходятся, многие из них по-разному понимают причины возникновения и характер его протекания. Л.И. Божович [2, С. 214-219] и А.М. Прихожан говорит о том, что традиционно в качестве одной из основных причин выделяется половое созревание, которое влияет на психологический и психофизиологический облик, определяет его функциональные состояния (повышенную возбудимость, импульсивность, неуравновешенность, утомляемость, раздражительность), вызывает половое влечение (часто неосознанное) и связанные с этим новые переживания, потребности, интересы [21, С. 86]. Стоит сказать о том, что само половое созревание является стрессовым состоянием для подростка, т.к. происходят кардинальные изменения в его внутреннем мире и психологическом состоянии, появляются новые потребности и интересы. Оно также является основанием для своеобразных тревог, связанных с физическим Я, образом тела и определяет соответствующие симптомы подросткового кризиса. А.М. Прихожан утверждает, что другие концепции, признавая значимость влияния анатомо-физиологической перестройки, основное внимание уделяют развитию новообразований и связанным с ними потребностям и мотивам, возникающим либо в этот период, либо к концу предшествующего. Такого мнения придерживались Л. С. Выготский, Л. И. Божович, Д. Б. Эльконин, Э. Эриксон и др. [21, С. 87]. Следует отметить, что в пубертатном возрасте происходит разрушение старых интересов и ценностей, и начинают формироваться новые системы. Существенные изменения также происходят в развитии воображения, а именно фантазии, которая в основном обращена в интимную сторону. Происходит развитие самосознания, основой которого является рефлексия, это влечет за собой появление способности к пониманию других людей.

По мнению Л. Абдуллиной, кризис подросткового возраста проявляется в следующих симптомах:

– негативизм, который проявляется как негативная установка по отношению ко всему окружающему. Очень часто за негативизмом скрываются тоска, угнетенное состояние. По этой причине подростки зачастую начинают вести личные дневники, т.к. не могут никому доверять.

– склонность к анализу, в том числе к безжалостному анализу окружающих (родителей, учителей) и самоанализу в сочетании с крайней эксцентричностью. Подросток, который без конца щупает свои мускулы, или девушка, которая часами красится, как правило, искренне воображают, что произведут не просто значимое, а неизгладимое впечатление на других.

– подростковая депрессия, которая может проявляться в безразличии, чувстве пустоты, ощущении, что детство уже кончилось, а взрослым еще себя не чувствует.

– суицидальное поведение. Следует знать, что в 90% случаев суицидальное поведение в виде угроз, высказываний, намерений – это «крик о помощи», адресованный прежде всего своим близким. Однако иногда суицидальные попытки подростков носят просто демонстративный характер [1].

Рассматривая симптомы кризиса пубертатного возраста, выделенные Л.Абдуллиной, следует отметить, что негативизм ко всему окружающему заставляет подростка заводить личный дневник, где он может быть свободен в выражениях своих внутренних переживаниях, сомнениях, наблюдениях, а также волнующих мыслях. Зачастую дневник для подростка является единственным собеседником, которому он может поведать обо всем, что его волнует без стеснения. Самоанализ, как симптом подросткового кризиса, также является неотъемлемой частью психологического развития подростка. Ему присуще представление, что весь мир вертится вокруг него, что он всегда прав, это ведет к непослушанию и игнорированию взрослых. Подросток часто осуждает окружающих за их действия и поступки, которые, по его мнению, были абсолютно не правильными. Важным для подростка

становится всеобщее внимание к его персоне. В это время подросток, как правило, меняет свой внешний облик, это проявляется в стиле одежды, цвете волос и стрижке и т.д. Появление замкнутости у подростка свидетельствует о подростковой депрессии, которая также является симптомом кризиса подросткового возраста. В этот период у него появляется чувство одиночества, ненужности, обиды на окружающий мир. Зачастую в этот период меняются музыкальные предпочтения. Суицидальные наклонности присущи подростку вследствие его подавленного эмоционального состояния, и их появление также, в большинстве случаев, говорит о кризисе подросткового возраста. Как правило, слова и даже попытки покончить жизнь самоубийством являются поводом для того, чтобы привлечь к себе внимание родственников и друзей. Однако стоит заметить, что кризисные состояния носят не постоянный характер, они скорее возникают эпизодически, хотя порой, протекают достаточно длительно, способы их выражения также различны. Имеет значение сам факт индивидуализации, противопоставления, отстаивания собственной позиции.

Принципиально важным моментом является понимание и значение подросткового кризиса. Е.В. Мурашова полагает, что целью и задачей подросткового кризиса является приобретение не самостоятельности, а личностной автономии, необходимой для дальнейшего развития личности по взрослому типу, то есть, иными словами, для развития умения брать на себя ответственность за все последствия своих взглядов, слов и действий [17]. Таким образом, кризис подросткового возраста является переломным моментом в его привязанностях к старшим. У подростка появляется желание доказать, что он уже взрослый и не нуждается в контроле со стороны родителей и учителей, что он сам себе хозяин. Вследствие чего, порой, совершает опрометчивые поступки. Молодой человек стремится быть самостоятельным, старается решить свои проблемы сам.

О.А. Шульгина говорит также о том, что протекание возрастного кризиса проходит три фазы:

- негативную, или предкритическую, когда происходит распад сформировавшихся ранее структур;
- кульминационную точку кризиса (в подростковом возрасте — это 13 лет, хотя эта точка, конечно, достаточно условна);
- посткритическую фазу, т. е. период формирования новых структур, построения новых отношений и т. п. [33, С. 2].

Таким образом, следует сделать вывод о том, что кризис подросткового возраста, проходящий в три этапа, протекает длительней период времени. В первой фазе происходит ломка старых привычек, стереотипов, во второй – завершение ломки ранее сложившихся взглядов на жизнь, в третьей же происходит формирование новых интересов, принципов. Чаще всего этот процесс сопровождается таким известными и ярко выраженными трудностями поведения, как негативизм, упрямство, открытое непослушание, конфликты со взрослыми, желание и стремление всегда настоять на своем.

По мнению А.С. Макаренко существует два вида кризиса подросткового возраста:

- кризис независимости. Ребенок становится строптивым, упрямым, своевольным. Отмечаются также негативизм, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к ранее выполнявшимся требованиям, протест-бунт. Некоторые авторы добавляют сюда также ревность к собственности. Для подростка требование не трогать ничего у него на столе, не входить в его комнату, а главное – «не лезть ему в душу».
- кризис зависимости. Его симптомы – чрезмерное послушание, зависимость от старших и сильных. Кризис зависимости – достаточно неблагоприятный вариант развития. Важно учесть, что подростки, так переживающие кризис, как правило, не вызывают у взрослых беспокойства, напротив, родители часто гордятся тем, что им удалось сохранить

нормальные, с их точки зрения, отношения, т.е. отношения по типу «взрослый – ребенок» [14, С. 23-24].

Анализируя вышесказанное, можно заметить, что для подростка, находящегося в кризисе независимости, характерно ревностное отношение к своим вещам, а также требование оставить его наедине со своими мыслями, ведь остро ощущаемое переживание собственного внутреннего мира — вот та главная собственность, которую оберегает подросток и ревниво защищает от других. Находясь же в кризисе зависимости, он наоборот опирается на поддержку взрослых. Он уверен в том, что о нем позаботятся, что никто не позволит его обидеть, таким образом, он всегда находится под защитой, что затрудняет его дальнейшую социализацию. Таким подросткам, как правило, сложно найти общий язык со сверстниками, зато они всегда находят его с людьми старшего возраста.

А.М. Прихожан считает, что не следует на весь подростковый возраст смотреть под углом кризиса. Еще Л.С. Выготский указывал на то, что подростковый возраст не может быть описан одной какой-либо формулой. Но знание кризиса необходимо для того, чтобы помочь школьнику наиболее полно реализовать возможности этого периода, выработать эффективные, конструктивные способы преодоления трудностей, что, с точки зрения современной психологии, важно для решения главных задач развития в этот период [21, С. 88]. Таким образом, знание симптомов, видов и значения подросткового кризиса может помочь взрослым – родителям, учителям, специалистам, разобраться в причинах изменчивого настроения подростка, резкого изменения его поведения и душевного равновесия. Подростковый возраст – это возраст постоянного стрессового состояния. В этот период его необходимо направлять, прислушиваться к его мнению и не навязывать свою собственную точку зрения. Если подросток уже развил в себе инициативность и самостоятельность, выработал доверие, то его шансы на

самоидентификацию, т.е. на осознание собственной индивидуальности, значительно повышаются.

Анализируя все вышесказанное, следует сделать вывод о том, что пубертатный возраст – это такой период в жизни человека, который влечет за собой множественные количественные и качественные изменения. Помимо физических и физиологических, появляется ряд психологических особенностей, когда у подростка начинает складываться собственное мировоззрение, в связи с развитием самосознания, формируется «Я-концепция», появляется потребность в самоуважении, а также желание быть признанным среди взрослых и сверстников, что является причиной возникновения центрального новообразования подросткового возраста – «чувства взрослости». Подростковый возраст характеризуется определенными кризисами, имеющими вполне конкретные симптомы, такими как постоянный глубокий самоанализ, депрессивные состояния, в редких случаях, порой, переходящее в суицидальное поведение. Кроме того, для пубертатного возраста свойственны совершенно специфические кризисы: зависимости и независимости – с одной стороны, подросток слишком зависим от старших, с другой – исходя из центрального новообразования «чувства взрослости», он считает себя независимым и требует того соответствующего к себе отношения. Подросткам также свойственны тяжелые эмоциональные переживания, частая смена настроений и повышенная возбудимость, являющаяся зачастую следствием активного процесса полового созревания, которое проявляется в интересе к противоположному полу, и влечет за собой определённые личностные и психологические переживания.

## **1.2 Поведенческие девиации современных подростков и формы их проявления**

Понятие девиантного поведения в литературе трактуется по-разному. Его можно рассматривать, как с точки зрения медицинской науки, так и с точки зрения педагогической, социологической и психологической. Так, например, Л.Б. Шнейдер говорит о том, что в педагогической литературе под девиантным поведением понимается отклонение от принятых в данном обществе, социальной среде, ближайшем окружении, коллективе социально-нравственных норм и ценностей, нарушение процесса усвоения и воспроизводства социальных норм и культурных ценностей, а также саморазвития и самореализации в том обществе, к которому человек принадлежит [32, С. 12]. С точки зрения социологии Э.Гидденс определяет девиантное поведение как несоответствие имеющейся норме или набору норм, принятых значительной частью людей в группе или обществе [4, С. 92]. В Большом психологическом словаре Б. Мещерякова и В. Зинченко - девиантное поведение - это действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе (социальной группе) моральным и правовым нормам и приводящие нарушителя (девианта) к изоляции, лечению, исправлению или наказанию [3]. Исходя из данных определений, следует сделать вывод о том, что девиантное поведение, название которого происходит от латинского слова «deviation», что значит «отклонение», это отклоняющиеся, от принятого в обществе, социальное поведение. С.А. Беличева классифицирует социальные отклонения в девиантном поведении следующим образом:

– социальные отклонения корыстной ориентации: правонарушения, проступки, связанные со стремлением получить материальную, денежную, имущественную выгоду (хищения, кражи, спекуляция, протекция, мошенничество и др.);

- агрессивные ориентации: действия, направленные против личности (оскорбление, хулиганство, побои, убийства, изнасилования);

- социально-пассивного типа ориентации: стремление уйти от активного образа жизни, уклониться от гражданских обязанностей, нежелание решать личные и социальные проблемы (уклонение от работы, учебы, бродяжничество, алкоголизм, наркомания, токсикомания, суицид). [2, С. 27]

Таким образом, асоциальное поведение, различающееся и содержанием, и целевой направленностью, может проявляться в различных социальных отклонениях: от нарушений норм морали до правонарушений и преступлений. Часто такое поведение приводит к изоляции индивида в местах, где он не сможет нарушить общественный баланс. Асоциальные проявления выражаются не только во внешней поведенческой стороне, но и в деформации внутренней регуляции поведения: социальных нравственных ориентации и представлений. Невозможно назвать полный перечень причин асоциального поведения человека, т.к. велико разнообразие отклонений и велико количество факторов, влияющих на них. Однако Л.М. Шипицина называет некоторые из таких факторов:

- индивидуальный фактор, действующий на уровне биологических предпосылок асоциального поведения, которые затрудняют социальную адаптацию;

- психолого-педагогический фактор, проявляющийся в дефектах школьного и семейного воспитания;

- социально-психологический фактор, раскрывающий неблагоприятные особенности взаимодействия несовершеннолетнего со своим ближайшим окружением в семье, на улице, в учебно-воспитательном коллективе;

- личностный фактор, который, в первую очередь, проявляется в активно-избирательном отношении ребенка к предпочитаемой среде общения, к нормам и ценностям своего окружения, к педагогическим

воздействиям семьи, школы, общественности, а также в личных ценностных ориентациях и личной способности к регулированию своего поведения;

– социальный фактор, определяющийся социальными и социально-экономическими условиями существования общества [31, С. 12].

Следует сказать о том, что на возникновение факторов, порождающих причины девиантного поведения, может повлиять не только неблагоприятная атмосфера в семье, но также социально-экономическое развитие общества и среда, в которой находится подросток. Так, например, в компании выпивающих друзей, подросток также пристрастится к алкоголю, подросток, в семье которого присутствует насилие, с большей долей вероятности примет эту модель поведения. Кроме того, одним из факторов возникновения асоциального поведения подростка могут являться его индивидуальные особенности, что, как правило, свидетельствует о наличии некоторых психологических отклонениях и патологиях, например, таких как социопатия. Смысл психолого-педагогического фактора заключается в том, что причиной асоциального поведения подростка могут стать какие-либо ошибки и опущения в воспитании ребенка. Стоит сказать, что в данном случае имеет значение не только не надлежащее воспитание родителями, поведение которых также можно назвать отклоняющимся, но и наоборот чрезмерные поощрения ребенка, после которых он вполне волен полагать, что ему все, без исключения, позволено.

А.П. Чернявская также называет две группы, на которые можно подразделить причины девиантного поведения подростков:

– причины, связанные с психическими и психофизиологическими расстройствами.

– причины, связанные с социальными и психологическими проблемами [30, С.13].

Говоря о первой группе причин, следует сказать, что существует множество симптомов психических и психофизических отклонений, таких

как кратковременные страхи и припадки, которые длятся на протяжении долгого времени, не соответствующее поведение ребенка его возрасту и половой принадлежности, повторяемость негативных реакций, также является симптомом психических отклонений. Такая психопатология может стать причиной алкоголизма, интеллектуальной недостаточности, невротических расстройств. Говоря о второй группе причин, стоит отметить, что в данном случае владение специалистами некоторыми методиками, определяющими тяжесть и степень отклонения, позволит им выработать некоторые методы коррекции поведения. Причины, связанные с социальными и психологическими проблемами, также разнообразны, это могут быть как, особенности характера и эмоционально-волевой сферы, потребности личности, низкая самооценка и т.д. Сюда также следует отнести причины социального характера, которые выражаются в отношении общества к подросткам, а также в окружении, в котором он живет и развивается. Исходя из этого, стоит сделать вывод о том, что причиной может являться как социально-благополучная, так и необеспеченная семья, где оставшиеся без присмотра и воспитания дети, вынуждены слоняться по улицам – просить милостыню, воровать, грабить, а, порой, даже убивать.

Помимо вышеназванных причин девиантного поведения подростков, В.С. Чеснокова также отмечает средства массовой коммуникации и криминальную ситуацию в обществе [29]. Стоит сказать, что значение средств массовой коммуникации двойственно. С одной стороны, они выполняют положительные функции, такие как информационная, т.е. это возможность предложить какие-то новые идеи, выразить собственные мысли и обмениваться ими между коммуникантами, аффектная – передача эмоций и чувств. С другой стороны, создают иллюзию приобщения к чем-то важному, к каким-то социальным группам. Некоторые подростки, стремясь восполнить недостаток общения со сверстниками, создают с помощью СМК определенный мир, в котором чувствуют себя более уверенными, чем в

реальном. Таким образом, подросток не учится общению с окружающими людьми, т.е. он не умеет решать конфликты и добиваться взаимопонимания. В этой связи следует также отметить, что в будущем такие люди становятся жертвами не только обмана, но и самообмана, своей непредусмотрительности и недальновидности.

Из всех форм девиантного поведения, К.В. Петров выделяет те, которые наиболее распространены среди подростков старшего возраста:

- наркомания — это заболевание, которое выражается в физической или психологической зависимости от наркотиков, непреодолимом влечении к ним, что постепенно приводит организм к физическому и психическому истощению;

- пьянство — это неумеренное потребление алкоголя, которое наряду с угрозой здоровью личности нарушает ее социальную адаптацию;

- суицид— это сознательное лишение себя жизни или попытка к самоубийству [].

Таким образом, следует отметить, что самыми распространенными формами отклоняющегося поведения среди подростков, наиболее популярны те, которые связаны с разрушением собственной личности и уничтожением в себе социальной личности. Такое поведение также имеет определенные негативные последствия для общества. Помимо этого, по мнению К.В. Петрова, часто среди подростков встречается такая форма поведения, как – правонарушения (преступления и проступки) []. Следует сказать о том, что для подростковой девиации наиболее характерен проступок, т.к. преступление подразумевает под собой противоправное общественное опасное деяние, которое классифицируется по нормам уголовного права, проступок, в свою очередь, не представляет большой общественной опасности, и в случае с подростками, классифицируются нормами административного и гражданского права. Насильственные правонарушения вызываются потребностями самоутверждения или, например, стадным

чувством ложно понятого долга перед своей компанией, недостатками воспитания.

Итак, следует сделать вывод о том, что девиантное поведение подростков – явление комплексное и сложное. Оно может зависеть от внешних и внутренних факторов и причин. Девиантное поведение связано с индивидуально-типологическими особенностями личности, которые создают благоприятную либо неблагоприятную основу для воздействия негативных внешних, социальных (социокультурные нормы, традиции) и внутренних (ценностные ориентации, установки, потребности и т.д.) факторов. Девиантное поведение, возникая на уровне ситуативных поведенческих реакций при определенном сочетании указанных факторов, закрепляясь, приводит к устойчивым формам отклонений в поведении. При этом складывается дезадаптивное поведение детей и подростков, которое осложняет их социализацию в обществе в целом. К сожалению, на сегодняшний день, число девиаций среди подростков возрастает, несмотря на колоссальную работу специалистов в области профилактики отклоняющегося поведения, а также работу с конкретными симптомами отклонений.

### 1.3 Проявление лживости как фактор девиантного поведения старших подростков

Ложь как одна из форм девиантного поведения, на сегодняшний день, вызывает наибольший интерес у исследователей феномена отклоняющегося поведения людей. А.А. Брудный определяет ложь как феномен общения, состоящий в намеренном искажении действительного положения вещей, и представляет собой осознанный продукт речевой деятельности и невербальных знаков, имеющий целью ввести реципиентов в заблуждение [А.А. Брудный]. Исходя из данного определения, следует сделать вывод о том, что ложь вызвана стремлением добиться личных или социальных преимуществ в конкретных ситуациях, поэтому подразумевает под собой определённое раздвоение и дисгармонию в человеке.

Ложь в подростковом возрасте имеет характерные виды и мотивы, которые существенно отличаются от лживого поведения взрослого человека. Связано это с психическими и личностными особенностями подросткового возраста, а также с кризисами пубертатного периода. Следует, однако, понимать, что одни причины лживого поведения коренятся в личности ребенка, другие - в его окружении.

Обращаясь к видам детской и подростковой лжи, Ст. Холл (Hall G. Stanley, 2005) выделяет:

- «героическую ложь» как «средство для благородных целей»;
- «партийную ложь» как подтверждение симпатии или антипатии к кому-либо;
- «эгоистическую ложь», продиктованную какими-либо личными интересами;
- «фантастическую ложь» как следствие чистой любви к выдумке;

– «патологическую ложь» как систематическую потребность обманывать себя и других[].

Следует уточнить, что каждый из представленных разновидностей лживого поведения имеет под собой конкретные цели. Надо понимать, что, например эгоистичная ложь (манипуляция) используется подростком для того, чтобы добиться желаемого, такая разновидность лжи выгодна для него чаще при общении со взрослыми. Ложь «во благо» (героическая) - способ не ранить чувства близкого человека, оградить его от стресса. Патологическая ложь представляет собой определённые психические отклонения и требует медицинского вмешательства. Помимо, выше представленных, М.А. Праздников также выделяет:

- ложь ради самоутверждения;
- ложь из страха;
- ложь-протест. [23, С. 41–46].

Приводя пример, следует сказать о том, что прибегая, например, к лжи ради самоутверждения, подросток старается показать свое превосходство над остальными. Ложь из страха наиболее распространена среди детей подросткового возраста, на это его толкает боязнь наказания. Солгать во имя протеста подростка побуждает, например, желание отстоять свою свободу и независимость, потому что действовать силой он не может. Интересно то, что, чем настойчивее взрослый требует «чистосердечного» признания, тем упрямее ребенок стоит на своем. Во всех вышеназванных случаях ложь имеет под собой определённые основания и мотивы, кроме лишь «фантастической лжи», которая объясняет лишь тем, что подростку нравится придумывать и представлять ситуации или события, которые на самом деле с ним не происходили.

П. Экман также выделяет–ложь, как средство для предотвращения вмешательства в личную жизнь[]. Учитывая то, что подростки особенно трепетно относятся к своей личной жизни, часто скрывают от окружающих

некоторые свои интересы, ложь становится для них возможностью оставить в тайне свои сокровенные переживания. Боясь осуждения, они скрывают правду, изворачиваются. Зачастую такие моменты случаются тогда, когда у подростка присутствует социально-неодобряемая модель поведения. Эта модель может не обязательно носить негативный характер, для взрослого человека это может быть, например, вполне безобидное занятие или наоборот. Предположим, мальчик, который занимается балетом, может стать предметом насмешек сверстников, либо первые отношения мальчика с девочкой старше его на несколько лет, может стать причиной осуждения взрослых, однако, среди сверстников, такой подросток наоборот будет пользоваться уважением.

Помимо прочего, обращаясь к В.С. Мухиной, стоит отметить, что ложь может возникнуть как побочное следствие развития потребности в признании, потому что волевая сфера ребенка недостаточно развита для последовательного выполнения поступков, ведущих к признанию [1]. Психолог Кравцова М.М., отмечает другой важный момент: часто лгущий подросток часто очень озлоблен. Он начинает лгать, чтобы дать выход своей враждебности, а не из страха наказания. Прекрасно зная, что ложь раздражает взрослых, он стремится именно рассердить родителей и учителей, даже если ему придется понести за это наказание (Кравцова М.М. 2003).

Исходя из этого, следует сделать вывод о том, что подростковая ложь иногда объясняется желанием досадить взрослым, идти наперекор их мнению, т.к. пубертатному возрасту присуще чувство отчужденности, ощущение непонимания со стороны старших. Важные для него события и ситуации зачастую являются для взрослого незначительными. Именно поэтому подросток стремится разозлить своих оппонентов, потому что не умеет доказывать свою правоту и отстаивать точку зрения другими способами в связи не достатком жизненного опыта.

По данным П. Экмана, большей склонностью к лжи отличаются дети, имеющими интеллект ниже среднего. Отмечается тенденция: чем выше интеллект, тем ниже процент лжецов []. Такое мнение можно объяснить тем, что, например, подросткам с невысокой успеваемостью приходится прибегать к лжи, для того, чтобы избежать неудачи в обучении. Такие подростки привыкли изворачиваться для того, чтобы усваивать школьную программу. Однако стоит понимать, что высокий интеллект далеко не является гарантией честности. Такие подростки не прибегают к лжи во время обучения, но могут иметь трудности в общении с окружающими людьми, в этом случае обман может быть единственным правильным, по их мнению, решением. Более склонными к лжи оказываются подростки с трудностями социальной адаптации. Социально дезадаптивные подростки являются «неудачниками». Они нарушают правила и нормы установленные взрослыми, попадают на этих нарушениях и вынуждены прибегать к лжи.

С возрастом у ребенка может сформироваться способность к лжи, которая предполагает умение предвидеть свое поведение, мыслить стратегически, учитывать психологию того, кому лжешь. Такая способность появляется в подростковом возрасте, поскольку именно в этот период подростки учатся смотреть на ситуацию глазами другого. Помимо этого происходит и смена личностных установок, что тоже облегчает ложь во время взросления ребенка. Социальные нормы подростком воспринимаются как весьма относительные, он уже не принимает на веру их справедливость. Отрицание ценностей взрослого мира выступает частью стремления подростка к независимости. Влияние на ребенка могут оказать и друзья, которые совершают неблагоприятные поступки и прибегают к лжи, чтобы их скрыть.

П. Экман отмечает, что нечестность ребенка может быть вызвана условиями семейного воспитания. Подростки-лжецы в большинстве своем происходят из семей, в которых родители тоже лгут и нарушают

общепринятые нормы. Недостаток родительского внимания, несчастливые, неполные семьи, отвержение родителями своего ребенка - все это может становиться причиной детской лживости. Подростки могут стать искусными манипуляторами, если родители сами выступают как манипуляторы, а дети подражают им. Возможно и обратное, когда непосредственность и доверчивость родителей провоцирует подростка к хитростям и уловкам [].

Для некоторых подростков хроническая ложь выступает как явление, которое устраняется педагогическим воздействием. Но иные продолжают лгать, поскольку ложь для них стала стереотипной реакцией на внешний мир. Именно хроническая ложь вызывает тревогу у взрослых.

Некоторые авторы относят лживых подростков к категории «трудных подростков» (Гонеев А.Д., Лифинцева Н.И., Ялпаева Н.В., 2002; Степанов В.Г., 1998). Согласно данным, проведенного исследования, описанного в главе 2 данной магистерской работы, было установлено, что девиантные подростки гораздо чаще подвержены лживому поведению. Ложь для них подростков является нормой. Мотивы их лжи чаще отличается от мотивов лжи социально-благополучных подростков. Подросток, совершивший правонарушение или проявивший агрессивное поведение никогда не озвучит истинную причину своего поступка, он будет придумывать, изворачиваться, разыгрывать спектакль. Иногда причиной этому может быть, как страх наказания, так и страх показаться слабым, неуверенным в себе, потерять авторитет среди сверстников. Такой страх, по мнению В.А. Мухиной объясняется тем, что, при всей ориентации на утверждение себя среди сверстников подростки отличаются крайним конформизмом в подростковой группе. Группа создает чувство «Мы», которое поддерживает подростка и укрепляет его внутренние позиции. Очень часто подростки для усиления этого «Мы» прибегают к автономной групповой речи, к автономным невербальным знакам; в этом возрасте подростки начинают носить одного стиля и вида одежду, чтобы подчеркнуть свою причастность друг к другу [16,

С. 367]. Таким образом, группа подростков, как правило, формирует своеобразный единый организм, где один зависит от всех, стремится к сверстникам и подчас готов выполнить то, на что его подталкивает группа. Для усиления чувства единства зачастую подростки используют сленг (слова или выражения, употребляемые определёнными возрастными группами или социальными прослойками), который используется для идентификации всех членов группы через общие знаки общения. Такой стиль поведения, в частности, характерен для групп подростков с отклоняющимся поведением. У «трудных» подростков гораздо чаще возникает потребность в обмане, поскольку асоциальное поведение никогда не будет одобрено обществом, всегда будет подразумевать наказание и отчуждение.

Анализируя все вышесказанное, следует сделать вывод о том, что подростковый возраст является значимым и знаковым периодом в жизни каждого человека. Этому периоду присущ ряд изменений, который влечет за собой становление определенных черт будущей целостной личности. Появляется определённый ряд физиологических и психологических особенностей, сопровождаемых кризисами подросткового возраста, имеющими вполне конкретные симптомы, такие как, тяжелые эмоциональные переживания, частая смена настроений и повышенная возбудимость, являющаяся зачастую следствием активного процесса полового созревания, которое проявляется в интересе к противоположному полу, и влечет за собой определённые личностные и психологические переживания. В этот период жизни у подростка формируется собственное мировоззрение, происходит развитие самосознания и эгоидентичности. появляется потребность в самоуважении, а также желание быть признанным среди взрослых и сверстников, что является причиной возникновения центрального новообразования подросткового возраста – «чувства взрослости». Появляется необходимость независимости и желание побыть наедине с собой, своими мыслями, чувствами и желаниями. Подростку

требуется автономия и личное пространство, а также уважение и понимание со стороны общества и отдельных его членов.

Сложности протекания пубертатного периода могут найти отражение в формировании девиантного поведения у подростка. Это происходит потому, что некоторые справляются с резкими изменениями, происходящими в момент взросления, и переживая кризис подросткового возраста, а поведение кого-то отклоняется от норм, принятых в обществе. Стоит отметить то, что причиной асоциального поведения подростков множество – это и индивидуальные качества личности, атмосфера в семье, круг друзей, воспитание, влияние средств массовой коммуникации. Немаловажным фактором является умение подростка общаться с окружающими его людьми. В определенный период времени он сталкивается с проблемой непонимания его взрослым и сверстниками. В это время подростку приходится доказывать свою самостоятельность и индивидуальность. Отклоняющееся поведение – явление комплексное и сложное. Оно может зависеть от внешних и внутренних факторов. Девиантное поведение связано с индивидуально-типологическими особенностями личности, которые создают благоприятную либо неблагоприятную основу для воздействия негативных внешних, социальных (социокультурные нормы, традиции) и внутренних (ценностные ориентации, установки, потребности и т.д.) факторов. Девиантное поведение, возникая на уровне ситуативных поведенческих реакций при определенном сочетании указанных факторов, закрепляясь, приводит к устойчивым формам отклонений в поведении. При этом складывается дезадаптивное поведение детей и подростков, которое осложняет их социализацию в обществе в целом. К сожалению, на сегодняшний день, число девиаций среди подростков возрастает, несмотря на колоссальную работу специалистов в области профилактики отклоняющегося поведения, а также работу с конкретными симптомами отклонений. Девиантное поведение часто отождествляется с лживостью. «Трудный» подросток почти во всех формах

своего поведения прибегает к сокрытию истинных эмоций. Это происходит потому, что поведение асоциального подростка не может быть одобрено обществом, т.к. идет вразрез со всеми нормами и правилами. Во избежание наказания, вторжения в личное пространство, подросток придумывает определённые сценарии развития ситуации старается выдать их за правду. Таким образом, ложь можно назвать частью асоциального поведения подростка, требующей особенного внимания со стороны старшего поколения, особенно тех взрослых, в окружении которых находится подросток.

## **Глава 2. Диагностическая психолого-педагогическая работа молодежного центра с девиантными подростками, обнаруживающими лживое поведение**

### **2.1 Аналитико-диагностическое изучение особенностей проявления лживости у подростка**

В г. Красноярске насчитывается более 10 муниципальных бюджетных учреждений молодежной политики, однако только некоторые из них работают с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. Одним из них является муниципальное молодежное автономное учреждение «Молодежный центр «Свое дело». Работа с девиантными подростками, непосредственно, входит в компетенцию социального отдела, который в течение многих лет, успешно реализует разработанные на базе центра уникальные программы профилактики правонарушений и социально - правового просвещения несовершеннолетних «Стрит-индустрия», «Курс на будущее». Одной из особенностей данных программ является «уличный», «неформальный», приближенный к среде «трудных» подростков формат проведения мероприятий и акций. Еще одной особенностью социально-правового направления является организация общения и включение в совместную деятельность социально активной молодежи и «трудных» подростков, посредством чего у последних формируются социально одобряемые модели поведения. Для выявления асоциальных подростков, центр взаимодействует с комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав, детскими домами и школами. Опыт деятельности молодежного центра в части коррекционной работы достаточно обширен, однако программы коррекции нуждаются в новых формах и методах работы с подростками, особенно на диагностическом этапе работы.

С целью определения степени необходимости внедрения диагностико-коррекционной программы по распознаванию истинных эмоций было проведено анонимное анкетирование подростков с девиантным поведением, посещающих молодежный центр. В результате исследования, в котором приняло участие 34 подростка (девочек – 57%, мальчиков – 43%) в возрасте от 14 до 17 лет, было выяснено, что 100% опрошенных хоть раз в своей жизни прибегали к лжи, при этом 51% из них сами не всегда прощают незначительный обман, 40% легко простить, обманувшего человека, 5% не простят лжеца и 4% ответили, что скорее простят, чем нет. При этом склонными себя к обману считают 22% респондентов, только в крайних случаях – 62% не склонными ко лжи назвали себя 8% участников и 8% не ответили на данный вопрос. Доверчивыми же себя назвали лишь 8% опрошенных, 4% ответили, что они не доверчивы, 58% скорее доверчивы, чем нет, 13% скорее не доверчивы, чем да, и 17% затруднились ответить на этот вопрос. На детекторе лжи согласились бы провериться 23% респондентов, «в зависимости от ситуации» – 48%, «скорее нет, чем да» – 9%, «скорее да, чем нет» – 11% и категорически отказались бы – 9% опрошенных.

На вопрос «Считаете ли Вы ложь жизненно важной необходимостью в общении с людьми?» 13% опрошенных определили по пятибалльной шкале ответ – 1, т.е. «да, считаю», 12% - 5, т.е. «нет, не считаю», 18% остановили свой выбор на цифре «2», т.е. «скорее да, чем нет», 18% на цифре «4», т.е. «скорее нет, чем да» и 39% отметили цифру «3», т.е. «иногда». При этом, 67% опрошенных считают, что обман можно простить, если к нему прибегли для того, чтобы «не огорчить данного человека», 33% полагают, что такая ситуация маловероятна. 35% считают, что ложь можно простить, если к ней прибегли с целью «не нарушить сложившихся отношений», 53% ответили, что такое едва ли возможно, 12% посчитали это неприемлемым. Обман с целью «сохранить позитивное впечатление о

себе» 30% респондентов могут понять, 35% считают такой способ сомнительным, оставшееся 35% полагают, что такое нельзя простить. 32% поймут ложь к которой прибегли для того чтобы «избежать конфликта» 60% считают это маловероятным, и 8% не простят. Считают, что простить обман во имя «сохранения самоуважения» могут 46%, едва ли могут это простить 33% и 21% полагают, что такое нельзя простить. 35% полагают, что могут простить ложь, для того, чтобы «избежать контроля со стороны других людей», вряд ли возможным 28% и 37% – не могут. Простить ложь во имя избежание наказания могут 24% опрошенных, 43% посчитали это маловероятным и 33% не простительным. Однако для того, чтобы «не огорчить данного человека» прибегнуть ко лжи могут 62% респондентов, 21% едва ли солгут в данной ситуации и 17% смогут обойтись и без обмана. Для того чтобы «не нарушать сложившихся отношений» обмануть могут 49%, 26% полагают, что такое вряд ли возможно и 21% никогда не солжет. Для того чтобы «сохранить позитивное впечатление о себе» прибегнуть ко лжи могут 30% опрошенных, 35% считают это маловероятным, также как оставшиеся 35% абсолютно не нужным. Для того чтобы «избежать конфликта» солгать могут 32%, вряд ли прибегнут ко лжи 60%, а вот 8% считают это не нужным. «Сохранить самоуважение» при помощи лжи могут 46%, считают это маловероятным 33% и 21% считает, что нельзя этого сделать. Обманув, «избежать контроля со стороны других людей» могут 35%, считают это маловероятным 28% и 37 – не могут. Для того чтобы «избежать наказания» 24% опрошенных могут солгать, 17% - едва ли прибегнут ко лжи и 29% обманывать не станут.

Также, 40% респондентов полагают, что «ложь во спасение» имеет право на существование, считают 40% респондентов, 30% полагают, что «скорее может, чем нет», 17% затруднились ответить на этот вопрос, 4% полагают, что «скорее да, чем нет», 8% отказались отвечать, и ни один

опрошенный не посчитал, что «ложь во спасение» не имеет право на существование.

В открытом вопросе «Как Вы считаете, что лучше «горькая правда» или «сладкая ложь»?» мнение респондентов единогласно – «горькая правда» - лучше, например, «Горькая правда, т.к. в мире и так достаточно ложной информации, окружающей человека», «Рано или поздно обман выявится, так что лучше не врать», «Горькая правда, т.к. лучше знать правду, чем верить в ложь», «Правда лучше лжи», «Смотря в каких ситуациях, иногда можно и соврать во благо, но помнить всегда о том, что правда может вылезти наружу» или «Горькая правда, так как все тайное становится явным» и т.д.

Наибольшее количество участников полагают, что лучше сделать вид, что ничего не заметил, но изменить свое поведение под влиянием услышанного или учесть, что человек говорит не правду – 56%, прямо скажут человеку о том, что он говорит неправду – 40% и будут вести себя обычным образом 4%. При этом, по мимике, жестам и речи ложь могут определить 58% опрошенных, не пробовали 18% и 24% ответили: «иногда», «я использую логику», «я не умею», «не думал, что такое на самом деле возможно» и т.д.

На вопрос «Какие чувства у Вас вызывают патологические лгуны?» наибольшее количество опрошенных отметило чувство «раздражения» - 61%, затем чувство «отвращения» - 37% и «сарказм» – 35%, 31% указали, что такие люди вызывают у них «сочувствие», а 26% испытывают чувство «злости», 17% отметили, что они агрессивны по отношению к патологическим лгунам, 4% испытывают «горечь», «уважение» такие люди не вызывают ни у одного участника опроса.

Наименьшее количество участников считают, что атмосфера в семье скорее является фактором развития такого качества, как лживость – 9%, 9% также затруднились ответить на этот вопрос, 18% опрошенных полагают,

что атмосфера в семье на это не влияет, 30% ответили, что является и 34% посчитали, что скорее не влияет. При этом 18% респондентов оценили атмосферу в своей семье как благополучную для развития такого качества, как лживость, 40% посчитали, что скорее нет, чем да и 42% респондентов уверены, что нет. Кроме того, у 49% респондентов есть брат или сестра, 6% ответили, что они единственные дети в семье и у 45% опрошенных семья многодетная.

Подводя итог, следует отметить, что в большинстве своем ложь воспринимается «трудными» подростками негативно, однако в сравнении с исследованием, проведенным в сокращенном варианте, на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Лицей №2», в котором приняло участие 72 школьника (57% девочки и 43% мальчики), было установлено, что 100% опрошенных хоть раз в своей жизни прибегали ко лжи, при этом 39% из них сами не всегда прощают незначительный обман, 47% легко простить, обманувшего человека, 5% не простят лжеца и 9% ответили, что скорее простят, чем нет. При этом склонными себя к обману считают 11% респондентов, только в крайних случаях – 72% не склонными ко лжи назвали себя 10% участников и 7% не ответили на данный вопрос. При этом, 58% опрошенных считают, что обман можно простить, если к нему прибегли для того, чтобы «не огорчить данного человека», 42% полагают, что такая ситуация маловероятна. 37% считают, что ложь можно простить, если к ней прибегли с целью «не нарушить сложившихся отношений», 56% ответили, что такое едва ли возможно, 7% посчитали это неприемлемым. Обман с целью «сохранить позитивное впечатление о себе» 23% респондентов могут понять, 39% считают такой способ сомнительным, оставшееся 38% полагают, что такое нельзя простить. Считают, что простить обман во имя «сохранения самоуважения» могут 34%, едва ли могут это простить 48% и 82% полагают, что такое нельзя простить. 46% полагают, что могут простить ложь, для того, чтобы «избежать контроля со

стороны других людей», вряд ли возможным 30% и 24% – не могут. Простить ложь во имя избежание наказания могут 24% опрошенных, 43% посчитали это маловероятным и 14% не простительным. Однако для того, чтобы «не огорчить данного человека» прибегнуть к лжи могут 77% респондентов, 12% едва ли солгут в данной ситуации и 11% смогут обойтись и без обмана. Также, 40% респондентов полагают, что «ложь во спасение» имеет право на существование, 24% полагают, что «скорее может, чем нет», 17% затруднились ответить на этот вопрос, 8% полагают, что «скорее да, чем нет», 8% отказались отвечать, и ни один опрошенный не посчитал, что «ложь во спасение» не имеет право на существование.

У большей части респондентов, участвовавших в данном исследовании, семья не большая, чаще – ребенок в ней один. В большинстве своем, ложь для социально-благополучных подростков явление негативное. Например, патологические лгуны вызывают у подростков неприятные ощущения, а почти все опрошенные изменяют свое отношение к человеку, который прибегнул к обману. Большинство из респондентов полагают, что солгать можно только в определенных случаях, например, для того, чтобы не огорчить близкого человека или избежать контроля со стороны взрослых и друзей, девиантные же подростки не выделяют определенных ситуаций, в которых можно солгать. Многие из опрошенных не прощают обмана, но немногие из них согласились бы на проверку на детекторе лжи, в отличие от «трудных» подростков. Большинство из респондентов отвечали, что не помнят то, о чем они лгали, но утверждают, что преследовали только хорошие цели, девиантные же подростки хорошо помнят свою ложь и могут безошибочно ее повторить. Из всего вышесказанного, можно сделать вывод о том, что подростки, прибегая к лжи, верят, что преследуют лишь благие намерения, оправдывая свои поступки. В данном случае, это объяснимое явление, т.к. человек в первую очередь будет защищаться для того, чтобы

не потерять свой статус в обществе, не испытывать душевной боли, не лишиться друзей и т.д. Но в тоже время, по отношению к другим людям, подростки наиболее требовательны и безжалостны. Основываясь также на результатах исследования можно сделать вывод о том, что, в большинстве своем, ложь подростков несущественна. Наравне с этим, они и простить могут только незначительный обман, который не несет серьезных последствий. Мотивы, которые побуждают подростков лгать, как правило, благородны. Однако подросток должен понимать, что не всякая ложь влечет только позитивные последствия, наоборот, обман почти всегда является причиной серьезных неприятностей, о которых подросток может позже пожалеть, а исправить ситуацию будет уже почти невозможно. Таким образом, следует сделать вывод о том, что подростки с девиантным поведением больше подвержены лживому поведению, чем социально-благополучные, что свидетельствует о том, что, зачастую, они скрывают свое отношение, играют на публику и притворяются, следовательно, программа по распознаванию истинных эмоций будет необходима на начальном этапе диагностико-коррекционной деятельности, т.к. будет позволять специалистам на начальном этапе выяснить настоящие причины асоциального поведения.

В ходе экспертного опроса принимали участие сотрудники молодежного центра – специалисты по работе с молодежью, работа которых непосредственно связана с общением с подростками.

### **Сколько специалистов было опрошено**

### **В чем суть опроса**

По мнению большинства специалистов (74%), при общении подростки достаточно часто проявляют неискренность, 26% считают, что подростки лгут крайне редко, ни у одного эксперта не было опыта первого общения с честными подростками. Например, эксперт 1, уточняет, что

лживость подростка зависит от собеседника, либо, если подросток совершил правонарушение, т.к. ему стыдно сказать правду, либо, если хочет похвастаться, преувеличивая свои заслуги, реже – по привычке, эксперт 2, утверждает, что ложь обычно не носит глобального характера, проявляется, в основном, в хитрости.

Экспертный опрос показал, что 66,7% экспертов не владеют навыками распознавания лжи (распознавания истинных эмоций), 9,5% считают, что владеют такими навыками, частично владеют навыками 23,8%. Специалисты, которые считают, что умеют распознавать ложь, замечают, что неискренность проявляется в нервозности подростка (эксперт 17), агрессии (эксперт 9), либо в уходе от темы разговора (молчания) (эксперт 3). Несколько специалистов обращаются к социальным сетям для выяснения истины при общении с подростком.

Среди причин сокрытия истинных эмоций у подростков, которые называли участники экспертного опроса в целом схожи, например, эксперт 2, считает, что прибегнуть ко лжи подростка может побудить страх наказания или чувство вины. Эксперт 10 называет причиной осуждение и несоответствие нормам компании, нежелание показаться слабым. А эксперт 7 указывает, что подросткам свойственно недоверие к старшим, с кем они мало знакомы, поэтому, при общении с ними, они стараются скрыть истинные эмоции на ту или иную ситуацию. Также данный специалист среди причин лживость называет стеснение, смущение и боязнь последствий. солидарен в этом вопросе со своей коллегой и также называет среди причин недоверие ко взрослым.

### **Выводы по параграфу – по детям и взрослым**

Эти абзацы- в реализацию программы

Специалисты центра сошлись во мнении, что хотели бы освоить навыки распознавания истинных эмоций, в связи с этим, было проведено занятие на тему: «Распознавание истинных эмоций в социальной психологии», основанном на программе «Мимические признаки обмана и техника обнаружения лжи», которое было разработано на трудах профессора, психолога П. Экмана и разработках по НЛП. Занятие было проведено 22 марта 2018 года. Занятие состояло из трех частей: лекционный материал, практические упражнения в виде игры, рефлексия. В последующие несколько дней специалисты отработывали приобретённые навыки друг на друге с помощью представленных упражнений. По результатам занятия, специалисты однозначно были согласны с тем, что существует определённая необходимость в изучении техник распознавания истинных эмоций, только некоторые из них были слышаны о профайлинге, большинство – никогда не слышали о таких методах и методиках оценки и прогнозирования поведения человека на основе анализа определенных признаков и характеристик невербального и вербального поведения. Каждый из специалистов молодежного центра изъявил желание иметь программу, где будут описаны такие техники распознавания лжи.

Контрольный опрос специалистов показал, что благодаря проведенному занятию, специалисты научились распознавать эмоции, и отмечают, что чаще видят, что подросток пытается скрыть правду и выбирает другую тактику общения, начинает задавать другие наводящие вопросы. Специалисты уверены в том, что такой подход существенно сокращает время проведения диагностического этапа. На сегодняшний день, могут распознать истинные эмоции 61,9% опрошенных экспертов, у 38,1% пока не получается понять ложь и уловить невербальные признаки обмана у подростков.

Согласно данным комиссии по делам несовершеннолетних Октябрьского района г. Красноярска, на сегодняшний день число подростков, находящихся в СОП снизилось до 211, по сравнению с данными на конец 2017 года (219).

Таким образом, следует сделать вывод о том, что программа распознавания истинных эмоций существенно сокращает время проведения диагностического этапа психолого-педагогической коррекции девиантного подростка. Позволяет специалистам прорабатывать наиболее эффективную работу. Положительная динамика в изменении количества детей, находящихся в социально опасном положении, показывает, что применение методик выявления лживого поведения будет способствовать дальнейшему улучшению ситуации в части сокращения количества подростков с девиантным поведением.

## **2.2 Разработка и реализация психолого-педагогической программы по выявлению и преодолению лживого поведения подростков**

Как и любая другая деятельность, психолого-педагогическая работа с подростками требует постоянного совершенствования знаний со стороны специалистов вне зависимости от того, с какими подростками она проходит. Это объясняется тем, как уже отмечалось выше, что пубертатный возраст – это такой период в жизни человека, который характеризуется глубинными личностными изменениями, ему присуще психологические переживания, наиболее явно проявляющиеся в характере и поведении подростка, причины, которых, он, зачастую, старается скрыть. А, как известно, для того чтобы разрешить проблему, нужно выяснить причины ее возникновения.

В настоящее время многие специалисты, работающие с подростками, активно внедряют, новые для России методы и технологии психосоциальной работы, соответствуя потребностям и проблемам современного общества, а также стараясь создать наиболее интересные

формы работы. Например, достаточно популярны такие методы, как психодрама, гештальттерапия и т.д. Все эти нововведения способствуют улучшению качества работы психологов и социальных работников. В этой связи, стоит сказать о том, что в программу их обучения, к сожалению, не входит изучение методики выявления истинных эмоций. Однако психология лжи, как новый метод психосоциальной работы, был бы очень полезен на первоначальном этапе работы с подростком, потому что в некоторых ситуациях только знание ее основ может помочь в выявлении правильного отношения к той или иной ситуации, к тому или иному человеку. Исходя из той информации, которую получит специалист, наблюдая за сменой выражений лица подростка, его мимолетных жестов, можно будет смело пристраивать программу работы таким образом, чтобы решить его проблему.

Изучение психологии лжи важно для специалиста еще потому, в работе с подростком ему нельзя опираться только на слова клиента, поскольку последний часто не в состоянии описать свои чувства. Но лицо может отразить переживаемые подростком эмоции, даже когда он слишком расстроен и не может подобрать правильные слова для описания своего состояния и причин его возникновения, когда не знает, что ощущает в действительности. Вообще лицо человека – своеобразное зеркало, через движение мимических мышц которого отражаются все душевные волнения. Самым интересным, кстати, является то, что, несмотря на индивидуальные и культурные различия между людьми, существуют генетически обусловленные программы того, как именно эмоции выражаются в виде сокращений определенных мышц лица: лба, бровей, век, щек, губ, подбородка, которые одинаковы у всех людей. По большому счету не важно, какой человек национальности общие схемы мимических движений лица при переживании той или иной эмоции будут предельно схожими.

Важно также отметить, что любой специалист, работающий непосредственно с людьми, нуждающимися в помощи, обязан обладать определенными качествами, среди которых в Уставах большинства учреждений обозначено: повышение уровня компетенции, включая изучение новых методик, которые могут облегчить ему поиск пути в решении проблем обратившегося. Говоря о МБУ «Молодежный центр Октябрьского района г. Красноярска», стоит выделить такую проблему, как: сложности во внедрении многих новейших методик в работу учреждения, и как следствие трудности в повышении квалификации специалистов центра, ввиду недостатка необходимой литературы, отсутствия практикующих данные методики преподавателей.

Специалисты ММАУ МЦ «Свое дело» - это коллектив, стремящийся вернуть ребенка в норму взросления, организовать досуг молодежи в соответствии с потребностями продвинутых и современных людей. Поэтому в рамках решения обозначенной выше проблемы, следует опираться на стремление специалистов к поиску новейших способов коммуникации с клиентом, в связи с этим, важно также сказать, что именно это учреждение может стать отличной базой для реализации идеи внедрения психологии лжи, как принципиально нового метода работа с подростками.

**Суть программы –пишете на основе пособия-разделы.какой тип упражнений, какие кейсы, чему научаются специалисты**

**И вообще, что это значит- распознавание и др.....**

Таким образом, методическое пособие «Распознавание истинных эмоций при работе с девиантными подростками: мимические признаки обмана и техника обнаружения лжи» следует рассматривать как возможность повышения квалификации коллектива учреждения.

Задача пособия – дать необходимые теоретические знания о проявлениях типичных для человека эмоций, а также научить отличать истинные эмоции от фальсифицированных. Сюда включаются: появление различных мимических признаков той или иной эмоции, ее интенсивность и продолжительность. Кроме того, в пособии раскрывается значение каждой эмоции, приводятся примеры того, в какой ситуации, какая из них, вероятнее всего, отразится на лице человека. Рассказывается многое, что известно ученым о проявлении этих эмоций в повседневной жизни. Помимо прочего, благодаря этой информации специалист сможет изучить собственный эмоциональный опыт и понять, в чем у людей заключаются сходства и различия. Эта информация может быть использована для лучшего понимания чужих чувств, которая также, позволит получить дополнительную базу для осознания того, что могут представлять собой эмоции других людей.

На фотографиях, представленных в пособии, изображены базовые выражения лица, возникающие при переживании основных эмоций, и продемонстрировано, как удивление, страх, гнев, отвращение, печаль и радость проявляются через мимические изменения бровей, глаз, лба, носа, губ и подбородка. Каждая из серий этих фотографий поясняет различия между эмоциями, поэтому с их помощью возможно преодолеть обычные затруднения, которые возникают при распознавании выражения лица.

Помимо теоретических знаний, в пособии представлены упражнения, для тренировки практических навыков, позволяющих научиться самостоятельно различать ту или иную эмоцию, которую испытывает подросток. А также предлагаются различные практические рекомендации по регулированию эмоциональной сферы, подробное описание некоторых техник и тренажеров, способствующих пониманию проявления определенных чувств.

Основой данного пособия являются труды П. Экмана, а также других выдающихся психологов-практиков, работающих в сфере регуляции эмоций.

В рамках повышения компетенции оно будет полезно всем специалистам, работающим с подростками, вне зависимости от того к какой группе они относятся. Пособие позволит улучшить качество работы психологов, социальных работников и педагогов МБУ «Молодежный центр Октябрьского района г. Красноярска», поскольку значительно облегчит установление контакта с клиентом (особенно, с тем, кто попал в учреждение не по собственному желанию, т.е. с асоциальными подростками), поможет им понять истинные чувства и эмоции, которые испытывает подросток, и составить наиболее эффективную программу его реабилитации. Кроме того, оно будет полезно также и самим работникам для тренировки регуляции собственных эмоций, поскольку работа с «трудными» подростками морально тяжела, т.е. его можно использовать в качестве профилактики эмоционального выгорания специалистов.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе написания магистерской работы были достигнуты поставленные цели и выполнены намеченные задачи:

1. Раскрыты психологические и личностные особенности среднего и старшего подросткового возраста. Проходя стадию подросткового возраста, каждый человек испытывает проблемы полового созревания, ему свойственна критичность мышления, склонность к рефлексии, повышенная возбудимость, частая смена настроений, неуравновешенность, формирование Я-концепции и волевых качеств. Каждый подросток переживает чувство одиночества, ему кажется, что его никто не понимает, кажется, что против него настроен целый мир, либо наоборот окружающим людям нет до него никакого дела, что иногда провоцирует подростка на суицид. Следует сказать о том, что не каждый подросток может справиться с такими резкими переменами, которые с ним происходит. Кто-то справляется с этими изменениями, переживая кризис подросткового возраста, а поведение кого-то отклоняется от норм, принятых в обществе. Такое поведение называется девиантным.

2. Исследованы причины девиантного поведения подростков. Отметим, что причиной асоциального поведения подростков множество – это и индивидуальные качества личности, атмосфера в семье, круг друзей, его воспитание, влияние средств массовой коммуникации и многое другое. Немаловажным фактором является умение подростка общаться с окружающими его людьми. В определенный период времени он сталкивается с проблемой непонимания его взрослым и сверстниками. В это время подростку приходится доказывать свою самостоятельность и индивидуальность. Это тоже может являться причиной девиантного поведения, т.к. оно чаще всего является рисковым, а среди подростков распространено мнение – тот, кто рискует, тот самый смелый, и на него надо

равняться, т.е. также начать принимать наркотики, злоупотреблять алкоголем, воровать и т.д. Таким образом, девиантное поведение, в большинстве своем, является последствием внешнего пагубного влияния на хрупкую подростковую психику. Поэтому, для того, чтобы уменьшить количество трудных подростков в нашей стране, надо стараться ограждать их от многочисленных общественных пороков.

Отметим, что на сегодняшний день отклоняющееся поведение в подростковом возрасте является актуальной проблемой и ей уделяется достаточно внимания в социально-педагогической, психологической, медицинской и педагогической литературе. Исследуя особенности пубертатного возраста, специалисты различных областей разрабатывают различные комплексы методов и технологий для корректировки девиантного поведения подростков. Деятельность специалистов в данной области должна не только носить комплексный и всеобъемлющий характер, но должна отвечать современному уровню предъявляемых к ней требований. Поэтому, помимо уже известных технологий, таких как психологическое консультирование, психокоррекция, психотерапия и т.д., необходимо создание и внедрение инновационных методик, например, таких как психология лжи. Учитывая, что в некоторых ситуациях, подростки считают приемлемым сказать неправду или скрыть правду за потоком ненужной информации, то данная технология в аспекте работы с «трудными» подростками имеет право на существование. Кроме того, важно заметить, что в отношении асоциального несовершеннолетнего следует применять, прежде всего, меры воспитательного характера, поэтому специалистам необходимо в своей работе отказаться от принципа неотвратимости наказания и признать важность профилактической деятельности.

3. Охарактеризована сущность лживости как фактора девиантного поведения. Нередко проблемы трудных подростков связаны с ложью. Подросток, говоря неправду, каждый раз, когда совершает какой-то

неверный поступок, привыкает к тому, что за обманом можно легко спрятать истину и это самый простой выход из ситуации. Прибегая ко лжи, он верит, что преследуют лишь благие намерения, оправдывая свои поступки. В данном случае, это объяснимое явление, т.к. человек в первую очередь будет защищаться для того, чтобы он потерял свой статус в обществе, не испытывать душевной боли, не лишиться друзей и т.д. Но в тоже время, по отношению к другим людям, подростки наиболее требовательны и безжалостны. Основываясь также на результатах исследования можно сделать вывод о том, что, в большинстве своем, ложь подростков незначительна. Наравне с этим, они и простить могут только незначительный обман, который не несет серьезных последствий. Мотивы, которые побуждают подростков лгать, как правило, благородны. Однако подросток должен понимать, что не всякая ложь влечет только позитивные последствия, наоборот, обман почти всегда является причиной серьезных неприятностей, о которых подросток может позже пожалеть, а исправить ситуацию будет уже почти невозможно.

4. Изучены особенности проявления лживости у девиантных подростков, посещающих молодежный центр, а также специалистов по пониманию эмоциональных проявлений. В ходе изучения опыта деятельности ММАУ МЦ «Свое дело» было установлено, что центр успешно осуществляет деятельность по работе с «трудными» подростками на протяжении уже многих лет. Проекты, реализуемые учреждением, в настоящее время становятся сетевыми, т.к. в них вовлекаются другие учреждения, работающие в данном направлении. Кроме того, проекты, которые были закрыты, в связи с приостановкой финансирования, продолжают существовать на добровольной основе, т.к. подросткам нравятся принимать в них участие. Однако следует заметить, что путь исправления подростков занимает колоссальное количество времени, это связано с тем, что подростки, попадающие под категорию девиантных,

закрыты от сотрудников центра, своих сверстников и всего внешнего мира в целом. Специалисты ММАУ МЦ «Свое дело» отмечают, что владение техниками распознавания истинных эмоций существенно сократит время установления доверительных отношений. Стоит отметить, что возможность распознавания истинных эмоций будет вспомогательной методикой в процессе создания программы коррекции отклоняющегося поведения, таким образом, молодежного центра обеспечит асоциальным подросткам возможность вернуться в норму взросления и создаст условия для будущей эффективной адаптации во взрослой жизни, намного быстрее и качественнее, чем в данный момент времени.

5. Разработана и частично апробирована программа распознавания истинных эмоций у девиантных подростков. Ложь присуща пубертатному возрасту, причины этого феномена многогранны и разнообразны. Соккрытие истинных эмоций – это также своего рода обман, который затрудняет построение специалистом верного плана коррекционной работы. Например, в, обеспеченной и благополучной семье, ребенок начинает злоупотреблять алкогольными напитками, принимать наркотические вещества, показатели в учебе начинают резко снижаться. Однако, при работе со специалистом, он утверждает, что друзья его любят, в семье все хорошо и вообще он может себе все позволить, но, при этом его мимика и положение тела говорят абсолютно об обратном. Таким образом, умение распознавать истинные эмоции поможет в установлении единственно верных глубинных причин отклоняющегося поведения подростка, в установлении доверительных отношений между ним и специалистом, облегчит ему возможность применения техники активного слушания. Изучить методы распознавания эмоций возможно благодаря психологии лжи. Разработанное методическое пособие «Мимические признаки обмана и техники обнаружения лжи» представляет собой конспект книги-тренажера «Узнай лжеца по выражению лица» выдающегося американского психолога Пола Экмана, а также других

выдающихся психологов-практиков, работающих в сфере регуляции эмоций. В рамках повышения компетенции оно будет полезно всем специалистам, работающим с подростками, вне зависимости от того к какой группе они относятся. Пособие позволит улучшить качество работы психологов, социальных работников и педагогов любого учреждения, работающего с подростками, поскольку значительно облегчит установление контакта с клиентом (особенно, с тем, кто попал в учреждение не по собственному желанию, т.е. с асоциальными подростками), поможет им понять истинные чувства и эмоции, которые испытывает подросток, и составить наиболее эффективную программу его реабилитации. Кроме того, оно будет полезно также и самим работникам для тренировки регуляции собственных эмоций, поскольку работа с «трудными» подростками морально тяжела, т.е. его можно использовать в качестве профилактики эмоционального выгорания специалистов.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Абдуллина Л. Подростковый кризис [Электронный ресурс] / Л.Абдуллина. Академии повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования. Центр системно-деятельностой педагогики: Школа.- 2000. – Режим доступа:<http://www.sch2000.ru/parents/psychologist/teenager.php>
- 2 Беличева С. А. Основы превентивной психологии. - Москва: Редакционно-издательский центр консорциума «Социальное здоровье России». - 1993. - 224 с.
- 3 Божович Л.И. Подростковый возраст / Возрастная и педагогическая психология [учебное пособие для студентов высших учебных заведений] / сост. И.В. Дубровиной, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. - Москва: Издательский центр «Академия». 1999. - 320 с.
- 4 Большой психологический словарь / сост. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – Москва: Олма-пресс.- 2004. - 672 с.
- 5 Гидденс Э. Социология [учебник] / Э. Гидденс, К. Бердсолл // Пер. с англ. Изд. 2-е. полностью переработанное и дополненное. Москва.: Едиториал УРСС. – 2005. – 632 с.
- 6 Гусева Т.А. Возрастная психология: учеб.-метод. комплекс дисциплины. Бийск.: Бийский пед. гос. ун-т им. В. М. Шукшина. – Бийск: БПГУ им. В. М. Шукшина - 2009. – 166 с.
- 7 Дьяченко М.И. Краткий психологический словарь: Личность, образование, самообразование, профессия / М.И. Дьяченко, Л.В. Кондыбович. - Москва: Хэлтон. - 1998. - 399 с.
- 8 Змановская Е.В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) [учебное пособие для студентов учебных заведений] / Е.В. Змановская. - Москва: Академия, 2003. - 288 с.

9 Заслу́женюк В.С. Родители и дети: Взаимопонимание или отчуждение? / В.С. Заслу́женюк, В.А. Симченко. - Москва: Просвещение: АО «Учеб. лит.». 1996. – 191 с.

10 Ильин А. Особенности подросткового возраста [Электронный ресурс] / А. Ильин // Здоровье детей: электронный журнал. - 2009. № 5. – Режим доступа: <http://zdd.1september.ru>

11 Кирьянова Е.Н. Особенности общения детей в подростковом возрасте / Е.Н. Кирьянова, Е.В. Козорез // Актуальные проблемы психологии в образовании: материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Часть II. – Мурманск. – 2012. С. 178-181.

12 Кипнис М.Ш. Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером. / М.Ш. Кипнис. -СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК. - 2008. 249 с.

13 Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков изд. 2-е доп. и перераб. / А.Е. Личко // Л.: Медицина. - 1983. - 336 с.

14 Любимов А. НЛП: мастерство коммуникации. 2-е изд. / А. Любимов. - СПб: Питер, 2003. 224 с.

15 Макаренко А.С. Ваш ребенок – подросток [Электронный ресурс] / А.С. Макаренко // Справочники. 2013. – Режим доступа: <http://lib.convdocs.org/docs/index-115966.html>

16 Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. СПб.: Речь, 2005. 445 с.

Муниципальное молодежное автономное учреждение «Свое дело» (ММАУ МЦ «Свое дело») [Электронный ресурс] / Муниципальные учреждения молодежной политики. оф. сайт Администрации г. Красноярск. Режим доступа:

<http://www.admkrsk.ru/citytoday/youth/Pages/000/Institutions.aspx?RecordID=8>

17 Мухина В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. – Москва: Академия, 1999. – 456 с.

18 Мурашова Е.В. Понять ребенка. Психологические проблемы ваших детей [Электронный ресурс] / Е.В. Мурашова // Первое сентября: электронный журнал. - 2007. № 13. – Режим доступа: <http://ps.1september.ru/article.php?ID=200701323>

19 Овечкина И.Н. Психологические особенности разрешения конфликтных ситуаций в межличностных отношениях «подросток-семья»: магистерская диссертация – Семей. - 2009. С. 23-24.

20 Пак Е.Б. Особенности взаимоотношения подростка и родителей [Электронный ресурс] / Е.Б. Пак Н.П. Балкунова // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. XIV междунар. науч.-практ. конф. Часть II. – Новосибирск: СибАК, 2012. – Режим доступа: <https://sibac.info/conf/pedagog/xiv/27085>

21 Показатели преступности в России [Электронный ресурс]. / Портал правовой статистики генеральной Прокуратуры РФ. – Электрон. данные. – Режим доступа: [http://crimestat.ru/offenses\\_map](http://crimestat.ru/offenses_map)

22 Прихожан А.М. Проблема подросткового кризиса / А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование. 1997. № 1. С. 82-88.

23 Праздников М.А. Девиантное поведение подростков как педагогический феномен // Сацьяльна-педагогічна работа. 2007. № 8. С. 41-46.

24 Психология человека от рождения до смерти: психологическая энциклопедия / под ред. А.А. Реана. СПб.: «НЕВА», 2002. 656 с.

25 Психологический словарь [Электронный ресурс]: / Режим доступа: <http://mirslovarei.com>

26 Саенко, Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями / Ю.В. Саенко. - СПб.: Речь. - 2011. - 232 с.

27 Санжаревский И.И. История, методология и техника исследования проблем общества и личности в социологии / И.И. Санжаревский, В.А.

Татаренко – Изд. 4-е, испр. и доп. - Тамбов: Изд-во ОГУП «Тамбовская типография «Пролетарский светоч»/ - 2012. - 432 с.

28 Туревская Е.И. Возрастная психология / Е.И. Туревская– Тула. - 2002. - 32 с.

29 Хлевная Е. Где твоя волшебная кнопка? Как развивать эмоциональный интеллект / Е. Хлевная. - СПб.: Питер. - 2013. - 240 с.

30 Чеснокова В., Абрамкин В. Некоторые причины девиантного поведения детей и подростков [Электронный ресурс]: / Совместный проект фонда «Здоровое будущее» и Северо-Западного Регионального Медицинского Центра: Русский народный сервер против наркотиков NarCom.ru. – Режим доступа: <http://www.narcom.ru/publ/info/523>

31 Чернявская А.П. Введение в психолого-педагогическую деятельность [учебное пособие для студентов высших учебных заведений] / А.П. Чернявская, В.Б. Успенский. Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС. – 2003. - 176 с.

32 Шипицина Л.М. Психология детского воровства. / Л.М. Шипицина. - СПб.: Речь. - 2007. 276 с.

33 Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. / Л.Б. Шнайдер. - Москва: Академический проект - 2005. - 336 с.

34 Шульгина О.А. Кризисы подросткового и юношеского возраста. / О.А. Шульгина. // Центр дистанционного образования детей-инвалидов при государственном образовательном учреждении общеобразовательной школе-интернате «Белгородский инженерный юношеский лицей-интернат» - Белгород. 2012. 15 с.

35 Экман П. Психология лжи. 4-е изд. / пер. с англ. СПб.: Питер, 2010. 288 с.

36 Экман П. Психология лжи. Обмани меня, если сможешь. / пер. с англ. СПб.: Питер, 2009. 304 с.

37 Экман П. Почему дети лгут? / Пер. с англ. С. С. Степанова, науч. редакторы: В. С. Магун, М. С. Жамкочьян. - Москва: Педагогика-Пресс, 1993. 272 с.

38 Экман, П. Узнай лжеца по выражению лица / Пер. с англ. СПб.: Питер, 2010. 272 с.

39 Ekman, P. Facial expression and emotion / P. Ekman, D. Keltner // American Psychologist. № 48. 1993. С. 394-382

40 Ekman P., Rosenberg E. What the face reveals (2nd ed.). [Электронный ресурс]: / New York, NY: Oxford. 2005. - Режим доступа: <http://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/Facial-Expression-In-Affective-Disorders.pdf>

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Диагностико-коррекционная  
программа  
«Мимические признаки обмана и  
техники обнаружения лжи»**

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Лекция 1. Исследование удивления

Лекция 2. Исследование страха

Лекция 3. Исследование отвращения

Лекция 4. Исследование гнева

Лекция 5. Исследование радости

Лекция 6. Исследование печали

Лекция 7. Обманчивые выражения лица

Причины, по которым люди контролируют выражения своего лица

Что затрудняет распознавание управления выражениями лица

Практикум

Приложение А Список вопросов верификатора

## **Введение**

На сегодняшний день проблема распространения девиантного поведения среди подростков принимает масштабный характер. Причиной этому может служить, как и педагогическая несостоятельность семьи, так и широкая пропаганда асоциального поведения в кинематографе, музыке, СМИ. Исходя из этого, следует отметить, что число различных видов девиантного поведения подростков постоянно возрастает, что, в свою очередь, становится серьезной социальной проблемой, которая требует незамедлительного вмешательства.

Исходя из вышесказанного, следует сказать о том, что к каждому «трудному» подростку требуется особый подход со стороны специалиста, а это значит применение определенных технологий, методов и методик при работе с ним. Техники распознавания истинных эмоций, как принципиально новый метод работы, может значительно улучшить качество работы специалистов.

Психология лжи является самостоятельным направлением в психологической науке, которое в настоящее время находится на стадии развития, его автором является выдающийся американский психолог, эксперт в области межличностного общения и психологии эмоций Пол Экман. Как новый метод психосоциальной работы, был бы очень полезен на первоначальном этапе работы с подростком, потому что в некоторых ситуациях только знание ее основ может помочь в выявлении правильного отношения к той или иной ситуации, к тому или иному человеку. Исходя из той информации, которую получит специалист, наблюдая за сменой выражений лица подростка, его мимолетных жестов, можно будет смело пристраивать программу работы таким образом, чтобы решить его проблему.

Основой данного пособия являются труд П. Экмана и представляет из себя конспект книги-тренажера «Узнай лжеца по выражению лица», а также других выдающихся психологов-практиков, работающих в сфере регуляции

эмоций. В рамках повышения компетенции оно будет полезно всем специалистам, работающим с подростками, вне зависимости от того к какой группе они относятся. Пособие позволит улучшить качество работы психологов, социальных работников и педагогов любого учреждения, работающего с подростками, поскольку значительно облегчит установление контакта с клиентом (особенно, с тем, кто попал в учреждение не по собственному желанию, т.е. с асоциальными подростками), поможет им понять истинные чувства и эмоции, которые испытывает подросток, и составить наиболее эффективную программу его реабилитации. Кроме того, оно будет полезно также и самим работникам для тренировки регуляции собственных эмоций, поскольку работа с «трудными» подростками морально тяжела, т.е. его можно использовать в качестве профилактики эмоционального выгорания специалистов.

## Лекция 1. Исследование удивления

Удивление — это самая кратковременная эмоция. Удивление возникает внезапно. Если у вас есть время подумать о событии и порассуждать о том, удивляет вас произошедшее или нет, значит, вы не испытали удивления. Вы не можете удивляться долго, если только поразившее вас событие не открывается для вас своими новыми неожиданными гранями.

Удивление вызывается как неожиданным событием, так и событием, которое можно назвать псевдонеожиданным. Удивительным может быть практически все, что угодно, при условии, что оно оказывается либо неожиданным, либо ошибочно ожидавшимся. Удивительными могут быть взгляд, звук, запах, вкус или прикосновение. Когда человек откусывает кусок пирога, начинка которого выглядит как шоколадный крем, то вкус начинки из свинины и грибов может стать для него сюрпризом. Такой вкус оказался для него псевдонеожиданным. Но удивление вызывают не только физические ощущения. Непредвиденные или ошибочно предвиденные идеи, замечание или предположение другого человека также могут оказаться удивительными. Такими же могут оказаться и ваши собственные мысли или чувства.

Как только неожиданное или псевдонеожиданное событие вами оценено, происходит быстрый переход от удивления в другое эмоциональное состояние. «Я приятно удивлен», — говорите вы, не понимая, что удивление само по себе является нейтральным в гедонистическом смысле. Скорее именно следующая эмоция придает позитивный или негативный тон вашему опыту в зависимости от природы исходного события. Поскольку удивление является кратковременным и ему на смену быстро приходит другая эмоция, то лицо часто отображает смесь удивления с последующей эмоцией. Подобным образом, если человек уже испытывает какую-то эмоцию, когда происходит удивительное событие, то на его лице отображается сочетание этой эмоции с удивлением. Проницательный наблюдатель, обращающий внимание на мимолетные выражения лица, может уловить чистое выражение

удивления. Однако большинству из нас более знакомы внешние проявления удивления в сочетании с элементами второй эмоции.

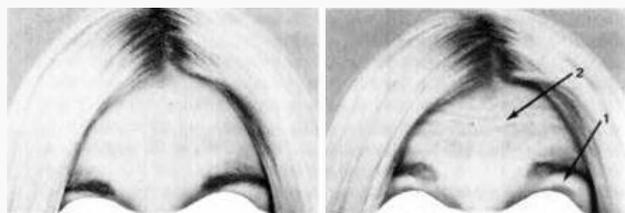
### **Как выглядит удивление**

Для демонстрации типичных выражений лица используются фотографии двух людей: Патрисии и Джона.

Каждая из трех частей лица, выражающего удивление, имеет свои внешние характерные особенности. Брови приподнимаются, глаза широко раскрываются, челюсти разжимаются, а затем размыкаются губы.

### **Брови**

Брови изгибаются и приподнимаются. На **рис. 1** видны удивленные брови Патрисии (Б) и ее брови в нормальном или нейтральном состоянии (А). Кожа под поднятыми бровями растягивается и становится более заметной, чем обычно (стрелка 1). Поднятие бровей приводит к появлению длинных горизонтальных морщин на лбу (стрелка 2). Эти морщины появляются не у каждого. Их нет у большинства маленьких детей, даже когда брови находятся в приподнятом положении, а также иногда отсутствуют и у взрослых. Некоторые люди имеют горизонтальные морщины — бороздки, постоянно присутствующие на коже лица, — даже при неподвижности бровей, но обычно такие морщины появляются в среднем возрасте. Если эти постоянные морщины имеются на нейтральном лице, то они становятся еще глубже и заметнее, когда брови удивленно приподнимаются вверх.



**АБ**

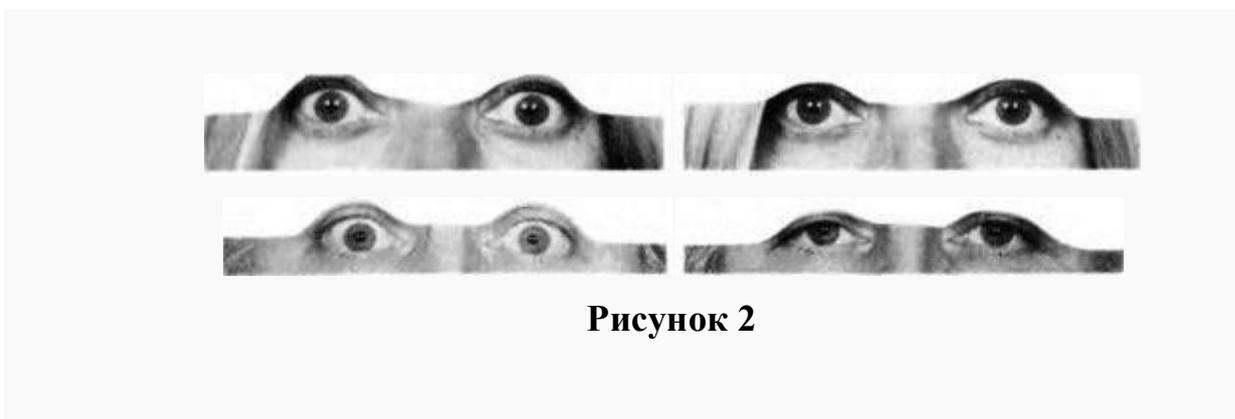
**Рисунок 1**

Хотя у человека, испытывающего удивление, обычно не только приподнимаются брови, но и широко раскрываются глаза и опускается

челюсть, поднятые брови можно наблюдать и на нейтральном лице. В таких случаях выражение лица больше не отражает эмоцию; оно приобретает другие значения, причем некоторые из них могут иметь отношение к удивлению.

### Глаза

На лице, выражающем удивление, глаза широко открыты, нижние веки расслаблены, а верхние веки приподняты. На **рис. 2** (слева) у Патрисии и Джона удивленно раскрытые глаза; для сравнения в правой части рисунка показаны их глаза при нейтральном выражении лица. Отметьте, что в состоянии удивления узкие полоски белков глаз — склеры становятся видны между верхним веком и радужной оболочкой (окрашенной центральной частью глаза). Склера может также быть видна и ниже радужной оболочки, но это зависит от того, насколько глубоко посажены глаза, и опущена ли нижняя челюсть достаточно низко, чтобы натянуть кожу под глазами. Таким образом, когда вы видите белок ниже радужной оболочки глаза, это не является таким же надежным индикатором удивления, как появление склеры между верхним веком и радужной оболочкой.



**Рисунок 2**

Обычно удивленные глаза дополняются удивленными бровями, удивленным ртом или тем и другим одновременно, но иногда они появляются сами по себе. Когда верхние веки приподнимаются, показывая склеру при отсутствии соответствующих изменений положений бровей и рта, то это движение почти всегда оказывается кратковременным и длится малые доли секунды. Такие раскрытые глаза могут служить отражением мгновенно

возникшего интереса либо дополнением или заменой, например, такому слову как «Здорово!» Широко раскрытые глаза могут также использоваться как разговорные «знаки пунктуации», акцентирующие внимание на конкретном прозвучавшем слове.

### **Нижняя часть лица**

В момент удивления нижняя челюсть опускается, в результате чего разжимаются зубы и размыкаются губы. На **рис. 3** показано, что приоткрытый от удивления рот расслаблен, а не напряжен; губы не сомкнуты и не оттянуты назад. Вместо этого рот выглядит так, будто он раскрылся естественным образом. Рот может быть приоткрыт лишь слегка, умеренно приоткрыт, как это показано на **рис. 7**, или раскрыт более широко, и эта степень раскрытия зависит от того, насколько сильным оказывается удивление.



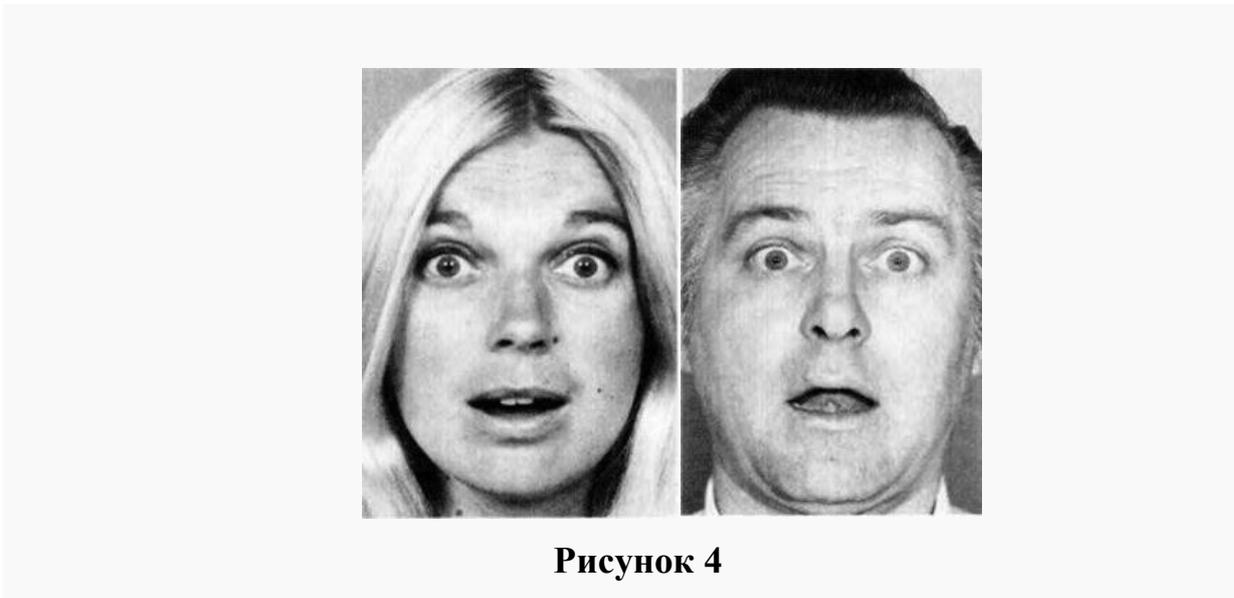
**Рисунок 3**

### **Краткий обзор**

На **рис. 4** показаны выражения удивления, создаваемые всеми тремя частями лица. Обратите внимание на каждый из отличительных признаков удивления.

- брови подняты и изогнуты;
- кожа под бровями натянута;
- поперек лба идут горизонтальные морщины;
- веки открыты; верхние веки подняты, нижние опущены; белок глаз — склеру — можно видеть над радужной оболочкой, а нередко и под ней.

- нижняя челюсть опускается, так что губы и зубы размыкаются, а рот находится в ненапряженном состоянии.



#### **«Конструирование» выражений лица**

Закрепить приобретенные знания о выражениях удивления на лице можно при помощи «конструирования» лиц, которые вы видели в этой лекции. Для этого обратитесь к странице 76 и вырежьте размещенные там четыре фотографии с нейтральными выражениями лиц Джона и Патрисии. Разрежьте каждую фотографию надвое по белым линиям. Теперь у вас есть все необходимое для составления различных выражений удивления на лицах Патрисии и Джона.

#### **Задание 1.**

1. Возьмите части В и поместите их на лица на *рис. 4*. Какое получилось выражение лица на этих фотографиях? Оно выражает сомнение или недоверие.

2. Наложите части Б на лица на *рис. 4*. Какое выражение получилось теперь? Лицо Джона выражает ошеломление.

3. Оставьте только части А. Вы получите выражение изумления. Теперь верните части Г обратно и удалите части А. Вы получите выражение вопросительного удивления. Меняя местами А и Г, вы можете наблюдать, как изменяется смысл выражений лица.

## Лекция 4. Исследование страха

Выживание человека зависит от умения избегать ситуаций, в которых ему может быть причинена боль и нанесены физические повреждения. Вы учитесь предвидеть опасность с раннего детства. Вы оцениваете происходящее и предупреждаете себя о возможности причинения вам вреда. Очень часто еще до причинения вреда вы испытываете чувство страха. Вы боитесь как реальной, так и воображаемой угрозы. Вы боитесь событий, людей, животных, предметов или идей, которые кажутся вам опасными. Если вам говорят, что на следующей неделе вам должны сделать несколько очень болезненных уколов от бешенства, то, вероятно, вы почувствуете страх задолго до первой инъекции. Если вы видите, что ваш босс не в духе и способен взорваться из-за любой мелочи, то вы начинаете бояться его гнева еще до того, как он обращает на вас свое внимание. Страх перед опасностью, ожидание физической боли часто могут быть даже более труднопереносимыми, чем сама боль. Разумеется, иногда страх перед опасностью мобилизует усилия, помогающие избежать ожидаемого вреда или хотя бы его минимизировать.

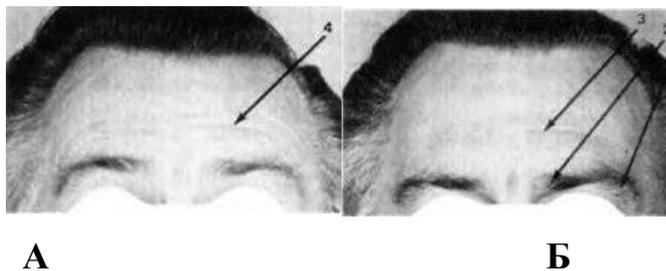
### Как выглядит страх

Существуют характерные формы отражения страха на каждой из трех областей лица: брови приподняты и слегка сведены; глаза открыты, а нижние веки напряжены; губы оттянуты назад.

### Брови

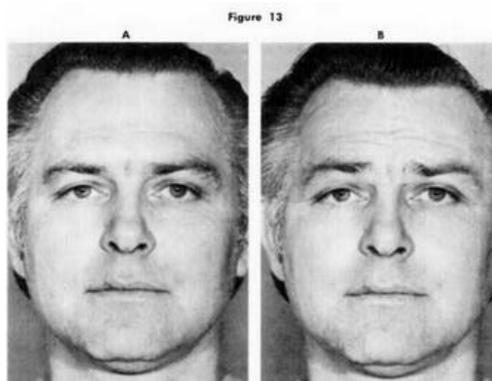
Брови выглядят приподнятыми и выпрямленными. На **рис. 5** показаны испуганные брови (**Б**) и удивленные брови (**А**). Отметьте, что испуганные брови приподняты (1), как и удивленные брови, но кроме этого, они слегка сведены, так что у человека, испытывающего страх, внутренние края бровей (2) оказываются ближе друг к другу, чем у человека, испытывающего удивление. Над испуганными бровями обычно появляются горизонтальные

морщины, идущие поперек лба (3), но они, как правило, не пересекают весь лоб, как это бывает в случае удивления (4).



**Рисунок 5**

Хотя испуганные брови обычно дополняются испуганными глазами и испуганным ртом, иногда они появляются и на нейтральном лице. Когда это происходит, то выражение лица передает сообщение, ассоциируемое со страхом. На рис. **6Б** выражение лица Джона формируется с помощью испуганных бровей и совершенно нейтральных остальных элементов лица. Рисунок **6А** показывает для сравнения полностью нейтральное выражение лица Джона. Когда брови удерживаются в испуганном положении, как на рис. **6Б**, то лицо выражает беспокойство, легкую тревогу или контролируемый страх. Рисунок 10 вновь демонстрирует, что изменение в одной части лица изменяет общее впечатление. Кажется, что беспокойство проявляется также и в глазах Джона и даже немного в изгибе его рта. Но это составная фотография, в которой испуганные брови были перенесены на нейтральное лицо, показанное слева. Если вы закроете рукой брови и лоб на каждой из фотографий, то увидите, что глаза и рот на них совершенно одинаковы.



## Рисунок 6

### Глаза

Глаза человека, испытывающего страх, открыты и напряжены, верхние веки подняты, а нижние растянуты. На **рис. 7** показаны испуганные глаза (**А**), нейтральные глаза (**Б**) и удивленные глаза (**В**). Отметьте, что у испуганных и удивленных глаз верхние веки приподняты, это позволяет увидеть склеру (белок) над радужной оболочкой (1). При страхе и удивлении верхние веки подвижны одинаково, а нижние по-разному: они напряжены и приподняты в случае страха (2) и расслаблены в случае удивления. Напряжение и поднятие нижних век при страхе может привести к тому, что эти веки закроют часть радужной оболочки глаз (3).

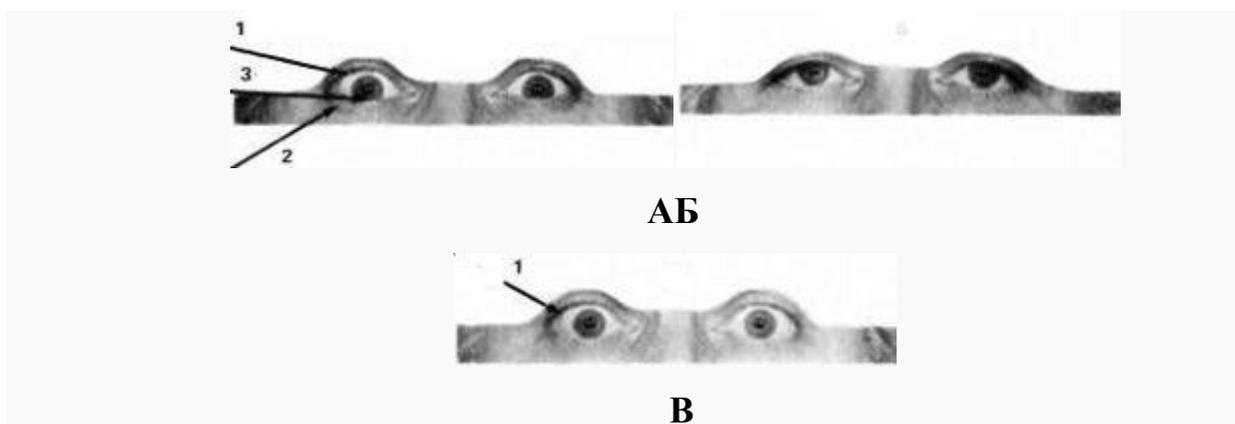


Рисунок 7

Испуганные глаза обычно можно наблюдать на лице вместе с испуганными бровями и испуганным ртом, но иногда страх выражается только с помощью глаз. В таком случае это будет очень быстрое выражение, при котором глаза моментально примут испуганный вид. Если это происходит, то обычно такое выражение страха является неподдельным, хотя сам страх оказывается либо слабым, либо контролируемым.

### Рот

У человека, испытывающего страх, рот открыт, а губы напряжены и, возможно, сильно оттянуты назад. На **рис. 8** Патрисия демонстрирует выражение рта двух типов (**А** и **Б**) и для сравнения — удивленный рот (**В**) и

нейтральный рот (Г). Испуганный рот на рис. 8А очень похож на удивленный рот, но имеет одно важное отличие: его губы не расслаблены, как в случае удивления верхняя губа напряжена, а уголки губ начинают оттягиваться назад. У испуганного рта на рис. 8Б губы растянуты и напряжены а уголки губ оттянуты назад.



А

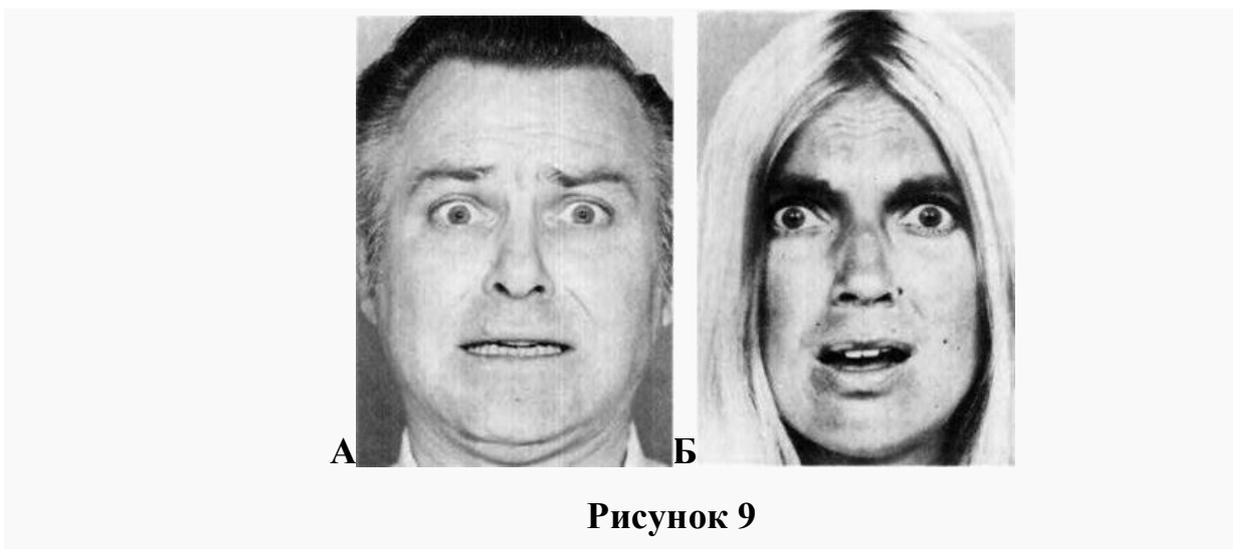
Б

**Рисунок 8**

### **Краткий обзор**

На рис. 9 показаны два лица, выражающие страх во всех трех областях.

- брови приподняты и слегка сведены;
- морщины наблюдаются только в центральной части лба, а не по всей его ширине;
- верхние веки приподнимаются, обнажая склеру, а нижние веки напряжены и подтянуты вверх;
- рот открыт, а губы либо слегка напряжены и оттянуты назад либо растянуты и оттянуты назад.



**Рисунок 9**

### **«Конструирование» выражений лица**

#### **Задание 1. Техника «Декатастрофизация»**

*Цель:* исследовать события и их последствия, вызывающие тревогу, научиться преодолевать страх; развивать способность принимать угрожающую информацию, научиться видеть страх.

*Форма работы:* индивидуальная или групповая.

*Инструкция:* «Представьте себе самое худшее, что только можно вообразить, а затем представьте, как вы справляетесь с возникшей трудной ситуацией и как вам удастся уцелеть при самых сложных обстоятельствах».

Обсуждается пугающая участника и воспринимаемая им как катастрофическая ситуация (например, экзамен, собеседование при приеме на работу, публичное выступление и т.д.). Тренер задает вопрос: «А что если?» При рассмотрении всех последствий ситуации участник должен прийти к выводу, что ситуация не настолько значима, как представлялось в самом начале беседы.

Участники представляют и описывают во всех подробностях будущие возможные проблемные ситуации (все более угрожающие сцены вплоть до самых страшных). Ищут и описывают способы их решения. Можно на листе бумаги описать все самое страшное, что повлечет за собой действительно ужасные последствия. Затем представить, что это случилось, и вернуться к происшедшему в реальности, после чего реальные события не покажутся

такими тяжелыми и мрачными. Угрожающие события можно попытаться истолковать и с позитивной точки зрения, т.е. найти в этих ситуациях намного больше хорошего.

Во время проведения упражнения тренеру важно обращать внимание на невербальные сигналы участника. Постараться распознать насколько тот или иной фактор является пугающим.

### **Лекция 3. Исследования отвращения**

Отвращение - чувство неприязни.

Вкус того, что вы хотите выплюнуть, даже только мысль о том, что вы едите что-то отвратительное, может вызвать у вас чувство отвращения. Запах, который вы хотите выгнать из своего носового хода или спрятаться от него, который вызывает еще большее отвращение. И снова, всего лишь мысль о том, насколько отталкивающее может пахнуть, может вызвать бурное отвращение. Одним видом, вещь, которую вы считаете противной, чтобы пробовать на вкус, может вызвать приступ отвращения.

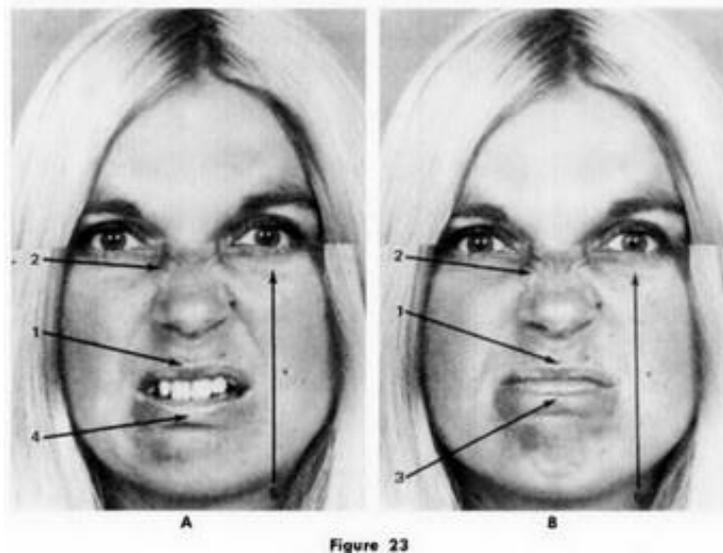
Выражение отвращения вызывают не только вкусы и запахи, ощущения или мысли, образы или звуки, а также действия, вид людей и простые идеи. Люди могут быть не только с виду оскорбительными, иногда на них даже противно смотреть. Некоторые испытывают отвращение при виде обезображенных, хромых или уродливых людей. Отвратительным может быть и вид человека с открытой раной.

#### **Как выглядит отвращение**

Наиболее значительные "информаторы" (ключи к пониманию) отвращения проявляются (отражаются) в (на) мимических мышцах рта и носа, а также - нижних век и бровей, но в меньшей степени. Верхняя губа приподнята, в то время как нижняя может быть как приподнята, так и опущена; нос наморщивается; нижние веки приподнимаются, а брови опускаются вниз.

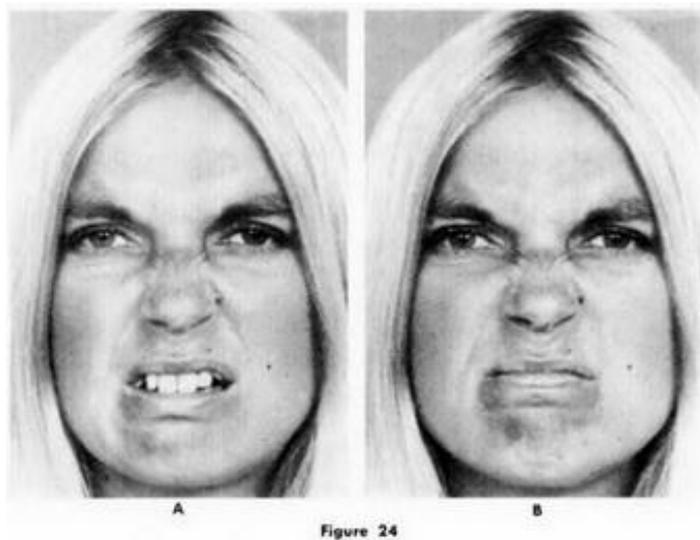
#### **Нижняя часть лица**

На иллюстрации **рис.10**, Патрисия демонстрирует отвращение вздернутой верхней губой (1), вызвавшее, в свою очередь, изменение внешнего вида кончика носа.



**Рисунок 10**

Возможно, но не обязательно, сочетание приподнятой верхней губы со складками (морщинами) вдоль носа и на переносице (2). Чем сильнее отвращение, тем вероятнее наморщенность носа. Нижняя губа может быть приподнята и слегка выдвинута вперед (3), или опущена слегка выдвинута вперед (4). Щеки приподнимаются, и в результате происходят изменения внешнего вида нижних век, глаза прищуриваются, что влечет за собой образование множества мелких морщин и складок под глазами (на нижних веках) (5).



**Рисунок 11**

Несмотря на то, что довольно типично при гримасе отвращения опускание бровей, объективно это не является существенным. На **рис. 10** у

Патрисии явно выражена гримаса отвращения, даже несмотря на то, что брови и верхний веки аналогичны нейтральному выражению лица. Сравним **рис. 10** с **рис. 11**, на которой брови стремятся вниз, и вы увидите, что выражение отвращения выглядит (смотрится) более цельно (завершено), немного значительнее; однако различие между иллюстрациями не существенно.

Выражение лица, показанное на **рис. 11**, может встречаться и когда субъект в действительности не испытывает отвращения, но использует символическую эмоцию (эмоциональный символ), что бы передать что-либо отвратительное. К примеру, если Патрисия просто сказала, " Когда я ела в этом ресторане на прошлой неделе, я видела таракана," она может запросто продемонстрировать одну из эмоциональных эмблем отвращения. Но она будет использовать выражение лица таким образом, что бы для окружающих стало очевидно, что в данный момент никакого отвращения она не испытывает.

Она может быстро наморщить нос, слегка дернуть вверх щеками и верхней губой; или же она может просто приподнять верхнюю губу без всякого наморщивания носа. Существует два информатора (подсказки) в пользу того , что эта эмоциональная эмблема скорее чем мимическое выражение эмоции- то, что Патрисия в действительности не испытывает эмоцию в данный момент и не имеет намерения убедить окружающих в реальности эмоции: это всего лишь частичное вовлечение мимики лица - либо наморщенный нос/приподнятые щеки/слегка вздернутая губа\*, либо приподнятая губа/ненаморщенный нос\*, но, вероятно, не то и другое одновременно. Так же, мимическое выражение является короткой вспышкой, которая длится не более секунды, когда как последнее (эмоциональная эмблема\*) длится в течении нескольких секунд.

При выражении притворного (ложного) отвращения возможно, конечно, использовать полное мимическое выражение эмоции, показанное

на рис. 24, но оно будет удержано на лице неоправданно долгое время - воспроизводя выражение отвращения.

Хоть это и не является распространённым случаем, но некоторые люди будут использовать или наморщенный нос или слегка приподнятую верхнюю губу в качестве разговорного пунктуатора (знака препинания), акцентируя отдельные слова или предложения. Ранее мы упоминали, что некоторые люди используют в качестве разговорных (диалоговых) пунктуаторов быстро поднятые "удивлённые" брови или поспешно раскрытые "удивлённые" глаза (верхние веки приподнимаются).

Позже мы увидим, что брови, опущенные и сдвинутые к переносице, как при выражении гнева, являются другим разговорным пунктуатором, а брови, сдвинутые вместе и поднятые в гримасе печали являются ещё одним пунктуатором.

В любом случае, мимическая подвижность лица больше выполняет функцию жестикуляции руками, делая особое ударение на отдельном слове или фразе, акцентируя их. Мало что известно о том, почему некоторые люди используют мимику в качестве пунктуатора в дополнение или даже вместо жестикуляции. И так же немного известно по поводу того, используются ли "удивленные брови", наморщенный от отвращения нос или "печальные брови", и т.д. в качестве отдельных мимических пунктуаторов. — это может быть что угодно в психологическом отношении. Это могло бы отражаться в индивидуальности человека; или это могло бы быть результатом его невольного подражания кому-либо, например родителю, в детстве, когда он только начинал разговаривать; или возможно это определено нейронной анатомией.

### **Выражение презрения**

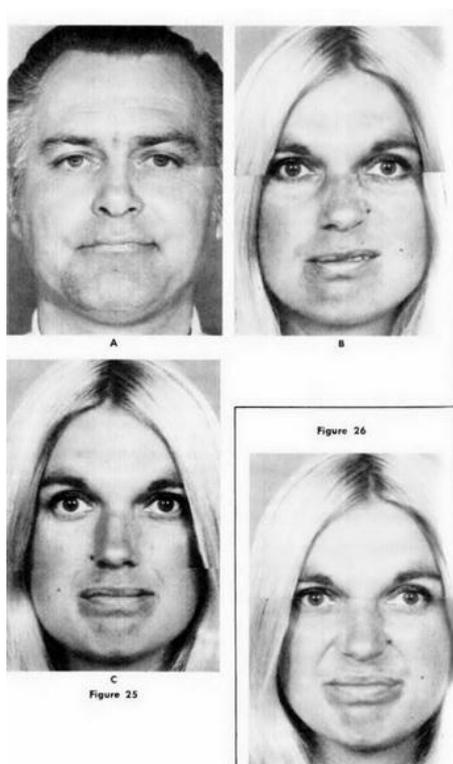
Презрение показано вариантом мимики рта при отвращении, но с сомкнутыми губами. На рис. 25 показаны три выражения презрения. Джон

изобразил односторонний "презрительный" рот, с легким поджиманием губ и приподнятым с одной стороны уголком рта.

Выражение Патриссии на рис. 25 В по сути такое же, как и у Джона, за исключением того, что ее верхняя губа приподнялась с одной стороны, обнажая зубы. Это добавляет выражению пренебрежительный, насмешливый оттенок. Фото Патриссии на рис. 25С показывает легкую форму презрения, с едва заметным поднятием верхней губы с одной стороны лица. На рис. 26 поазана смесь признаков презрения и отвращения. Презрение выражается в подтянувшихся, чуть приподнятых уголках рта с поджатыми губами.

Это весьма схоже с мимикой Джона на рис. 25А, за исключением того, что выражение двустороннее, а не одностороннее, уголки губ Патриссии подтянуты (поджаты) с обеих сторон.

Намек на отвращение в лице Патриссии на рис. 26 исходит от слегка выдвинутой вперед и направленной вверх нижней губы, и от чуть-чуть наморщенного носа. Сравните это с нижней губой Патриссии на рис. 24В и вы увидите разницу.



**Рисунок 11**

## Краткий обзор

Отвращение выражается главным образом нижней частью лица и нижними веками (рис. 12).

- верхняя губа приподнята;
- нижняя губа также приподнята и придвинута к верхней губе или же опущена и слегка выдвинута вперед;
- нос сморщен;
- щеки приподняты;
- проявляются морщинки на коже под нижними веками, а веки приподняты, но не напряжены;
- брови опущены, в результате чего происходит опускание век.

Figure 30

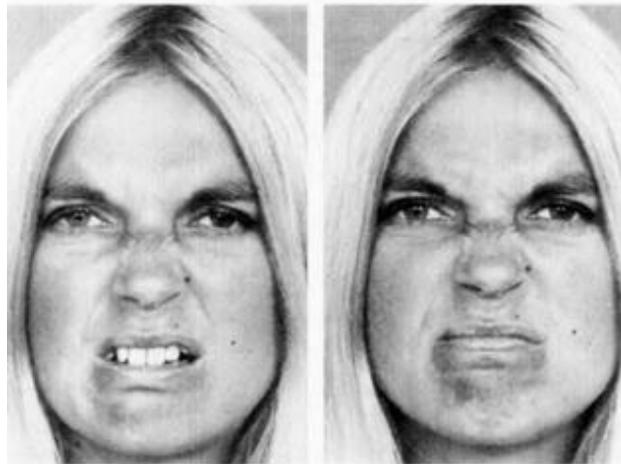


Рисунок 12

## Конструирование выражений лица

Для эмоции отвращения вы не можете создавать вариации выражений лица, заменяя одни части лица другими, как вы могли это делать для эмоций страха и удивления. Причина этого заключается во взаимосвязанности мускульных движений в разных областях лица при выражении отвращения.

Мускулы, поднимающие верхнюю губу, поднимают также щеки, мешочки и складки кожи под веками. Поэтому наложение части Б на лица на

рис. 12 создаст нечто такое, что в действительности не может допустить анатомия человека. Глаза, показанные на частях Б, не могли бы смотреть таким образом, если бы область рта выглядела так, как на рис. 12.

Мышцы, участвующие в сморщивании носа, поднимают также и щеки, слегка приподнимают нижнюю губу, мешочки и складки кожи под нижними веками. Поэтому наложение частей Г на лица на рис. 12 создаст выражение, невозможное с точки зрения анатомии. Если бы нос сморщился, как это показано на рисунке, то верхние веки должны были бы приподняться, а кончик носа должен был бы изменить свою конфигурацию.

Мышцы, опускающие брови, опускают также и верхние веки, частично прикрывая глаза. Следовательно, если вы наложите части А на рис. 12, то возникнет нечто несуразное. Изображение будет по-прежнему иметь опущенные веки даже несмотря на то, что вы удалили опущенные брови.

## **Лекция 4. Исследование гнева**

Гнев, или злость, — это, возможно, самая опасная эмоция. Когда вы испытываете гнев, вы, вероятнее всего, умышленно причиняете вред другим людям. Если при вас кто-то испытывает гнев и вам известны его причины, то агрессивное поведение этого человека станет вам понятно, даже если вы будете осуждать его за неспособность контролировать свои эмоции. Напротив, человек, осуществляющий неспровоцированные нападения на других людей и не испытывающий при этом гнева, покажется вам странным или даже ненормальным. Частью опыта переживания гнева является риск потери контроля. Когда человек говорит, что он испытывал гнев, это, по-видимому, может объяснять его сожаления о содеянном: «Я знаю, что не должен был говорить это ему (уязвлять его), но я был вне себя — просто потерял голову!» Детям специально объясняют, что, когда они испытывают гнев, они никому не должны наносить физический вред. Детей могут также учить контролировать любые видимые проявления гнева. Мальчикам и девочкам обычно говорят о гневных вещах: девочек учат сдерживать свой гнев, а мальчиков поощряют проявлять его в отношении тех сверстников, которые их на это провоцируют. Взрослых людей нередко характеризуют по тому, как они справляются со своим гневом: «сдержанный», «горячий», «взрывной», «вспыльчивый», «хладнокровный» и т. п.

### **Как выглядит гнев**

Хотя при проявлении гнева происходят характерные изменения в каждой из трех областей лица, но если эти изменения не происходят сразу во всех трех областях, то остается неясным, действительно ли человек испытывает именно гнев. Брови опущены и сведены, веки напряжены, глаза смотрят пристально. Губы либо плотно сжимаются, либо разжимаются, придавая прорези рта прямоугольную форму.

## Брови

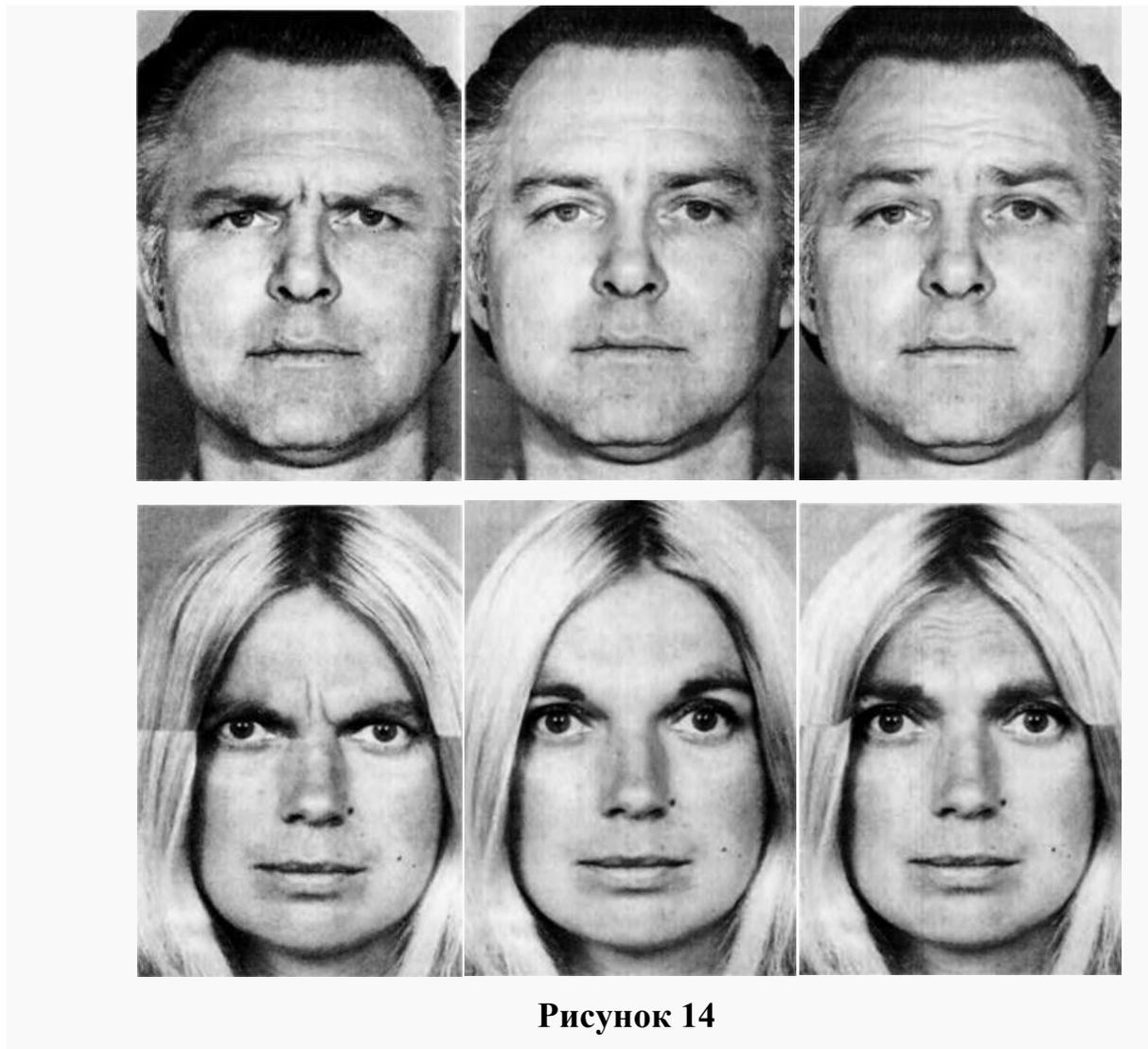
Брови опущены и сведены. На **рис. 13** показаны разгневанные брови слева и испуганные брови справа. И у разгневанных и у испуганных бровей внутренние уголки сдвинуты навстречу друг другу. Но когда человек испытывает гнев, его брови опускаются, а когда он испытывает страх, брови поднимаются. В случае гнева линия бровей может приобретать излом углом вверх или просто опускаться вниз безо всякого излома. Сведение внутренних уголков бровей обычно приводит к появлению вертикальных морщин между бровями (1). При гнев не возникает никаких горизонтальных морщин на лбу, а если там все же становятся заметны какие-то бороздки, то они образованы постоянными морщинами (2).



**Рисунок 13**

У человека, испытывающего гнев, опущенные и сведенные брови обычно дополняются разгневанными глазами и разгневанным ртом, но иногда разгневанные брови могут появляться на нейтральном лице. Когда это происходит, то лицо может выражать, а может и не выражать гнев. На **рис. 14**и Джон и Патрисия имеют разгневанные брови на нейтральном лице (слева), нейтральное лицо (в центре) и для сравнения испуганные брови на нейтральном лице (справа). Хотя лицо на фотографии справа выражает обеспокоенность или опасение (о чем говорилось в главе 4), лицо на левой фотографии — со сведенными и опущенными бровями — может иметь любое из следующих выражений:

- человек разгневан, но пытается контролировать или устранить любые проявления гнева;
- человек слегка раздражен или его гнев находится в начальной стадии;
- человек находится в серьезном настроении.

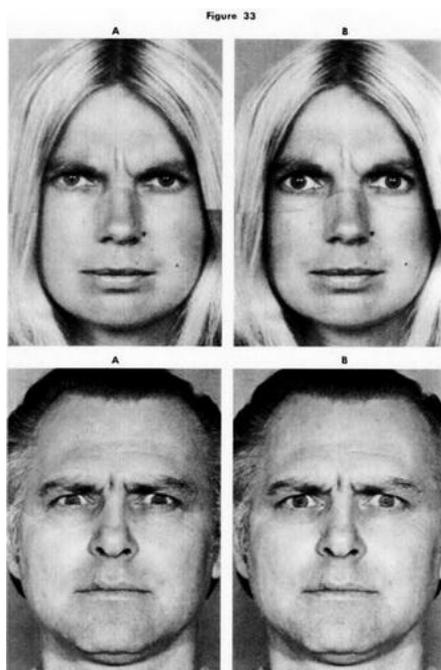


**Рисунок 14**

Если это кратковременное изменение, при котором разгневанные брови появляются всего на мгновение, а затем возвращаются в нейтральное положение, то это может быть еще одним разговорным «знаком препинания», акцентирующим внимание на каком-то слове или фразе.

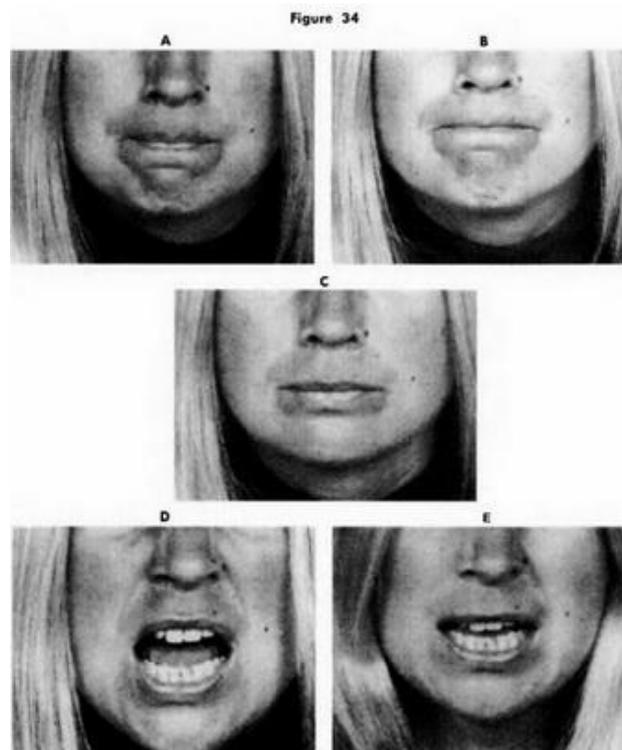
## Глаза — веки

В гневе веки напряжены, а глаза смотрят пристально и жестко. На **рис. 15** Патрисия и Джон демонстрируют два типа разгневанных глаз: менее широко открытые на левых фотографиях и более широко — на правых. На всех четырех снимках нижние веки напряжены, но они выше подняты на одном из снимков разгневанных глаз (А), чем у другого (Б). На другом снимке разгневанных глаз верхние веки выглядят опущенными. Разгневанные глаза — веки, показанные на **рис. 15**, не могут появиться без помощи бровей, потому что опущенные брови уменьшают степень открытия верхней части глаз, заставляя опускаться верхние веки. Нижние веки могут быть напряжены и приподняты, жесткий, пристальный взгляд может возникнуть сам по себе, но его значение будет неясным. Может быть, человек испытывает легкий гнев? Или он контролирует проявление гнева? У него пристальный обеспокоенный взгляд? Он сконцентрирован, целеустремлен, серьезен? Даже при вовлечении бровей — лба и глаз — век (двух областей лица, как это показано на **рис. 14**) по-прежнему остается неопределенность в отношении значений выражений лица. Они могут быть любыми из перечисленных нами выше.



## Рот

Существуют две основные разновидности разгневанного рта. На **рис. 16** Патрисия демонстрирует закрытый рот с сомкнутыми губами (наверху) и приоткрытый рот прямоугольной формы (внизу). Рот с плотно сомкнутыми друг к другу губами появляется при двух совершенно разных типах гнева. Во-первых, когда человек в той или иной форме осуществляет физическое насилие, атакуя другого человека. Во-вторых, когда человек пытается контролировать вербальные и звуковые проявления своего гнева и сжимает губы, пытаясь удержать себя от выкрикивания или высказывания оскорбительных для обидчика слов. У разгневанного человека рот остается открытым в том случае, когда он пытается выразить свой гнев словами или криком.



**Рисунок 16**

Обычно такие разгневанные рты появляются на лице вместе с разгневанными глазами и бровями, но они могут появляться и на нейтральном лице. Однако смысл такого сообщения будет неоднозначным,

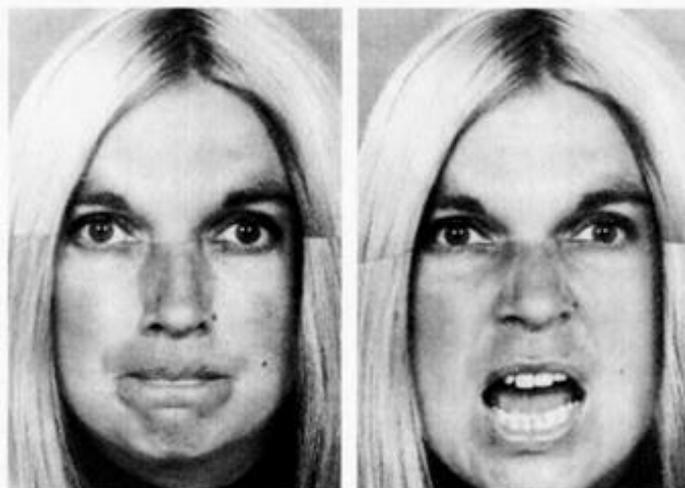
как и в том случае, когда гнев выражается только бровями или только веками. Если гнев выражается только ртом, то сжатые губы могут означать легкий гнев, контролируемый гнев, физическое напряжение (как при поднятии тяжелого предмета) или концентрацию внимания. Приоткрытый прямоугольный рот также имеет неоднозначный смысл, если остальные элементы лица остаются нейтральными, поскольку он может появляться при не выражающих гнев восклицаниях (например, одобрительных выкриках во время бейсбольного матча) или некоторых речевых звуках.

### Две области лица

На **рис. 10** показано, что если гнев проявляется только в двух областях лица, бровях и веках, то смысл послания оказывается неоднозначным. То же самое справедливо и для случая, когда гнев выражается только ртом и веками. На **рис. 17** показаны составные фотографии Патрисии, на которых гнев выражается только нижней частью лица и нижними веками, а брови и лоб взяты с нейтрального лица. Смысл этих выражений лица может быть любым из рассмотренных нами выше. *Сигналы лица, выражающего гнев, остаются неоднозначными, если гнев не проявляется во всех трех областях лица.* Выражение гнева на лице отличается в этом смысле от выражений эмоций, с которыми мы уже познакомились. Удивление или страх могут однозначно выражаться бровями — глазами или глазами — ртом. Отвращение может быть однозначно выражено ртом — глазами. В главах, посвященных печали и радости, вы увидите, что эти эмоции также могут быть однозначно выражены с помощью всего двух областей лица. И только в случае гнева, если сигналы подаются всего двумя областями лица, возникает неоднозначность выражения. Неоднозначность при выражении гнева с помощью двух областей лица может быть снижена с помощью тона голоса, положения тела, движений рук или произнесенных слов, а также за счет понимания контекста, в котором возникает конкретное выражение. Если бы вы увидели выражение лица как на **рис. 35** или **рис. 33** и Патрисия отрицала

бы, что она раздосадована, сжимая при этом кулаки, или если бы вам было показано это выражение сразу после того, как вы сообщили ей новость, которая, по вашим предположениям, ей не могла понравиться, то вы, вероятно, правильно бы оценили ее гнев. Некоторые люди могут иметь склонность к проявлению гнева преимущественно в одной или другой части лица, когда они в состоянии контролировать эту эмоцию. Когда это так, то люди, хорошо знающие такого человека — члены его семьи или близкие друзья, — могут правильно распознавать выражение лица, подобное показанным на **рис. 15** или **рис. 17**. И хотя это выражение останется неоднозначным для большинства людей, оно будет понятным его близким.

Figure 35



**Рисунок 17**

Неоднозначность гнева, проявляющегося только в двух областях лица, может быть проиллюстрирована с помощью другого набора фотографий, где слегка отличные выражения гнева показаны в веках глаз. На **рис. 18А** глаза кажутся выкаченными наружу, а нижние веки глаз напряжены, но не так сильно, как на **рис. 18**. Если это происходит при опущенных бровях и нейтральном рте, как показано на **рис. 18А**, то сообщение будет неоднозначным. Патрисия может выражать контролируемый гнев, слабый гнев, твердое намерение или решимость. Если к нижней части лица добавляется легкая напряженность, то выражение теряет свою неоднозначность. На **рис. 36Б** показаны такие же брови и глаза, как на

рис. 18А, но на нем слегка напряжена верхняя губа и уголки рта, нижняя губа слегка выпячена вперед, а ноздри немного расширены. Рисунок 18Б хорошо иллюстрирует, что предельно ясных симптомов гнева во всех трех областях лица может не наблюдаться. Брови — лоб на рис. 18Б показывают только частный симптом гнева. Брови опущены, но не сведены, а мы только что описали, насколько слабо напряжены элементы нижней области лица. Всех этих частных симптомов, проявляющихся на бровях — лбу и в нижней части лица, дополненных напряженными нижними веками и выкаченными глазами, достаточно для того, чтобы идентифицировать гнев.



### **Выражения гнева на всем лица**

На рис. 19 Патрисия демонстрирует два типа выражающих гнев глаз — век с двумя типами разгневанного рта. Сравнивая верхние снимки с нижними, мы видим идентичные глаза — веки и разные рты. Сравнивая левые и правые фотографии, мы видим одинаковый рот, но разные глаза.

Как мы уже объясняли, тот или иной тип разгневанного рта наблюдается у человека в зависимости от того, что он делает. Проявление гнева с сомкнутым ртом, как показано на верхних снимках, может возникнуть, когда человек осуществляет физическое насилие или если он пытается подавить желание закричать. На нижних снимках показан гнев, сопровождающийся криками и потоком слов. Более широко раскрытые

разгневанные глаза на правых снимках делают передаваемые ими сообщения чуть более выразительными.

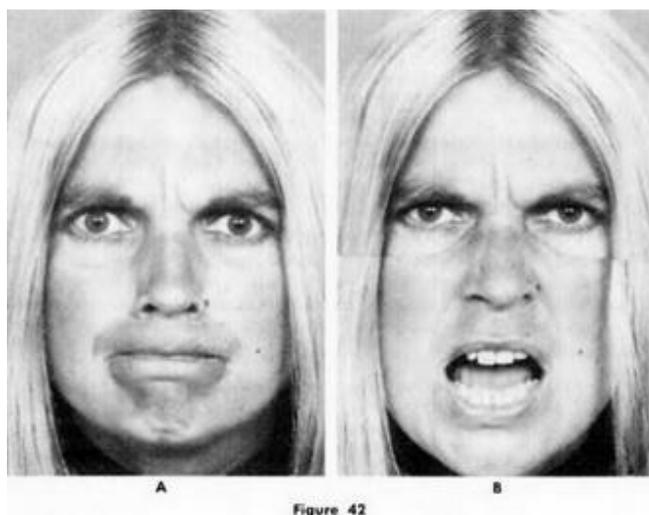


**Рисунок 19**

### **Краткий обзор**

Гнев проявляется в каждой из трех областей лица (**рис. 20**).

- брови опущены и сведены;
- между бровями появляются вертикальные морщины;
- нижние веки напряжены, они могут быть или не быть приподняты;
- верхние веки напряжены, они могут быть или не быть опущены в результате опускания бровей;
- глаза глядят пристально и могут быть слегка выкачены наружу;
- губы могут находиться в двух основных состояниях: плотно сжаты, уголки губ прямые или опущены вниз; либо губы могут быть раздвинуты (образуя прямоугольный рот) и напряжены — как при крике;
- ноздри могут быть «вразлет», но этот признак не является характерным только для гнева и может проявляться при выражении печали;
- наблюдается неоднозначность выражения, если гнев не проявляется во всех трех областях лица.



**Рисунок 20**

### **«Конструирование» выражений лица**

#### **Задание 1.**

С помощью этих упражнений вы научитесь придавать разгневанным лицам неоднозначные выражения.

1. Наложите часть А на каждое из лиц **рис. 20**. Вы получите то же лицо, что и на **рис. 17**, которое может выразить гнев или иметь любое другое обсуждавшееся нами значение.

2. Наложите часть Б на каждое из лиц **рис. 20**. Вы получите выражение, которого вы не видели прежде — гнев на таком лице выражает только рот. Это может быть слабый или контролируемый гнев; так лицо может выглядеть при напряжении мышц, концентрации внимания, крике или произнесения каких-то слов.

3. Наложите часть В на лица **рис. 20**. Вы получите то же лицо, что и на **рис. 32**. И вновь направляемое им сообщение будет неоднозначным: контролируемый или легкий гнев, концентрация внимания, решимость и т. п.

4. Наложите часть Г на лица **рис. 20**. Вы получите то же лицо, что и на **рис. 33**; оно также будет иметь неоднозначное выражение с теми же вариантами выбора, которые перечислены в предыдущем пункте.

### **Лекция 5. Исследование радости**

Радость — это та эмоция, которую хотят испытывать большинство людей. Вам нравится быть радостным. Вы чувствуете себя прекрасно. По возможности вы выбираете для себя те ситуации, в которых вы будете чувствовать себя счастливым. Вы можете организовать свою жизнь таким образом, чтобы испытывать радость как можно чаще. Радость — это позитивная эмоция. В отличие от нее страх, гнев, отвращение и печаль являются негативными эмоциями, и большинство людей не испытывают от них удовольствия. Удивление не является ни позитивным, ни негативным.

### **Как выглядит радость**

Мы будем рассматривать только те проявления радости на лице, которые не сопровождаются смехом, потому что когда человек смеется, определить, что он радостен, совсем нетрудно. Даже при безмолвном выражении радости распознать такое состояние довольно легко за исключением, возможно, тех случаев, когда на лице выражается смесь эмоций. Простота распознавания выражений радости была продемонстрирована в исследованиях, проведенных в самых разных культурах.

Веки и нижняя часть лица имеют характерный внешний вид» в то время как брови — лоб не обязательно участвуют в создания выражения радости. На **рис. 21** Патрисия показывает три выражения радости на лице. В каждом случае уголки ее рта оттянуты назад и слегка приподняты. Губы в улыбке могут оставаться сомкнутыми (А), губы могут размыкаться при сомкнутых челюстях и зубах (Б) или же рот может быть приоткрыт (В). При улыбке во весь рот могут показываться только верхние зубы или же одновременно верхние и нижние, могут обнажаться также и верхние и/или нижние десны. У шимпанзе эти три типа улыбок могут иметь разные, но родственные значения, но пока что нет доказательств того, что у людей имеются какие-то универсальные различия в значениях разных улыбок.

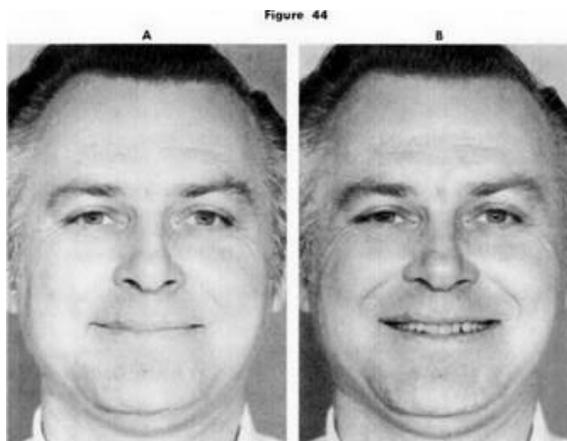
У Патрисии также видны морщины, идущие от крыльев носа к области, находящейся за уголками рта. Эти носогубные складки возникают отчасти в результате оттягивания назад и поднятия вверх уголков рта и являются характерным признаком выражения радости на лице. Кроме того, при явно выраженной улыбке щеки приподнимаются, что делает носогубные складки более отчетливыми. Кожа под нижними веками подтягивается кверху, и на ней под глазами появляются морщинки. Морщинки, называемые «гусиными лапками», образуются и у внешних уголков глаз. Такие морщинки появляются не у каждого, они становятся более заметными с возрастом. На фотографии Патрисии они скрыты под ее волосами. Чем сильнее улыбка, тем отчетливее будут носогубные складки, выше поднимутся щеки, будут заметнее «гусиные лапки» и морщинки под глазами. При улыбке во весь рот (**рис. 21В**) щеки могут приподниматься достаточно высоко, сужая глаза.

### **Интенсивность**

Интенсивность выражения радости определяется главным образом положением губ, но положение губ обычно дополняется углублением носогубных складок и появлением более отчетливых морщинок под нижними веками. На **рис.21В** Патрисия выражает более сильную радость, чем на **рис. 21Б**, — ее улыбка шире, носогубные складки отчетливее, глаза уже, а число морщинок под ними больше. Выражение радости на **рис. 21А** чуть слабее, чем на **рис.21Б**. Это происходит не потому, что на **рис. 21Б** ее рот открыт, а на **рис. 21А** закрыт, а потому, что на **рис.21Б**. уголки ее рта оттянуты назад больше (а носогубные складки заметнее), чем на **рис.21А**. Если степень оттягивания назад уголков рта и глубина носогубных складок были бы примерно одинаковыми, то независимо от того, был бы рот открыт в улыбке или закрыт, интенсивность выражения была бы примерно одинаковой. На **рис. 22** Джон показывает примеры двух улыбок приблизительно одной интенсивности.



**Рисунок 21**



**Рисунок 22**

Улыбка радости может быть намного более слабой, чем улыбки, показанные на рис. 21 и [22]. На рис. 23 Патрисия демонстрирует две очень легкие улыбки радости, а ниже для сравнения показано ее нейтральное лицо. Отметьте, что обе эти улыбки слабее, чем ее улыбка на рис. 21А, но здесь несомненно присутствует улыбка, потому что оба лица выглядят действительно счастливыми по сравнению с нейтральным лицом на рис. 23В. На фотографиях с изображением улыбающегося лица Патрисии на рис.

**23**можно наблюдать легкое напряжение губ и незначительное оттягивание назад уголков рта. Это проще всего увидеть, если вы закроете остальную часть ее лица рукой и сравните губы на всех трех фотографиях. Обратите также внимание на появляющийся след носогубных складок на обеих фотографиях, которого нет на нейтральном лице. Вы можете также заметить, что у Патрисии слегка приподняты щеки по сравнению с положением щек на нейтральной фотографии, в результате чего ее лицо выглядит более округлым. Когда улыбка оказывается такой слабой, заметных изменений в положении нижних век не наблюдается, хотя глаза выглядят более радостными, чем на нейтральной фотографии. Состояние радости выражается только нижней частью лица, поскольку глаза и брови — лоб одинаковы на всех трех снимках. Фотографии с улыбающейся Патрисией являются составными: нейтральные глаза и лоб дополняются на них нижними веками и ртом, взятыми с изображений улыбающегося лица.



## Краткий обзор

Радость выражается с помощью нижней части лица и нижних век (**рис. 24**).

- уголки рта оттянуты назад и вверх.
- рот может быть приоткрыт или закрыт; в первом случае будут видны зубы, во втором — нет.
- морщины (носогубные складки) идут вниз от носа к областям, находящимся у краев рта.
- щеки приподняты.
- нижние веки могут быть подняты, но не напряжены; под ними появляются морщинки.
- морщинки в виде «гусиных лапок» идут от внешних уголков глаз к вискам (на **рис. 24** прикрыты волосами).



Figure 50

## «Конструирование» выражений лица

Поскольку движения рта и щек вызывают изменение внешнего вида нижних век и поскольку при проявлении радости на лице отсутствуют заметные движения бровей — лба, то вы не сможете сконструировать многие из тех лиц, которые показаны в этой главе. Но все-таки можно составить несколько лиц, способных продемонстрировать эти выводы.

1. Наложите часть А на любое из лиц рис. 24. Их выражения не изменятся. Поскольку брови не задействованы в придании этим лицам радостного выражения, то закрытие бровей нейтральными бровями части А не окажет никакого эффекта.

2. Наложите часть Б на рис. 24А. Новое выражение не выглядит странным, но анатомически оно невозможно. Если произойдет движение такого рта вместе с носогубными складками, то нижние веки должны будут сморщиться и приподняться. Наложите часть Б на рис. 24Б. Анатомическая невозможность создания такого лица будет здесь еще более очевидной.

3. Наложите часть Г на любое из лиц рис. 24. Вы создали выражение лица с «улыбающимися» глазами. Такой взгляд мог бы возникнуть в результате легкого напряжения век и приподнятия щек, что было бы трудно заметить на статичной фотографии. Или такой внешний вид могли бы придать человеку его постоянные морщины. Но в любом случае указание на то, что человек испытывает радость, будут очень слабыми.

## **Лекция 7. Исследование печали**

В печали страдания переживаются «приглушенно». Вы не кричите во весь голос, а переживаете свое несчастье более спокойно. Ввергнуть вас в печальное состояние может что угодно, но чаще всего вы печалитесь о потерях. Потери, вызванные смертью или отвергнутой любовью. Потери благоприятных возможностей или выгод в результате собственных ошибок, непредвиденных обстоятельств или пренебрежения других людей. Потеря здоровья или полученное увечье в результате болезни или несчастного случая. Печаль редко бывает кратковременной. Обычно она длится от нескольких минут, нескольких часов до нескольких дней и даже лет.

Печаль пассивна. Дарвин писал, что печальные люди не желают действовать, остаются неподвижными, иногда могут раскачиваться вперед и назад. Кровообращение становится вялым, лицо бледным, мышцы дряблыми, веки опущенными; голова свешивается на стесненную грудь; губы, щеки и нижняя челюсть отвисают под воздействием собственной тяжести.

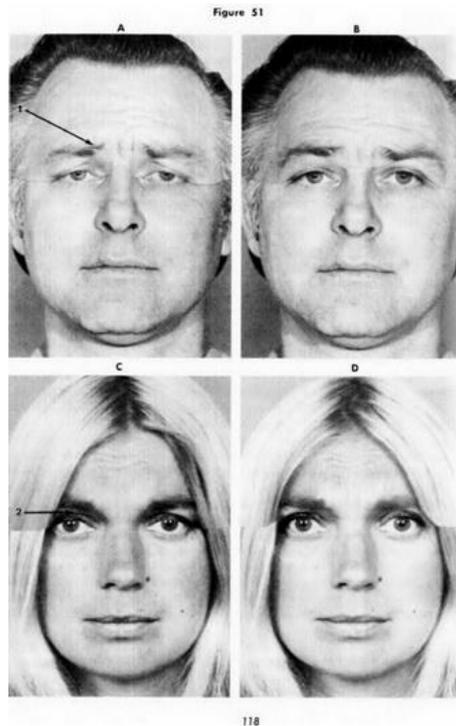
В печали вы испытываете страдание. Это страдание вызвано не физической болью, а утратой, разочарованием или ощущением безнадежности. Страдание опечаленного человека может быть очень сильным, но и в своей предельно острой форме оно переносится легче, чем страдание, вызываемое страхом. Вы можете испытывать печаль в течение длительного времени и оставаться живым и здоровым.

### **Как выглядит печаль**

Существуют характерные проявления печали в каждой из трех областей лица. Внутренние уголки бровей приподняты и могут быть слегка сведены. Внутренние уголки верхних век подтянуты кверху, а нижние веки могут казаться приподнятыми. Уголки губ опущены или же губы могут выглядеть дрожащими.

## Брови

Внутренние уголки бровей приподняты и могут быть сведены вместе. На **рис. 25** к нейтральным лицам Джона и Патрисии добавлены печальные брови — лоб (фотографии слева) и, для сравнения, испуганные брови — лоб (фотографии справа). Отметим, что у Джона внутренние уголки бровей приподняты ( [1] ), выражая таким образом печаль; иначе выглядят поднятые и сведенные вместе сами брови (а не только их уголки), когда брови — лоб Джона выражают страх. Хотя на фотографиях Патрисии отражаются те же самые различия в движениях лицевых мышц, их результат гораздо менее очевиден. Есть два способа увидеть, что с бровями — лбом Патрисии и Джона произошло одно и то же. Взгляните на конфигурацию участков кожи под бровями Патрисии на **рис. 25В** и сравните с конфигурацией этих же участков кожи на **рис. 25Г**. Вы видите, что треугольная форма в случае печальных бровей ( [2] ) отсутствует при ситуации испуга; этот результат объясняется сокращением мышц, подтягивающих внутренние уголки бровей кверху. Вы можете наблюдать тот же эффект на фотографии Джона. Другой способ увидеть особенность печальных бровей Патрисии состоит в том, чтобы сравнить общие впечатления от ее лица, показанного на правом и на левом снимках. Лицо слева создает общее впечатление легкой печали, а лицо справа — легкого беспокойства, даже несмотря на то, что обе фотографии являются составными и различаются только бровями — лбом. Те же различия выглядят еще более очевидными на фотографиях Джона на **рис. 25Г**.

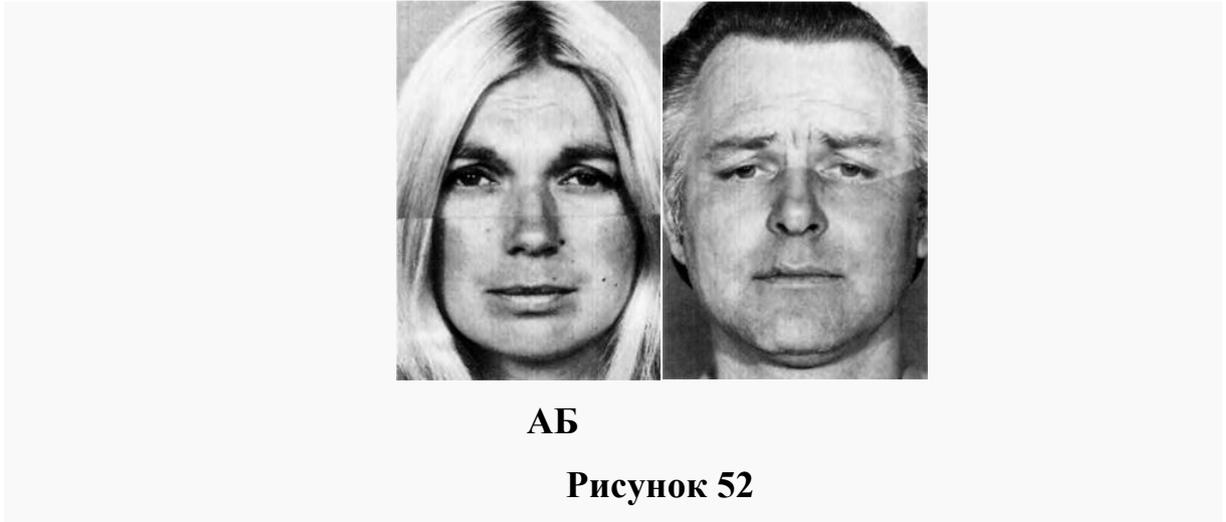


Изображения печальных бровей — лба на **рис. 25** позволяют также увидеть печальные верхние веки. Мы не смогли бы показать печальные брови — лоб без верхних век, потому что мышечные сокращения, воздействующие на брови при выражении этой эмоции, изменяют также положение внутренних уголков верхних век. На печальных лицах Джона и Патрисии верхние веки подтянуты кверху за внутренние уголки или верхние края.

Обычно печальные брови — лоб (и верхние веки) дополняются печальными нижними веками и печальной нижней частью лица. Но так бывает не всегда. Когда печальные веки — лоб появляются на нейтральном лице, общее выражение лица может означать, что человек слегка опечален или контролирует проявление более сильной печали. Такие брови — лоб могут быстро появляться и исчезать во время беседы, тогда это может означать акцент на какой-то фразе или слове. Это является альтернативой использованию поднятых бровей или опущенных бровей, а также могут применяться в качестве «знаков препинания».

### **Брови — лоб и веки**

Лица на **рис. 26** отличаются от печальных лиц на **рис. 26** только тем, что печальные нижние веки на **рис. 26** были заменены на нейтральные. Приподнятые нижние веки усиливают передаваемое выражение печали. На **рис. 26** Патрисия выглядит более печальной, чем на **рис. 26В**, даже несмотря на то, что различие только в нижних веках.

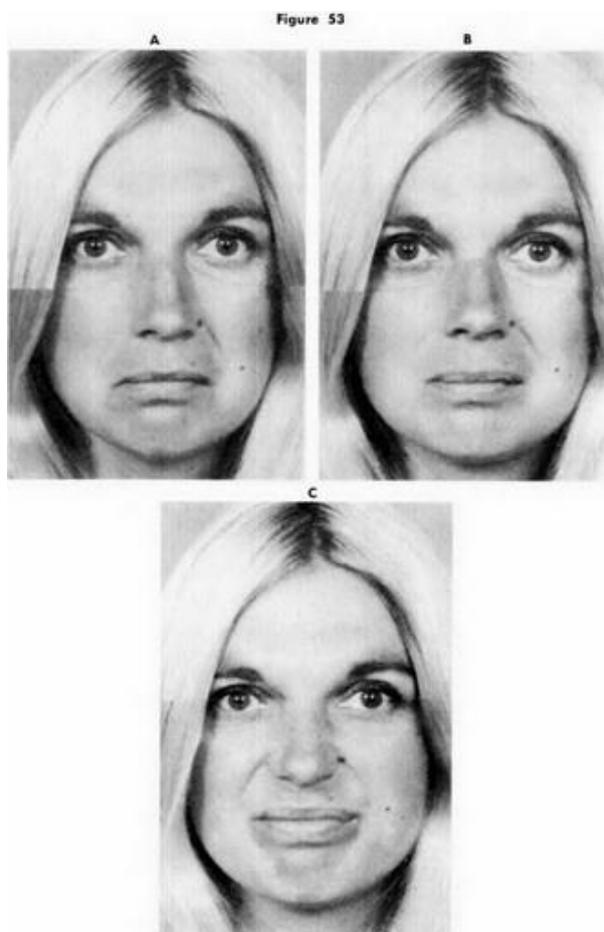


У Джона на **рис. 26** не только печальные нижние веки, но и его взгляд направлен немного вниз. Часто у опечаленного человека взгляд направлен вниз, а не прямо перед собой, особенно если к его печали примешивается чувство стыда или вины. Когда рот нейтрален, лицо по-прежнему сохраняет признаки контроля эмоций — как на этих двух фотографиях, но печаль здесь выражена отчетливее, чем на **рис. 25**.

### **Рот**

На **рис. 26А** и **рис. 26Б** у Патрисии мы видим два разных печальных рта. Рот, который чаще всего путают с печальным, а именно — выражающий одновременно отвращение и презрение, показан на **рис. 26В**. На всех трех снимках Патрисия имеет нейтральные глаза и брови — лоб. На **рис. 26А** уголки ее рта опущены вниз, на **рис. 26Б** у нее расслабленный рот, что характерно для человека, у которого вот-вот задрожат губы и который готов разрыдаться, либо если человек пытается сдержать свои рыдания. Рот,

выражающий отвращение и презрение, показан на рис. 26В, и вы можете увидеть его отличие от рта, выражающего печаль.



**Рисунок 26**

Когда печаль демонстрируется только ртом (без участия век или лба), выражение лица становится неоднозначным. Иначе обстоит дело со всеми другими эмоциями (эмоции радости, удивления, страха, отвращения, показанные только ртом, придают лицу однозначные выражения). Лицо на рис.26А может выражать недовольство, но этого нельзя сказать наверняка. Лицо, показанное на рис. 26Б, имеет еще более неоднозначное выражение: умеренного горя, пренебрежения или чего-то другого.

#### **Выражение печали на всем лице и ее интенсивность**

На рис. 27 печаль у Патрисии выражается всеми тремя областями лица, причем в каждом случае мы наблюдаем печальный рот. Оба лица на рис. 27 выражают умеренную печаль. Более слабая печаль передается посредством

более слабого вовлечения разных областей лица. Самая слабая печаль показана на **рис.27В**. Следующее по силе выражение печали показано на **рис.25А**. Выражение еще более сильной печали, показанное на **рис. 27**, также вполне возможно, но оно должно дополняться слезами и дрожью губ — чего мы не можем показать на статичной фотографии. Еще более сильная печаль может быть выражена на отрешенном лице при значительном ослаблении мышечного тонуса.

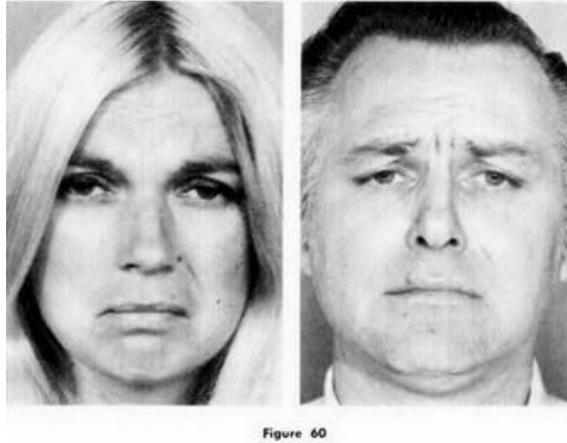


**Рисунок 27**

### **Краткий обзор**

На рис. 60 показаны лица, выражающие печаль во всех трех областях. Обратите внимание на отличительные черты проявлена печали.

- внутренние уголки бровей приподняты.
- участки кожи под бровями имеют форму треугольника, опирающегося на свое основание.
- внутренние уголки верхних бровей приподняты.
- опущенные уголки рта или дрожащие губы.



**Рисунок 28**

### **«Конструирование» выражений лица**

1. Возьмите части В и наложите их на лица **рис. 28**. Что у вас получилось? Такое лицо выглядит слегка печальным, потому что вы создали выражение, в котором печаль показывают только брови.. Отметьте здесь одно отличие: вы не можете сделать так, чтобы печальные верхние веки закрывали верхнюю часть нейтральных глаз, как это бывает на печальном лице. Тем не менее полученное вами лицо все равно выглядит печальным.

2. Возьмите части Б и наложите их на изображения на **рис. 60**. Теперь Патрисия показывает, как может выглядеть гримаса недовольства (**см. рис. 21**), но это выражение является несколько неоднозначным. У Джона также появляется неоднозначное выражение лица, возможно, с легкими признаками приближающейся печали.

3. Возьмите части Г и наложите их на изображения **рис. 28**. Оба полученных лица будут выглядеть довольно печальными, но не настолько, как в случае использования печального рта. Уберите части Г и быстро верните их на место — таким образом вы сможете увидеть произошедшее изменение.

4. Чтобы увидеть градацию интенсивности печали, быстро выполните такую последовательность действий: наложите части Б на изображения **рис. 28** (самая легкая печаль), удалите их и наложите на те же изображения части

Г (более сильная печаль) и затем откройте изображения на рис. 60 (еще более сильная печаль).

## Лекция 10. Обманчивые выражения лица

Люди считают, что выражения эмоций на лице заслуживают большего доверия, чем слова. Каждый из нас может припомнить случай, когда ему удалось (или показалось, что удалось) распознать лживость слов собеседника, просто взглянув на его лицо. Однако практически каждый из нас бывал обманут выражениями эмоций на чужом лице. Вас могла ввести в заблуждение «ложь представления», когда лицо человека показывало какое-то чувство, которого, как вы позднее узнавали, он в действительности не испытывал. Или это могла быть «ложь утаивания», когда человек не показывал на лице никаких следов того, что он чувствовал в действительности. Причем убедительно «лгать лицом» могут не только актеры или политики. Время от времени это пытаются делать практически все.

Люди учатся контролировать и маскировать выражения лица. Детям объясняют не только то, о чем они не должны говорить, но и то, каких выражений на своем лице они не должны допускать: «Не смотри на меня так сердито», «Убери это выражение с лица!». Речь может идти не только о запрете, но и о придании лицу притворных выражений, обычно с помощью улыбки: «Улыбнись тому симпатичному мужчине; он хочет тебе помочь». Задолго до вступления во взрослую жизнь большинство людей уже знают, как следует управлять выражениями лица, чтобы соответствовать требованиям общества; как контролировать сообщения, которые они направляют своим лицом, так же как и своими словами.

Контролировать выражения эмоций на лице непросто. Большинство людей управляют выражениями лица, но делают это далеко не идеально. Люди привычнее лгут словами, чем лицом (а лицом привычнее, чем движениями тела). Вероятно, это происходит из-за того, что люди несут большую ответственность за свои слова, чем за выражения лица. Чаще

комментируется то, что вы говорите, а не то, что вы выражаете на своем лице.

Вам проще наблюдать за своими словами, когда вы говорите, чем наблюдать за выражениями своего лица. Выражения лица могут быть очень кратковременными, то есть появляться и исчезать за доли секунды. В случае использования слов вы легко можете поставить себя на место человека, получающего ваше сообщение и услышать все то, что слышит он. С выражениями лица все оказывается гораздо сложнее. Вы можете слышать свою речь, управлять каждым своим словом, но вы не можете видеть выражение своего лица, так как вам этого попросту не дано. Вместо этого приходится полагаться на менее точный источник информации о том, что происходит у вас на лице, — на обратную связь, обеспечиваемую вашими лицевыми мышцами.

Проще фальсифицировать слова, чем выражения лица. Нас всех учили говорить, мы все обладаем достаточно большим запасом слов и знанием правил грамматики. Существуют не только орфографические, но и энциклопедические словари. Вы можете заранее написать текст своего выступления. Вы можете предварительно прочитать его вслух. Ваш друг, присутствующий на этой репетиции, может сделать полезные критические замечания по поводу используемых вами слов и фраз. Но попытайтесь сделать то же самое со своими выражениями лица. В распоряжении вашего критика окажется немного терминов, позволяющих объяснить, что вы неправильно показываете на лице; его мнения будут основываться только на подозрениях и интуитивных догадках. А такая нечеткая критика вряд ли поможет внести в выражения вашего лица действительно необходимые изменения. В вашем распоряжении нет никакого «словаря выражений лица». Вас никогда не учили, как разговаривать с помощью своего лица, подобно тому, как вас учили разговаривать с помощью слов. Вас учили не тому, какие

мышцы следует использовать для отображения той или иной эмоции, а лишь тому, что вы должны контролировать внешний вид вашего лица.

Намного проще подавлять то, что вы говорите, чем то, что вы показываете на своем лице. Одна из причин этого уже назвалась: мимолетность выражений лица. Но имеется и более серьезная причина. Выражения лица, возникающие в период переживания эмоции, произвольны (хотя на них можно влиять), а ваши слова — нет. Предположим, вы идете по улице и к вам, громко лая, подбегает большая собака свирепого вида. От страха ваше сердце начинает биться быстрее, дыхание учащается, в вашем теле происходят и другие физиологические изменения, а мышцы вашего лица сокращаются, в результате чего ваше лицо приобретает одно из типичных выражений. Эти изменения вашего лица и тела возникают автоматически, во многом без того, что мы обычно называем размышлениями или рассуждениями. Но нет никакого подобного автоматически вырабатываемого, произвольного набора слов, которые вы могли бы произнести в такой ситуации, хотя вы вполне могли бы открыть от изумления рот или закричать. Слова не произносятся под влиянием тех же внутренних механизмов, которые вызывают учащение сердцебиения, повышение частоты дыхания и сокращения лицевых мышц. Когда мы говорим, что эти реакции являются произвольными, мы не имеем в виду то, что их нельзя контролировать. Вы можете увеличить частоту своего дыхания в любой момент, когда этого захотите, точно так же, как вы можете по своему желанию «сделать» любое лицо. Однако способность к фальсификации каких-то симптомов не означает, что не существует ситуаций, в которых вы станете дышать чаще не по своему желанию, а под воздействием какой-то эмоции. Когда вы испуганы, вы можете держать свое дыхание под контролем, но это означает, что вы будете бороться с противоположными импульсами и пытаться справиться с ними. Это будет борьба. То же самое можно сказать и о выражениях лица.

Так как люди меньше контролируют выражения лица и имеют меньше возможностей наблюдать, фальсифицировать или подавлять их, чем свои слова, то именно анализ выражений лица может обеспечить правильное определение реальных чувств человека. Но поскольку людей учат контролировать выражения своего лица, поскольку люди могут подавлять произвольные реакции лица или изображать на лице то, чего они не чувствуют на самом деле, то выражения лица вполне могут вас обмануть. Во время беседы выражения лица могут быть более правдивыми, чем слова (разумеется, существуют особые указания на использование неискренних слов; очевидными их примерами могут служить случайные оговорки). Но лицо может еще сильнее вводить в заблуждение, чем слова.

Как же быть? Как же отличить истинные проявления эмоций от ложных? Можно ли заметить проявления тех чувств, которые человек пытается скрыть? Большинство людей используют для этого следующие простые правила:

- глаза чаще всего «говорят правду».
- если человек произносит слова о том, что он испытывает какую-то эмоцию, но не проявляет никаких эмоций, то вы не должны верить словам. Например, человек может говорить, что он испытывает гнев или радость, но при этом выглядит абсолютно бесстрастным.

- если человек заявляет об испытываемой им негативной эмоции, но при этом демонстрирует улыбку на лице, то вы можете поверить либо его словам, либо его улыбке. Все будет зависеть от ситуации. Например, если человек говорит о том, что он боится зубного врача, но при этом улыбается, то вы интерпретируете улыбку не как отрицание слов, а как социальный комментарий и верите словам. Если женщина обманывает надежды мужчины, делает это легко и непринужденно, а он с улыбкой заявляет, что ужасно этим разгневан, то такие слова не должны вызывать доверия.

- если человек не выражает своих чувств словами, но показывает их на лице, то вы верите тому, что говорит его лицо, особенно если на словах он отрицает испытываемые им эмоции. Например, если человек говорит: «Я вовсе не удивлен», но выглядит удивленным, то вы верите, что он испытывает удивление.

Вероятно, эти правила справедливы не всегда. Чтобы понять различия заслуживающих и не заслуживающих доверия выражений лиц, сначала следует обсудить причины, по которым люди контролируют выражения своего лица, и те методы, которые они для этого используют.

## **Причины, по которым люди контролируют выражения своего лица**

Мы придумали термин правила отображения для описания того, что люди узнают, начиная с детского возраста, о необходимости управлять проявлениями конкретных эмоций в конкретных обстоятельствах. Например, в США взрослые мужчины, горожане среднего класса, следуют правилу, запрещающему им проявлять свой страх на людях. Женщины той же социальной категории до вступления в брак или до рождения детей следуют правилу, запрещающему им проявлять на людях гнев. Первоначально вы усваиваете правила отображения, когда вам говорят, что можно, а чего нельзя делать, или когда вы сами учитесь этому, наблюдая и имитируя поведение других людей без получения каких-то специальных инструкций. Усвоенные правила отображения начинают действовать как привычки — это во многом напоминает вождение машины. Вы не думаете о своих действиях, если только не обнаруживаете, что совершили ошибку. Люди размышляют о том, какое правило отображения им использовать, только оказавшись в непривычных для себя обстоятельствах (правила отображения зависят от культуры), или если не могут понять, в какой ситуации они оказались, какой должна быть их роль и чего от них ожидают.

Согласно приведенному выше примеру правил отображения — страх для мужчин, гнев для женщин, — определенная эмоция не должна проявляться на людях. Но бывает, что правила отображения оказываются более конкретными в запрещении какого-то выражения лица только при исполнении определенной роли или в определенной социальной ситуации. Например, в США на свадьбах представителей среднего класса невеста может открыто плакать или выглядеть печальной, как и ее родители, но для жениха или его родителей такое поведение считается недопустимым. Хотя обычно правила отображения запрещают мужчинам плакать, проявление печали признается допустимым, но только не для жениха на собственной свадьбе. Нередко правило отображения уточняет не только запрещенную

эмоцию, но также и эмоцию, которая должна ее заменить. Может показаться странным, что на конкурсах красоты именно победительницы, а не проигравшие, плачут, когда объявляется имя очередной «мисс Чего-то», но таковы правила отображения эмоций для победительниц и проигравших. Проигравшие на таких конкурсах обязаны скрывать свое горе и выглядеть хоть чуточку счастливыми. Победительницы должны заботиться о том, чтобы ни в коем случае не выглядеть самодовольными. Перед тем как результаты будут объявлены, каждая участница, опасаясь крушения надежд, направляет все свои силы на то, чтобы не расплакаться и сохранить улыбку. Когда же объявляется победительница, то у нее сразу же отпадает необходимость сдерживать свои слезы — и они появляются на лице.

Правила отображения не обязательно должны налагать запрет или жесткое ограничение на проявление конкретной эмоции, а могут лишь уточнять степень ее проявления. Например, люди, пришедшие на похороны, должны соотносить степень выражения своей скорби со степенью выражения скорби других участников этой печальной процедуры. Здесь, по-видимому, существует определенная градация выражений скорби. Предположим, что смерть внезапно настигла мужчину средних лет. Если на похоронах его секретарша будет выражать на своем лице больше скорби, чем его жена, то это будет являться двусмысленным намеком на характер отношений с покойным. Вместо этого она должна выражать на лице меньшую скорбь, чем люди, находившиеся с покойным в законных близких отношениях.

Мы говорили также, что правила отображения зависят и от культуры того или иного общества. Это обычаи, регламентирующие выражения лица всех лояльных членов данной культуры, субкультуры или социального класса. Их роль в общественной жизни является главной, наиболее распространенной причиной того, что люди контролируют свои выражения лица. Второй причиной такого контроля являются индивидуальные правила отображения — привычки, оказывающиеся продуктом идиосинкразий,

типичных для конкретной семьи. Например, человек может быть с детства приучен никогда не смотреть гневно на того, кто обладает властью, или никогда не смотреть сердито на человека противоположного пола. Индивидуальные правила отображения могут носить также довольно общий характер: лицемерные люди привычно чрезмерно усиливают проявления любых эмоций; сдержанные люди постоянно стараются сохранять на лице нейтральное выражение.

Как видим, люди контролируют выражения эмоций на лице из-за глубоко укоренившихся в обществе условностей (правил отображения в конкретной культуре) или идиосинкразий, выработанных воспитанием (индивидуальные правила отображения) — Еще одной причиной контроля выражений лица являются профессиональные требования. Очевидно, что актеры должны уметь хорошо управлять выражениями своего лица. Это же умение необходимо дипломатам, адвокатам, продавцам, политикам, врачам, медсестрам и, возможно, учителям. Неизвестно, есть ли взаимосвязь между выбором подобных профессий и имеющимися у людей навыками контроля выражений лица, не известно также, в какой степени подобные навыки вырабатываются в процессе обучения или по мере накопления личного опыта.

Следующая причина, по которой люди контролируют выражения лица, — это потребность текущего момента. Задержанный правонарушитель, заявляющий о своей невиновности, не следует ни правилам отображения эмоций, принятым в определенной культуре, ни индивидуальным правилам отображения эмоций, ни профессиональным требованиям, — если только он не является профессиональным преступником. Он лжет, используя слова и выражение своего лица, просто чтобы спасти себя от наказания. Карманник должен изображать на лице притворное удивление, когда его хватают за руку. Муж должен подавлять улыбку радости, встречая свою любовницу, если эта встреча происходит в присутствии его жены.

Обычно человек, о котором говорят, что он лжет, стремится удовлетворить какую-то свою текущую потребность. Но все причины контроля предполагают возможность ложных сообщений или пропуска сообщений. Справедливо, что общество строже осуждает ложь ради личной выгоды, чем ложь, обусловленную индивидуальными особенностями характера либо необходимостью соблюдения профессиональных требований или общественных условностей. Однако слово ложь не всегда правильно отображает то, что в этих случаях происходит. Оно предполагает, что единственно важное сообщение — это сообщение об истинном чувстве, которое лежит в основе ложного сообщения. Но ложное сообщение также имеет важное значение, если вы знаете, что оно ложно. Вместо того чтобы называть этот процесс ложью, вам следовало бы лучше назвать его контролем сообщения, потому что ложь сама по себе также может передавать полезное сообщение.

В какие-то периоды времени люди не контролируют сообщения, которые они распространяют, в сообщениях нет неоднозначности, предоставляемая информация внутренне непротиворечива. Это искренняя, или честная, коммуникация. Но есть моменты, когда люди пытаются скрыть одно сообщение и заменить его другим. В результате сообщения вступают в конфликт, поскольку одно отражает фактическое чувство, а другое — то, что человек хочет передать или думает, что он должен передать. Оба сообщения содержат информацию, оба они важны. Предположим, человек пережил острую депрессию и теперь, все еще находясь в подавленном состоянии, пытается скрыть печальное выражение лица и выглядеть умеренно радостным. Вы ошибетесь, если решите, что он радуется, но вы также ошибетесь, если проигнорируете его попытку выглядеть радостным, ведь это говорит о том, что человек начинает чувствовать себя лучше, или что ему не следует доверять, или что он хочет сделать вам приятное, или что вам не следует слишком беспокоиться о нем. Но как выяснить, контролируется

сообщение или нет? И если да, как распознать и сообщение о том, что человек чувствует, и сообщение о том, чего человек в действительности не чувствует? Сначала нужно провести различие между существующими методами управления выражением лица. Это важно, потому, что когда люди контролируют сообщение, передаваемое лицом, они делают гораздо больше, чем просто заменяют испытываемую ими эмоцию другой, которой они не испытывают.

## **Что затрудняет распознавание управления выражениями лица?**

Как узнать, управляет ли человек выражениями своего лица и, в частности, прибегает ли он к фальсификации, в результате чего получаемая вами информация будет вводить вас в заблуждение особенно сильно? Чаще всего вы можете узнать об этом без особых проблем, потому что в большинстве случаев управление выражением лица происходит по правилам, диктуемым традицией данной культуры. Вы, вероятно, понимаете, когда человек следует этим правилам, но те же самые факторы, заставляющие его управлять выражением своего лица, приведут вас к игнорированию допущенных им ошибок или «оплошностей». И даже может оказаться, что вы сами захотите быть обманутым или, по крайней мере, не признаетесь, что вы знаете о чувствах, испытываемых человеком на самом деле. Вспомните, сколько раз вы задавали людям вопрос: «Как вы себя чувствуете сегодня?», в действительности не желая этого знать и игнорируя все, что проявлялось на лице человека, за исключением формальной улыбки, которую требуют изображать на лице при приветствии правила, принятые в нашей культуре.

Чаще всего необходимо концентрировать внимание не на распознавании управления выражением лица, а на своем игнорировании ошибок, которые допускают другие люди в выражениях лица. В некоторых случаях вы автоматически игнорируете факты фальсификации эмоциональной информации, которую получаете от других. Это наиболее типично для ситуаций, когда люди следуют правилам отображения, принятым в их культуре, потому что социальные силы воздействуют и на человека, демонстрирующего определенное выражение лица, и на того, кто это выражение видит. Вы можете участвовать в таком «сговоре», даже когда человек намеренно пытается вас обмануть, чтобы удовлетворить свои потребности текущего момента. Жена может «не замечать» фальшивых выражений лица своего мужа — волокиты, потому что она не хочет

осложнять свою жизнь, при этом она может осознавать или не осознавать собственное участие в этом сговоре.

Иногда вы распознаете факт управления выражением лица, потому что этого хочет другой человек, но ни один из вас этого не признает. Это почти всегда происходит в тех случаях, когда выражение лица смягчается, когда добавляется комментарий. Смягчающая улыбка добавляется к выражающему страх лицу, чтобы другой человек увидел этот смягчающий эффект и понял, что испытываемый страх будет сохраняться, но он не вызовет бегства, криков и т. п. Иногда выражение лица модулируется таким образом, чтобы усиление или ослабление проявления эмоции стало очевидным. Предположим, вы хотите, чтобы провоцирующий вас человек понял, что вы разъярены, но контролируете себя и не предпримете против него мер физического воздействия. Один из способов передачи этого сообщения состоит в том, чтобы показать на лице ослабленное выражение гнева и наглядно продемонстрировать факт такого ослабления. Провоцирующий вас человек знает, что вы разъярены, но он также знает, что вы управляете своим гневом. Иногда выражение лица фальсифицируется таким образом, чтобы передаваемое сообщение стало очевидно ложным. Сам фальсификатор может стремиться к тому, чтобы неискренность выражения его лица стала понятна каждому. Человек, потерявший близкого родственника и искренне скорбящий о нем, может на какой-то момент замаскировать свое реальное чувство глубокой печали улыбкой, когда он будет приветствовать своего старого друга, пришедшего высказать свои соболезнования. Улыбка может быть очень сдержанной и служить лишь необходимым элементом ритуала приветствия, а не средством маскировки фактически испытываемого глубокого горя или печали.

Но что можно сказать о тех ситуациях, в которых выражение лица модулируется или фальсифицируется для обмана или введения в заблуждение относительно того, что человек чувствует на самом деле? Когда

вам необходимо знать, что реально чувствует человек, а не то, что он демонстрирует? Некоторые люди почти не оставляют возможности понять, когда они реально контролируют свои чувства. Они действуют очень искусно. Хорошие актеры весьма убедительны, как и хорошие продавцы, адвокаты. Если вы столкнулись с таким профессионалом, единственное, что вам остается — не принимать выражение его лица за чистую монету. К сожалению, есть люди, профессионально лгущие своим лицом, но не являющиеся ни актерами, ни продавцами, ни адвокатами; просто эти люди хорошо умеют обманывать других с помощью выражений своего лица. Обычно они прекрасно об этом знают, а со временем об этом узнают и их друзья. В ходе одного из исследований мы попытались выяснить основные характеристики людей, которые без специального обучения становятся умелыми обманщиками. Однако мы еще не собрали достаточно данных, чтобы подготовить подробный отчет о нашей работе. К счастью, большинство людей такими обманщиками не являются.

Если вы не хотите, чтобы вас вводили в заблуждение, и если при этом вы не имеете дела с человеком, профессионально лгущим своим лицом, то вам необходимо распознавать признаки утечки информации и симптомы обмана. Утечка может быть определена как непреднамеренное «предательское» проявление эмоции, которую человек пытается скрыть. При симптоме обмана вы понимаете, что управление лицом действительно происходит, но не понимаете истинной эмоции, — вы просто узнаете, что получаете неадекватную информацию. Когда человек пытается нейтрализовать гнев, который он действительно испытывает, но делает это не слишком удачно, то вы можете заметить следы его гнева (утечка). Или же он может успешно нейтрализовать проявление гнева, сделав непроницаемое лицо; однако оно выглядит неестественно, и вы понимаете, что человек отражает на лице не то чувство, которое испытывает в действительности (симптом обмана). Предположим, человек маскирует гнев выражением

печали; гнев может действительно каким-то образом проявляться на лице (утечка), а если не проявляется, но выражение печали неубедительно (симптом обмана), то вы поймете — человек скрывает какую-то другую эмоцию. Предположим теперь, что гнев модулируется, его интенсивность снижается до уровня слабого раздражения, — вновь на таком лице могут наблюдаться утечка информации о более сильном гневе или просто симптом обмана, указывающий, что это раздражение ложное.

## **Практикум**

Представленные упражнения позволят понять, как эмоцию можно сфальсифицировать, чем она отличается от истинной и как научиться их различать.

### **Упражнение 1. «Имитаторы»**

*Цель:* научиться проигрывать эмоции

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* участники по очереди должны произнести какую-нибудь фразу, например: «В лесу родилась елочка», но используя различную интонацию. Например, можно произнести эту фразу: давясь от смеха, плача, потрясенно, монотонным голосом робота из фантастического фильма, в стиле известного политика, удивленно, испуганно, рассерженно и т.п. Варианты не должны повторяться.

*Вопросы для обсуждения:* Чем истинные эмоции отличаются от фальсифицированных? Можно ли распознать лживую интонацию и ложные невербальные сигналы?

### **Упражнение 2. ««Машинка» из эмоций»**

#### **Теория**

Для быстрого включения эмоции (на сцене или в жизни), можно составить так называемые «машинки» для каждой эмоции. «Машинка» – это механизм в вашем воображении, составленный из элементов, связанных с нужной эмоцией.

*Цель:* научиться проигрывать эмоции

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* берем одну эмоцию «гнев». Возьмите лист бумаги и перепишите ситуации, которые у вас вызывают гнев. Например, подрезают на машине в дороге, наступили на ногу в автобусе, родители не пускают погулять, дети не слушаются вас, соседи ночью включили громкую музыку и т.д. Можно вспомнить людей, которые вызывают гнев.

Дальше, от каждой ситуации нужно взять какой-то характерный образ. Т.е. если это шумные соседи, которые не дают спать – ваш образ может быть колонкой. Строгие родители – образ ремня и т.д.

Затем вы соединяете между собой эти образы. К колонке приделываете ремень и все остальное. Чтобы в итоге получился некий механизм – «машинка».

Обратите внимание, что все образы нужно соединять друг с другом так, чтобы вся «машинка» была видна сразу. Все детали на виду.

Готовую «машинку» вы ставите на воображаемую полку, где у вас будут храниться «машинки» для каждой эмоции. И в определенный момент, когда нужна сильная эмоция, вы достаете «машинку» этой эмоции, и у вас перед глазами сразу все образы, которые вызывают эту эмоцию. Эти образы быстро помогают почувствовать нужную вам эмоцию.

### **Упражнение 3. Игра «Волк и семеро козлят»**

*Цель:* научиться выявлять лгуна

*Форма работы:* групповая

*Реквизиты:* карточки с надписями

*Инструкция:* участникам раздаются листочки бумаги с надписями «волк», «коза», «козленок». В результате группа оказывается поделенной на три части в соответствии с указанными надписями. «Козлята» идут в свой «дом», а «волки и «козы» (не показывая своих бумажек) по очереди пытаются их убедить что они «козы» и что им надо открыть дверь. «Козлята» решают пускать или нет. Если по ошибке в «дом» «козлята» пустили «волка», то он забирает 1-2 «козленка», если «козу» не пустили, то 1-2 «козленка» «умирают» от голода.

*Вопросы для обсуждения:* Насколько легко выявить лгуна? Легко ли Вас обмануть?

### **Упражнение 4.**

*Цель:* научиться читать по лицам

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* один участник становится перед группой, второй за группой. Участник, которого группа не видит, показывает партнеру знак, какую эмоцию он должен показать – ложную или правдивую, если эмоция нужна правдивая, то участник показывает картинку, которую она может вызвать.

*Вопросы для обсуждения:* Легко ли считывать выражения лица?

### **Упражнение 5.**

*Цель:* научиться читать по лицам

*Реквизиты:* видеоматериалы, проектор

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* группе предлагается просмотреть короткие эмоциональные видеоролики и понять, какие эмоции выражает человек.

### **Упражнение 6.**

*Цель:* научиться определять ложь

*Реквизиты:* любой небольшой предмет

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* один из участников берет в руки предмет и выходит за дверь. Его задача три раза войти в аудиторию со словами «У меня ничего нет», при этом предмет он берет с собой только два раза. Задача группы угадать, в какой из трех разов, участник сказал правду.

*Вопросы для обсуждения:* Насколько сложно распознать ложь по мимике человека, голосу, жестам, интонации? Что показалось самым сложным в этом задании?

### **Упражнение 7.**

*Цель:* научиться распознавать эмоции

*Реквизиты:* 10 карточек с, написанными на них, десятью базовыми выражениями лица (удивление, страх, отвращение, гнев, радость, ложь, вина, стыд, обида, печаль)

*Форма работы:* групповая

*Инструкция:* десяти участникам раздаются карточки с определенной эмоцией, которую они должны изобразить. Задача зала распознать ту эмоцию, которую показывает участник.

*Вопросы для обсуждения:* Какие сложности возникли при показе эмоций? Трудно ли распознавать эмоции и почему?

### **Упражнение 8.**

*Цель:* научиться определять эмоции

*Реквизиты:* компьютер

*Форма работы:* самостоятельная

*Инструкция:* программа-тренажер позволяет получить глубокие знания по системе работы с состояниями и эмоциями.

[http://www.kcnlp.com.ua/lie\\_to\\_me/programs/](http://www.kcnlp.com.ua/lie_to_me/programs/)

### **Упражнение 9.**

Эта техника является тренажёром для эмоций. Следует выполнять её достаточно часто, эффект возрастёт пропорционально приложенным усилиям.

1. Сядьте в спокойном месте, где бы вас никто не потревожил.
2. Направьте всё своё внимание на эмоцию веселья. Закройте глаза, вспомните ситуацию из жизни где вам было очень весело. Заново переживите эту эмоцию. Начните хохотать. Смейтесь очень весело, задорно, утрируйте это состояние. Представьте, что вам очень весело, смех так и льётся из вас.
3. Резко отбросьте своим сознанием эту эмоцию.
4. Направьте всё своё внимание на эмоцию гнева. Полностью сфокусируйте сознание на этой эмоции. Представьте себя огромной грозовой тучей. Вот - вот начнется буря. Большая гроза началась. Вы в ярости швыряете молнии направо и налево. Вы настоящий Бол гнева, так гневайтесь на всю мощь.

5. Внезапно остановитесь, на 5 секунд войдите в состояние полного безмолвия.

6. Дайте сигнал подсознанию к эмоции плача. Вы самое несчастное создание на свете. Никто вас не принимает таким, как вы есть, никто вас не любит должным образом. Нет в этом мире человека, способного вас понять. Вы глубоко несчастны. Вы одиноки и покинуты. Вы совсем беспомощны посреди этого жестокого бушующего мира. Вам так грустно, что вы готовы заплакать. Плачьте. Усиьте эту эмоцию, подкрепите ситуацией из жизни. Оплакивайте своё существование.

7. Резко отбросьте эту эмоцию. Войдите в состояние безмолвия на 10 секунд, ни о чём не думайте. Просто будьте.

8. Направьте всё своё внимание, без остатка на эмоцию счастья, блаженства. Вам так хорошо как до этого ещё ни когда не было. Вы счастливы и легки, на вас белые одежды. Очень нежные, мягкие, лёгкие, вы ощущаете себя свежим, лёгким как пушинка, как дуновение ветерка, как лепесток нежной едва распустившейся розы. Вам хорошо. Раннее утро, вы наблюдаете восход солнца. Всё вокруг пропитано свежестью и ощущением новизны предстоящего дня. Золотой диск солнца медленно поднимается над горизонтом, неся тепло всем существам. Тёплое сияние нежно и бережно окутывает вас. Вам становится так хорошо, что вы готовы рассмеяться от наслаждения. Рядом с вами появляется белый чистейший Лотос. Вы с удовольствием оказываетесь внутри него. Там так хорошо, так спокойно и чисто, что вы начинаете немного дремать. Вокруг вас распространяются волны спокойствия и счастья.

9. Будьте в этом состоянии столько, сколько захотите.

10. Периодически в течение дня вспоминайте себя в белом чистейшем Лотосе, вдали от суеты. Из своего Лотоса вы смотрите на этот мир, на людей на улице и легонько удивляетесь, что это с ними такое, почему они так раздражены? Может потому, что ещё не нашли себя? Не нашли свой центр.

## Упражнение 10.

Вырежьте фотографии, представленные в конце пособия. Для того чтобы они не просвечивали, фотографии можно наклеить на куски картона. В этом случае не забудьте проставить номера, указанные на оборотных сторонах фотографий, на приклеенный картон. Номера нужны, чтобы сравнивать ваши ответы с правильными ответами, приведенными в конце этой главы.

Когда вы вырежете все фотографии, перемешайте их и положите перед собой стопкой, лицевой стороной кверху. Вырежьте страницу «Таблица оценок»; она нужна для записи ваших оценок. Далее выполняйте следующие действия:

1. Возьмите верхнюю фотографию так, чтобы не видеть ее (вы можете положить стопку карточек чуть в стороне от себя, чтобы не видеть лиц на фотографиях, но иметь возможность, не поворачивая головы, брать каждый раз по одной фотографии).

2. Закройте глаза и держите фотографию на некотором расстоянии.

3. Откройте глаза и быстро их закройте. Один раз!

4. Оцените эмоцию на увиденной фотографии.

5. Откройте глаза, запишите номер фотографии в первую графу таблицы ответов, а вашу экспресс — оценку эмоции — во вторую графу.

6. Посмотрите на фотографию в течение нескольких секунд и, если ваше мнение изменится, запишите вашу новую оценку в третью графу.

7. Не подглядывайте в ответы. Положите фотографию лицом вверх рядом с собой по другую сторону от первой стопки. Возьмите новую фотографию и повторите задания пунктов 1–6.

8. После оценки всех изображений сверьте свои ответы с ответами, приведенными в конце этого упражнения.

9. Если ваша экспресс-оценка была правильной, поздравьте себя и переходите к следующему снимку.

10. Если ваша экспресс-оценка оказалась неверной, но вторая оценка была правильной, возьмите фотографию и несколько раз быстро взгляните на нее, периодически закрывая глаза. Попробуйте понять, что вы в ней не заметили. Отложите ее в сторону и, после того как вы просмотрите всю стопку фотографий, выясните, относились ли ваши ошибки при экспресс — оценках к какой-то одной эмоции или сразу к нескольким. Если вы ошибались при оценке только одной-двух эмоций, вернитесь назад и заново прочитайте соответствующие главы. Если ваши ошибки равномерно распределились между несколькими эмоциями, переходите к пункту 12.

11. Если ваша экспресс-оценка была неверной, а вторая оценка оказалась правильной, отложите фотографию в сторону и переходите к следующей. Каждый раз, когда вы обнаруживаете ошибку, складывайте такие фотографии в отдельную стопку. Проверив все фотографии, определите по этой стопке, было ли большинство ваших ошибок допущено при оценке одной-двух эмоций. Если да, то проанализируйте фотографии и вернитесь к изучению нужных глав. Сравните каждую неправильно идентифицированную вами фотографию с соответствующим ей рисунком в книге. Если ваши ошибки были рассредоточены достаточно равномерно по всем эмоциям, то просто сопоставьте неправильно идентифицированную фото — графика с соответствующим ей рисунком и постарайтесь определить, почему вы сделали ошибку.

12. После того как вы проверите правильность всех своих оценок, перемешайте фотографии и выполните упражнение еще раз.

## **Ответы**

1. Удивление.

2. Удивление. Отметьте, что горизонтальные морщины на таком лице оказываются довольно тонкими. Отметьте также, что рот приоткрыт лишь слегка.

3. Удивление.

4. Удивление. Если вы назовете это страхом или комбинацией страха и удивления, то это не будет грубой ошибкой. Рот на этом снимке действительно близок к тому, чтобы выразить какой-то страх. Глаза и веки на этом лице — отличный пример выражения удивления. Брови — лоб также явственно выражают удивление.

5. Удивление. Рот лишь слегка приоткрыт. Склера не видна ни выше, ни ниже радужной оболочки, но типичное выражение удивления показывают брови — лоб и нижняя часть лица.

6. Удивление. Склера не видна ни выше, ни ниже радужной оболочки, так как глаза находятся глубоко. Типичное выражение удивления показывают брови — лоб и нижняя часть лица.

7. Удивление. Если бы вы назвали это выражение страхом, то, вероятно, потому, что брови этого человека выгнуты меньше. Они более вытянуты, чем при обычном выражении удивления. Отметьте, что здесь показаны именно удивленные брови — лоб: брови не сведены, между ними отсутствуют вертикальные морщинки, а горизонтальные морщины идут через весь лоб.

8. Вопросительное удивление. Удивление выражают брови — лоб и глаза — веки, при этом нижняя часть лица остается нейтральной.

9. Страх.

10. Страх. Страх здесь отражается в нижней части лица очень слабо, отметьте здесь слабый намек на растягивание рта, что указывает на легкое проявление страха, а не удивления.

11. Страх.

12. Страх.

13. Страх. Брови сведены, но не приподняты, как это должно быть при страхе.

14. Легкий страх. Нижняя часть лица показывает начальные признаки растягивания губ. Область бровей — лба показывает начальные признаки поднятия бровей, но без намека на их сведение. Самым сильным проявлением страха является напряжение в области глаз — век.

15. Отвращение — презрение — оба ответа будут правильными. На этой фотографии видны морщинки у носа и суженные глаза.

16. Отвращение.

17. Отвращение. Если вы назовете это комбинацией отвращения и гнева, то это также будет правильный ответ, потому что брови — лоб выглядят несколько неоднозначно. Морщина между бровями и степень опущения бровей могут указывать на присутствие гнева. Отвращение четко выражено нижней частью лица и нижними веками.

18. Отвращение.

19. Отвращение — презрение. Оба ответа будут правильными.

20. Презрение.

21. Отвращение. Если вы назвали это гневом, то, вероятно, из-за полученного статичного сигнала. У этого человека брови располагаются довольно низко.

22. Презрение. Если вы назвали это гневом или комбинацией гнева и презрения.

23. Легкий гнев. Признаки гнева едва различимы, их можно заметить при сравнении этого выражения гнева с нейтральным выражением лица этого человека. В гневе брови слегка опущены и слегка сведены. Губы чуть-чуть напряжены. Наиболее очевидным сигналом является пристальный взгляд и напряженные нижние веки.

24. Гнев. Разгневанный рот может принимать одну из многих разновидностей «прямоугольного» рта.

25. Гнев.

26. Гнев.

27. Гнев. В этом лице сочетаются проявления гнева (брови — лоб) и на (глаза и нижняя часть лица). Брови опущены, но сведены довольно слабо; видны стиснутые зубы, как это бывает в случаях проявления гнева с открытым ртом.

28. Гнев. Это особое сочетание элементов проявления гнева не было показано на основных фотографиях.

29. Гнев. Если вы здесь ошиблись и назвали это страхом, то, значит, не сумели отличить сверлящий гневный взгляд от испуганного.

30. Радость.

31. Радость.

32. Легкая радость. Если вы назвали это презрением, то вы ошиблись.

33. Радость.

34. Радость. Если вы назвали это удивлением или комбинацией радости и удивления, то, возможно, из-за формы губ на этой фотографии.

35. Радость.

36. Радость.

37. Печаль. Обратите внимание на то, что пристальный взгляд направлен вниз, уголки рта опущены, а внутренние уголки бровей слегка приподняты и сведены.

38. Печаль. Хороший пример того, как сводятся брови и приподнимаются их внутренние уголки.

39. Легкая печаль. Не переживайте, если вы дали неверный ответ, и поздравьте себя, если ваш ответ был правильным. Симптомы здесь выражены очень слабо. Наблюдается лишь легкий намек на печальные брови, прядущие треугольную форму верхним векам. Пристальный взгляд

также направлен вниз. По нижней губе могут угадываться следы печали, но это впечатление не бесспорно.

40. Печаль. Обратите внимание на сведенные и слегка приподнятые уголки бровей, придавшие треугольную форму верхним векам. Пристальный взгляд также направлен вниз. Хотя уголки рта кажутся опущенными, анализ нейтрального выражения лица этого человека говорит о том, что это впечатление создается из-за особой формы его губ.

41. Печаль, но проявляющаяся более тонко, чем на любом другом изображении. Откуда вы знаете, что этот человек выглядит печальным? Что указывает на это? Закройте на фотографии глаза и лоб своей рукой. Выглядит ли область рта печальной? Нет. Закройте нижнюю часть лица на фотографии своей рукой, и вы увидите, что печаль выражают глаза — веки и брови — лоб. Щеки здесь слегка приподняты, что вызывает слабый подъем нижних век. Внутренние уголки бровей немного приподняты и подтянуты кверху, но это не заметно по внешнему виду бровей на фотографии этого человека; это заметно по форме участков кожи под его бровями. Отметьте, что эти участки имеют треугольную форму.

42. Печаль. Рот дает легкий намек на присутствие печали.

43. Печаль. Даже несмотря на то что губы слегка раздвинуты, печаль выражается в опущенных уголках рта.

44. Печаль. Эта фотография показывает, что у некоторых людей сокращение мышц, ответственных за сведение и поднятие бровей, не изменяет положение бровей; но вы можете видеть усилие этих мышц, собирающихся в узел под кожей на лбу. Отметьте также треугольную форму участков кожи под бровями. Обратите внимание на схему расположения морщин на лбу, которая появляется у некоторых людей, когда их брови выражают печаль. По форме эти морщины напоминают греческую букву омега, и поэтому их называют омегаобразными.

45. Комбинация радости и удивления.

46. Комбинация радости и удивления.

47. Комбинация страха и удивления.

48. Комбинация страха и удивления. Выражение страха придает нижняя часть лица, а элемент удивления — брови — лоб и глаза — веки. Широко открытые глаза, как при удивлении, могут выражать и страх.

49. Комбинация радости и презрения. Заметьте, положение рта одинаково и при выражении презрения, и при выражении комбинации радости и презрения. Проявление радости в ком смешанном выражении обеспечивается за счет поднятия щек и вызываемого им сужения глаз.

50. Комбинация гнева и отвращения.

51. Комбинация печали и страха. Этот тип смешанного выражения эмоций не показывался прежде. Печаль здесь выражая брови — лоб и глаза — веки, а страх — нижняя часть лица. Слегка приподнятые веки могут говорить о легком презрении.

52. Нейтральное.

53. Нейтральное.

54. Нейтральное.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Полный список вопросов верификатора

	Затрудняет выявление, если...	Облегчает выявление, если...
<b>I. Вопросы, касающиеся лжи</b>		
1. Есть ли у лжеца возможность подготовиться и предвидеть, когда именно ему придется солгать?	Да: ответ уже был готов	Нет
2. Достаточно ли для лжи только одного умолчания?	Да	Нет
3. Чувствует ли лжец при обмане какие-либо эмоции?	Нет	Да, особенно если: А. должны быть скрыты или искажены негативные эмоции, такие как гнев, страх или расстройство; Б. нельзя проявлять никаких эмоций, и нет возможности прикрыть одну эмоцию другой
4. Будет ли лжец прощен, если сознается во лжи?	Нет (вынуждает лгать более успешно)	Да (есть шансы добиться признания)
5. Высоки ли ставки, то есть велика ли награда или сурово ли наказание?	Шансы равны (высокие ставки могут способствовать повышению боязни разоблачения, но могут также и вынуждать лгать более успешно)	
6. Будет ли наказание в случае уличения суровым?	Нет (боязнь разоблачения понижается; но может привести и к потере бдительности)	Да: боязнь разоблачения повышается; но может вызвать страх незаслуженного обвинения и привести к ошибке неверия правде

7. Будет ли наказание суровым не только за сам акт лжи, но еще и за то, ради чего была предпринята ложь?	Нет	Да: боязнь разоблачения повышается; человек может и вообще отказаться от лжи
8. Является ли ложь человеколюбивой, не приносящей лжецу никакой выгоды?	Да (если лжец сам верит в это, то он почти не испытывает угрызений совести)	Нет: угрызения совести усиливаются
9. Доверяет ли жертва лжецу, не испытывая даже никаких подозрений?	Да	Нет
10. Удавалось ли лжецу успешно обманывать жертву ранее?	Да (понижает боязнь разоблачения; а если жертве обнаружение обмана может принести какое-либо страдание, она может стать добровольной)	Нет
11. Разделяют ли жертва и лжец общие ценности?	Нет (угрызения совести ослабляются)	Да: угрызения совести усиливаются
12. Санкционирована ли ложь?	Да (угрызения совести ослабляются)	Нет: угрызения совести усиливаются
13. Является ли ложь анонимной?	Да (угрызения совести ослабляются)	Нет
14. Знакомы ли лжец и жертва лично?	Нет	Да: верификатору легче избежать ошибок, возникающих за счет индивидуальных различий в поведении
15. Вынужден ли верификатор скрывать свои подозрения от лжеца?	Да (верификатор может увлечься собственной необходимостью скрывать подозрение и	Нет

	менее бдительно отнестись к поведению лжеца)	
16. Располагает ли верификатор информацией, доступной только виновному?	Нет	Да: можно попытаться использовать тест на знания виновного, если подозреваемого можно допрашивать
17. Присутствуют ли при обмане люди, знающие об обмане или подозревающие обман?	Нет	Да: могут усилиться восторг надувательства, боязнь разоблачения или угрызения совести
18. Имеют ли лжец и верификатор одинаковое языковое, национальное или культурное происхождение?	Нет (больше ошибок в интерпретации признаков обмана)	Да: меньше ошибок в интерпретации признаков обмана
II. Вопросы, касающиеся лжеца		
19. Опытен ли лжец?	Да: особенно если он опытен именно в таком роде лжи	Нет
20. Изобретателен ли лжец, обладает ли он умом и богатой фантазией?	Да	Нет
21. Хорошая ли у лжеца память?	Да	Нет
22. Умеет ли лжец хорошо и убедительно говорить?	Да	Нет
23. Пользуется ли лжец для усиления впечатления от речи «верными» мышцами лица?	Да: легче скрыть или исказить выражение лица	Нет

24. Является ли лжец актером, умеющим пользоваться системой Станиславского?	Да	Нет
25. Верит ли сам лжец в то, что говорит правду?	Да	Нет
26. Является ли лжец прирожденным лжецом или психопатом?	Да	Нет
27. Уязвим ли лжец для страха, вины или восторга надувательства?	Нет	Да
28. Стыдится ли лжец того, что он хочет скрыть?	Шансы равны (хотя чувство стыда и препятствует признанию, признаки стыда могут выдать ложь)	
29. Может ли подозреваемый испытывать страх, вину, стыд или восторг надувательства даже в случае собственной невиновности и полной честности?	Да: интерпретация эмоциональных признаков невозможна	Нет: признаки этих эмоций являются признаками обмана
<b>II. Вопросы, касающиеся верификатора</b>		
30. Имеет ли верификатор репутацию человека, которого трудно обмануть?	Нет: особенно если лжецу уже удавалось обмануть его	Да: усиливается боязнь разоблачения; может также усилиться восторг надувательства
31. Имеет ли верификатор репутацию очень недоверчивого человека?	Шансы равны (такая репутация может ослабить угрызения совести, а также усилить боязнь разоблачения)	
32. Имеет ли верификатор репутацию справедливого человека?	Нет: лжец менее склонен испытывать угрызения совести	Да: угрызения совести усиливаются
33. Является ли верификатор человеком, стремящимся избегать проблем и всегда	Да: он, скорее всего, не заметит признаков обмана, и очень	Нет

думать о людях хорошо?	уязвим для ошибок	
34. Имеет ли верификатор особые способности к интерпретации поведения?	Нет	Да
35. Имеются ли у верификатора предубеждения против лжеца?	Нет	Да: несмотря на всю свою бдительность, верификатор особенно склонен к совершению ошибок
36. Получит ли верификатор какую-либо выгоду, если не обнаружит ложь?	Да: он будет сознательно или бессознательно игнорировать признаки обмана	Нет
37. Способен ли верификатор перенести неопределенность в вопросе о том, обманывают его или нет?	Шансы равны (возможны как ошибки веры лжи, так и ошибки неверия правде)	
38. Охвачен ли верификатор вспышкой ослепления?	Нет	Да: лжец будет уличен, но также обвинен во лжи будет и невиновный человек

## ЛИТЕРАТУРА

- 1 Ekman, P. Facial expression and emotion / P. Ekman, D. Keltner // American Psychologist. № 48. 1993. С. 394-382
- 2 Ekman P., Rosenberg E. What the face reveals (2nd ed.). [Электронный ресурс]: / NewYork, NY: Oxford. 2005. - Режим доступа:  
<http://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/Facial-Expression-In-Affective-Disorders.pdf>
- 3 Экман, П. Психология лжи. 4-е изд. / Пер. с англ. СПб.: Питер, 2010. 288 с.
- 4 Экман, П. Психология лжи. Обмани меня, если сможешь. / Пер. с англ. СПб.: Питер, 2009. 304 с.
- 5 Экман, П. Узнай лжеца по выражению лица / Пер. с англ. СПб.: Питер, 2010. 272 с.
- 6 Саенко, Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями. СПб.: Речь, 2011. 232 с.
- 7 Любимов, А. НЛП: мастерство коммуникации. 2-е изд. СПб: Питер, 2003. 224 с.
- 8 Кипнис, М.Ш. Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером. СПб.:Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. 249 с.
- 10 Хлевная, Е. Где твоя волшебная кнопка? Как развивать эмоциональный интеллект. СПб.: Питер, 2013. 240 с.
- 11 Ужасная правда о лжи // Семья и школа. 2000. № 4. С. 27–29.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Анкета «Отношение подростков ко лжи»

*Уважаемый, респондент!*

*Приглашаю Вас ответить на вопросы анкеты, касающиеся Вашего отношения ко лжи.*

*Анкета проводится анонимно.*

1. Обманывали ли Вы когда-нибудь?

1. Да
2. Нет

2. Как Вы считаете, доверчивый ли Вы человек?

1. Да
2. Нет
3. Скорее да, чем нет
4. Скорее нет, чем да
5. Затрудняюсь ответить

3. Легко ли вы прощаете незначительный обман?

1. Да
2. Нет
3. Не всегда
4. Не прощаю никакого обмана
5. Другое: \_\_\_\_\_

4. Можете ли Вы определить ложь по мимике, жестам, речи?

1. Да, могу
2. Нет, не могу
3. Не пробовал(а)
4. Другое: \_\_\_\_\_

5. Считаете ли Вы ложь жизненно важной необходимостью в общении с людьми? Определите ответ по пятибалльной шкале, где 1 – это «да, считаю», а 5 – это «нет, не считаю».

1.	2.	3.	4.	5.
----	----	----	----	----

6. Какие чувства у Вас вызывают патологические лгуны? Выберите не более трех вариантов ответов.

1. Уважение

2. Сочувствие
3. Горечь
4. Отвращение
5. Раздражение
6. Злость
7. Агрессию
8. Сарказм

7. Как Вы считаете, в какой из предложенных ситуаций, обман можно простить?

	Можно	Мало вероятно	Нельзя
Не огорчить данного человека	1	2	3
Не нарушать сложившихся отношений	1	2	3
Сохранить позитивное впечатление о себе	1	2	3
Избежать конфликта	1	2	3
Сохранить самоуважение	1	2	3
Избежать контроля со стороны других людей	1	2	3
Избежать наказания	1	2	3

8. По каким из перечисленных причин, Вы можете позволить себе солгать?

	Можно	Мало вероятно	Нельзя
Не огорчить данного человека	1	2	3
Не нарушать сложившихся отношений	1	2	3
Сохранить позитивное впечатление о себе	1	2	3
Избежать конфликта	1	2	3
Сохранить самоуважение	1	2	3
Избежать контроля со стороны других людей	1	2	3
Избежать наказания	1	2	3

9. Как Вы скорее всего поступите, если поймете, что человек Вас обманывает?

1. Сделаю вид, что ничего не заметил, и буду вести себя обычным образом

2. Сделаю вид, что ничего не заметил, но изменю свое поведение под влиянием услышанного или учту, что человек говорит неправду

3. Прямо скажу человеку, что он говорит неправду

10. Как Вы считаете, что лучше «горькая правда» или «сладкая ложь»?  
Объясните свою позицию.

---

---

---

---

11. Считаете ли Вы, что «ложь во спасение» имеет право на существование?

1. Да, имеет
2. Нет, не имеет
3. Скорее да, чем нет
4. Скорее нет, чем да
5. Затрудняюсь ответить

12. Склонны ли вы к обману?

1. Нет
2. В крайних случаях да
3. Да

13. Если бы кто-то захотел удостовериться в вашей честности и предложил вам проверку на детекторе лжи, Вы бы согласились?

1. Да, мне нечего бывать
2. В зависимости от ситуации
3. Скорее нет, чем да
4. Скорее да, чем нет
5. Нет
6. Затрудняюсь ответить

14. Лгали ли Вы когда-нибудь? Если да, то о чём именно вы говорили неправду?

---

---

---

---

15. Если Вы прибегали ко лжи, какие цели Вы преследовали?

---

---

---

---

16. Как Вы думаете, является ли атмосфера в семье фактором развития такого качества, как лживость?

1. Да
2. Нет
3. Скорее да, чем нет
4. Скорее нет, чем да
5. Затрудняюсь ответить

17. Как Вы можете оценить атмосферу в своей семье по пятибалльной шкале, где 1 – это «благоприятная для развития такого качества, как лживость», а 5 – «неблагоприятная для развития такого качества, как лживость».

1.	2.	3.	4.	5.
----	----	----	----	----

18. Укажите Ваш пол

1. Мужской
2. Женский

19. Укажите Ваш возраст

1. 11-15
2. 16-18

20. Сколько детей в Вашей семье?

1. Я единственный ребенок
2. У меня есть брат (сестра)
3. Моя семья многодетная

21. В каком учебном заведении Вы проходите обучение?

1. Школа (лицей, гимназия)
2. Училище
3. Техникум
4. Другое: \_\_\_\_\_

**Спасибо за Ваши ответы!**

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Экспертный опрос сотрудников МЦ

#### «Подростковая неискренность и как ее вычислить»

*Уважаемый коллега!*

*Приглашаю Вас ответить на вопросы, представленные в опроснике.*

Ф.И.О., должность: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1. Как часто, по Вашему мнению, подростки проявляют неискренность при общении с Вами?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. В чем проявляется их неискренность?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Можете ли Вы распознать неискренность при общении с подростками?

---

---

---

---

---

4. В чем причина, по Вашему мнению, сокрытия истинных эмоций на ту или иную ситуацию у подростка?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Владете ли Вы навыками и умениями распознавания истинных эмоций, мотивов поведения и информации?

---

---

---

---

---

---

---