

## 心靈分享文：說謊不只會成習慣 還會愈扯愈大

簡介：

2016-11-28 【文／連芯 攝影／李昌元】

你可曾算過自己一天說幾次謊？是善意、無傷大雅的謊？還是為了保護自己？或是獲得一些利益，扯出惡意的謊話？

人類的說謊行為一直是專家學者相當感興趣的議題，至今依舊有許多未解之謎。近期發表在《語用學國際評論》期刊的一份加拿大研究指出，孩子在六歲時已經能夠清楚辨別什麼是真話、什麼是謊言。



即便有的謊言是出於善意、保護他人（例如：不揭露他人），或是無傷大雅，但是，話語的真假之間，還是存在著一道非常清楚的界線。

說假話是人之常情，各年齡的孩子也都如此，但是在道德判斷上，也就是說謊者該不該受罰（或是獎勵），則往往依年齡而有顯著的差異。

通常年齡愈小的孩子愈容易認為「說謊＝壞」、「講實話＝好」，所以，不論真假話的立意為何，小孩都認為要照著這個準則來進行賞罰。學者解釋，正因為如此，年紀較小的孩子比較容易出現「告密」行為，也就是揭發他人謊言以獲取好處。不過，事實上，年紀小的孩子比較無法接受因為袒護他人而說謊，在他們的邏輯裡，說謊就是不好的，因此他們比較會全盤供出實情，也樂意因為誠實而獲賞，卻不見得是為了獲利而出賣他人。

言語真假在人際之間所產生的效應是非常複雜的，很多時候，真話不見得不會傷人，謊言反能可以安撫人心。年紀較大的孩子也會從不同層面進行價值判斷，考量到他人的利益與感受。

整體來說，隨著年紀增長，人類的說謊行為會因為愈來愈考量到他人，導致善意的謊言愈來愈多。這大致符合人類道德良心的發展，只不過，令人憂心的是，在某些狀況下，人們反而會說出愈發險惡的謊言，良心不見了。這究竟是怎麼一回事？

刊登在《自然神經科學》期刊的一則倫敦大學研究，提供了一些方向。這個研究觀察的是成人的腦部反應，發現當人為了己利而說謊時，腦中掌管情緒的杏仁核會呈現活躍反應，並產生不舒服的感覺，這種感覺會限制一個人說謊的程度。不過，這種反應在第一次說謊時最劇烈，當一個人持續說謊，這些反應和感覺便會逐漸消退。研究也發現，有些人這種反應消退的幅度特別大、特別快，於是傾向說出更大、更誇張的謊；有點類似「滑坡效應」，一發不可收拾。

在這則研究中，杏仁核扮演類似良心的功能，會對人們覺得不道德、不對的事情有反應、送

出訊號。不過研究也告訴我們：嘿，良心可是會麻痺的啊。

\* 本篇文章由《張老師月刊》授權報導，未經同意禁止轉載。

心得分享：

如這篇報導所說，小時候大家都被灌輸了不能說謊話的觀念，當隨著時間的推移有了復炸的情感加進來多加思考，接著認為自己說謊是為了對方著想而去做的，但這真的是對的？有時候人與人之間互相溝通而達到一樣的目標不是更好嗎？但，只可惜是現在的科技越來越發達，人們的慾望想氣球一樣快速膨脹，直到爆炸的那刻，新聞又有了可怕的負面新聞，而因為自己無法減輕心中的負面最終去傷害無辜的性命。而謊話也是會惡性循環的，所以請謹慎使用。

\*為尊重智慧財產權，選用之圖片、文字請附上網址，謝謝。

文章來源：<https://udn.com/news/story/7020/2134626>