

Eerlijk duurt het langst, zo hebben we het allemaal geleerd. En toch rijgen we de ene leugen aan de andere. Meestal doen we dat om ons eigen hachje te redden. Clinton was duidelijk bang voor een politiek schandaal, toen hij zonder verpinken loog over zijn seksuele doen en laten. Daarnaast zijn veel leugenaars bang voor ruzie of straf. Of om afgewezen te worden. Vandaar dat er zoveel cv's doorspekt zijn van de nodige fantasie. Dat kan gaan van een verzonnen diploma tot een valse foto, al is de kans dan wel erg groot dat je tijdens het sollicitatiegesprek door de mand valt. De meeste redenen om te liegen zijn dus behoorlijk zelfzuchtig, al liegen we soms ook om anderen te beschermen. En volgens 'leugendeskundige' professor Aldert Vrij liegen we het vaakst tegen vreemden, omdat dat het makkelijkste is. Bij onze partner hebben we meer angst om door de mand te vallen. Die kan je nu eenmaal niet wijsmaken dat je een pianovirtuoos bent terwijl je amper noten kunt lezen. Opvallend is wel dat extraverte mensen vaker liegen dan verlegen types. Al zijn het nu net die 'grote bekken' die meestal op meer sympathie kunnen rekenen.

Meer vrienden

Liegen loont dus, en dat is de belangrijkste reden waarom we het doen. Volgens Gerard van den Berg, directeur van de Leugenacademie, hebben goede leugenaars vaak een betere job en meer vrienden. 'Dat begint trouwens al in de wieg: een baby heeft al snel door dat hij met een lachend gezichtje meer leuke aandacht krijgt. Vandaar dat hij dat lachje zo vaak mogelijk bovenhaalt, ook al is het niet zo oprecht.' Maar voor je je inschrijft bij de Leugenacademie, toch een kleine rechtzetting: liegen leer je er niet. 'Wij zijn een gespecialiseerd trainingsbureau voor waarheidsvinding. Onze studenten -- van douaniers tot journalisten -- leren tekenen van bedrog te herkennen en te interpreteren. Maar het gaat niet gewoon om eenvoudige signalen. Iemand die alle oogcontact ontwijkt, is niet per definitie een leugenaar. Eerst moet je goed observeren hoe die persoon zich in normale omstandigheden gedraagt. De nulpositie, zeg maar. Als hij je normaal heel vaak in de ogen kijkt en opeens niet meer, dan kan dat een teken zijn van bedrog.'

Bestaan er dan geen perfecte leugenaars, die al die 'tekenen van bedrog' netjes weten te omzeilen? 'Er zijn een aantal mensen die daar vrij goed in zijn, namelijk 0,4 procent van de topacteurs. Een heel kleine groep, met andere woorden. (lacht) Voor de meesten onder ons is het praktisch onmogelijk, omdat lichaamstaal -- de belangrijkste 'verrader' van leugens -- uit ons onderbewustzijn komt. Vaak laten mensen in een fractie van een seconde hun ware emotie zien, zonder dat ze dat zelf in de hand hebben. Als je liegt, zijn je hersenen zo druk bezig met het maken van een samenhangend verhaal, dat het veel moeilijker wordt om je lichaam te controleren.' Maar als er zoveel aanwijzingen zijn, waarom is het dan zo moeilijk om leugenaars te ontmaskeren? 'Doorheen de evolutie zijn we steeds meer waarde gaan hechten aan het gesproken woord. Sinds mensen kunnen spreken, is non-verbale communicatie veel minder belangrijk geworden. We kunnen die lichamelijke aanwijzingen dus minder goed ontcijferen. Bovendien hebben we van nature vertrouwen in andere mensen.'

Leugendetector

Als wij het niet kunnen, dan moeten we het maar overlaten aan de techniek. Biedt de leugendetector misschien soelaas? 'Dat is een grote misvatting! Een leugendetector bestaat zelfs niet eens, het gaat om een polygraaf. Die meet onze belangrijkste lichaamsfuncties, zoals de hartslag, bloeddruk en zweetproductie. Dat wordt dan in een grafiekje gegoten, maar alles hangt af van de persoon die deze grafiek interpreteert. Het is geen wondermachine waarop je blindelings mag vertrouwen.' Het gaat dus om de interpretatie van signalen, en dat is precies

wat je leert op de Leugenacademie. Zodat je steeds beter wordt in het ontmaskeren van leugenaars. Maar daar zijn ook risico's aan verbonden. Op de website van deze academie (www.leugenacademie.nl) staat zelfs een waarschuwing. En die is zeker niet komisch bedoeld, benadrukt Gerard van den Berg. 'Je moet je realiseren dat je, door het doorzien van leugens en bedrog, vaak voor keuzes komt te staan. Zal ik de leugenaar ontmaskeren of niet? Je kunt anders tegen collega's gaan aankijken. Je kunt je partner dingen laten vertellen die hij of zij liever niet had verteld. Hierdoor kan je relatie schade oplopen.' Denk voordat je met deze training begint goed na over de gevolgen. Een bijkomend effect is dat je zelf ook steeds meer moeite zult ondervinden bij het liegen. 'Een (h)eerlijke wereld begint bij jezelf.'

Jokken of liegen?

Een eerlijke wereld begint bij onszelf. En dus ook bij onze kinderen, die we van jongs af duidelijk maken dat liegen niet mag. Vandaar dat zoveel kinderen diep ontgoocheld zijn als ze ontdekken dat Sinterklaas en de Paashaas eigenlijk verzinsels zijn. Want ze voelen zich bedrogen door hun eigen ouders. Al zijn dat natuurlijk leugentjes die maatschappelijk perfect aanvaard zijn, net als sprookjes en andere verhalen. Een mooie fantasiewereld kan toch geen kwaad? Maar als ouder besef je vaak niet dat je je kind heel wat andere leugens 'aanleert'. Stel: je komt samen met je kind de buurvrouw tegen, die net een spuuglelijke jurk heeft gekocht. En toch geef je ze een compliment, om haar niet te beledigen. Maar thuis vertel je je partner wat een smakeloze vrouw het toch is, terwijl je kind erbij staat. Of neem dit voorbeeld: thuis geldt de regel dat liegen niet mag, maar op een feestje word je boos als je kind teleurgesteld reageert op een (stom) cadeau. Heel verwarrend allemaal: is liegen nu goed of slecht? Je kunt je kind dus het beste uitleggen dat er een groot verschil is tussen 'leugentjes om bestwil' en échte leugens. Al moet je daar niet te vlug mee beginnen, aldus Gerard van den Berg. 'Kinderen onder de zeven jaar kunnen heel moeilijk het onderscheid maken tussen waarheid en fantasie. Wat ze in hun verbeelding meemaken, beschouwen ze óók als waar. Bij kleine kinderen wordt dus veeleer gesproken over jokken.'