

Sprachliche und nichtsprachliche Anzeichen beim Lügen

Šajfar, Petra

Undergraduate thesis / Završni rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:186:083263>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-05**



Repository / Repozitorij:

[Repository of the University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences - FHSSRI Repository](#)



UNIVERSITÄT RIJEKA
PHILOSOPHISCHE FAKULTÄT
ABTEILUNG FÜR GERMANISTIK

Sprachliche und nichtsprachliche Anzeichen beim Lügen

Bachelor-Arbeit

Verfasst von:

Petra Šajfar

Betreut von:

Univ.- Prof. Dr. Suzana Jurin

Rijeka, Juni 2021

Inhaltsverzeichnis:

1. Einleitung	4
2. Was ist Kommunikation und wieso ist sie wichtig?	6
3. Kommunikationsablauf	8
3.1 Nonverbale Kommunikation.....	11
3.1.1 Ursprung	13
3.1.2 Charakteristiken und Wichtigkeit	15
4. Nichtsprachliche Anzeichen beim Lügen	17
4.1 Mimik und Gestik beim Lügen	18
4.2 Körperhaltung beim Lügen	22
5. Sprachliche Anzeichen beim Lügen.....	23
6. Schlussfolgerung	26
7. Quellenverzeichnis	28
7.1 Literatur	28
7.2 Internet	29

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die am heutigen Tag abgegebene Bachelorarbeit selbstständig verfasst und ausschließlich die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe.

Rijeka, den _____ Unterschrift _____

1. Einleitung

Die vorliegende Bachelor-Arbeit beschäftigt sich mit dem Thema „Sprachliche und nichtsprachliche Anzeichen beim Lügen“. Das Thema basiert sich auf der verbalen und nonverbalen Kommunikation, die in der heutigen Zeit auch sehr aktuell ist. Viele Autoren, Psychologen, Psychotherapeuten, Wissenschaftler... beschäftigen sich viel mit dem Phänomen der Kommunikation, die früher nicht so populär war. Dieses Thema ist sehr umfangreich und man kann betrachten, wie sich unser Körper und unsere Gefühle zusammen benehmen.

Mit dieser Arbeit möchte ich nicht nur auf die Wichtigkeit der verbalen und nonverbalen Kommunikation hinweisen, sondern auch auf sprachliche und nichtsprachliche Anzeichen, die beim Lügen vorkommen. Es wird sowohl betont, dass man in der Gesellschaft mehr Aufmerksamkeit dem Ablauf der Kommunikation gibt, als auch, dass sich jeder für sich selbst bewusst macht, wie unser Körper mit unseren Gefühlen verbunden ist. Einerseits soll diese Arbeit einen Einblick in die Kommunikationswelt geben. Andererseits beschäftigt sie sich mit dem Bereich des Lügens, das jeder im Alltagsleben begegnet. Ebenfalls sollten hier hilfreiche Informationen erhalten werden, die bei der Verbesserung unserer Beziehung mit anderen helfen. Demzufolge verbessert sich auch unsere Verständigung der anderen und sich selbst. Es wäre für alle von großer Bedeutung, zu wissen, ob die Körpersprache des Gesprächspartner mit dem Gesprochenem übereinstimmt. Dieses Wissen kann man im privaten und beruflichen Leben anwenden. Ich bin der Meinung, dass es für alle nutzend ist die Wahrheit von der Lüge unterscheiden zu können und dass alle mehr Achtsamkeit den nonverbalen Teil im Gespräch geben sollten.

Dieses Werk besteht aus fünf Teile. Im ersten Teil wird beschrieben, was Kommunikation ist und wieso sie wichtig ist. Hier sind alltägliche Probleme beim Kommunizieren und die Funktion der Kommunikation dargestellt. Zweitens wird erzählt, wie wir miteinander eigentlich kommunizieren. Eine wichtige Komponente des Kommunizierens wird am Beispiel der Verkehrsverständigung beschrieben. Gleichfalls wird über die Bedeutung und Relevanz der Sprache gesprochen. Infolgedessen wird das dann mit dem sprachlichen Zeichen und Ferdinand de Saussures Zeichenmodell verbunden. Zunächst wird der Kommunikationsablauf aus einer linguistischen Seite beschrieben.

Das dritte Kapitel umfasst etwas mehr über nonverbale Kommunikation, ihren Ursprung, ebenso ihre Charakteristiken und Wichtigkeit. Hier wird ihre Funktion beschrieben sowie ihr Beitrag der Menschenverständigung. An einigen Beispielen wird klar, dass verbale Äußerungen mit der Körpersprache umsetzbar sind und dass wir das oft unbewusst machen. Es wird ein Einblick in die Geschichte der nonverbalen Kommunikation gegeben und über ihre Interesse Steigerung. Demnach werden einige Bewegungen betont, die bei allen Menschen gleich sind und die kulturabhängig sind. Einige interessante Fakten, die die Wichtigkeit der nichtsprachlichen Kommunikation bestätigen, werden vorgestellt.

Viertens werden die nichtsprachlichen Anzeichen beim Lügen gegeben. Ebenfalls umfasst dieses Kapitel auch die Mimik, die Gestik und die Körperhaltung bei einem Lügner. Es wird beschrieben, wie sich eine Person beim Lügen benimmt und welche Gesichtsausdrücke und Bewegungen in so einer Situation charakteristisch sind. Dann werden bekannte und weniger bekannte Anzeichen betont. Die Wichtigkeit der Mikromimik wird nicht ausgelassen. Im letzten Kapitel ist die Rede über sprachliche Anzeichen beim Lügen, mit welchen man leichter erkennen kann, wer zu uns ehrlich ist und wer nicht. Es wird beschrieben, wieso Menschen lügen und welche Taktiken sie dabei benutzen. Man bekommt Einblick in die häufigsten Wörter und Redewendungen, die aufs Lügen andeuten. Am Ende wird alles im Schluss zusammengefasst.

Diese Arbeit basiert nicht an empirischen Untersuchungen sprachlicher und nichtsprachlicher Merkmale des Lügens, sondern sie umfasst nur die verfügbare Literatur zu diesem Thema. Das bedeutet sie ist nur eine theoretische Darstellung ohne Forschung.

2. Was ist Kommunikation und wieso ist sie wichtig?

Im alltäglichen Leben kommuniziert man ständig miteinander. Ob mit Sprache oder unserer Körperhaltung, schildern wir immer eine Information zu unserem Gesprächspartner, aber auch zu anderen Leuten, die wir begegnen. Um besser zu kommunizieren, müssen wir Kommunikation besser verstehen. Allgemein gesagt ist Kommunikation ein Austausch von Informationen zwischen Sprecher und seinem Gesprächspartner. Matulina definiert Kommunikation als „Austausch von Information zwischen zwei Instanzen, von denen eine die Information sendet (‘Sender’) und die andere sie empfängt (‘Empfänger’).“ (Matulina 1997: 22-23) Das ist ein soziales Ereignis, in dem Wörter und nonverbale Signale bei zwei oder mehreren Personen ausgetauscht werden. Es gibt die Möglichkeit mit sich selbst zu reden, aber das ist dann, streng betrachtet, kein soziales Ereignis, weil man nicht mit einer realen Person redet. Das nennt man Selbstgespräch und der Gesprächspartner sind wir selbst oder ist er imaginär. (vgl. Rothe 2006: 10)

Das Wort Kommunikation kommt aus lateinischen „communicare“ und bedeutet „Gemeinschaft“. Wenn man tiefer in die Bedeutung des Wortes eingeht, ergeben sich andere mögliche Bedeutungen, wie Mitteilung, gemeinsam machen oder teilen. (vgl. Rothe 2006: 9) Aus der Bedeutung des Wortes kann man auch die Aufgabe der Kommunikation heraus fügen. Diese ist die Mitteilung (und Austausch) von Informationen in der Gesellschaft. Ohne die Gesellschaft wäre die Kommunikation nicht möglich. Wenn man nur einen Tag ausprobieren würde, nicht mit anderen zu kommunizieren, würde man sehen, dass es nicht möglich ist. (vgl. ebd.)

Kommunikation ist ein wichtiger Teil unseres Lebens und deswegen auch von großer Bedeutung für alle unsere Lebensbereiche. Wir können gute und schlechte Kommunikationsfähigkeiten haben. Wenn wir mit jemanden eine sehr schlechte Kommunikation haben, beeinflusst das uns, unsere Gefühle und unseren Körper. Schlechte Verständigung mit unserem Partner, Eltern oder Freunden, führen zu Konflikten und Problemen in der Beziehung, aber auch im Arbeitsleben, in der Schule oder an der Uni spielt die Kommunikation eine wichtige Rolle.

Was und wie wir etwas sagen ist wichtiger als wir denken. Wenn wir einem Geschäftspartner unsere Idee nicht gut präsentieren können oder nicht wissen, wie wir dem Professor unser Wissen zeigen sollen, hat das schlechte Folgen für uns.

Wir wissen nicht, welchen Einfluss eine dysfunktionale Kommunikation auf unseren physischen und psychischen Zustand haben kann. Besonders in großen Unternehmen zwischen den Mitarbeitern kann eine schlechte Verständigung zum schlechten Profit führen und somit zum Scheitern des Unternehmens. (vgl. Rothe 2006: 2) Wenn sich der Arzt und Patient nicht gut verstehen, kann der Arzt dem Patienten nicht viel helfen. Gerade, weil Kommunikation ein unvermeidlicher Bestandteil unseres Lebens ist, können wir sie immer verbessern. Es gibt unendlich viele Techniken und Methoden, die zur besseren Kommunikation führen können. Einige Leute besuchen Therapeuten, Berater oder Kommunikations- und Personalentwickler, die bei der Verbesserung der Verständigung helfen. Ebenfalls beschäftigen sie sich mit Kommunikationsstörungen und besprechen diese Probleme detaillierter. Dabei kann das mit besseren Kommunikationsfähigkeiten resultieren. Es gibt auch Institute, die sich damit beschäftigen und an denen man sich an Kommunikationsexperten zuwenden kann. (vgl. ebd.)

Die menschliche Kommunikation ist eine Kombination aus verbaler und nonverbaler Ebene. (vgl. Kercher 2001: 6) Deswegen verläuft auch der Informationsaustausch mit anderen auf unterschiedliche Art und Weise. Wir vermitteln Informationen sowohl durch die Sprache, als auch mit unserem Körper, der unendlich viele Nachrichten schildert. Deswegen sind Körperhaltung, Mimik und Gestik von großer Bedeutung für unsere Kommunikation. Mithilfe der Kommunikation übermitteln wir nicht nur Informationen, sondern wir erhalten sie auch. Was wir hören, lesen und welche Nachrichten wir empfangen, hat einen großen Einfluss darauf, wie wir uns als Personen entwickeln. Bei der Kommunikation ist die Verständigung sehr wichtig. Wir können hören, was uns jemand sagt, aber wenn wir es nicht verstehen, hat die Kommunikation keinen Sinn. (vgl. ebd.: 6-7)

Unsinnige Gespräche und Unverständnis der anderen, können uns erschöpfen und ärgern. Folglich werden dann solche Erfahrungen in der Zukunft vermieden. Anderenfalls kann ein gutes Gespräch mit einer positiven Person uns die Batterie neu laden. So ein gutes Verständnis möchte man dann wiederholen und mit allen haben. (vgl. Rothe 2006: 7-8) Die Gesundheit des einzelnen ist für gute Kommunikation wichtig. Beim Kranken Leuten, wie Autisten oder Personen mit Parkinson, erschweren diese Krankheiten den Kommunikationsablauf. Die Autisten vermeiden den Augenkontakt und Leute mit Parkinson haben eine starre Mimik. In extremen Fällen kann das zu sozialer Isolierung führen. (vgl. ebd.: 9-10)

3. Kommunikationsablauf

Die Kommunikation ist ein alltägliches Geschehen und verläuft bei uns ständig. Wir kommunizieren mit unserer Familie, Freunden, mit unserem Partner, mit Lehrern, Professoren, Nachbarn... die Liste ist unendlich. Ein sehr wichtiger Faktor bei der Kommunikation ist die Sprache. Sie ist eine typisch menschlich-gesellschaftliche Erscheinung. Jeder von uns muss die Sprache erlernen und sie ermöglicht uns dann, dass wir gesellschaftliche Erfahrungen entwickeln. Sie hilft bei der Verständigung in der Gesellschaft und ist wichtig fürs Denken. (vgl. Matulina 1997: 13) Mit der Sprache entwickelt sich auch die Kommunikation per Zeichen. Im Verkehr ist sie ständig anwesend. Ein Radfahrer kommuniziert mit anderen Verkehrsteilnehmern, sodass er ein Zeichen mit der Hand gibt, den sie alle verstehen, wenn er links oder rechts abbiegt. Jedes Verkehrszeichen hat seine Bedeutung und liefert eine Nachricht, die jeder Fahrer verstehen muss. Wenn die Fahrer diese nicht verstehen, kommt es zu Unfällen. (vgl. ebd. 14-15)

Buchstaben, Wörter, Sätze dienen um Informationen zu geben und erhalten. Jede Geschichte und jedes Buch enthält eine Botschaft. Auch per Musik möchte der Sänger seinem Publikum etwas sagen. Alle diese Zeichen bestehen aus Ausdruck und Inhalt. Der Ausdruck wäre das angehaltene Auto beim Stoppschild und der Inhalt die Absicht das Auto anzuhalten. (vgl. Matulina 1997: 15-16) Alle Zeichen haben ihre Funktion, die innerhalb eines Systems verständlich sein müssen, zum Beispiel im Verkehr versteht jeder, dass das rote Licht an der Ampel *stop* bedeutet. Die Semiotik analysiert und beschäftigt sich deutlicher mit dem Zeichen und die Sprachtheoretiker stellen unterschiedliche Zeichenmodelle dar. (vgl. ebd.)

Das bekannteste Zeichenmodell ist das von Ferdinand de Saussure. In seinem Modell unterscheidet er zwischen der Bedeutung, dem Zeichenkörper und dem Sachverhalt. Er verwendet französische Ausdrücke für diese Darstellung: *signifiant* (Zeichenkörper/Ausdruck), *signifié* (Bedeutung/ Inhalt), *chose* (Sachverhalt) und *signe* (Zeichen). Hier möchte er zeigen, dass das Zeichenkörper und die Bedeutung das Zeichen bilden und der Sachverhalt präsentiert das Nichtsprachliche. (vgl. Matulina 1997: 15-17) Sein Modell dient als Gegenkonzept zu Vorstellungen. Inhalt ist gleich wie das Bezeichnete und der Ausdruck ist das sprachliche Element, das Bezeichnende. Diese binäre Verbindung kann man am Beispiel des Wortes Tisch näher beschreiben. Das Wort Tisch ist hier der Ausdruck und die Vorstellung dieses Tisches ist der Inhalt. (vgl.

Schwarz, Chur 2007: 23-24 und Matulina 1997: 17) Die Sprachzeichen haben die Eigenschaft, dass sie willkürlich sind. Das bedeutet, es hängt vom Sprecher ab, wie er das Gesprochene analysieren wird. Für jedes Individuum kann es etwas anderes bedeuten. Das wird durch eine allgemeine Übereinstimmung geregelt, zum Beispiel, wie im Verkehr. Das rote Licht an der Ampel bedeutet *stop* und das grüne *gehe*. (vgl. Matulina 1997: 18) Mit der Sprache beschäftigt man sich in unterschiedlichen Bereichen, in der Linguistik, Semantik, Philosophie, Semiologie. Den kommunikativen Teil der Sprache analysiert die Semiologie. Sie betrachtet den Prozess der Übermittlung von Informationen. Dieser Prozess wird mit einem Sender und einem Empfänger realisiert. Der Sender sendet über einen Kanal die Information (Nachricht) zu dem Empfänger. (vgl. Matulina 1997: 23-24) Beide müssen dasselbe Zeichensystem haben. Dieses Zeichensystem nennt man Kode und es ermöglicht eine verständliche Kommunikation zwischen dem Sender und Empfänger. Die Kommunikation kann aber gestört werden. Die Störungen können den Kanal betreffen und es kann dazu kommen, dass die falsche Nachricht vom Empfänger erhalten wird. (vgl. ebd.)

Bei einer normalen Kommunikation, unabhängig davon, ob sie verbal oder nonverbal ist, hat jede Nachricht nach Schulz von Thun, vier Seiten. Das sind: Sachinhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung und Appellseite. Der Sachinhalt ist, dass worüber der Sender erzählt oder informiert. Selbstoffenbarung ist, wie sich der Sender selbst zu der Nachricht äußert. Die Beziehung ist das Verhältnis zwischen dem Sender und Empfänger. Der Appell ist das, wozu der Empfänger der Nachricht aufgefordert ist zu machen. (vgl. Kercher 2001: 9-10) Grundsätzlich wird der Sachinhalt verbal übertragen, während Selbstoffenbarung, Beziehung und Appell nonverbal übertragen sind. Also, man hat eine Nachricht, die aus diesen vier Seiten besteht. Der Sender sendet diese Nachricht mit vier Seiten an den Empfänger. Dabei hinterlässt er die Nachricht, die der Empfänger interpretieren muss. Der Empfänger hat die Verantwortung, die Nachricht zu interpretieren. Er hat vier Möglichkeiten sie zu interpretieren und dabei kann es auch zur falschen Interpretation kommen. (vgl. ebd.)

Ein wichtiger Faktor für die Kommunikation ist die Entwicklung der Technologie. Sie ermöglicht uns, dass das Senden und Empfangen der Nachrichten viel schneller und einfacher abgeht. Das Kommunizieren läuft ständig per Handy, Computer, Fernseher, Zeitschriften und andere Medien, ab. Wir chatten, kommentieren, schicken E-Mails und Nachrichten anderen Leuten. Das machen wir in jedem Moment: in der Schule, im Krankenhaus, im Supermarkt, im Restaurant. (vgl. Rothe 2006: 1-2)

Gute Kommunikation ist auch eine Bedingung für ein erfolgreiches berufliches Leben. Eine erfolgreiche Kommunikation muss zwischen Arzt und Patient, Verkäufer und Kunde, Schüler und Lehrer, dem Personal und in anderen Bereichen ablaufen, um Missverständnisse und Probleme zu verhindern. Einige Übergeordneten (z.B. Direktor) schicken ihre Mitarbeiter zum Kommunikationstraining, um besser die Klienten und Kunden zu verstehen und ihre Sprachfähigkeiten zu verbessern. (vgl. ebd.)

Die Kommunikation ist ein soziales Ereignis. Wir sind „gezwungen“ mit anderen zu sprechen und mit anderen zu leben, weil wir den Kontakt mit anderen Menschen nicht vermeiden können und wir können nicht das ganze Leben alleine nur mit sich selbst sein. Ohne dieses Zusammenlebens können wir nicht handeln. Deswegen müssen wir uns Mühe geben, dass die zwischenmenschlichen Verhältnisse ohne größere Störungen ablaufen. Wir begegnen jemanden und führen uns mit ihm in ein Gespräch ein. Er erzählt uns etwas, wir hören ihn an, verstehen was er uns sagt und tauschen mit ihm Wörter aus. Man kann fühlen, dass er die Wahrheit sagt und das schöne Gespräch wird beendet. (vgl. Rothe 2006: 7)

Nach so einem Gespräch fühlt man sich gut und möchte wieder mit dieser Person reden. Es gibt auch Situationen, in denen uns jemand anlügt, kritisiert oder auf uns wütend ist. Solche Gespräche und Situationen will man vermeiden, weil man sich danach nicht gut fühlt. Mit jemandem kann man nur ein Blick austauschen und verstehen, was er uns sagen möchte. Das alles sind Kommunikationsmöglichkeiten und Arten, wie ein Gespräch ablaufen kann. (vgl. ebd.: 8-9)

3.1 Nonverbale Kommunikation

Nonverbale Kommunikation ist ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens. Das ist eine Art von Kommunikation, bei der die Verständigung ohne Wörter abläuft. Das kann auch als eine eigene Sprache betrachtet werden, die sich auf dem Visuellen basiert. Mit unserem Körper schildern wir immer eine Nachricht. Wenn wir nur jemanden anschauen, sagt das etwas über uns. Deswegen nennt man die nonverbale Kommunikation auch körpersprachliche oder analoge Kommunikation. Am häufigsten sind Leute nicht bewusst, wie wichtig eigentlich ist, welche Nachricht unsere Körperhaltung, Körperbewegung, Mimik und Gestik ausrichten. Bevor wir die Sprache erlernten, kommunizierten wir ohne etwas zu sagen. (vgl. Kercher 2001: 4)

„Die nonverbale Kommunikation ist die älteste Form zwischenmenschlicher Verständigung. Schon unsere Vorfahren konnten sich verstehen, lange bevor der Mensch das erste Wort geäußert hatte.“ (ebd.: 4) Alle Menschen kommunizieren auf einer nichtsprachlichen Ebene, bewusst oder unbewusst. Bei der Beziehung zwischen Kind und Eltern läuft eine nonverbale Kommunikation von und vor der Geburt des Kindes ab. Eltern wissen ungefähr was ihre Kinder brauchen und wollen, ohne dass die Kinder etwas sagen. Demzufolge haben Frauen, die Mutter sind, eine gute nonverbale Verständigungsfähigkeit entwickelt. (vgl. Kercher 2001: 4-5) Wenn man die Tiere betrachtet, kann man schnell feststellen, dass sie sich nur nonverbal Verständigen. Sie brauchen keine Sprache um zu wissen, wenn sie in Gefahr sind. Das ist auch der größte Unterschied zwischen Tieren und Menschen. Neben der nonverbalen Kommunikation haben die Menschen die Fähigkeit zu sprechen und ihre Gedanken sprachlich zu äußern. (vgl. ebd.)

In heutiger Zeit beschäftigt man sich mit der Kommunikation als nie zu vor. Einige Forschungen zeigen, dass nur 3% unserer Kommunikation auf verbaler Ebene stattfindet. Alles andere umfasst die nonverbale Kommunikation. Das zeigt uns, dass es sehr wichtig ist **wie** wir etwas sagen. (vgl. ebd.: 5) Die verbale Kommunikation impliziert auch die nonverbale Kommunikation. Immer wenn ein Gespräch abläuft, schildern wir nichtsprachliche Signale mit unserem Körper. (ebd.: 7-8) „Körpersprache ist immer Kommunikation. Und im Umkehrschluss ist Kommunikation immer auch körpersprachlicher Ausdruck/Begegnung/Handeln.“ (Sollmann 2013: 9)

Für die Körpersprache ist es spezifisch, dass sie mehrdeutig ist und zu Missverständnissen führen kann. Eine Körperbewegung kann nicht ausschließlich eine Bedeutung haben. Außerdem unterscheidet sich diese Interpretation von Kultur zu Kultur. Nicht alle Menschen haben die gleichen Gewohnheiten und „Regeln“. (vgl. Kercher 2001: 11) Wenn man in ein anderes Land fährt, wäre es gut, dass man sich Mühe gibt über zwischenmenschliche Verhältnisse zu recherchieren, sodass man in keine unangenehme Situation kommt. Wenn man das nicht macht, werden wahrscheinlich einige Verhaltensformen fremd und unnatürlich aussehen. Aus diesen Gründen ist es auch nicht möglich ein allgemeines Wörterbuch der Körpersprache zu erstellen. (vgl. ebd.) Einige Forschungen zeigen, dass obwohl Menschen unterschiedliche Lebensgewohnheiten haben und in verschiedenen Ländern leben, haben sie bestimmt gemeinsame Grundlagen desselben Ursprungs der Körpersprache. Angeborene Eigenheiten bei allen Menschen sind das Essen, Atmen und Schlafen. (vgl. ebd.: 18)

In vielen Situationen ist unsere Körpersprache viel wichtiger als Wörter. Wenn wir traurig sind, ist es uns lieber, dass uns jemand umarmt, als dass er uns mit Worten tröstet. Bei Nicken und Kopfschütteln ersetzt man die verbalen Wörter *ja* und *nein*. Das zeigt, dass viele Wörter leicht mit Körperbewegungen ersetzbar sind. (vgl. Matschnig 2007: 21) Wie alle Menschen nicht gleich sind und alle nicht gleiche Kommunikationsfähigkeiten haben, „sprechen“ sie auch nicht dieselbe Körpersprache. Das kann man bemerken, wenn man eine introvertierte und einen extravertierte Person betrachtet. Der Extrovert macht meistens schnelle Handbewegungen und hat einen stärkeren Gesichtsausdruck als der Introvert, dessen Bewegungen minimal sind. (vgl. ebd.: 25-27)

Auf unsere Körpersprache hat sowohl unser momentaner Gefühlszustand einen Einfluss, als auch alle unsere Lebenserfahrungen. Wenn jemand verliebt oder sehr fröhlich ist, kann man es schnell an der strahlenden Mimik und intensiver Gestikulation bemerken. Ein Mensch, der depressiv und traurig ist, hat einen gesenkten Blick und eine energielose Mimik und Gestik. Wenn wir es wollen oder nicht, spiegeln sich unsere Gefühle in unserer Körpersprache. (vgl. ebd.: 28-30)

3.1.1 Ursprung

Bevor die Menschen gelernt haben zu sprechen, haben sie miteinander auf nonverbaler Ebene kommuniziert. Körpersprache kann man als eine eigenständige Sprache betrachten. Früher war sie fürs Überleben des Individuums und Entwicklung der Kulturen sehr wichtig. (vgl. Sollmann 2013: 74) Beschäftigen mit und Analyse der Körpersprache ist keine neue Erscheinung. Darauf machte die Philosophie schon vor über zweitausend Jahre aufmerksam. Im 3. Jahrhundert vor Christus betonte der bekannte griechische Philosoph Aristoteles die Wichtigkeit und Bedeutung der nonverbalen Kommunikation. Er meinte, dass wir durch die Körpersprache drei Wirkungselemente ausdrücken: Glaubwürdigkeit, Kompetenz und Sympathie. Nach ihm, wer Körpersprache versteht, der kann den Menschen wie ein offenes Buch lesen. (vgl. ebd.: 12) „Ende des 18. Jahrhunderts begeisterte Georg Christoph Lichtenberg Kollegen und Wissenschaft durch die Aussage: ‚Die unterhaltendste Fläche auf der Erde für uns ist vom menschlichen Gesicht.‘“ (ebd.: 12) Er war von der Mimik begeistert und versteht, dass unser Körper mehr als nur Ausdrucksverhalten ist.

Nach Sollmann (2013: 12-13) interessierte sich Lavater auch für mimische Bewegungen und er entwickelte eine Technik, mit der man beispielsweise die Bewegung unseres Gesichts lesen kann. Jeder Bewegung fügte er eine Bedeutung hinzu und verglich sie mit denen der Tiere. Somit kam er zum Schluss, dass alle diese Eigenschaften naturgegeben sind. Seine Untersuchungsgegenstände waren gesellschaftlichen und kulturellen Erscheinungen, um zu verstehen, wie man mit den Menschen besser umgehen kann. (vgl. ebd.) Im 19. Jahrhundert erforschte auch Charles Darwin die Verbindung von Körpersprache und Emotionen bei den Menschen und Tieren, im Aspekten der Gesellschaft, Kultur und Wissenschaft. Bemerkenswert ist, dass das Interesse für das nonverbale Verhalten schon lange anwesend ist und mit der Erscheinung des Fernsehers und Internets hat sich dieses Interesse viel erhöht. Unterschiedliche Broschüren, wissenschaftliche Forschungen, Bücher und andere Quellen sind jetzt zu diesem Thema verfügbar. (vgl. ebd.:13-16)

Im 20. Jahrhundert steigt die wissenschaftliche Beschäftigung über die nonverbale Kommunikation sehr. Man beginnt mehr die Leute und ihr Verhalten zu anderen Menschen zu beobachten. Pease meint (2003: 8), dass die Wichtigkeit der Körpersprache im Fernsehen bei den Stummfilmen von Charlie Chaplin betont wurde. Ohne etwas zu sagen, konnte man die ganze Handlung verstehen. Stummschauspieler mussten gut

wissen, welcher Ausdruck mit welchem Gefühl zusammenpasst. Pantomimen haben auch so eine Rolle, ihre Emotionen nur mit ihrem Körper auszudrücken. In diese Gruppe gehören auch Personen mit Sprachstörungen, die auf eine Art gezwungen sind die Körpersprache zu verstehen. Alle können Körpersprache verstehen, man muss nur mehr Achtsamkeit unseren Körperbewegungen und Ausdrücken geben. (vgl. Kuhnke 2008: 75)

Laut Ahlfeld (2014: 36), hat Silvan Tomkins, ein wichtiger Psychologe, in den 1960-er Jahren eine Theorie entwickelt, mit der er die Mimik aus einer wissenschaftlichen Seite betrachtete und auf ihre Wichtigkeit hinweisen wollte. Diese Theorie hat er Facial Feedback Theorie genannt und sie zeigt, dass unsere Emotionen von der Mimik kontrolliert werden können. Wir können zum Beispiel zuerst lachen und dann uns gut fühlen und das kann auch auf andere Menschen einen positiven Einfluss haben, weil wir in unserem Körper Spiegelneuronen haben, die helfen positive Signale zu schildern. (vgl. ebd.)

Über den Ursprung menschlicher Körperbewegungen wird heute viel diskutiert. Man kann nicht genau feststellen, woher sie stammen. Einige sind der Meinung, dass die Bewegungen, wie zum Beispiel Lächeln und Kopfnicken, angeboren sind oder genetisch überstimmen. Nach der Betrachtung des Benehmens blinder und tauber Leute, hat man festgestellt, dass einige Bewegungen bei vielen Leuten gleich sind. (vgl. Kuhnke 2008: 49) Kuhnke betont (2008: 49), dass der Psychologe Paul Ekman ein System entwickelte, das ermöglichte die Mimik zu messen. Er nannte es FACS und damit konnte man Gesichtsausdrücke präzise beobachten und genauer beschreiben. Demnach untersuchte er die Mimik und Gestik an Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und er kam zur Schlussfolgerung, dass all diese Menschen einige gleiche Bewegungen haben, wie zum Beispiel Schulterzucken als Zeichen, dass man etwas nicht weißt. (vgl. Pease 2003: 1114)

Andererseits denkt man, dass viele unserer Bewegungen eigentlich erlernt sind, dass Menschen mit Beobachtung des Verhaltens anderer Menschen einige Bewegungen übernommen haben. Viele Aspekte unserer Körpersprache hängen aber von der kulturellen Herkunft ab. Die nonverbale Sprache unterscheidet sich auch wie die verbale Sprache vom Land zu Land. Nicht alle Bewegungen bedeuten in allen Orten das Gleiche. (vgl. Pease 2003: 11-13) So hat beispielsweise das O.K Zeichen (der Zeigefinger und Daumen zusammen in ein O gesetzt) in vielen Ländern die gleiche Bedeutung, dass alles in Ordnung ist. Aber in einigen Ländern hat es eine andere Bedeutung, in Japan Geld und in Frankreich Null oder nichts. Diese Unterschiede können zu Missverständnissen und

Ungelegenheiten führen und deshalb wäre es gut solche Informationen im Voraus zu wissen. (vgl. ebd.: 14-15)

3.1.2 Charakteristiken und Wichtigkeit

Laut Pease (2003: 5-9) beschäftigte sich Professor Ray Birdwhistell mit der nonverbalen Kommunikation und seine Forschungen zeigen, dass Menschen hauptsächlich nonverbal miteinander kommunizieren. Diese Thesen begründete er mit unglaublichen Feststellungen, dass Menschen im Tag nur 10-11 Minuten reden und dass die verbale Kommunikation zwischen Menschen nur etwa 35 Prozent ergibt. Alles andere umfasst die nonverbale Kommunikation. Pease meint (2003: 9), dass weitere Untersuchungen, wie zum Beispiel von Albert Mehrabian, auf die Wichtigkeit der nonverbalen Kommunikation andeuten, und stimmen mit Birdwhistell zu.

Wichtig über die nonverbale Kommunikation zu sagen ist, dass sie den körpersprachlichen Ausdruck umfasst. Dazu gehört die Mimik, Gestik, Körperhaltung, Bewegung und nichtsprachliche Ausdrucksvarianten. (vgl. Sollmann 2013: 7-8) Körpersprache zu lesen ist von großer Bedeutung für alle. Man erfährt Informationen über andere, die uns der Gesprächspartner selbst nicht sagt. Charakteristisch für die nonverbale Kommunikation ist, dass alles immer mit der Bewegung beginnt. (vgl. Sollmann 2013: 34) Ohne Bewegung wäre die Körpersprache nicht möglich. Mit dem Prozess der Bewegung beschäftigt sich die Kinästhetik. Sie wird als Lehre der Bewegung bezeichnet und sie beobachtet, untersucht und analysiert alle Bewegungsarten. Deswegen wird auch in einiger Literatur Kinästhetik im selben Sinne als Körpersprache verwendet. (vgl. ebd.)

Einige Autoren sind der Meinung, dass die Intuition ein Gefühl ist, das wir spüren, wenn die verbale und nonverbale Sprache nicht übereinstimmen. Deswegen sagt man zum Beispiel, dass uns unsere Intuition gesagt hat, dass uns jemand anlügt. Die weibliche Intuition ist besser ausgedrückt als die männliche und am meisten ist sie bei den Müttern deutlich, weil sie mit ihrem Kind die ersten Jahre nur nonverbal kommunizieren. (vgl. Pease 2003: 10-11) In der Situation, in der man jemanden zum ersten Mal begegnet oder beispielsweise zum Gespräch für einen Job geht, spielt unsere Körperhaltung eine sehr wichtige Rolle bei dem, wie wir weiter betrachtet werden. Die Personen, die wir zum ersten Mal sehen, bilden den ersten Eindruck aufgrund unserer Körpersprache. (vgl.

Ahlfeld 2014: 11) Es sind nur 150 Millisekunden nötig um den ersten Eindruck zu formulieren und um zu bestimmen, ob uns jemand sympathisch ist oder nicht. (vgl. Matschnig 2007: 39)

Das Max-Planck-Institut hat nach seinen Untersuchungen festgestellt, dass man nach dem ersten Eindruck, in den nächsten vier Minuten eine Person genauer betrachtet. Deswegen ist es wichtig, dass wir unsere Körperhaltung verbessern und damit wird unser Eindruck auf andere auch besser. (vgl. ebd.)

Ein anderer Vorteil der Verständigung der Körpersprache ist, dass uns im Leben von großer Bedeutung sein kann zu wissen, wenn uns jemand anlügt oder die Wahrheit erzählt. Es gibt Situationen, in denen wir über die Wahrheit unseres Gesprächspartners zweifeln. Man kann bemerken, ob die Person mit der wir reden, wirklich meint, was sie uns erzählt und ob das Gesprochene mit der Körpersprache übereinstimmt. Jede unsere Bewegung entspricht einem Gefühl. Einige Personen zeigen durch die Sprache nicht, wie sie sich wirklich fühlen und das kann man besser verstehen, wenn man die Körpersprache besser versteht. Den nonverbalen Teil zu kennen, kann nur Vorteile in allen Bereichen in unseren Leben haben, ob im beruflichen oder persönlichen, ist es in jeder Situation nützlich. (vgl. Ahlfeld 2014: 7-8)

Wichtig zu wissen ist, dass die Körpersprache auch eine Sprache ist und dass jede Bewegung eine eigene Bedeutung hat. Auch wie Wörter kann eine Geste mehrdeutig sein. Man muss die Bedeutung nach dem Kontext und mit anderen Bewegungen ansehen. Charakteristisch für die nonverbale Kommunikation ist die Kongruenz. Das ist, wenn die verbale und nonverbale Sprache bei einer Person übereinstimmen, wenn sie nicht übereinstimmen sind sie inkongruent. (vgl. Pease 2003: 17-18)

Auf der Welt gibt es nicht nur eine nonverbale Kommunikationsart, sondern ist es normal körpersprachlich auf unterschiedliche Weisen zu kommunizieren. (vgl. Sollmann 2013: 7) Man kann mit dem Blick, mit dem Händen, mit dem Gesichtsausdruck, mit der Körperhaltung und mit der Körperbewegung eine Nachricht senden, ohne die Wörter zu benutzen. Tanzen gilt als eine der ältesten Formen der nonverbalen Kommunikation. Schon bevor der Entwicklung der Schrift, haben Menschen das Tanzen praktiziert. Tänze bewahren das Wissen der Kulturen, sind lebendig und können voller Emotionen sein. (vgl. ebd.: 37)

4. Nichtsprachliche Anzeichen beim Lügen

Für viele Menschen ist Lügen ein normales alltägliches Benehmen, aber wieso ist es so? Es gibt unterschiedliche Motive, weswegen jemand lügt. Einige machen es wohlmeinend aus Liebe, um ihre Geliebten nicht zu verletzen, aber die anderen tun es aus Gier und Hass, um sich zu schützen. Der Psychologe Abraham Maslow denkt, dass einige Menschen ein soziales Bedürfnis zu Zugehörigkeit haben und sie lügen, um sich mit anderen zu verbinden. (vgl. Hartley, Karinich 2012: 31) Man hat das Gefühl, das lügen innerhalb normalen Grenzen in Ordnung ist. In den Situationen, in denen uns eine Freundin fragt, ob sie zugenommen hat oder nicht, wollen wir vielleicht nicht die Wahrheit sagen, um ihre Gefühle nicht zu verletzen. Ob das in Ordnung ist oder nicht, entscheidet jeder für sich alleine. (vgl. ebd.)

Sicherlich möchte jeder wissen, ob uns jemand anlügt oder nicht. Jeder hatte in seinem Leben mindestens eine Situation, in der ihn jemand belogen hat. In vielen Lebensbereichen ist es sehr hilfreich das zu wissen und zu verstehen, besonders, wenn wir jemanden nicht glauben. In diesem Kapitel werden einige hauptsächlichen Hinweise über die nichtsprachliche Anzeichen, wie Gesichtsausdruck, Handbewegungen und Körperhaltung gegeben, die Menschen am häufigsten machen, wenn sie lügen. (vgl. Matschnig 2007: 24) In allen Situationen muss das Verhalten und die Wörter übereinstimmen, um an die Wahrheit nicht zu zweifeln. Wenn das nicht der Fall ist und wenn wir fühlen, dass das Gesprochene nicht dem Körper zustimmt, muss man sehr vorsichtig die Körpersprache beachten, um das zu bestätigen. Dieses Benehmen wirkt auf uns auch unbewusst und wir sind zu diesen Menschen misstrauisch und distanzieren uns von ihnen. (vgl. ebd.)

Man muss dabei auf den Gesichtsausdruck und auf unnatürliche und merkwürdige Körpersignale achten. Es gibt aber immer die Möglichkeit sich zu täuschen und deswegen muss man immer den Kontext betrachten. Wenn man die Person kennt, kann man nicht immer 100% sicher sein, dass sie ehrlich ist. (vgl. Kuhnke 2008: 397) Das beste Beispiel, wo man sehen kann, dass Menschen lügen, ist bei den Politiker. Sie versprechen immer etwas, was sie eigentlich nicht meinen oder sie tun so als ob sie besser sind, als sie wirklich sind. (vgl. Pease 2019: 15) Deswegen kann man auch viele Videos finden, in denen man ihre Körperhaltung liest, um zu sehen, ob sie wirklich meinen, das was sie sagen. Interessant ist, wie sich ihre Körperbewegung verändert, wenn sie auf einige

Fragen antworten. (vgl. ebd.)

Bei den Parlamenten- und Präsidentenwahlen wäre es sehr nützlich zu wissen, wer von den Kandidaten ehrlich ist. Bei unterschiedlichen Interviews der Bekannten kann man Körpersprache üben. Bei den Kindern ist dagegen sehr leicht zu bemerken, wenn sie lügen, weil sie schnell und auf einmal einige Bewegungen machen, die sie ansonsten nicht machen. (vgl. ebd. 35)

4.1 Mimik und Gestik beim Lügen

Mimik und Gestik gehören zu den Merkmalen der nichtsprachlichen Kommunikation und deswegen muss man die Aufmerksamkeit besonders auf diese Bewegungsarten richten. In der Welt gibt es mehr als 5000 Gesten. Beim Kommunizieren, benutzt fast jeder unbewusst die Hände. Das Gestikulieren dient, um das Verbale zu verstärken. Jeder von uns macht das auf seine Art und Weise, aber dabei muss man auf einiges achten. Wenn jemand mit der Hand von oben nach unten geht, kann er etwas verheimlichen. (vgl. Matsching 2007: 80-90) Die eigenen Hände können einen Lügner schnell verraten, weil er sie nicht still halten kann. Deswegen versucht er sie zu beruhigen oder zu verstecken. Das macht er, sodass er sie in die Achsel oder Tasche stellt oder er setzt sich sogar auf sie. (vgl. Kuhnke 2008: 402-403)

Häufiges Fingerspielen oder spielen mit einem Gegenstand, wie Schlüsseln, ist auch ein bisschen alarmierend. Meistens gelangt es den Männern besser die Hände stillzuhalten, als den Frauen. In so einer Situation bewegen sie die Hände viel schneller als sonst. (vgl. ebd.) Ob jemand mit uns ehrlich ist, verrät die Handfläche. Wenn bei jemanden die Handfläche nach oben ist, ist er dann ehrlich. Die Hände waren ursprünglich wie Stimmbänder, weil sie mehr als alle anderen Körperteile erzählten. Wenn man sie verbergen wollte, war das wie den Mund geschlossen zu halten. (vgl. Pease 2019: 44)

Es gibt auch Gesten, die so klein sind, dass man sie eben sehen kann. Diese Gesten nennt man Mikrogesten und wir können sie nicht kontrollieren, weil uns beim Lügen der Körper widerspricht. Sie entdecken etwas mehr über die wahren Gefühle der Menschen. (vgl. ebd.: 48-49) Im unserem Gesicht befinden sich 43 Muskeln. Man kann nicht alle Muskelbewegungen unter Kontrolle haben und demzufolge sagt man, dass sie willkürlich sind. Beim verheimlichen der Wahrheit kann das zucken des Gesichts die Lüge verraten.

(vgl. Matsching 2007: 132) Wegen diesen Mikrosignalen kann man das Lügen auch nicht einüben. Ein Lügner kann versuchen ehrlich vorzukommen, sodass er beispielsweise die Handflächen offen stellt, aber immer können ihn die Mikrosignale, wie zucken der Augenbrauen oder zucken des Lippenrandes, verraten. (vgl. Pease 2019: 36) Wir haben die folgende Situation: es wird eine Prüfung geschrieben. Tom und Anna haben sich überhaupt nicht darauf vorbereitet. Sie haben sich entschlossen zu schummeln, sodass sie sich kleine Notizen machen, die sie unter die Bank stellen. Wird ihm das gelingen? Wenn Schüler schummeln, bemerken das die Professoren fast immer. Obwohl sie sich bemühen, dass das Schummeln sehr natürlich vorgeht, können sie nicht die kleinen willkürlichen Bewegungen der Mimik kontrollieren, welche die wahren Emotionen verraten. (vgl. Hartley, Karinich 2012: 107) Diese Gesichtsausdrücke kommen nur in einer Nanosekunde vor, aber sind trotzdem bemerkbar. Als die Professorin Anna fragte, ob alles in Ordnung ist, konnte sie bemerken, dass Anna rote Wangen hat und leicht schwitzt, weil sie unter Druck war. Bevor man rot im Gesicht wird, werden die Ohren rot, weil man sich in einer stressigen Situation befindet, was die Erhöhung des Blutdrucks verursacht. (vgl. ebd.)

Wenn man Toms Augen genauer anschaut, kann man bemerken, dass seine Pupillen sich weiten und zusammenziehen und dass er mehr blinzelt. Es ist sehr häufig, dass beim Lügen die Person mehr blinzelt. Die kleinen Muskelbewegungen können sie demnach verraten. Auf den ersten Blick kann die Person, die lügt sehr ruhig wirken, aber man muss achtsam das Gesicht betrachten. Sie kann nicht die ganze Zeit ruhig sein und sie wird ihr wahres Gesicht später zeigen. Anna und Tom sind sich tief in sich bewusst, dass sie nicht ehrlich mit ihrem wahren Wissen die Prüfung schrieben und deswegen kommen diese Gefühle an die Oberfläche hinaus. (vgl. Kuhnke 2008: 398)

Kann man unseren Gesichtsausdruck unterdrücken? Ja, natürlich, aber das kann man auch bemerken. Wenn jemand seine Gefühle verstecken möchte, macht er ein sogenanntes Pokerface. Das sieht so aus: er hat zusammengekniffene Augen, seine Stirn ist angespannt und die Kiefer aneinandergespresst. Manchmal werden auch die Lippen aneinandergespresst und der Blick sorgenvoll. (vgl. ebd.: 399) Angenommen, Anna hat Mittagessen mit ihren Eltern und ihrer Schwester Sarah. Sie reden über ihren Alltag. Anna erzählt, dass in der Schule alles in Ordnung ist und dass nichts außergewöhnliches in diesem Tag passiert ist. Sie verschweigt aber, dass die Professorin sie beim Schummeln erwischt hat. Sarah sieht aber, dass Anna nicht nur einen starren Blick hat, sondern sie hat sich auch ständig die Augen gerieben und den Augenkontakt vermieden. Sie zweifelt in Annas

Geschichte. (vgl. ebd.)

Wenn jemand lügt, ist häufig der Fall, dass sich diese Person die Augen reibt, weil sie auf diese Weise dem Gehirn die Lüge blockieren will. Männer machen das intensiver als Frauen. Augenkontakt zu vermeiden ist sicherlich der bekannteste Hinweis fürs Lügen, aber es gibt Menschen, die gerade in die Augen ansehen und trotzdem lügen. (vgl. Kuhnke 2008: 399-400) Man muss das Verhalten unseres Gesprächspartner verfolgen und aufpassen wie intensiv er einige Handlungen macht und wiederholt. Wenn jemand nicht normalerweise in die Augen sieht und plötzlich macht er das, ist das ein Zeichen fürs zweifeln. (vgl. ebd.)

Sich ständig das Gesicht anzurühren, ist auch eine Spur fürs Lügen oder Verbergen der Wahrheit. Wenn ein kleines Kind lügt, kann man es leicht bemerken, weil es nach dem Lügen schnell den Mund mit den Händen bedeckt. Das ist natürlich mit dem Alter verbunden, weil man das bei älteren Menschen schwieriger bemerken kann. Diese Bewegung bleibt das ganze Leben anwesend, aber es wird nicht so offensichtlich, wie bei den Kindern und sie unterscheiden sich in kleineren Variationen. (vgl. Pease 2019: 35) Jugendliche machen unterschiedliche Bewegungen, als Kinder. Wenn ein Jugendlicher lügt, hebt er die Hand zum Mund und reibt sich nur den Mundwinkel mit dem Finger. Bei den älteren Menschen wird das auch ein bisschen anders. Wenn ein Erwachsener lügt berührt er nur seine Nase mit dem Finger. Die Hand geht automatisch zum Mund, um die Lügen zu verhindern, wie bei dem Kind, aber in letztem Moment berührt er stattdessen die Nase. (vgl. ebd.)

Es kann der Fall sein, dass er im Gespräch sein Kinn in die Hand stellt und mit dem Mittelfinger heimlich den Rand des Mundes berührt. Er kann auch mit mehr Fingern den Mund berühren. Wenn jemand versucht zu lügen, bekommt er von dem Gehirn unterbewusste Angaben, das Beantragen der Lüge zu verbergen. Ein oder mehr Finger an dem Mund und eine oder beide Hände über den Mund, deuten, dass wir misstrauisch sein können. (vgl. Kuhnke 2008: 400-401) Es kann auch vorkommen, dass jemand unbewusst ein Finger in den Mund steckt. Auf diese Weise zeigt diese Person, dass sie in einer stressigen Situation ist und dass sie sich beruhigen muss. Diese Bewegung ist mit dem Sugen der Mutterbrust verbunden, weil es dem Kind ein Gefühl der Zuverlässigkeit brachte. Wenn jemand plötzlich Hustet oder räuspert, kann das auf zurückhalten andeuten. (vgl. ebd.)

Beim Verheimlichen kann man auch bemerken, dass jemand ständig den Hals mit der Hand berührt. Dabei möchte man den Mund mit der Hand bedecken, aber im letzten Augenblick berührt man stattdessen den Hals. (vgl. Matsching 2007: 97) Man kratzt sich oft am Hals bis zu fünf Male, weil man jucken spürt und wenn man ein Kragen hat, zieht man oft an ihn. (vgl. Kuhnke 2008.: 404) Eine andere offensichtliche Bewegung beim Lügen, das mit dem Juckengefühl begleitet ist, ist das Berühren der Nase. Die folgende interessante Tatsache erklärt, wieso dieses Gefühl entsteht:

„Wenn man lügt, werden sogenannte *Katecholamine* freigesetzt, Stoffe (unter anderem *Adrenalin* und *Noradrenalin*), die ein Anschwellen der Nasenschleimhaut bedingen. Man spricht in diesem Zusammenhang auch von der Pinocchio-Reaktion, weil die Nase durch den erhöhten Blutdruck ganz leicht vergrößert wird, wenn das auch für den ungeübten Beobachter nicht wahrnehmbar ist.“ (Kuhnke 2008: 401-402)

Dies führt dann dazu, dass die Nase juckt und deswegen muss man sich an der Nase kratzen. Ein falsches gezwungenes Lächeln kann auch aufs Lügen hinweisen. Man kann es leicht erkennen, weil die Augen nicht, wie bei einem echten Lächeln, mitlachen. Beim falschen Lächeln ist häufig eine Mundseite mehr betont und es wirkt unnatürlich. (vgl. ebd.: 402-403) Ungewöhnliche Körperbewegungen und berühren des Körpers, dienen dem Lügner als eine Art die Lüge zu verhindern. Diese sind bemerkbar, wenn sich jemand ständig das Kinn anrührt, die Lippen zusammendrückt oder durch die Haare mit den Fingern geht. Das Kratzen der Augenbrauen oder irgendeine Berührung des Ohres (wie zupfen des Ohrfläppchen) ist auch alarmierend. (vgl. ebd.: 402-404)

4.2 Körperhaltung beim Lügen

Es gibt unendlich viele Arten, in welcher Stellung sich unser Körper befinden kann. Jede diese Position ist mit unseren Gefühlen verbunden und deswegen ist unsere Körperhaltung von unseren Emotionen abhängig. Sie hat auch einen wichtigen Beitrag bei der Körperverständigung. In der nonverbalen Sprache, erzählt sie das meiste über unsere Persönlichkeit. Man kann vieles über eine Person nur anhand ihrer Körperhaltung erzählen. (vgl. Kuhnke 2008: 170)

Die drei bekanntesten Arten der Körperhaltung sind Stehen, Sitzen und sich zurücklehnen. (vgl. ebd.: 170) Durch das Betrachten der Haltung kann man über eine Person sagen, ob sie sich in ihrem Körper wohlfühlt, ob sie fröhlich ist oder traurig, selbstbewusst oder kein Selbstvertrauen hat und andere Emotionen. (vgl. Kuhnke 2008: 160) Wenn man sich in seinem Körper nicht wohlfühlt, kann man versuchen die Körperhaltung zu ändern und dann werden sich auch einige Gefühle ändern. Das kann man sehen, wenn man gezwungen Lächelt, in unseren Inneren erzeugt das ein gutes Gefühl. In einem Gespräch kann man anhand der Haltung des Gesprächspartners erfahren, ob er sich langweilt, ob ihm das Thema wirklich interessant ist oder ob er uns etwas verheimlicht oder nicht. (vgl. ebd.)

Beim Lügen kann die Körperhaltung auf unnatürliche Signale andeuten. Das häufigste ist die unruhige Körperbewegung. Wenn jemand nicht still stehen kann oder beispielsweise nervös mit dem Schmuck spielt, kann man es als ein fragwürdiges Signal betrachten. (vgl. Matsching 2007: 97) Ein anderes Signal ist die entfernte Stellung von dem Gesprächspartner und unruhige Beine. Man macht eine nervöse Bewegung mit dem Zeh oder alleine mit den Füßen. Beim Lügendetektieren ist es am einfachsten die Aufmerksamkeit auf das untere Körperteil auszurichten, weil man es am schlechtesten kontrollieren kann, wegen der großen Entfernung vom Gehirn. Deswegen äußern sich bei den Beinen und Füßen die Signale sehr schnell. (vgl. Kuhnke 2008.: 405) Schnelle Änderung der Haltung kann auch verdächtig sein. Beim Lügen schwanken die Schultern und sind in einer abgesenkten Stellung, weil die Person nicht sicher ist, in das, was sie sagt. Es ist möglich, dass sie sich mit dem Körper nach vorne beugt oder dass sie aufrecht sitzt, um stärker zu wirken. (vgl. Calero 2005: 73) Der obere Körperteil kann auf einige Aussagen reagieren und das kann mit einer asymmetrischen Körperhaltung resultieren. (vgl. Noack 2015)

Einige Menschen fühlen sich beim Lügen schuldig. Das kann man an einer verkehrenden Körperhaltung und traurigen Blick erkennen. Ihre Füße sind in Richtung Ausgang gerichtet und sie möchten das Gespräch schnell beenden, um der Lüge zu entgehen. Sie sind oft nervös und unter Druck, was mit Zuckungen und Schwitzen folgen kann. (vgl. Noack 2015)

5. Sprachliche Anzeichen beim Lügen

Aus der verbalen Sicht, gibt es unterschiedliche Arten, wie man das Lügen betrachten kann. Erstens muss man beachten, um welche Art der Lüge es geht und dann muss man ansehen wie die Lüge ausgesprochen ist. Es wird angedeutet, dass Menschen auf vier grundsätzliche Weisen Lügen. Das erste, was sie beim Lügen machen ist Auslassung. (vgl. Hartley, Karinich 2012: 38) In dem Gespräch zwischen Anna und Sarah, erzählt Anna, dass in der Schule alles in Ordnung ist, aber sie lässt den wichtigen Teil der Geschichte aus, dass die Professorin sie beim Schummeln erwischt hat. Das zweite, was man macht, ist mit einer falschen Information zustimmen oder die wahre Information zu verneigen: jemand fragt Tom, ob das Auto, mit dem er in die Schule gekommen ist, sein ist und er antwortet ja, obwohl es von seinem Vater ist. (vgl. ebd.)

Der nächste Schritt ist Verschönerung. In einer Situation, in der zwei Freundinnen reden, fragt die eine, wie ihr das Kleid steht. Die zweite antwortet das, dass das Kleid an ihr sehr schön aussieht, aber in sich denkt sie, dass dieses Kleid nicht für ihre Figur geeignet ist. Das letzte, was man macht, ist Transferenz. (vgl. ebd.) Das bedeutet, dass man die Verdienste von jemanden anderen, als seine eigene annimmt. Bei der nächsten Prüfung schreibt Tom alles von seinem Banknachbar ab und bekommt eine Eins. Die Professorin gratuliert ihm, dass er einer der besseren Schüler ist, der die Prüfung so gut geschrieben hat. Er hat die Verdienste seines Freundes angenommen. (vgl. ebd.) Gute Lügner kann man mit einem Zauberer vergleichen. Wenn ein Zauberer ein Zaubertrick macht, fragen sich alle, wie er das gemacht hat. Er lenkt unsere Aufmerksamkeit von dem realen Geschehen und macht rasche Handbewegungen, die von dem Trick ablenken. So eine Taktik haben auch Lügner. Sie manipulieren mit uns, um unsere Aufmerksamkeit von der Lüge zu lenken. (vgl. Hartley, Karinich 2012: 40)

Das machen sie, sodass sie einige bestimmte Wörter benutzen, um von der Lüge wegzulenken. In manchen Situationen können Wörter aufs Lügen hinweisen. Man unterscheidet drei Arten dieser Wortgruppe, untergeordnete Wörter, adverbiale Konjunktionen und Übergangswörter. In die erste Gruppe gehören folgende Wörter: obwohl, bevor, falls, dass, wo, weil, wo immer, bis. In die Gruppe der adverbialen Konjunktionen gehören: allerdings, vielmehr, außerdem, infolgedessen, endlich, dann, ebenfalls. (vgl. Hartley, Karinich 2012: 45) Sie helfen dem Lügner bei der Auslassung der wahrhaften Tatsachen aus dem Gespräch. Beispielsweise: „Ich stand im Supermarkt in der Reihe und dann fing die Frau mich anzuschreien.“ Hier hat die Person eine wichtige Information ausgelassen, dass sie sich durch die Reihe drängelte. In die Gruppe der Übergangswörter gehören Wörter wie: seit, während, bevor, inzwischen. Sie dienen, um Zeitlücken zu bilden. (vgl. ebd.)

Erfahrene Lügner erzählen viele, für die Geschichte, unwichtige Details. So beschreiben sie zum Beispiel genau alles, was ihnen passiert ist und zwischen diese Details setzen sie eine Lüge hinein. Den Hauptteil erzählen sie dagegen sehr schnell, um die Geschichte zu beenden. Das machen sie, um ihre Geschichte glaubhafter zu machen. (vgl. ebd.: 45) Bei diesen Menschen kann man eine Abweichung von normalem Benehmen bemerken, wie ständiges Themenwechsel, um sich von der Lüge zu entfernen. Ihr Benehmen kann auch mit sarkastischen oder humoristischen Antworten resultieren und mit Ausweichen an spezifische Fragen zu antworten. Einerseits können sie zu lange Zeit brauchen, um zu antworten, weil sie nachdenken müssen, um sich in der Lüge nicht zu verlieren. Andererseits antworten einige zu schnell auf die Fragen, weil sie Antworten vorher vorbereitet haben. (vgl. Noack 2015)

Aufmerksamkeit muss man auch der Stimme geben, weil sich die Stimme in so einer Situation erhöhen kann und es kann zum Stolpern kommen. Das kann man auch bei dem Politiker bemerken, wenn ihnen jemand eine Frage stellt, an die sie mit einer Lüge antworten. (vgl. Hartley, Karinich: 102) Sie wiederholen ständig einige Wörter und einige von ihnen beginnen auch zu stottern. Deswegen muss man achtsam bemerken, wie etwas ausgesprochen wird. Auf der anderen Seite kann die Stimme auch monoton klingeln. Auf diese Weise versucht man seine wahren Gefühle nicht zu zeigen. (vgl. Noack 2015) Laute wie *um*, *hm*, *ah* dienen, um mehr Zeit für die Geschichte zu bekommen. Wenn man sie bemerkt, kann man sie mit Betrachtung des Gesichtsausdrucks vergleichen und dann an die Wahrheit zweifeln. Sie erscheinen häufig mit anderen Unterbrechungen, wie Seufzen und Lachen, aber daher sind sie auch die Indikator einer Lüge. (vgl. Calero 2005: 55-58)

Es wurden unterschiedliche Experimente mit dem Lügendetektor gemacht, in denen man herausfinden wollte, ob die Person ehrlich ist. Wenn reale Fragen gestellt sind, antwortete die Person häufig mit hm, um, ah. Am Ende des Experiments wurde festgestellt, dass sie gelogen hat. (vgl. ebd.) Das kann man auch an schlechten Wortverbindungen erkennen, die zu unsinnigen Formulierungen führen. Einige der häufig benutzten Redewendungen, die aufs Lügen hinweisen sind: *im Grunde nicht, eigentlich, sie können mir vertrauen, das ist keine Frage, ehrlich gesagt*. Wenn jemand diese Wortkombinationen benutzt, muss man besser beachten, wie und was geredet wird. (vgl. Noack: 2015 und Seipp: 2014)

Es kann die folgende Situation passieren: Bei der Arbeitsbesprechung mit einem Geschäftspartner, versucht man ihm die Ideen des Unternehmens vorzustellen. Er antwortet, dass er für alle Ideen offen ist, während seine Arme gekreuzt sind. Hier kann man an seine Worte zweifeln, wegen dieser Redewendung und seiner Körperhaltung. (vgl. Matschnig 2007: 98)

Grundsätzlich unterscheidet sich die männliche Körpersprache, von der der Frauen, aber das sind nur kleinere Abweichungen, weil keine Körpersprache identisch ist. Wenn Frauen lügen, tun sie so als ob sie etwas verheimlichen und reden Unsinn, um das Gesprächsthema zu ändern, während sie gleichzeitig unterschiedliche Dinge machen. Männer ist es schwer zu erkennen, wenn sie lügen, aber Frauen können viel leichter erkennen, wenn Männer lügen. Ihre Körperhaltung verrät sie leicht. (vgl. Pease 2019: 43)

6. Schlussfolgerung

Zusammenfassend kann man feststellen, dass das Verhältnis der Kommunikation und des Lügens miteinander verbunden ist. Ohne Kommunikation kann man nicht lügen und lügen ist auch eine Art von Kommunikation. Deswegen sind diese beiden Gebiete voneinander abhängig. Kommunikation ermöglicht uns zu lügen und Lügen zu erkennen. In diesem Bereich kann man viele, fürs Leben, nützliche Informationen finden und erfahren, wie man entdecken kann, dass und wenn jemand lügt. Die häufigsten Hinweise bei der Mimik und Gestik sind: vermeiden des Augenkontakts, rot im Gesicht sein und ungewöhnliches und häufiges Augenblinzeln, mikromimische Ausdrücke, wie zucken des Gesichts, unruhige Hände, häufiges Fingerspielen und ständiges spielen mit einem Gegenstand. Andere Charakteristiken, die beim Lügen vorkommen sind: weiten und zusammenziehen der Pupillen, schwitzen, aneinandergespreizte Lippen und häufiges Augenreiben.

Was es die Körperhaltung angeht, ist es charakteristisch, dass Leute beim Lügen unruhig und nervös sind. Sie können auch vom Gesprächspartner entfernt stehen. Bei der Körperhaltung kann das untere Körperteil am meisten über Lügen sagen, weil man es am schlechtesten kontrollieren kann. Lügner haben oft unruhige Beine und machen nervöse Bewegungen mit dem Zeh oder mit den Füßen und Beinen. Was es den oberen Körperteil angeht, ist es gewöhnlich, dass die Schultern schwanken und in einer abgesenkten Stellung sind. Bei den sprachlichen Anzeichen beim Lügen kann man vier grundsätzliche Weisen des Lügens betrachten. Diese sind: Auslassung, mit einer falschen Information zustimmen oder die wahre Information zu verneigen, Verschönerung und Transferenz.

Lügner erzählen viele, für die Geschichte, unwichtige Details, um ihre Geschichte glaubhafter zu machen. Einige Wörter können aufs Lügen hinweisen. Das sind die folgenden Redewendungen: *im Grunde nicht, eigentlich, sie können mir vertrauen, das ist keine Frage, ehrlich gesagt*. Laute wie *um, hm, ah* dienen den Lügner, um mehr Zeit für die Geschichte zu bekommen und sind auch ein Indikator des Lügens.

Mit den Kenntnissen der verbalen und nonverbalen Anzeichen kann man sich einige Lebenssituationen viel erleichtern. Man bekommt Einsicht in das innere Geschehen der Menschen und hat mehr Verständnis für sie. Im Bereich der Kommunikation kann man vieles mehr untersuchen, wie zum Beispiel das Verhalten bei einer verliebten Person. Man kann die Kommunikation aus der beruflichen Seite ansehen oder bei einem

bestimmten Unternehmen. Somit kann man mehr über Sprachstörungen untersuchen. Es gibt die Möglichkeit auch Tipps zu einer bessere Kommunikation zu geben. Die Möglichkeiten sind unendlich.

In dieser Arbeit sind zuerst wichtige Informationen über Kommunikation und ihre Funktion gegeben. Es wird die Wichtigkeit einer gut funktionierten Kommunikation betont und was passieren kann, wenn diese nicht gut funktioniert. Dann ist beschrieben, wie die zwischenmenschliche Kommunikation abläuft. Das ist am Beispiel eines Bildes beschrieben. Zunächst ist die Rede über nonverbale Kommunikation und über ihren interessanten Ursprung. Nächstens sind ihre Merkmale genannt und durch sie ist ihre Wichtigkeit in der Gesellschaft betont. Im vierten Kapitel spricht man im Rahmen der nichtsprachlichen Anzeichen über die häufigsten Erscheinungen beim Lügen. Diese umfassen die Mimik, Gestik und Körperhaltung. Es sind einige Situationsbeispiele genannt, um es besser zu verstehen. Am Ende sind sprachliche Anzeichen beim Lügen beschrieben. Demnach sind die bekanntesten Redewendungen gegeben, mithilfe denen man leichter bemerken kann, dass jemand lügt.

Am Ende kommt man zum Schluss, dass dieses umfangreiche Thema sehr interessant und amüsant fürs untersuchen ist. Alle diese Informationen, die ich beim recherchieren gelernt habe, werden mir sicherlich im Leben hilfreich sein. Ich habe nicht nur viele nützliche Informationen fürs ganze Leben gelernt, sondern auch viele wichtige Fakten herausgefunden. Einige diese Anzeichen habe ich bei Menschen, die ich täglich begegne, bemerkt und werde sie weiter im Leben benutzen. Man muss sie aber in dem Gesprächskontext betrachten und man muss das Körperliche und Sprachliche zusammen ansehen, um festzustellen, ob jemand lügt.

7. Quellenverzeichnis

7.1 Literatur

Ahlfeld, Benedikt (2014): *Körpersprache und Mikromimik*. Norderstedt: Books on Demand GmbH.

Calerio, Henry H. (2005): *The power of nonverbal communication*. Aberdeen. Silver Lake Publishing.

Hartley, Gregory und Karinich, Maryann (2012): *How to spot a liar*. West Parkway. The Career Press.

Kercher, Jan (2001): *Nonverbale Kommunikation und ihre Bedeutung in Gesprächssituationen*. Norderstadt: GRIN Verlag.

Kuhnke, Elizabeth (2008): *Körpersprache für Dummies*. Weinheim. WILEY-VCH Verlag GmbH & Co. KgaA.

Matschnig, Monika (2007): *30 Minuten um Körpersprache zu verstehen*. GABAL Verlag GmbH.

Matulina, Željka (1997): *Grundlagen der germanistischen Linguistik*. Zadar: Zadarska tiskara.

Pease, Allan und Pease, Barbara (2003): *Der tote Fisch in der Hand und andere Geheimnisse der Körpersprache*. Köln: Ullstein Verlag.

Pease, Allan und Pease, Barbara (2019): *Velika škola govora tijela*. Zagreb. Mozaik knjiga.

Renner, U. (1999): *Der Choleriker liebt die Ecken*. Frankfurter Allgemeine Zeitung vom 10.02.1999.

Rothe, Friederike (2006): *Zwischenmenschliche Kommunikation*. Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.

Schwarz, Monika und Chur, Jeannette (2007) *Semantik*. Tübingen: Gunter Narr Verlag Tübingen.

Sollmann, Ulrich (2013): *Einführung in Körpersprache und nonverbale Kommunikation*.
Heidelberg: Carl-Auer Verlag GmbH.

7.2 Internet

Noack, Karsten (2015): *Lügner und ihre Lügen erkennen: Verbale und nonverbale Hinweise*. (9.10.2015.)
<https://www.karstennoack.de/luegen-erkennen-berlin/> (25.6.2021.)

Seipp, Günter (2014): *Worann Sie Lügner erkennen*. (18.12.2014)
<https://www.business-wissen.de/artikel/kommunikation-woran-sie-luegner-erkennen/>
(25.6.2021.)