

Ausreden und Ausflüchte

Notlügen
in 50 x 2 Minuten



heragon

© 2010 Heragon Verlag GmbH
1. Auflage 2010

Achtung witzig! Ausreden und Ausflüchte.
Notlügen in 50 x 2 Minuten.
ISBN 978-3-941574-23-6

Printed in Germany

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Heragon Verlag GmbH
Postfach 1702
D-79017 Freiburg
Internet: www.heragon.de
E-Mail: info@heragon.de

Alle Titel auch für
Ihr iPhone. Suchen
Sie im App Store nach
„heragon“!

Warum Ausreden?

Ausreden haben keinen guten Ruf – sie gelten als Werkzeug der Feigheit, der Flucht. Wer es nötig hat, Ausreden zu benutzen, steht offenbar nicht zur Wahrheit und will sich seiner Verantwortung entziehen – so das Vorurteil. Aber kommt man denn überhaupt ohne sie aus?

Ausreden und Ausflüchte | www.heragon.com

Warum Ausreden?

Die moralische Ablehnung der Ausrede klingt edel und gut, wird aber oft von Menschen erhoben, die selbst nicht ganz wahrheitsliebend sind: Eltern, die ihre Kinder zu eiserner Wahrheit verpflichten, reagieren gereizt, wenn man sie auf ihre eigenen Notlügen anspricht.

Fakt ist: Die Ausrede ist dem Menschen angeboren, sie ist Teil seiner Fähigkeit, sich mit seiner Umwelt auseinanderzusetzen. Oft ist sie sogar sozialer Standard: Wer eine Einladung ausschlägt mit der (wahren) Aussage, den anderen nicht zu mögen, ist unhöflich und brutal. Wenn er dagegen eine Ausrede benutzt, verhält er sich sozialkonform.

Ausreden und Lügen

Die Abgrenzung zwischen Ausreden und Lügen ist einfach: In beiden Fällen sagt man wissentlich die Unwahrheit – aber während die Ausrede dazu dient, eine Situation sozialkonform zu entschärfen und damit altruistisch ist, ist das Wesen der Lüge eher egoistisch: Hier sagt man die Unwahrheit, um jemanden zu übervorteilen oder sich zu bereichern. Das Wort „Notlüge“ deutet an, dass man durch äußere Umstände gezwungen wird, die Unwahrheit zu sagen.

Ist Lügen immer abzulehnen?

Ausreden und Ausflüchte | www.heragon.com

Ausreden und Lügen

Ob man die Wahrheit sagt oder nicht, ist eine Entscheidung, die in jeder Situation neu und individuell getroffen werden muss. Wichtig ist vor allem, wem gegenüber man lügt, warum und in welcher Machtkonstellation man sich befindet. Manchmal ist die Lüge ein legitimes Mittel der Gegenwehr: Wenn der maskierte Einbrecher danach fragt, wo die Wertsachen sind, ist man nicht zur Wahrheit verpflichtet – es sei denn, man will ihn durch die eigene Kooperation besänftigen.

Machen Sie sich klar: Unwahrheit selbst ist nie unmoralisch – es kommt immer darauf an, wem die Lüge dient und welchen Zweck sie verfolgt!

Ausreden konstruieren

Wer Ausreden benutzt, ist kreativ – wenn Sie lügen, erfinden Sie eine Wahrheit, die (noch) nicht existiert, Sie erzählen eine Geschichte, die andere Ihnen glauben sollen.

Doch was macht eine erfundene Geschichte eigentlich glaubhaft?

Ausreden und Ausflüchte | www.heragon.com

Ausreden konstruieren

Das Wesen einer guten Geschichte ist, dass sie sich in die vorhandene Realität so nahtlos einfügt, dass man den Bruch zwischen Wirklichkeit und Fiktion nicht bemerkt. Naturgemäß kann das nie vollständig gelingen: Jedes Lügengebäude hat eine Schwachstelle, an der es zum Einsturz gebracht werden kann. Wer behauptet, zu spät gekommen zu sein, weil die Bahn nicht fuhr, dem kann der nachprüfbare Fahrplan in die Quere kommen. Fakt ist: Lügen ist schwierig und erfordert Mühe. Und je waghalsiger eine Lüge ist, umso schwieriger ist es, sie glaubwürdig in der Wirklichkeit zu verankern. Daher sind banale Aussagen (z.B.: „ich habe verschlafen“) oft besser als komplizierte (z.B.: „mein Großcousin musste plötzlich ins Krankenhaus“).

Lügen lernen

Ausreden und Lügen sind nicht nur sozialkonforme Handlungen, sondern auch Selbstschutz und Selbstverteidigung. Dennoch haben viele Menschen Probleme damit, zu lügen – Erziehungsmaximen wie „Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht...“ sind daran nicht unbeteiligt.

Der schlecht Lügende verrät sich oft durch Körpersprache: Er vermeidet Blickkontakt, wird rot oder schwitzt. Was ihn unsicher werden lässt, ist nicht die Unwahrheit, sondern die Angst vor der Entdeckung.

Wie lernt man es, souverän zu lügen, ohne mit dem Gewissen in Konflikt zu geraten?

Ausreden und Ausflüchte | www.heragon.com