



Paul Ekman

Gefühle lesen

Wie Sie
Emotionen erkennen
und richtig interpretieren

2. Auflage



Springer

Gefühle lesen



Paul Ekman ist Professor für Psychologie an der University of California in San Francisco und einer der bekanntesten amerikanischen Psychologen. Bahnbrechend waren seine ethnologischen Studien – vor allem auf Papua-Neuguinea – zur Universalität emotionaler Gesichtsausdrücke. Ekman ist Autor von 14 Büchern über Emotionen und Täuschung, darunter die auch in Deutsch veröffentlichten Titel *Warum Kinder lügen* und *Weshalb Lügen kurze Beine haben*. Er hat das Facial Action Coding System (FACS) entwickelt – eine umfangreiche Sammlung von Texten und Fotografien zu Muskeln, Kombinationen von Muskeln und den resultierenden Gesichtsausdrücken – und ist in den letzten Jahren mehrfach von der amerikanischen Regierung als Experte im Rahmen von Terrorismus- und Kriminalermittlungen zu Rate gezogen worden. Auch die amerikanische Fernsehserie *Lie to me* greift auf Ekmans Ideen zurück. In Deutsch zuletzt von ihm erschienen ist *Gefühl und Mitgefühl. Emotionale Achtsamkeit und der Weg zum seelischen Gleichgewicht* (ein Dialog mit dem Dalai Lama).

»Welches Vergnügen, dass Paul Ekman, der Pionier der detaillierten Analyse von Gesichtern, uns zu sehen hilft, was andere fühlen.«

Frans de Waal

Paul Ekman

Gefühle lesen

Wie Sie Emotionen erkennen und
richtig interpretieren

2. Auflage

Aus dem Englischen übersetzt von Susanne
Kuhlmann-Krieg und Matthias Reiss (Kapitel 10)

 Springer

Paul Ekman
New York, USA

Titel der Originalausgabe: Emotions Revealed. Understanding Faces and Feelings

Englische Originalausgabe 2003 bei Weidenfeld & Nicolson, London

Amerikanische Originalausgabe 2003 bei Times Books, Henry Holt and Company, LLC

Second Holt Paperbacks Edition 2007 bei Henry Holt and Company, LLC: Emotions Revealed. Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life

Copyright © 2003 by Paul Ekman

Kapitel 10 (Lügen und Emotionen): Copyright © 2007 by Paul Ekman

ISBN 978-3-662-53238-6

ISBN 978-3-662-53239-3 (eBook)

DOI 10.1007/978-3-662-53239-3

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

2. Auflage 2010, Nachdruck 2017

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2004, 2010

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Planung: Frank Wigger

Redaktion: Jorunn Wissmann

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer ist Teil von Springer Nature

Die eingetragene Gesellschaft ist Springer -Verlag Berlin Heidelberg

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Für Bert Boothe, Steve Foote, Lynne Huffman,
Steve Hyman, Marty Katz, Steve Koslow,
Jack Maser, Molly Oliveri, Betty Pickett,
Eli Rubinstein, Stan Schneider, Joy Schulterbrandt,
Hussain Tuma und Lou Wienckowski
vom National Institute of Mental Health

und für

Robert Semer und Leo Siegel

Inhalt

Vorwort zur zweiten Auflage	IX
Danksagung	XI
Einleitung	XIII
1. Emotionen quer durch die Kulturen	1
2. Wann reagieren wir emotional?	23
3. Können wir beeinflussen, was uns emotional werden lässt?	54
4. Emotionales Verhalten	74
5. Trauer und Verzweiflung	117
6. Ärger und Zorn	155
7. Überraschung und Angst	206
8. Ekel und Verachtung	238
9. Positive Emotionen	263
10. Lügen und Emotionen	294
Resümee: Mit Emotionen leben	321
Anhang: Gesichter lesen – der Test	330
Nachwort	353
Anmerkungen	358
Bildnachweise	377
Index	379

Vorwort zur zweiten Auflage

Zu meiner großen Freude bietet mir diese zweite Auflage von *Gefühle lesen* Gelegenheit, neue Ideen, Erkenntnisse und Forschungsergebnisse einzubringen, die dem Leser helfen können, besser mit seinen Gefühlen umzugehen. Ich habe das Resümee und das Nachwort aktualisiert sowie ein neues Kapitel über Lügen und Emotionen hinzugefügt (Kapitel 10). Darin fasse ich meine neuesten Gedanken über die Rolle der Emotionen beim Lügen zusammen und betone dabei vor allem, wie Ausdrücke von Emotionen helfen können, Ehrlichkeit zu beurteilen. Hier kommt meine Erfahrung aus den letzten Jahren zum Ausdruck, die ich überwiegend mit der Frage verbracht habe, wie man meine Erkenntnisse im Bereich der nationalen Sicherheit anwenden kann.

Die Lektüre dieses Buches kann Ihnen – sofern Sie den Vorschlägen und Übungen folgen – dabei helfen, vier grundlegende Fähigkeiten zu verbessern:

1. Ein stärkeres Bewusstsein dafür zu entwickeln, wann Sie emotional werden, noch bevor Sie etwas gesagt oder getan haben. Diese Fähigkeit ist von allen am schwierigsten zu erwerben – warum, wird in Kapitel 2 erklärt. In Kapitel 3, zum Teil auch in den Kapiteln 5 bis 8 finden sich Übungen, die darauf abzielen, das Bewusstsein für die eigenen Gefühle zu schärfen. Wenn es uns gelingen soll, Einfluss darauf zu gewinnen, wann wir emotional werden, müssen wir diese Fähigkeiten entwickeln.

2. Über das eigene Verhalten zu entscheiden, wenn Sie sich in einem emotionalen Zustand befinden, damit Sie Ihre Ziele erreichen, ohne anderen Schaden zuzufügen. Alle emotionalen Episoden sind mit einer Wunsch- oder Zielvorstellung verbunden und dient dem Zweck, das Gewünschte schnell zu erreichen. Gelungene emotionale Interventionen

fügen den Beteiligten weder Schaden zu noch bereiten sie ihnen Probleme. Diese Fähigkeit zu entwickeln ist nicht einfach, aber möglich (Informationen und Übungen dazu finden Sie in den Kapiteln 4 bis 8).

3. Sensibler für die Gefühle anderer zu werden. Emotionen stehen im Mittelpunkt jeder wichtigen Beziehung, deshalb ist es notwendig zu spüren, welche Gefühle der jeweils andere hat. Über die Lektüre dieses Buches hinaus bieten Ihnen zwei über meine Website* zugreifbare Trainingstools die Möglichkeit, diese Fähigkeit schnell zu erlernen.

4. Behutsam mit dem umzugehen, was Sie über den Gefühlszustand anderer wissen. Dies kann bedeuten, die Person auf die wahrgenommene Emotion anzusprechen, ihre jeweilige Gefühlsregung zu akzeptieren oder die eigene Reaktion daraufhin noch einmal zu überprüfen. Ihre Reaktion wird davon abhängen, wer der andere ist und welche Beziehungsgeschichte Sie mit ihm verbindet. Wie unterschiedlich sich dies innerhalb der Familie, am Arbeitsplatz und unter Freunden darstellen kann, beschreibe ich in den letzten Abschnitten der Kapitel 5 bis 8.

Am Ende des Buches finden Sie ein Nachwort mit einigen neuen Aspekten zu den unter Punkt 1 und 3 beschriebenen Fähigkeiten.

* [www. http://face.paulekman.com/default.aspx](http://face.paulekman.com/default.aspx)

Danksagung

Einige der Mitarbeiter des National Institute of Mental Health, denen dieses Buch gewidmet ist, haben sich bereits seit meinen Anfangstagen als Doktorand im Jahre 1955 für meine Arbeit interessiert. Die anderen sind mit den Jahren dazugekommen. In der beachtlichen Zeitspanne von 1955 bis 2002 habe ich von ihnen viel Ermutigung und Rat, in den ersten Jahren auch einen beträchtlichen Vertrauensvorschuss bekommen. Ohne ihre Hilfe wäre ich nicht wissenschaftlicher Psychologe, nicht Universitätsprofessor geworden und hätte nichts von all dem gelernt, worüber ich heute schreibe. Die Arbeit an diesem Buch wurde gefördert durch den Senior Scientist Award K05MH06092.

Ich widme dieses Buch auch meinen beiden Onkeln mütterlicherseits, Leo Siegel und dem verstorbenen Robert Seemer. Als ich 18 Jahre alt war, unerfahren und erstmals auf mich allein gestellt, ermöglichten sie mir meine weitere Ausbildung. *Sine qua non*.

Die ersten 25 Jahre habe ich mit Wally Friesen zusammengearbeitet. Fast alle Forschungen, über die ich hier berichte, haben wir gemeinsam durchgeführt. Für seine Hilfe und Freundschaft bin ich dankbar. David Littschwager stand mir bei der Einrichtung der Fotoausrüstung, mit der ich die Bilder von Eve in den Kapiteln 5 bis 9 gemacht habe, mit wertvollen Ratschlägen zur Seite. Meine Tochter Eve besaß die Geduld und das Talent, die in diesem Buch vorgestellten Gesichtsausdrücke – und Tausende weitere darüber hinaus – darzustellen. Wanda Matsubayashi, über mehr als 25 Jahre meine Assistentin, hat Text und Anmerkungen bearbeitet. David Rogers übernahm die Fotomontagen und war eine große Hilfe, als es darum ging, die Abdruckgenehmigungen von Fotoagenturen einzuholen.

Die Psychologen Richard Lazarus und Philip Shaver ließen mir nach der Lektüre einer frühen Fassung der ersten

Hälfte dieses Buchs wertvolle Rückmeldungen zukommen. Phil stand mir überdies als fachkundiger Lektor und Diskussionspartner für meine Überlegungen zur Seite. Die Philosophin Helena Cronin ermutigte und hinterfragte mich in vielen Aspekten meines Denkens. Der Psychiater Bob Rynearson und die Psychologinnen Nancy Etcoff und Beryl Schiff bedachten eine frühere Fassung des Manuskripts mit wertvollen Kommentaren. Von den vielen Studenten, die mir Rückmeldungen zukommen ließen, schenkten Jenny Meers und Gretchen Lovas mir besonders viel von ihrer Zeit. Meine Freunde Bill Williams und Paul Kaufman halfen mir mit guten Vorschlägen und ihrer Kritik.

Toby Mundy, heute Chef von Atlantic Press London, hat mich ermutigt, den Horizont meines Unterfangens zu erweitern und die Themen aus Kapitel 2 bis 4 in das Buch aufzunehmen. Claudia Sorsby stand mir bei der früheren Fassung mit Kritik, Vorschlägen und als Lektorin zur Seite, und mein Lektor bei Timothy Books, Robin Dennis, half mir sehr, indem er mich auf Themen hinwies, die ich gelegentlich vernachlässigt hatte, und leistete eine Menge Feinarbeit am Manuskript. Mein Agent Robert Lescher schließlich war eine unerschöpfliche Quelle der Ermutigung und des guten Rats.

Einleitung

Emotionen sind für die Qualität unseres Lebens von ausschlaggebender Bedeutung. In keiner Beziehung, an der uns etwas liegt, kommen wir ohne sie aus – am Arbeitsplatz nicht und bei keiner Freundschaft, nicht im Umgang mit Familienmitgliedern und erst recht nicht in unseren intimsten Beziehungen. Emotionen können uns das Leben retten, aber sie können auch schlimmes Unheil anrichten. Sie können uns veranlassen, wirklichkeitsnah und angemessen zu handeln, aber gelegentlich bringen uns unsere Gefühle auch dazu, in einer Art und Weise zu agieren, die wir im Nachhinein zutiefst bereuen.

Wenn Ihr Chef einen Bericht heruntermacht, für den Sie sein Lob erwartet hätten, reagieren Sie dann ängstlich? Ducken Sie sich, statt Ihre Arbeit zu verteidigen? Tun Sie das, um sich vor weiteren Verletzungen zu bewahren, oder haben Sie womöglich nicht verstanden, worauf er hinauswill? Können Sie Ihre Gefühle verbergen und „professionell reagieren“? Warum lächelt Ihr Chef, wenn er zu reden beginnt? Freut er sich darauf, Sie fertig zu machen, oder könnte sein Lächeln auch ein Zeichen von Verlegenheit sein? Hat dieses Lächeln vielleicht das Ziel, Sie zu beruhigen? Ist jedes Lächeln gleich?

Wenn Sie Ihrem Ehepartner eröffnen, dass Sie ihm hinter eine größere Anschaffung gekommen sind, die er ohne Absprache mit Ihnen getätigt hat, wissen Sie dann, ob seine Miene Furcht oder Abscheu widerspiegelt oder ob er jenes Gesicht zieht, das er immer zieht, wenn er Ihre, wie er sagt, „übertrieben emotionale Reaktion“ aussitzt? Empfinden Sie Gefühle auf dieselbe Art wie er und wie andere Menschen? Werden Sie bei Anlässen ärgerlich, ängstlich oder traurig, die andere offenbar kalt lassen, und gibt es irgendetwas, das Sie dagegen tun könnten?

Wären Sie wütend, wenn Sie Ihre 16-jährige Tochter zwei Stunden nach der erlaubten Zeit nach Hause kommen hör-

ten? Und wodurch wird dieser Ärger ausgelöst: durch die Angst, die Sie bei jedem Blick auf die Uhr empfunden haben, weil sie nicht angerufen hat, um Ihnen Bescheid zu sagen, dass es später wird, oder durch den Schlafmangel, der Ihnen durch das Warten entstanden ist? Wenn Sie am nächsten Morgen mit ihr darüber reden, können Sie Ihren Ärger dann so gut im Zaum halten, dass sie annehmen muss, Ihnen ginge es gar nicht um die Vereinbarung, oder wird sie Ihren unterschwelligem Zorn spüren und in die Defensive gehen? Könnten Sie aus ihrem Gesicht lesen, ob sie verlegen ist, sich schuldig fühlt, oder ob sich Trotz in ihr regt?

Um Antworten auf solche Fragen zu geben, habe ich dieses Buch geschrieben. Ich möchte meinen Lesern helfen, ihre Emotionen besser zu verstehen und auszuschöpfen. In Anbetracht ihrer Wichtigkeit für unser Leben wundert mich immer wieder, dass wir – Wissenschaftler ebenso wie Laien – bis in die jüngste Zeit hinein so wenig darüber gewusst haben. Aber es liegt in der Natur der Gefühle selbst, dass uns das Wissen fehlt, wie sie uns beeinflussen und wie wir ihr Wirken bei uns selbst und bei anderen Menschen erkennen können. All diese Themen werde ich im vorliegenden Buch behandeln.

Emotionen können ganz unvermittelt entstehen und tun dies in vielen Fällen auch, oftmals so plötzlich, dass unser bewusstes Selbst gar nicht daran beteiligt ist, ja häufig nicht einmal erkennt, welcher Auslöser in einem bestimmten Augenblick dieses oder jenes Gefühl in uns hervorgerufen hat. Diese Eile kann im Notfall lebensrettend sein, aber sie kann auch fatale Folgen haben, dann nämlich, wenn wir überreagieren. Wir haben nicht allzu viel Kontrolle über das, was uns emotional werden lässt, aber dennoch ist es möglich – wenn auch nicht einfach –, Einfluss darauf zu nehmen, was Gefühle in uns auslöst und wie wir uns in einer emotionalen Situation verhalten.

Seit über 40 Jahren beschäftige ich mich mit Emotionen. Zunächst interessierte mich in erster Linie deren Ausdruck,

in jüngster Zeit mehr ihre Physiologie. Ich habe sowohl Patienten der Psychiatrie als auch Gesunde untersucht, Erwachsene wie Kinder in vielen Ländern der Welt, habe sie beobachtet, wenn sie überreagierten, kaum oder unangemessen reagierten, wenn sie logen oder die Wahrheit sagten. Kapitel 1, „Emotionen quer durch die Kulturen“, beschreibt diese Forschung und damit die Basis all meiner Ausführungen.

In Kapitel 2 frage ich: „Wann reagieren wir emotional?“ Wenn wir ändern wollen, worauf wir emotional reagieren, müssen wir die Antwort auf diese Frage kennen. Was löst unsere jeweiligen Emotionen im Einzelnen aus? Können wir einen bestimmten Auslöser beseitigen? Wenn unser Partner uns vorwirft, dass wir doch arg umständlich an unser Ziel zu gelangen suchen, macht sich in uns vielleicht Verstimmung breit, womöglich kocht Wut hoch, weil wir uns gemäßregelt fühlen, unsere Intelligenz beleidigt sehen. Warum können wir diese Information nicht annehmen, ohne emotional zu reagieren? Warum trifft sie uns? Können wir dafür sorgen, dass solche nebensächlichen Dinge uns nicht mehr aufregen? Diese Themen werden in Kapitel 2 diskutiert.

In Kapitel 3 erkläre ich, wie und wann wir beeinflussen können, worauf wir emotional reagieren. Der erste Schritt besteht darin, jene emotionalen Auslöser zu identifizieren, die uns auf eine Art und Weise reagieren lassen, die wir später bereuen werden. Darüber hinaus müssen wir herausfinden, ob ein bestimmter Auslöser sich nur schwer beeinflussen oder eher leicht modifizieren lässt. Wir werden nicht immer Erfolg haben, aber wenn wir verstehen, wie emotionale Auslöser sich manifestieren, besteht eine größere Aussicht, etwas an dem zu ändern, was uns emotional reagieren lässt.

In Kapitel 4 berichte ich darüber, wie unsere emotionalen Reaktionen – ihr Ausdruck, unser Handeln und unsere Gedanken – organisiert sind. Können wir Gereiztheit so in den Griff bekommen, dass sie nicht in unserer Stimme durchschlägt oder sich auf unserem Gesicht zeigt? Warum haben wir manchmal den Eindruck, dass unsere Emotionen mit uns

durchgehen, als hätten wir keinerlei Kontrolle über sie? Wir haben keine Chance, solange wir uns nicht genauer darüber klar werden, wann wir emotional reagieren. Sehr häufig erfassen wir dies erst, wenn jemand sich dagegen wehrt oder wir später darüber nachdenken. Kapitel 4 erläutert, wie wir aufmerksamer werden können für das Aufkeimen unserer Gefühle, so dass es uns möglich wird, auf konstruktive Weise emotional zu reagieren.

Damit wir destruktive emotionale Episoden eindämmen und konstruktive fördern können, müssen wir die Geschichte jeder unserer Emotionen kennen, ihre Wurzeln und ihre Bedeutung. Wenn wir die Auslöser für ein Gefühl kennen lernen – diejenigen, die wir mit anderen gemeinsam haben, und diejenigen, die nur uns eigen sind –, kann uns das in die Lage versetzen, deren Wirkung abzuschwächen. Zumindest aber erkennen wir, warum manche emotionalen Auslöser so übermächtig sind, dass sie jeglichem Versuch widerstehen, ihrem zwingenden Einfluss auf unser Leben zu begegnen. Darüber hinaus ruft jedes Gefühl in unserem Körper ein einzigartiges Muster an Empfindungen hervor. Wenn wir diese Empfindungen besser kennen lernen, werden wir uns ihrer im Ablauf einer emotionalen Reaktion möglicherweise so früh bewusst, dass uns die Wahl bleibt, ihnen nachzugeben oder nicht.

Jede Emotion sendet ihre eigenen Signale. Am stärksten bemerkbar machen sich diese über unsere Stimme und in unseren Gesichtszügen. Über die stimmlichen Signale unserer Emotionen bleibt noch eine Menge Forschungsarbeit zu leisten; was unsere Mimik angeht, so zeigen die in diesen Kapiteln abgebildeten Fotografien auch die sehr subtilen, leicht zu übersehenden Gesichtsausdrücke, an denen sich ablesen lässt, ob ein Gefühl soeben aufkommt oder unterdrückt wird. Die Fähigkeit, Emotionen frühzeitig zu erkennen, erleichtert uns in vielen Situationen den Umgang mit anderen Menschen und mit unseren eigenen emotionalen Reaktionen auf deren Gefühle.

Einzelne Kapitel widmen sich Trauer, Verzweiflung und Sorge (Kapitel 5), Ärger und Zorn (Kapitel 6), Überraschung und Angst (Kapitel 7), Ekel und Verachtung (Kapitel 8) sowie verschiedenartigen positiven Emotionen (Kapitel 9). Sie behandeln jeweils folgende Aspekte:

- die häufigsten spezifischen Auslöser für das Gefühl
- die Funktion des Gefühls: wo es uns nützt und wo es uns schaden kann
- psychische Störungen, an denen dieses Gefühl Anteil hat
- Übungen, welche die Wahrnehmung für die mit dem Gefühl assoziierten eigenen körperlichen Empfindungen schärfen, sodass die Betroffenen besser in der Lage sind, ihr emotionales Handeln willentlich zu beeinflussen
- Fotografien von minimalen Anzeichen der Emotionen bei anderen, mit deren Hilfe der Leser eine bessere Wahrnehmung für die Gefühle anderer entwickeln kann
- einige abschließende Hinweise, wie Sie diese Informationen über die Gefühle anderer an Ihrem Arbeitsplatz, in Ihrer Familie oder bei Ihren Freunden nutzen können.

Im neuen Kapitel 10 geht es schließlich um die Rolle der Emotionen beim Lügen und um die Frage, wie man Ehrlichkeit anhand von emotionalen Ausdrücken beurteilen kann.

Mit dem Test im Anhang können Sie bereits *vor* dem Lesen des Buches herausfinden, wie gut Sie in der Lage sind, unterschwellige Gesichtsausdrücke zu deuten. Vielleicht machen Sie den Test nach der Lektüre des Buches noch einmal, um zu sehen, ob Sie Fortschritte erzielt haben.

Möglicherweise fragen Sie sich, warum eine Emotion, die Sie interessiert, in diesem Buch nicht behandelt wird. Ich habe mich dafür entschieden, nur diejenigen Emotionen zu beschreiben, von denen wir wissen, dass sie universal sind und von allen Menschen empfunden werden. Verlegenheit, Schuld, Scham und Neid sind zwar vermutlich auch universal, doch ich habe mich ganz auf Emotionen konzentriert, die einen

eindeutigen und universalen mimischen Ausdruck finden. Liebe greife ich in dem Kapitel über positive Emotionen auf, Gewalt, Hass und Eifersucht in dem Kapitel über Zorn.

Die Wissenschaft versucht noch immer zu ergründen, wie jeder Einzelne von uns Emotionen erlebt – warum manche Menschen zum Beispiel intensivere emotionale Erfahrungen machen oder rascher dazu neigen, emotional zu reagieren –, und ich beende das Buch mit einem Ausblick auf das, was wir über diese Fragen bis heute gelernt haben, was wir womöglich noch lernen werden und wie Sie diese Information für Ihr eigenes Leben nutzen können.

Die Bedeutung von Emotionen für unser Leben lässt sich gar nicht hoch genug einschätzen. Mein inzwischen verstorbener Lehrer Silvan Tomkins pflegte zu sagen, Emotionen seien der Antrieb unseres Lebens. Wir legten unser Leben darauf an, positive emotionale Erfahrungen zu maximieren und negative emotionale Erfahrungen zu minimieren. Damit hätten wir nicht immer Erfolg, aber das sei es, was wir zu erreichen suchten. Er behauptete sogar, alle wichtigen Entscheidungen, die wir zu treffen hätten, seien emotional motiviert. Als er dies im Jahre 1962 schrieb, zu einer Zeit, da Emotionen in der Verhaltensforschung in jeder Hinsicht ein Schattendasein führten, hat er diesen Aspekt überschätzt, denn mit Sicherheit gibt es auch noch andere Motive. Aber Emotionen sind für unser Leben wichtig, sehr wichtig sogar.

Emotionen vermögen zu verdrängen, was die meisten Psychologen recht vereinfachend als die mächtigsten Triebfedern für unser Leben angesehen haben: Hunger, Sex und den Willen zu überleben. Menschen essen nicht, wenn die einzige verfügbare Nahrung sie anekelt. Womöglich sterben sie eher, wengleich andere Menschen dieselbe Nahrung durchaus für genießbar halten können. Emotionen triumphieren über den Esstrieb! Der Geschlechtstrieb ist in berüchtigter Weise anfällig für die irritierende Wirkung von Emotionen. Unter dem Einfluss von Angst oder Ekel unternehmen manche Menschen gar nicht erst den Versuch zu sexuellem Kontakt,

andere sind dann grundsätzlich nicht in der Lage, einen Geschlechtsakt zu Ende zu führen. Emotionen triumphieren über den Sexualtrieb! Und Verzweiflung kann sogar den Lebenswillen untergraben und jemanden zum Selbstmord veranlassen. Emotionen triumphieren über den Lebenswillen!

Kurz gefasst: Menschen wollen zufrieden und glücklich sein, und die meisten von uns möchten mit Angst, Wut, Ekel, Trauer und Schmerz möglichst nichts zu tun haben, außer vielleicht in der sicheren Geborgenheit eines Kinos oder zwischen zwei Buchdeckeln. Dennoch – und ich werde später erklären warum – können wir ohne diese Emotionen nicht leben; es geht also darum, möglichst gut mit ihnen zu leben.

Anmerkung zur Übersetzung: Die in unterschiedlichen Sprachen (hier im Englischen und Deutschen) üblichen Bezeichnungen für verschiedenartige Emotionen sind oftmals nicht 1:1 übertragbar, da einzelne Begriffe sich zum Teil in ihren Bedeutungen überlappen oder je nach Sprach- oder Kulturraum jeweils andere Assoziationen wecken. Zudem trennen die Begriffe häufig nicht scharf zwischen eher punktuellen Gefühlen und länger anhaltenden Gefühlslagen, zwischen schwach und intensiv empfundenen Emotionen. An einigen Beispielen aus den Kapiteln 5 bis 8 sei diese terminologisch-übersetzungstechnische Problematik umrissen (ohne dabei die gewiss nicht minder komplexe fachwissenschaftliche Debatte um die Identität, Bezeichnung, Bedeutung und Abgrenzung der verschiedenen Emotionen zu berücksichtigen). Im vorliegenden Buch ist beim ersten Auftreten eines Fachbegriffs (nicht nur für die Emotionen) oftmals das englischsprachige Pendant in Klammern nachgestellt.

Das englische *sadness* (Kapitel 5) etwa kann sowohl für Trauer als auch für Traurigkeit stehen; bedeutungsverwandte Begriffe sind im Englischen *grief*, *anguish*, *sorrow*, *agony* und andere, im Deutschen zum Beispiel Leid, Gram, Kummer, Sorge und Verzweiflung. Das englische Wort *anger* (Kapitel 6) hat ein weites Bedeutungsspektrum und lässt sich sowohl als Ärger wie auch als Zorn oder Wut übersetzen; zudem gibt es auch hier natürlich weitere englischsprachige und deutschsprachige Differenzierungen, etwa *annoyance* (Verärgerung), *rage* (rasende, blanke Wut), *resentment* (Ressentiment, Verstimmung), *grudge* (Groll) und so weiter. Angst und Furcht für *fear* sowie Sorge und Besorgnis für *worry* und *anxiety* (Kapitel 7) sind weitere Beispiele für bedeutungsverwandte Begriffe, ebenso Abscheu und Ekel für *disgust* (Kapitel 8). Schließlich umfassen die in Kapitel 9 behandelten „positiven Emotionen“ ein ganzes Arsenal von schwer objektiv abgrenzbaren Gefühlsregungen. Schon die allgemein für Freude- oder Glücksgefühle stehenden englischen Bezeichnungen *joy*, *enjoyment* und *happiness* lassen sich dementsprechend auch in der deutschen Übersetzung nicht immer eindeutig differenzieren: Während *enjoyment* einen länger anhaltenden Zustand des Genießens oder intensiven, umfassenden Vergnügens ausdrückt, ist *joy* als Glücksgefühl oder starke, unbändige Freude eher eine punktuelle Reaktion; *happiness* wiederum lässt sich als ein

langfristiger Zustand des Fröhlich-/Glücklichseins oder tiefen Wohlgefühls charakterisieren. Die gesamte Gruppe der (angenehmen, d. h. gern empfundenen) positiven Emotionen (*enjoyable emotions*) ist in diesem Kapitel in 16 verschiedene Emotionen unterteilt, für die jeweils folgende – vorrangige – Übersetzungen gewählt wurden (mit gelegentlichen Variationen der Wortwahl gemäß dem Satzzusammenhang oder aus stilistischen Gründen): *sensory pleasures* – sinnliches Genießen, Lust (je eine Emotion für jeden der fünf Sinne); *amusement* – Belustigtsein, Lustigsein; *contentment* – Zufriedenheit; *excitement* – Erregung; *relief* – Erleichterung; *wonder* (auch: *wonderment*) – staunende Ergriffenheit, tiefes Erstaunen; *ecstasy* (auch: *bliss*) – Ekstase, Verzückung; die zwei aus anderen Sprachen übernommenen Bezeichnungen für Emotionen des Stolzes, *fiero* (italienisch für „stolz“) und *nácheß* (jiddisch für „stolze Freude, Erfüllung, lustvolle Befriedigung“), sind auch im Deutschen beibehalten worden (ebenso wie das verwandte jiddische *kweln* für „vor Stolz platzen“); *elevation* – erhebendes Gefühl; *gratitude* – Dankbarkeit; Schadenfreude (für diese Emotion hat nun die englische Sprache keinen eigenen Begriff).

1 Emotionen quer durch die Kulturen

Von all dem, was ich in den letzten 40 Jahren über Gefühle gelernt habe, ist in dieses Buch alles eingeflossen, was mir zur Verbesserung des persönlichen emotionalen Lebens nützlich erscheint. Ein Großteil des hier Berichteten ist durch eigene wissenschaftliche Experimente oder die Untersuchungen anderer Emotionsforscher untermauert, aber nicht alles. Ich habe meine Forschungen insbesondere darauf konzentriert, den Niederschlag von Emotionen im Gesichtsausdruck zu lesen und zu messen. Mit diesen Kenntnissen war ich in der Lage, auf den Gesichtern von Freunden, Fremden und Familienmitgliedern Feinheiten zu erkennen, die so gut wie jedem anderen entgehen; so habe ich eine ganze Menge mehr gelernt, als ich bisher durch Experimente wissenschaftlich überprüfen konnte. Wenn das, was ich schreibe, einzig und allein auf meinen Beobachtungen beruht, mache ich das durch Formulierungen wie „ich habe beobachtet“, „ich glaube“, und „mir scheint“ kenntlich. Gründen sich meine Aussagen auf wissenschaftliche Experimente, zitiere ich die Forschung, auf die ich mich berufe, in den Anmerkungen.

Vieles von dem, was ich im vorliegenden Buch niedergeschrieben habe, ist durch meine Untersuchungen zur Mimik in verschiedenen Kulturen beeinflusst. Die Erkenntnisse aus diesen Studien haben meine Sicht der Psychologie im Allgemeinen und der von Emotionen im Besonderen auf immer verändert. Meine an so unterschiedlichen Orten wie Papua-Neuguinea, den USA, Brasilien, Argentinien, Indonesien und der ehemaligen Sowjetunion gewonnen Befunde haben mich ganz eigene Vorstellungen vom Wesen der Gefühle entwickeln lassen.

Am Beginn meiner Forschung, Ende der Fünfzigerjahre, hat mich Mimik überhaupt nicht interessiert. Damals hatten

es mir Handbewegungen angetan. Meine Methoden der Klassifizierung von Handbewegungen machten es möglich, neurotische Patienten von psychotisch depressiven zu unterscheiden, und vermittelten Rückschlüsse darauf, in welchem Maße die Patienten auf eine Therapie ansprechen würden.¹ Zu Beginn der Sechzigerjahre gab es noch gar kein Instrument, mit dem sich die komplexen, oftmals binnen kürzester Zeit ablaufenden Veränderungen im Gesichtsausdruck depressiver Patienten hätten messen lassen. Ich hatte keine Ahnung, wo ich hätte anfangen sollen, also ließ ich es. Ganze 25 Jahre später, als meine Methodik zur Messung von Veränderungen der Mimik schließlich stand, habe ich Filme von diesen Patienten erneut analysiert und daran überaus wichtige Dinge entdeckt. Kapitel 5 wird davon handeln.

Ich hätte meinen Forschungsschwerpunkt vermutlich nie auf die Mimik von Emotionen verlagert, wären mir im Jahre 1965 nicht zwei glückliche Zufälle zur Hilfe gekommen. Durch schiereres Glück gewährte mir die Advanced Research Projects Agency (ARPA) des US-Verteidigungsministeriums die Mittel für die Durchführung von vergleichenden Untersuchungen zum nonverbalen Verhalten in verschiedenen Kulturen. Ich hatte diese Mittel gar nicht beantragt, aber aufgrund eines Skandals – ein Forschungsprojekt war zur Verschleierung von Gegenspionage missbraucht worden – hatte man ein größeres ARPA-Projekt fallen gelassen. Die dafür bereitgestellten Mittel mussten noch im selben Haushaltsjahr für Forschungen in Übersee ausgegeben werden, und zwar für etwas hinreichend Unverdächtiges. Der Zufall wollte es, dass ich zur rechten Zeit in das Büro des Mannes kam, der dieses Geld auszugeben hatte. Er war mit einer Thai-Länderin verheiratet und fasziniert davon, wie sehr sich die nonverbale Kommunikation bei ihm und seiner Frau unterschied. Er bat mich herauszufinden, was daran universal sei und was auf kulturelle Einflüsse zurückzuführen. Zuerst zögerte ich, aber dann stellte ich mich der Herausforderung schließlich.

Ich begann mit dem Projekt in dem Glauben, dass Mimik und Gestik sozial erlernt und von Kultur zu Kultur verschieden sind, und diese Ansicht wurde von allen Leuten geteilt, die ich zu Beginn meiner Studien um Rat fragte – Margaret Mead, Gregory Bateson, Edward Hall, Ray Birdwhistell und Charles Osgood. Ich erinnerte mich zwar, dass Charles Darwin das Gegenteil behauptet hatte, aber ich war überzeugt davon, dass das nicht stimmen konnte, und machte mir nicht die Mühe, sein Buch zu lesen.

Der zweite Glücksfall war die Begegnung mit Silvan Tomkins. Er hatte soeben zwei Bücher über Emotionen geschrieben, in denen er behauptet hatte, dass die zugehörige Mimik angeboren und in unserer Spezies universal sei, aber ihm fehlten die Beweise, um seine Behauptungen zu belegen. Ich glaube nicht, dass ich seine Bücher je gelesen hätte oder mit ihm zusammengetroffen wäre, wenn wir nicht beide zur selben Zeit bei derselben Zeitschrift einen Artikel über non-verbales Verhalten eingereicht hätten – bei Silvan handelte es sich um Untersuchungen zur Mimik, bei mir ging es um Gestik und Körperhaltung.²

Ich war überaus beeindruckt von der Tiefgründigkeit und Bandbreite von Silvans Denken, aber ich glaubte, dass er mit seiner Ansicht, Mimik sei angeboren und daher universal, genauso falsch lag wie Darwin. Ich war froh, dass es bei dieser Debatte nun zwei zeitgenössische Lager gab und dass nicht allein Darwin, der seine Schriften vor 100 Jahren verfasst hatte, im Widerspruch stand zu den Ansichten von Mead, Bateson, Birdwhistell und Hall. Das Thema war tatsächlich aktuell. Hier gab es einen echten Disput zwischen berühmten, altgedienten Wissenschaftlern. Und ich mit meinen 30 Jahren hatte die Chance und die Mittel zu versuchen, ihn ein für alle Mal zu beenden: Ist Mimik universal oder ist sie, genau wie Sprache, für jede Kultur einzigartig und unverwechselbar? Das war unwiderstehlich! Mir war es wirklich gleich, wer am Ende Recht behalten würde, allerdings rechnete ich nicht damit, dass es Silvan sein könnte.*

In meiner ersten Untersuchung zeigte ich Personen aus fünf Ländern – Chile, Argentinien, Brasilien, Japan und den USA – Fotografien und bat sie zu beurteilen, was für ein Gefühl jeder einzelne Gesichtsausdruck repräsentierte. Quer durch alle fünf Kulturkreise war sich die Mehrheit in ihrem Urteil einig, und das legte den Verdacht nahe, dass Mimik tatsächlich universal sein könnte.³ Carrol Izard, ein weiterer von Silvan Tomkins betreuter Psychologe, der mit anderen Kulturkreisen arbeitete, unternahm ein fast identisches Experiment und kam zu demselben Schluss.⁴ Tomkins hatte keinem von uns etwas vom jeweils anderen erzählt, und so waren Izard und ich zunächst einmal verärgert, als wir feststellen mussten, dass wir diese Arbeit nicht allein durchführten. Für unsere Wissenschaft aber war es besser, dass zwei Forscher zum selben Ergebnis kamen, und es sah ganz so aus, als hätte Darwin Recht gehabt.

Ein Problem gab es freilich: Wie konnten wir überhaupt zu dem Ergebnis kommen, dass sich Menschen aus vielen verschiedenen Kulturen über den mit einer Emotion assoziierten Gesichtsausdruck einig waren, wenn doch so viele gescheite Leute in diesem Punkt genau der entgegengesetzten Meinung waren? Da waren nicht nur die Reisenden, die behaupteten, dass ein- und derselbe Gesichtsausdruck bei Japanern oder Chinesen oder irgendeiner anderen kulturellen Gruppe ganz unterschiedliche Bedeutung habe. Birdwhistell, ein angesehener Anthropologe, Spezialist für die Unter-

* Ich fand letztlich genau das Gegenteil von dem, was ich erwartet hatte. Das ist der Idealfall. In der Verhaltensforschung sind Ergebnisse glaubwürdiger, wenn sie den Erwartungen des Wissenschaftlers zuwiderlaufen, als wenn sie diese bestätigen. In den meisten anderen Wissenschaftszweigen ist das Gegenteil der Fall: Man schenkt einem Befund mehr Glauben, wenn man ihn vorhergesagt hat. Das liegt daran, dass aufgrund der dort herrschenden Tradition alle Ergebnisse durch die Wiederholung von Experimenten durch andere Wissenschaftler überprüft werden und so eventueller Voreingenommenheit oder Irrtümern wirksam begegnet wird. In der Verhaltensforschung gibt es diese Tradition leider nicht. Experimente werden nur selten wiederholt, sowohl von dem, der sie durchgeführt hat, als auch von anderen. Ohne diesen Sicherheitsanker aber sind Verhaltensforscher anfälliger dafür, unfreiwillig nur das zu finden, was sie zu finden hoffen.

suchung von Mimik und Gestik und Schüler von Margaret Mead, hatte geschrieben, dass er Darwins Vorstellung verworfen habe, als er feststellen musste, dass Menschen vieler Kulturen lächeln, wenn sie unglücklich sind.⁵ Birdwhistells Standpunkt passte zu der Sichtweise, die seinerzeit die Kulturanthropologie und einen Großteil der Psychologie beherrschte: Alles sozial Wichtige – darunter auch das emotionale Ausdrucksverhalten – muss Produkt eines Lernvorgangs und daher in jeder Kultur verschieden sein.

Ich versuchte, unsere Beobachtung, der zufolge Mimik universal ist, mit Birdwhistells Ansicht, sie unterscheide sich von einer Kultur zur anderen, in Einklang zu bringen, indem ich soziale „Darbietungsregeln“ (*display rules*) ins Spiel brachte. Diese, so mutmaßte ich, seien sozial erlernte, bei verschiedenen Kulturen unterschiedlich definierte Regeln für die Zurschaustellung von Gesichtsausdrücken, also darüber, wer wem zu welchem Zeitpunkt welche Emotionen offen zeigen darf. Solche Regeln finden ihren Niederschlag beispielsweise in der elterlichen Mahnung: „Hör auf zu grinsen, wenn ich mit dir rede.“ Diese Regeln diktieren uns womöglich, wann wir die dem Gefühl, das uns gerade befällt, entsprechende Mimik zu mäßigen, zu verstärken, ganz und gar zu verbergen oder zu überspielen haben.⁶

Diese Hypothese überprüfte ich mit einer Versuchsreihe, in der ich Japanern und Amerikanern Filme über chirurgische Eingriffe und Unfälle vorführte. Wenn sich die Probanden die Filme *allein* anschauten, so spiegelten die Gesichtszüge von beiden Gruppen ziemlich genau dieselben Regungen wider. Sobald aber ein Wissenschaftler mit ihnen im Raum saß, überspielten die Japaner ihre negativen Empfindungen sehr viel häufiger mit einem Lächeln als die Amerikaner. Also privat: angeborene Mimik, in der Öffentlichkeit: manipulierte Mimik.⁷ Da das, was Anthropologen und die meisten Reisenden zu sehen bekommen, ein für die Öffentlichkeit bestimmtes Verhalten ist, hatte ich damit meine Erklärung und die Belege für deren Richtigkeit. Symbolische Gesten hingegen –

Kopfnicken als Bejahung, Kopfschütteln für Nein und die amerikanische OK-Gestik – sind in der Tat kulturspezifisch.⁸ In diesem Punkt hatten Birdwhistell, Mead und die meisten anderen Verhaltensforscher recht, nur bei der Mimik von Emotionen lagen sie falsch.

Freilich gab es da einen Haken, und wenn ich ihn sah, sahen ihn wohl auch Mead und Birdwhistell, die gewiss jede Gelegenheit ergreifen würden, um meine Befunde zu widerlegen. Die Personen, die Izard und ich befragt hatten, konnten die Bedeutung westlicher Mimik erlernt haben, indem sie zum Beispiel im Fernsehen oder im Kino Filme mit John Wayne und Charlie Chaplin angeschaut hatten. Lernen durch Medien oder den Kontakt mit Menschen anderer Kulturen hätte erklärt, weshalb sich Menschen unterschiedlicher Kulturen bei der Betrachtung meiner Fotografien von Weißen über die jeweilige Gefühlslage des Abgebildeten so einig gewesen waren. Ich brauchte eine isolierte Kultur, in der die Menschen keine Filme kannten, kein Fernsehen, keine Zeitschriften und keine oder möglichst wenig Fremde. Wenn sie in den Gesichtern meiner Fotoserie dieselben Emotionen erkannten wie die Leute in Chile, Argentinien, Brasilien, Japan und den USA, wäre meine Beweisführung wasserdicht.

Meine Eintrittskarte zu einer Steinzeitkultur verschaffte mir Carleton Gajdusek, ein Neurologe, der über mehr als ein Jahrzehnt an solchen isolierten Orten im Hochland von Papua-Neuguinea gearbeitet hatte. Er versuchte, die Ursache für eine seltsame Krankheit namens Kuru zu ergründen, an der die Hälfte der Menschen in diesen Kulturen starb. Die Menschen dort glaubten, dieser Umstand sei auf Hexerei zurückzuführen. Als ich am Schauplatz des Geschehens auftauchte, wusste Gajdusek bereits, dass die Ursache infektiöser Natur war, und vermutete dahinter ein so genanntes *slow virus*, also ein „langsameres Virus“, das erst viele Jahre nach seinem Eindringen in einen Organismus Symptome erzeugt. Noch wusste er nicht, wie der Erreger übertragen wurde. (Später zeigte sich, dass Kannibalismus der Weg war. Dabei

aßen diese Menschen kein Gewebe von ihren Feinden, die, wenn sie im Kampf mit ihnen gefallen waren, aller Wahrscheinlichkeit nach bei guter Gesundheit gewesen wären, sondern das Gehirn ihrer Freunde und Anverwandten, die meist an einer Krankheit gestorben waren, in vielen Fällen eben an Kuru. Da sie das Gewebe vor dem Verzehr nicht kochten, wurde die Krankheit leicht übertragen. Ein paar Jahre später erhielt Gajdusek zusammen mit B. S. Blumberg den Nobelpreis.)

Zum Glück hatte Gajdusek erkannt, wie bald Steinzeitkulturen von der Erde verschwinden würden, und daher in zwei Völkern mehr als 30 Kilometer Film über das tägliche Leben der Menschen gedreht. Er selbst hatte sich die Filme nie angesehen; es hätte fast sechs Wochen gedauert, sein Filmmaterial über diese Menschen auch nur einmal durchzuschauen. An diesem Punkt erschien ich auf der Bildfläche.

Hoch erfreut, dass jemand einen wissenschaftlichen Grund gefunden hatte, sich mit seinen Filmen zu befassen, überließ er mir Kopien, und ich verbrachte zusammen mit meinem Kollegen Wally Friesen sechs Monate damit, diese sorgfältig zu sichten. Auf dem Filmmaterial fanden sich zwei sehr überzeugende Hinweise auf die Universalität der Mimik von Emotionen. Zum einen sahen wir keinen einzigen Ausdruck, der uns nicht vertraut gewesen wäre. Würde der Gesichtsausdruck zu einem Gefühl erlernt, dann hätte sich bei diesen isolierten Völkern die eine oder andere neue Mimik finden müssen, irgendein Ausdruck, den wir noch nie gesehen hatten. Doch so etwas gab es nicht.

Dennoch wäre es immer noch möglich gewesen, dass diese uns vertrauten Reaktionen in Neuguinea ganz andere Emotionen repräsentierten als in unserem eigenen Umfeld. Doch wenn auch die Filme nicht immer zeigten, was sich vor oder nach dem Sichtbarwerden einer bestimmten Regung abgespielt hatte – in den Fällen, in denen sie es taten, bestätigten sie unsere Interpretationen. Wenn ein Gesichtsausdruck in jeder Kultur für eine andere Emotion stünde, dann sollten

Außenseiter, denen die Kultur in keiner Weise vertraut ist, nicht imstande sein, diese Mimik korrekt zu deuten.

Ich versuchte mir auszumalen, wie Birdwhistell und Mead diese Behauptung anfechten würden, wahrscheinlich mit Worten wie: „Es ist unerheblich, dass Sie keine neue Mimik gefunden haben, diejenige, die sie gesehen haben, hat in Wirklichkeit einfach eine andere Bedeutung. Sie haben sie nur deshalb richtig gedeutet, weil ihnen der soziale Kontext, in dem sie auftrat, einen unterschwelligem Hinweis vermittelt hat. In keinem Fall haben Sie einen Gesichtsausdruck losgelöst von dem gesehen, was davor, danach oder zur selben Zeit passiert ist. Wäre dem so gewesen, hätten Sie nicht gewusst, was die spezielle Mimik zu bedeuten hat.“ Um diese Beweislücke zu schließen, baten wir Silvan Tomkins, von der Ostküste herüberzukommen und eine Woche in meinem Labor zu verbringen.

Bevor er eintraf, schnitten wir die Filme so, dass er losgelöst vom sozialen Kontext nur noch den Ausdruck selbst, Nahaufnahmen von Gesichtern, zu sehen bekam. Silvan hatte nicht die geringsten Schwierigkeiten. Jede seiner Interpretationen passte auf den sozialen Kontext, den wir ihm vorenthalten hatten. Mehr noch, er wusste genau, woraus er die Information bezogen hatte. Wally und ich konnten zwar erfassen, welche emotionale Botschaft in jedem Gesichtsausdruck enthalten war, aber unsere Einschätzung basierte auf Intuition; in der Regel konnten wir, wenn es sich nicht gerade um ein Lächeln handelte, nicht genau definieren, welches Detail in dem Gesicht die Botschaft übermittelte. Silvan ging zur Leinwand hinüber und erläuterte detailliert, welche Muskelbewegungen in dem Gesicht die jeweilige Emotion signalisierten.

Wir fragten ihn auch nach seinem Gesamteindruck der beiden Kulturen. Die eine Gruppe, erklärte er, scheinerecht umgänglich, die andere eher aufbrausend in ihrem Zorn, misstrauisch bis paranoid im Wesen und homosexuell. Die Rede war von den Anga. Seine spontane Einschätzung deckte sich exakt mit dem, was Gajdusek, der mit ihnen gearbeitet

hatte, uns erzählt hatte. Die Anga hatten mehrmals australische Beamte angegriffen, die versucht hatten, dort einen Regierungsposten aufrechtzuerhalten. Bei ihren Nachbarn waren sie für ihr finsternes Misstrauen bekannt. Und die Männer lebten bis zum Tag der Hochzeit in homosexuellen Beziehungen. Der Verhaltensforscher Irenäus Eibl-Eibesfeldt musste wenige Jahre später bei dem Versuch, mit ihnen zu arbeiten, um sein Leben laufen.

Nach dieser Zusammenkunft beschloss ich, mich dem Studium des Gesichtsausdrucks zu verschreiben. Ich wollte nach Neuguinea gehen und versuchen, Beweise für das zu finden, was mir zu diesem Zeitpunkt zur Gewissheit geworden war – dass zumindest ein Teil unserer Gefühlsmimik universal ist. Und ich wollte eine objektive Methode erarbeiten, mit der sich Gesichtsbewegungen messen ließen, sodass jeder Wissenschaftler objektiv nachvollziehen könnte, was Silvan und mir so klar ins Auge stach.

Ende 1967 begab ich mich ins südöstliche Bergland von Neuguinea, um die Kultur der Fore zu studieren, eines Volkes, das auf einer Höhe von knapp 2500 Metern in verstreuten kleinen Dörfern lebt. Ich beherrschte die Sprache der Fore nicht, aber mit der Hilfe einiger Jungen, die in einer Missionschule Pidginenglisch gelernt hatten, konnte ich vom Englischen über Pidgin zum Fore radebrechen und wieder zurück. Ich hatte Aufnahmen von Gesichtsausdrücken mitgebracht, in erster Linie jene, die mir Silvan für meine Untersuchungen an alphabetisierten Kulturen überlassen hatte, Kulturen also, die des Lesens und Schreibens mächtig waren (auf Seite 13 finden sich drei Beispiele). Außerdem hatte ich Fotografien von ein paar Angehörigen der Fore dabei, die ich aus dem Filmmaterial herauskopiert hatte, weil ich fürchtete, sie könnten Probleme damit haben, den Gesichtsausdruck von Weißen zu deuten. Ich hatte sogar Sorge, sie könnten womöglich grundsätzlich außerstande sein, überhaupt etwas mit Fotografien anzufangen, hatten sie doch so etwas nie zuvor gesehen. In der Vergangenheit hatten einige Anthropologen

behauptet, Menschen, die noch nie Fotografien gesehen hätten, müssten erst lernen, diese zu interpretieren. Für die Fore allerdings war das kein Problem. Sie verstanden die Aufnahmen auf Anhieb und schienen sich auch kaum darum zu scheren, welcher Nationalität die abgebildete Person war. Das Problem war das, was ich von ihnen wollte.

Sie verfügten nicht über eine geschriebene Sprache, also konnte ich sie nicht bitten, aus einer Wörterliste ein Wort herauszusuchen, das zu dem abgebildeten Gefühl passte. Las ich ihnen aber eine Auflistung möglicher Alternativen vor, konnte ich nicht sicher sein, ob sie diese richtig in Erinnerung behielten, oder ob die Reihenfolge, in der ich die Wörter las, sie nicht in ihrer Wahl beeinflusste. Also bat ich sie, zu jedem abgebildeten Gesichtsausdruck eine Geschichte zu erfinden. „Sag mir, was gerade passiert, was zuvor den Betreffenden dazu gebracht hat, ein solches Gesicht zu machen, und was wohl als nächstes passieren wird.“ Es war eine mühsame Prozedur. Ich bin mir nicht sicher, ob es am Übersetzen lag, oder daran, dass sie nicht die geringste Vorstellung von dem hatten, was ich hören wollte und warum ich das alles tat. Vielleicht gehörte das Erfinden von Geschichten über Fremde aber auch einfach zu den Dingen, die die Fore nicht tun.

Ich bekam meine Geschichten, aber alle Befragten brauchten ewig, bis sie sie mir erzählt hatten. Sie und ich waren nach jeder Sitzung restlos erschöpft. Dennoch mangelte es mir nie an Freiwilligen, obwohl sich wahrscheinlich schon herumgesprochen hatte, dass das, was ich verlangte, nicht einfach sei. Es gab ein starkes Motiv, meine Fotos anzuschauen: Ich schenkte jeder Versuchsperson für ihre Hilfe entweder ein Stück Seife oder ein Päckchen Zigaretten. Seife gab es bei den Fore nicht, also war sie hoch geschätzt. Tabak bauten sie selbst an und rauchten ihn in Pfeifen, doch meine Zigaretten schienen ihnen besser zu schmecken.

Die meisten ihrer Geschichten passten zu dem Gefühl, das die Aufnahme auch meinem Empfinden nach darstellte.

Erblickten sie beispielsweise ein Bild mit einem Ausdruck, den Menschen aus alphabetisierten Kulturen als Trauer erkannten, mutmaßten die Fore häufig, dass das Kind der abgebildeten Person gestorben sei. Aber die Methode des Geschichtenerzählens war sehr mühsam, und der Nachweis, dass die einzelnen Geschichten bei einem bestimmten Gefühl zutrafen, würde sich höchst schwierig gestalten. Ich wusste, ich musste es anders anstellen, mir war nur noch nicht klar wie.

Neben alledem filmte ich spontane Regungen, konnte beispielsweise den Ausdruck der Freude festhalten, wenn Menschen aus dem Nachbardorf auf ihre Freunde trafen. Ich fing an, Situationen zu arrangieren, um bestimmte Emotionen zu provozieren. Ich zeichnete zwei Männer auf, die auf ihren Instrumenten musizierten, und filmte dann ihre Überraschung und glückstrahlende Freude, als sie zum ersten Mal ihre eigenen Stimmen und die Musik vom Tonband zu hören bekamen. Einmal stach ich mit einem Gummimesser auf einen Jungen ein und filmte dabei seine Reaktion und die seiner Freunde. Sie hielten es für einen gelungenen Scherz. (Ich hatte den Trick wohlweislich nicht an einem der Männer ausprobiert.) Solche Filmausschnitte eigneten sich allerdings nicht als Beweismaterial, denn die Vertreter der Ansicht, dass sich das Ausdrucksverhalten von einer Kultur zur anderen unterscheidet, konnten immer den Standpunkt vertreten, ich hätte nur die paar Gelegenheiten herausgepickt, bei denen es zu einer universalen Mimik gekommen war.

Nach ein paar Monaten verließ ich Neuguinea – kein allzu schwerer Entschluss. Mich verlangte nach Gesprächen, die ich mit keinem der Angehörigen des Volkes führen konnte, und nach anderem Essen, denn ich hatte den Fehler begangen zu glauben, dass mir die lokale Küche schmecken würde. Yamswurzeln und ein Gemüse ähnlich den Teilen vom Spargel, die wir gewöhnlich wegwerfen, erwiesen sich jedoch als einigermaßen eintönig. Es war ein Abenteuer, das aufregendste meines Lebens, aber dass ich bislang keinerlei