

Jak vnímat lži politiků řečí jejich těla? Expert radí

- CZ24 News | 21. září 2022

USA: Americké i české volby jsou za rohem a zanedlouho budou před námi i volby prezidentské. Mluví kandidáti pravdu? Odborníci na řeč těla z USA se s námi podělili o své poznatky, včetně příkladů z praxe.

Nejprve však voliči, kteří se snaží odhalit pravdu, musí zapomenout na vše, co jim o rozpoznávání lži bylo řečeno, protože již po generace existují zažitá mýty, jako je například neschopnost lháře podívat se do očí člověku a podobně.

„Odvrácení pohledu není vodítkem klamání a také nedívání se doprava a nedívání se doleva – to vše bylo vědecky vyvráceno nejméně 22 recenzovanými studiemi,“ říká odbornice Susan Constantineová.

Co tedy lež poodhalí?

Neexistuje žádné společné „znamení“ pro všechny. Podle odborníků však existují chování, které mají všichni lháři společné.



Bývalý prezident Donald Trump ukazuje směrem k davu na shromáždění Save America v Arizoně 22. července 2022. (Mario Tama / Getty Images)

Vybočení z běžného chování

Když se někdo pokouší klamat, nevědomky odhalí soubor chování spojeného se lhaním, uvedla Constantineová a další dvě špičkové odbornice v oboru detekování pravdy.

Tento „shluk“ se odchyluje od obvyklého způsobu jednání nebo mluvení dané osoby.

„Máme obecný způsob, jakým se chováme – to je naše základní linie,“ říká Traci Brownová, autorka knihy „Jak odhalit lži, podvody a krádeže identity“.

Když Brownová sleduje politika, zda lže nebo se chová podezřele, hledá 2-5 indicií chování „vybočujících ze základní linie“ v rozsahu přibližně jedné věty.

Shluky indicií vzniknou rychle a naznačují obavy. Odborníci se shodují, že obavy provází podvod. Je to reakce těla, když se v mozku formuluje nepravda.



Odbornice na řeč těla Susan Constantineová je autorkou knih „Jak rozpoznat lháře za 7 sekund či ještě dřív“ a „Příručka úplného idiota pro čtení řeči těla“. (Se svolením Susan Constantine)

„To je vědecký poznatek, který je podložen výzkumem,“ míní Constantineová.

Vybočení ze základní linie odhalí i uhlazeného politika, který přehání, zamlčuje fakta nebo říká naprosté nesmysly.

Většina zkušených politiků se „naučila odpovídat na otázky a prezentovat je tak, aby vám poskytli informace“, sdílí Constantineová. „Zatajují, vynechávají a přeskakují relevantní informace, což je účelové.“

Tím, že si nacvičují své projevy, trénují skrývání nepříliš pravdivých pikantností. Je však téměř nemožné zcela zamaskovat jejich klamání, zvláště když jsou nuceni vybočit ze scénáře nečekanou otázkou, shodli se odborníci. A tehdy je prozradí tělo. To je ta nejlepší chvíle pro pozorovatele.

Člověk nemusí být profesionál. Lidé jsou přirozeně nastaveni tak, aby rozpoznali lži, což z nás všech dělá účinný „lidský detektor lži“, zmiňuje odbornice na řeč těla Patti Woodová, autorka knihy „Záběr: Využití prvního dojmu, řeči těla a charismatu“.

Co prozradilo Billa Clintona?

Když v lednu 1998 prezident Bill Clinton popíral, že by měl poměr se stážistkou Monikou Lewinskou v Bílém domě, odborníky vycvičené na čtení řeči těla neoklamal... O několik měsíců později se jejich postřehy ukázaly jako správné a Clinton se přiznal.



Americký prezident Bill Clinton promlouvá k národu z Růžové zahrady Bílého domu ve Washingtonu 11. prosince 1998, aby se omluvil za klamání země ohledně svého vztahu se stážistkou Bílého domu Monikou Lewinskou. (William Philpott / AFP / Getty Images)

Na [videozáznamu](#) z prezidentské knihovny Williama J. Clintona vypadají oči bývalého prezidenta „nehybné a strnulé“, což jej prozradilo, konstatuje Constantineová. Jeho obočí se krátce zvedlo, což je další indicie. A ukazováčkem gestikuloval spíše tak, „aby přesvědčil, než aby sdělil“ informace, dodala.

„Všechno jsou to známky klamání“, protože se vyskytly ve shluku a vybočovaly z jeho běžného způsobu projevu, z jeho základní linie, uvádí.

Během zapírání Clinton zdůrazňoval vybraná slova z této části projevu: „Chci americkému lidu říct jednu věc. Chci, abyste mě poslouchali. Řeknu to ještě jednou. Neměl jsem s tou ženou žádný sexuální vztah – se slečnou Lewinskou.“

Pro důraz „bušil“ do stolku a dodal: „Nikdy jsem nikomu neřekl, aby lhal. Ani jednou. Nikdy. Tato obvinění jsou lživá. A já se musím vrátit k práci pro americký lid. Děkuji vám.“

Dokonce i volba slov pomohla odhalit lež, zmiňuje Woodová.

Když Lewinskou nazval „tou ženou“, než se „přistihl“ a použil její jméno, tomu se říká „depersonalizace“ a je to vodítko, kterého si policisté všimají při výslechu podezřelých, říká Woodová.

„Když někdo depersonalizuje, je to vlastně signál, že je vinen.“ Také se nepřírozeně dlouho odmlčel mezi slovy „žena“ a „slečna Lewinská“. „Déle než obvykle a mimo jeho základní linii,“ sdílí Woodová.

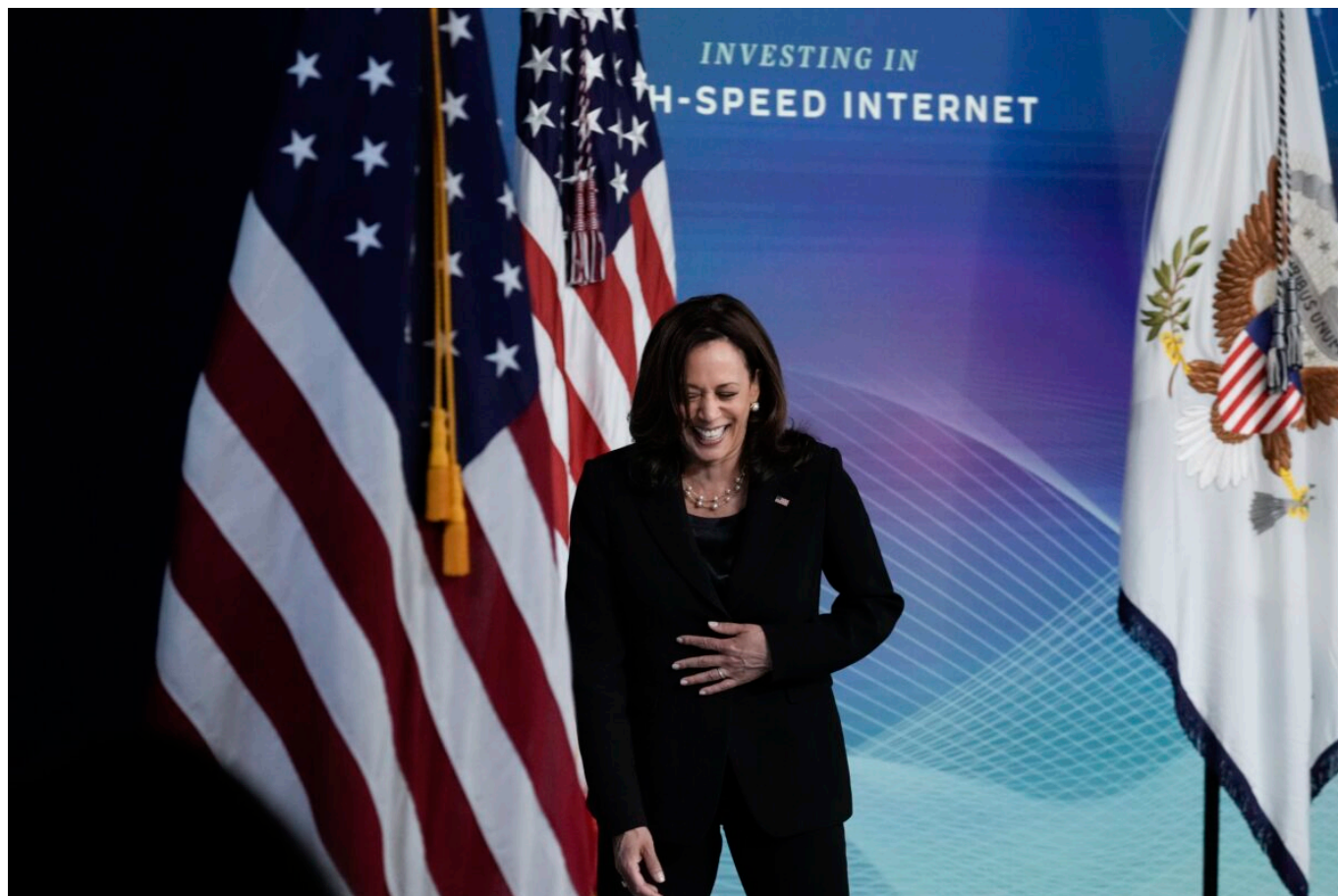
Klíčovým je shluk indicií

Při hledání lží „je opravdu důležité pochopit, jak funguje mozek,“ uvedla Constantineová. „Když člověk ví, že řekne něco, co není pravda, začnou se projevovat určité indicie.“

Lze je vidět odchýlením se od své základní linie a klíčovým je vždy jejich shluk.

Může jít o chichotání, zívání, zvednuté obočí, vydechování vzduchu, jazyk, koktání, přenášení váhy, poklepávání nohou, pohyb ruky k obličeji, tisknutí rtů k sobě, kousání do koutku úst, přílišné mrkání nebo naopak nedostatečné mrkání, náhlé změny tónu, tempa, hlasitosti nebo výšky hlasu.

Constantineová uvedla jako příklad americkou viceprezidentku Kamalu Harrisovou, která vykazuje známky klamání, když drží nucený úsměv nebo se směje tomu, co říká někdo jiný.



Viceprezidentka Kamala Harrisová se směje poté, co odpověděla na otázku novinářů během akce o vysokorychlostním připojení k internetu v komplexu Bílého domu 3. června 2021. (Foto: Drew

„Když člověk něco řekne a má pocit, že vás napálil, někdy se objeví úšklebek nebo úsměv,“ nebo špatně načasovaný, trapný smích.

Opravdové výrazy jsou prchavé a opouštějí „tvář v mikrosekundách“, zmiňuje Constantineová. „Takže když držíte výraz, ať už je to úsměv nebo zamračení, nebo je to přehnaný výraz, jsou to přehnané projevy. To jsou ty, které jsou nepřírozené. To jsou ty, které jsou vynucené.“



Patti Woodová je odbornice na řeč těla a autorka, kterou často najímají, aby učila, jak číst indicie, které lidé nevědomky vysílají svým chováním. (Se svolením Patti Woodové)

Aby našla další indicie, Woodová sleduje také ústa.

„Když vtahují rty dovnitř, říkám tomu zadržování rtů – zadržují pravdu. Je tedy velmi pravděpodobné, že další věc, kterou vypustí z úst, bude lež,“ říká Woodová.

Stejně je to, když kandidáti „slyší otázku a stisknou rty. Mají v sobě pravdu, ale brání tomu, aby vyšla najevo. Je tedy velmi pravděpodobné, že další věc, kterou vypustí z úst, bude lež.“

Nebo pokud je dotyčný naštvaný na tazatele, že mu položil těžkou otázku, může ukázat jazyk, jen na moment a velmi rychle. Woodová zpomaluje rychlost přehrávání videa, aby mohla takové náznaky sledovat.

Jako další indicii si lháři mohou olíznout rty, obvykle zleva doprava, prozrazuje, „jako by vymazávali to, co právě řekli“.

Při rozpoznávání lži sleduje také oči. Lidé, kteří formulují lež, mohou držet víčka zavřená déle než obvykle.

„Zavíráte oči před tím, co se vám nelíbí, nebo se snažíte mít minutu na přemýšlení o lži,“ prohlašuje Woodová. „Mozek si tak může na chvíli odpočinout, abyste mohli přejít do neokortexu [oblasti mozku], kde se lži nacházejí, a přemýšlet o lži.“

Bidenovo blufování

Brownová a Constantineová si všimly toho, co považují za nezvratné známky toho, když se americký prezident Joe Biden odchyluje od pravdy.

Během své prezidentské kampaně často hovořil hladce a sebevědomě – což je jeho základní linie – dokud se nepustil do jednoho konkrétního tématu, zmiňuje Brownová. „Kdykoli mluvil o rase a rasové rovnosti, zadrhl se uprostřed slova. To se v kampani stávalo často.“

Slovo, které řečníka zarazí, může být jádrem lži, sdílí. A když se plynulý řečník najednou začne zadržávat a „míra chyb ve slovech je hodně vysoká, je to indikátor podvádění“, uvádí Brownová.

Jeho oči vypovídaly o něčem podobném, sdílí. „Kdykoli se u někoho změní rychlost mrkání, znamená to velkou obavu,“ říká Brownová. „Nadměrný stres může souviset s podváděním. Ne vždy. Ale určitě může.“



Prezident Joe Biden si zakrývá ústa při kašli během virtuálního setkání s generálními řediteli a odborovými předáky ohledně zákona o čipech ve Washingtonu 25. července 2022. (Brendan Smialowski / AFP via Getty Images)

Constantineová má za to, že Biden vykazuje neupřímnost, když náhle začne kašlat nebo si odkašlává: „Toto chování u něj naznačuje „nadměrné obavy a může být spojeno s podvodem, rozhodně.“

„Pauzy, váhání, odkašlávání si, pohled dolů poté, co se dívá nahoru, úšklebek, klopení očí, zvedání obočí – to všechno Biden dělá,“ zmiňuje Constantineová. „Jsem překvapená, že mu lidé věří.“

„To křenění se!“ řekla. „A pak si vyslechne otázku a prostě propukne v smích. Jakoby pokrčil rameny

nad tím, co mu někdo řekne, a řekl: „Nevíš, o čem mluvíš“.

„A to je jeho způsob, jak zakamuflovat to, co skutečně cítí, tím, že nasadí úsměv, který je velmi povýšený.“ Nebo když říká: „No tak, chlape!“ To je pohrdání, které signalizuje nepoctivost, sděluje Constantineová.

Trump

Exprezident Donald Trump je „zajímavým případem pro studium odborníků na řeč těla“, míní Constantineová. „Má svou vlastní malou gestikulaci, která opravdu není ani v žádné z našich učebnic.“

Dle ní má svá vlastní vtipná gesta. „Ale celkově si myslím, že věří tomu, co říká,“ řekla Constantineová. Zdá se, že jeho „bizarní“ gesta odrážejí pravdomluvnost, včetně toho, jak často ukazuje otevřené dlaně.



Bývalý prezident Donald Trump hovoří na konferenci CPAC v Dallasu 6. srpna 2022. (Bobby Sanchez pro The Epoch Times)

„Má vysokou míru nejistoty, a proto se posiluje a fabuluje,“ dodala. „Nemyslím si, že se snaží klamat. Myslím, že je to prostě součástí jeho narcismu. Jeho osobnost se projevuje v jeho gestech. Všechno je na něm takové velkolepější a větší.“

Trumpovo ukazování prstem během prezidentských debat dle Brownové naznačuje, že nebyl trénován v řeči těla.

Trénovaní kandidáti často při nástupu na pódium uznávají dva nebo tři lidi v první řadě, což je standardní chování Hillary Clintonové.

„Ukazovat ukazováčkem, to je superagresivní. Až do příchodu Trumpa jsme to vidali jen u blízkovýchodních diktátorů. Obecně Američané až dosud o takovou formu agresivního politika nestáli.“



Bývalý prezident Donald Trump hovoří na konferenci CPAC v Dallasu 6. srpna 2022. (Bobby Sanchez pro The Epoch Times)

Lidský detektor lži

Během debat si Brownová všímá, kdo se pevně chytá „kecpultu“, což je známka nepohodlí a vodítka, které ve spojení s dalšími indiciemi naznačuje, že přichází něco nekalé.

„Uklidňující chování“ také signalizuje stres, který pochází ze snahy o klamání, uvádí Brownová. Dívá se na klepání prsty, vlastního hlazení, narážení, bubnování, kašlání, polykání, projevy hrdla a zívání.

„Cokoli asymetrického, může ukazovat na klamání,“ říká, a jako příklad uvedla mimovolný křivý úsměv nebo pokrčení ramen.



Odbornice na řeč těla Traci Brownová vede semináře o „odhalování podvodů“ a o tom, jak poznat, „komu hoří kalhoty“. (S laskavým svolením Traci Brownové)

Tělo také umí reagovat na lži dříve, než je vědomě rozpoznáme, řekla Woodová.

Proto nezapomeňte naslouchat tomu vtíravému pocitu, když „váš centrální nervový systém, který je vaším lidským detektorem lži, cítí, že je něco špatně“, sdělila Woodová.

Pokud se díváte na kandidáta a „něco vás prostě vyděsí“ a „chcete přepnout kanál“, zpozorněte.

„Je to proto, že váš centrální nervový systém vás upozorní na podvod, protože vaše tělo ho vnímá jako nebezpečí, a říká: Něco není v pořádku! Něco není v pořádku!“

Existuje však jeden spolehlivý způsob, jak nechat lháře uniknout odhalení, shodli se všechny tři expertky.

A to, když dovolíme, aby myšlení zastínily předsudky. Lidé „tak zoufale chtějí věřit osobě, kterou chtějí podpořit nebo volit“, řekla Constantineová. Je těžké tento pocit potlačit.

„Ale pokud dokáží odložit stranou svůj vlastní systém přesvědčení a jen poslouchat a sledovat indicie, budou mít mnohem čistší a přesnější pohled na to, co kandidát říká a zda jsou slova, která říká, pravdivá.“

AUTOR: Nanette Holt

[ZDROJ](#)

