

Ob in der Familie oder der Firma: Wer zuhören kann, wirkt sympathischer und vertrauenswürdiger. Doch was macht gutes Zuhören eigentlich aus? Und können wir es wirklich immer weniger? Wir haben eine Frau gefragt, die es wissen muss: Dr. Margarete Imhof, Professorin für Psychologie an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz. Die Kunst des Zuhörens gehört zu ihren Forschungsschwerpunkten.

Haben wir heute das Zuhören verlernt?

Das glaube ich nicht. Früher haben die Menschen ziemlich sicher auch nicht besser zugehört. Es gab allerdings mehr Regeln. Saßen Kinder bei der Oma an der Kaffeetafel, hatten sie ruhig zu sein. Ob sie aber wirklich zugehört haben, ist eine andere Frage.

Warum ist es so wichtig, gut hinzuhören?

Weil man nur so weiß, wo der andere steht, wo ihn der Schuh drückt, was er sich wünscht. Das ist überall wichtig: bei Freunden, im Beruf, in der Politik.

Welches sind denn die größten Zuhör-Fehler?

Jemandem gar nicht erst zuzuhören, weil man schon glaubt, zu wissen, was er sagen will. Ein Junge z. B. wirft seine Schultasche auf eine bestimmte Art und Weise in die Ecke, die Mutter denkt sich ihren Teil und spricht gar nicht erst mit ihm. So verliert man jemanden, weil man die Nuancen nicht mitbekommt.



Wir sind ganz Ohr!

Wir hören besser, was wir sehen

Ohr und Auge sind neurologisch gekoppelt. Sobald wir jemanden anschauen, stellt sich auch das Ohr darauf ein. Im wahrsten Sinne: Das Trommelfell verändert wie ein kleines Richtmikrofon seine Position und optimiert so die Geräuschaufnahme aus der Blickrichtung. Oder anders: Schauen wir jemanden an, verstehen wir ihn noch besser.



REDEN ist Silber, ZUHÖREN ist Gold

Warum das im Alltag oft nicht richtig gelingt, fragten wir eine echte Zuhör-Professorin



Und im Gespräch?

Ein Kardinalfehler ist es, jemanden zu unterbrechen. Das ist bei Ärzten dramatisch. Studien zufolge wird man nach spätestens 30 Sekunden unterbrochen. Dann hat man zwei, drei Aspekte genannt, zum vierten kommt man nicht mehr. Der hätte aber vielleicht die Diagnose verändert.

Was kann ich tun, wenn der andere nicht richtig zuhört?

Das kommt darauf an, wie dringend einem eine Sache ist.

Merkt man, dass jemand abgelenkt ist, er nebenher aufs Smartphone schaut oder weiter Gemüse schnippelt, dann kann man entweder um seine volle Aufmerksamkeit bitten oder das Gespräch verschieben mit den Worten: „Wir reden später, wenn du mehr Zeit hast.“

Gibt es den idealen Zuhörer?

Er lässt sich vom anderen führen, überlegt: Was will er loswerden? Was braucht er jetzt gerade? Manchmal will der

andere keine Tipps hören, sondern sich einfach nur ausheulen und bemitleidet werden.

Was ist noch wichtig?

Pausen! Wer vor jeder Antwort bis vier zählt, verhindert, dass er sagt, was ihm als Erstes in den Kopf kommt. Das ist nämlich nicht immer das Klügste. In nicht europäischen Kulturen werden Pausen als wertschätzend empfunden. Sie signalisieren, dass man über das Gesagte nachgedacht hat.

Wieso ist das bei uns anders?

Vielleicht weil wir eher keine mündliche Kultur sind. Bei uns zählt mehr, was auf dem Zettel oder in einem Vertrag steht als das, was gesagt wurde.

Interview: Jutta Vey

Meine Fernsehwoche
THEMA: Gespräche

Nachtcafé

Moderator Michael Steinbrecher hört seinen Gästen aufmerksam zu
Fr 9.8. SWR 22.00 Uhr