



- Das Wichtigste ist - wie immer: Seien Sie ein **gutes Vorbild** und legen Sie zu Hause Ihr Smartphone einmal bewusst zur Seite bzw. stellen es auf Flugmodus, z.B. beim gemeinsamen Abendessen. Durch nichts lernt Ihr Kind so sehr wie durch Ihr Vorbild! Reden Sie in diesen Zeiten bewusst miteinander und hören aktiv zu. D.h., stellen Sie gezielte Fragen zum Gehörten, berichten Sie Ihrem Kind etwas über Ihren Tag usw. Ganz wichtig ist, nicht nur Informationen auszutauschen, sondern zu „**plaudern**“, wie Sie es mit guten Freunden tun würden.
- Ermuntern Sie Ihr Kind, **Hörspiele** zu hören. Dies trainiert auf schöne Art und Weise das konzentrierte längere Zuhören. Die öffentlichen Büchereien bieten heute meist ein gutes Sortiment an Hörbüchern für Kinder, die man z.B. mit einer App auf dem Smartphone anhören kann. So lernt Ihr Kind das Smartphone – neben dem Üben des Zuhörens – auch noch in einer anderen Funktion kennen. Alternativ könnten Sie auch eine regelmäßige „**Vorlesezeit**“ in der Familie einführen, in der z.B. Kurzgeschichten oder interessante Zeitungsmeldungen gegenseitig vorgelesen werden. Danach könnte sich die Familie noch darüber austauschen und auch hier das gegenseitige Zuhören trainieren.
- Machen Sie als Familie „**Hörspaziergänge**“, bei denen man immer wieder gezielt auf die Umgebungsgeräusche achtet und sich vielleicht ein Geräusch herausucht, dessen Ursache dann nachgegangen wird. Das kann man auch als Spiel machen, in dem jeder der Reihe nach ein Geräusch benennen darf, dem als nächstes nachgegangen wird.
- Spielen Sie in der Familie statt „Ich sehe was, was du nicht siehst...“ doch einfach mal „**Ich höre was, was du nicht hörst...**“. Geräusche so zu beschreiben, dass andere sie erraten können, erfordert sehr genaues Zuhören!

## Zuhören - mehr als nur Hören

Der Hörsinn ist einer der Sinne, mit denen wir unsere Umwelt wahrnehmen. Er hilft uns, uns in unserer Umwelt zurecht zu finden, gibt uns eine Orientierung und warnt uns vor Gefahren.

**Doch Hören ist nicht gleich Zuhören!** Wer zuhört, lauscht nicht nur dem Geräusch, das er hört, sondern erfasst auch den Sinn dessen, was er hört. Man muss verstehen, was man hört. Auf diesem Weg können bei Gesprächen Informationen „zwischen den Zeilen“ ausgetauscht werden, die beim bloßen Hören verborgen bleiben würden.

Daher ist das **Zuhören können** eine wichtige Eigenschaft, die Kinder erlernen müssen, um sich später als Erwachsene erfolgreich behaupten zu können. Nachweislich sind gute Zuhörer im Leben erfolgreicher, lösen Konflikte schneller und effektiver und sind beliebter. Nur wer gut – und auch einmal ausdauernd – zuhören kann, kann lernen. Dies ist gerade für die Schule eine sehr wichtige Eigenschaft!

Um ein guter Zuhörer zu sein, muss diese Fähigkeit – wie jede andere auch - geübt werden. Gutes Zuhören setzt Konzentrationsfähigkeit voraus, da ohne Konzentration nur noch Hören möglich ist.

Gerade in Zeiten von Smartphones und überall zugänglichen Medien und Kommunikationsmöglichkeiten auf vielen Kanälen ist es schwer geworden, die Konzentrationsfähigkeit und damit die Fähigkeit zum wirklichen Zuhören zu trainieren. Immer wieder trudeln neue Informationen oder Nachrichten ein und fordern unsere Aufmerksamkeit, unterbrechen damit eine andere Tätigkeit. Aber auch schon das Denken daran, dass eventuell eine Nachricht angekommen sein könnte, lenkt ab. Langes Konzentrieren ist da unmöglich.

Schülerinnen und Schüler können sich nur noch selten vorstellen, ohne Smartphone in die Schule zu gehen aus Angst, irgendetwas zu verpassen. Zu Hause, wo der Zugang zum Smartphone meist noch weniger reglementiert ist, wird es oft noch schwerer, nicht ständig zu schauen, ob es Neuigkeiten gibt. Das Lernen über Zuhören wird deshalb für die Kinder und Jugendlichen zu einer sehr großen Anstrengung.

Wir können und wollen das Rad der Zeit nicht zurückdrehen, aber Sie als Eltern können Ihr Kind darin unterstützen, das Zuhören trotz der größeren Herausforderungen zu trainieren und sich damit an die gegebenen Umstände anzupassen.

## FRAGEN? ANREGUNGEN? KRITIK?

Bitte wenden Sie sich direkt an das Beratungsteam unter [beratung@heidehofgymnasium.de](mailto:beratung@heidehofgymnasium.de)  
Das Beratungsteam