

Der Versteh-Check: Ist es Ignoranz oder das Gehör?

Autor: Maximilian Bauer, MSc Clinical Audiologist (Salus University)

Streit entsteht oft durch Fehlinterpretation. Der Partner denkt: "Er hört mir nicht zu, weil ich ihm egal bin." Die Wahrheit ist oft: Das Gehirn ist erschöpft ("Listening Fatigue"). Dieser Check hilft Ihnen, Emotionen von Fakten zu trennen.

Anleitung:

Gehen Sie die folgenden 7 Situationen gemeinsam durch. Kreuzen Sie an, was zutrifft. Seien Sie ehrlich.

Teil 1: Der Stress-Indikator (Beobachtungen im Alltag)

1. Die "Küchen-Situation"

Situation: Jemand spricht aus einem anderen Raum oder während Wasser läuft / der Dunstabzug an ist.

Der Betroffene reagiert gar nicht.

Der Betroffene ruft genervt "Was?" oder kommt aggressiv rüber.

Der Partner fühlt sich ignoriert.

👉 Insider-Fakt: Hochfrequente Konsonanten (f, s, sch) werden durch Wassergeräusche maskiert. Das ist keine Ignoranz, das ist Physik.

2. Der "Abend-Effekt"

Situation: Nach 19:00 Uhr oder nach einem langen Arbeitstag.

Der Betroffene wirkt abwesend, müde oder zieht sich zurück.

Antworten werden kürzer ("Ja", "Mhm"), obwohl das Thema wichtig ist.

Der Partner hat das Gefühl, gegen eine Wand zu reden.

👉 Insider-Fakt: "Listening Fatigue". Ein geschädigtes Gehör muss Schwerstarbeit leisten, um Sprache zu filtern. Abends ist der "Akku" des Hörzentrums oft leer.

3. Die "Restaurant-Falle"

Situation: In Gesellschaft, im Restaurant oder bei Familienfeiern.

Der Betroffene lacht an den falschen Stellen oder nickt nur höflich.

Der Betroffene dominiert das Gespräch (Monolog), um nicht zuhören zu müssen.

Der Betroffene wird still und schaltet ab.

Teil 2: Die Emotions-Probe

4. Die Wiederholung

Wenn der Partner etwas wiederholen muss, verdreht er die Augen oder seufzt laut.

Der Betroffene fühlt sich bei Nachfragen sofort kritisiert ("Ich bin doch nicht taub!").

5. Die Lautstärke

Der Fernseher ist für den Partner zu laut, für den Betroffenen "genau richtig".

Der Betroffene spricht selbst ungewöhnlich laut oder sehr leise.

Auswertung

Haben Sie mehr als 3 Kreuze gesetzt?

Dann haben Sie mit hoher Wahrscheinlichkeit kein Beziehungsproblem, sondern ein akustisches Kommunikationsproblem.

Die gute Nachricht: Es liegt nicht am Charakter. Es liegt an der Signalverarbeitung.

Ihr Handlungsplan als Paar:

1. **Stoppen Sie die Moral:** Ersetzen Sie den Vorwurf "*Du hörst mir nie zu*" durch die Frage "*Warst du gerade akustisch überfordert?*".
2. **Die "Sicht-Regel":** Sprechen Sie wichtige Dinge nur an, wenn Sie Sichtkontakt haben. Rufen Sie nicht durch Wände.

3. **Der Realitäts-Check:** Ein professioneller Hörtest bringt Klarheit. Oft sind es die hohen Frequenzen, die fehlen – genau die, die für Klarheit sorgen, während die Lautstärke noch "okay" wirkt.
- 4.

HörgeräteInsider | Maximilian Bauer | www.hoergeraete-insider.de

Dieses Dokument ersetzt keine ärztliche Diagnose.