



## Der erste Eindruck sichert unser Überleben...

Hamburg, 31. August 2016. Es passiert so schnell, dass wir weder den eigentlichen noch einen rationalen Grund für das Ergebnis benennen können: Wir begegnen einem uns völlig unbekanntem Menschen und schon haben wir ihn oder sie in eine „Schublade gesteckt“. Für den Hamburger Sozialpsychologen Hans-Peter Erb ist das ein sehr menschliches Verhalten: „Wir kategorisieren ganz automatisch und teilen die Welt in Gruppen ein“, erklärt der Forscher von der Helmut-Schmidt-Universität Hamburg. Vom berühmten ersten Eindruck ist die Rede, dessen Entstehung wir hier einmal näher beleuchten

Die Hirnforschung hat in den letzten zehn Jahren mehr über die Funktionsweise des Gehirns gelernt als in den 100 Jahren davor. Diesen enormen Erkenntnisprung verdankt die Wissenschaft insbesondere neuen Messverfahren, zum Beispiel der funktionellen Magnetresonanztomographie (MRT), mit der erstmals das Gehirn live bei der Arbeit beobachtet werden kann. Dann, wenn Menschen ihre Lieblingsmarken, Werbespots, Rabattsymbole oder Produktdesigns betrachten. Erkenntnisfördernd kommt hinzu, dass das Gehirn die einzige Konstante in unserer immer komplexer werdenden Welt ist: Das menschliche Gehirn ist im 21. Jahrhundert etwa 50.000 Jahre alt. Die Evolution verändert den genetischen Setup des Menschen und damit den Aufbau des Gehirns nicht täglich oder jährlich, sondern über Zeiträume von ungefähr 50.000 Jahren hinweg.

Noch älter und ursprünglicher dürfte das Prinzip des ersten Eindrucks sein. Immerhin sicherte das blitzschnelle Erkennen von Gefahren das Überleben in der freien Natur. Die überlebenswichtige, entscheidende Erfahrung des ersten Eindrucks ist uns Menschen erhalten geblieben und wissenschaftlich belegt. Zwar glauben und hoffen wir im Fall der Fälle, einen ungünstigen ersten Eindruck später wieder bereinigen zu können, wenn wir nur gut genug sind. Das ist allerdings nur zu einem geringen Teil möglich.

Viele Studien belegen, dass der erste Eindruck tatsächlich der bleibende ist: „Egal, ob Sie einen Menschen beurteilen wollen oder nicht: Ihr Verstand wird das auf jeden Fall tun, die Person einsortieren und bewerten. Das ist automatisch so“, stellt Antonio Rangel vom California Institute of Technology fest. Dabei brauche unser Unbewusstes maximal 230 Millisekunden, um zu entscheiden, was richtig und was falsch sei, andere Wissenschaftler gehen sogar von nur 100 Millisekunden aus.

Dass der erste Eindruck zählt, ist also keineswegs nur eine Redewendung. Denn mit diesem ersten Eindruck machen wir uns ein Bild von einem Menschen, zum Beispiel von einem Bewerber. Und mit diesem Bild gleichen wir den Menschen im Folgenden immer wieder ab. Wissenschaftler sprechen in diesem Zusammenhang von einer Färbung, als „first impression error“ bezeichnet, die aussagt, dass sich Bewerber noch so gut präsentieren können, einen schlechten ersten Eindruck revidieren sie damit nicht mehr.



## Etikette Trainer International

Wenn wir also einen Menschen treffen, ist in kürzester Zeit sozusagen alles gelaufen. Trifft irgendein Reiz auf eines unserer Sinnesorgane, haben wir bereits entschieden: kompetent – ja oder nein, sympathisch – ja oder nein, offen für Beratung – ja oder nein, passt in mein Team – ja oder nein. Denken Sie also daran: Der Moment, in dem Sie ein Zimmer betreten oder der, in dem Sie das erste Mal jemand anderem unter die Augen treten, ist entscheidend für alles, was danach noch passiert. Und alle Wissenschaftler sind sich einig: Unser bewusstes Denken hat dabei nur wenig Einfluss auf das, was wir tun.

Komplett aussichtslos, einen negativen Eindruck wieder gut zu machen, ist es jedoch nicht. Die Macht des ersten Eindrucks kann langfristig gebrochen werden, wenn man sich in möglichst vielen verschiedenen Situationen unter den verschiedensten Umständen angenehm präsentiert. Dann verliert der erste Eindruck nach und nach seine Relevanz. Die Frage ist: Wie viele Chancen bekommen wir im Geschäftsleben? Für ein Bewerbungsgespräch, für ein Verkaufsgespräch, für eine Wettbewerbspräsentation beim Kunden? Wie oft dürfen wir wiederkommen, wenn der erste Eindruck schlecht war? Normalerweise gar nicht!

Zeichen: 4.094 Zeichen inklusive Leerzeichen

*Redaktion: Imme Vogelsang, iv-imagetraining*

### **ETI: Etikette Trainer International**

ETI ist ein Zusammenschluss von internationalen Etikette Trainern, die gesellschaftliche Entwicklungen diskutieren, mit traditionellen Formen vergleichen und gegebenenfalls neue Standards setzen. Diese Empfehlungen werden in Seminaren, Pressegesprächen und Veröffentlichungen transportiert. Alle Mitglieder haben eine qualifizierte Ausbildung im Bereich Umgangsformen, Hotellerie, Gastronomie oder Protokoll und bilden sich ständig weiter. Dieses Netzwerk von Spezialisten steht für Aktualität, Kompetenz und Qualität.