

Smalltalk lernen - 10 hilfreiche Tipps und 10 typische Fehler

Guter Smalltalk? Das fällt vielen Menschen schwer. Den wenigsten ist die Redseligkeit schon in die Wiege gelegt. Das macht aber nichts, denn Smalltalk können Sie ganz einfach lernen.

Mit ein paar hilfreichen Tipps und etwas Übung steht dem nächsten lockeren Gespräch mit Ihrem Kollegen, dem Nachbarn und auch dem persönlichen Treffen mit Ihrer Online-Bekanntschaft nichts mehr im Wege.

Mit 10 Tipps Smalltalk lernen

Sie wollen endlich richtig Smalltalk lernen? Auf gehts! Mit etwas Übung und diesen 10 Tipps klappt es bestimmt.

1. Starten Sie direkt in das Gespräch

Aller Anfang ist schwer, das gilt auch für Smalltalk. Den Start ins Gespräch empfinden die meisten Personen dabei als besonders schwierig. Einen fremden Menschen anzusprechen, kostet viel Überwindung und Mut. Unser Ratschlag: Je weiter Sie die Situation hinauszögern, desto nervöser werden Sie. Also lieber direkt drauf los, als zu lange zu warten.

2. Finden Sie das passende Smalltalk Thema

Direkt ins Gespräch starten schön und gut, aber worüber sollen Sie reden? Wer Smalltalk lernen möchte, der sollte sich auf jeden Fall Gedanken um ein passendes Gesprächsthema machen. Ein guter Einstieg ist immer, wenn Sie sich erstmal mit Ihrem Namen vorstellen. Was machen Sie beruflich und warum sind Sie heute hier? Wenn Sie damit beginnen, ist meist schon das erste Eis gebrochen. Weitere beliebte Smalltalk Themen sind zum Beispiel:

- **Hobbies und Interesse:** Jeder hat etwas, was er besonders gerne macht. Hobbies und Interesse eignen sich deshalb gut für einen Smalltalk.
- **Beruf:** „Was machen Sie beruflich?“ Der Job ist mit Abstand [das beliebteste Smalltalk-Thema](#).
- **Gute Filme, Bücher und Musik:** Bevor Sie zu tief in dieses Thema einsteigen und einen langen Monolog über Ihre Lieblingsserie halten, sollten Sie abklären, ob auch Ihr Gesprächspartner sich dafür interessiert.
- **Das Wetter:** Der absolute Klassiker unter den Smalltalk-Themen, aber trotzdem immer wieder gern gewählt.
- **Aktuelle Themen:** Was ist gerade so in Deutschland und der Welt los? Haben sie vielleicht auf dem Weg zum Treffen etwas Interessantes im Radio gehört? Dann machen Sie es doch einfach zu dem Thema Ihres Gesprächs.
- **Andere Personen:** Sie haben einen gemeinsamen Freund aus Schulzeiten oder kennen sich über einen Arbeitskollegen? Gemeinsame Kontakte sind immer eine gute Möglichkeit, um einen lockeren Smalltalk zu führen. Hier gilt natürlich: Lästern verboten!

3. Smalltalk lernen: Stellen Sie offene Fragen

Peinliche Stille ist immer eine unangenehme Situation. Doch wussten Sie, dass Sie ihr ganz einfach vorbeugen können? Indem Sie Ihre Fragen offen formulieren anstatt nur ja/nein Fragen zu stellen, können Sie den Redefluss ganz einfach am Laufen halten.

Unsere Tipps für offene Fragestellungen:

- Statt: „Hatten Sie einen guten Tag?“ lieber: „Was haben Sie heute so erlebt?“
- „Welche Musik hören Sie am liebsten“ ist besser als: „Gefällt Ihnen der Song?“
- Mit: „Was ist Ihr Lieblingsessen?“ können Sie das Gespräch besser am Laufen halten als mit: „Schmeckt Ihnen das Essen auch so gut?“

4. Signalisieren Sie Interesse

Hat Ihr Gegenüber das Gefühl, Sie interessieren sich nicht dafür, was er sagt, dann wird dies ein sehr kurzes Gespräch werden. Wenn Sie guten Smalltalk lernen wollen, ist es deshalb sehr wichtig, dass Sie Ihr ehrliches Interesse zum Ausdruck bringen. Am einfachsten geht das indem Sie:

- **Keine abgeneigte Körperhaltung haben!** Drehen Sie sich mit Ihrem Körper offen zu der Person, mit der Sie sich unterhalten wollen.
- **Ihre Arme nicht vor dem Körper verschränken.** Das kann schnell abweisend wirken.
- **Auch mit Ihrer Gestik können Sie viel erreichen.** Ein zustimmendes Nicken oder ein kurzes Lächeln signalisieren Interesse.
- **Stellen Sie Fragen** zu dem, was Ihnen Ihr Gesprächspartner erzählt. Hier gilt natürlich: Immer nur die Fragen stellen, die Sie wirklich interessieren. Vorgetäushtes Interesse fliegt früher oder später immer auf.

5. Lachen Sie

Es klingt so einfach und ist doch so wirkungsvoll. Schon mit einem ehrlichen, freundlichen Lächeln können Sie während einer Konversation viel bewirken.

Und das Beste daran: Sie schlagen gleich zwei Fliegen mit einer Klappe. Denn wer lächelt, der sorgt nicht nur für Sympathiepunkte bei seinem Gegenüber, sondern fühlt sich auch selbst viel besser.

6. Üben Sie Smalltalk zu Hause

Haben Sie sich schon mal zu Hause vor den Spiegel gestellt und einfach ein bisschen mit sich selbst geplaudert? Was Ihnen vielleicht auf den ersten Blick etwas komisch und unangenehm vorkommen mag, ist in Wahrheit eine super Sache, um den lockeren Smalltalk zu üben. Und wer nicht mit sich selbst reden möchte, der holt sich eine gute Freundin zur Hilfe. Gemeinsam lernen macht sowieso viel mehr Spaß.

7. Hören Sie zu

Reden ist Silber, Schweigen ist Gold. Dieses altbekannte Sprichwort gilt auch bei einem lockeren Gespräch. Damit ist natürlich nicht gemeint, dass Sie nur stumm dasitzen und Ihrem Gesprächspartner bei seinen Erzählungen lauschen. Andererseits sollte der Smalltalk auch nicht daraus bestehen, dass Sie einen Monolog führen und die andere Person überhaupt nicht zu Wort kommt.

Versuchen Sie, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen dem Zuhören und Sprechen zu finden. Ein tiefes Gähnen oder ein abschweifender Blick sind Anzeichen dafür, dass es an der Zeit ist, die andere Person auch mal wieder etwas erzählen zu lassen.

8. Gehen Sie positiv in den Smalltalk

„Oh je, mit dem konnte ich noch nie gut!“ Wer mit so einer Einstellung in den Smalltalk startet, der wird sicher auch keinen Erfolg haben. Unser Tipp lautet deshalb: Gehen Sie positiv und unvoreingenommen in die Unterhaltung. Wer weiß, vielleicht entdecken Sie ein paar ganz neue Seiten an der Person, oder Sie beide teilen ein großes Hobby von dem Sie bis jetzt noch gar nichts wussten. Ohne eine positive und offene Einstellung werden Sie das nie erfahren.

9. Konzentrieren Sie sich auf Ihren Gegenüber

„Was sag ich als Nächstes?“, „Was denkt er wohl gerade über mich?“ und „Hoffentlich merkt niemand, wie schüchtern ich bin!“. Solche Gedankenmuster sollten ab jetzt der Vergangenheit angehören.

Versuchen Sie während des Gesprächs nicht die ganze Zeit über sich selbst nachzudenken, sondern konzentrieren Sie sich auf die andere Person. Was sagt sie? Wie verhält sie sich und wie fühlt sie sich wohl gerade? Diese Fragen liefern hilfreiche Erkenntnisse für Ihren Smalltalk.

10. Das hilft bei einem Blackout

Hatten Sie schon mal einen Blackout? Einen Totalausfall, bei dem Ihr Kopf auf einmal wie leer war? Diese Situation ist für die meisten wohl das aller Schlimmste. Dabei ist es doch bestimmt jedem schon mal passiert. Unser Tipp für einen Blackout beim Smalltalk lautet deshalb: Einfach drüber sprechen! Sagen Sie ganz unbefangen: „Jetzt habe ich gerade völlig den Faden verloren! Wo waren wir gerade?“. So wird ganz sicher jeder Verständnis für Ihren kleinen Aussetzer haben und Ihre offene und ehrliche Art sorgt gleichzeitig für eine Extraportion Sympathiepunkte.

Die 10 typischen Fehler beim Smalltalk

Viele Menschen scheuen das lockere Gespräch mit Fremden aus Angst etwas falsch zu machen. Dabei lassen sich die meisten Fehler ganz einfach vermeiden:

1. Besserwisserei

Es gibt kaum etwas Nervigeres als einen Gesprächspartner, der ständig alles besser weiß. Niemand unterhält sich gerne mit einer Person, die einen immerzu belehrt und das Gefühl vermittelt, man selbst hätte keine Ahnung.

2. Kontroverse Themen ansprechen

Themen wie Geld, Beziehung, Religion oder persönliche Probleme haben in einem ungezwungenen Smalltalk nichts zu suchen. Zu hoch ist die Gefahr, dass Sie beide hier unterschiedlicher Meinung sind und die lockere Unterhaltung in eine hitzige Diskussion abdriftet.

3. Selbstverliebtheit

„Das kenn ICH schon!“, „Das mach ICH auch immer so!“, „Unglaublich, was ICH heute wieder erlebt habe!“ Immer nur über sich selbst zu reden kommt in einem Gespräch selten gut an.

Lassen Sie Ihr Gegenüber doch lieber selbst herausfinden, wie toll Sie sind, anstatt es ihm so offensichtlich unter die Nase zu reiben.

4. Beklagen und rumjammern

Klar, jeder hat mal einen schlechten Tag und ab und zu muss man sich auch mal so richtig ausheulen können. Ein Smalltalk ist dafür allerdings nicht die passende Gelegenheit. Schütten Sie Ihr Herz lieber bei einer guten Freundin aus, als bei einem völlig Fremden.

5. Auf das Handy gucken

Während der Unterhaltung immer mal wieder das Handy rausholen und die Nachrichten checken? Ein absolutes No-Go. Damit signalisieren Sie Ihrem Gegenüber ganz klar: Die Nachrichten auf meinem Telefon sind spannender als das Gespräch. Definitiv keine gute Ausgangssituation für einen gelungenen Smalltalk.

6. Ständiges Widersprechen

„Nein, das stimmt nicht!“, „Das sehe ich anders!“ Jemand, der ständig widerspricht und unbedingt seine Meinung durchsetzen möchte wirkt eher streitlustig und unnahbar als sympathisch. Wenn Sie merken, dass Sie bei einer Sache einfach nicht auf den gleichen Nenner kommen, dann wechseln Sie lieber geschickt das Thema anstatt auf Teufel komm raus den anderen von Ihrer Meinung überzeugen zu wollen.

7. Ein No-Go beim Smalltalk: Monologe führen

Das Ziel eines Smalltalks ist es, die andere Person besser kennenzulernen. Wie können Sie etwas über Ihren Gesprächspartner erfahren, wenn Sie ihn gar nicht zu Wort kommen lassen? Erzählen Sie also gerne etwas über sich, aber stellen Sie auch Fragen und hören Sie aufmerksam zu, während die andere Person redet.

8. Zu viele Grübeln

Ein Fehler, den die meisten Menschen beim Smalltalk machen ist, dass sie zu viel darüber nachdenken. In der Sorge ,etwas Falsches zu tun oder zu sagen, analysieren wir jede unserer Handlungen im Detail, so dass wir am Ende total verkrampft und unentspannt rüberkommen. Und noch viel schlimmer: Ist Ihr Kopf so mit dem Grübeln beschäftigt, können Sie sich gar nicht mehr darauf konzentrieren, was die andere Person Spannendes zu erzählen hat.

9. Emotionen verstecken

Beim Smalltalk sollte man keine [Emotionen](#) zeigen, da man die Person ja noch gar nicht kennt. Blödsinn! Emotionen sind essentiell wichtig, um Menschen kennenzulernen und Sympathien zu entwickeln.

10. Das perfekte Gespräch führen wollen

Eine lockere Konversation ist kein Wettkampf, indem es darum geht, den klügsten und interessantesten Gesprächsbeitrag zu liefern. Vielmehr geht es darum, eine entspannte Unterhaltung zu führen und sein Gegenüber besser kennenzulernen.

Fazit: Sehen Sie jedes Gespräch als Chance!

Guten Smalltalk ist kein Hexenwerk. Wie bei vielen anderen Dingen gilt auch hier: Übung macht den Meister. Nutzen Sie deshalb jede Situation, die sich Ihnen bietet, um das lockere Gespräch zu lernen.

Sehen Sie es nicht als lästige Aufgabe, sondern als eine echte Chance, Ihr Gegenüber besser kennenzulernen und neue spannende Erfahrungen zu sammeln. Wer weiß, vielleicht versteckt sich hinter einem der Gesprächspartner ja sogar Ihre große Liebe...