

»Um sich in der egoistischen Ellenbogengesellschaft von heute durchzusetzen, muss der Mensch selbstbewusst, kontaktfreudig und dynamisch sein, sonst geht er unter. Oder auch nicht, sagt Susan Cain in ihrem gewaltigen Plädoyer für das Stille in einer lauten Welt.«

Deutschlandradio Kultur

Ein kurzes Interview mit Susan Cain über ihre Leidenschaft für stille Menschen



Susan Cain © Aaron Fedor

Frage: Warum haben Sie das Buch geschrieben?

Susan Cain: Weil es Vorbehalte über Introvertierte gibt. Unsere Schulen, Arbeitsplätze und religiösen Institutionen sind für Extravertierte gemacht, und viele Introvertierte glauben, mit ihnen stimme etwas nicht und sie sollten versuchen, als Extravertierte »durchzugehen«. Diese negative Voreinstellung führt zu einer kolossalen Verschwendung von Talenten, Energie und letztlich von Glück.

Frage: Welche persönliche Bedeutung hat das Thema für Sie?

Susan Cain: In meinen Zwanzigern begann ich, als Anwältin für Körperschaftsrecht an der Wall Street zu arbeiten. Zuerst dachte ich, ich würde vor einer enormen Herausforderung stehen, weil ich meinte, eine erfolgreiche Anwältin müsse sich im Rampenlicht wohlfühlen, während ich introvertiert und gelegentlich schüchtern war.

Aber ich erkannte bald, dass meine Wesensart viele Vorteile hatte: Ich war gut darin, im Vieraugengespräch hinter den Kulissen loyale Bündnisse zu schmieden; ich war in der Lage, meine Tür zuzumachen, mich zu konzentrieren und gute Arbeit zu leisten, und wie zahlreiche Introvertierte stellte ich tendenziell viele Fragen und hörte mir aufmerksam die Antworten an, was ein unschätzbare Vorteil in Verhandlungen ist. Ich begann zu erkennen, dass hier viel mehr im Spiel war, als das kulturelle Stereotyp von Introvertierten uns glauben machen will. Ich wollte mehr wissen, also verbrachte ich die letzten fünf Jahre damit, die Kraft der Introversion zu erforschen.

Frage: Welche Vorzüge hat es, introvertiert zu sein?

Susan Cain: Sie alle aufzuführen würde den Rahmen hier sprengen, aber es gibt zwei scheinbar widersprüchliche Eigenschaften, von denen Introvertierte profitieren: Introvertierte sind gern allein – und Introvertierte sind gern kooperativ. Wie Untersuchungen belegen, sind viele der kreativsten Menschen introvertiert, und ihre Kreativität verdanken sie teilweise ihrer Fähigkeit, still zu sein. Introvertierte sind sorgfältige, gründliche Denker, die die erforderliche Einsamkeit ertragen können, um Ideen zu entwickeln. Andererseits ist Zusammenarbeit notwendig, um gute Ideen zu implementieren, und Introvertierte ziehen eher eine kooperative Umgebung vor, während Extravertierte lieber konkurrieren.

Susan Cain zeigt in *Still*, wie dramatisch unsere Kultur Introvertierte unterschätzt, und beschreibt die Vorzüge des Introvertiertseins, gegründet auf den neuesten Erkenntnissen der Psychologie und Neurowissenschaft.

In der aktualisierten Taschenbuchausgabe erläutert Susan Cain außerdem:

- Wie Sie sich als introvertierter Mensch optimal vorbereiten können, wenn Sie eine Rede halten müssen.
- Wie Sie als Eltern eines introvertierten Kindes Ihrem Nachwuchs hilfreich zu Seite stehen und ihn fördern können.
- Wie Sie als Pädagogen mit introvertierten Schülern umgehen können.



Susan Cain: Still. Die Kraft der Introvertierten. Goldmann Verlag, August 2013

© Verlagsgruppe Random House