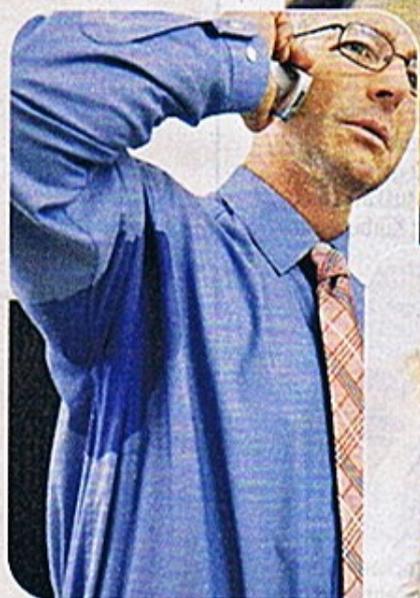


# Was tun, wenn der Kollege nervt?

Lärm, Geruch, Geschwätz: So lassen sich die meisten schwierigen Situationen mit Kollegen entschärfen



Stinker, Faulpelze und Lästermäuler: Manche Kollegen überschreiten ihre Grenzen

**M**an kann sie sich nun mal nicht aussuchen: Die Kollegen, mit denen man zusammenarbeitet. Und manchmal sind eben welche dabei, die das Nervenkostüm der anderen strapazieren, weil sie sich rücksichtslos oder einfach unfair verhalten. Oft merken sie es nicht mal. Das kann das Betriebsklima langfristig stören. Psychologin und Berufsscoach Horst Hanisch erklärt, wie man solche Störenfriede in die Schranken weist.

## Lautes Telefonieren

Wenn Herr Schröder telefoniert, dann hört die ganze Firma mit. Unfreiwillig und sehr gestört. Erste Regel bei diesem Lärm-Problem: Den Kollegen zunächst das Telefonat beenden lassen. Erst in einem ruhigen Moment ansprechen. „Es ist wichtig, dem Störer nicht das Gefühl zu vermitteln, dass er angegriffen wird“, sagt Hanisch. Am besten verwendet man Ich-Botschaften: „Ich fühle mich gestört“, „Ich kann mich nicht so gut konzentrieren.“

## Lange Privatgespräche

„Susanne, ich muss Dir unbedingt von dem Abend mit Peter erzäh-

len...“ – und schon wird der Arbeitsplatz zur Klatschzentrale. „Gegen private Gespräche ist grundsätzlich nichts einzuwenden“, sagt Hanisch. Ein lockeres Verhältnis zwischen Kollegen wirkt sich positiv auf das Betriebsklima aus. Nimmt das Plaudern jedoch Überhand, leidet die Arbeit. In diesem Fall sollte man den Schwätzer direkt auf das Problem hinweisen. Der Experte: „Es muss klar werden, dass die beruflichen Aufgaben nicht vernachlässigt werden dürfen und dass nicht jeder an den privaten Geschichten anderer interessiert ist.“

## Lästern über den Chef

Wer ständig böse Worte über den Vorgesetzten (auch außerhalb der Firma!) verbreitet, macht sich unbeliebt – und riskiert sogar die Kündigung. „Lautstark über den Chef herzugehen ist tabu“, sagt Hanisch. Es gilt, stets Loyalität zu zeigen. Herrscht jedoch allgemeine Unzufriedenheit über ein Thema, sollte der Konflikt betriebsintern gelöst werden. Der erste Weg führt zu den Kollegen. Man kann sich untereinander verständigen und einen Vertreter bestimmen. Dieser spricht das Problem im Namen aller dann beim Vorgesetz-

ten gezielt an. Ideal ist, wenn er gleich Lösungsvorschläge im Gepäck hat.

## Anstößige Bemerkungen

Der eine lacht, der andere fühlt sich gemobbt: Hier hört der Spaß auf. Erzählt ein Kollege anzügliche Witze, die jemanden verletzen, muss man dies sofort ansprechen. „Solche Späße können bis zur Diskriminierung führen“, warnt der Experte. Darum sollte man, auch wenn man nicht selbst betroffen ist, mutig sein, dem Witzereizler direkt seine Grenzen aufzeigen: „Das finde ich nicht mehr lustig. Dieser Spruch war absolut unangemessen.“

## Körpergeruch

Ein Bankangestellter, der müffelt: Nicht nur für die Kunden eine Zumutung. Prinzipiell ist es für alle Beteiligten unangenehm, wenn ein Kollege schlecht riecht. Für viele Menschen ist der Hinweis auf mangelnde Hygiene ein Tabuthema. Kein Wunder: Man will dem anderen ja nicht zu nahe treten. Doch nur ein offenes Wort, am besten unter vier Augen, verbessert die Situation. „Am Anfang des Gesprächs nennt man etwas,

dass man an dem Kollegen als Mensch schätzt“, rät Hanisch. Erst dann sollte man auf das eigentliche Problem eingehen. „Du bist immer so toll angezogen, aber mir ist aufgefallen, dass du öfter stark schwitzt.“ So signalisiert man Kollegialität und Verständnis: „Mir passiert das auch manchmal – ich kenne daher ein gutes Deo.“

## Fremde Lorbeeren einheimen

Nicht selten: Während der ein pflichtbewusst den Arbeitsalltag meistert, lehnt sich der andere lässig zurück. Wenn letzterer dann unter Druck gerät, verhält er sich nicht immer fair. Mancher versucht mit der Arbeit anderer zu glänzen. Dann empört „Das war meine Idee“ zu rufen, wirkt kindlich. Der Experte rät bei Verdacht auf Ideenklau: Suchen Sie das Gespräch mit dem Kollegen. Klären Sie, ob sich Ihre Ideen vielleicht nur zufällig ähneln. Der Kollege hat Ihre Einfälle mutwillig als seine verkauft? Signalisieren Sie, dass Sie ihn entlarvt haben. Zeigen Sie keine Einsicht, bleibt nur der Weg zum Chef. **Julia Bang**