

Dieser widerliche Kollege

14.02.2019, 14:16 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Innere Staerke*

Fast jeder kennt jemanden, den er nicht mag, den er vielleicht sogar widerlich findet und mit dem er doch täglich zu tun hat. Das Arbeitsleben ist kein Ponyhof, es ist eine Zweckgemeinschaft, bei der man sich seine Kollegen nicht immer aussuchen kann.

Natürlich tragen solche Animositäten weder zum Betriebsklima noch zu außergewöhnlich guten Ergebnissen bei. Letzter finden sich dann eher bei den Frollegen (Freunde und Kollegen in einer Person), wo die gute offene Kommunikation für Innovation und hohe Leistung sorgt.

Wer in solchen Zwangsehen nicht auf Dauer leiden und mit dem berühmten Knoten im Bauch einen Großteil seines Lebens verbringen will, hat zwei Möglichkeiten. Trennung oder Reden. Konflikte werden nicht selten dadurch gelöst, daß die Streithähne verschiedene Wege gehen. Diese Möglichkeit hat man im Prinzip auch bei verdeckten Konflikten, doch häufig ist der Leidensdruck dann doch nicht so groß, um all die liebgewonnenen Gewohnheiten über Bord zu werfen. Es mag schon sein, daß einem dieser eine Kollege immer auf die Nerven geht, doch dafür hat man eben seinen sicheren Job, das kostenlose BVG-Ticket und nach all den Jahren Extra Urlaubsanspruch. Trennung klingt also oft nicht wirklich attraktiv, wenn man das Gesamtpaket betrachtet.

Reden ist aber auch nichts, was Begeisterungsstürme hervorruft. Wäre es so einfach, hätte man es ja schon getan. Es gab im Gegenteil in der Vergangenheit immer wieder Missverständnisse und alle Versuche auf den anderen freundlich zuzugehen, wurden ignoriert oder – noch schlimmer – führten zu weiteren Verletzungen. Nicht trennen und auch nicht reden, was bleibt einen da noch, abgesehen von dem Aushalten und der Verschiebung des Fokus auf die kollateralen Vorteile?

In deutschen Unternehmen genauso wie in vielen privaten Beziehungen hat man Verzicht gelernt. Das ist an für sich nichts Negatives. Im Leben geht es schließlich nicht nur darum sich selbst zu verwirklichen und Arbeitszufriedenheit oder gar Work-Life-Balance sind hehre Ideale, aber die Wirklichkeit ist eben doch noch ein anderes Kaliber. Verzicht hat sogar einen utopischen Aspekt. Es gibt Menschen, die behaupten, wir müssten wieder kompromissbereiter werden, um das Auseinanderbrechen der Gesellschaft, Gewalt und die Diktatur der Engstirnigkeit zu verhindern.

Doch es gibt einen Unterschied zwischen einem gesunden Kompromiss, mit dem beide Seiten gut leben und arbeiten können und dem stillen Leiden in einer Situation, die einen immer und immer wieder frustriert. Empathie. Der gesunde Kompromiss zieht in Erwägung, dass man selbst und der andere nicht perfekt ist. Er beinhaltet den Versuch einer echten Perspektivenübernahme. Wer also noch eine klein wenig Hoffnung hat, mit dem widerlichen Kollegen gut auszukommen, sollte folgendes probieren.

Als erstes versucht man, den anderen zu verstehen. Dafür ist es notwendig auch etwas über ihn zu wissen. Man sammelt also Informationen über den Widerling. Über sein Leben, seine Karriere, seine Hobbies und so weiter. Sowohl bei verdeckten wie offenen Konflikten macht man immer wieder die Beobachtung, dass die Gegner erstaunlich wenig voneinander wissen. Es ist kein Problem, die eigenen Verletzungen zu rekapitulieren, doch was für ein Mensch der andere ist und warum der dazu geworden ist und welche Lebenssituation ihn begleitet, bleibt oft im Dunkeln. Man kennt es eigentlich aus guten Filmen und Büchern. Missmutige Menschen hatten es oft nicht leicht. Sie haben Menschen verloren oder ihre Stärken und Interessen kümmern niemanden. Wer mit seinem Gegenüber besser klarkommen möchte, sollte mehr über ihn wissen. Das nennt man kognitive Empathie. Aus ihr resultiert fast schon automatisch der zweite Teil: Emotionale Empathie. Wissen macht frei und befreit auch die Gefühle. Wenn man weiß, welches Schicksal der andere trägt, ist man oft ungewollt gerührt. In der Folge entsteht eine neue Beziehung auf Basis dieser Gefühlsresonanz. Wenn man nun einen Kompromiss eingeht, hat dieser eine neue Bedeutung. Denn man kommt dem anderen ja entgegen, weil man schon mit ihm verbunden ist, emotional. Das was am Anfang wie ein großes Zugeständnis wirkt, erscheint

einem nun einfach folgerichtig. Es ist viel mehr als ein Abrücken vom eigenen Standpunkt. Man könnte sagen, es ist eine gemeinsame Entscheidung für einen neuen gemeinsamen Weg, den man auf einer tieferen Ebene schon begonnen hat. Verstehen. Gefühle. Handeln. Das sind die Etappen für die Entwicklung eines neuen Miteinanders.

Das bedeutet natürlich nicht, dass der widerliche Kollege über Nacht zum Freund wird. Doch wenn der Widerstand, der lange Zeit Energie gekostet hat, aufgegeben wird, ist Raum für Neues. Am Ende mag den Widerling vielleicht sogar wieder leiden.

Portrait

Innere Stärke bietet Trainings und Coachings mit den Schwerpunkten Stressprävention, Burn-Out-Prophylaxe und soziale Kompetenz. Die Trainings sind wissenschaftlich fundiert und auf den Transfer in den Berufsalltag und die Freizeit der Menschen abgestimmt. Personalentwicklung state of the art.

News-ID: 1037875 • Views: 635 (Stand: 09.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1037875/Dieser-widerliche-Kollege.html>