

So sagen Sie dem Kollegen, dass er nervt

1 | 2 | 3

Weiter 

Die Angewohnheiten Ihres Kollegen hindern Sie am konzentrierten Arbeiten, seine unangenehmen Gerüche stören Ihr Wohlbefinden.


Von Anja Schreiber




Wer den nervigen Kollegen nicht mehr erträgt, sollte den Ärger lieber nicht in sich hineinfressen.

© Archiv

Mehr zum Thema

 **Tratschtante oder Arbeitsvermeider?**

Service

 **Jobbörse: Finden Sie Ihren Traumjob**

Schlagworte

Unangenehme Kollegen, Benimm, Höflichkeit

Wenn Sie solche Erlebnisse bereits hatten, kennen Sie das Problem: Wie sage ich es meinem Kollegen? Mit Takt und Höflichkeit lassen sich solchen Situationen am besten meistern.

"Grundsätzlich ist es richtig, Kollegen auf Angewohnheiten anzusprechen, die Sie an ihnen stören", betont Etikette-Trainerin Nandine Meyden aus Berlin. Sie weiß, dass sich der Groll über unausgesprochene Probleme in der Regel ansammelt. "So kann das Fass irgendwann überlaufen, sodass Sie ausflippen, ohne dass Ihr Gegenüber den Grund dafür weiß."

Ihr Tipp: Versuchen Sie ein Gespräch zu führen, bevor es soweit kommt. Wer unangenehme Angewohnheiten oder Eigenschaften seines Kollegen zum Thema machen will, dem rät Dr. Matthias Nöllke, Buchautor rund ums Thema Rhetorik, zu Takt und Höflichkeit. "Sie sollten natürlich nur die Angewohnheit ansprechen, die Sie selbst betreffen. Das starke Schwitzen eines Kollegen werden Sie hinnehmen müssen, aber nicht starken, unangenehmen Körpergeruch. Wie Sie etwas sagen, hängt dabei auch von dem Grad der Vertrautheit mit Ihrem Kollegen ab."

1 | 2 | 3

Weiter 

1. Die begehrtesten Single-Damen
2. Flugzeug hatte vor Absturz Probleme
3. Sexy: Topmodels on the Rocks
4. Die Lust am Shoppen bleibt
5. Britney lässt sich auf Tour zersägen

Monster.de



Der passende Job bei Monster.de

Mehr als 400.000 Stellen pro Jahr und Angebote direkt per Mail. mehr

Quiz



Tratschtante oder Arbeitsvermeider?

Finden Sie heraus, welcher Kategorie Ihr Kollege angehört! mehr

ShortBooks



So wird man Geldsorgen wieder los!

Jetzt bei ShortBooks die Profi-Tricks zum Geldsparen anhören. mehr

Such-Tipps

1. Kurse
2. Ausbildung
3. Karriere
4. Nebenjob
5. Sprachkurs
6. Bewerbung
7. Karriereberatung
8. Weiterbildung
9. Seminar
10. Fernstudium



Erholung in Südtirol

Alpine Wellness für Genießer in Südtirol. mehr

ab €70,-

So sagen Sie dem Kollegen, dass er nervt

[Zurück](#)

1 | 2 | 3

[Weiter](#)

Nandine Meyden empfiehlt, solch ein Problemgespräch so diskret wie möglich zu führen: "Sorgen Sie dafür, dass niemand zuhört und beschuldigen Sie Ihr Gegenüber auf keinen Fall. Denn so erreichen Sie nur, dass Ihr Kollege eine Verteidigungshaltung einnimmt."

Auch Matthias Nöllke, der auch das Buch "Peinliche Situationen meistern" verfasst hat, warnt davor, gleich zu motzen: "Versuchen Sie Ich-Botschaften zu senden, indem Sie davon sprechen, was Sie stört. Treffen Sie aber keine Aussagen über den Anderen! Wenn Ihr Kollege zum Beispiel im Büro Musik hört, sollten Sie nicht über seinen Musikgeschmack diskutieren, sondern höflich erklären, dass Sie sich nicht konzentrieren können."

Um bei Ihrem Kollegen auf offenen Ohren zu stoßen, rät Nandine Meyden: "Zeigen Sie Ihrem Kollegen Ihre Wertschätzung, indem Sie Verständnis für seine Situation äußern. Wenn er zum Beispiel immer sehr laut telefoniert, könnten Sie ihm sagen, dass Sie seine Erregung etwa bei der Bearbeitung von Reklamationen verstehen." Allerdings sollten Sie bei aller Vorsicht und Höflichkeit nicht vergessen, im Gespräch eine konkrete Bitte zu formulieren.

Besonders problematisch ist es, wenn Sie sich durch den Körpergeruch eines Kollegen gestört fühlen. "Ein Gespräch über den Körpergeruch des Anderen kann extrem verletzend sein. Deshalb sollten Sie solche Gespräche nur unter vier Augen führen und auch das nur mit äußerster Vorsicht", erklärt Nöllke.


Er empfiehlt, zum Beispiel auf den Kollegen zuzugehen und ihn zu fragen: "Was ist mit Dir los? Du siehst nicht gut aus." Da hinter der Vernachlässigung der Körperhygiene häufig tiefsitzende Probleme stehen, könnten Sie so dezent auf das Problem aufmerksam machen.

[Zurück](#)


1 | 2 | 3

[Weiter](#)

Mehr zum Thema

 [Tratschtante oder Arbeitsvermeider?](#)

Service

 [Jobbörse: Finden Sie Ihren Traumjob](#)

Schlagworte

Unangenehme Kollegen, Benimm, Höflichkeit

1. Die begehrtesten Single-Damen
2. Flugzeug hatte vor Absturz Probleme
3. Sexy: Topmodels on the Rocks
4. Die Lust am Shoppen bleibt
5. Britney lässt sich auf Tour zersägen

Monster.de



Der passende Job bei Monster.de

Mehr als 400.000 Stellen pro Jahr und Angebote direkt per Mail. mehr

Quiz



Tratschtante oder Arbeitsvermeider?

Finden Sie heraus, welcher Kategorie Ihr Kollege angehört! mehr

ShortBooks



So wird man Geldsorgen wieder los!

Jetzt bei ShortBooks die Profi-Tricks zum Geldsparen anhören. mehr

Such-Tipps

1. Kurse
2. Ausbildung
3. Karriere
4. Nebenjob
5. Sprachkurs
6. Bewerbung
7. Karriereberatung
8. Weiterbildung
9. Seminar
10. Fernstudium



Erholung in Südtirol

Alpine Wellness für Genießer in Südtirol. mehr

ab €70,-

So sagen Sie dem Kollegen, dass er nervt

[Zurück](#)

1 | 2 | 3

"Wenn es sehr schwierig für Sie ist, Ihren Kollegen direkt auf extreme Körpergerüche anzusprechen, können Sie auch Ihren Vorgesetzten einschalten. Denn dieser hat schließlich die Pflicht, seine Mitarbeiter zu schützen", erklärt Nandine Meyden.

Doch nicht nur unliebsame Eigenschaften oder Angewohnheiten machen manchmal ein Gespräch nötig, sondern auch Klatsch und Tratsch, der verbreitet wird. "Bei einem Extremfall wie Mobbing ist unbedingt professionelle Hilfe von Nöten. Ansonsten sollten Sie den Kollegen ansprechen, der die Gerüchte verbreitet. Allerdings sollten Sie dabei nicht den Anderen beschuldigen, denn der Tratsch könnte sich auch als Missverständnis herausstellen", betont Nandine Meyden. Wichtig sei, dass Sie beim Gespräch den Wunsch nach Kooperation mit Ihrem Kollegen in den Vordergrund stellen.

Auch der richtige Zeitpunkt für solch sensible Themen ist wichtig: "Führen Sie diese Gespräche nicht in hektischen oder stressigen Situationen und unterlassen Sie es auch, wenn Sie oder Ihr Gesprächspartner schlechte Laune haben", betont Nöllke.

Literaturtipps:


Nandine Meyden: Business-Etikette. Sicher auftreten und Fettnäpfchen vermeiden, Berlin 2008, 124 Seiten, 6,95 Euro, ISBN: 978-3-589-23422-6

Matthias Nöllke: Peinliche Situationen meistern, Planegg 2008, 127 Seiten, 6,90 Euro, ISBN: 978-3-448-08814-4


[Zurück](#)

1 | 2 | 3

Mehr zum Thema

 Tratschtante oder Arbeitsvermeider?

Service

 Jobbörse: Finden Sie Ihren Traumjob

Schlagworte

Unangenehme Kollegen, Benimm, Höflichkeit

1. Die begehrtesten Single-Damen
2. Flugzeug hatte vor Absturz Probleme
3. Sexy: Topmodels on the Rocks
4. Die Lust am Shoppen bleibt
5. Britney lässt sich auf Tour zersägen

Monster.de



Der passende Job bei Monster.de

Mehr als 400.000 Stellen pro Jahr und Angebote direkt per Mail. mehr

Quiz



Tratschtante oder Arbeitsvermeider?

Finden Sie heraus, welcher Kategorie Ihr Kollege angehört! mehr

ShortBooks



So wird man Geldsorgen wieder los!

Jetzt bei ShortBooks die Profi-Tricks zum Geldsparen anhören. mehr

Such-Tipps

1. Kurse
2. Ausbildung
3. Karriere
4. Nebenjob
5. Sprachkurs
6. Bewerbung
7. Karriereberatung
8. Weiterbildung
9. Seminar
10. Fernstudium



Erholung in Südtirol

Alpine Wellness für Genießer in Südtirol. mehr

ab €70,-