

[Original-Pressemeldung zu einer Bucherscheinung 2010]

**Pressemeldung:** Überlebenshilfe für Teamgeschädigte [Dachzeile]

## **Wie Sie mit komischen Kollegen klarkommen [aussagekräftige Überschrift]**

**Hamburg.** [Ortsmarke] Der eine klaut die Ideen des anderen, der nächste schleimt beim Chef und dann gibt es wieder Kollegen, die sich für Punkt 17 Uhr den Wecker stellen – Arbeitsende. Fast in jedem Team gäbe es mindestens einen „komischen“ Kollegen oder Chef, sagen die beiden Hamburger Berater und Autoren Svenja Hofert und Thorsten Visbal („Ich hasse Team. Wie Sie die Woche mit Kollegen überleben“, Eichborn-Verlag), die mehr als 100 Personen zur Teamarbeit befragt haben.

Doch was tun, wenn ein Kollege oder eine Kollegin den Abteilungsfrieden und die persönliche Zufriedenheit am Arbeitsplatz stört? Die beiden Autoren haben einen kleinen Teamknigge zusammengestellt.

**Der faule Kollege:** Wenn Sie ausbaden müssen, dass der Kollege oder die Kollegin seinen/ihren Job nur als Arbeit und nicht als Aufgabe ansieht, dann sprechen Sie das unter vier Augen an. Kündigen Sie Ihre Kritik an und formulieren Sie diese aus der Ich-Perspektive: „Ich verstehe, dass du pünktlich bei deinem Fußballverein sein willst. Die Folge für mich ist aber, dass ich deine Arbeit auch noch übernehmen muss. Ich fühle mich deshalb überlastet. Wie können wir das ändern?“

**Der Ideendieb:** Er oder sie ist immer ganz vorn mit dem Mundwerk und gibt Ihre Ideen vor dem Chef als seine/ihre aus. Kommunizieren Sie Ihre Ideen deutlich vor dem Team und dem Chef, das erschwert dem Ideendieb den „Mundraub“. Skizzieren Sie Ideen eventuell auch schriftlich. Sagen Sie, wenn es Ihre Idee war. „Moment Mal, das habe ich doch schon Donnerstag vorgeschlagen?“

**Der Selbstdarsteller:** Er und seltener sie redet und arbeitet nicht. Oft arbeitet er als Chef oder im Vertrieb. Schlagen Sie vor, in einem „Teamprojekt“ die Rollen zu tauschen. Beispiel: Die Organisation der nächsten Weihnachtsfeier. Während Sie die Kollegen informieren und eine Rede halten, soll der Selbstdarsteller einmal die Organisation übernehmen. Quasi als Selbsterfahrungsübung für beide Seiten.

**Der Nörgler:** Er, selten sie, hat an allem etwas auszusetzen. Das nervt Sie und das Team! Sprechen Sie mit dem Kollegen darüber, aber bitte unter vier Augen. Vereinbaren Sie eine Selbsterfahrungsübung, zum Beispiel: Der Kollege verzichtet einen Tag aufs Nörgeln, dafür kritisieren Sie acht Stunden lang, was das Zeug hält. Am Ende trinken Sie gemeinsam Kaffee und tauschen sich darüber aus, was Sie in der jeweils anderen Rolle gespürt und erfahren haben.

**Der falsche Chef:** Er, öfter auch sie, ist eigentlich nicht zum Chef geboren. Aber die Führungsspitze hat ihn strafversetzt oder sieht die Inkompetenz nicht. Erst einmal: Ändern können Sie an der Situation nichts, nur an sich selbst. Oft empfinden Sie Schwächen des Chefs, wenn Sie sich selbst im „Hochstatus“ dem Chef überlegen fühlen, der hingegen in Ihren Augen einen „Niedrigstatus“ einnimmt, weil er unsicher oder entscheidungsschwach wirkt. Die Lösung: Machen Sie sich bewusst kleiner, verhalten Sie sich langsamer, vorsichtiger, fahren Sie das eigene Selbstbewusstsein im Umgang mit diesem Chef zurück – Sie werden sehen, dass Sie damit einen besseren Zugang zum Vorgesetzten bekommen.

Aber natürlich sind auch Sie selbst ein Teil des Teams. Neben den Blick auf die Kollegen schärfen die beiden Autoren auch den Blick auf sich selbst und geben praktische Tipps zur Erhöhung der Zufriedenheit am Arbeitsplatz.

## **Über Svenja Hofert und Thorsten Visbal:**

Svenja Hofert hat mehr als 25 erfolgreiche Bücher geschrieben und arbeitet seit vielen Jahren in Hamburg als Karriere- und Unternehmensberaterin ([www.svenja-hofert.de](http://www.svenja-hofert.de)). Thorsten Visbal ist Unternehmensberater und Organisationsentwicklung mit Schwerpunkt Team ([www.thorsten-visbal.de](http://www.thorsten-visbal.de)).

Zusammen sind sie Autoren des Buchs „Ich hasse Teams. Wie Sie die Woche im Kollegen überleben“, das gerade im Eichborn-Verlag erschienen ist (ISBN 3821857218). Website: [www.ichhasseteams.de](http://www.ichhasseteams.de).

## **Pressekontakt**

...ist [ Adresse und Telefonnummer, E-Mail]

[Tipps:

- Keine reine Produkt-PR, das senkt die Abdruckwahrscheinlichkeit. Besser: eine echte Neuigkeit, interessante Tipps, Studienergebnisse.
- Steter Tropfen höhlt den Stein: alle 6-8 Wochen eine Meldung an relevante Verteiler schicken: Es wird dauern, bis Sie auf Resonanz stoßen.
- Suchen Sie sich für Pressekontakte möglichst einen Profi. Es wirkt auf Medienvertreter oft unprofessionell, wenn Sie selbst den Kontakt darstellen.
- Schicken Sie den Text am besten in der E-Mail ohne weitere Formatierung und zusätzlich als PDF-Anhang.]