

# Chancen & Karriere

ARBEIT, STELLENMARKT UND WEITERBILDUNG IN TIROL

Samstag, 13. August 2011 67. Jahrgang | Nummer 222

## Arbeiten in aller Freundschaft

Ein Feierabendbier, gemeinsame Ausflüge oder sogar eine Freundschaft fürs Leben: Wenn Kollegen zu Kumpeln werden, fällt das Arbeiten leichter. Vorausgesetzt, man beachtet ein paar Grundsätze.

Von Cornelia Ritzler

**Innsbruck** – Nach zehn Jahren Zusammenarbeit gab's zum Abschied Tränen. Nämlich bei der Premiere des achten und letzten Harry-Potter-Filmes vor einem Monat. „Wir haben zehn Jahre unseres Lebens miteinander verbracht“, sagte Hauptdarsteller Daniel Radcliffe über die Freundschaft mit seinen Kollegen Emma Watson und Rupert Grint. Und die drei Jungschauspieler schworen, auch weiterhin Kontakt zu halten, auch wenn sie sich keinen Arbeitsplatz mehr teilen. Aber ist das überhaupt realistisch?

Laut einer Studie des Onlinekarriereportals Monster unternehmen 42 Prozent der befragten österreichischen Arbeitnehmer ab und zu etwas mit ihren Kollegen. Fast ein Drittel der Umfrageteilnehmer versteht sich mit den eigenen Kollegen sogar so gut, dass sie diese zu ihrem Freundeskreis zählen. 28 Prozent der Österreicher trennen Berufs- und Privatleben strikt und verbringen keine Freizeit mit den Arbeitskollegen.

„Ein Betrieb ist ein soziales System, in dem sich die Menschen sympathisch oder unsympathisch sind“, sagt Arbeitspsychologe Arthur Drexler. „Und natürlich entwickeln sich da Bekanntschaften, man geht miteinander auf ein Bier, segeln oder lädt sich zum Essen ein.“ Das kann völlig problemlos und sogar förderlich fürs Arbeitsklima sein. „Denn Kollegen, die sich mögen, unterstützen sich gegenseitig und sind loy-



Fast ein Drittel der Österreicher versteht sich mit den Kollegen so gut, dass sie diese zum Freundeskreis zählen.

Foto: Shutterstock/Arcurus

al. Eine Anweisung von einem Freund wird lieber befolgt als von einem ungeliebten Vorgesetzten. So fällt die Arbeit dann leichter“, weiß Drexler. Zu dem Ergebnis kommt auch Barbara Wiesinger, Country Manager & Sales Director bei Monster Worldwide Austria: „Gelegentliche private Treffen mit Kollegen können das Gefühl der Teamzugehörigkeit stärken und so die Moti-

vation der Mitarbeiter am Arbeitsplatz erheblich fördern.“

Schwierig wird es aber, wenn die Freundschaft nicht auf gleicher Hierarchie-Ebene geknüpft wird. „Freundet sich ein Chef mit einem Mitarbeiter an, können sich Probleme ergeben“, so der Milser Arbeitspsychologe. Denn treffen sich Vorgesetzte und Untergebene auch privat, wird natürlich auch Privates

ausgetauscht. Bevorzugung, Freunderlwirtschaft oder der Kollege sei das Sprachrohr zum Chef – das sind nur einige der Vorwürfe, die das privatberufliche Hierarchie-Gefälle mit sich bringen können. Der Vorgesetzte hat in diesem Fall eine Fürsorgepflicht, so Arthur Drexler: „Er muss sich überlegen, was eine Freundschaft für ihn und seinen Untergebenen bedeutet.“ Denn

immerhin sei dieser abhängig von ihm.

Auch eine Versetzung in eine andere Abteilung oder Filiale oder eine Kündigung können Auswirkungen auf Kollegen, aus denen Kumpel wurden, haben. Denn auch wenn im Betrieb eine vermeintliche Freundschaft fürs Leben geschlossen wurde – fehlt die gemeinsame (Arbeits-)Zeit, kann aus einer

Freundschaft rasch eine Bekanntschaft werden.

Ebenfalls aufpassen sollte man, wenn sich die Busenfreunde zu sehr von ihrem Umfeld abschotten und etwa nur zu zweit in die Kantine gehen. Das kann Neid und Missgunst schüren, weiß Drexler. „Im Grunde ist das aber nicht problematisch“, auch wenn man durch die strikte Zweisamkeit manche Informationen, wie auch Gerüchte, nicht erfährt.

Und was, wenn man zu den 28 Prozent gehört, die Berufliches und Privates strikt trennen wollen, ohne dabei aber die Kollegen vor den Kopf zu stoßen und das Klima zu vergiften? „Erzählt man gar nichts Privates, isoliert man sich zunehmend“, analysiert der Arbeitspsychologe Drexler. Denn wenn man etwas von sich preisgibt, fördert das natürlich auch die Arbeitsbeziehung. Man soll also nicht die oder der „große Unbekannte“ bleiben, so ein Rat. Erzählungen vom Urlaub oder auch Infos über das Privatleben sind durchaus auch am Arbeitsplatz angebracht, Intime Details aus Beziehungen oder Schattenseiten der Biographie sollen hingegen tabu bleiben. „Damit kann man ausgenutzt oder erpresst werden“, so der Psychologe.

Übrigens arbeiten auch die Harry-Potter-Schauspieler inzwischen an neuen Projekten und wollen ihre Schauspielkarriere weiterführen. Es wird sich also erst weisen, ob Radcliffe, Watson und Grint auch abseits des Sets dicke Freunde bleiben können.

## Länger leben mit netten Kollegen

Dieser gute Rat ist gar nicht teuer: Die Kaffee-Ecke im Betrieb macht Mitarbeiter froh.

**Innsbruck** – Betriebe, die ihren Mitarbeitern gratis Fruchtsäfte, täglich einen Obstkorb oder kostenlose Fitnesskurse bieten, ja, die gibt es wirklich. Eine Studie fand nun heraus, dass eine freundliche Arbeitsumgebung nicht nur die Leistung und Laune der Angestellten steigern kann, sondern sich auch auf die Lebenserwartung positiv auswirkt.

20 Jahre lang untersuchten Sharon Tokar und ihre Kollegen von der Tel Aviv University Menschen zwischen 25 und 65 Jahren, die zu einem Routinecheck zu ihrem Hausarzt kamen. Die 820 Studienteilnehmer arbeiteten durchschnittlich 8,8 Stunden am Tag und wurden auf diverse psychische und physiologische Risikofaktoren, wie Rauchen, Adipositas und Depressionen untersucht. Dabei wurden Fabrikarbeiter befragt, aber ebenso Arbeitnehmer

aus der Finanzbranche und dem Gesundheitswesen. Die Wissenschaftler interessierten sich für das Verhältnis zu den Vorgesetzten und den Arbeitskollegen, ob diese freundlich waren und ob über persönliche Probleme geredet werden konnte.

Ein Ergebnis der Studie, die in der Fachzeitschrift *Health Psychology* erschien, ist, dass moderne und innovative Bürostrukturen kaum zur Verbesserung der Situation beitragen. Vielmehr könne man ohne großen finanziellen Aufwand das Arbeiten angenehmer zu machen. Nämlich anstatt unpersönliche E-Mails zu schreiben, mit den Kollegen zu reden. Auch soziale Netzwerke wie Facebook könnten helfen, Freundschaften mit Arbeitskollegen aufzubauen.

Auch Gespräche mit Psychologen, mit denen vertraulich über Probleme am



Kollegen, die sich während der Arbeitszeit treffen und miteinander plaudern, sind oft glücklicher.

Foto: Shutterstock/Dmitry

Arbeitsplatz geredet werden kann, hätten sich in der Vergangenheit bewährt. Besonders effektiv sei eine altmodische Kaffee-Ecke, in der man sich zum Sitzen und Tratschen treffen kann.

53 Arbeitnehmer verstarben während des 20-jährigen

Untersuchungszeitraums. Es zeigte sich, dass ein Großteil von ihnen kaum soziale Kontakte zu anderen Arbeitnehmern hatte. Kontakt zu den Kollegen kann sich also durchaus positiv auf die Gesundheit und die Lebenserwartung auswirken. (ritz)

## Beste Freunde, beste Betriebe

**Innsbruck** – Zufriedene Arbeitnehmer können mehr Leistung erbringen. Das wissen immer mehr Betriebe, so die Innsbrucker Arbeitspsychologin Cornelia Schallhart: „Die Arbeitgeber erkennen zunehmend, dass ein entspanntes Arbeitsumfeld die Produktivität und das Engagement der Arbeitnehmer langfristig steigert.“

Dazu gehört auch, dass sich die Kollegen als Team fühlen und sich etwa durch Supervisionen als Team kennen lernen und aufeinander besinnen können. „Dadurch entsteht mehr Klarheit und Raum für Offenheit, Freundschaften können entstehen“, weiß Schallhart. Diese Maßnahmen sollten auch abteilungsübergreifend gesetzt werden, um firmenintern die Möglichkeit zu Bildung eines Netzwerkes an Freunden bzw. guten Kollegen zu schaffen.

Denn das ermöglicht im Fall eines Problems schnellere und flexiblere Lösungen.

Für die Arbeitspsychologin ist das „angenehme Miteinander“ ein wesentlicher Bestandteil des Organisationsklimas. „Fühlen sich die Mitarbeiter wohl und verstehen sich untereinander gut, kann sich der Dienstnehmer voll auf seine Arbeit konzentrieren und muss nicht auch noch auf zwischenmenschliche Ungereimtheiten achten“, weiß Cornelia Schallhart. Daher sind sowohl Freundschaften, aber auch einfach gute Kollegen im Arbeitsumfeld sehr wertvoll, auch für den Arbeitgeber. Werden private Konflikte jedoch im Job ausgetragen, rät die Arbeitspsychologin zur Mediation, denn „den Mitarbeitern sollte die Möglichkeit zu einer Aussprache gegeben werden“. (ritz)