

# GERÜCHTE VERBREITEN? TIPPS GEGEN DIE INSTRUMENTALISIERUNG

Sich selbst in Zurückhaltung zu üben ist eine Sache. Was aber, wenn geschwätzige Kollegen Ihnen die neusten Gerüchte unter die Nase reiben wollen?

Sich völlig von Gerüchten fernzuhalten, ist schwierig. Zumal Sie unter Umständen von wichtigen Informationen abgeschnitten werden. Damit kann die eigene Isolation vorangetrieben werden.

Andererseits ist es moralisch fragwürdig, Gerüchte zu verbreiten, die andere betreffen. Wir haben sechs Tipps zusammengetragen, die Ihnen im Umgang mit Klatsch und Tratsch helfen können:

## 1. Wählerisch sein

Indem Sie sich mit privaten Details nur Leuten anvertrauen, die absolut vertrauenswürdig sind. Das schützt davor, selbst Opfer übler Nachrede zu werden. In dem Moment jedoch, wo Sie selbst Gerüchte solchen Leuten gegenüber streuen, machen Sie sich zum Komplizen. Das rächt sich auch dann bitter, wenn Sie plötzlich als Quelle des Gerüchtes angegeben werden.

## 2. Signalwörter erkennen

Wenn jemand bereits einen Satz mit „Hast du dies und das von Person XY gehört?“ einleitet oder um absolutes Stillschweigen bittet, dann sollten Sie hellhörig werden. Auch hilft es, Revue passieren zu lassen, wie Sie selbst in der Vergangenheit Themen eingeleitet haben. Wenn Sie den Beginn einer solchen Konversation erkannt haben, können Sie sie auch beenden. Sagen Sie einfach, dass Sie in Sachen Geheimhaltung nicht die geeignete Person sind.

## 3. Ablenken

Lassen Sie sich am besten erst gar nicht in so ein Thema hineinziehen. Manchmal ist es schwer, Tratschtanten zu stoppen, vor allem, wenn man nicht unhöflich sein will. Bedenken Sie jedoch, wie viel schlimmer eine brodelnde Gerüchteküche ist. Wenn also jemand über das Verhalten von Person XY auf der letzten Betriebsfeier herziehen möchte, dann können Sie elegant auf andere Aspekte der Feier lenken – die tolle Band, das leckere Essen, die tolle Stimmung.

## 4. Offensive

Sie können auch den Spielball zurückgeben. Wenn Sie beispielsweise über andere Leute ausgequetscht werden sollen, können Sie auf die jeweilige Person verweisen: Danach musst du ihn selbst fragen. Oder Sie beenden das Gespräch mit einer möglichst vagen Erwiderung wie Das kann sein. Etwas mutigeren Zeitgenossen empfiehlt sich, mit einer Gegenfrage zu kontern: Warum ist das von Belang und warum interessiert es dich so sehr?

# GERÜCHTE VERBREITEN? TIPPS GEGEN DIE INSTRUMENTALISIERUNG

## 5. Stillschweigen

Alle oben genannten Kniffe haben versagt und Sie bekommen nun doch ungefragt das neuste Gerücht präsentiert. Das ist lästig, gibt Ihnen aber immer noch die Möglichkeit, das Gesagte einfach für sich zu behalten. Der einfachste Weg: Beteiligen Sie sich nicht an den Gerüchten. Leider fällt das vielen schwer, die dann doch immer wieder ins Plaudern geraten.

## 6. Notausgang

Wenn Ihr Gegenüber zur hartnäckigen Sorte gehört und versucht, Sie in Spekulationen zu verwickeln, weichen Sie aus und verlassen Sie einfach die Situation. Beispielsweise können Sie auf das Ende der Pause oder den Arbeitsberg, der noch erledigt werden muss, hinweisen.

Wenn Sie sich vielleicht nicht auf Anhieb alle sechs Methoden merken können, holen Sie sich das Konfliktdreieck in Erinnerung: Love it, change it or leave it.

Methode eins bis drei sind eher die sanfteren Wege, um Gerüchte zu stoppen. Methode vier ist der Versuch, das Gegenüber für die Gerüchteküche zu sensibilisieren. Die beiden letztgenannten bis hin zum Verlassen der Situation sind die Auswege, wenn alles andere versagt.