



tredition®

www.tredition.de

Rudolf F. Thomas

Saboteure des Glücks

**Ich und meine Negaholiker, Hater, Mobber &
Co.**



tredition®

www.tredition.de

© 2016 Rudolf F. Thomas

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

ISBN

Paperback: 978-3-7345-6050-7

Hardcover: 978-3-7345-6051-4

e-Book: 978-3-7345-6052-1

Printed in Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Vorwort

1993 habe ich das Mobben entdeckt und das Thema Psychoterror dann mit meinem Buch „Chefsache Mobbing“ auch in Deutschland populär gemacht. Die miesen Tricks und perfide Spielchen, die den Psychoterror anheizen, haben mich sogleich fasziniert. Schließlich habe ich kaum zu glaubende Gemeinheiten, doch alle in meinem Berufsleben, aber auch in meinen verschiedenen ehrenamtlichen Tätigkeiten, selbst erlebt. Damals konzentrierte ich mich auf die Methoden der Mobber. Viele Jahre fragte ich mich, was treibt die vielen Denunzianten, Diffamierer, Rufschädiger, Pöbler, Lügner, kurzum, hinterfotzige Leute an? In zahlreichen Gesprächen mit entlarvten Mobbern wurde mir klar, es handelt sich in Wahrheit um Saboteure des Glücks. Damit wir uns nicht falsch verstehen: Unter ihnen befinden sich durchaus agile und eloquente Menschen! Freunde genauso, wie Freundinnen, Eltern, Schwiegereltern, Chefs, Vorgesetzte, Professoren und Schullehrer. Ihr Manko? Sie haben Wohlgefallen daran, sich selbst zu sabotieren und zu blockieren. Wann immer sie die Möglichkeit dazu haben, sabotieren sie rücksichtslos auch andere. Sie sind vom Wesen her Negaholiker, Miesmacher, Pessimisten, Scharlatane, Angsthäsen und Mobber. Ihnen fehlt der Glaube an sich selbst und deshalb ziehen sie mit Wohlgefallen andere Menschen ganz tief runter in ihr schwarzes Loch. Saboteure des Glücks finden innere Befriedigung durch

Selbsterstörung und Mobbing.

In diesem Buch finden Sie Antworten darauf, wie Sie Saboteure des Glücks erkennen und sie entlarven. Sollten Sie Parallelen zu Ihren eigenen Erlebnissen in diesem Buch feststellen, so wäre das kein Zufall, sondern eine Bestätigung Ihres Alltags. Mehrheitlich geht es in diesem Buch um diejenigen, die uns das Jahr über piesacken. Wer es lieber anders hat, der sollte das Buch trotzdem kaufen, denn man weiß ja nie, in welche Richtung wir uns selbst entwickeln. Wahrscheinlich anders, als es sich jeder von uns ausmalt.

„Saboteure des Glücks“ ist ein pragmatischer Ratgeber ohne psychologisches Kauderwelsch. Dafür klar und verständlich, deutlich und direkt ohne jeden Anspruch auf Rücksichtnahme.

Danken möchte ich allen, die mich, ohne es zu ahnen, zu diesem Buch animierten. Jeder von ihnen war zugleich Ratgeber und Co-Autor.

Rudolf F. Thomas

Würzburg im Sommer 2016

„Als ich 5 Jahre alt war, hat meine Mutter mir immer gesagt, dass Glück der Schlüssel zum Leben ist. Als ich zur Schule ging, fragten sie mich was ich werden will, wenn ich groß bin. Ich schrieb 'glücklich'. Sie sagten mir, dass ich die Aufgabe nicht verstanden habe, aber ich sagte ihnen, dass sie das Leben nicht verstanden haben.“

(John Lennon)

Inhalt

Vorwort	Seite 6 – 7
Teil 1 Saboteure des Glücks – Einführung	Seite 13 - 72
Es gibt nur das eigene Glück	Seite 15 - 23
Nach Glück suchen ist vertane Liebesmüh	Seite 23 - 30
Liegt das Glück in unseren Genen?	Seite 31 - 33
Die Mär von der Selbstverwirklichung	Seite 33 - 42
Vorsicht vor den Negaholikern	Seite 43 - 45
Der schwarze Rabe wetzt den Schnabel	Seite 45 - 51
Der Staat meint es ernst: Ja nicht lachen!	Seite 51 - 53
"Nineteen Eighty-Four" (1984)	Seite 53 - 57
Versäumnissen nachjammern	Seite 57 - 58
Streichen Sie das Wort Problem	Seite 59 - 61
Die Motivationslüge	Seite 61 - 64
Der Mensch an sich verhält sich widersprüchlich	Seite 65 – 66
Prüfen Sie: Sind das Ihre Saboteure des Glücks?	Seite 67 - 72

Teil 2 Mobbing als perfides Instrument der

Saboteure des Glücks

Seite 73 - 154

Das Phänomen Mobbing

Seite 76 - 78

Wo entsteht Mobbing?

Seite 79 - 91

Wie entsteht Mobbing?

Seite 91 - 97

Was hat der "Blaue Montag" mit Mobbing zu tun?

Seite 97 - 110

Ursachen für den Psychoterror am Arbeitsplatz

Seite 110 - 114

Sex und Gewalt

Seite 115 - 122

Klischeedenken und Vorurteile

Seite 122 - 123

Der Faktor Mensch

Seite 123 - 125

Mobbing ist Sache der Führungskräfte

Seite 126 - 139

Wer sind die Mobber?

Seite 139 - 145

Mobbing-Typen: Smombies

Mobbing-Typen: Stalker

Mobbing-Typen: Hater

Mobbing-Typen: Lügner

Mobbing-Typen: Blender

Mobbing-Typen: Der Chef-Psychopath

Mobbing-Typen: Negaholiker

Cybermobbing	Seite 145 - 146
Mobbing von oben	Seite 147 – 154
Teil 3 Praktische Mobbing-Hilfe	Seite 155 - 195
Chefs erkennen	
1. Der Streitbare Chef	Seite 155 - 157
2. Der unberechenbare Chef	Seite 157 - 159
3. Der heimliche Chef	Seite 159 - 161
4. Der jammernde Chef	Seite 161 - 162
5. Der Du-auf-Du-Chef	Seite 162 - 164
Schadensfall Mobbing	Seite 165 - 166
Erotik im Chefsessel - ein Beispiel	Seite 166 - 174
Bringen Sie Ihren Chef auf den Punkt	Seite 175 - 178
Erkennen Sie Vorgesetzte bereits im Vorstellungsgespräch	Seite 178 - 186
Mobbing in der Frauenriege	Seite 186 - 195

Teil 4 Strategie und Taktik gegen Mobbing	Seite 196 - 235
Tipps gegen Psychoterror am Telefon	Seite 196 - 203
Undichte Stellen und wie man sie dicht macht	Seite 203 - 213
Nutzen Sie die Betriebsversammlung	Seite 214 - 221
Qualitätszirkel gegen Psychoterror	Seite 222 - 228
Setzen Sie auf Transparenz und Information	Seite 228 – 235
Teil 5 Zielorientierte Gesprächsführung	Seite 236 - 317
Führen Sie ehrliche Gespräche	Seite 236 - 244
Überprüfen Sie Ihr Zuhörverhalten	Seite 245 - 255
Zeigen Sie Mut und treten Sie zurück	Seite 256 - 260
Wer führen will, muss begleiten können	Seite 261 - 269
Widerstand beweist die Dummheit des Gesprächsführers	Seite 269 - 273
Vorsicht vor Gesprächsstörern	Seite 273 - 285
Aktives Zuhören gegen Mobbing	Seite 285 - 291
Durch Ich-Botschaften mehr erfahren	Seite 292 - 299
So werden Sie zum Gesprächsförderer	Seite 299 – 317

Teil 6 Führung	Seite 318 - 356
Wählen Sie Bewerber sorgfältig aus	Seite 326 - 331
Neulinge richtig führen	Seite 331 - 333
Kontrollen sind richtig und wichtig	Seite 333 - 337
Vertrauen verloren, alles verloren	Seite 337 - 340
Vom "kleinen Unterschied" in der Beurteilung von Mann und Frau als Mitarbeiter	Seite 340 - 345
Führen statt verwalten	Seite 345 - 356

Teil 1 Saboteure des Glücks – Einführung

Habe ich mir als ich auf die Welt kam, überlegt, was Glück ist und was es bedeutet? Machten Sie sich einen Kopf über das, was aus Ihnen einmal wird? Kümmert sich jemals ein Kleinkind um das ganz große Glück? Wohl kaum! Kein Menschenkind weiß etwas vom großen und kleinen Glück. Es ist immerzu glücklich, solange es seine Bedürfnisse gestillt bekommt. Irgendwann gehen dem Säugling die Augen auf. Sein erster Blick gilt der Person, die er später Mama nennt. Dann kommt, wenn vorhanden, der Papi hinzu. Beide zusammen werden allen, auch ihrem Kind klarmachen, wie glücklich sie sind. Gemeinhin empfinden es Erwachsene als Glück, ein Kind zu haben. Angeblich ist das Neugeborene Ausdruck ihrer großen Liebe. Ach wirklich? Breche ich mit einem Tabu, wenn ich dabei auf die Statistik verweise, die uns (leider) etwas ganz anderes sagt? Riskiere ich gesellschaftliche Ächtung, wenn ich auf die Psychologie verweise die besagt, das Individuum wird nur durch sich selbst glücklich? Liebe mag in uns durchaus Momente des Glücks bescheren. Wir kennen aber auch die Ernüchterung, den Selbstzweifel, der am nächsten Tag folgt und sich häufig als Angst vor dem eigenen Ich manifestiert. Dem scheinbar kurzen Glück folgt oft die lange Angst. Wir glauben sie wieder loszuwerden, wenn wir das wahre Glück finden. Auf der Suche nach dem Glück lernen wir viele Saboteure des Glücks kennen. Menschen, die vorgeben es gut mit uns zu meinen, aber in Wahrheit alles tun, um unser Glück zu sabotieren.

Allein der Gedanke daran verschafft diesen Negaholikern so etwas wie positive Momente.

Negaholiker sind, vergleichbar mit Alkoholikern, negativ-suchtkranke Menschen, die von einem permanent negativen Denken getrieben sind. Auch Pessimisten, Lügner, Blender und Mobber sind professionelle Saboteure des Glücks. Sie nagen wie Holzwürmer an uns, während wir uns wie Goldhamster im Käfig auf der Suche nach dem Glück abstrampeln, bis wir völlig ermattet aus dem Rad fallen. Viele dieser Saboteure des Glücks sind mir in den unterschiedlichsten Rollen auf meinem Lebensweg begegnet. Sie gaben sich als Mütter, Väter, Lehrer, Kollegen, Beamte und Politiker aus. Unter ihnen waren Frauen, die mir Liebe heuchelten, genauso wie neidische Männer, die mir ewige Freundschaft schwuren. Sie alle haben mir in meinem Leben weitergeholfen, obwohl mir einige von ihnen nicht einmal das Schwarze unterm Fingernagel gönnten. Warum haben sie ihr Ziel bei mir nicht erreicht? Weil sie mich als Individuum in meinem tiefsten Inneren nicht erreichten. Wir lassen unsere Gedanken von unseren Saboteuren des Glücks leiten und blockieren uns dadurch selbst. Machen Sie auch immer „die anderen“ für alles verantwortlich? Wie dem auch sei, irgendjemand und da sind sich die meisten Menschen einig, blockiert uns doch immer. Im Grunde wollen wir ja, aber wir können oft nicht.

Es gibt nur das eigene Glück

Vom Glück reden alle. „Glück gehabt“, heißt es, wenn eine Sache glimpflich ausgegangen ist. Macht einer eine Erbschaft, dann hatte er Glück. Gewinnt jemand Millionen im Lotto, so hatte er großes Glück. Das alles hat mit Glück rein gar nichts zu tun. Glück kommt nicht von außen über mögliche Dritte irgendwoher auf einem zugeflogen. Niemand muss es suchen, weil es bereits in uns vorhanden ist. Wir müssen es eigentlich nur abrufen, es aktivieren, so rauslassen, wie wir es als Kleinkind getan haben. Klingt einfach, fast simpel, wäre da nicht der beschwerliche Weg der Entwicklung vom Kleinkind zum Erwachsenen. Für mich ist es bereits Glück als Mensch auf die Welt gekommen zu sein, obwohl ich in jungen Jahren öfters als Esel, Frosch, Fuchs, Affe, lahmer Gaul oder dummer Hund bezeichnet wurde. Scheinbar ist es das Privileg Erwachsener, Kinder, wann immer sie wollen, zu beleidigen. Mit der Ankunft auf der Welt, kommt es nur noch darauf an, wo ich bin und mit wem ich es zu tun habe. Meistens hat ein Säugling keinen Einfluss auf seinen Wohnort und wer seine Eltern sind. Dieses Handicap müssen alle Neugeborenen in Kauf nehmen.

Eltern geben im Rahmen ihrer Erziehung von Generation zu Generation das Streben nach Erfolg weiter. Ihre uralte Formel lautet: Über den Erfolg kommt auch das Glück! Dahinter steht das Nachkriegsargument „ihr sollt es mal besser haben“, das spätestens seit den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts für Kinder als auch für ihre Eltern herhalten

muss. Ergo werden Kinder mit Eintritt in die Vorschule zum Erfolgsstreben getrieben. Für die Frage nach dem Glück ist keine Zeit mehr. Schlechte Noten in der Schule verheißen ausbleibender Erfolg und maximal materielle Mittelmäßigkeit. Wer das Pech hat und Miesmacher als Eltern hat, der bekommt ihre Mentalität eingepflegt. Ein früherer Nachbar brachte das einmal auf einen einfachen Nenner, in dem er sagte: „Meine Frau hat nichts gelernt, ich selbst war in der Hauptschule keine Leuchte, also kann ich von meinen Kindern auch nichts erwarten. Ich muss froh sein, wenn sie die Hauptschule schaffen.“ Er argumentierte mit genetischen Nachteilen als Ursache für schulischen Erfolg. Auf meine Frage nach Glück lachte er nur und meinte: „Glück haben die, die sowieso schon welches haben!“ Im Prinzip hat er recht, denn Glück haben immer die, die es sich bewahren.

Kinder lassen sich durch Erziehung ganz leicht vom Glück abbringen. Was sollen sie auch machen, sind sie doch von ihren Eltern abhängig? Ein Kind steigt, umso älter es wird, irgendwann aus der heimischen Idylle aus. Es fängt als Jugendlicher an aufzubegehren, zu widersprechen, um zu rebellieren.

Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich in einem voll besetzten Elevator. In der ersten Etage verlassen den Aufzug nur wenige. In den nächsten Stockwerken werden es mal weniger- auch mal mehr Fahrgäste, aber ganz oben in der Beletage steigt meistens nur noch einer aus. Er hat trotz Aufbegehren die Schule gemeistert, mit Auszeichnung studiert,

im Beruf überzeugt und seine Eltern sind stolz auf ihn. Neidische Schulfreunde behaupten, der hat einfach nur Glück gehabt und wäre gar keine so große Leuchte in der Schule gewesen. Sein Vater wundert sich darüber, war er doch selbst nur in der Hauptschule. Die Mutter (wer sonst?) ahnte schon immer die besondere Begabung ihres Sprösslings. In solchen Fällen herrscht bei den Eltern fast immer Sprachlosigkeit. Das Kind hat sich weder von seinen Eltern, noch von Lehrern und auch nicht vom Schulsystem nachteilig beeindrucken lassen. Es folgte instinktiv seinem ureigenen Glück.

Über außergewöhnliche Karrieren, etwa als Seiteneinsteiger, Autodidakt oder über Umwege begeistern wir uns immer wieder. Ein Werdegang vom gelernten Werkzeugmacher übers Abendgymnasium, Studium, Promotion bis hin zum heutigen Vorstandsvorsitzenden eines großen Konzerns beeindruckt uns. Solch einen Menschen nennen wir gerne Spätentwickler. Ein falscher Begriff, wie ich finde. Nichts und niemand entwickelt sich spät. Im Gegenteil: lieber spät als gar nicht! Wenn es Spätentwickler gibt, dann gibt es logischerweise auch Jungentwickler, oder nicht? Haben Sie schon jemals etwas von Jungentwicklern gehört? Nein, Eltern schwelgen lieber gleich in Superlativen in dem sie glauben ihr Kind sei wenigstens früh – vermutlich sogar hochbegabt. Den Begriff Spätbegabte haben wir erst gar nicht in unseren Sprachgebrauch aufgenommen.

In unserem Bildungssystem sollen alle schulischen und beruflichen Entwicklungen bereits in jungen Jahren erfolgen. Kaum jemand fragt, ob dafür das Umfeld vorhanden ist. Passt das Elternhaus dazu, ist die Schule gut aufgestellt? Vielleicht erkennen sogenannte Spätentwickler bereits in jungen Jahren, dass sie in dem vorgegebenen Umfeld nicht zurechtkommen? Vielleicht wollen sie sich instinktiv ihr Glück bewahren und sich nicht in ein vorgegebenes System verwahren lassen? Denken wir mal an unsere Kindheit, an unser Elternhaus und an unsere Schulzeit. Wollten wir das alles im Falle einer Reinkarnation noch einmal durchlaufen? Ein Freund, der fest an die Reinkarnation glaubt, hat die Befürchtung, er müsse nochmals von Geburt an durch die Tretmühle des Lebens. Da fällt mir spontan Jean-Paul Sartres Einakter „Geschlossene Gesellschaft“ ein, in der es heißt, „die Hölle, das sind die anderen“. Was würden wir alles ändern, kämen wir noch mal frisch und neugeboren auf die Welt?

Menschen, die Karriere machen, wird gerne rabiaten Durchboxen unter Einsatz der Ellenbogen unterstellt. Überhaupt glaubt die Mehrheit unserer Gesellschaft, sie lebe in einer Ellenbogengesellschaft. Wer etwas Außergewöhnliches vorhat, egal ob wir es Karriere oder Laufbahn nennen, muss sich derer erwehren, die ihn aufhalten wollen. Er muss frühzeitig die Saboteure des Glücks erkennen und sich diese auf dem Weg nach oben vom Halse halten. Die Saboteure sind es nämlich, die sich ihm in den Weg stellen, ihn von der ersten Sprosse der Karrie-

releiter runterziehen wollen. Wir leben in einer Gesellschaft, die im Wesentlichen nicht den Einzelnen –, sondern am liebsten nur die Gruppe fördert. Der Teamgeist soll über jedweder Individualleistung stehen. Die Integrationsfähigkeit des Individuums zählt mehr als seine Leistung. Lesen Sie dazu einmal die Stellenangebote im Internet oder in den Tageszeitungen. Fast in jedem Inserat steht unter Anforderungen an den Bewerber „wenn Sie sich in ein gut funktionierendes Team integrieren können...“

Ist einer ein latentes Talent in Musik, Theater, Kunst, Wissenschaft oder Sport, dann begründen wir seinen Erfolg gerne mit zweckmäßigen und technischen Erklärungen. Viele von uns versuchen als ambitionierte Saboteure des Glücks solche Menschen auf ihre untere Stufe runterzuziehen, um sie regelrecht zu verdummen, um damit kund zu tun „schaut her, ich bin schlauer“.

Es ist ja so einfach aus der Anonymität heraus einen Prominenten für dumm zu erklären, kann er sich schließlich nicht wehren. Wir tun so etwas, weil wir Angst vor Emotionalität und vor eindeutigen Bekenntnissen haben. Über Glück sprechen wir nur als lapidar daher gesagte Begründung. Boris Becker hatte halt das Glück gut Tennis spielen zu können. Der „dumme“ Lothar Matthäus hatte eben mal das Glück Fußballer zu sein. Nein, er hat etwas aus seinem Talent gemacht, sich im Training und im Spiel für den Erfolg geschunden. Wer in seiner Mannschaft nicht mitgezogen hat, der bekam mit ihm Ärger. Lothar

wusste frühzeitig um seine einmalige Chance ein ganz großer Fußballspieler zu werden.

Die Mehrheit glaubt, Franz Beckenbauer hat sowieso mit allem, was er anfasst einfach nur großes Glück. Der „Kaiser“ hat sein Glück wahrgenommen. Er hat sich auf sein Talent konzentriert und sich selbst gefördert, in dem er sich mit den richtigen Leuten eingelassen hat. Niemand konnte ihn aufhalten, als er nach New York ging, um dort mit den ganz großen des internationalen Fußballs bei Cosmos zu spielen. Er lernte englisch, gute Umgangsformen, wurde eloquent und Kosmopolit. Eigenschaften, die den biedereren Funktionären des Deutschen Fußball-Bund fehlten.

Gewisse prominente Frauen haben das Glück gut auszusehen und landeten deshalb in den Betten einflussreicher Männer. Klingt aus dem Volksmund einfach – ist es aber nicht! Millionen Menschen spielen Tennis. Viele Tausende Eltern haben ihre Kinder auf dem Tennisplatz regelrecht in der Hoffnung hineingetrieben ihr Filius ist ein neuer Boris, das Töchterchen eine neue Steffi Graf. Trotz aller Anstrengungen sehen wir bis heute keinen neuen Tennischampion, der ganz Deutschland vor den Fernseher zwingt, wenn er aufspielt. Stattdessen sehen wir viele, regelrecht ausgebrannte, unglückliche junge Leute, die den hohen Erwartungen ihrer Eltern nicht gerecht wurden.

Völlig entgeistert schauen wir, wenn uns ein erfolgreicher Mensch erklärt, er habe in jungen Jahren schon mehr Ehrgeiz gehabt als ande-