

Lästern auf der Weihnachtsfeier – und die Karriere geht baden

Vorsicht beim Umgang mit Alkohol / Internes Wissen zurückhalten und nicht zu persönlich werden



Karikatur: Heinrich Schwarze-Blanke

Zur Weihnachtsfeier gehört der Alkohol fast zwangsläufig dazu. Doch was für den einen das größte Genussmittel ist, kann für den anderen schnell zum „größten Feind“ werden. Dann nämlich, wenn es sich bei der Festivität nicht um eine Privatparty, sondern um die Betriebsweihnachtsfeier handelt. Wer hier dem Alkohol zu eifrig zuspricht und nicht mehr vollständig Herr seiner Sinne ist, dürfte am nächsten Tag in der Firma ein Problem haben.

„Beim Alkohol muss man aufpassen“, rät Doris Brenner, Karriereberaterin im Rhein-Main-Gebiet. Als Grundregel könne gelten, nur soviel zu trinken, dass man noch genau weiß, was man tut. „Es ist gefährlich, Aussagen zu tätigen oder Verhalten zu zeigen, zu dem man einen Tag später nicht mehr stehen kann.“ Wer wisse, dass er nicht viel verträge, solle schnell die Notbremse ziehen. Ob Lästern über Kollegen oder Affären – beides wirke sich im weiteren Zusammenarbeiten meist nicht positiv aus. „Dinge, die man im angetrunkenen Zustand gesagt hat, können häufig verhänglich und peinlich sein.“ Dabei sieht Doris Brenner die Frauen auf einer Feier noch ein wenig im Vorteil. „Bei Frauen ist die Erwartungshaltung des Mittrinkens meistens nicht so ausgeprägt“, weiß sie aus Erfahrung. Sie würden sich daher leichter tun, auch auf das ein oder andere Glas Wein oder Bier zu verzichten.

Nach ein bis zwei Gläsern Alkohol Vorsicht walten zu lassen empfiehlt auch Ute Bölke, Karrierecoach aus Wiesbaden. Als positiven Aspekt der Weihnachtsfeier hebt sie hervor, dass diese eine Möglichkeit biete, die Kollegen und den Chef mal ungezwungen in einem anderen Umfeld kennenzulernen. Außerhalb des beruflichen Alltags könne man so ganz neue Seiten an einzelnen Kollegen entdecken. Daher empfiehlt sie, während der Feier neue Kontakte zu knüpfen. „Man sollte sich nicht in eine Ecke zurückziehen und mit den üblichen Kollegen plaudern. Stattdessen ist es besser, zu versuchen, mit mehr als der Hälfte der Leute Kontakt aufzunehmen.“

Ist das Gespräch zwar wichtig, so verbietet sich eines dennoch: tratschen und lästern. Denn auch dieses Verhalten kann am nächsten Tag zum unliebsamen Bumerang werden. „Jeder muss sich genau überlegen, wen er duzt und wen nicht“, sagt **Reiner Hellweg**, Karriereberater aus Mannheim. „Wenn sich alle Kollegen duzen, ist das in Ordnung. Ansonsten sollte man sich darüber Gedanken machen, bei wem man das auch in den Arbeitsalltag übernehmen könnte, und nur diejenigen duzen.“

Den Alkohol sieht auch **Hellweg** als „größten Feind“ an, gerade für diejenigen, die auf der Karriereleiter noch ein paar Stufen nach oben möchten.

„Wer zu viel getrunken hat, plaudert möglicherweise auch Interna aus, die er niemals in so einer Runde hätte erzählen dürfen“, sagt der Karriereberater. Selbst wer lediglich über andere gelästert habe, könne sich seine Karrierechancen auf Dauer zerschossen haben.

Als „ungefährliche“ Gesprächsthemen sieht **Hellweg** Hobbys und fremde Länder an. Heikel werde es dagegen, wenn es um Politik oder Religion gehe.

An den nächsten Tag denken

Auf der Weihnachtsfeier nicht zu persönlich zu werden, rät Ute Bölke. „Zwar scheint die Atmosphäre offen und locker, aber man sollte sich immer vergegenwärtigen, dass das Ganze einen dienstlichen Hintergrund hat.“ Und: „Der nächste Tag kommt bestimmt.“ Fraglich sei auch, ob man unbedingt der Letzte sein müsse, der die Veranstaltung verlässt, merkt Doris Brenner an. Ebenfalls zu beachten sei, ob die Feier eine betriebsinterne ist oder ob auch Partner mit eingeladen sind. Brenner: „In beiden Fällen ist es blöd, sowohl, wenn ich der Einzige bin, der keinen Partner mitbringt, als auch, wenn ich der Einzige bin, der mit Begleitung kommt.“

Bestelle jeder sein Essen individuell, empfiehlt Ute Bölke, zu schauen, auf welchem Preisniveau der Vorgesetzte bestellt, und sich danach zu richten. Gebe es ein Büffet, solle man darauf achten, sich die Teller nicht zu voll zu laden und nicht zu häufig Nachschlag zu holen.

Doch nicht nur die Kollegen untereinander, sondern auch der Vorgesetzte könne Fehler begehen. Als Chef, sagt die Expertin, sei es ebenfalls falsch, auf der Feier einen Kollegen für seine Arbeit besonders zu loben und den Rest nicht. Wer die Leistungen eines Einzelnen hervorheben möchte, könne dies bestenfalls am Ende der Veranstaltung tun. *Bettina Jaeschke*