



Grafik: Marius Pawlitza

## Typen im Team

# Der Egoist

**Sie denken immer zuerst an sich selbst. Und sie sind eine echte Herausforderung für jedes Team, gleich ob als Chef oder als Kollegin. Wir geben Tipps für den täglichen Umgang mit Egoisten.**

**M**eistens sind es die kleinen Dinge, an denen man einen Egoisten erkennt. In der Bahn oder an der Kasse drängelt er sich vor, die Straße gehört ihm offensichtlich allein und wenn es mal nur noch einen Keks in der Dose gibt – der Egoist nimmt ihn bestimmt. Und fühlt sich dabei völlig im Recht, denn dass der Stärkste überlebt, haben wir im Biologieunterricht ja schon von Herrn Darwin gelernt. Andere formulierten daraus später die Theorie vom egoistischen Gen, aber das ist eine andere Geschichte. Denn dabei geht es nicht um persönliche Vorteile, sondern um die Überlebenschancen der eigenen Gene.

Für die Psychologen ist der Egoist jemand, der seine Bedürfnisse befriedigt und die der anderen übergeht. Und wichtig sind dabei beide Aspekte. Denn dass jeder Mensch darauf achtet, dass seine Interessen nicht zu kurz kommen, ist normal. So gesehen ist jeder Mensch bis zu einem gewissen Punkt egoistisch und das ist gut so. Wenn Sie Ihre Bedürfnisse und Wünsche kennen und danach handeln, sind Sie objektiv gesehen egoistisch. Bestimmt nehmen Sie dabei aber Rücksicht auf die Bedürfnisse und Wün-

sche Ihrer Mitmenschen – so sollte das in einer Gemeinschaft sein, man nennt das auch den „gesunden Egoismus“.

Das Gegenteil ist der „ungesunde Egoismus“. Diesen Zeitgenossen ist es egal, wenn andere durch ihr Verhalten benachteiligt werden und zunächst führt die Ich-Bezogenheit sogar zum Ziel. Es hat den Anschein, als werden diese Menschen für ihren Egoismus auch noch belohnt. Und das kann ihr Verhalten weiter bestärken.

### Eigenes Verhalten überdenken

Die Motive für egoistisches Verhalten können zahlreich sein, oft geht ein übermäßiger Ellenbogen-Einsatz aber mit Minderwertigkeitsgefühlen einher. Sie haben Angst, zu kurz zu kommen und eine sehr geringe Frustrationstoleranz: „Wenn ich das nicht bekomme, geht es mir schlecht.“ Sie haben nie gelernt, sich in andere Menschen hinein zu versetzen.

Das Zusammenleben in einer Gemeinschaft – ob Familie oder Praxisteam – funktioniert ja immer in zwei Richtungen. Menschen, die unter dem Egoismus anderer leiden, tragen oft ein Stück zur Situation bei. Indem sie sich zuviel

gefallenlassen, sei es aus Angst vor Konflikten oder aus einem eigenen Minderwertigkeitsgefühl: „Ich habe es nicht anders verdient.“ Wenn Sie es in Ihrem direkten Umfeld mit einem Egoisten zu tun haben, sollten Sie daher zunächst Ihr eigenes Selbstwertgefühl hinterfragen. Machen Sie sich klar, dass Ihnen dieselben Rechte zustehen, bevor Sie sich in ihr Schicksal ergeben.

Doch wie geht man am besten mit Egoisten um? Marie von Ebner-Eschenbach schrieb dazu vor mehr als 100 Jahren: „Der Umgang mit einem Egoisten ist darum so verderblich, weil die Notwehr uns zwingt, allmählich in seine Fehler zu verfallen.“ Für den Alltag heißt das: Bevor Sie „Ja“ sagen und eigene Interessen hintan stellen, sollten Sie sich die Frage stellen: Möchte ich das wirklich? Und wenn Sie innerlich „Nein“ sagen, dann sollten Sie das auch nach außen tun – und zwar ohne ellenlange Begründungen. Die verwässern nur Ihre Ablehnung.

Glücklicherweise gibt es zwischen totaler Ich-Bezogenheit und Selbstaufgabe ja einen goldenen Mittelweg – den gemeinsamen Weg. Mal teilt man den letzten Keks oder heute bekommst du ihn, morgen ich. Diesen Weg können Sie aber nur einschlagen, wenn Sie Ihre Erwartungen und Wünsche offen ansprechen. Denn die wenigsten Menschen können hellsehen. Genauso wichtig ist konsequentes Handeln. Der Egoist wird sicher versuchen, Sie wieder zum alten Verhalten zu bringen. Sie müssen lernen, einen Konflikt auszuhalten. Dann können Ihnen Egoisten eigentlich nicht mehr viel anhaben. ■

### Serie Typen im Team

In dieser Serie geben wir Tipps zum Umgang mit schwierigen Chefs und Kolleginnen.

Der Choleriker

Der Soldat

**Der Egoist**

Der Erbsenzähler

Der Dilettant