

COLLEGA INSOPPORTABILE? 7 CONSIGLI PER SOPRAVVIVERE IN UFFICIO

24 Giugno 2019



Alzi la mano chi non ha mai avuto in ufficio un collega che proprio non sopporta. Il classico “personaggio” fuori le righe con cui non riusciamo proprio a relazionarci e che, anzi, facciamo di tutto per evitare.

Se poi si aggiungono periodi di lavoro particolarmente stressanti, allora le giornate sembrano non finire mai e andare in ufficio diventa un incubo.

Eppure, la situazione potrebbe pian piano evolversi; ecco alcuni consigli che possono aiutarvi a rendere il clima più disteso, giocando d'anticipo, prima di che diventi tutto insostenibile.

1 - Analizzare il nostro atteggiamento: prima di giudicare il comportamento degli altri e additarli come “colpevoli”, è bene fare autocritica e chiedersi come ci si è comportati con quella persona. In alcune situazioni, magari, il nostro modo di fare ha causato un cambio di atteggiamento nell'altra persona.

2 - Se proprio non vi è possibile sopportare il collega, basterà semplicemente “evitarlo”, limitare le interazioni al minimo ma mantenendo sempre educazione e gentilezza. Non dovete dargli modo o occasione di parlare male di voi in giro tra gli uffici.

3 - Se siete propensi al dialogo e volete risolvere la situazione, provate ad avviare una conversazione extra lavorativa, che potrebbe portare a scoprire di avere anche interessi comuni o affinità caratteriali.

4 - Evita lo scontro e non rispondere alle provocazioni: le polemiche, gli attriti, non fanno bene all'ufficio. Rendersi protagonisti di episodi sgradevoli, litigi, potrebbe farvi passare dalla parte del torto e coinvolgere i colleghi in clima di lavoro pesante.

5 - Confrontarsi con gli altri: se nonostante i mille sforzi non siete riusciti a trovare un punto d'incontro con l'insopportabile collega, allora chiedete supporto alle altre persone che riescono a relazionarsi con lui/lei, un intermediario potrebbe essere prezioso. Soprattutto chi è arrivato a lavoro prima di voi, potrà darvi una chiave di lettura per decifrare i comportamenti dell'altra persona e trovare una strada per risolvere la situazione. In ultima alternativa, potreste rivolgervi al vostro capo e far presente la situazione. La cosa importante è mostrarsi professionali e non ridurre tutto a una lamentela banale e fine a se stessa.

6 - Restare positivi: lavorare sereni è il vostro obiettivo. Prendete atto della situazione ma non focalizzatevi solo su quello. Anche i momenti difficili insegnano qualcosa, permettono di mettersi in discussione e insegnano qualcosa.

7 - Non succede spesso ma i colleghi “insopportabili” possono essere anche quelli che hanno difficoltà a relazionarsi, che non sanno come comportarsi e risulta, quindi, difficile capirne i comportamenti. Sarà probabile che si isoleranno e, per questo motivo, risulteranno “antipatici”. Prendere l'iniziativa può essere la soluzione per “rompere” il muro e capire davvero come sia fatta quella persona.