

Életmód | 2022. Február 04.

„Biztos én is tehetek róla, elszúrta valamit” – így működik a munkahelyi karaktergyilkosság

Miért határozza el valaki (vagy valakik), hogy kicsinálnak másokat a munkahelyén, és milyen módszerrel dolgoznak? Mi a különbség a tudatos karaktergyilkosság és a pletykázkodás közt? Mit tehet az áldozat? Mit kezdjen a kezdeti benuulásával? Van értelme magyarázkodni, vagy csak súlyosbítjuk a bajt? Bóhm Kornél cégeknek segít kommunikációs szakemberként, új, Karaktergyilkosság című könyve főleg a közélettel és a politikával foglalkozik, de külön fejezetet szán a toxikus és rosszindulatú munkahelyi rivalizálásnak is.

Neményi Márton

A könyvedből úgy tűnik, mintha a karaktergyilkosság teljesen természetes lenne, az élet velejárója, pedig az ember szeretné azt hinni, hogy csak elvetemült arcok járatnak le tudatosan másokat.

A karaktergyilkosságra én kommunikációs eszközként tekintek. Nem minősítem, nem megyek bele értékítéletekbe, nem morális megközelítésben tárgyalom – a módszerek és a célja érdekel.

Az nem foglalkoztat, milyen pszichológiai vagy személyiségzavar áll annak a hátterében, hogy az ember pletykákat terjeszt, vagy egyenesen kitalál a másiktól mindenfélét?

Az egyes támadások megítélése külön-külön eldönthető, nem szeretnék általánosítani, hogy honnan ered a jelenség. Ha olyan embert támadnak, aki a közösség szerint rászolgált, nyilván sokan elégedettek, de lehet aljas is a támadás, olyan, amely a magánszférába hatol; ilyenkor a támadó dörzsöli a tenyerét. Engem ez a része kevésbé érdekel, távolságtartóan tekintek a témára, nem keresnek ab ovo lelki torzulást az eseménysor mögött. Nem hiszek abban, hogy egységesen állást lehetne foglalni a karaktergyilkosságok ellen.

Mégis miért van szükségünk arra, hogy kibeszéljünk másokat?

Amire te gondolsz, az a pletyka, amelyet én megkülönböztetek a szigorúan vett karaktergyilkosságtól. Az én megközelítemben a pletyka nem támadás, inkább a társadalmi vagy társasági érvényesülés terepe, és sokszor az intimszféra feltárása kerül fókuszba. Ezzel egy ponton túl persze vissza is lehet élni: személyesen pont úgy, mint a bulvármédiában.

Kommunikációs szakemberként terveztél már meg karaktergyilkosságot? Vagy képes lennél megtervezni?

Üzleti márkáépítéssel és kríziskommunikációval foglalkozom, szerencsére nem vagyok érintett az ilyen történetekben, de úgy képzem, a karaktergyilkosságok jelentős részét igenis tervezik a kommunikációs boszorkánykonyhákban. Ezek mögött racionális döntéssorozat, kidolgozott stratégia áll. Ezt nem lehet *csak úgy* művelni. Fel kell mérni például, mit hisz el a közönség: egy profán példával élve, ha valakiről elkezdem terjeszteni, hogy üti-veri a gyerekeit – ahogy ez most egy-két politikussal történik is –, nagyon fontos, hogy kinézik-e belőle. Ha úgy néz ki, mint egy dúvad, hihető a történet, ha szerény, visszahúzódó és látszik rajta, hogy a légynek sem ártana, nem hiszik majd el.



Két éve még azt sem hittük volna el, hogy egy konzervatív politikus ereszcsonán menekül majd egy meleg orgiából meztelenül, bedrogozva.

Ott nem arról volt szó, hogy két éve még abszurd lett volna, ma pedig már nem az; kőkemény, megdönthetetlen bizonyítékok voltak, például videófelvevételek. Ezért hittük el. Persze itt is fontos volt, kinéztük-e belőle.

Miképp lehet felmérni, hogy mit hisz még el egy közösség? A „Gyurcsány Ferenc minden rossz forrása” kampány úgy is működik, hogy tizenhárom éve lemondott.

Az ilyen percepciónak mindig meg lehet ágyazni, igaz, ez hosszabb út a karaktergyilkossághoz. A kérdés mindig az, hogy az ügy, amivel valakit megtalálnak, az illető centrális tulajdonságát érinti-e: hogy a róla a köztudatban élő kép ellentmond vagy beleilleszkedik-e a történetbe.

Ha például valaki sokat bulizik, iszik, szív és – hogy is mondjam – barátkozik másokkal, és elterjed róla egy történet, ahol valami különösen súlyosat művelt egy buliban, elintézzük annyival: hát igen, ő már csak ilyen.

Ha azonban egy elegáns, skatulyából kihúzott, aktatáskás emberről kezd terjedni ugyanez a sztori, az sokkal többet árt, hiszen az általa képviselt értékrend is sérül. Mint az a vegánságnál is szigorúbb étrendet betartó véleményvezér, akit egy nyaraláson rajtakaptak, hogy húst eszik. Az ilyesmit nem lehet kimagyarázni.

Külön fejezetet szánsz a munkahelyi karaktergyilkosságnak. Miért kezdi el bárki tudatosan lejáratni a kollégáit?

Először is: bár a karaktergyilkosság kategóriájába beletartozik a bullying, azaz az, hogy azért bántanak valakit, mert nem kedvelik, ennél számomra sokkal érdekesebb azt vizsgálni, amikor konkrét érdekellentétről van szó, például, amikor egy pozícióra többen pályáznak. Ilyenkor a szándékos károkozás sincs kizárva – például, hogy a karaktergyilkos megtagadja a munkát, nem tartja be a határidőket, majd azt mondja, hogy a másik hibája mindez, esetleg olyat ad a szájába, amit az illető sosem mondott. Két különböző dolog tehát a toxikus kolléga, aki megnehezíti a mindennapokat, és a karaktergyilkos, aki az áldozat előmenetelét kockáztatja. Azzal például sérülhet egy kolléga megítélése, ha valakiről elterjed, hogy lógós, home office-ban órákig tereget, nem lehet rá számítani, amikor ezt mondják róla, ha szóba kerül: „Tudjátok, Zsuzsi úgysem adja le időben”. Ez egy tipikus mondat a munkahelyi karaktergyilkosság során, úgy is, hogy az illető nagyon keményen dolgozik.

Zsuzsi ilyenkor hogyan védekezhet?

A legnagyobb kár akkor éri, ha el sem jut hozzá, hogy miket mondanak róla. Ilyenkor jó, ha akad legalább egy barát, egy szövetséges, aki jelzi, hogy baj van. Ezért fontos, hogy a munkahelyen kapcsolatrendszerét építsen az ember:

hogy megválogassa, kivel ebédel, sőt, ügyesen váltogassa az ebédpartnereit, hogy benne legyen a folyosói zuhanyhíradóban.

Ha integráns része vagy a szervezetnek, lesznek támogatóid is. Ami a céget illeti: sokat segíthet egy hotline üzemeltetése, amely akár a szervezeti kultúra része is lehet. A szervezeti kultúra, az etikai kódex éppen ezért korántsem *bullshit*: nagyon fontos, hogy ezekre számíthassunk.

Csak hogy a home office korában sokan eleve nem járnak be, így védekezni sem tudnak. Nem is beszélve az introvertált kollégáról, aki inkább egyedül ebédel.

Valóban védtelenebbek a maguknak való csodabogarak: ők jobban ki vannak téve a bullyingnak és a karaktergyilkosságoknak is. De nem csak védtelenek, hanem

ártalmatlanok is: ők azok, akikben kevesen látnak riválist. Aligha ők lesznek az elsők, akiket ki akarnak csinálni egy érdekellentétben.

Mit tehetünk, ha már a szájára vett az iroda?

Amikor valaki ezzel szembesül, az első reakció nagyon nehéz lelkileg: a stigmatizáltság érzése benuvágyással keveredik, majd jön a sokk, a „*nem akarom elhinni*”- érzés. Majd az, hogy először áll ki úgy a kollégák elé, hogy már tudja, hogy mit gondolnak róla. Ilyenkor elhatalmasodhat a bűntudat, a kétség: „*biztos én is tehetek róla, valahol felelős vagyok, én is elszúrtam valamit*”. Magányos helyzet ez, teljesen egyedül vagyunk az elején. Ilyenkor lehet döntő szerepe egy céges pszichológusnak, coachnak. A reziliencia, vagyis a lelki ütésállóság személyiségenként nagyon változó, embere válogatja, ki milyen könnyen rázza meg magát, de befolyásolja mindezt az is, hogy mekkora a tét.

Ha egy olyan támadásba kerül bele az illető, ami az egész karrierjét kockáztatja, az súlyosabb, mintha a karácsonyi buliban a vezérigazgató ölébe hányt volna.

Mondjuk az se kellemes.



 Bőhm Kornél (fotó: Pavel Bogolepov)

Sokan az ilyesmire úgy reagálnak, hogy „*kit érdekel, mit gondolnak, senkinek nem tartozom magyarázattal*”, és ignorálják a helyzetet.

Sokat számít a közeg, amelyben a karaktergyilkosság zajlik. Ha engem támadnak, és számomra fontos célcsoport előtt sérül a renomém, fontos, hogy reagáljak, míg ha egy érdektelen csoport előtt zajlik, jobban meg tudom védeni magam. Például egy celeb, ha negatív dolgokat terjesztenek róla, a közösségi médiában mondhatja azt, hogy számára a szponzoráció, lemezszerződés fontosabb, mint az, hogy mindenkinek egyenként válaszoljon. Ha ugyanez egy pénzügyi tanácsadóval történik, nagyon fontos, mit gondolnak róla a számára leginkább releváns közegben, hiszen az egész karrierje rámehet, ha ott rossz híre terjed. Hogy ki képes arra, hogy egyáltalán ne érintse meg a karaktergyilkosság? Ehhez annyira érzelemmentesnek kell lennie, mint egy hasáb fa, de általában ez is csak úgy sikerül, ha nem olvassa el a negatív kommenteket. Mindenkinek megvan a célcsoportja, ahol számít, hogy mit gondolnak róla.

Tehát mit tehetünk, ha támadnak?

Én a támogatókban hiszek – pláne akkor, ha megbízható, szakmailag elismert kollégákról van szó, az ő kiállásuk nagyon sokat számít. Érdemes teljesen nyíltan, transzparensen kezelni a problémát: *„Figyeljete, öntsünk tiszta vizet a pohárba! Beszéljünk meg! Megbántottalak valamivel? Rosszul csináltam valamit? Nézzük végig historikusan, mi történt”*. A közéletben ez sokkal nehezebb, egy politikus, színházi rendező ilyet nem mondhat a nagyközönség előtt, de ahol véges számú közönség van – munkahely, család – igenis dönthetünk úgy, hogy tegyünk róla, ne gerjedjen a téma.

A #metoo mozgalom óta a közönség talán hajlamosabb az áldozatok mellé állni, feltétel nélkül hinni nekik. Ez miben befolyásolja a karaktergyilkosságok működését?

A mozgalom sajnos számtalan rossz tapasztalatot is magával hozott; az inga picit túllendült, sok olyan ügy is napvilágra került, ahol visszaélés történt a vádaskodással. Ha valaki arról beszél, hogy áldozattá vált, akkor most már valóban illendő elhinni, nyitottan, támogatólag fogadni, de nem tesz jót az ügynek, hogy sokan lehetőséget is látnak benne, és így jutnak hamis támogatáshoz. Generációk együttélése és harca zajlik; ez ugyan kicsit más téma, de szorosan ide is tartozik. A világ előrefele halad, előbb-utóbb úgyis az új megközelítés diadalmaskodik. Arra nincs jó válasz, hogy számon lehet-e kérni most a harminc évvel ezelőtti erkölcsöket, de most akkor is az elfogadás, az érzékenyítés az irány, ebből nincs visszatrappolás.

Azt ma már senki sem képes megmagyarázni, hogy azért, mert az ő idejében a főnök előjoga volt a titkárnő fenekébe markolni, az ilyesmi ma is rendben van.