

# Wie von workoholic abgrenzen?

**Beitrag von „Micky“ vom 30. März 2017 19:57**

Oder das Abwenden. Ich habe mich an die nächsthöhere Instanz gewendet und die hat mir ganz deutlich gesagt, dass sich nichts ändern wird und ich mir Alternativen suchen soll. Sie heißt die Methoden der Kollegin auch nicht gut, ihr sind aber die Hände gebunden. Sie hat mir angeboten, ein Gespräch mit meiner Chefin und mir zu führen, aber ich habe abgelehnt - niemand kann dafür sorgen, dass ich mich da abgrenzen außer mir selber. Ich weiß nun, was ich rechtlich machen muss und was nicht. Leider sind da einige Dinge dabei, gegen die ich nichts machen kann. Aber ich kann mein Engagement reduzieren und auch mal "Stop, mein Kontingent ist ausgeschöpft" sagen. Und das tue ich zur Zeit, und es kommt erstaunlich wenig Gegenwehr.