

# Ich bin neidisch auf meine Kollegin – und jetzt?

Es ist ein Gefühl, das vielen Menschen im Laufe ihres Berufslebens begegnet: Sie sind neidisch auf eine Kollegin oder einen Kollegen. Meist wird diese Emotion jedoch nicht offen gezeigt. Zu groß ist die Sorge, sie könne als destruktiv gelten und das soziale Miteinander im Team belasten.

Dabei kann ein bewusster Umgang mit Neid durchaus positive Effekte haben. „Das Neidgefühl sollte man keinesfalls verteufeln, sondern als einen wertvollen Hinweisgeber wahrnehmen“, sagt die Wirtschaftspsychologin Saskia Bülow. Denn Neid sei ein Hinweis auf unerfüllte Bedürfnisse und Wünsche und könne einen dazu motivieren, an sich zu arbeiten und weiterzukommen.

## Den eigenen Neid verstehen

Um herauszufinden, was hinter dem Neid steckt, sollten Betroffene in sich gehen. Entscheidend ist die Frage: Was genau

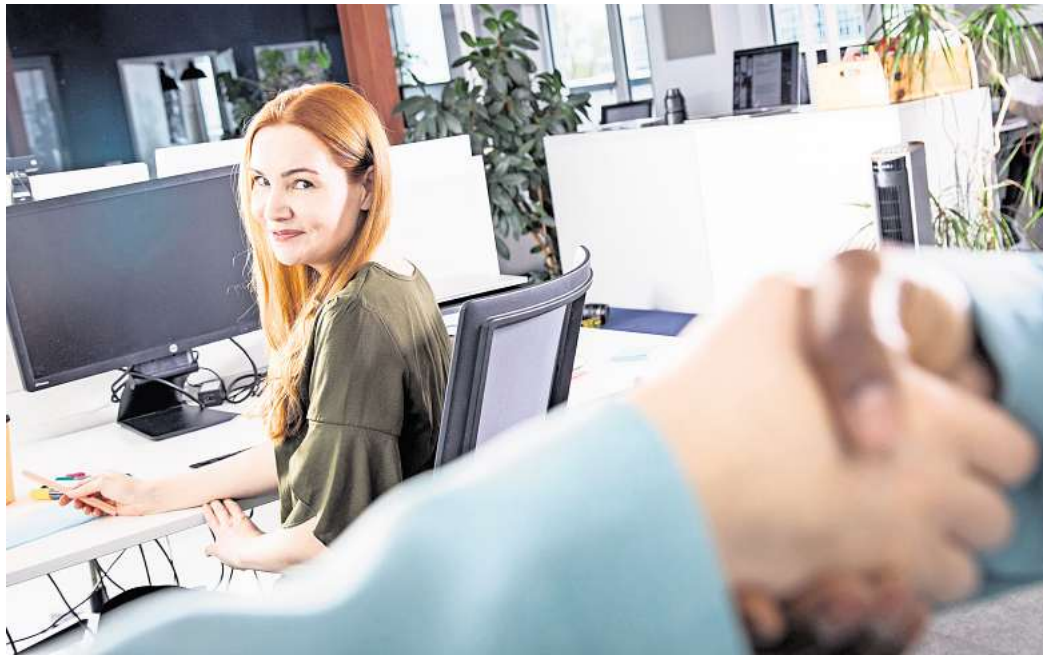
löst das Gefühl aus? Ist es das Gehalt, die Anerkennung oder der Erfolg der anderen Person?

Und wie wichtig sind diese Aspekte für die eigenen beruflichen Ziele? Diese Selbstanalyse

hilft, die eigenen Wünsche klarer zu erkennen und gezielt anzugehen.

Manchmal zeigt sich jedoch eine andere Seite des Neids: Wer feststellt, dass er oder sie dem anderen den Erfolg nicht gönnt, sollte den Ursachen dafür nachgehen. „Oft liegt dem ein Gefühl von Unterlegenheit oder Ungerechtigkeit zugrunde“, erklärt Bülow. Wer sich unterlegen fühlt, kann sich fragen, wie sich diese Situation verändern lässt, etwa durch Weiterentwicklung oder neue Ziele.

Wer die Beförderung einer Kollegin oder Anerkennung für ein Teammitglied als unfair empfindet, sollte aktiv werden. „Konstruktiv das Gespräch mit der Führungskraft suchen“, rät Bülow. Im Mittelpunkt steht dabei die eigene Entwicklung: Was kann ich tun, um voranzukommen? Wie komme ich an das nächste Projekt? Wer untätig bleibt, riskiert nicht nur anhaltenden Frust. Nichtstun belastet die eigene Psyche und kann sich langfristig auch negativ auf das Arbeitsklima im Team auswirken. (dpa)



Kann ich das auch schaffen? Neid kann im Arbeitsleben als Ansporn dienen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE

## Warum sich ungenutztes Gold jetzt prüfen zu lassen lohnt!

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt als **FOCUS MONEY**

**Aktueller Goldkurs: 4.708,80 USD/Ounce**

Mai 2026

Braunschweig. In vielen Wohnungen, Häusern und Nachlässen der Stadt finden sich Werte, die über Jahre kaum noch beachtet werden: alter Schmuck, einzelne Ohringe, gerissene Ketten, Ringe, Münzen, Barren, Zahngold oder kleine Erbstücke. Was unscheinbar wirkt oder längst nicht mehr getragen wird, kann gleichwohl einen erheblichen materiellen Wert besitzen. Gerade deshalb lassen derzeit viele Eigentümer ihre Bestände professionell prüfen.

Der Anlass dafür liegt auf der Hand: Das Preisniveau am Goldmarkt ist weiterhin hoch. Zwar kommt es immer wieder zu Schwankungen, doch insgesamt bewegt sich Gold nach wie vor auf einem derart hohem Niveau, das für Besitzer ungenutzter Werte interessant sein kann. Wer schon länger darüber nachdenkt, alten Schmuck, Bruchgold oder Münzen bewerten zu lassen, findet derzeit gute Voraussetzungen vor, um sich Klarheit über den tatsächlichen Gegenwert zu verschaffen.

Häufig wird unterschätzt, was überhaupt noch werthaltig



ist. Nicht nur vollständige oder modische Schmuckstücke kommen in Betracht. Auch beschädigte Ketten, einzelne Ohrstecker, ältere Ringe, Zahngold oder über Jahre aufbewahrte Kleinteile können einen relevanten Edelmetallwert haben. Entscheidend ist nicht der äußere Eindruck, sondern was tatsächlich an Gold, Silber, Platin oder Palladium enthalten ist. Gerade deshalb ist es in vielen Fällen sinnvoll, nichts vorschnell auszusortieren,

sondern vorhandene Werte mitzubringen.

In der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig erfolgt die Bewertung transparent und nachvollziehbar auf Grundlage der maßgeblichen Faktoren wie Gewicht, Feingehalt und aktuellem Kurs. Die Prüfung ist kostenlos und unverbindlich. Gerade bei Nachlässen, Erbschaften oder über längere Zeit angesammelten Beständen bietet eine geordnete Wertermittlung oft die Möglichkeit, sich ei-

nen realistischen Überblick zu verschaffen und anschließend in Ruhe zu entscheiden.

Viele Kunden nutzen eine solche Bewertung nicht allein aus unmittelbarer Verkaufsabsicht. Häufig geht es zunächst darum, die im Haushalt vorhandenen Werte überhaupt einmal sachlich einordnen zu lassen. Wer sich danach für eine Veräußerung entscheidet, kann mit einer unmittelbaren Auszahlung rechnen, wahlweise bar oder per Echtzeitüberweisung. So

lässt sich gebundenes Vermögen ohne langen Aufwand in verfügbare Liquidität umwandeln.

Hinzu kommt ein weiterer Aspekt: Werte, die jahrelang ungenutzt aufbewahrt werden, erfüllen für ihre Eigentümer häufig keinen praktischen Zweck mehr. Umso naheliegender ist es, den Bestand zumindest einmal prüfen zu lassen und auf dieser Grundlage zu entscheiden, was behalten und was veräußert werden soll. Eine sachliche Bewertung schafft Transparenz und kann helfen, verborgene Reserven sichtbar zu machen.

Wer ungenutzte Edelmetalle besitzt, sollte den derzeitigen Markt daher zum Anlass nehmen, den eigenen Bestand überprüfen zu lassen. Was seit Jahren unbeachtet in Schubladen, Schatullen oder Kästen liegt, ist unter Umständen deutlich wertvoller, als vielfach angenommen wird.

**Kostenlose und unverbindliche Bewertung in der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig direkt vor Ort.**

Wir sind jetzt auch am Samstag von 10 bis 16 Uhr für Sie da!



Mai 2026



**NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG**  
Damm 38  
38100 Braunschweig  
TEL: 0531/12184200

braunschweig@goldboerse.gmbh  
www.goldboerse-braunschweig.de

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr  
Sa.: 10:00 - 16:00 Uhr

**GESCHÄFTSFÜHRER:**  
N. GRANHOLM

**Terminabsprache nicht notwendig größere Mengen können natürlich vorher telefonisch terminiert und besonders diskret behandelt werden.**

**DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUFT**

1. Gold, Silber und Platinschmuck wie Ringe, Ketten, Armbänder, Anhänger, Broschen, Königsketten, Bettelarmbänder, Bruchgold und Feuerzeuge.
2. Zahngold mit und ohne Zähne oder im Gebiss, Brücken, Kronen, Inlays oder noch im Gebiss, kleine und große Mengen sauber und verunreinigt.
3. Markenuhren wie Rolex, Breitling, Cartier, OMEGA und vieles mehr.
4. Gold- und Silberbarren in verschiedenen Größen.
5. Goldmünzen, egal ob einzelne oder ganze Sammlungen.