

Mit **Humor** den **Führungsmarathon** meistern!

Integration einer wichtigen Ressource in den Arbeitsalltag



Katrin Hansmeier

www.humorinstitut.de

Warum Humor im Führungsalltag?



- Reziproker Effekt
- Entspannung und Deeskalation
- Aufmerksamkeit erhöhen
und die soziale Attraktivität steigern
- Ressource im Arbeitsalltag

Humorvolles Selbstmanagement



Worüber haben Sie zuletzt gelacht?



Humor

ist die Fähigkeit bzw. die Bereitschaft den Schwierigkeiten des Alltags/ Unzulänglichkeiten dieser Welt heiter und gelassen zu begegnen.

DUDEN

1. Atmen

2. Umschalten und die Perspektive wechseln



Humorforschung von Rod Martin & Tabea Scheel

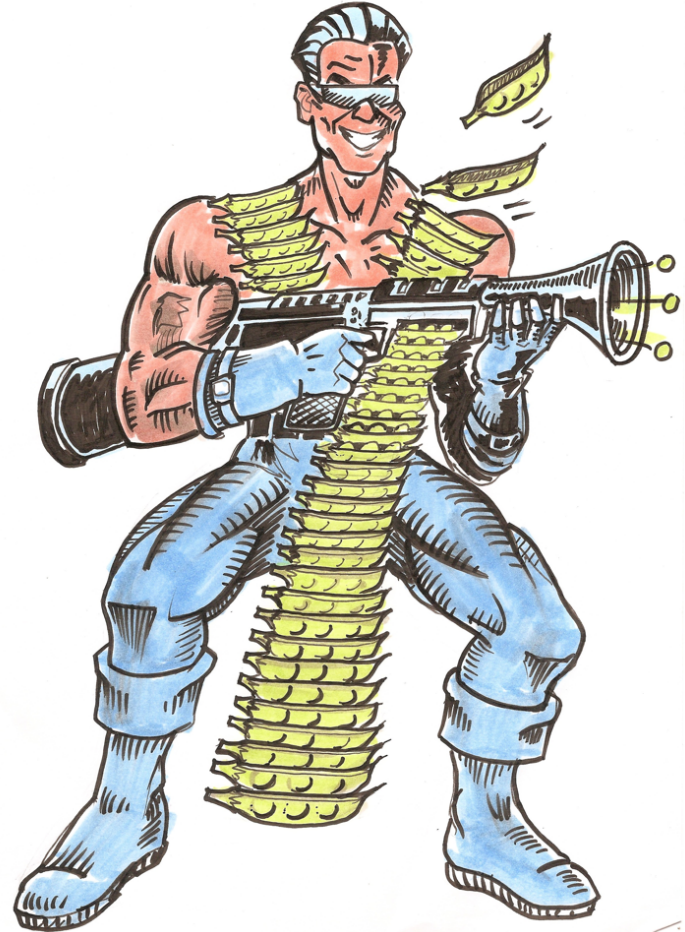
	Nähe	Distanz
Selbst	Selbstaufwertender Humor	Selbstabwertender Humor
Andere	Sozialer Humor	Aggressiver Humor



Ärgernisse, Störungen,
Glaubenssätze,
Vorwürfe...

- 1.) Sammeln
- 2.) Positiv Umdeuten

BEAN COUNTER HERO



Aufmerksamkeit erhöhen



Drei Wetter tough



**Humor
sinnvoll nutzen**

Humorvolles Vermitteln von Regeln

- Auto Reparatur: € 40/h
- Wenn Sie warten: € 45/h
- Wenn Sie zugucken: € 60/h
- Wenn Sie helfen: € 75/h

**Wir kennen schon 1.111 Ausreden.
Jede weitere hören wir uns
für € 40,00 an.**

Schwarzfahren kostet € 40,00 und ´ne Menge Nerven.



Fahrgästen ohne gültigen Fahrausweis müssen wir eine Gebühr von € 40,00 berechnen.

Please have your valid ticket ready for inspection. Should you be found without a valid ticket, we will be forced to charge you a penalty payment of € 40,00. Thank you for your cooperation.

Sincerely Leipziger Verkehrsbetriebe.

Spiel mit dem Status



Im Humor macht man sich manchmal dümmer als man ist und wirkt dadurch klüger, als man scheint.

Tips to Go!

- Angebote erkennen und annehmen
- 1x am Tag etwas positiv Umdeuten
- 1x am Tag jmd. zum Star machen
- 1x am Tag ein Kompliment machen
- eine humorvolle Spielregel vereinbaren
- bewusst Ungewöhnliches nutzen
- Humortagebuch im Team
- „Humorecke“



Mit **Humor** den **Führungsmarathon** meistern!

Integration einer wichtigen Ressource in den Arbeitsalltag



Katrin Hansmeier

www.humorinstitut.de