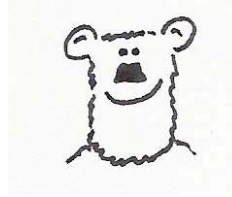


HumorCareBlatt



das erste

Eine lose Sammlung von Ideen, Materialien, Anregungen und Wünschen aus dem Hause HumorCare Schweiz – von Mitgliedern, mit Mitgliedern, für Mitglieder

Was wir brauchen, sind ein paar verrückte Leute; seht euch an, wohin uns die Normalen gebracht haben.

George Bernard Shaw 1856–1950 irischer Dramatiker und Nobelpreisträger

Thema dieser ersten Ausgabe:

Humor im beruflichen Alltag

Anregende Worte zuvor

Liebe HumorCare Mitglieder,

In unserem Rundbrief von anfangs Mai haben wir Euch auf unser **HumorForum** von Samstag, den **10. November 2007** aufmerksam gemacht. Es findet im ehrwürdigen Altersheim der Burger der Stadt Bern statt (2 Schritte neben Bhf. SBB).

Das Programm mit allen Einzelheiten und Anmeldetalon folgt mit der nächsten Post.

Mit diesem HumorCareBlatt wollen wir Euch angeregt auf dieses unser Forum zum Thema **„Humor im Beruflichen Alltag“** einstimmen.

Und wir wollen Euch anregen, Euch an dieser Möglichkeit des angeregten Austausches zu beteiligen.

Während Ihr in diesem Blatt vor allem Texte über die Wichtigkeit des Humors in der beruflichen Umgebung findet, möchten wir in der nächsten Ausgabe humorvolle, witzige Alltagssituationen in und um Eure Jobs abdrucken. In unserem Brief vom 2. Mai 2007 haben wir ein paar Fragen formuliert, deren Antworten Euch auch als Diskussionsstoff für das HumorForum dienen werden.

Also denn: bitte bis Ende August an

h-g.lauer@gmx.de oder *beatrice.massart@vtxmail.ch* oder

Beat Hänni, Brändelstalweg 18, 4103 Bottmingen.

**Eine anregende Lektüre wünscht das HumorCareBlattTeam
Beatrice, Beat, Hans-Georg**

„Am Arbeitsplatz wird zuwenig bewusst Humor eingesetzt. Dabei geht es natürlich nicht ums Auslachen, sondern um das Miteinanderlachen.“

Rolf Hirsch, Chefarzt für Gerontopsychiatrie, Bonn; Interview in der NZZ vom 7. Juni 2006.

„Humor ist für mich sehr wichtig. Spass bei der Arbeit und im Team erzeugt positive Energie und Kreativität. Ich finde, dass gerade ein Manager auch über sich selbst lachen können muss“.

Matthias Legler, Kadermitglied von Novartis; Interview in der firmeninternen Publikation

„Geteilter Humor führt zu einer Atmosphäre des Vertrauens, welche den MitarbeiterInnen erlaubt sich zu öffnen und Ideen und Vorschläge frei zu äußern, ohne das Gefühl sich lächerlich zu machen“.

Paul McGhee, Psychologe und Verhaltensforscher.

„Humor im Unternehmen schafft ein Klima der heiteren Gelassenheit. Er entstresst. Nicht jedes Wort wird auf die Goldwaage gelegt. Die Fünf wird auch einmal gerade gelassen. Großzügigkeit und Respekt untereinander werden groß geschrieben. Wohlwollen bestimmt das Miteinander statt Pingeligkeit. Jeder soll seine Aufgabe ernst nehmen, aber nicht so sehr sich selbst“.
Emil Herzog, Berater in Humor im Management; Mitglied von HumorCare

Ein Humorpraxisbeispiel: wie innerhalb eines Kulturprojektes der Humor an einem Arbeitsplatz – in meinem Fall in einer Klinik – etabliert werden kann:
Seit einigen Monaten gibt es an der Klinik, an der ich arbeite, ein umfassendes Kulturprojekt namens Kulturklekse (www.kultur-klekse.de) Unter diesem Deckmantel bieten meine Kollegin Antje und ich jeden Montag interessierten Kolleginnen und Kollegen die „Montagsklekse“ an: wer sich in unsern Verteiler hat aufnehmen lassen, bekommt jeden Montag kurz vor acht Uhr von uns einen Spruch, ein Gedicht, einen Gedanken per E-Mail zugeschickt und kann damit fröhlich, nachdenklich die Woche beginnen.

Beispiel aus Woche 19:

Gedanken

Fragen über Fragen stellen sich mir, wenn ich an Gedanken denke: Kriegen Gedanken Sprünge? Treffen Gedanken Blitze? Können Gedanken lesen?

Woraus sind Gedanken? Bestehen Gedanken aus Tausch? Wie sind die Preise auf dem Gedankenstrich?

Wo haben Sie Ihre Gedanken

Ich bin immer ganz in Gedanken, wäre allerdings gerne mal dabei, wenn meine Gedanken alle beisammen sind.

Das kommt selten vor, und ich habe wirklich Angst, dass mal einer für immer abhaut. Nur der Gedanke, dass ich ihn einmal verlieren könnt....

Ich habe mir sogar schon mal dumme Gedanken gemacht, auf die ich dann auch komme

Willy Astor (Quelle: W. Astor: Unverrichter der Dinge – Humor direkt vom Erzeuger, Kunstmann Verlag)

Wir bekommen zu diesen montäglichen Sprüchen immer wieder ermunternde Rückmeldungen von den Empfängern: „es ist schön, so die Woche zu beginnen“ – „ich kann erst mal inne halten“ etc. Ein technischer Hinweis für potentielle Nachahmer: Sprüche zu finden ist in Zeiten des Internets kein Problem. Antje und ich haben unsere favorisierten Sprüche zusammengetan und in einer kurzen Sitzung das Angebot für das nächste halbe Jahr zusammengestellt. In Outlook haben wir eine Verteilerliste der Interessierten zusammengestellt – somit sind es jeden Montag morgen 2 Klicks und die Aktion ist getan.

Hans-Georg



„Umfragen zufolge sind fast 20% der Angestellten so frustriert, dass sie innerlich gekündigt haben. Rund 70% der Arbeitnehmer arbeiten nur das Nötigste. Die schlechte Stimmung hat einen einfachen Grund, so glauben inzwischen viele Managementexperten: Es wird zu wenig gelacht.“
SpiegelOnline, 9.Mai 2007.

Aus: Eike Christian Hirsch „Der Witzableiter“, München 2001, S. 256

Unter der Rubrik „Versöhnter Witz – Der Humor hat den Konflikt überwunden“

Der Chef zu seinem kaufmännischen Lehrling: „Jetzt sind sie zwei Jahre bei uns und haben viel gelernt. Und heute machen wir pleite, damit sie auch das lernen.“

„Humorlose Chefs sind meist Fehlbesetzungen. Ihnen fehlt die Kritikfähigkeit und die Distanz zu sich selber ... Zudem fehlt ihnen die Einsicht, wie wichtig Perspektivenwechsel sind. Humor bedeutet ja immer, eine Ordnung auf den Kopf stellen.“

Helmut Bachmaier zum Thema wie Humor das Arbeitsklima verbessert im „Der Bund“ vom 29. Juni 2006.

Wer probiert mit mir Ideen aus dem Buch von Matt Weinstein aus?

Quelle: Matt Weinstein: „Lachen ist gesund – auch für ein Unternehmen“, Verlag Ueberreuther 1996 (Das selbe Buch kam 2001 unter dem Titel „Motivation“ im selben Verlag in der Reihe „Management Bibliothek“ auf den Markt, meines Wissens sind beide Ausgaben vergriffen HGL)

Ich werde im Juli an meinem Arbeitsplatz folgende Weinstein-Idee umsetzen und Euch im nächsten HumorCareBlatt berichten

- **Verleihen Sie einen Blumenstrauß (S. 92)**

Ich werde einen Blumenstrauß besorgen, ihn einer Kollegin aus einer andern Abteilung geben und sie bitten, den Strauß nach einer halben Stunde an jemand andern weiterzugeben (vielleicht schreib ich auch ein kleines Kärtchen mit dem Weitergabehinweis).

Oder

andere Ideen von Weinstein:

- **Tun Sie etwas Unerwartetes (S. 68); Spielen Sie (S. 125)**

und 362 weitere mehr und weniger gute Ideen sind in diesen Büchern zu finden.



Aus „Das große Loriot Buch“ Zürich 1998 S. 366

Ein aktueller Literaturhinweis:
In dem soeben erschienenen Buch „Humorstrategien – lachen macht stark“ Herausgegeben von Helmut Bachmeier ist ein interessanter Artikel von Rolf Dieter Hirsch zu finden: „Gesundheitsfaktor Humor am Arbeitsplatz“ (S. 57–82), in dem u.a. in übersichtlicher Form der Einfluss von Humor auf verschiedene berufliche Bereiche dargestellt ist.

Übrigens: unser Forum-Thema „Humor im Beruflichen Alltag“ ist nicht neu. Bereits am 22.10.1998 erschien in der ZEIT ein Artikel mit dem Titel „Arbeit leicht gelacht“. Hier ist ein gutes Beispiel für Humor am Arbeitsplatz zu finden, es stammt von Paul McGhee: „Da war zum Beispiel jener Busfahrer, der jahrelang darunter litt, dass seine Fahrgäste immer im Eingangsbereich stehen blieben und den Durchgang blockierten. Seine ständigen höflichen Ermahnungen, doch bitte aufzurücken, verhallten ungehört. Bis zu jenem Tag, an dem er verkündete: „Alle Fahrgäste mit sauberer Unterwäsche bitte nach hinten durchgehen“. Prompt drängten die Fahrgäste eiligst in die hintere Bushälfte.

Ein humorvoller Arbeitstag ist ... *

- Positive Arbeitseinstellung
- Mindestens ein Mal am Tag gelacht haben
- Über Fehler lachen (meine)
- Locker bleiben
- Jemanden kurz „aufziehen“
- Effektiver als ein trockener Tag
- Wenn man auch bei Stress lachen und Witze machen kann
- Mit guter Laune den Tag beginnen
- Freundlicher Umgang miteinander
- Gelassenheit spüren im Umgang mit problematischen Themen
- Nette Gespräche mit Chef und Kollegen und Kunden
- Wenn ich morgens ins Büro komme und mir meine Kollegen einen guten Morgen wünschen
- Meine Kollegin schon den Tee gekocht hat
- Ein netter Umgangston
- Ab und zu ein Scherzchen reißen
- Wenn sich die Kollegen mit einem lustigen Spruch begrüßt haben

* Eine Auswahl von Äußerungen von Teilnehmerinnen eines Seminars „Humor bei der Arbeit“ ... und wie würdest Du den Satz „ein humorvoller Arbeitstag ist“ ... ergänzen?

In sieben Schritten zu mehr Frohsinn *

Freude am Beruf ist die Voraussetzung für Lachen am Arbeitsplatz

1. machen Sie einen Spaßtest. Nennen Sie spontan mindestens fünf Punkte, warum Ihnen Ihre derzeitige Tätigkeit Spaß macht und Sie sich jeden Tag wieder darauf freuen. Wenn Ihnen dazu nichts einfällt, dann..
2. ...überlegen Sie, an welcher Aktivität Sie in Zukunft Spaß haben möchten. Können Sie vielleicht neue Aufgaben übernehmen? Manchmal braucht man aber auch einen Neuanfang. Wechseln Sie die Firma, vielleicht sogar die Branche. Oder machen Sie Ihr Hobby zum Beruf. Sie entwickeln sich weiter, da ist es normal, immer wieder an neuen Themen Spaß zu finden.
3. Nehmen Sie sich und die Welt nicht so ernst. Betrachten Sie das Leben als Geschenk und als Spiel. Wo bitte steht, dass Humorlosigkeit zum Erfolg führt?
4. Lachen Sie öfter. Lachen ist gut für die Gesundheit, Geist und Seele. Bringen Sie auch Ihre Mitmenschen zum Lachen.
5. Laden Sie Ihre Spaßbatterien auf. Schauen Sie sich witzige Filme an, stöbern Sie in originellen Geschäften. Lassen Sie sich von guter Laune und guten Ideen anstecken.
6. Bauen Sie sich ein Spaßnetzwerk auf. Pflegen Sie Kontakte zu Menschen, mit denen Sie gern zusammen sind und immer wieder überraschende Ideen entwickeln. So können Sie sich gegenseitig helfen, wenn es einmal nicht so gut läuft.
7. Gönnen Sie sich öfter etwas. Bauen Sie kleine Belohnungen in ihren Tag ein und genießen Sie diese Momente. Hören Sie mehr auf Ihre innere Stimme, und Sie werden automatisch mehr Spaß haben.

Aus: S.Zimmermann in; Wirtschaftsmagazin BIZZ Capital Nr. 3 März 2001

Uns interessiert: Was haltet Ihr von solchen Ratschlägen? Habt Ihr schon mal versucht, solche Tipps umzusetzen? Oder habt Ihr aus eigener Erfahrung ähnliche Tipps, die helfen, Spaß und Freude bei der Arbeit zu unterstützen? **Schreibt uns!**

Anregende Worte danach

*Wir hoffen, wir konnten Euch Lust auf unser Thema beim **HumoForum** am 10. November in Bern machen und vielleicht konnten wir Euch mit unsern anregenden Anregungen anregen, Beiträge für eine zweite Ausgabe des Blattes zu liefern – wir haben große Lust, noch mal so ein Blatt zu machen.*

Herzliche Grüße aus der Gegend um Basel und dem Bodensee
Beatrice, Beat, Hans-Georg