

Auch Spaß muss sein

Humor als Kraftquelle für den Arbeitsalltag

Kinder tun es 400-mal am Tag, Erwachsene nur noch etwa 20-mal: Lachen. Und das, obwohl bekannt ist, dass Lachen fühlbar die Stimmung hebt, Schmerzen lindert und dabei hilft, mit Krankheit besser umzugehen. Im beruflichen Alltag ist Humor ein hervorragendes Instrument, um neue Impulse in schwierige Situationen zu bringen. Sobald wir in der Lage sind, eine solche Situation mit Humor zu nehmen, wird ihr viel von ihrer Bedrohlichkeit genommen. Um humorvoll sein zu können, bedarf es lediglich einer dem Gegenüber zugewandten Haltung, denn Humorkompetenz selbst kann jede und jeder erlernen, erweitern und üben.

Inhalt:

- Anwendungsbeispiele von Humor im professionellen Kontext
- Überwindung schwieriger und belastender Situationen durch humorvolle Interventionen
- Humorangebote Ihrer Umgebung erkennen und darauf passend reagieren
- Anwendung in der Praxis

Methoden:

Theoretische Inputs, erlebnis- und praxisorientierte Übungen, Rollenspiele, Reflexionen, Diskussionen

Referent:

Mag. Christian Schmidhofer

Psychologe; Dipl. Mentaltrainer; Einzel- und Teamcoach; Humorberater; selbstständige Tätigkeit als Mentalcoach und Motivationstrainer im Bildungs- und Karrierecoaching; Trainer für Teambuilding im Sportbereich

Termin:

30. November 2020

Uhrzeit:

09:00 bis 17:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Liebenauer Hauptstraße 141
8041 Graz

Teilnahmekosten:

€ 150,- (inkl. 10 % Ust.)

Anmeldeschluss:

16. November 2020