

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern



Matthias Prehm

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Warum ist der Sinn für Humor so wichtig?

- Um sich selbst aufheitern zu können
- Als sozialer Faktor

Humorvoll arbeiten und führen!



Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Warum ist der Sinn für Humor so wichtig?

- Um sich selbst aufheitern zu können
- Als sozialer Faktor
- Positiver Einfluss auf die Gesundheit
- Um mit Stress besser umgehen zu können

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Wie kann ich mich selber aufheitern?

- **Bewusst vornehmen, sich nicht zu ärgern**
 - Sympathie für die Ironie des Alltags

- **Verschiedene Humortechniken anwenden**
 - Übertreibungen
 - Unerwartet Zustimmungen
 - Sich selber nicht so ernst nehmen

- **Wissen, was ich Lustig finde**

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Was bedeutet es, Sinn für Humor zu haben?

- **Charakterstärke**
- **Positive Einstellung**
- **Humor im Alltag sehen zu können**

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern



Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern
Werden Sie ein Leuchtturm!



Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern



NEBEL

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Wie äußert sich Wertschätzung?

Dankbarkeit, zuhören, Respekt, Akzeptanz, Achtung vor Leistung, Lob, verstanden werden, ausreden lassen, Ehrlichkeit, gefragt werden, Toleranz, wahrgenommen werden, angelächelt werden, Vertrauen, Höflichkeit, sich für andere freuen, Blickkontakt, Umgangston, Zeit nehmen, Interesse, positive Rückmeldung erhalten

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Was fällt Ihnen auf?

$$3 + 5 = 8$$

$$7 + 2 = 9$$

$$5 + 4 = 8$$

$$4 + 2 = 6$$

$$3 + 2 = 5$$

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern
Achtsamkeit

- **Bewahren Sie sich die Fähigkeit der Selbstreflexion**
- **Nehmen Sie feinfühlig die Signale Ihrer Umwelt auf**
- **Teamgeist schützt vor Burnout**
- **Teamgeist steigert die Loyalität**

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Wie gelingt Ihnen Empathie?

Sich hineinversetzen, feinfühlig sein, einlassen, **respektieren**, Toleranz, zuhören, unterstützen, Interesse, geduldig sein, positive Aspekte finden, Offenheit, Zeit nehmen, nonverbale Signale wahrnehmen, **Verständnis**, persönliche Bedürfnisse zurücknehmen, Fehler akzeptieren, Aufmerksamkeit für die Situation und den Menschen, Gefühle akzeptieren, Angebote machen, Offenheit zeigen

Humorvoll arbeiten und führen!



09.10.2015

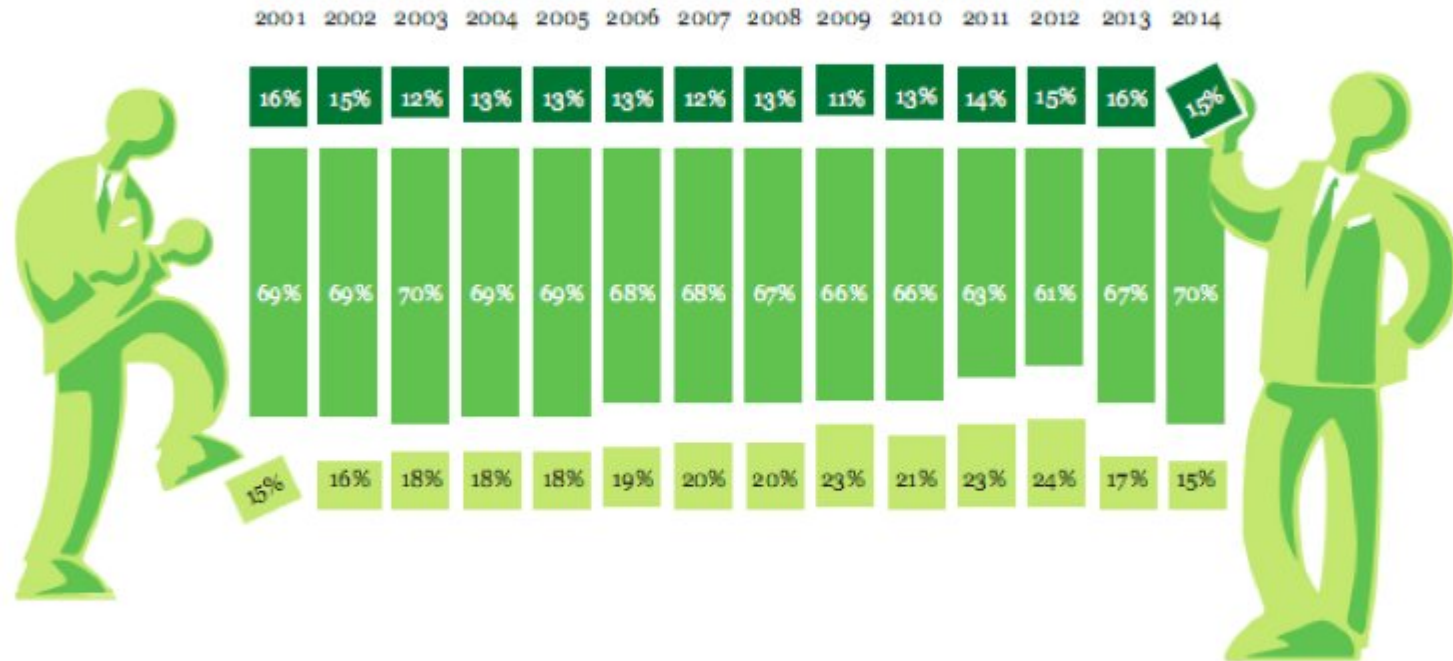
Matthias Prehm
www.humorpille.de

13. Gesundheitspflege-
Kongress
Hamburg | 9. - 10.10.2015

 Springer Medizin

DEUTSCHE ARBEITNEHMER OHNE LEIDENSCHAFT

ENGAGEMENT INDEX DEUTSCHLAND IM ZEITVERLAUF



Hohe Bindung
Geringe Bindung
Keine Bindung

Basis: Arbeitnehmer/innen ab 18 Jahre in der Bundesrepublik Deutschland

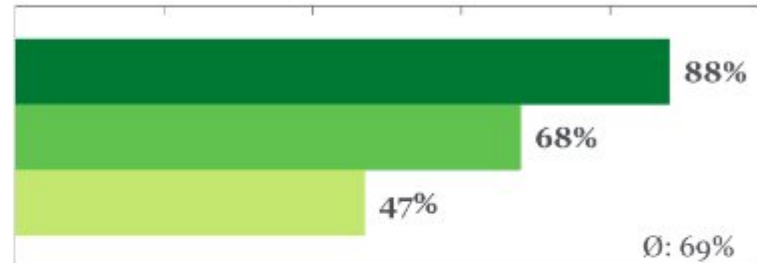
FLUKTUATION: HOHE BINDUNG = MEHR TREUE

KURZ-, MITTEL- UND LANGFRISTIGE FLUKTUATIONSNEIGUNG
NACH DEM GRAD DER EMOTIONALEN BINDUNG

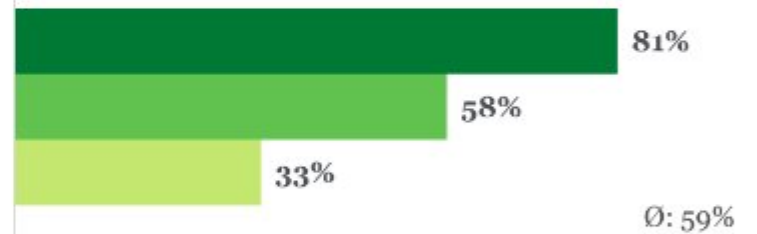
%5 = Top-Box („stimme vollständig zu“) auf einer Fünf-Punkte-Skala
0% 20% 40% 60% 80% 100%

Aussagen:

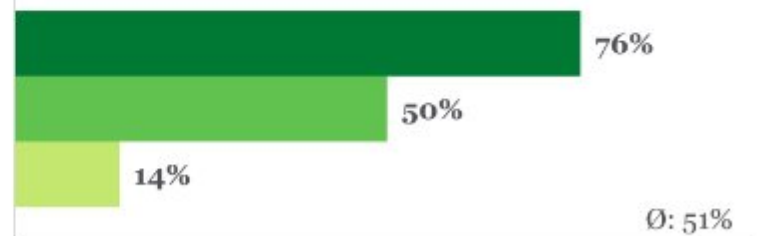
„Ich beabsichtige, heute in einem Jahr noch bei meiner derzeitigen Firma zu sein.“



„Ich beabsichtige, heute in drei Jahren noch bei meiner derzeitigen Firma zu sein.“



„Ich beabsichtige, meine berufliche Karriere bei meiner derzeitigen Firma zu machen.“



Basis: Arbeitnehmer/innen ab 18 Jahre in der Bundesrepublik Deutschland

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern
Humor als Bewältigungsstrategie

- Nehmen Sie eine spielerische Haltung ein
- Suchen Sie Humor im Alltag

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern



09.10.2015

Matthias Prehm
www.humorpille.de

13. Gesundheitspflege-
Kongress
Hamburg | 9. – 10.10.2015

 Springer Medizin

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern
Humor als Bewältigungsstrategie

- Nehmen Sie eine spielerische Haltung ein
- Suchen Sie Humor im Alltag
- Nehmen Sie sich nicht so ernst
- Humor im Stress finden

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern
Stressbewältigung mit Humor

- Emotionen regulieren
- Spannungen reduzieren
- Blickwinkel ändern
- Zurück zur optimistischen Stimmung
- Ablenken von Sorgen

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

Wann kann ich humorvoll sein?

- **wenn ich kreativ und flexibel bin**
- **bei einer positiven Fehlerkultur**

Humorvoll arbeiten und führen!

Wie Sie Ihren Führungsstil mit Humor bereichern

- Wer Humor hat, ist intelligent und selbstsicher genug, eigene Fehler zu erkennen.
- Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen. (Aristoteles)
- Glückliche Menschen leisten gerne mehr.

Humorvoll arbeiten und führen!

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

