



Masterlehrgang „COACHING & ORGANISATIONSENTWICKLUNG“

Masterprüfung im Juni 2011

Die Wirkung von Humor im Coaching – Identifikation von Erfolgsfaktoren

Eine Einzelfallstudie

Mag.a (FH) Ines Tscherner

ines.tscherner@matsch.at

Zusammenfassung:

Der Einsatz von Humor im Coaching ist etwas Sensibles und Individuelles. Während andere Therapie- und Beratungsrichtungen die positiven Wirkungen von Humor und Lachen bereits erforscht haben, wird in der Coaching-Literatur noch wenig publiziert.

Diese Arbeit liefert einen Beitrag dazu, Erfolgsfaktoren und Wirkungen von humorvollem Coaching zu identifizieren und dem Thema Humor im Coaching mehr Beachtung zu schenken.

Die Firma Teamgeist gibt in Form von persönlichen Interviews und am Beispiel eines durchgeführten Workshops Einblicke in deren Coaching-Arbeit mit Humor. Im Zuge einer Befragung von Lehrlingen, die humorvolles Coaching erlebt, wird ein Soll-Ist-Vergleich angestellt. Die beiden Sichtweisen werden gegenübergestellt und um eine weitere Expertenmeinung ergänzt.

Wesentliche Erfolgsfaktoren von humorvollem Coaching stehen stark mit den Coaches in Verbindung. Dabei spielen Erfahrung und Qualifikation, Einstellung und Haltung, Selbsterkenntnis und Selbstreflexion eine wichtige Rolle. Neben zahlreichen physiologischen Wirkungen, hat Humor einen positiven Einfluss auf Menschen und deren Einstellung. Theorie und Praxis bestätigen, dass der Einsatz von Humor die Kreativität fördert, Wohlfühl und Motivation steigern, Kommunikationsblockaden löst, das Wir-Gefühl in Gruppen stärkt, Konflikte entschärft und Vertrauen schafft. Schwierige Situationen können mit Distanz betrachtet werden, da der Einsatz von Humor einen Perspektivenwechsel beim Gegenüber bewirkt.

Humorvolles Coaching bzw. „Humorcoaching“ ist vielfältig einsetzbar. Die Methode an sich hat großes Potenzial, dass sie „Schule macht“. Dem Aspekt, Lernen durch Lachen in angenehmer und angstfreier Atmosphäre, kann viel abgewonnen werden.

Empathisches und gefühlvolles Vorgehen scheinen in diesem Zusammenhang absolut notwendig.

Zudem kommt es auf das richtige Timing an. Die Methode ist individuell, sensibel und situationsbezogen anzuwenden. Denn es gibt auch Situationen, in denen der Humor keinen Platz hat.

Abstract:

Using humor in coaching is a very sensitive and highly individual issue. Whereas other therapies and consulting approaches have already explored the positive effect of humor and laughter, there have been hardly any publications in the field of coaching. This thesis contributes to identifying success factors and effects of humorous coaching and by doing so, gives more consideration and recognition to humor in coaching.

The company „Teamgeist“ provides insights into their work with humor in coaching through personal interviews and an analysis of a workshop. Based on a questionnaire carried out with apprentices, a target performance comparison is done. Moreover, the contrasts of two views on the issue are described and an expert opinion is added. Significant factors for successful humorous coaching are closely linked to the coaches themselves. Their experience and qualification, their mindset and attitude,

their knowledge of themselves, and degree of self-reflection play a vital role. Besides several physiological effects, humor has also a positive influence on people and their mindset.

Theory and practice confirm that using humor fosters creativity, increases a sense of wellbeing and motivation, helps to overcome communication blocks, strengthens a feeling of togetherness, alleviates conflicts, and builds up trust. Difficult situations can be seen from a distance because the use of humor leads to a change of perspectives in the counterpart.

Humorous coaching can be applied in various situations and settings. The method has great potential to become popular. Learning by laughing in a comfortable and carefree atmosphere is promising when an empathic and sensitive approach is taken. Moreover, the right timing is crucial. The method itself needs to be applied in an individual and sensitive manner and it always depends on the situation whether the use of humor is appropriate or not.