



Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen

Michael Titze, Inge Patsch

Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen Michael Titze, Inge Patsch

 [Download Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikt ...pdf](#)

 [Online lesen Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konfl ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen Michael Titze, Inge Patsch

192 Seiten

Kurzbeschreibung

Mit humorvollen Gesprächstechniken kreative Problemlösungen erzielen

Eine humorvolle Lebenseinstellung zeichnet sich durch heitere Gelassenheit aus. Dies entspricht der Fähigkeit, Probleme distanzierter und relativierend zu betrachten und dabei originelle Lösungen zu finden. Eine wesentliche Voraussetzung dafür ist die Verknüpfung spielerischer, humorvoller, »kindlicher« Verhaltensmuster mit ernst- und gewissenhaften Herangehensweisen.

Michael Titze und Inge Patsch zeigen, wie beide Strategien flexibel kombiniert und damit verblüffendes Argumentieren und Gewinn bringendes Kommunizieren möglich werden. Mit vielen Beispielen, Tipps, Anekdoten und Witzen verdeutlichen sie ebenso amüsant wie überzeugend, dass derjenige, der sein Alltags- und Berufsleben mit Humor und Gelassenheit meistert, viel besser fährt als der, der seine Ziele verbissen und »bierernst« verfolgt.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Michael Titze, geb. 1947, ist Psychologischer Psychotherapeut, Humor-Coach (HCDA – HumorCare Deutschland – Österreich) und Leiter der HCDA-Akademie in Ludwigsburg. Der Autor vieler erfolgreicher Bücher und Fachpublikationen war Initiator der Gelotophobie-Forschung und gilt als Wegbereiter des Therapeutischen Humors im deutschsprachigen Raum.

geb. 1952, leitet das Tiroler Institut für Logotherapie nach Viktor E. Frankl, TILO, bei Innsbruck. Sie ist Logotherapeutin mit eigener Praxis und hält zahlreiche Vorträge und Seminare im In- und Ausland.

Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Die Humorstrategie

Zum Geleit Vor Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, liegt ein außergewöhnliches Buch. Es fasst Erkenntnisse zusammen, die Michael Titze in seiner Arbeit mit therapeutischem Humor über die Jahre gewonnen hat. Ich lernte ihn 1985 kennen, als ich das Handbook of Humor and Psychotherapy¹ herausgab. Niemals zuvor hatten sich Psychotherapeuten so ernsthaft und so intensiv mit der heilenden Kraft des Humors befasst. Die bekanntesten Humorexperten berichten in diesem Buch über ihre Arbeit und Michael Titze war der einzige Europäer, der seinen Teil beitrug. Seit dieser Zeit arbeiten wir eng zusammen. Wir haben im Hinblick auf die Humorentstehung einige wichtige Erkenntnisse gewonnen, zum Beispiel diese:

Ein schlagfertiger Mensch, der seine Mitmenschen auf sarkastische oder gar zynische Weise niedermacht, mag vielleicht einen kurzfristigen Lacherfolg verbuchen. Er stellt aber kaum eine positive Beziehung zum Mitmenschen her! Und das aus einem einfachen Grund: Dieser Mensch will glänzen, sich vor den anderen hervortun, will der strahlende Sieger sein. Der therapeutische Humor zielt aber nicht auf diesen schnellen Lacherfolg ab. Er will auch nicht um jeden Preis unterhaltsam sein. Um was es ihm vor allem geht, sind kreative und heilsame Problemlösungen, die die zwischenmenschlichen Beziehungen fördern. Michael Titze wies schon vor 20 Jahren darauf hin, dass ein konstruktiver Humor weder Sieger noch Verlierer, sondern nur Gewinner kennt!

Inzwischen hat der therapeutische Humor seinen festen Platz im weiten Bereich psychosozialer Aktivitäten gefunden. Dazu gehört nicht nur die Psychotherapie, sondern auch die Krankenpflege, Pädagogik,

Persönlichkeitsbildung und die Lebensberatung. In diesem Zusammenhang hat Michael Titze in den letzten Jahren innovative Techniken entwickelt. Es sind dies amüsante und lehrreiche Anregungen, wie die alltäglichen Kommunikationsprobleme und Beziehungsfallen auf eine gewinnende Weise – eben humorvoll – bewältigt werden können. Diese Techniken werden im vorliegenden Buch vorgestellt.

Ich bin überzeugt, dass dieses Buch einen großen Leserkreis finden wird. Es wurde für Menschen geschrieben, die in einer zunehmend komplizierten Welt nach Möglichkeiten suchen, erfolgreich ihren eigenen Weg zu gehen und dabei gleichzeitig ihre sozialen Beziehungen zu verbessern.

Bücher über heilsamen Humor gibt es viele. Sie listen vor allem die Segnungen auf, die das Lachen dem menschlichen Geist und Körper angedeihen lässt. Was mir dabei auffällt: In ihnen wird kaum geklärt, wie man den Prozess der Humorentstehung – bei sich selbst und bei den Mitmenschen – in Gang setzt. In diesem Buch wird genau das gezeigt. Ich lade Sie, liebe Leserinnen und Leser, deshalb ein, den spannenden Weg der Humorentstehung zu beschreiten und die vielfältigen Facetten genussvoll auszuloten, die von den Autoren aufgezeigt werden. Waleed A. Salameh, PhD., MSc2

Humor and Health Institute, San Diego
Einleitung
Der Duden definiert den Humor als die Gabe eines Menschen, den Unzulänglichkeiten der Welt und der Menschen sowie den Schwierigkeiten und Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen. Der Schauspieler Theo Linggen ging noch weiter. Er sprach von einer »famosen Turnübung, die darin besteht, sich selbst auf den Arm zu nehmen«.

Somit dürfte es sich beim Humor um eine beachtliche Strategie der Lebensbewältigung handeln. Humor entsteht im Spannungsverhältnis kindlicher Affektivität und der Vernunft des Erwachsenen. Ein Kind will Selbstbestätigung, und wenn es diese bekommt (auch auf Kosten anderer!), äußert es diese im Lachen. Ein Erwachsener verfährt »diplomatisch«: Er oder sie ist höflich, sozial einfühlsam oder bedachtsam, indem auf kurzfristige Erfolgserlebnisse verzichtet wird, um langfristig Vorteile im sozialen Leben zu erzielen. Diese im Grunde widersprüchlichen Strategien werden im Humor so miteinander verbunden, dass sie jeweils kurzfristig aktiviert und dann – zu Gunsten der jeweils anderen Strategie – wieder zurückgenommen werden. Wir bezeichnen dies als Reduktion. Sie ermöglicht eine paradoxe Verschmelzung, die den Humoristen unvernünftig und vernünftig denken und handeln lässt. Diese Verschmelzung erweitert einerseits den Horizont, andererseits bewirkt sie eine Relativierung der jeweiligen Geltung beider Strategien: Die spontane Affektivität des Kindes vermengt sich mit dem abwägenden Ernst des Erwachsenen, so dass eine neue Haltung entstehen kann – die heitere Gelassenheit des Humoristen! Der Münchner Kinderpsychologe Kurt Seelmann illustrierte diese Haltung anhand einer Kindheitserinnerung:

»Im Beichtunterricht behandelte der sittenstrenge Geistliche das sechste Gebot. Eindringlich schwor er uns Schüler auf ein keusches Leben ein. Andernfalls kämen wir schnurstracks in die Hölle, sollten wir zum Beispiel nach einem Verkehrsunfall ums Leben kommen. So standen wir nach Unterrichtsschluss ziemlich verstört an der Straße, wo die damals noch eher seltenen Autos vorbeibrausten. Obwohl die meisten von uns gar nicht so recht wussten, ob – und vor allem, wie! – sie schon gegen das sechste Gebot verstoßen hätten, hatten wir alle Angst vor der Hölle – bis auf eine Ausnahme: Es handelte sich um einen übergewichtigen, rotbackigen Jungen, einen Sitzenbleiber, der den Beichtunterricht ebenfalls wiederholte. Mit einem breiten Grinsen rief er uns anderen zu: »Jetzt müass ma halt a bissel besser aufpass'n mit'm Verkehr – aber mach'n tun ma's trotzdem!«³

Weil der Humorist in zwei verschiedenen Welten – der des Kindes und der des Erwachsenen – steht, hat er eine gute Standfestigkeit – und nicht selten steht er auch über den Dingen. So vermag er oder sie gerade das zu belächeln, was das Leben eigentlich belastet. Dazu gehören die Missgeschicke des Schicksals ebenso wie die Enttäuschungen, die von anderen Menschen ausgehen, und selbstverständlich auch die eigenen Schwächen. All dies vermag der Humorist mit einer leisen (Selbst-)Ironie auf die Schippe zu nehmen. Seit Sokrates bezieht sich dies auf eine Kommunikationsweise, die das Gegenteil von dem meint, was vordergründig zur Sprache gebracht wird. Der Philosoph Søren Kierkegaard war überzeugt, dass ein humanes Leben ohne die existenzielle Reinigung der Ironie gar nicht möglich sei. Er beschrieb ihre Wirkung so:

»Die Ironie setzt Schranken und gewährt damit Wahrheit, Wirklichkeit, Inhalt. Die Ironie ist ein

Zuchtmeister, welcher [...] von dem geliebt wird, der ihn kennt. Wer Ironie schlechterdings nicht versteht, wer für ihr Raunen kein Gehör besitzt, ermangelt eben damit desjenigen, das man als den absoluten Anfang persönlichen Lebens nennen könnte. [...] Die Ironie ist eine Reinigungstaufe; die Erfrischung und Stärkung liegt darin, dass man, wenn die Luft zu drückend wird, sich entkleidet und sich ins Meer der Ironie stürzt, natürlich nicht, um darinnen zu bleiben, sondern um gesund und froh und leicht die Kleidung wieder anzulegen.«⁴

In den vergangenen 25 Jahren wurden Ratgeber zu Bestsellern, die die »Kunst, ein Egoist zu sein« propagieren oder die dazu aufrufen, sich nichts gefallen zu lassen, sich um jeden Preis durchzusetzen. In manchen Anleitungen zum Manager-Coaching avancieren gar die Kriegskünste des preußischen Generals Carl von Clausewitz⁵ zum strategischen Vorbild. In der neueren Ratgeberliteratur wurde schließlich der Humor entdeckt – als ein besonders geeignetes Mittel einer Schlagfertigkeit, die den Gegner auf unkonventionelle Weise aufs Glatteis führt. Nicht immer wird dies freilich in einer liebevoll-ironischen Weise praktiziert. Die Grenzlinie zum Sarkasmus, dem bissigen Spott, wird häufig überschritten. So gewinnt man zuweilen den Eindruck, dass Schlagfertigkeit mit einem Schlagabtausch gleichgesetzt wird, bei dem sich der jeweils Wortgewaltigere als Sieger profiliert. Vordergründig macht dies Sinn, denn wer sich als Sieger durchsetzt, stabilisiert (zunächst) sein Selbstwertgefühl. Doch!
diese...

Download and Read Online Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen Michael Titze, Inge Patsch #5FPLZUT9WD2

Lesen Sie Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch für online ebookDie Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch Bücher online zu lesen.Online Die Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch ebook PDF herunterladenDie Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch DocDie Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch MobipocketDie Humor-Strategie. Auf verblüffende Art Konflikte lösen von Michael Titze, Inge Patsch EPub