

## Der feine Zugang zum eigenen Humor

Staunen Sie auch manchmal darüber, wie viel Konfrontation möglich ist, wenn Sie sie auf humorvolle Weise hervorbringen? **Möchten Sie erfahren, was genau diesen Humor ausmacht und wie Sie ihn im Coaching nutzen können?** Humor ist mehr als nur Lachen oder Clown sein. Der Arzt und Kabarettist Dr. Eckart von Hirschhausen sagt sogar: „Humor ist die höchste Kompetenz.“ Seine heilende Wirkung auf Körper und Seele ist bekannt. Aber wer weiß von sich, wann und wie genau er Humor entwickelt? Sabrina Postellesch weiß aus vielen Workshops: **Der Zugang zum eigenen Humor erweist sich als Fingerabdruck unserer Persönlichkeit.** Gehen Sie mit uns auf Entdeckungsreise zu Ihrem „humoresken Potenzial“.

**Weshalb dieses Thema für Coaches?** Humor ist der ideale Nährboden für **Perspektivenwechsel und Offenheit für Unerwartetes und Groteskes.** Coaching lebt vom **Beteiligt-sein** genauso wie von der Fähigkeit, **zu sich selbst auf Distanz** gehen und schwierigen Themen Raum geben zu können. Unser Humor unterstützt uns, diesen Entwicklungsprozess mit Gelassenheit einzuleiten und zu begleiten.

### CoachingHapp-Inhalt:

- Humor: Was ist das?
- Was bedeutet Humor für mich? - Ihre persönliche Humor-Definition
- Ausprobieren diverser Tools – altbewährte und neu kreierte
- Welche Tools passen am besten zu meinem eigenen Arbeitsstil?

**Ziel:** In Situationen, in denen Sie sonst zu Widerstand oder Unsicherheit neigen, bringen Sie Ihre Sicht leichter und humorvoll ins Gespräch.

**Leitung:** Sabrina Postellesch, Coach, Workshop-Leiterin, Kabarettistin.  
[www.sabrina-postellesch.de](http://www.sabrina-postellesch.de)

**Rahmen und Leistungen: Methodik:** kurze Inputs, kreative Übungen, Interaktion zu zweit und in der Gruppe, Rollenspiele, Erfahrungsaustausch. Handout. **Zielgruppe:** Coaches, Berater, Mediatoren, Trainer, Personalentwickler, Führungskräfte.

**Investition:** € 180.- zzgl. 19% MwSt., inkl. Getränke und Häppchen

**Termin:** 22.10.2015, 9:30-16:30 Uhr. Häppchen ab 9:00 Uhr

**Ort:** Mia Raum für Begegnung, Steinkirchnerstr. 27, München

Buchung via Xing oder direkt per Mail: [bs@coaching2be.de](mailto:bs@coaching2be.de).

Bei Rückfragen: 089 74889797, 0160 96210008

Ich freue mich über Ihre Teilnahme und Empfehlung.

Herzlichen Dank,  
  
Barbara Schlagenhauf



CoachingHapps sind leicht verdauliche, erlebnisreiche Bildungshäppchen und inspirierende Happenings für achtsame und kreative Coaches\*, denen Selbstfürsorge und erfüllende Kontakte wichtig sind und die sich mit allen Sinnen, voller Elan einbringen wollen. Mindestens drei Mal jährlich, in 1,5 Stunden bis 1,5 Tagen können Theorien, Methoden, Einsichten, Hypothesen gekostet, erfahren und überprüft werden.

\* EntwicklungsbegleiterInnen von Menschen und Organisationen, allen voran Coaches und BeraterInnen.

COACHING2BE • Barbara Schlagenhauf • Coach, Atemtherapeutin, Dipl.-Betriebswirtin (BA)

Geisenhausenerstr. 28 • 81379 München • Tel. 089 748897 97 • Fax 089 748897 61  
[bs@coaching2be.de](mailto:bs@coaching2be.de) • [www.coaching2be.de](http://www.coaching2be.de)

Bankverbindung: GLS-Bank • BLZ 430 609 67 • Konto 8 21 05 76 00 • IBAN DE67430609678210157600  
BIC GENODEM1GLS • Steuernr. 148/112/21112