

# Humor-Coach®

Lehrgang zur beruflichen Weiterentwicklung

Oktober 2023 – Mai 2024

TEAMGEIST





# Humor-Coach®

## Lehrgang zur beruflichen Weiterentwicklung

Unsere Strategie heißt: **Menschen führen und begleiten mit Humor!**

Menschen mit „**wahrem**“ Humor sind intelligent, haben Charisma, sind beliebt, können überzeugen, motivieren, führen und gehen mit Veränderungsprozessen konstruktiv um. Dabei bleiben sie souverän und ausgeglichen, sind nachweislich gesünder und leistungsfähiger. Und sie haben Spaß!

Im Rahmen des Lehrgangs Humor-Coach® bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich wissenschaftlich fundierte und praxisnahe Kompetenzen für Ihre tägliche Arbeit anzueignen. Diese 8-monatige Modulreihe richtet sich an Personen aus den beratenden, psychosozialen, pädagogischen und verwandten Berufsfeldern, die sich regelmäßig den Herausforderungen rund um Emotionen, Kommunikation, Vertrauensarbeit und Konflikten stellen wollen.

Der **Humor-Coach®** Lehrgang dient Ihrer beruflichen Weiterentwicklung und der Beleuchtung Ihrer individuellen Stärken und Fähigkeiten, Potenzialen und Humor-Stufen, ist auf die gesamte „Lebenszeit“ angelegt und wirkt darüber hinaus. ;-) Dabei spielt sowohl die verantwortungsvolle Arbeit mit der jeweiligen Zielgruppe als auch die eigene Psychohygiene **\*HUMOR\*** eine große Rolle.

Der Humor ist der rote Faden, der die Module Coaching, Kommunikation, Improvisation und Clownerie zusammenhält. Der Lehrgang ist einzigartig. Es sind Situationen dabei die Sie noch nie in ihrem Leben erlebt haben. Sie erweitern Ihre Komfort-Zone und loten Grenzen aus. Eine Weiterentwicklung der eigenen Person, die im Beruf als auch im Alltag wirkt und viele Hügel begradigt.

### Umsetzung

Der Lehrgang umfasst sieben 2-tägige Modulwochenende mit jeweils 18 Unterrichtseinheiten. Zwischen den Modulen gibt es selbstorganisierte Peer-Groups mit je 5 UE.

Maximal können 15 TeilnehmerInnen an dem Lehrgang teilnehmen. Somit kann die individuelle Betreuung und differenzierte Rückmeldung zum Lernprozess sichergestellt werden. Unsere Modultage werden an das jeweilige individuelle Interesse der TeilnehmerInnen angepasst sowie besondere situative Hintergründe und berufliche Bedürfnisse beachtet und mitverarbeitet. Erfahrene TrainerInnen und ExpertInnen begleiten die Module. Durch die hohe emotionale Komponente können nachweislich Langzeiteffekte erzielt bzw. die erarbeiteten Erlebnisse und Wirkungen in den nachfolgenden Modulen miteingebaut werden.

**„Für Menschen, die Menschen mögen und mit Menschen arbeiten!“**



## Methoden

Unser Ansatz integriert systemische und humorwissenschaftliche-gelotologische Methoden für den Beratungs- & Coachingprozess:

- Drei-Phasen-Model nach Franz Petermann / Entwicklung von Vertrauen
- Therapeutischer Humorprozess nach Rolf D. Hirsch
- Methoden & Grundlagen zum (Humor) Coaching / Selbst-Coaching
- Interventionen und Haltung
- Beobachten als Schlüssel zur wirksamen Intervention
- Lerntheorien nach Bandura
- Humortheorien / Überlegenheitstheorie-Inkongruenztheorie-Erleichterungstheorie
- Der eigene Kontakt zur Körperintelligenz / Humorintelligenz bei BeraterIn / Coach
- Erforschen und Verändern von eingespurten Körpermustern / Roleplay
- Interventionen erproben in Kleingruppen
- Aufbau einer Humor-Kompetenz in der Burn-out-Prävention

## Methodik

Impulsreferate | Simulationen | Übungen aus der Erlebnispädagogik | Techniken aus der Neuropsychologie | Beziehungcoaching | Konfliktcoaching | Übungen in Kleingruppen | Modernste Kommunikationstechniken | Improvisationstheater | Rollenspiele | Clownerie | Videoanalysen und noch viele weitere Methoden finden hier ihren Anklang:

- Sie erhalten ein vollständiges Arbeitsmodell und können so den Handlungsspielraum mit Klienten erhöhen.
- Sie lernen neue Ansätze und Tools aus dem Coaching kennen und können diese in Ihre Arbeit einbauen und nutzen. Damit erweitern Sie ihr Interventionsrepertoire.
- Sie erwerben die neuesten neurobiologischen Erkenntnisse, wie Menschen mit Humor lernen, sich zu verändern und zu entwickeln.
- Sie lernen über sich selbst, wie Sie in Kontakt mit ihrem Körper kommunizieren und Ihre Körper- & Humorintelligenz in der Beratung einsetzen, um gut für sich selbst in der Arbeit mit Menschen sorgen zu können.

## Zielgruppe & Voraussetzungen

Dieser Lehrgang ist für alle Menschen, die in ihrem beruflichen Leben vor Herausforderungen stehen und mit anderen Menschen zu tun haben – vor allem aber eine zusätzliche fachlich-fundierte und zertifizierte Ausbildung anstreben. Der Lehrgang bietet Ihnen die Möglichkeit einer intensiven Auseinandersetzung mit ihren individuellen Stärken, Fähigkeiten, Potenzialen und ganz persönlichem Humor-Charakter.

TrainerInnen, BeraterInnen, Coaches, MediatorInnen, Führungskräfte sowie für Personen aus verwandten Berufsgruppen – Alle sind eingeladen sich und vor allem die eigenen Fähigkeiten besser kennen zu lernen und vor allem die beruflichen Grenzen zu erweitern! Der Lehrgang wird lt. §20 ZivMediatG als Fortbildung für Mediatoren angerechnet.



# Die Module

## 1. Modul - HUMOR

An manchen Tagen fühlen wir uns frustriert und energielos – obwohl wir ja stets ein starkes Vorbild sein sollten. Humor ist nun ein unglaubliches Krafttool, mit dem die eigene Rolle viel besser erlebt und gelebt werden kann. Humor ist nicht nur das berühmte soziale Schmiermittel, sondern ein herzlicher Türöffner zu ungeahnten Möglichkeiten.

### **Humor ist eine Lebenseinstellung!**

Was is(s)t Humor? In diesem Modul wird der individuelle Humorstil beleuchtet und die eigene Humorkompetenz trainiert. Somit werden gewisse unliebliche Dinge im Alltag in neue Möglichkeiten verwandelt. Die TeilnehmerInnen lernen wie man gezielt mit Humor Hürden in Gesprächen meistert, wie Humor ungünstige Situationen in günstige Situationen verwandelt und wie der Humor als Mittel zur Attraktivitätssteigerung verwendet werden kann. Humor als Langzeitstrategie für ein sicheres und faires Miteinander.

Humor ist eine echte Ressource in unserem Leben. Sie ist da und wartet darauf aktiviert zu werden. Besser fühlen, mehr Ansehen, schneller am Ziel, freier im Denken und kreativer im Alltag... privat und beruflich. Was will man mehr?

## 2. Modul – KOMMUNIKATION ≠ Manipulation

Kommunikation bedeutet viel und vermag auch sehr viel. In diesem Modul werden Kommunikationsfallen & die Macht der Manipulationen veranschaulicht und bewusst gemacht, um solche „verschlimmbessernde Kommunikationsformen“ im beruflichen wie auch im privaten Alltag zu entlarven und zu vermeiden. Saubere, kongruente Kommunikation ist auf lange Sicht hin einfach der richtige Weg, um mit Menschen respektvoll und fair umzugehen.

Ziel ist es, erstens zu erkennen, wie der eigene Kommunikationsstil aussieht und zweitens, in Begegnungen mit anderen, deren mögliche Auffassungsunterschiede und Strategien zu verstehen und angemessen darauf reagieren zu können, um weiterhin gut miteinander auszukommen. Der persönliche Humor in meinem Kommunikationsstil macht mich authentisch und verschafft eine Vertrauensbasis auf Augenhöhe.



### 3. Modul – STARK für MICH!

Das Stärkste an uns ist unser individuelles Potential, das gilt es zu fördern!

Unsere Gedanken spielen dabei eine erhebliche Rolle. Sie haben große Kraft. Sie können uns schwächen oder stärken. In maßgeblicher Weise beeinflusst unser Zustand auch unsere Wirkung nach außen. Nur in einem ausgeglichenen inneren Zustand sind wir in der Lage den bestmöglichen Beitrag auch für Andere zu leisten.

Die Grundlagen des Coachings unterstützen Sie dabei, sich in hohem Maße als GestalterInnen ihres Lebens zu erleben. Trainiert wird vor allem ihre Wahrnehmungsfähigkeit. Agieren statt Reagieren lautet das Motto. Der erste Ansatz zum Coaching, ist sich selbst zu coachen und genau das werden wir tun. Wir nutzen Elemente vom Coaching nach der Future-Methode und lernen Werkzeuge und Methoden kennen, die Dich persönlich stärken!

**Du stehst dabei im Mittelpunkt.**

### 4. Modul – Stark für DICH!

Der Mensch mit seinem Wesen steht im Mittelpunkt. Er erlebt durch Achtsamkeit und Wertschätzung den Raum, den er braucht, um sein noch ungelebtes Potenzial entwickeln zu können und in den Alltag zu integrieren. Wir erweitern Deine Möglichkeiten mit einer bunt gefüllten Werkzeugkiste aus dem Bereich der Erlebnispädagogik und des Team-Coachings. Es geht um Kooperation, Erfahrung, Entwicklung, um selbständiges Lernen in der Gruppe sowie um das Miteinander.

Wenn wir entspannt sind, wird der Beziehungsfluss auch dort möglich, wo er zuvor nur schwer vorstellbar war. Ein aufrichtiger Beziehungsfluss zwischen Menschen hat zur Folge, dass sie gemeinsam initiativ werden, Verantwortung übernehmen, einander unterstützen, miteinander kooperieren und gemeinsam nach Verbesserungen suchen.

Seid neugierig und schafft Euch gemeinsame Erlebnisse und Erinnerungen. Das hat Kraft – das motiviert! Gemeinsam **Stark für DICH**.

### 5. Modul – IMPROVISATION

Qualität und Ästhetik dieser Theaterform wird geprägt durch die Sensibilität, Schnelligkeit, Persönlichkeit, Spontaneität und Offenheit aller TeilnehmerInnen. Die Impro-Techniken - des JA-Sagens, der Teamarbeit und des Scheiterns - sind wesentlich in diesem kreativen Prozess. Die TeilnehmerInnen bringen Ihre eigenen Ideen ein und sind gleichzeitig offen für die Impulse aller Anderen. Sie finden Wege einander Zuzuhören, an der Entwicklung ihrer Ideen gemeinsam zu arbeiten und Probleme kreativ zu lösen.

Miteinander zu improvisieren, erfordert enge Team-Arbeit und nicht die geniale Idee eines/r Einzelnen. Das Zusammenfügen aller kreativen Ideen führen zu einem überraschenden, unvorhersehbaren Verlauf und somit zu einem gelungenen einzigartigen unvergesslichen Erlebnis. Dabei ist alles möglich. **Hör auf dein Bauchgefühl und spüre deinen Impuls!**



## 6. Modul – CLOWNERIE

Gefühl, Bewegung und Stimme sind die drei Komponenten, durch die der Clown seine Geschichten erzählt. Einfachheit, Spontanität und Direktheit sind die Grundelemente des Clowns – Der Rest ist Handwerk.

Wer sich auf die Suche nach dem Clownesken begibt, beginnt einen lustvollen Weg, auf dem er viel über sich selbst erfahren kann. Das Clownspiel bietet die Möglichkeit, im Hier und Jetzt zu leben mit der Offenheit und Neugierde der Kinder. Im Rahmen des Moduls werden individuelle Humorfähigkeit entdeckt und Mut & Lust gewonnen, vor allem sie auch offen zu zeigen. Die vielfältigen Stilmittel des Humors sollen erkannt und daraus die persönliche Humorstärke wiederentdeckt und verstärkt werden, denn;

**„Humor ist keine Gabe des Geistes, er ist eine Gabe des Herzens“ (Ludwig Börne)**

Die Arbeit am Clown wird begleitet durch Spiele und Körperarbeit nach der Methode „Atem-Tonus-Ton“. Damit werden die eigenen Ressourcen entwickelt, die Empfindungsfähigkeit und Achtsamkeit geschult, die Verbindung zwischen Innen und Außen wahrgenommen und die Präsenz gefördert. Entdecke das Kind in dir, sei losgelöst von Normen & Werten und nimm dir die Freiheit und Leichtigkeit so wie DU bist zu SEIN.

## 7. Modul – Wrap-UP

Abseits vom Trubel, jeglichen Handy-Empfangs und weit weg der Zivilisation genießen wir zwei Tage, um uns noch einmal voll den Lehrgangs-Themen und der Verwendung des HUMOR-Coachings im täglichen Berufsleben zu widmen.

### **Die persönliche Tauglichkeits-Untersuchung oder auch Kolloquium...**

Wir tauschen uns über Erlebnisse und Erfahrungen aus, wie das Thema im beruflichen Umfeld aufgenommen wurde und möglicherweise für Überraschungen sorgte. In Klein-Gruppen werden Fall-Darstellungen diskutiert und analysiert.

Nach der Präsentation der persönlich beruflichen Model-Fälle erhalten die TeilnehmerInnen das **Zertifikat HUMOR-COACH®**.

... das darf bei einem Lehrgangs-Abschluss nicht fehlen:

Ent-spannte und zufriedene Menschen gemeinsam in der Küche – dann kann das Ergebnis zum Lehrgangsende nur ein kulinarischer Höhepunkt sein auf das wir uns alle freuen!

„Bewegt Bewegen“ – Einheiten in der Natur runden dieses Abschluss-Modul ab.



## Humor-Coach© – Eckdaten

Freitag 14.00 – 21.00 Uhr – 8 UE  
 Samstag 9.00 – 17.00 Uhr – 10 UE

Modul	Inhalt	UE	Termine	Location
Modul 1 – <b>HUMOR</b>	Was is(s)t Humor?	18	20.+ 21. Oktober 23	Grillhof
Modul 2 – <b>KOMMUNIKATION</b>	Kommunikation ≠ Manipulation	18	17.+ 18. November 23	Grillhof
Modul 3 – <b>COACHING</b>	Stark für MICH...!	18	19.+ 20. Jänner 24	St.Michael
Modul 4 – <b>COACHING-TEAM</b>	Stark im TEAM	18	23.+ 24. Februar 24	Grillhof
Modul 5 – <b>IMPROVISATION</b>	Spontan, Offen, Kreativ	18	22.+ 23. März 24	St.Michael
Modul 6 – <b>CLOWNERIE</b>	Der Clown hat <b>(k)einen</b> Plan	18	19.+ 20. April 24	Grillhof
Modul 7 – <b>WRAP-UP</b>	Abschluss, Bewegt Bewegen & Team-Cooking	18	24.+ 25. Mai 23	Berg-Hütte
	<b>Summe Module</b>	<b>126</b>		
	Peer-Groups	30		
	Selbst-Coaching	14		
	Selbststudium	30		
	<b>Gesamt</b>	<b>200</b>	<b>→ 8 ECTS Punkte</b>	





## Unsere Trainer

### Bernd Fankhauser & Thomas Falkner

Coaches, Trainer, Mediatoren, Clowns, Humor-Entdecker & -Entwickler

Die beiden TEAMGEIST'er – Bernd & Thomas verbinden zahlreiche gemeinsame private Hobbys, aber auch beruflich die Freude mit Menschen zu arbeiten, sich ständig weiterzuentwickeln und gemeinsam glücklich zu sein.



### Tina Ziegler

Coach, Trainerin und Mutter

Tina ist eine Jongleur-Künstlerin, hält 1000ende Bälle in der Luft und hat dabei auch noch viele kreative Ideen. Sie liebt es Menschen zu begegnen, als Coach zu begleiten & als Trainerin zu inspirieren. Ganz nebenbei backt Tina sensationelle Geburtstagstorten.

### Juliette Eroid & Beatrix Brunschko

Impro-Expertinnen, Schauspielerinnen & Theater-Macherinnen

Die beiden sind wahre Meisterinnen ihres Fachs, haben sensationelle Programme entwickelt und treten regelmäßig in ihrem Theater im Bahnhof in Graz auf. Der Schritt in das Unbekannte für die 2, gewollt und gefordert.



### Helga Jud & Manfred Unterluggauer

Clown-Duo Herbert & Mimi, Rote Nasen Clowndoktoren, Lach- & Atemtrainer, Regisseure

Bekannt aus Film & Fernsehen erobern sie Kinder- & Eltern- Herzen, erschaffen mit ihrem Humor immer wieder neue Welten, in die man gerne eintaucht und mit den beiden Clowns Bauchschmerzen vor lauter Lachen bekommt. ;-)





## Kosten Lehrgang

Dauer:	7 Module – je 2 Tage
Teilnehmer:	max. 14
Kosten:	€ 3.553,-

Darin enthalten 0% UST gemäß § 6 UStG.

Inklusive sind während der gesamten Ausbildung Café, Tee und Erfrischungsgetränke.

**Sämtliche Kosten für den Lehrgang sind steuerlich als Ausbildungskosten absetzbar.**

## 30% UPDATE FÖRDERUNG vom Land Tirol

Das **Bildungsgeld-Update** des Landes Tirol fördert die Ausbildung zum **HUMOR-COACH®** mit 30%.

Unter Tiroler Bildungskatalog – [www.tbk.mci.edu](http://www.tbk.mci.edu) – beantragen.

Über die Suche „Humor-Coach“ wird der aktuelle Kurs 2023 angezeigt.

## Material & Unterlagen

Unterlagen werden digital zur Verfügung gestellt und stehen in einem eigenen Download-Bereich jederzeit zur Verfügung. Es wird von den einzelnen Modulen entsprechende Fotoprotokolle geben und individuell etwaige Hand-Outs.

## Locations

Wir haben folgende Seminarhäuser ausgewählt:

- Tiroler Bildungsinstitut Grillhof – Grillhofweg 100, 6080 Vill / Innsbruck
- Bildungshaus St. Michael – Schöfens 12, 6143 Pföns
- Selbstversorger Location in der Natur

In allen Häusern stehen Übernachtungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Die Kosten für Unterkunft & Verpflegung sind nicht inkludiert.

Die Reservierung vor Ort bitte persönlich und direkt abwickeln.



## Teilnahmebestätigung & Anerkennung

Pro Lehrgangsmodule zu je 18 Einheiten, besteht die Möglichkeit diese Einheiten als Fortbildung gem. § 20 ZivMediatG anzurechnen. Ein Teilnahmezertifikat wird ausgestellt.

Der Lehrgang kann auch im Rahmen einer Bildungskarenz besucht werden.

**Mehr Infos unter:** [www.bildungsinfo-tirol.at](http://www.bildungsinfo-tirol.at)

In Kooperation mit:

**fair! Kompetenzzentrum OG - Akkreditiertes Ausbildungsinstitut**

Pradler Straße 36 | 6020 Innsbruck

[www.mediation-fair.at](http://www.mediation-fair.at)

*fair!*

## Infos & Anmeldung

**Teamgeist Fankhauser KG**

Seilergasse 13 | 6020 Innsbruck

+43 699 110 88453 | [office@teamgeist.at](mailto:office@teamgeist.at) | [www.teamgeist.at](http://www.teamgeist.at)

---

Die Ideen, Inhalte, Konzept und Gestaltung sind Eigentum der TEAMGEIST Fankhauser KG und nur in Verbindung mit dieser zu verwenden. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage: [www.teamgeist.at/agb](http://www.teamgeist.at/agb)

