# Rezensionen von Buchtips.net

# Charlotte Friedli, Cornelia Schinzilarz: Humor in Coaching, Beratung und Training

Buchinfos


| | |
|---|---|
| Verlag: | Beltz (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen) |
| Genre: | Sachbuch |
| ISBN-13: | 978-3-407-36666-5 (bei Amazon.de bestellen ) |
| Preis: | 54,00 Euro (Stand: 04. Juli 2025) |


Humor als Methode und Instrument

Dass es mit Humor leichter geht, die Stimmung sich entspannt und auch eine gewisse, freundliche Nähe zwischen Berater, Trainer, Coach und Klienten durch Humor überaus gefördert wird, das dürfte von Beginn an klar sein. Wie aber der Humor in seiner fundamentalen Bedeutung und, vor allem, richtig dosiert, als therapeutische Methode und kommunikative Hilfe eingesetzt werden kann (und warum das so ist und wohin das führt), dazu kann die Lektüre dieses umfassenden und stimmig strukturierten Werkes nur empfohlen werden.

"Humorvolle Interventionen und Methoden, gezielt eingesetzt, erleichtern jedes Coaching, jede Beratung und jedes Training" - und das nicht nur aufgrund der "Stimmung", die entsteht, sondern auch spezifisch und bewusst in der Kommunikation eingesetzt und verankert. So ist der Humor ein grundsätzlich probates Mittel, um festgefahrene Gesprächssituationen, sich im Kreis drehende Gedanken und Sackgassen zu "entschärfen". "Die Situation kann neu betrachtet werden. Auf einer solchen Basis sind konstruktive, kreative und leichtfüßige Entwicklungen und Veränderungen möglich".

Wobei in der Einleitung des Werkes zunächst sachlich und fundiert dem Begriff und der Bedeutung des Humors nachgegangen wird (nicht zu ausgebreitet), um dann umgehend und vielfältig sich der "Praxis des Humors" zuzuwenden. Beginnend dabei, "humorvoll zu fragen zu wagen" und damit sich selbst als Berater oder Coach sich innerlich "zu lockern" und sachte, wichtige Impulse in die Kommunikation damit einfließen lassen zu können. 116 Fragekarten bieten dabei umgehend eine Motivation und eine praktische Hilfestellung, sich jene Technik des "humorvollen Fragens" anzueignen und zu erproben. Um im weiteren Verlauf vielfache Interventionsmöglichkeiten genau zu beschreiben und deren Bedeutung zu erläutern.

Dass dabei "die rote Nase" vorkomme, verwundert vielleicht nicht, was das aber mit dem "Raumschiff Enterprise" zu tun hat, das sollte man schon in Ruhe selbst nachlesen. Ob "Kauderwelsch" als Methode einzusetzen oder einen Wortsalat oder humorvolle "Verstärkungen" als Intervention zu nutzen, stellt sich dabei als ebenso einsichtig und hilfreich heraus, wie vielfache "Aha-Erlebnisse" im Blick auf eine humorvolle nonverbale Kommunikation vom Lächeln über das Lachen bis zum klar erkennbaren Witz.

Wie dabei dann durch Humor fließend "Wirklichkeit konstruiert und Zukunft imaginiert" werden kann und wie sich der Humor im systemisch-konstruktivistischen Kontext verorten lässt, verweist den Leser zum Ende des Buches dann hin auf eine reflektierte auch theoretische Einordnung des Instruments Humor in Coaching, Beratung und Training, bei dem vor allem, die aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnisse der Wirkung des Humors in Form der "Macht der Gedanken" überaus klar verdeutlicht, warum, wo und wie Humor beim Menschen Wirkung zeigt. Und das Humor auf tiefliegenden Ebenen der Person wirkt, Spannungen löst, prägende Gefühle wachruft und aktualisiert und damit, im wahrsten Sinne des Wortes "neue Welten" erschließt und ein lockeres Betrachten möglicher Zukunftsperspektiven in bester Form ermöglicht.

Insgesamt ein umfassender und aus der Praxis entstandener, reflektierter und hilfreicher Blick auf den Humor als therapeutische Methode, der überzeugend und sehr verständlich im Buch an die Hand gegeben wird. Und dabei immer den Respekt voreinander vor Augen führt und damit einer sachten Nutzung des Humors in der eigenen beratenden Praxis Tor und Tür öffnet.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Lesefreund
[26. Oktober 2018]