

Kursausschreibung

Mittwoch, 3. Juni, 10h30 – 18h30 + Donnerstag, 4. Juni 2026, 9h00 – 17h00

Die Kraft des Humors im Arbeitsalltag – motivierende Arbeitsatmosphäre schaffen

Fühlst du dich manchmal im Arbeitsalltag gestresst und überfordert?

Stell dir vor, du könntest durch Lachen und Humor nicht nur deine eigene Stimmung heben, sondern auch die Produktivität und das Wohlbefinden deines gesamten Teams steigern!

Humor ist mehr als nur ein Lächeln auf den Lippen – es ist ein mächtiges Werkzeug, das die Kommunikation verbessert, Konflikte entschärft und das Arbeitsklima nachhaltig positiv beeinflusst. In unserem Kurs entdeckst du, wie du die Kraft des Humors gezielt nutzen kannst, um deine eigenen Kompetenzen zu stärken, Stress abzubauen, die Zusammenarbeit im Team zu fördern und eine angenehmere und erfolgreichere Arbeitsumgebung zu schaffen.

Ziele

Ich ...

- entdecke, wie ich mit einer Prise Humor den Arbeitsalltag bereichern kann
- lache mit anderen Teilnehmenden gemeinsam und lerne, wie ich durch humorvolle Kommunikation beruflich und persönlich wachsen kann
- verstehe die grundlegenden Prinzipien des Humors und setze Humor im beruflichen Kontext ein, um eine positive Arbeitsatmosphäre zu schaffen.
- erkenne die verschiedenen Arten von Humor und lerne, diese situationsgerecht und respektvoll einzusetzen, um die Kommunikation zu verbessern und Missverständnisse zu vermeiden.
- erlerne Techniken, um humorvolle Elemente in meine Präsentationen, Meetings und täglichen Interaktionen einzubauen, um dadurch das Engagement und die Aufmerksamkeit zu erhöhen.
- entwickle Strategien, um humorvolle Reaktionen auf Stresssituationen und Konflikte zu finden, die zur Entspannung beitragen und die Zusammenarbeit im Team stärken.
- erfahre, wie ich durch gezielten Einsatz von Humor eine inspirierende und motivierende Arbeitsumgebung fördern kann.

Inhalt

Mit praxisnahen Übungen, interaktiven Diskussionen und inspirierenden Beispielen aus dem Arbeitsalltag erarbeiten wir folgende Inhalte:

- Grundlagen des Humors, verschiedene Arten von Humor
- Einsatz von Humor und seine Wirkung im Arbeitsalltag
- Humorvolle Kommunikation im Team: Missverständnisse vermeiden, Wertschätzung zeigen
- Techniken, um Humor in Präsentationen, Meetings und Gesprächen einzubauen
- Methoden, um mit Humor Stresssituationen und Konflikte zu entschärfen
- Übungen zur Förderung von Motivation und Inspiration im Team durch Humor
- Praktische Beispiele und Übungen, wie Humor effektiv das Arbeitsklima verbessert

formation-ARC.Suisse

Kursleitung

lic. phil. Kilian D. Grütter, Executive MBA UZH, MAS UZH, Inhaber und Geschäftsführer KDG GmbH, Dozent für Führungslehrgänge, Mediator FHNW, Berater und Coach

Kursort

Seminar- und Bildungszentrum Antoniushaus Mattli, Mattlistrasse 10, 6443 Morschach, 041 820 22 26

Adressatenkreis

Für alle interessierten Personen

Kosten

Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:

- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr
- SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

Für Nicht-Mitglieder: CHF 1'090.– (inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

An- und Abmeldung

Anmeldung: Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise bis zur Abmeldefrist. Ansonsten sind Anmeldungen möglich, solange das Anmeldeformular auf unserer Webseite geöffnet ist.

Abmeldung (ohne Kostenfolgen, danach wird der Kurs verrechnet): Bis spätestens am **Donnerstag, 30. April 2026** via **E-Mail** an arc@travailsuisse.ch.