



Newsletter
Galgenhumor
Ausgabe 017 / 1.3.2010

Ich lebe so sehr über meine Verhältnisse, dass man sagen könnte, meine Verhältnisse und ich leben getrennt.

E. E. Cummings

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Galgenhumor kann man nicht herbeirufen. Er stellt sich ein, wenn es schlimm kommt, als eine Art Mobilmachung der inneren Freiheit im Angesicht des Scheiterns. Er ist der Antagonist der Sorge, die fröhliche Spielart des Sarkasmus, ein Baustein der Gelassenheit.

Galgenhumor im Geschäftsleben? Da kommt er natürlich auch vor. Aber selten. Ehrlich.

Mit herzlichen Grüßen

Christian Weisbach & Petra Sonne

Na toll!

Sie haben vermutlich schon erlebt, wie sehr sich der Eindruck eines Bildes verändert, je nachdem in welchem Rahmen es erscheint. Dieses „Reframing“ findet auch statt, wenn wir einer vertrauten Situation bewusst einen anderen Rahmen geben. Ein derartiger Standortwechsel kann uns auch von übermäßiger Belastung befreien. Wenn wir zum Beispiel auf dem Weg zu einem wichtigen Termin in einen Stau geraten, liegt es zwar nahe, nervös zu werden. Doch statt aufs Lenkrad zu trommeln, verzweifelt daran zu denken, welche wichtigen Termine jetzt zu platzen drohen und das Inferno eines Weltuntergangs am Horizont heraufdämmern zu sehen, können wir die Möglichkeit eines Perspektivenwechsels nutzen, indem wir entdecken, dass sich diese Zeit auch konstruktiv verwenden lässt. So kann man sich im Stau auch auf den bevorstehenden Termin konzentrieren und wichtige Argumente wiederholen oder alternativ eine Entspannungsübung machen.

Wird diese Fähigkeit, in kritischen Situationen Abstand zu gewinnen, auch dann noch an den Tag gelegt, wenn etwas definitiv aussichtslos ist, sprechen wir von Galgenhumor. Jener Humor, den ein Delinquent aufbrachte, als er im strömenden Regen zum Galgen schritt und zu seinem Henker äußerte: „Sie Ärmster müssen den ganzen Weg auch noch zurücklaufen.“ Humor, und erst recht Galgenhumor, sind nicht planbar, geschweige denn trainierbar. Sie entspringen einer Haltung des „Trotzdem“. Allen Widrigkeiten zum Trotz wird einer Situation, und sei sie noch so hoffnungslos, die dramatische Schärfe genommen und eine geistige Unabhängigkeit an den Tag gelegt, die es möglich macht, ungebrochen zu bleiben. Ein typisches Beispiel ist die aussichtslose Lage der Spartaner, als *Xerxes* drohte: „Ich habe so viele Bogenschützen, dass ihre Pfeile die Sonne verdunkeln werden!“ *Leonidas* soll daraufhin erwidert haben: „Um so besser – dann kämpfen wir im Schatten!“

Die dem Galgenhumor zugrundeliegende Haltung zeigt sich im Akzeptieren des Unabänderlichen. Wie oft bäumen sich Menschen in misslicher Lage gegen die Widrigkeiten auf und steigern sich in destruktiver Weise in ihren Ärger über das Übel hinein. Nicht nur, dass dieses Aufbegehren nichts ändert, es hinterlässt auch ein schales, ja bitteres Gefühl. *Franz Werfel* breitet in seinem Theaterstück „Jacobowsky und der Oberst“ an vielen kleinen Episoden aus, wie ein Perspektivenwechsel spielend gelingt, wenn einer widrigen Situation eine noch viel unangenehmere gegenübergestellt wird. So lässt sich Jacobowskys Lebensmotto: „Man hat immer zwei Möglichkeiten im Leben!“ als Aufforderung verstehen, den Blick auf Aspekte zu lenken, die in der Dramatik einer üblen Lage nur zu leicht übersehen werden. Womöglich fällt beim nächsten Stau unser Blick aus dem Fenster und wir sagen uns: „Wie viel angenehmer ist es doch, hier warm und trocken zu sitzen, als jetzt im Regen zu laufen.“ Das ist zwar kein Galgenhumor, aber die Haltung, die Realität als das zu akzeptieren, was sie nun einmal ist, erscheint uns als beste Voraussetzung, im Humor etwas Befreiendes und Selbst-Tröstendes zu erleben. Im Idealfall zeigt sich, dass uns das Lachen nicht vergeht, auch wenn uns zum Weinen zumute sein mag.

Galgenhumor selbst kann man leider nicht üben. Stattdessen möchten wir Sie anregen, sich einmal mit dem darin enthaltenen Perspektivenwechsel zu beschäftigen. So wie sich manche Kranke ermutigen, indem sie feststellen: „Im Vergleich zu meinem Bettnachbarn habe ich ja noch mal Glück gehabt.“, so möchten wir Sie einladen, die folgenden Beispiele, die zunächst ausschließlich ärgerlich und frustrierend erscheinen mögen, einmal von ihrer positiven Seite zu betrachten oder ihnen auf andere Weise etwas Gutes abzugewinnen.

Situation	Andere Betrachtungsweise
<p>1. Während einer ausgedehnten Wanderung bei schönstem Wetter vollzieht sich unerwartet ein Wetterwechsel. Nach einem Wolkenbruch setzt ein nicht endender Regen ein. Es gibt jedoch keinen Regenschutz.</p>	
<p>2. Sie sind in eine renovierungsbedürftige Altbauwohnung gezogen. Beim Entfernen der Tapeten kommt ein Großteil des Putzes von der Wand, einschließlich einiger Elektrokabel.</p>	
<p>3. Sie warten am Bahnhof lange auf einen Besucher, dem Sie versprochen haben, ihn abzuholen. Nach etwa einer Stunde meldet er sich per Handy, um mitzuteilen, dass er wegen des Wetters gar nicht losgefahren sei.</p>	
<p>4. Sie haben eine Feier mit vielen Gästen geplant und wollen das Essen liefern lassen. Einen Tag vorher ruft Sie der Lieferant an und teilt mit, bei ihm seien fast alle Angestellten und er selbst bettlägerig und er könne das Essen nicht bringen.</p>	
<p>5. Am Abreisetag Ihres Winterurlaubs müssen Sie Ihren Wagen mühsam aus dem Schnee freigraben, der über Nacht gefallen ist. Sie haben gerade mit klammen Fingern Ihre Schneeketten montiert, als Sie die Nachricht erhalten, dass die Straße ins Tal mindestens noch einen Tag komplett gesperrt bleibt.</p>	

Zitat

Und vor allem, du weißt nie genau, wo hat die Handleserin Recht und in welchen Punkten hat sie sich getäuscht. Weil alles richtig, das bringt nicht einmal die beste Handleserin zusammen. Dass der Zug kurz nach halb fünf abgefahren ist, da hat sie Recht gehabt. Aber gut, das ist nicht so ein Kunststück, das sagt sogar die Bahn oft auf ein, zwei Stunden genau voraus.

Wolf Haas, aus: Das ewige Leben

Die Kunst und das Vergnügen, Schicksalsschläge als Geschichten zu nehmen

Die sicherste Chance für das Schicksal, Galgenhumor bei seinen Opfern zu erzeugen, besteht darin, nicht gleich den ganzen Kübel Unglück über unseren Kopf zu leeren. Schön langsam und wohl dosiert, Ereignis für Ereignis, baut sich die Distanz auf, die man zum eigenen Erleben braucht, um es nicht nur locker, sondern auch von seiner komischen Seite zu nehmen.

Einfach nur viel zu spät in die Oper kommen, weil man im Stau stecken geblieben ist? Wie öde. Bestenfalls streitet man sich noch. Aber wenn man dreimal zurück laufen muss, weil man erst die Eintrittskarten liegen gelassen hat, dann beim Holen derselben den Autoschlüssel und dann bei dessen Wiederfinden, kurzes Suchen inklusive, den Stadtplan. Dann ist spätestens beim dritten Gang entweder mit ihrer Beziehung etwas nicht in Ordnung oder man kratzt schon leicht an diesem Gefühl, das einem den Brustkorb weitet und wie ein Heliumballon die Laune hebt.

Besonders leicht gelingt dieser Stimmungsumschwung Menschen, die es verstehen, das, was sie gerade erleben, bereits als die Geschichte anzusehen, die sie später daraus machen werden. Oder wie es *Primo Levi* ausdrückte: „Ertragene Leiden lassen sich gut erzählen“. Und aus dieser inneren Distanz heraus erscheinen dann zusätzliche negative Wendungen wie ein erzählerischer Kniff des Schicksals, der dem späteren Bericht zusätzliche Würze verleiht.

Natürlich kann man Leichtigkeit nicht in der jeweiligen Situation von sich selbst einfordern. Aber vielleicht werden Sie feststellen, dass es schon hilft, sich in einer misslichen Lage kurz vorzustellen, wem man das alles später und wie erzählen wird. Gleich ist einem ein wenig fröhlicher zumute. Und fast wird es dann, als würde man sich selbst beim Leben zusehen und denken: Na, mal schauen, was als nächstes passiert!

Narrenkappe

In der Literatur – denken Sie nur an Shakespeare – sind die Narren nicht wegzudenken. Ihnen kommt die Rolle dessen zu, der – im Scherz verpackt – die Wahrheit sagen darf. Auch demjenigen, dem offen entgegen zu treten leicht den Kopf kosten kann.

In der heutigen Geschäftswelt sucht man diese Rolle oft vergebens. Oft? Gibt es sie überhaupt? Wenn, dann gibt es meist eine kleine Zahl von Vertrauten, die den Mächtigen unter vier Augen und in heiligem Ernst sagen, was einmal gesagt werden muss.

Was macht den Narren so frei? Vor allem, dass er kein eigentliches Geschäft zu versehen hat. Er ist eben nicht gleichzeitig Minister, Kammerherr, Jagdaufseher des Königs, sondern Narr und sonst nichts. Und es ist seine Aufgabe, Narr zu sein. Karriere allerdings kann man von der Position aus nicht machen, und es kann gut sein, dass sie deshalb aus der Mode gekommen ist.

Vielleicht ist das ein bedenkenswerter Vorschlag, die Narrenkappen wieder hervorzuholen und rechtzeitig im Scherz zu sagen, was heute oft zu spät und bitter ernst den Adressaten erreicht. Als Scherz lässt sich so manches auf den Punkt bringen, das sonst nur umständlich zu sagen wäre. Ein scharfer Beobachter, mit Witz und Menschenkenntnis gleichermaßen ausgestattet – glücklich der König, der auf einen solchen Narren zählen kann.

Weiter lesen

Zusätzlich zu unserem monatlichen Newsletter erscheinen in jeweils wöchentlichem Abstand unsere **Lösungsskizze** zu der jeweiligen Aufgabe, ein Ausschnitt aus einem thematisch passenden **Coaching**-Gespräch und ein **Extra** mit unserer Antwort auf Ihre Reaktionen.

Alle entsprechenden Artikel und unser Archiv finden Sie auf unserer Newsletter-Hauptseite unter: <http://www.iwuf.de/newsletter/>

Anregungen

Buchtipp

Christian Morgenstern
Die Galgenlieder

Tiefsinniger Unsinn rund um (des Raben) Tod, (des Hemdes) Einsamkeit und des Schicksals Gegebenheiten. In vielen Verlagen als Buch, aber auch z.B. im Gutenbergprojekt:
http://gutenberg.spiegel.de/?id=5&xid=1872&kapitel=1#gb_found

Filmtipp

Blake Edwards
Blind Date – Verabredung mit einer Unbekannten

Zugegeben, der Film ist nicht mehr ganz tauf frisch und gleichzeitig noch nicht alt genug. Erklären wir ihn doch einfach zum Klassiker. Hier dürfen Regisseur *Blake Edwards* sowie *Bruce Willis*, der ja schon in der Die-Hard-Serie zeigen konnte, wie man dem Schicksal einen flotten Spruch entgegen schleudert, und *Kim Basinger* ihr Talent für das komische Fach voll ausleben. Walter, aufstrebender Unternehmensberater, braucht dringend eine Begleitung für ein wichtiges Geschäftsessen. Sein Bruder vermittelt ihm ein Blind Date mit Nadia. Walter ist umgehend entzückt, hört aber nur halb hin, als sie ihm gesteht, keinen Alkohol zu vertragen. Wortlaut: „Dann drehe ich durch!“. Also flößt er ihr ein Gläschen Champagner ein – und hat sich folglich große Teile dessen, was auf dem Fuße folgt, selbst zuzuschreiben.

Und das ist eine irrwitzige Verkettung von großen und kleinen Katastrophen, die vor allem Nadia völlig kalt lassen. Ein Angriff auf die Lachmuskeln, der an Stan Laurel und Oliver Hardy heranreicht. Dass der Film gleichzeitig als Liebesgeschichte funktioniert, wirft die Frage auf, ob auch bei dem Thema nicht viel zu oft der Ernst des Lebens regiert...

Musiktip

Engelbert Humperdingk
Hänsel und Gretel

Hat nichts mit Galgenhumor zu tun, sagen Sie (wir denken, die Geschichte ist hinreichend bekannt)? Dann hören Sie doch noch einmal dem Vater zu, wenn er aus vollem Hals singt: „Rallallalla. Rallallallalla. Hunger ist der beste Koch!“

Termine

Weitblick

Das Seminar soll Sie in die Lage versetzen, berufliche und private Lebensziele in Einklang zu bringen. Von Psychologie bis Prozessoptimierung – Sie lernen Ihr „Projekt“ Berufsleben mit den unterschiedlichsten Methoden erfolgreich und zukunftsorientiert zu gestalten. Finden Sie zum Beispiel eine Antwort auf die Frage: Was soll der nächste Karriereschritt in meinem Unternehmen sein? Mehr unter <http://www.iwuf.de/seminare/weitblick> .

27.4. - 28.4.2010, Mechtildshausen (bei Wiesbaden)

Kommunikation I – Erfolgreiche Gesprächsführung

Wenn professionelle Kommunikation nicht zum gewünschten Erfolg führt, liegt das häufig nicht an der Qualität der Argumente, sondern an der mangelnden Berücksichtigung des Gesprächspartners. Erfolgreiche Kommunikation dagegen orientiert sich am Gegenüber. In Übungen und Rollenspielen lernen die Teilnehmer im Gespräch herauszufinden, was der Gesprächspartner wirklich will, und entsprechend darauf zu reagieren.

Mehr unter <http://www.iwuf.de/seminare/gespraechsfuehrung/> .

8.6. - 9.6.2010, Mechtildshausen (bei Wiesbaden)

Kommunikation II – Emotionale Kompetenz

Neben sachlichen spielen emotionale Aspekte in Arbeitsprozessen eine erhebliche, oft unterschätzte Rolle. Die Teilnehmer lernen und üben in Rollenspielen, die Emotionen ihrer Mitarbeiter zu erkennen, einzuschätzen und zu berücksichtigen.

Mehr unter <http://www.iwuf.de/seminare/emotionale-kompetenz> .

13.4. - 14.4.2010, Raum Stuttgart

Mitarbeiter coachen

Eine verstärkt auftretende Anforderung an Führungskräfte ist es, Mitarbeiter bei internen Problemen zu begleiten und zu unterstützen. Hier üben Sie grundsätzliche Techniken des Coachings und stärken Ihre Kompetenz in vertrauensbildender Kommunikation und Führung. So lernen Sie, die Situation und die Emotionen ihrer Mitarbeiter besser zu erkennen und im Gespräch zu berücksichtigen. Mehr unter <http://www.iwuf.de/seminare/mitarbeiter-coachen/>.

Termin geplant für September 2010

Unterwegs

Der Wechsel von konzentriertem Input und Wanderungen kennzeichnet das freieste und überraschendste unserer Seminare. Zu einem relevanten Thema können die Teilnehmer in einem ergebnisoffenen Prozess Erkenntnisse sammeln und im Austausch mit den Anderen reflektieren und vertiefen. Mehr unter <http://www.iwuf.de/seminare/unterwegs/>.

Termine geplant für September / Oktober 2010

Weitere Informationen, Anmeldung und Seminarbedingungen unter <http://www.iwuf.de/seminare/>

Nächste Ausgabe

Der nächste Newsletter erscheint am 1.4.2010 zum Thema „Rituale“.

Wenn Sie konkrete Themenwünsche, Fragen oder Anregungen haben, zu denen Sie gern etwas lesen würden, schreiben Sie uns bitte unter <http://www.iwuf.de/kontakt/>.

Verwaltung & Impressum

Newsletter abonnieren oder abbestellen unter <http://www.iwuf.de/newsletter/>

Redaktion:

Dr. Petra Sonne-Neubacher
Prof. Dr. Christian-Rainer Weisbach

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Dr. Petra Sonne-Neubacher
Institut für wertschätzende Unternehmensführung
Merziger Weg 1B
60529 Frankfurt / Main

www.iwuf.de

© Institut für wertschätzende Unternehmensführung GbR – Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung über den privaten Gebrauch hinaus bitte nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung der Redaktion.

Bitte beachten: Alle Angaben ohne Gewähr.