

# Kommt ein Witz ins Büro...

## Interview mit Humortrainerin Eva Ullmann

Es gibt so Alltime-Lieblingmomente, von denen man nicht genug bekommt. Im Büro ist es bei mir eindeutig: Kolleginnen lachen sehen. Müsste ich die Kriterien nennen, nach der ich die Firmen bewerte, bei denen ich gearbeitet habe, wären Leichtigkeit und Humor sehr weit oben als Ranking-Faktoren. Damit bin ich nicht alleine: Schon vor fast zehn Jahren hat der Personal-Experte Scott Christopher zusammen mit dem Autor Adrian Gostick das Buch „The Levity Effect: Why it Pays to Lighten Up“ geschrieben. (Etwas doof auf Deutsch: „Das Smiley-Prinzip“). Darin weisen sie nach, dass Leichtigkeit Mitarbeitern nicht nur einfach gut tut, sondern sie auch produktiver, loyaler und kreativer macht und dass Chefs mit Sinn fürs Alberne die besten sind. Wie steht es mit dem Humor in deutschen Büros? Das habe ich Eva Ullmann gefragt. Sie ist Rednerin und Humortrainerin und hat das „Deutsche Institut für Humor“ in Leipzig gegründet. (Und, ja, man darf das in der Erwachsenenbildung so nennen, hat sie mir erklärt. Anders als z.B. der Finanz- oder Medizinbranche).

### Haben wir ein gutes Humorklima in deutschen Firmen?

Ich finde, wir Deutschen haben ein schlechtes Image. In ganz vielen Unternehmen gibt es eine gute Humorkultur und Teams, die gut zusammenarbeiten.

### Wofür brauchen die Firmen dann Ihre Beratung?

Ich komme nicht in Unternehmen und sage: Ich bringe Ihnen Humor bei, sondern ich gucke, worüber lacht das Team und wofür wollen sie ihren Humor benutzen und können sie das.

### Was heißt das?

Es gibt Teams, die haben eine sehr aggressive Art miteinander, das ist aber auch so vereinbart, weil sie alle ein gutes Verhältnis miteinander haben. Das wird dann spannend, wenn die Teams auch an schwierige Sachen mit Humor ranwollen. Unternehmen, z.B., in dem große Veränderungsprozesse anstehen, und dieses entspannt gut arbeitende Team Angst bekommt. Und dann funktioniert der aggressive Humor nicht mehr.

### Was empfehlen Sie dann?

Ich arbeite mit dem Modell von Rod Martin, der sagt, es gibt einen auf- und einen abwertenden Humor. Dafür muss man ein Gefühl kriegen.

### Können Sie ein Beispiel nennen?

Wenn in meiner Besprechung eine ältere Mitarbeiterin sitzt, die ein Glas Wasser fallen lässt, macht es einen Unterschied, ob ich sage: „Na, in Ihrem Alter kann man das Wasser halt nicht mehr so gut halten“. Oder ob ich sage: „Toll, wie gut Sie loslassen können. Dafür muss ich jede Woche ins Yoga.“ Jemand herabsetzen versus jemanden liebevoll zu erhöhen. Das ist ganz oft etwas, was man kritisieren kann und üben muss. Und es hilft übrigens, wenn man Frauen im Team hat. Sie haben oft den liebevolleren Humor, ein besseres Händchen dafür, Menschen ins Team zu holen. Was sie öfter erleben, ist, dass sich die Jungs so dissen mit einem Spruch nach dem anderen und Frauen denken, „nee, das ist nicht mein Geschmack“ und verstummen.

### Wie behält man seinen Humor in schwierigen Situationen?

Finden Sie heraus, was Sie zum Lachen bringt, was Ihnen Leichtigkeit gibt und machen Sie dann mehr davon, nicht weniger, wenn die Gruppe größer wird. Ich coache z.B. eine Frau, die ist im Zweiergespräch total witzig, aber sobald sie auf eine Bühne geht vor 200 oder 1000 Leuten, ist sie ganz sachlich und logisch. Ich empfehle: nicht aufhören, nur, weil die Gruppe größer wird oder weil der Status höher wird.

### Was ist passiert, wenn gar nicht mehr gelacht wird?

Es gibt Teams, die haben ein total guten Humor miteinander, aber sobald es zu schwierigen Situationen kommt, z.B. Teambesprechungen, dann wünschen sie sich mehr Humor. Und dann frage ich, wer ist denn dafür verantwortlich, und dann sagen alle: die Chefin. Das sehe ich nicht so. Wenn 20 Leute in einem

Raum sitzen, sind alle für Atmosphäre zuständig.

**Aber Vorgesetzte haben doch großen Einfluss, oder?**

Ja und nein. Ja, Humor braucht eine Erlaubnis. Wenn der Patriarch oder Geschäftsführer eines Unternehmens sagt, wo gelacht wird, wird nicht genug gearbeitet, dann wird es schwer, Humor nach außen, z.B. in die Stellenbeschreibungen und Präsentationen, zu bekommen. Und nein, denn da, wo es eine Vertrauensbasis gibt, gibt es auch einen Humor miteinander. Egal, ob der erlaubt ist oder nicht. Und ob der geheim in der Kaffeeküche stattfindet oder in Meetings, das ist fast egal.

**Sie sagen, Humor hilft auch bei Verhandlungen. Wie denn?**

Perspektivwechsel helfen, wenn es zäh wird. Eine Bekannte von mir hat sich nach ihrer Elternzeit schnell wieder auf den Markt geworfen und wurde natürlich gefragt, ob sie noch Kinder kriegen wollte. Bei den ersten zwei Gesprächen hat sie sich da sehr schwer getan, weil die Frage immer von einer Status-höheren Person kam. Dann hat sie angefangen, Humor mit reinzubringen. Also hat sie einmal auf die Frage: „Wollen Sie noch Kinder kriegen?“ geantwortet: „Gottes Wege sind unergründlich.“ Und beim zweiten Mal hat sie eine Gegenfrage gestellt: „Wie viele sind denn Voraussetzungen für den Job?“