



# INHALT

Vorwort der Herausgeber .....	6
Vorwort von Schirmdame und Schirmherr .....	8
Lachen ist ein Lebenszeichen – zwischen Klinik und Klassenzimmer .....	10
Schulclowns und kleine Herzensmomente .....	13
Der Clown in mir .....	17
Keine Angst mehr vor dem Chef .....	20
Von gefühlten und tatsächlichen Notfalleinsätzen im Rettungsdienst .....	23
Weil Liebe alles kann .....	26
Der Boss in Unterwäsche .....	30
Was für ein Kindergarten! .....	33
Humor ist die letzte Stufe .....	37

Gut gebrüllt, Löwe! .....	41
Zwischen Reiz und Reaktion liegt die Freiheit .....	44
Guten Morgäään!! .....	48
Termindruck: Ein Ehepaar sieht rot .....	51
Wo am lautesten gelacht wird .....	54
Die humorvollsten Geschichten schreibt das Leben .....	57
Hannes macht Sport .....	63
Das Studentle und Karl Marx .....	65
Man trifft sich immer zweimal im Leben .....	72
Und wer sind jetzt Sie? .....	75
Kehrwoch für Migranten .....	78
Einfach mal die Perspektive wechseln .....	83
Sturm im Wasserglas .....	87
Flapsig, aber mit Stil .....	90
Lage, Lage, Lachen – wie Humor mein wichtigstes Werkzeug wurde .....	96
Mittelstandsfettnäpfchen .....	99
Dem Stress einfach davonhüpfen .....	102

# Vorwort der Herausgeber

## Liebe Leser und Leserinnen.

Humor in Wirtschaft und Bildung – ist nicht dieser Titel schon ein Witz? Was soll das denn? Eine Quadratur des Kreises? Die Antworten zu diesen Fragen sind ein klares: Vielleicht. Und ein klares: Es kommt darauf an, was man daraus macht.

Die Herausgeber, Sylvia Sänger und Bernhard Klenk kommen aus ganz verschiedenen Berufen. Sylvia Sänger ist Gesundheitswissenschaftlerin. Bernhard Klenk war jahrzehntelang selbstständig in der Bauwirtschaft. Wir haben uns kennengelernt bei einer Ausbildung zum „Humorberater“ und sind auch im Leben Partner geworden.

Offene Emotionen und Humor, das Verstehen und Verstandenwerden kann ein unschätzbarer, unbezahlbarer Schatz sein: in allen Bereichen unseres Lebens. Vor allem im Arbeitsleben. Dort kann Humor zum regelrechten Erfolgsfaktor werden, denn er stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl, baut Stress ab, sorgt für gute Atmosphäre, steigert die Kreativität, löst hierarchische Grenzen auf, schafft neue Perspektiven und sorgt für Wohlbefinden.

Unser Credo ist: Anders als andere! Genau das ist es, was Humor will: Dinge wie sie kommen, anzunehmen, selbst im Negativen etwas Gutes zu finden, die Perspektive wechseln zu können, mit kreativen Aktionen Scham zu verwandeln und so Distanz von belastenden Ereignissen zu gewinnen. Und dann über das Ganze schmunzeln oder auch kräftig lachen!

Genau hier setzt dieses Buch an. Die Beiträge unserer Autoren und Autorinnen liefern Einblicke aus der Praxis, für die Praxis und das alles, ohne einen Zeigefinger zu heben. Sie alle wenden auf ihre eigene Weise verschiedene Strategien des Humors an:

den Perspektivwechsel, die vorbehaltlose Akzeptanz, den offenen Umgang mit Emotionen oder den kreativen Umgang mit Problemen.

Offene Emotionen und Humor schaffen Nähe, Verbindung und Wertschätzung, führen zu Klarheit und helfen, Missverständnisse zu vermeiden. Humor braucht viel weniger Hierarchie (eigentlich gar keine), er schafft Freiheit in Verantwortung. All das sind Voraussetzungen für betriebswirtschaftlichen Erfolg, Loyalität und Firmenbindung.

Wir erleben täglich, wie sich Wirtschaft, Lehre, Bildung, Ausbildung, Gesundheit wunderbar gut, leicht und spielerisch ergänzen können. Das Allheilmittel dazu nennt sich Humor und offene Emotionen – mit Schmunzeln, Lachen, echtem, positivem und täglich gelebtem prima Klima.

Wir sind der lebende Beweis, wie wir trotz Unterschiede das Gemeinsame finden: Mann und Frau, Wissenschaft und Praxis, Hochschule und Mittelstand, Schwaben und Thüringen. Sozialisiert in DDR und BRD. Täglich erleben wir, wie Verstehen, Offenheit und Lachen uns verbinden.

Mit diesem Buch laden wir Sie ein, sich mit uns zu verbünden – für mehr Leichtigkeit und Freude im Miteinander.

Viel Begeisterung beim Lesen wünschen Ihnen,

Ihr Bernhard Klenk  
und Ihre Sylvia Sängler  
Herausgeber

# Vorwort von Schirmdame und Schirmherr

**Liebe Leser,**

als Schirmherr und Schirmdame dieses Buches freuen wir uns sehr, die Geschichten mit Ihnen zu teilen. In einer Zeit, in der die Herausforderungen in Wirtschaft und Bildung stetig komplexer werden, mag Humor auf den ersten Blick wie ein leichtfertiges Thema erscheinen. Doch genau das Gegenteil ist der Fall: Humor ist eine kraftvolle Ressource, die verbindet, inspiriert und neue Perspektiven eröffnet.

Namhafte Autoren und Autorinnen laden Sie ein, sich mit Humor in den unterschiedlichsten Kontexten auseinanderzusetzen – sei es im unternehmerischen Alltag, in der Führung von Teams oder in der Gestaltung von Lernprozessen. Humor ist weit mehr als ein flüchtiges Lachen. Er ist ein Werkzeug für Resilienz, Kreativität und zwischenmenschliche Zusammenarbeit. In Zeiten von Wandel und Unsicherheit kann ein kluger Witz, eine humorvolle Perspektive oder ein Moment der Leichtigkeit Türen öffnen, die sonst verschlossen bleiben.

Als Vertreter des unternehmerischen Mittelstandes wissen wir, wie wichtig es ist, mit Mut, Innovationsgeist und einem gewissen Maß an Gelassenheit auf Herausforderungen zu reagieren. Humor hilft, starre Denkmuster aufzubrechen, eine positive Unternehmenskultur zu fördern und Lernprozesse in der Aus- und Weiterbildung nachhaltig zu gestalten.

Wir danken allen Autoren und Autorinnen für ihre inspirierenden Beiträge und dem Herausgeberteam für die sorgfältige Zusammenstellung dieses Werks. Unser besonderer Dank gilt Ihnen, den Leserinnen und Lesern, die sich auf diese spannende Reise durch die Welt des Humors begeben. Möge dieses Buch Ihnen nicht nur

ein Schmunzeln entlocken, sondern auch neue Ideen und Anregungen für Ihre Arbeit in Wirtschaft und Bildung schenken.

Mit herzlichen Grüßen,

Dr. Helfried Schmidt (Schirmherr)  
und Petra Tröger (Schirmdame des Buches)  
Oskar Patzelt Stiftung und Gründer des Wettbewerbs  
„Großer Preis des Mittelstandes“

## Lachen ist ein Lebenszeichen – zwischen Klinik und Klassenzimmer

Als junge Intensivkrankenschwester lernte ich früh: Zwischen dem Piepsen der Monitore, hektischen Reanimationssituationen und stillen Abschieden bleibt oft wenig Raum für Leichtigkeit. Und doch – oder vielleicht gerade deshalb – wurde der Humor zu meinem stärksten Verbündeten.

Ich erinnere mich an einen Nachtdienst, als ich gemeinsam mit einem jungen Kollegen eine Reanimation durchführte. Inmitten der Anspannung sagte ich scherzhaft: „Bitte schön lächeln, gleich wird's ein Erinnerungsfoto geben!“ Ein schiefer, nervöser Grinsen huschte über sein Gesicht. Im selben Moment spürten wir beide, wie sich der Druck ein wenig löste. Die Konzentration stieg, die Zusammenarbeit wurde ruhiger, der Patient überlebte.



Solche Erfahrungen haben meine Haltung geprägt: Humor ist nicht fehl am Platz; im Gegenteil. Er kann Brücken bauen, Stress reduzieren und sogar zur professionellen Exzellenz beitragen. Er ist keine Flucht aus der Ernsthaftigkeit, sondern eine wertvolle Ressource, um ihr standhalten zu können.

Später, in meiner Arbeit als Pädagogin, begegneten mir neue Herausforderungen: festgefahrene Hierarchien, Prüfungsängste, Widerstände gegenüber Veränderung. Besonders eindrücklich war ein Moment in meinem „Anatomiekurs der unbeugsamen Skelette“. Die ersten Unterrichtseinheiten waren oft geprägt von stillem Schrecken – Organe, Muskeln, Fachbegriffe in fremder Sprache. Dann griff ich zu einem einfachen, aber wirkungsvollen Mittel: Beim Thema Herz ließ ich ein überdimensionales Plüschherz durch die Reihen wandern. „Keine Angst, das beißt nicht. Das schlägt nur!“

Der Effekt war verblüffend. Gelächter hallte durch den Raum. Die Atmosphäre veränderte sich. Plötzlich wurden Fragen gestellt, Fehler durften passieren, das Lernen wurde schneller und freudiger.

Auch in der Fort- und Weiterbildung von Pflegekräften begegnete ich immer wieder der Aussage: „Aber in unserem Job gibts wirklich nichts zu lachen.“ Gerade dann ließ ich nicht locker.

Ich erzählte von meiner Zeit auf der neurochirurgischen Wachstation, wo ein Patient im Aufwachraum nach einer Operation verschlafen fragte: „Bin ich jetzt im Himmel oder bei Ihnen?“ „Kommt drauf an, wie Sie sich benehmen!“ Er lächelte. Und das war der Türöffner für ein Gespräch über Ängste, Erwartungen und die Kraft von Leichtigkeit im Ernstfall.