

=====

Lachletter Oktober 2017

Unsere Themen

1. Betriebliche Gesundheitstage „Lieber Lachmöwe als Streithammel“
2. Aktuelle Lachtermine - save the Date
3. Gelotophobie
4. Die Frau die niemals lacht

Einen sonnigen, bunten Indian Summer und auf Wiederlachen in und um Freiburg!

===== 1. „Lieber Lachmöwe als Streithammel“ =====

Sie planen einen betrieblichen Gesundheitstag, eine Personalversammlung oder wollen die positive Kommunikation in Ihrem Team fördern? Dann testen Sie doch einmal einen Impulsvortrag mit einem Workshop der besonderen Art. Ich empfehle das Thema „Lieber Lachmöwe als Streithammel“, es zeigt den richtigen Umgang mit Ärger.

Viele Tipps und unterschiedliche Strategien erleichtern den Umgang mit Kunden oder die Zusammenarbeit im Team. Mit Übungen wird außerdem Stress minutenschnell abgebaut und aktiv das freundliche, anerkennende Miteinander gefördert. Gut gelaunte, motivierte Mitarbeiter sind das wesentliche Erfolgskapital einer Firma. Eine Investition in gutes Betriebsklima, lohnt sich deshalb immer. Ihre Wünsche können wir gern in einem persönlichen Gespräch klären. Tel. 0761 7059820.

Bärbel Hinz-Käfer, Dipl. Betriebsw., Humorcoach, Lachyogatrainerin
info@diekaefer.de, info@humor-lachen.de

===== 2. Aktuelle Lachtermine - save the Date =====

- Sa. 7. + So. 8.10. Ausbildung zum zertifizierten Lachtrainer, Freiburg (nächster Termin 24./25.3.18)

- Sa. 7.10. Lachyoga-Erlebnistag - selten sooo gelacht! Freiburg

- 14.10.2017 Lachen und Wandern, Bad Krozingen

- 16.10 + 23.10 Körpersprache, Mimik, Lachen, Freiburg

- 6.11., 13.11., 20.11., 27.11. Männer lachen anders - Frauen auch, Freiburg

- Ab 28.11.17 Mit Lachyoga zur inneren Leichtigkeit finden, Bad Krozingen

- 11.12. Nikolauslachen + wickeln, Freiburg

Jeden Montag 19 Uhr Lachtraining in Freiburg: Habsburgerstr. 107a, 79104

Freiburg, Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke. Schnupperstunde 11,11 €,

monatlicher Jahresbeitrag 15 €.

Lachtrainer sind herzlich eingeladen, unsere Termine als Trainingsangebot zu nutzen.

Mehr

Informationen: <http://humor-lachen.de/lachtermine-in-und-um-freiburg-save-the-date>

e-mail: info@humor-lachen.de, +49 (0)761-7059822

===== 3. Gelotophobie =====

Der Begriff Gelotophobie, die Angst vor dem ausgelacht werden, setzt sich aus gél?s (griech. ????? dt. Lachen) und phobía (dt. Furcht, Angst) zusammen. Lachen wird als eine Bedrohung des Selbstwertgefühls erlebt und nicht einer Lebensfreude oder Spontanität zugeordnet. Humor und Lachen sind für Gelotophobiker keine entspannende und angenehme Erfahrung, sondern lösen Anspannung und Angst aus.

Als Ergebnis einer internationalen Studie in 72 verschiedenen Ländern, wird Gelotophobie als Persönlichkeitsmerkmal und nicht als Krankheit eingeschätzt. Wer will, kann daran arbeiten: Eine humorvolle Haltung läßt sich trainieren und wer lacht, hat keine Angst.

===== 4. Die Frau, die niemals lacht =====

Kaum zu glauben: <https://www.youtube.com/watch?v=Yb3W4dYztXI>

Kennen Sie den Spruch: „Für ein Lächeln werden 17 Muskeln bewegt, für ein ernstes Gesicht 43“? Paul Ekman aus St. Francisco hingegen behauptet, für ein ernstes wie freundliches Gesicht werden nur zwei bis vier Muskeln der etwa 50 Gesichtsmuskeln gebraucht. Über diese Zählerei können wir nur schmunzeln. Unsere Lachprofis sind stolz auf ihre Lachfalten.

=====

Bitte klicken Sie auf die Links zum Weiterlesen. Oder kopieren Sie den Link und geben ihn in das Fenster Ihres Browsers ein.

Ihre Freunde lachen auch gern? Empfehlen Sie uns weiter oder schicken Sie uns