

Mizah'ın TÜYOSU



Literatürde pozitif mizahın çalışanların motivasyonu, iş tatmini, bağlılığı, işe devamlılığı, lider etkinliği ve verimlilik gibi örgütsel performans göstergeleriyle doğrudan ilişkili olduğu görülmektedir. (Robert & Yan, 2007; Bizi vd., 1988; Spruill, 1992; Avolio vd., 1999)

Pozitif mizahın biyolojik etkileri üzerine yapılan araştırmalar, mizahın insanların ruhsal sağlığına ciddi katkıları olduğunu kanıtlamıştır. Tıp bilimine göre ; kahkaha ciğerlerin karbondioksiti pompalamasını , gözyaşlarının gözleri temizlemesini, kasların gerginliği azaltmasını, adrenalinin artmasını ve kardiovasküler sistemin egzersiz yapmasını sağlar. (Barth, 1990: 171)

Bunun yanısıra , güçlü mizah anlayışına sahipolan işgörenler örgüt ortamı için çok önemli olan kişilerarası iletişim yeteneği ve takım çalışmasına daha çok yetkinlik göstermektedirler. Mizah zor durumlarla başa çıkmada güçlü bir araç olduğu için , mizahi bir iklimi benimseyen örgütlerin stresli ortamlara diğer örgütlere nazaran daha fazla dayanabildikleri öne sürülebilir.

(Mesmer-Magnus vd., 2012; Bizi vd., 1988)

LİDERLİKTE MİZAH KULLANIMI

Tüm bu akademik çalışmaların ışığında günümüz liderlerinin pozitif mizahı benimsemesi ve kullanması kaçınılmazdır. Liderin kullandığı pozitif mizah güveni pekiştirerek grup içinde saygıyı geliştirir. Böylece grup içinde iletişimi, etkileşimi ve öğrenmeyi destekleyen bir ortam oluşur. Liderin mizahı ayrıca güç mesafesini azaltarak kurumda paylaşım, yaratıcılık ve yenilikçileri teşvik eder.



PROGRAM HAKKINDA

Bir günlük bu buluşmada hayatlarımızda mizaha daha çok yer vermenin gerekliliği ve yöntemleri üzerine workshop yapılır. Mizahı geliştirecek 5 tüyo bolca katılım ile tartışılır, değerlendirilir ve herkesin kendine aksiyonlar çıkarması istenir. Mizahı geliştirecek 5 tüyo şu aşamalardan oluşur.

1. MİZAH ORTAMINDA YAŞA VE ORTAMI OLUŞTUR

Günlük hayat koşturmasında mizah pek te radarımıza girmez. Bu bölüm bilinçli olarak mizaha vakit ayırmanın veya mizaha odaklanmanın olayları mizahi yönden ele almaya sağladığı katkıyı anlatır.

2. EĞLENCELİ DAVRANIŞ SETİ İNŞA ET

Mizahın önemli bir bileşeni oyundan gelen eğlencedir. Liderlerin kurumsal hayatta kullanabilecekleri oyunlaştırma ve bunu içselleştiren tutum, ekibin motivasyonunu artıracak en önemli yöntemlerden biridir.

3. KENDİ MİZAH TARZINI YARAT VE GÜNLÜK HAYAT İÇİNDE BUNU YAKALA.

Bu bölüm kendi mizah tarzının farkına vararak farklı ortamlarda farklı mizah türlerinin nasıl kullanılabileceğine odaklanır.

4. STRESİN ORTASINDA BİLE MİZAHİ BUL

Mizah beyindeki stress hormonunu baskılar. Dolayısıyla stresle başa çıkmak için mizahı kullanmanın önemi büyüktür. Bu bölümde amaç günlük yaşamdaki birçok mizah fırsatının farkedilmeden gittiğini ve bunların nasıl farkedilebileceğini katılımcılara göstermektir.

5. KENDİNLE DALGA GEÇMEYİ BİL

Kişinin kendi hatalarına, kusurlarına, başarısızlıklarına gülebilmeyi becerebilmesi gerçekten de geliştirmesi en zor becerilerden biridir. Bunu başarabilen kişilerin hayatta daha dayanıklı, yaratıcı ve ilişkilerinin daha sağlam olması bu becerinin neden geliştirilmesi gerektiğini ortaya koyar. Mizah öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir beceridir. Akıllıca tasarlanmış bu programın sonunda hem bilimsel araştırmalar ile mizahın etkisinin öğrenilmesi hem de kurum içinde pozitif mizah anlayışının geliştirilerek performans, yaratıcılığa ve dayanıklılığa olumlu katkı sağlaması hedeflenir.

