

Humor hilft Pflegen

„Humor ist der Knopf, der verhindert, dass uns der Kragen platzt.“

Joachim Ringelnatz

In diesem Workshop wird erlebbar:

- warum Humor weit mehr als Lachen ist und Leichtigkeit in unseren Arbeitsalltag bringt – wir stützen uns dabei auf Erkenntnisse der Positiven Psychologie und Resilienzforschung
- dass wir von Klinikclowns lernen können, besser mit uns, den Kolleg:innen und Patient:innen/Bewohner:innen in Kontakt zu treten
- Methoden, die dabei im Alltag unterstützen, uns wertschätzend zu begegnen und immer zuerst den Menschen zu sehen
- wie ein Perspektivwechsel helfen kann, mit schwierigen Situationen umzugehen
- was wir für unsere eigene „Seelenhygiene“ tun können, um den Belastungen im Beruf entgegenzutreten
 - Dabei darf natürlich auch gelacht werden



Was in diesem Workshop nicht passiert:

- Hier lernt man nicht, Witze zu erzählen
- Keiner wird zum Clown gemacht oder muss witzig sein
- Wir machen kein Lachyoga

Trainer: Die Workshops werden von durch die Stiftung Humor Hilft Heilen qualifizierte Trainer:innen durchgeführt. Die Trainer:innen verfügen dabei zusätzlich über Hintergründe aus z.B. den Bereichen Schauspiel, Sozialpädagogik, soziale Arbeit und Erlebnispädagogik

Methodik: Vortrag, Partner- und Gruppenübungen, Diskussion

Teilnehmeranzahl: 12 – 20 Personen, abhängig von Räumlichkeiten und Hygienevorgaben

Dauer: halbtägig (3 – 3,5 Std.) oder ganztägig (7 – 7,5 Stunden)

Kosten: halbtägig 600€, ganztägig 1.200€ Brutto, inkl. Reisekosten