

# Humor entwickeln - Grundlagen für Pflegekräfte

## Seminarbeschreibung

Lachen, Freude und Glück sind Begriffe, die ein positives und zufriedenes Weltbild vermitteln. Menschen, die sich mit einer humorvollen Aura umgeben, werden von anderen als positiv eingestellt wahrgenommen. Vorteile von gesundem Humor gibt es viele, Nebenwirkungen keine.

Doch wie nutze ich diese risikolose Maßnahme?

Durch die Auseinandersetzung mit der Biographie bekommen wir Einblick in die Humorpersönlichkeit und entwickeln Verständnis für den uns eigenen Humorstil. Alles was wir pflegen, bekommt eine Basis, auf der wir aufbauen können. Es entsteht die Möglichkeit, Humor wachsen zu lassen.

Im Alltag erwarten wir von uns selber gute Leistung, Flexibilität, Schnelligkeit und Empathie. Und wenn's mal nicht so klappt? Was ist, wenn etwas zu scheitern droht?

Wenn es uns gelingt, aus „Niederlagen“ neue und humorvolle Ansichten zu finden, gelingt es auch, mit einem Augenzwinkern auf unsere Fehler zu sehen - Scheitern kann Spaß machen! Die perfekte Unvollkommenheit!

Dieser Tag wird gestaltet durch theoretische Informationen, praktische Übungen und spielerische Elemente. Das Ziel ist, Ihre Fähigkeit für Humor zu erkennen und zu aktivieren.

## Seminarinhalt

- Wirkung von Lachen und Humor
- Elemente der Humorentstehung
- Eigene Humorbiographie erstellen
- Persönliche Auseinandersetzung mit Humor; Humorstil und Humorressourcen
- Humorvoll reagieren; Perspektivenwechsel
- Lustvoll scheitern - die Fähigkeit, über sich selbst zu lachen

*„Aller höherer Humor beginnt damit,*

*dass man sich selbst nicht mehr*

*so ernst nimmt!“*

Hermann Hesse

## Termin

05.03.2018 **14182**  
von 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Bitte kommen Sie  
in einer bequemen Hose

## Teilnehmerkreis

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
im Pflegedienst

## Teilnehmerzahl

Max. 12 Teilnehmer

## Seminarort

Hörsaal 1

## Kosten für externe Teilnehmer

80,00 Euro

## Referentin

Fr. Simone Mühl  
Bezirksklinikum Mainkofen