



## Humor in der Betreuung - Wer lacht, hat mehr vom Leben

Wer Humor hat, hat es leichter, so heißt es. Aber was bedeutet das eigentlich, Humor zu haben? Und kann man das lernen? Aus der positiven Psychologie wissen wir, wie wichtig Lachen und eine „spielerische“ Haltung für unsere Resilienz und eine gute Alltagsstimmung sein können. Dies gilt selbstverständlich auch in der Betreuung. Hierbei gilt es sowohl, die eigenen „Humorressourcen“ kennenzulernen und zielgerichtet einzusetzen, als auch die der zu betreuenden Personen wahrzunehmen und emphatisch zu nutzen.

### Schwerpunkte

- ▶ Worüber dürfen wir lachen?
- ▶ Wie können wir andere zum Lachen bringen?
- ▶ Albernheit, Spott, Parodie, Ironie, Zynismus usw. – wo liegen die Unterschiede, was ist angemessen?
- ▶ Wie kann uns Humor dabei helfen Stress und Anspannung zu mindern?
- ▶ Wie kann man Humorfähigkeit trainieren?
- ▶ Welche Art von Humor ist genau meine?
- ▶ Ziel des Workshops ist es, den Teilnehmenden zu vermitteln, wie sie ein humorvolles Miteinander unter Kolleg\*innen und Bewohner\*innen fördern und ihre tägliche Arbeit integrieren können.

### Fortbildung

Referentin:  
Silke Schirmer

Termin:  
**04.05.2022**  
**9:00 - 16:00 Uhr**

Kosten:  
135 €

Schulungsnummer:  
**FO-22-12**