



## Vortrag - „Die Kraft des Humors“

„Humor ist, wenn man trotzdem Lacht.“ Joachim Ringelnatz

Ein geschenktes Lachen kommt immer zu uns zurück. Und ein Mensch mit Humor hat mehr Verständnis für andere Menschen. Lachen verbindet und erleichtert unser gemeinsames Tun.

Im hektischen Alltag geht das Lachen schnell verloren oder bleibt im Hals stecken. Es werden Tricks und Tipps vermittelt, die am Arbeitsplatz humorvoll eingesetzt werden können.

### Inhalt und Ziele

- Definitionen von Humor kennenlernen
- Die Bedeutung und Wirkung von Humor verstehen
- Neues erfahren von den heilenden Aspekten und der Steigerung des Wohlbefindens durch Humor
- Entdeckungsreise zum eigenen Humor
- Kennenlernen von Humor-Instrumenten und ihren Einsatzmöglichkeiten

**Dauer:** 1,5 - 3 Stunden

**Zielgruppe:** Geeignet für alle Berufsgruppen in einer Institution des Gesundheitswesens

**Anforderung:** Flipchart, Raum mit Platz sich zu bewegen

**Kosten:** nach Umfang und Aufwand