

<p>Datum Dienstag, 30.08.2022 / VNr. 117</p> <p>Zeit 09.00 – 16.30 Uhr</p> <p>Ort Agaplesion Diakonieklinikum Rotenburg, Buhrfeindhaus</p> <p>Zielgruppe Mitarbeitende im Gesundheitswesen, die den Spaß an der Arbeit nicht verlieren und sich gesünder lachen möchten.</p> <p>Dozent Matthias Prehm, Fachkrankenpfleger für Intensivpflege und Anästhesie, Praxisanleiter, Inhaber der Seminaragentur HumorPille®, Autor des Buches „Pflege deinen Humor“</p> <p>Anmeldung / Info Rotenburger Akademie Denise Meyer T (04261) 77-3030 Denise.Meyer@Rotenburger-Akademie.de</p> <p>Kosten * € 215,00</p> <p><small>* Für Mitarbeitende im Agaplesion Diakonieklinikum Rotenburg ist diese Fortbildung kostenfrei.</small></p>	<p>Humorvoll arbeiten und leben</p> <p>Volksweisheiten wie: "Lachen ist die beste Medizin" oder "Humor ist, wenn man trotzdem lacht", kennt jeder. Doch wie kann man in Zeiten von Stress, Überlastung und Unterbesetzung den Spaß an der Arbeit nicht verlieren? Gerade am Arbeitsplatz ist es wichtig, sich den Sinn für Humor, den jeder hat, zu bewahren oder neu zu entdecken.</p> <p>Lachen ist gut für den Körper, gut für die Seele und gut für das menschliche Miteinander!</p> <p>Das Seminar ist sehr praxisorientiert. Sie lernen humorvoller, kreativer, entspannter und souveräner auf Alltagssituationen zu reagieren.</p> <p>Ziel ist, Humor bewusst als wertvolle Ressource für den Alltag zu entwickeln und zu bewahren. So können Sie in Stresssituationen gelassener reagieren und Sie steigern Ihre eigene Resilienz.</p> <p>Ein weiterer Kernpunkt ist die Anwendung von Humortechniken, z. B. Übertreiben, offensichtliches Ansprechen, absichtliches Missverstehen, sich selber nicht so ernst nehmen.</p> <p>Ebenso werden Techniken der humorvollen Schlagfertigkeit geübt, um leichter mit Charme und Witz überzeugen zu können.</p> <p>Lernziele</p> <ul style="list-style-type: none"> • Humor stärkt die Konflikt - und Kritikfähigkeit • Schlagfertigkeit und Humor • Humor kann gezielt als Bewältigungsstrategie genutzt werden. • Kreativität und Flexibilität werden durch Humor gefördert. • Humor wird als Charakterstärke und als Prävention erfahren. • Ressourcen wie Achtsamkeit, Empathie und Wertschätzung werden als Sozialkompetenz entdeckt. – Werden Sie ein Leuchtturm! • Zusammenhänge der positiven Psychologie und der Glücksforschung werden aufgezeigt. <p style="text-align: right;">Lachen Sie sich gesünder!</p>
---	--