

# Balsam für die Pflege

Humor als Kraftquelle für Pflegendende  
und Betreuende von älteren Menschen



## Interessiert?

Dann rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns,  
wir vermitteln Ihnen ein Trainer-Duo  
bei Ihnen vor Ort.

**Dachverband Clowns in Medizin und Pflege  
Deutschland e.V.**  
Obere Hauptstr. 3  
85354 Freising

Tel. 08161/149785  
info@dachverband-clowns.de  
www.dachverband-clowns.de

## Der HUMOR-WORKSHOP für Pflegendende



**„Humor ist Liebe. Er macht die Unzulänglichkeiten etwas zulänglicher, den Schaden etwas leichter, den Schmerz etwas erträglicher. Nur die Überheblichkeit macht er lächerlich, die lacht er aus.“**

(Henri Nannen, 1913-1996)

**Humor ist eine kostbare Ressource, die in Therapie und Pflege zunehmend an Bedeutung gewinnt.**

Professor Dr. Dr. Rolf Dieter Hirsch, Humorforscher und Facharzt für Nervenheilkunde, Geriatrie und Psychiatrie sieht den Humor als Schmiermittel für alle Dinge im Leben, auch in der Pflege. Als wissenschaftlicher Berater bei der Entwicklung des Humor-Workshops sagt er, das Leben gehe mit Heiterkeit viel besser, und Heiterkeit sei nie am falschen Platz.

**Der Workshop „Balsam für die Pflege – Humor als Kraftquelle für Pflegende und Betreuende von älteren Menschen“ soll den Teilnehmer:innen eine Hilfestellung sein, ihre Arbeit in Altenhilfeeinrichtungen lebendiger und fröhlicher zu gestalten. Er vermittelt auf spielerische Weise verschiedene Methoden zum bewussteren Einsatz von Humor und trägt damit zur Stärkung der Resilienz des Pflegepersonals im Seniorenheim bei.**

Im Workshop werden zum einen **wissenschaftliche Erkenntnisse und Studien über die Wirksamkeit von Humor** angesprochen, zum anderen erfahren die Teilnehmer:innen an sich selbst die positive Kraft des Humors und des Lachens durch **praktische Übungen**. Der Schwerpunkt liegt auf der kreativ-praktischen Ebene, um den Lernprozess nachhaltiger zu gestalten und um Erfahrungen zu schaffen, die im Arbeitsalltag erinnert werden können. Auch der Erfahrungsaustausch und eine **Beförderung positiver Gruppenprozesse** ist uns wichtig.

Methodisch wechselt der Workshop zwischen Einzel-, Partner- und Kleingruppenarbeit und Informationsvermittlung und Gesprächen im Plenum sowie praktischen Übungen und Spielen zur Selbsterfahrung ab.



Neben der allgemeinen Wertschätzung und Würdigung für die tägliche Arbeit mit Senior:innen werden folgende wesentliche Inhalte vermittelt:

- Transfer von Humor-Erleben in den Arbeitsalltag
- Selbstfürsorge als Kraft-Tankstelle
- Sensibilisierung für den eigenen Humor
- Humor zur Unterstützung der Psycho-Hygiene im Team der Mitarbeitenden

Durchgeführt wird das Training von zwei erfahrenen Klinik-Clowns, die als Expert:innen für Humor, Komik und Leichtigkeit mit den Arbeitsumfeldern „Alten- und Pflegeheim“ und „Geriatrie“ vertraut sind. Sie schätzen die Pflegefachkräfte als Expert:innen und beziehen deren Erfahrungen in den Workshop ein.

Unsere Workshopleiter:innen kommen aus einem der Mitgliedsvereine des Dachverbands Clowns in Medizin und Pflege Deutschland e.V.



- Zeitraumen:** 3 Stunden (4 x 45 Min)  
**Gruppengröße:** 8 bis 16 Teilnehmer:innen  
**Zielgruppe:** Mitarbeiter:innen aus Pflege, Betreuung, Ergotherapie, aus dem sozialen Dienst u.v.a.m.  
**Raumbedarf:** Raum, der einen Stuhlkreis und Bewegung zulässt (mind. 35qm)  
**Kosten:** 500 €