**Humor als Ressource im Spitalalltag**

**Humor zeigt sich im beruflichen Alltag in einer heiteren Gelassenheit**

**Ziele**

Die Teilnehmenden:

* erleben unterschiedliche Varianten der Komik
* setzen sich mit der eigenen Humorbiographie gezielt auseinander
* reflektieren ihre eigene Haltung in Bezug auf den Umgang mit Humor
* kennen die ethischen Richtlinien zu Humor im Spital
* lernen spielerisch Humorinterventionen für sich und den beruflichen Alltag kennen
* üben den humorvollen Perspektivenwechsel im Pflegealltag

**Schwerpunkte**

* (Aus-) Wirkung von Humor und Lachen im Alltag
* Eigener Humor-Stil (wieder-) entdecken
* Humor-Biographie-Arbeit
* Möglichkeiten von humorvollen Interventionen
* Mit Witz und Humor den Alltag aus einem neuen Blickwinkel betrachten und vertrauten Muster unterbrechen
* Selbstpflege und Burnout Prophylaxe durch Humor
* Leichtigkeit im Alltag finden

**Personenkreis**

Für alle Interessierten, die ihren Umgang mit Humor im beruflichen Alltag reflektieren und evtl. wieder neu entdecken wollen.

Diplomierte Pflegefachpersonen, Fachfrauen/-männer Gesundheit EFZ, alle klinisch tätigen Berufsgruppen

**Teilnehmerzahl**

min. 8 / max. 12 Personen

**Referentin**

Steffi Schmitt: Abteilungsleiterin Therapiestation Kinder und Jugendliche, ausgebildete Gesundheits!Clownin® und Humortrainerin

**Zeitlicher Umfang**

1 Tag

**Daten, Zeit 08.30 bis 16.30 Uhr** **Anmeldeschluss**

Di, 27. Mai 2025 27. April 2025

**Ort**

Haus K - U1 – Nussberg

**Kosten extern**: Fr. 150.00