

## **Humorworkshop**

Humor ist die Fähigkeit, die Dinge von ihrer leichten und heiteren Seite zu sehen und zu nehmen. Humor ist ein „soziales Schmiermittel“, es glättet Konflikte, macht es leicht, unkonventionelle Lösungen zu finden, mindert Druck und ist daher ein hervorragendes Mittel gegen Stress, Trauer und Schwermut. Humor macht leicht und entlastet – und ist gerade für Pflegekräfte ein sehr wertvolles Gut.

Das Schönste: Jeder hat diese Fähigkeit! Doch im Berufsalltag gerät sie häufig unter die Räder. Gerade in ernsten Zusammenhängen von Krankheit, nachlassenden Kräften, Gebrechlichkeit und Tod, Überlastung und großer Verantwortung scheint uns die Leichtigkeit oft verlorenzugehen. Dabei sind es oft die Bewohner selber, die uns in ihrem heiteren Umgang mit dem „Ernst des Lebens“ daran erinnern, dass man alles auch mit Humor nehmen kann.

Humor in der Pflege ist eine Übung einer heiteren Grundhaltung und der Leichtigkeit. Wenn man auch Humor nicht verordnen und erzwingen kann, so kann man ihn doch üben.

Georg Brinkmann unterrichtet beim Bonner Verein musisch-kulturelle Bildung, Demenz und Religion. Außerdem arbeitet er als Klinikclown in mehreren Altenheimen, Kinderkliniken und Behinderteneinrichtungen und ist als Humortrainer tätig. Derzeit leitet er den sozialen Dienst in einem Bonner Altenheim.

[www.georgbrinkmann.de](http://www.georgbrinkmann.de)  
[mail@georgbrinkmann.de](mailto:mail@georgbrinkmann.de)  
0170-2076395