

„Humor als Schwimmring im Alltag“ - ein Seminar für pflegende Angehörige



Seminarleitung: Ulrich Trommsdorff, Tanja Gerstung

Sie können dieses Seminar für eine Gruppe buchen oder als Einzelperson daran teilnehmen. Die nächsten Termine & die Teilnahmegebühr erfragen Sie bitte hier: info@clownsamsee.de

In unserer Gesellschaft herrscht häufig die Meinung vor, dass kranke Menschen wie auch deren Angehörige nichts mehr zu lachen hätten und Humor und Heiterkeit längst aus deren Alltag verschwunden - oder schlimmer noch - verbannt worden seien. Jedoch: es gab und gibt immer wieder Menschen, die trotz widriger Umstände ihr heiteres Gemüt behalten. Diese Erfahrung haben wir aufgegriffen und umgesetzt in ein Tages-Seminar für pflegende Angehörige.

Komik und Lachen begegnen uns dabei als „**Schwimmring**“, der uns trotz tragischer oder widriger Umstände vor dem Untergehen bewahrt. Denn:

„Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn Leute sterben, sowenig wie es aufhört, ernst zu sein, wenn Leute lachen.“

George Bernard Shaw

In unserem Seminar erforschen wir gemeinsam das hilfreiche Potenzial des Phänomens Humor. Wir erfahren verschiedene seiner Wirkungsweisen und entdecken darüber andere - neue - Blickwinkel auf die Probleme des Alltags ...

Ziele des Seminars sind:

- den eigenen Körper bewusst zu erfahren, Freude an der Bewegung zu entwickeln und eigene Emotionen spielerisch auszudrücken
- mittels Humor und Lachen eine Erleichterung der emotionalen Last durch die Entladung von Spannungen zu erleben
- die Fähigkeit zu entdecken, über sich und eigene Missgeschicke lachen zu können (Situationskomik)
- Körpersprache und ihre Wirkung kennen zu lernen und bewusst spielerisch einzusetzen
- die Lebensfreude im Ernst des Alltags zu entdecken - Komik erkennen, Komik erzeugen zu können