

Fortbildung

21.05.2026 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Nah‘ am Menschen – mit Humor und positiver Psychologie.

...

Sprache kann verbinden, berühren - und zum Lachen bringen. Humor ist dabei nicht nur Unterhaltung, sondern auch ein kraftvolles Werkzeug, um Beziehungen zu stärken, Denkanstöße zu geben und neue Perspektiven zu eröffnen.

Ob im Team, im Umgang mit Menschen im Beruf und im Privatleben oder als Führungskompetenz: Humor beschleunigt Kommunikation und Vertrauensbildung und ist wirksames Mittel zur Stressprävention, für kreatives Denken, mehr Gelassenheit und Veränderung und Aufbruch.

Lernergebnisse:

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sprache auf andere Menschen und auf uns selbst wirkt, wie Humor entsteht und welche Wirkung er auf unser Denken und unser Miteinander hat.

Die Kunst, Leichtigkeit in schwere Gespräche bringen zu können hilft, um Vertrauen und Kooperationsbereitschaft zu fördern und mit hohen Belastungen leichter umgehen zu lernen.

Und die gute Nachricht ist: Humor ist trainierbar.

Inhalte:

- Grundlagen der Humorforschung nach Prof. William Fry
- Grundlagen der Positiven Psychologie nach Martin Seligman
- Das PERMA-Modell nach Martin Seligman
- Bedeutung von Humor für die Kommunikation auf Augenhöhe
- Humor als Mittel zur Deeskalation
- Die Wirkung von Humor-Kultur auf mich selbst und das Team

Methoden:

Vortrag/Präsentation, praktische Übungen und Selbsterfahrung, Diskussion/Gespräch, Arbeit in Kleingruppen.

Diese Veranstaltung findet statt in Kooperation mit der Kath. Erwachsenen- und Familienbildung im Bistum Essen gGmbH.

Zielgruppe:

Alle interessierten Menschen, die in Einrichtungen und Diensten des Sozial- und Gesundheitswesens arbeiten.

Termin:

21.05.2026 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Kosten:

260,00 € bzw. 240,00 € für Mitarbeiter:innen in Einrichtungen und Diensten der Caritas.

Veranstaltungsort:

Caritasverband für das Bistum Essen e.V.
Am Porscheplatz 1
45127 Essen
www.caritas-essen.de

Referent(inn)en:

Felix Gaudo

Ansprechpartner:

Daniel Holzem (daniel.holzem@caritas-essen.de, +49 (201) 81028518)

Veranstalter:

Caritasverband für das Bistum Essen e.V.
Kath. Erwachsenen- und Familienbildung im Bistum Essen gGmbH.

Veranstaltungsnummer:

06.008.26