

**Nr. 19/10**

**Termin:**  
**Dienstag, 21.09.2010**

**Zeit:**  
9.00 – 17.00 Uhr

**Teilnehmerzahl:**  
maximal 16 Personen

**Kosten:**  
90,00 EUR

**Zielgruppe:**  
MitarbeiterInnen aus der Behindertenhilfe, PflegeassistentInnen

**Veranstaltungsort:**  
Geschäftsstelle Lebenswege gGmbH  
Hinterhaus, Seminarraum 3. OG  
Gubener Str. 49, 10243 Berlin

**Kontakt:**  
Tel.: 030 – 446 872 0  
Fax: 030 – 446 872 -40  
fortbildung@lebenswege-berlin.de

## **Optimistentraining – Humor und Leichtigkeit im beruflichen Alltag**

**Elaisa Schulz** *Clownin, Klinikclownin, Theaterpädagogin*

*„HUMOR ist das „Salz des Lebens“ – Wer gut gesalzen ist, bleibt lange frisch!*

Mit hoher Motivation führen Sie Ihre Arbeit aus und fühlen sich dennoch manchmal durch ihre Tätigkeit seelisch belastet. Persönliche Assistenz, egal ob pflegerisch oder pädagogisch, erfordert von den Assistenzgebern immer wieder ein „Auspendeln“ an eigener Anteilnahme und Abgrenzung.

Auch in helfenden Tätigkeitsfeldern müssen Sie mit Frustrationen im Alltag umgehen, Enttäuschungen wegstecken und Konflikte lösen.

Diese Herausforderungen erfordern viel Energie! Optimismus und Humor sind Zutaten für gute Energiereserven.

Mit einer gesunden Portion Optimismus ist jedes Problem leichter zu lösen. Mit Humor können Sie schwierige Situationen leichter bewältigen. Eine innere optimistische Lebenshaltung stärkt und fördert die Beziehung zu AssistenznehmerInnen und trägt zur Freude im Arbeitalltag bei.

In diesem Seminar werden Möglichkeiten eröffnet, den inneren Optimisten kennen zu lernen. Anhand einfacher Übungen und Spiele entdecken die TeilnehmerInnen die Komik menschlichen Verhaltens und können dabei herzlich über sich selbst lachen.

Ziele des Semintages :

- Positive Stärkung für die Anforderungen im Alltag
- Neue Blickwinkel auf die Möglichkeiten, Interaktion zu gestalten
- Zugang zum eigenen Humor und Optimisten – denn Humor ist lernbar!
- Steigerung des emotionalen Verständnisses für sich und andere
- Entwickeln neuer pflegerischer Interventionen

**Bitte an bequeme Kleidung und Schuhe denken!**