

# SPONSOREN

Hauptsponsor:



Weitere Sponsoren:



VERBAND HEIME UND INSTITUTIONEN SCHWEIZ



Die Organisation für behinderte Menschen



Gestaltung: Enrico Luisoni · www.humor.ch / Titel-Illustration: nach René Schweizer, Ein Schweizerbuch



## «T(H)UN SIE LACHEN»

Tagung zum Thema

## «Humor – die 4. Säule der Berufsvorsorge»

4.–5. April 2008 im Hotel Freienhof Thun

## Wer zuletzt lacht – hat schon viel verpasst!

Während Humor seit jeher als hochgeschätzte und erwünschte Eigenschaft gilt (ursprünglich bezeichneten «humores» lateinisch die Körpersäfte, deren ausgewogene Mischung Gesundheit bedeutete), scheinen die meisten Menschen spätestens im Berufsleben das Lachen im wahrsten Sinne des Wortes zu verlernen und sich unsere modernen Industriegesellschaften durch chronische Humorlosigkeit auszuzeichnen.

Nachdem die Stadt Thun in den letzten Jahren zum Mekka der Kleinkunst geworden ist, widmet sie sich jetzt auch dem Humor, der unter bestimmten Voraussetzungen zur Therapie werden und helfen kann, Gesundheit und Kreativität zu fördern, sowie die kleinen und grossen Herausforderungen des privaten und beruflichen Alltags zu meistern.

Wir freuen uns, Ihnen renommierte Vertreterinnen und Vertreter des praktizierten Humors in Pflege, Beratung, Therapie und Betreuung wie auch der Humorforschung präsentieren zu können. Sie werden ihr Wissen und ihre Erfahrungen in Vorträgen, Workshops, Seminaren und einer Podiumsdiskussion mit Ihnen teilen.

**Wir laden Sie gerne ein, gemeinsam lächelnd zu lernen! ...  
und am Freitagabend unterhält uns die humorvolle Dodo Hug.**

### Patronatskomitée:

Dr. h.c. Hans-Ueli von Allmen, Stadtpräsident Thun  
Dr. phil. Peter Hain, Psychotherapeut, Präsident HumorCare Schweiz  
Dr. des. Iren Bischofberger, Präsidentin Stiftung Humor & Gesundheit  
Marcel Briand, dipl. Pflegefachmann, Begegnungs-Clown

Programmkonzeption und -verantwortung:  
HumorCare Schweiz  
www.humorcare.ch



## Freitagvormittag, 4. April 2008

08.30 **Begrüßungskaffee**  
09.15 **Begrüßung** · H.U. von Allmen, Stadtpräsident Thun

### Referate

- 09.25 **Marcel Briand · Dipl. Pflegefachmann, Begegnungs-Clown**  
**Vom Hofnarr zum Begegnungsclown**  
Liegt in der Freiheit des Narren auch die Verantwortung, diese zu nutzen? Ist ein Vergleich des mittelalterlichen Hofnarren mit dem Qualitätsleiter unserer Zeit zulässig? Ist der Institutionsclown als Nachfolger des Qualitätsmanagers überhaupt denkbar? Das Referat stellt gewagte Thesen in den Raum, liefert mehr Fragen als Antworten und ist ebenso pointiert wie ernst gemeint.
- 10.00 **Dr. Willibald Ruch · Professor der Psychologie (Uni Zürich), Humorforscher**  
**Humor und Stress \***  
Die Erforschung des Humors erlebt derzeit eine Blütezeit und diese betrifft auch den Nutzen von Humor, Heiterkeit und Lachen. Das Referat wird einige Fortschritte in der Erforschung von Humor und Lachen beschreiben, welche für die Anwendung von Belang sind. Insbesondere wird auf die Beziehung von Sinn für Humor und Stress eingegangen.
- 10.45 **Pause**
- 11.30 **Thomas Wernli · Leiter Alters-/Pflegeheim**  
**Humor in der Betriebskultur \***  
Das Spannungsfeld zwischen den Strukturen der Institution und dem Bedürfnis der Bewohnerinnen und Bewohner nach Selbstbestimmung und Wertschätzung prägt den Heimalltag. Humor kann helfen, dieses Spannungsfeld aufzuweichen. Humor in der Betriebskultur ist auch eine Führungsaufgabe.
- 12.00 **Dr. phil. Peter Hain · Psychotherapeut, Präsident HumorCare Schweiz**  
**Humor als tägliche Herausforderung \***  
*Wer zuletzt lacht, hat bereits eine Menge verpasst!* «Lachen ist gesund!» – diese alte Weisheit scheint sich nun auch wissenschaftlich zu bestätigen. Humor und Lachen werden also in Zukunft eingefordert – nicht nur im kränkeldnen Gesundheitswesen, sondern auch in unserem ernsthaften und qualitätsgesicherten Berufsalltag. Das kleine «Humor-ABC» kann helfen, dieser (Heraus-)Forderung mutig zu begegnen.
- 12.30 **Mittagessen** · Bücher- und Infotische  
**\* Thematische Interventionen von Pello · Clown, Maskenspieler u. Humorberater**
- 14.00 **Workshops** bis 16.20 (siehe nächste Seite)
- 16.30 **Abschluss-Podiumsgespräch** / ca. 17.30 **Ende der Tagung**

## FREITAGS-SPECIAL

- 18.30 **Nachtessen im Hotel Freienhof Thun**  
20.00 **Konzert Dodo Hug**



# PROGRAMM

**Freitagnachmittag, 4. April 2008**

**1. Workshop** 14.00–15.00 • **Pause** 15.00–15.20 • **2. Workshop** 15.20–16.20

**Pello · Clown, Maskenspieler und Humorberater**

**Humor als Schwimring auf dem Strom des Arbeitsalltags**

Haben Sie Humor? Haben Sie heute schon gelacht? Für eine gute Laune können Sie etwas tun und Sie werden mehrfach dafür belohnt. Ein geschenktes Lachen kommt immer zu Ihnen zurück. Und, ein Mensch mit Humor hat mehr Verständnis für andere Menschen. Lachen verbindet und erleichtert das gemeinsame T(h)un. Es werden Tricks und Tipps gezeigt, die man selber am Arbeitsplatz humorvoll ausprobieren kann.

**Beat Hänni · Humorarbeiter**

**Humor mit betagten Menschen**

Mit praktischen Beispielen wird gezeigt, wie der Humor bei Betagten und psychisch Erkrankten (wieder) belebt werden kann. Erfahrungen mit «Humorgruppen» in Alters- und Pflegeheimen, sowie in geronto-psychiatrischen Institutionen werden kommentiert und weitergegeben.

**Rosmarie Krüttli und Monica Hary · Clownpädagoginnen**

**Humor mit Achtung und Wertschätzung im Beruf einsetzen**

Mit praktischen Übungen und Improvisationen erfahren und erkennen wir die Botschaft von Körpersprache und Mimik, bei uns und unserem Gegenüber. Herzengüte und emotionale Intelligenz sind die Grundlagen auf der Humor gedeihen kann. Humor mit Wertschätzung und Empathie bringen Wärme und Herzlichkeit ins Alltagsgrau.

**Francesco Muzio · Lachtrainer**

**Humor – die Killerapplikation**

Harter Titel! Und doch ist es so: Ein Lachausbruch im entscheidenden Moment, oder auch nur ein Lächeln, bricht gar mancher ungünstigen Situation die Spitze. Und «disharmonische Szenen» entstehen zuhauf, wenn man als Arbeitnehmer dem Job oder als Arbeitgebender den verschiedenen Gemütszuständen der Mitarbeiter ausgeliefert ist! Die BESINNung auf den Humor kann eine quere, gesunde Intervention darstellen.

**Martina Houben · Humorberaterin**

**Humor in der Personalentwicklung**

Humor in der Zusammenarbeit fördert das Betriebsklima, entlastet die einzelnen Mitarbeitenden. Personalentwicklung bedeutet (aber) auch, die Ressourcen der Mitarbeitenden zu nutzen. Eine Ressource heisst *Humor*. Es werden Möglichkeiten und Grenzen des Humors in Führung u. Zusammenarbeit aufgezeigt u. welchen Beitrag Personalentwicklung dazu leisten kann. Am Beispiel «Humor im Krankenhaus» wird ein konkretes Beispiel diskutiert.

**Dr. Willibald Ruch · Professor der Psychologie (Uni Zürich), Humorforscher**

**Humor ist, wenn man trotzdem lacht**

Im Workshop «Humortests: Selbsterkundung und Anwendung» werden eine Reihe von Instrumenten zur Erfassung von Aspekten des Humors vorgestellt und Gelegenheit zur Selbsterkundung gegeben. Ferner wird gezeigt, wie diese für die praktische Absicherung von Effekten des Humors eingesetzt werden können.

16.30 **Roger Thiriet · Kommunikationsberater**

**Abschluss-Podiumsgespräch · «Humor – der Ernst hinter dem Scherz»**

Lässt sich Humor erforschen, therapieren, stressen, herausfordern, kultivieren, erlernen? Oder kommt er uns, strukturiert und strapaziert, vollends abhanden? Der Medienschaffende Roger Thiriet leitet ein Panelgespräch mit Referierenden des Tages.

# ANMELDUNG

**Ich melde mich zur Tagung «T(h)un Sie lachen» vom 4.–5. April 2008 im Hotel Freienhof Thun an:**

- Tagung** · Die Teilnahmegebühr beträgt CHF 170.–  
Im Betrag inbegriffen sind Mittagessen (Stehlunch, exkl. Getränke), Pausenverpflegung
- Tagung inkl. Nachtessen und Konzert Dodo Hug** · Die Kosten betragen CHF 220.–
- Nur Nachtessen und Konzert Dodo Hug** · Die Kosten betragen CHF 50.–
- Seminare vom 5.4.08** · Die Teilnahmegebühr beträgt CHF 220.–

**Freitagnachmittag, 4. April 2008 · (Bitte 3 Optionen ankreuzen)**

Ich melde mich zu folgenden Workshops an:

- Pello · Clown, Maskenspieler und Humorberater**  
**Humor, der Rettungsring auf dem Strom des Berufsalltags**
- Beat Hänni · Humorarbeiter**  
**Humor mit betagten Menschen**
- Rosmarie Krüttli und Monica Hary · Clownpädagoginnen**  
**Humor mit Achtung und Wertschätzung im Beruf einsetzen**
- Francesco Muzio · Lachtrainer**  
**Humor – die Killerapplikation**
- Martina Houben · Humorberaterin**  
**Humor in der Personalentwicklung**
- Dr. Willibald Ruch · Professor der Psychologie (Uni Zürich), Humorforscher**  
**Humor ist, wenn man trotzdem lacht**

**Samstag, 5. April 2008 · (Bitte 1 Option ankreuzen)**

Ich melde mich zu folgendem Seminar an:

- Hans-Georg Lauer · Humortrainer**  
**Spiele für viele und vielerorts – auch bei der Arbeit**
- Dr. phil. Peter Hain · Psychotherapeut, Präsident HumorCare Schweiz**  
**Humor im Ernst**
- Marcel Briand · Dipl. Pflegefachmann, Begegnungs-Clown**  
**Humorvolle Interaktionen im Pflegebereich**
- Heidi Stolz/Sandra Rusch · Humorforscherinnen/-trainerinnen**  
**Erfahrungen mit dem 8-Stufenprogramm zur Entwicklung des Humors mit praktischen Übungen**

**Anmeldeschluss: 1. März 2008.** Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Die Anmeldung wird mit Rechnung (Einzahlungsschein beilieg.) bestätigt.

Abmeldungen bzw. Rückerstattungen von Tagungsgeldern sind nicht möglich.

Für Übernachtungsmöglichkeiten wenden Sie sich an das Hotel Freienhof, Tel. 033 227 50 50 oder an Thun Tourismus, Tel. 033 225 90 00.

**Wir empfehlen Ihnen, mit dem öffentlichen Verkehr anzureisen, oder die Parkplätze in den umliegenden öffentlichen Parkhäusern zu benützen!**

Bitte  
frankieren

«T(h)un Sie lachen»  
Eclipse  
c/o Caroline Wenger  
Gwattstrasse 76  
CH-3645 Gwatt

Name	Vorname
Beruf/e	Verband/Organisation
Strasse/Nr.	PLZ/Ort
Tel. Geschäft	Tel. Privat
E-Mail	
Datum	Unterschrift

# PROGRAMM

**Samstag, 5. April 2008**

08.30 **Begrüßungskaffee**

## Seminare

**1. Teil** 09.30–12.00 • **Mittagessen** • **2. Teil** 14.15–16.00

**Hans-Georg Lauer · Humortrainer**

### **Spiele für viele und vielerorts – auch bei der Arbeit**

Da ist Humor im Spiel ... in diesem Spielshop. Denn es wird gespielt. Die ausgewählten Spiele lassen lachen und Freude haben. Und wer mag, kann sich aus den gespielten Erfahrungen Tipps mitnehmen, wann und wo und mit wem diese und ähnliche Spiele in Unterricht und Seminar, in Training und Teamsitzung, in Familie und bei der Arbeit eingesetzt werden können.

**Dr. phil. Peter Hain · Psychotherapeut, Präsident HumorCare Schweiz  
Humor im Ernst**

Gemeinsam entwickelter Humor ist im Rahmen professioneller Beratung und Therapie sowohl eine empathische *Zumutung* wie auch eine ressourcenorientierte *Herausforderung*. Es zeigt sich, dass der Humor als soziale, therapeutische und gesundheitsrelevante Ressource umso mehr zur Entfaltung kommen kann, wenn er als lernbare Fähigkeit (coping strategy) einerseits und als Kompetenz in der professionellen Anwendung andererseits erkannt und gefördert wird. Das Seminar gibt einen Überblick der theoretischen Grundlagen sowie der Grundbedingungen und Anwendungsmöglichkeiten der Arbeit mit Humor, illustriert durch Video, Fallbeispiele und Live-Demonstrationen.

**Marcel Briand · Dipl. Pflegefachmann, Begegnungs-Clown  
Humorvolle Interaktionen im Pflegebereich**

Nicht erst seit sich die Gesundheitswissenschaften damit beschäftigen, was Gesundheit verursacht wissen wir: Lachen ist gesund. Doch seither erkennen wir mehr und mehr, dass positive Emotionen ein Ressourcenpotential ist, das gezielt gefördert werden will. Aktivieren, betreuen und begleiten mit Humor und Heiterkeit ist eine Forderung die heutzutage an alle Fachbereiche im Gesundheitswesen gestellt wird. Dieses Fachseminar geht nun neben den Grundlagen des therapeutischen Humors, spezifisch auf die Möglichkeiten der Humorförderung der Aktivierungsbeauftragten ein. Die TeilnehmerInnen lernen die wesentlichen theoretischen Hintergründe des pflegenden Humors kennen. Sie erkennen Humor als eigenes und fremdes Ressourcenpotential im Umgang mit Krankheit und Alter und sind fähig, Möglichkeiten zu sehen, wie dieses aktiviert werden kann.

**Heidi Stolz/Sandra Rusch · Humorforscherinnen/-trainerinnen  
Erfahrungen mit dem 8-Stufenprogramm zur Entwicklung des Humors mit praktischen Übungen**

Humorvolle Menschen sind beliebter und in zahlreichen Bereichen nachweislich erfolgreicher. Ist Humor trainierbar? Humortraining mit wissenschaftlichem Hintergrund und vielen Tipps und praktischen Übungen. In diesem Seminar wird gezeigt, wie Sie Ihr eigenes Humorpotential fördern können, 1. um in schwierigen Situationen gelassener zu bleiben, 2. Humor als Waffe gegen Stress zu gebrauchen und 3. mit Humor im Privaten und im Beruf mehr zu erreichen.