

---

# Lachen hilft! Den Spaß an der Arbeit in Zeiten von Stress, Überbelastung und Unterbesetzung nicht verlieren

---

 auf Anfrage  
16.10.2024  
21.10.2024

 8 UE

 149,00 Euro (umsatzsteuerbefreit)

## Ansprechperson

Claudia Wöhlert  
Tel: 030 921009361  
Fax: 030 921009342  
E-Mail: [weiterbildungen@wbs-schulen.de](mailto:weiterbildungen@wbs-schulen.de)

[Jetzt buchen](#)

---

## Kursinhalte

Lachen hilft! Dieses Seminar vermittelt Ihnen Techniken und Strategien, um trotz schwieriger Arbeitsbedingungen den Spaß an ihrer Tätigkeit zu bewahren.

Demnach soll das Seminar Ihnen helfen, Humor als Bewältigungsmechanismus einzusetzen und die positiven Auswirkungen von Lachen auf ihre psychische Gesundheit zu erkennen. Sie setzen sich mit Methoden zur Förderung eines humorvollen Arbeitsklimas auseinander und erfahren, wie Sie ihren eigenen Humor entwickeln und einsetzen können, um ihre eigene Resilienz zu stärken. Somit erlernen Sie Techniken zur Stressbewältigung mittels humorvoller Ansätze.

## Aktuelles zur Weiterbildung

## Lernziele

Lernen Sie Humor bewusst als Werkzeug einzusetzen, um ihre eigene Motivation und Zufriedenheit am Arbeitsplatz aufrechtzuerhalten, schwierige Situationen mit einem Augenzwinkern anzugehen und dadurch eine positive Atmosphäre im Team zu schaffen.

## Zielgruppe

Mitarbeiter:innen aus dem Gesundheitswesen

## Hinweise zur Dauer

## Teilnahmevoraussetzung

Es gibt keine speziellen Teilnahmevoraussetzungen.

## Perspektiven nach der Qualifizierung

### Inhalte

#### Themen, die Sie erwarten werden:

✓

Die Bedeutung von Humor am Arbeitsplatz verstehen

Positive Auswirkungen von Lachen auf die psychische Gesundheit kennenlernen

- ✓ Techniken zur Förderung eines humorvollen Arbeitsklimas erlernen
- ✓ Entwicklung des eigenen Humors und dessen Einsatz im Arbeitsalltag
- ✓ Stärkung der Resilienz durch den Einsatz von Humor als Bewältigungsmechanismus
- ✓ Stressbewältigungstechniken mit Hilfe von humorvollen Strategien erlernen
- ✓ Schaffung einer positiven Atmosphäre im Team durch den Einsatz von Humor
- ✓ Praktische Übungen und Fallbeispiele, um das Gelernte in die Tat umzusetzen
- ✓ Austausch und Diskussion über individuelle Erfahrungen und Herausforderungen

### Preisinformation

### Weitere Seminare zu diesem Thema

<https://www.wbs-schulen.de/weiterbildungen/>



### ✓ Ja, ich möchte mich anmelden!

Titel der Weiterbildung\* \_\_\_\_\_

Termin\* \_\_\_\_\_

Preis\* \_\_\_\_\_

Anmelde- und \_\_\_\_\_  
Prüfungsgebühren\*

Präsenzveranstaltung Ort: \_\_\_\_\_

Online-Weiterbildung  von zu Hause aus  
 vom Standort aus  
 Sonstiges: \_\_\_\_\_

Selbstlernmodul

### ✓ Teilnehmerdaten:

\_\_\_\_\_  
Herr / Frau / Divers\*

\_\_\_\_\_  
Vor- und Nachname\*

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum\*

\_\_\_\_\_  
Straße\*

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort\*

\_\_\_\_\_  
Bundesland\*

\_\_\_\_\_  
E-Mail\*

\_\_\_\_\_  
Telefon\*

### ✓ Wie sind Sie auf uns aufmerksam geworden?

Suchmaschine  Empfehlung  Zeitung / Verkehrsmittel

Social Media  Arbeitgeber  Arbeitsagentur/Jobcenter

Messe / Veranstaltung \_\_\_\_\_

Online Portal \_\_\_\_\_

Sonstiges \_\_\_\_\_

### ✓ Finanzierung

Selbstzahler  Arbeitgeber

Raten  ja  nein

monatlich  quartalsweise

Förderung über QCG / Bildungsgutschein

Andere Förderung  
Welche? \_\_\_\_\_

### ✓ Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Die AGB stellen in Verbindung mit der verbindlichen Anmeldung den Fortbildungsvertrag mit der WBS TRAINING SCHULEN gGmbH dar. Ich habe die ABB (S. 1 - 5) gelesen und erkläre mich mit meiner Unterschrift mit den AGB einverstanden. Der Auftraggeber ist verpflichtet, den festgelegten Preis inkl. Anmelde- und Prüfungsgebühr unaufgefordert an die WBS TRAINING SCHULEN gGmbH zu entrichten. Sollten die Kosten durch Dritte übernommen werden, ist eine Kostenübernahmeerklärung schriftlich vorzulegen. Die Informationen zum Umgang mit personenbezogenen Daten und die Prüfungsordnung habe ich zur Kenntnis genommen.

Wenn Sie sich zu einer Veranstaltung der WBS TRAINING AG oder der WBS TRAINING SCHULEN gGmbH anmelden, nutzt die Gesellschaft, die Ihr Vertragspartner geworden ist, Ihre E-Mail-Adresse für Werbung für eigene, ähnliche Veranstaltungen. Sie können hiergegen jederzeit Widerspruch einlegen, z. B. per E-Mail an [info@wbs-schulen.de](mailto:info@wbs-schulen.de). Details entnehmen Sie bitte der Datenschutzerklärung auf unserer Webseite [wbs-schulen.de/datenschutz](http://wbs-schulen.de/datenschutz).

\_\_\_\_\_  
Datum / Unterschrift Teilnehmer/-in

Ja, ich möchte zukünftig über Bildungsthemen, Aktionen und Angebote von den WBS SCHULEN per E-Mail informiert werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an [newsletter@wbs-schulen.de](mailto:newsletter@wbs-schulen.de) oder per Abmeldelink im Newsletter widerrufen. Informationen zum Datenschutz finden Sie **hier**.

### ✓ Anmeldung bitte an:

**WBS TRAINING SCHULEN gGmbH**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\* Pflichtfelder

# KOSTENÜBERNAHMEERKLÄRUNG FORT-/WEITERBILDUNGSKOSTEN

WBS TRAINING SCHULEN gGmbH  
Team Fort- und Weiterbildung

- Die AGB (Seiten 1 bis 5) wurden gelesen, insbesondere auch die Klauseln Gebühren/Kosten und Abtretungserklärung. Mit den AGB sind wir einverstanden und erkennen diese mit Unterschrift an.
- Ein Dritter/Kostenträger übernimmt die Fort-/Weiterbildungskosten für

\_\_\_\_\_  
Vorname, Nachname

\_\_\_\_\_  
Kurstitel

\_\_\_\_\_  
vom

\_\_\_\_\_  
bis

## Möchten Sie in Raten zahlen?

- nein       ja, monatlich       ja, quartalsweise

## Rechnungsadresse: (Die Rechnungsdaten müssen korrekt angegeben werden.)

\_\_\_\_\_  
Firma

\_\_\_\_\_  
Ansprechpartner/-in

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Tel.

\_\_\_\_\_  
E-Mail (Rechnung wird nur digital versendet.)

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Kostenträger