

Fortbildung

03.07.2025 09:00 Uhr - 04.07.2025 16:30 Uhr

Heute schon gelacht!?

Humor als Baustein professioneller Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes mellitus

Einführende Überlegungen

Lachen ist einfach fantastisch! Es verbindet Menschen auf der ganzen Welt und gehört zu den Verhaltensmustern, über die wir bereits vor der Geburt verfügen. Es ist als biologisches Erbe in uns gespeichert.

Lachen ist eine der elementarsten, aufregendsten und wunderbarsten emotionalen Ausdrucksweisen, die wir Menschen haben! Damit können sich alle Menschen verständigen, egal welchen Alters und welcher Herkunft, rein über die Mimik und Gestik.

"Lachen ist gesund!" so der Volksmund.

Und tatsächlich, die aktuellen Erkenntnisse der Forschung bestätigen dies auf eindrucksvolle Weise: es senkt den Blutdruck, aktiviert den Stoffwechsel, verringert das Schmerzempfinden und reduziert psychische Belastungen.

Doch damit nicht genug: Es zügelt negative Gefühle, deeskaliert Konflikte und entspannt stressige Situationen. Lachen nimmt Spannung, bringt mehr Leichtigkeit und ist im wahrsten Sinne des Wortes Balsam für die Seelen aller Beteiligten!

Lachen ist somit ein wichtiger Bestandteil in der Beratung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes mellitus. Es ist ein wunderbarer Weg, um Kinder und Jugendliche darin zu unterstützen, das Diabetesmanagement in ihren Alltag zu integrieren.

Ziele

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie das Lachen als einen wesentlichen Baustein in Ihrer Arbeit mit jungen Menschen einsetzen können.

Sie reflektieren Ihre eigene Biografie im Hinblick auf das Thema.

Sie erkennen die positiven Wirkungen des Lachens für die Gesundheit und setzen diese gezielt und professionell in der Beratung ein.

Inhalte

- die positiven Wirkungen des Lachens - aktuelle Forschungsergebnisse (physiologische und psychologische Wirkungen)
- anthropologische Grundlagen
- historische Grundlagen
- die positive Auswirkung auf die Gesundheit
- die Bedeutung der (eigenen) Biographie
- Praxistransfer: Lachen und Lächeln gezielt der Beratung einsetzen

Methoden/Medien

Der Dozent orientiert sich an den Prinzipien der Erwachsenenbildung. Ausgewählte Methoden und Sozialformen sind theoretische Inputs, Plenardiskussion, die Arbeit in Gruppen, praxisorientierte Fallbeispiele und Feedback.

Zielgruppe:

Ärztinnen/ Ärzte, Diabetesberaterinnen/Diabetesberater

Termin:

03.07.2025 09:00 Uhr - 04.07.2025 16:30 Uhr

Kosten:

408,00 €

Für katholische Einrichtungen 392,00 €

(o.g. Preise inkl. Seminarunterlagen und Teilverpflegung)

Referent(inn)en:

Peter Hammerschmid (Dipl. Psychologe, Dozent für Organisations- und Personalentwicklung)

Ansprechpartner:

Christiane von Lottner (c.vonlottner@katholischeakademie-regensburg.de, +49 (941) 56 96 - 26)

Angelika Deml (a.deml@katholischeakademie-regensburg.de, (0941) 569623)

Veranstaltungsnummer:

F 36-25