



FT18\_07E

## Humor In Therapie und Beratung – mit Leichtigkeit arbeiten

Fachtag am 14.09.2018 in Erfurt

Kerstin Abe



Deutsche Gesellschaft für Systemische  
Therapie, Beratung und Familientherapie

Ein Kooperationsprojekt des praxis – instituts für systemische beratung und der  
Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie

### **Was gibt's denn da zu lachen...?!**

Mit diesem Fachtag laden wir dazu ein, Humor als ein therapeutisches Mittel zu begreifen, für die Menschen, die uns begegnen und für uns selbst, um gesund bei unserer Arbeit zu bleiben.

In beratender, therapeutischer und sozial-pädagogischer Arbeit begegnen wir täglich belastenden Erfahrungen, schicksalhaften Schilderungen, schwerwiegenden Nachrichten, verstörenden Biographien, Krankheiten oder gar Lebensbedrohung. Wie können wir noch damit umgehen, als „nur“ hoch professionell? Wer will in diesen Situationen schon an Lachen und Humor denken???

Das liegt uns fern, ist uns oft fremd...Und doch!

Humor und Lachen als therapeutisches Mittel sowohl für die Betroffenen als auch für die Helfer bewahrt die Gesundheit, öffnet verblüffende Blickwinkel und schult Körper und Geist, um Leichtigkeit zu erfahren und anderen zu ermöglichen, hilft und unterstützt dabei ganz leicht unsere professionelle Arbeit.

Was braucht es dazu? Lachen können, Lachen zulassen, Lachen lernen und lehren sowie mit Humor arbeiten, wenn es (zu) ernst wird. Das und vieles mehr wird zentrales Thema in diesem Fachtag sein. Wir werden uns zudem mit wissenschaftlichen Grundlagen, den körperlichen Zusammenhängen, Funktion von Humor und Lachen in biologischen Prozessen sowie deren Wirkungsweisen beschäftigen. Kann man „Lachen“ generieren, ist es wirklich gesund und wenn ja, wie kriegen wir genug davon?

***Denn...wenn wir nicht mehr über uns selbst lachen können,  
ist es höchste Zeit, ein ernstes Wort mit uns zu reden  
Ernst Ferstl***

Für diesen Tag freuen wir uns auf eine Portion Neugier, verbunden mit einem humorvollen Blick, einem belastungsfähigen Zwerchfell und der Bereitschaft, sich auf Witz, Kreativität, metaphorische Zusammenhänge und ein „ernstes Wort“ einzulassen.

Der Fachtag ist offen für Alle, die selbst mehr lachen möchten, Lachen und Humor in ihre Arbeit bewusst integrieren möchten, oder sich dafür eine gute Begründung wünschen...

**Kerstin Abe**, Dipl. med., Fachärztin für Psychiatrie und Neurologie, Systemische Therapeutin, Supervisorin, Lehrtherapeutin (SG)

**Zeit:** 14.09.2018 von 10 – 17 Uhr

**Ort:** Erfurt

**Kosten:** € 120,- (ermäßigt für DGSF-Mitglieder und WB-AbsolventInnen des praxis instituts: € 100,-)  
(In den Kosten sind ein Mittags-Imbiss und Pausengetränke enthalten)