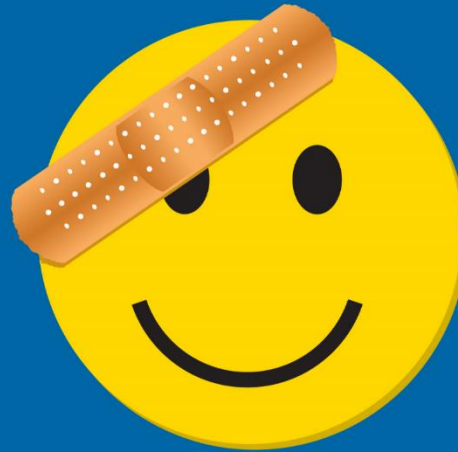


Marcellino Bogers en Fransiska Kleijer



humor

als verpleegkundige interventie 2.0





de cliniclowns







Definitie van humor

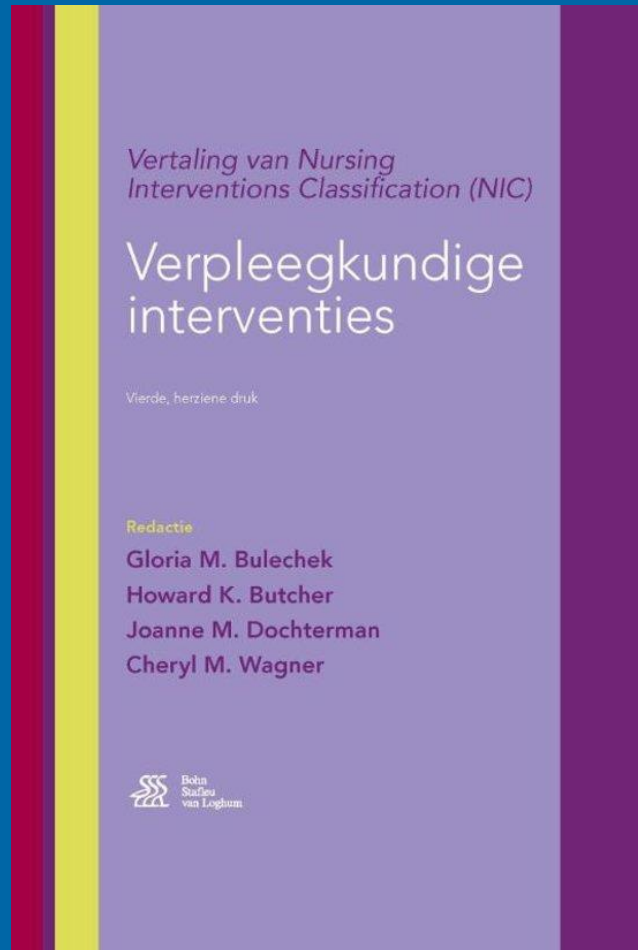
- Humor is oog en gevoel hebben voor vrolijkmakende tegenstrijdigheden (Van Dale)
- Humor is communicatie. Het middel om onderlinge relaties te versterken (Pasquali)
- Humor is overwonnen droefheid (G.Bomans)



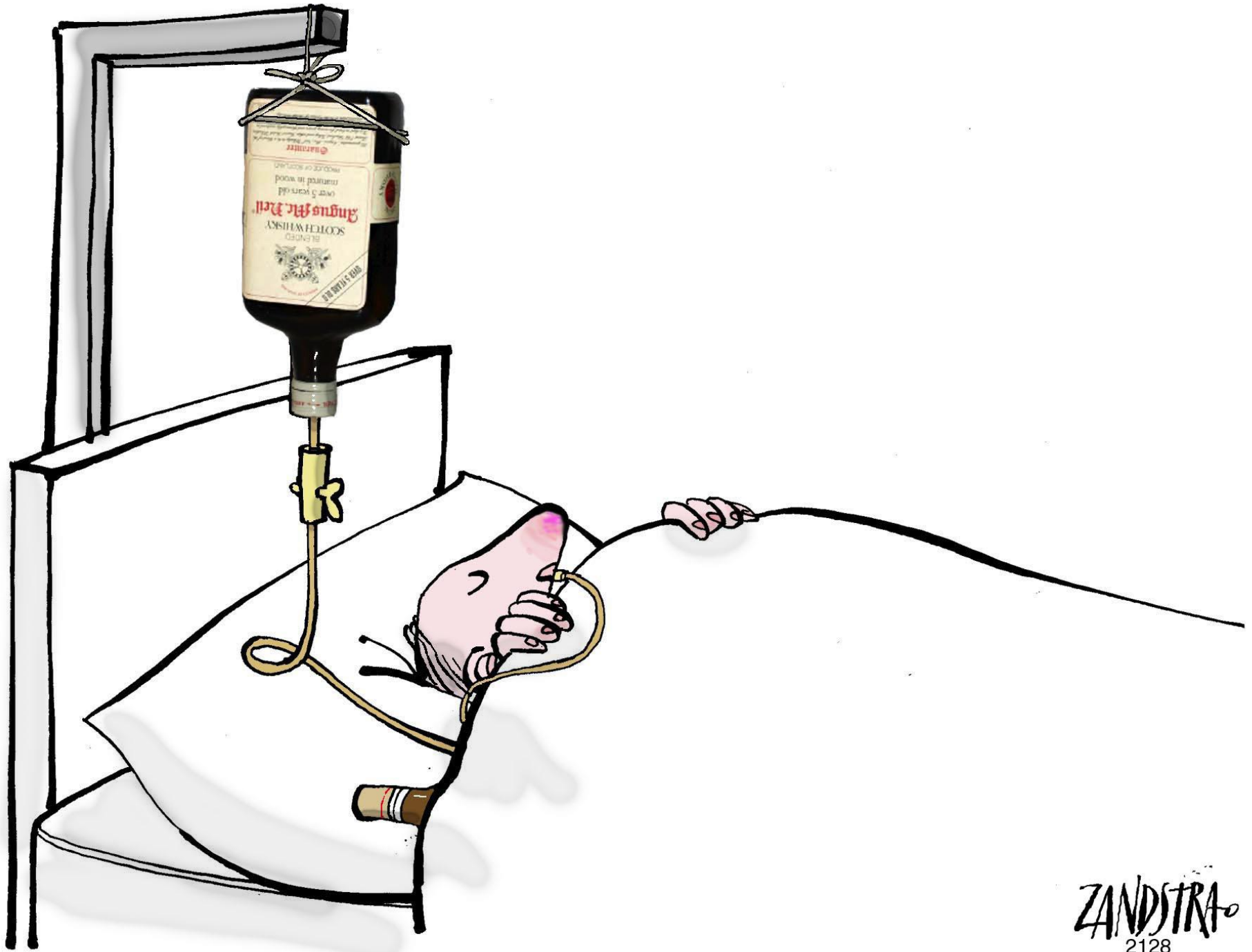


Bulechek 2016

Nursing Interventions Classification (NIC)



De patiënt helpen grappige, amusante of lachwekkende situaties te onderkennen en te waarderen en zijn plezier daarom te uiten om relaties op te bouwen, spanning af te reageren, leren mogelijk te maken of pijnlijke gevoelens te verwerken.





Theorie Van Woerden/Bogers

- Met humor wordt de relatie verpleegkundige/patiënt gedecodeerd.
- Zowel de patiënt als de verpleegkundige stappen even uit hun vaste rol om elkaar als het ware in een soort niemandsland op een gelijkwaardige manier te ontmoeten.



300 MG
en bij pijn

er tablet
letten



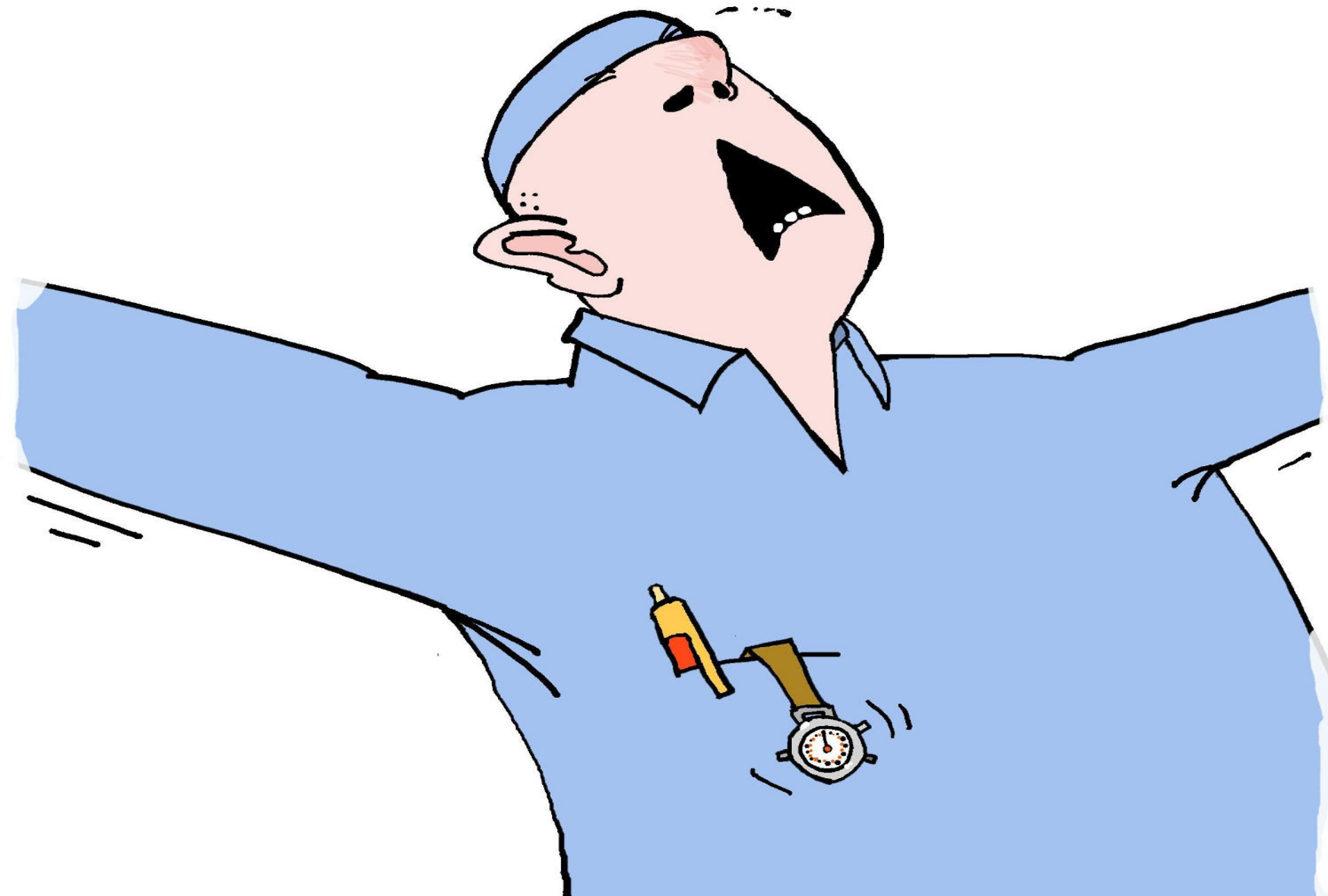
Lichamelijke effecten

- Meer dopamine en serotonine
- Lachen verbetert de werking van de bloedvaten
- Vermindering van stresshormonen
- Verlaging van de bloeddruk



Lichamelijke effecten

- Een hoger zuurstofgehalte in het bloed
- Verbetering van het immuunsysteem
- Verhoging van je pijngrens





psychologische effecten

- Het relateert
- Het reduceert stress en angst
- Goed voor je geheugen
- Leereffect



DE LACH VERZACHT





- Ontwrichting kaken
 - Astma aanval
- Tijdelijke incontinentie
 - Hoofdpijn
 - Hernia
- Hartritmestoornissen
 - Klaplong
- Scheur in de hartspier
- Plotselinge bewusteloosheid
 - Gescheurde slokdarm



Geen humor bij



- Manische patiënten
- Paranoïde patiënten
- Patiënten die tegenstrijdig reageren
- Patiënten na een buikoperatie
- Cataplexie



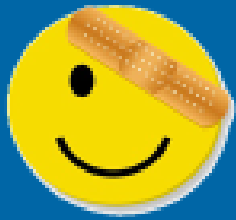




Sociale effecten

- Ijsbreken/ spanning breken
- Situatie meester zijn
- Contact-aanmoedigend
- Binding, versoepelt
- Glij- en bindmiddel





Foute humor

- Slachtofferende humor (lachen om)
- Seksistische humor
- Racistische humor



CAPSULES

VÉRITABLE
HUILE D'HARLEM



GENUINE
HAARLEM OIL

OPRECHTE HAARLEMMER OLIE

DEL VERDADERO
ACEITE DE HAARLEM

Claes Tilly

VERO OLIO
DI HARLEM

FABRIEK OPGERICHT IN 1695 DOOR DEN UITVINDER
EN OPRICHTER **CLAES TILLY.**

ESSENCE TEREBINTE 720 - OLEUM LINI 2.30
SULFUR DEP. 1.00 - EXTRACT. GENTIAN 0.75



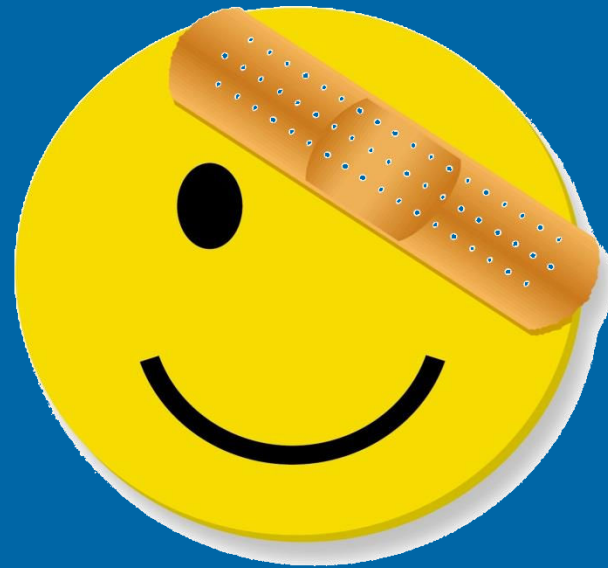
Toepassen van humor

- Omkering
- Verrassende wending
- Dubbele betekenis
- Spiegelen
- Overdrijven
- Zelfspot

JE WORDT MET DE LACH LEUKER

Humor is gratis en

- verlicht
- relativeert
- ontwapent
- ontspant
- verbindt
- bevrijdt
- doorbreekt
- ontgift
- ontstrest



Blijf dus op zoek naar de lach in je werk!



Belangstelling voor een zorg en humor lezing of workshop ?

Ga naar: www.marcellinobogers.nl/zorg-en-humor-lezing/
of

www.congressenmetzorg.nl/zorg-humor/

Of mail naar:

marcellino@congressenmetzorg.nl