

Ziele der MHFA Ersthelfer-Kurse

Beim MHFA Ersthelfer-Programm handelt es sich um ein Angebot der laienbasierten Früherkennung und -intervention. Konkret bedeutet das: Laien werden von Instruktor*innen (Fachpersonen im Bereich psychischer Gesundheit) darin geschult, psychische Störungen bei nahestehenden Personen zu erkennen und angemessen zu reagieren, bis professionelle Hilfe zur Verfügung steht.

Der Ersthelfer-Kurs verbessert das Wissen über psychische Gesundheit, vermindert stigmatisierendes Verhalten, steigert das Vertrauen in die eigenen Helferkompetenzen und stärkt die eigene psychische Gesundheit.

MHFA-Kurse wurden von professionellen Experten*innen sowie Betroffenen gemeinsam entwickelt und decken eine Vielzahl psychischer Probleme und Krisen ab.

 **MHFA**
ERSTHELFER
Kurse für psychische Gesundheit

 **MHFA**
ERSTHELFER
Kurse für psychische Gesundheit

In Zusammenarbeit mit:

MHFA Ersthelfer
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
J5, 68159 Mannheim
Website: www.mhfa-ersthelfer.de

In Partnerschaft mit:



**KOMPETENT HELFEN BEI KRISEN UND
PSYCHISCHEN GESUNDHEITSPROBLEMEN**

**Werden
Sie**

Ersthelfer*in für Psychische
Gesundheit und erlernen auch
Sie die „stabile Seitenlage der
Seele“!

**Informieren Sie sich über mein
Angebot an Ersthelfer-Kursen!
www.isabella-saul.de/mhfa**



Zentralinstitut für
Seelische Gesundheit
Landesstiftung
des öffentlichen Rechts



Zentralinstitut für
Seelische Gesundheit
Landesstiftung
des öffentlichen Rechts

Was ist Mental Health First Aid?

Mental Health First Aid (MHFA) ist ein globales, innovatives Programm, das nach dem erfolgreichen Leitbild der körperlichen Ersten Hilfe entwickelt wurde. Es entstand im Jahr 2000 in Australien und wird seitdem regelmäßig wissenschaftlich evaluiert.

Mittlerweile ist MHFA aktiv in 29 Ländern verbreitet und wurde mit vielen internationalen Preisen, u.a. in Australien, England und den USA, ausgezeichnet.



Lizenziert

MHFA Ersthelfer ist der lizenzierte Anbieter für die MHFA-Kurse in Deutschland.



Evidenzbasiert

MHFA basiert auf wissenschaftlicher Evidenz, die Wirksamkeit wurde wiederholt in Studien überprüft.



Weltweite Bewegung

Weltweit sind in 29 Ländern über acht Millionen Menschen in MHFA geschult worden.



Gemeinnützigkeit

Erlöse aus unseren Kursen werden ausschließlich für die Organisation und Durchführung der Kurse und die Weiterentwicklung von MHFA verwendet.

Ersthelfer-Kurse

Im MHFA Ersthelfer-Kurs lernen Erwachsene, wie sie frühzeitig psychische Störungen bei Angehörigen, Freund*innen und Kolleg*innen erkennen und ansprechen. Die Teilnehmer*innen eignen sich Grundwissen über verschiedene psychische Störungen und Krisen an und lernen, wie sie Betroffene gezielt unterstützen und informieren können. Ein wichtiger Bestandteil der Kurse ist es zu trainieren, wie Betroffene ermutigt werden können, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen und weitere Ressourcen zu aktivieren.

Werden Sie Ersthelfer*in

Absolvieren Sie den 12-stündigen Kurs zum MHFA Ersthelfer.

Nach Abschluss des Ersthelfer-Kurses können Sie einen Online-Test absolvieren, um akkreditierte*r MHFA-Ersthelfer*in zu werden.

Mehr als 40% aller Menschen leiden mindestens einmal im Leben unter einer psychischen Störung.

Helfen Sie mit, vor Ort Ersthelfende für psychische Gesundheit auszubilden!

Ihre Kursleiterin



Isabella Teresa Saul

M.Sc. Psychologin
MHFA Instruktorin

- ✓ Klinische Psychologin im Bereich Nachsorge & Soforthilfe psychisch erkrankter Erwachsener und Jugendliche
- ✓ Systemische Therapeutin & Beraterin i. A.
- ✓ Akkreditierte Mental Health First Aid Instruktorin
- ✓ Lehrbeauftragte & Tutorin in der Erwachsenenbildung im Bereich Klinische Psychologie & Differentielle und Persönlichkeitspsychologie
- ✓ Ehrenamtliche Krisenberaterin

Kontakt:

Mail: i.saul@gmx.net

Website: <https://www.isabella-saul.de/>

LI: www.linkedin.com/in/isabella-teresa-saul

Der MHFA Kurs kann auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten werden. Informieren Sie sich auf meiner Webseite oder per E-Mail über meine Angebote!