Ziele der MHFA Ersthelfer-Kurse

Beim Ersthelfer-Kurs 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. Die Ersthelfer-Kurse wurden von professionellen Expert*innen sowie Betroffenen gemeinsam entwickelt und decken eine Vielzahl psychischer Probleme und Krisen ab.

MARION KAISER COACHING

MARION KAISER AKADEMIE

Nikolaus-Lenau-Str. 16
85757 Karlsfeld
bei München
0172-5928855
mk@marion-kaiser-de

MHFA ERSTHELFER
Kurse für psychische Gesundheit

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

#endlichhelfenkönnen

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit

in Partnerschaft mit:
Beisheim Stiftung

MHFA ERSTHELFER
Kurse für psychische Gesundheit

Werden Sie MHFA
Ersthelfer*in
Instruktor*in

KOMPETENT HELFEN

bei Krisen und psychischen Gesundheitsproblemen

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit

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 über 40 Ländern verbreitet und wurde mit vielen internationalen Preisen, u.a. in Australien, Deutschland, England und den USA, ausgezeichnet.

Evidenzbasiert

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

Lizenziert

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

Weltweite Bewegung

Weltweit sind in mehr als 40 Ländern über acht Millionen Menschen in MHFA erfolgreich geschult worden.

Gemeinnützigkeit

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

MHFA Ersthelfer-Kurse

Im Ersthelfer-Kurs lernen Erwachsene, wie sie frühzeitig psychische Störungen bei Angehörigen, Freund*innen und Kolleg*innen erkennen und ansprechen. Die Teilnehmenden 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 MHFA Ersthelfer*in

Absolvieren Sie den 12-stündigen Kurs zum*zur Ersthelfer*in. Nach Abschluss des Ersthelfer-Kurses können Sie einen Online-Test absolvieren, um akkreditierte*r Ersthelfer*in zu werden.

Knapp 30% der erwachsenen deutschen Bevölkerung leidet innerhalb eines Jahres an einer psychischen Störung.

Marion Kaiser, MHFA- Instruktorin

- 20jährige Erfahrung als Trainerin und Coach

- Psychotherapeutische Ausbildungen, HP Psychotherapie

- Arbeitsschwerpunkte:
  - Stress, BurnOut, Resilienz
  - mentale Gesundheit
  - Gewaltfreie Kommunikation von PhD M. Rosenberg

- Verbindung von Herz und Verstand

Kontaktdaten

Mobil 0172-5928855, mk@marion-kaiser.de
www.marion-kaiser.de