

MHFA-Ersthelfer-Kurse an der Johannes Selenka Schule

Als 1. Schule in Deutschland bietet die Johannes Selenka Schule ab 2023 für Lehrer*innen und volljährige Schüler*innen die Fortbildung zum/zur MHFA-Ersthelfer*in an.

Was ist das Ziel der MHFA Ersthelfer-Kurse?

*Erwachsene befähigen, ihren Angehörigen, Kolleg*innen oder Freund*innen Erste Hilfe für psychische Gesundheit zu leisten, indem sie in der Lage sind, Anzeichen von psychischen Störungen zu erkennen, zu verstehen und darauf zu reagieren.*

Mehr als 40 Prozent der deutschen Bevölkerung erleben mindestens einmal in ihrem Leben eine behandlungsbedürftige psychische Störung. Obwohl sich viele Betroffene in unserem unmittelbaren Umfeld befinden, löst dieses Thema immer noch Verunsicherung, Vorurteile und Ängste aus, daher sind Prävention und Entstigmatisierung in diesem Bereich bedeutsam. Hier setzt das Programm MHFA Ersthelfer an. Der MHFA Ersthelfer-Kurs für psychische Gesundheit wurde nach dem erfolgreichen Leitbild für Erste-Hilfe bei körperlichen Erkrankungen entwickelt und bildet Laien in 12 Stunden zu Ersthelfenden für psychische Gesundheit aus.

Neben theoretischer Wissensvermittlung werden auch konkrete Erste-Hilfe-Maßnahmen bei sich entwickelnden psychischen Gesundheitsproblemen und bei akuten psychischen Krisen erlernt und durch praktische Übungen gefestigt.

Der MHFA 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 MHFA-Kurse werden an der Johannes-Selenka Schule von Dr. Verena Pollmann (MHFA Instruktorin und Beratungslehrerin) durchgeführt.

Weitere Informationen direkt über Dr. Verena Pollmann (v.pollmann@jssbs.de) oder unter www.mhfa-ersthelfer.de.