



# Erste Hilfe für die Seele

Wenn jemand auf der Straße umfällt, ruft man die Rettung. Doch wenn jemand neben uns weint, apathisch oder verzweifelt wirkt, was dann? Was tun, wenn die Seele akut in Not ist?

In den Seminaren und Workshops *Erste Hilfe für die Seele* erhalten Sie evidenzbasiertes Wissen zu psychischer Gesundheit und Erste-Hilfe-Maßnahmen bei psychischen Problemen und Krisen.

Unsere speziell ausgebildeten Instruktor:innen verfügen über einen psychosozialen Grundberuf (z. B. Sozialarbeit, Psychologie) und haben umfassende Erfahrung in der Arbeit mit psychisch erkrankten und belasteten Menschen. Sie vermitteln wissenschaftlich fundierte Inhalte, die nachweislich die Kenntnisse über psychische Gesundheit verbessern und stigmatisierende Haltungen abbauen. Zusätzlich wird besprochen, was Sie selbst für Ihre psychische Gesundheit tun können.

## Lizenziertes und international etabliertes Programm



Das Seminar basiert auf dem international anerkannten *Mental Health First Aid* (MHFA) Programm aus Australien. *pro mente Austria* ist die einzige Lizenznehmerin für Österreich, wo *Erste Hilfe für die Seele* flächendeckend umgesetzt wird. Das Programm existiert seit dem Jahr 2000, wird derzeit in 29 Ländern weltweit durchgeführt und laufend wissenschaftlich evaluiert.

## Praxisnah und preisgekrönt



Sie lernen Erste Hilfe für psychische Gesundheit in 5 Schritten kennen und beschäftigen sich mit den häufigsten bzw. schwerwiegendsten psychischen Erkrankungen (Depression, Angststörungen, Psychosen und Suchterkrankungen). Neben theoretischem Wissen stehen praxisorientierte Übungen und Rollenspiele im Fokus, um das Erlernte direkt anzuwenden. Dabei wird die Erste Hilfe in Krisensituationen sowie die Ansprache und Unterstützung betroffener Personen gezielt trainiert. 2023 wurde Erste Hilfe für die Seele mit dem „Gesundheitskompetenz-Preis“ ausgezeichnet. Die Begründung der Jury: „Erste Hilfe für die Seele wird bereits österreichweit umgesetzt und ist Vorzeigebispiel eines Programms zum präventiven Umgang mit psychosozialen Herausforderungen.“

### Ihre Vorteile auf einen Blick



- Evidenzbasiertes Wissen, das nachweislich wirkt
- Instruktor:innen mit psychosozialer Ausbildung und Erfahrung im Umgang mit psychischen Erkrankungen
- International etabliertes und lizenziertes MHFA-Programm
- Praxisorientierte Übungen für mehr Sicherheit im Umgang mit Betroffenen
- Wissenschaftlich geprüft und mehrfach ausgezeichnet
- Umfangreiche Seminarunterlagen in Buchform für nachhaltigen Lernerfolg
- 96 % Weiterempfehlungsrate