

# *Erste Hilfe für die Seele*

**HELFEN WOLLEN. HELFEN KÖNNEN.**

Die MHFA Ersthelfer-Kurse für aktive Hilfe in psychischen Notsituationen



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

Mittlerweile ist MHFA in 24 Ländern aktiv verbreitet und wurde mit vielen internationalen Preisen, u. a. in Australien, England und den USA, ausgezeichnet.

## 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.

Beim MHFA Ersthelfer-Programm handelt es sich um ein Angebot der laienbasierten Früherkennung und -intervention. 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.

### > LIZENZ

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

### > EVIDENZ

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

### > WELTWEITE BEWEGUNG

Weltweit sind in 24 Ländern über vier 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.

## 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. Für weitere Informationen zum Kurs wenden Sie sich an:



**eckhard  
busch**  
STIFTUNG

### **Eckhard Busch Stiftung**

Lindenallee 24 • D-50968 Köln

Tel. 02 21 / 50 60 87-58

Fax 02 21 / 50 60 87-59

info@eckhard-busch-stiftung.de

in Zusammenarbeit mit





## Kontakt

### **Eckhard Busch Stiftung**

Lindenallee 24 • D-50968 Köln

Tel. 02 21 / 50 60 87-58

Fax 02 21 / 50 60 87-59

[info@eckhard-busch-stiftung.de](mailto:info@eckhard-busch-stiftung.de)

[www.eckhard-busch-stiftung.de](http://www.eckhard-busch-stiftung.de)

---

### **Stiftungs-/Spendenkonto**

UBS Deutschland AG

IBAN: DE34 5022 0085 2500 0010 26

SWIFT-BIC: SMHBDEFF



---

**Mit freundlicher Unterstützung von:**

ELISABETH BIRKHOFFEN  STIFTUNG