

# ERSTE HILFE FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT - YOUTH

Erste Hilfe für psychische Gesundheit ist das Äquivalent zur körperlichen ersten Hilfe, bei der die unmittelbare Versorgung von verletzten oder erkrankten Personen im Vordergrund steht.

## ZIELE

### Wissen

Die Teilnehmer\*innen kennen:

- Anzeichen und Symptome der häufigsten und einschneidendsten psychischen Störungen im Jugendalter
- Die Häufigkeiten und Folgen psychischer Erkrankungen bei jungen Menschen
- Erste-Hilfe-Maßnahmen in Krisensituationen.

### Fähigkeiten

Die Teilnehmer\*innen sind in der Lage:

- Anzeichen psychischer Probleme bei Jugendlichen zu erkennen
- Auf eine junge Person zuzugehen und unvoreingenommen zu kommunizieren
- Der jungen Person geeignete Behandlungen und andere Hilfsangebote zu vermitteln.

### Haltung

Die Teilnehmer\*innen werden angeleitet:

- Stigmatisierende Einstellungen zu erkennen, zu hinterfragen und zu reduzieren
- Einer jungen Person in einer psychisch belastenden Situation einfühlsam zuzuhören sowie wertfrei zu kommunizieren.

## INHALTE

ROGER: Erste Hilfe für psychische Gesundheit in 5 Schritten.

Behandelte psychische Störungen:

- Depression, Angststörungen, Psychose, Substanzkonsumstörungen, Essstörungen.

Angesprochene Krisensituationen:

- Suizidgedanken und suizidales Verhalten, Panikattacken, traumatisches Ereignis, schwere psychotische Episode, schwerwiegende Folgen von Alkoholkonsum und anderen Substanzen, aggressives Verhalten, selbstverletzendes Verhalten (ohne Suizidabsicht).

## METHODEN

Der Kurs kombiniert theoretische Inputs, reflexive Aktivitäten, didaktische Videos, Fallbeispiele und praxisorientierte Übungen.

## AM ENDE DER WEITERBILDUNG WERDEN SIE:

Probleme rechtzeitig erkennen, wertfrei ansprechen sowie junge betroffene Personen zu professioneller Hilfe ermutigen können. Teilnehmende werden einem/einer Jugendlichen Erste Hilfe anbieten können, der/die mit psychischen Problemen zu kämpfen hat oder sich in einer psychischen Krise befindet.



Réf. 5524

### » ZIELGRUPPE

Geeignet für Erwachsene, die im beruflichen oder privaten Alltag Jugendliche unterstützen.

### » WEITERBILDNERIN

Mireille THILL  
Diplom-Psychologin und  
Psychotherapeutin des Service  
Information et Prévention der  
Ligue.



### » TERMINE

10.12.2024 und 11.12.2024  
09:00-17:00

14 Fortbildungsstunden  
Formation certifiée

### » KOSTEN

360 €  
(das Mittagessen ist im Preis  
inbegriffen)



### » SPRACHE

Lëtzebuergesch

### » ORT

Domaine du Château  
Bettange-sur-Mess