MHFA Ersthelfer (Mental Health First Aid) Kurse für psychische Gesundheit

Erste Hilfe für psychische Gesundheit

Veranstaltungsnummer: 29781F27

Ihre persönlichen Ansprechpersonen

Tanja Malkmus

0471-595-27 t.malkmus@wisoak.de

Diana Uehrke

0471-595-28 d.uehrke@wisoak.de

Der Kurs vermittelt Wissen über psychische Gesundheit, vermindert stigmatisierendes Verhalten, steigert das Vertrauen in die eigenen Helfer:innenkompetenzen und stärkt die eigene psychische Gesundheit.

Beginn, Ort, Dauer, Kosten

Dauer & Beginn:	13.05.2027 - 20.05.2027	
Termine:	2 x donnerstags	
	09:00 Uhr -16:30 Uhr	
Umfang:	16 Unterrichtseinheiten	
Ort:	Bremerhaven	
Kosten*:	300 €	Teilnahmegebühr ohne Kammercard
	270 €	Teilnahmegebühr mit Kammercard

Voraussetzungen

Personen ab 18 Jahre; Vorkenntnisse sind für die Teilnahme nicht erforderlich. Wir raten Personen mit akuten psychischen Gesundheitsproblemen eine geeignete Zeit mit mehr Stabilität für den Kurs abzuwarten.

Veranstaltungsinhalte (Auszüge)

Mentale Gesundheit ist ebenso wichtig wie körperliche Gesundheit. Mit dem MHFA Ersthelfer-Kurs erwerben Sie grundlegendes Wissen und praktische Kompetenzen für den Umgang mit dem Thema psychische Belastungen und Krisen.

Was ist MHFA?
MHFA (Mental Health First Aid) steht für Erste Hilfe für psychische Gesundheit. Das international etablierte Programm vermittelt Kenntnisse über psychische Erkrankungen und zeigt, wie Betroffene in Krisensituationen unterstützt werden können. Ziel ist es, Sicherheit im Umgang mit psychischen Belastungen zu schaffen und Vorurteile abzubauen.

Inhalte des Kurses

- Grundlagen zu häufigen psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen, Essstörungen und Suchterkrankungen
- Praktische Hilfestellung für den Umgang mit Betroffenen
- Kommunikationsstrategien für schwierige Gespräche
- Informationen zu professionellen Unterstützungsangeboten und deren Vermittlung
- Gruppenübungen und Rollenspiele

Warum MHFA?
Psychische Erkrankungen können jeden Menschen betreffen. Frühzeitige Unterstützung kann entscheidend sein. Als MHFA Ersthelfer erkennen Sie Warnsignale, leisten erste Hilfe und unterstützen Betroffene dabei, passende professionelle Hilfe zu erhalten.

Sie erhalten umfangreiche Kursunterlagen.

Prüfungshinweise

Das Zertifikat als akkreditierter MHFA-Ersthelfer für psychische Gesundheit wird nach erfolgreicher Kursteilnahme und dem Bestehen einer kurzen Online-Prüfung ausgestellt.

Hinweise: Es gelten die Rücktrittsbestimmungen der Allgemeinen Teilnahmebedingungen der Wirtschafts- und Sozialakademie Bremen gGmbH vom 01.09.2026

Zertifizierung

Die Wirtschafts- und Sozialakademie der Arbeitnehmerkammer Bremen gGmbH ist eine nach dem Bremischen Weiterbildungsgesetz anerkannte Weiterbildungseinrichtung. Sie ist durch die CERTQUA Gesellschaft der Deutschen Wirtschaft zur Förderung und Zertifizierung von Qualitätssicherungssystemen in der beruflichen Bildung nach DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert und entspricht der Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung – AZAV.

BERUFLICH WEITER
DURCH BILDUNG

Newsletter

Gern informieren wir Sie über neue Angebote - für Ihren beruflichen Erfolg! In unserem Newsletter

BERUFLICH WEITER
DURCH BILDUNG

FORT- UND WEITERBILDUNG.

In Bremen und umzu.

Wir sind einer der führenden Anbieter für berufliche Qualifizierung in der Metropolregion Bremen-Oldenburg. Mit unseren Angeboten erfüllen wir den gesetzlichen Auftrag der Arbeitnehmerkammer Bremen, berufliche Fort- und Weiterbildungen für die Beschäftigten und Arbeitsuchenden im Land Bremen vorzuhalten. Unsere Schwerpunkte liegen in den Bereichen Wirtschaft & Management, Politik & Kultur, Gesundheit & Soziales, Umwelt & Nachhaltigkeit und der digitalen Transformation. Außerdem bieten wir Umschulungen zum:zur Kaufmann:Kauffrau für Büromanagement, Steuerfachangestellte:r und zur staatlich geprüften Sozialassistenz sowie die Ausbildung in der generalistischen Pflege an. Wir freuen uns, Ihnen Fortbildungen für Ihre individuellen Bedürfnisse bieten zu können und Sie zu Ihren beruflichen Aufstiegschancen und persönlichen Fördermöglichkeiten zu beraten.

Bremen-Hastedt, im quirligen Herzen von Bremen:

Bertha-von-Suttner-Straße 17, 28207 Bremen | 0421 · 4499 -5 | info@wisoak.de

Bremen-Vegesack, mit maritimen Hafen-Flair:

Achterrut 4, 28757 Bremen | 0421 · 669031 | info-hbn@wisoak.de

Bremerhaven, in bester Lage direkt an den Hafenwelten:

Barkhausenstraße 16, 27568 Bremerhaven | 0471 · 595-0 | info-bhv@wisoak.de

Bad Zwischenahn, wo andere Urlaub machen:

Zum Rosenteich 26, 26160 Bad Zwischenahn | 04403 · 9240 | bildungsstaette@wisoak.de

QUALITÄT.

Die wisoak steht für qualitativ hochwertige Bildungsangebote, eine professionelle Durchführung und eine anspruchsvolle Lernumgebung. Ziel ist die anhaltende Verbesserung der Leistungen der wisoak bei Lehrveranstaltungen, Teilnehmenden und Dozent:innenbetreuung sowie der Organisation. Im Vordergrund stehen dabei die Anforderungen, Erwartungen und vor allem die Zufriedenheit unserer Teilnehmenden und Dozent:innen.

BERUFLICH WEITER
DURCH BILDUNG