



MHFA

**ERSTHELFER**

Kurse für psychische Gesundheit

# ROGER – Erste Hilfe in 5 Bausteinen

R

## REAGIEREN

begegnen, bewerten, beistehen

O

## OFFEN

und unvoreingenommen  
zuhören und kommunizieren

G

## GIB

Unterstützung und Information

E

## ERMUTIGE

zu professioneller Hilfe

R

## REAKTIVIERE

Ressourcen



Krise?

# Der MHFA-Kurs für Laien



Erste Hilfe nach dem ROGER-Prinzip

Depression

Angststörungen

Psychose

Substanzmissbrauch & - abhängigkeit

## Materialien:

- MHFA Handbuch
- Workbook

# Kursinhalte zum Beispiel:

**Depression**

**Anzeichen einer Depression**

**Behandlungsmöglichkeiten**

**Erste Hilfe bei Depression**

# Krisen



- Suizidgedanken und suizidales Verhalten
- Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten
- Panikattacken
- Traumatisches Ereignis
- Schwere psychotische Episoden
- Schwere Intoxikation durch Alkohol
- Schwere Intoxikation durch andere Substanzen
- Aggressives Verhalten

# Berührungspunkte



## Erste Hilfe ist wirksam

- Mit Kurs ist es leichter, sie zu geben.
- Der Kurs ermutigt und zeigt praktisch, wie Erste Hilfe gegeben werden kann.

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!