



MHFA  
**ERSTHELFER**  
Kurse für psychische Gesundheit

**Für Unternehmen:  
Führungskräfte & Mitarbeitende  
unterstützen und stärken!**

# Diese Zahlen sprechen für sich:

## 38,9 Tage krank

Durchschnittliche Dauer der  
Krankschreibungen aufgrund psychischer  
Störungen: **38,9 Tage**  
(dreimal so hoch wie bei anderen  
Erkrankungen)

## Jede zweite Frührente

Psychische Störungen sind häufigster Grund  
für Frühverrentungen: **43%**

## 45 Milliarden Euro

...direkte Gesundheitskosten werden in  
Deutschland pro Jahr durch psychische  
Störungen verursacht.

## 35-39 Jahre

... ist die Altersgruppe mit den meisten  
Arbeitsunfähigkeitstagen aufgrund  
psychischer Störungen.

# MHFA Ersthelfer\*innen in Unternehmen



- Psychische Gesundheitsprobleme treten **häufig** auf
- Sie wirken sich negativ auf die **Unternehmensleistung** aus
- Die meisten Führungskräfte & Mitarbeitende
  - haben **wenig Wissen** über psychische Störungen und weiterführende Unterstützungsformen und
  - fühlen sich **unsicher im Umgang** mit Betroffenen

# Die Entstehung der MHFA Bewegung

MHFA wurde im Jahr  
2000 in Australien durch  
zwei Personen  
gegründet:



Betty Kitchener  
(Betroffene,  
Gesundheitspädagogin &  
examinierte  
Krankenschwester)



Professor Tony Jorm  
(Wissenschaftler für  
Früherkennung psychischer  
Störungen)

# Mental Health First Aid Ersthelferkurse in Mecklenburg-Vorpommern



2023

*Verbreitung in  
inzwischen 28 Ländern*



2019

2000



Institut für Sozialpsychiatrie  
des Landes Mecklenburg-Vorpommern e.V.  
An-Institut der Universität Greifswald

# MHFA Ersthelfer-Kurs

oder

MHFA Ersthelfer-Kurs

in Präsenz

2 x 6 Stunden

- MHFA Ersthelfer-Kurs

Online

6 x 2 Stunden per Zoom

# Inhalte:

**Standardisiert &  
Evidenzbasiert** (über  
300 Studien & 20  
Metastudien)

## Wissensvermittlung

- **Symptome und Risikofaktoren**
- häufige **Erkrankungsbilder**:  
Depressionen,  
Angststörungen,  
Panikattacken, Suizidalität,  
Psychosen,  
Substanzabhängigkeit
- **Abbau von Vorurteilen**

## Erlernen einer Kurzinterventionsmethode

Menschen in Krisen oder mit  
psychischen  
Gesundheitsproblemen  
unterstützen

## Wissen über das Unterstützungssystem

- Informationen zu  
professioneller  
Unterstützung und zu  
Selbsthilfeformen

# Vier Vorteile auf einen Blick

1 Verantwortung übernehmen

2 Personalentwicklung fördern

3 Folgekosten vermeiden

4 Unternehmenskultur stärken



**Helfen Sie als Unternehmen bei  
der Früherkennung psychischer Störungen  
mit!**

**Lassen Sie Ersthelfer\*innen für  
psychische Gesundheit ausbilden!**

# Wir bieten den MHFA Ersthelfer-Kurs in Mecklenburg-Vorpommern an:

Melden Sie sich gerne für weitere Informationen und **Buchung des  
Kurses** oder einer **Inhouse-Schulung** per E-Mail bei:

Landesverband Sozialpsychiatrie MV e. V.

Anke Wagner

Carl-Hopp-Str. 19a 18069 Rostock

Tel.: 0151 – 420 75 917

[anke.wagner@sozialpsychiatrie-mv.de](mailto:anke.wagner@sozialpsychiatrie-mv.de)