



Erste Hilfe
für die Seele

Eine Initiative von pro mente Austria



Erste Hilfe für die Seele - Teens: Basis Modul

Ein Workshop, der speziell für Jugendliche entwickelt wurde, um anderen Jugendlichen mit psychischen Problemen beistehen zu können und erste Unterstützung zu leisten, bis eine erwachsene, verantwortliche und vertraute Person übernehmen kann.

Praxisnah lernen die Jugendlichen:

- Was „Erste Hilfe für psychische Gesundheit“ ist
- Welche Personen als „verantwortungsbewusste und vertrauenswürdige Erwachsene“ in Frage kommen
- Wie **HILFE**, die 5 Maßnahmen der Ersten Hilfe für psychische Gesundheit, angewendet werden kann, um jemandem zu helfen
- Welche Beratungs- und Hilfsangebote es gibt und welche in der Nähe zu finden sind

Durch praktische Rollenspiele und Übungen werden die fünf Schritte geübt und verinnerlicht. Anhand von Filmen und Videos werden Situationen veranschaulicht dargestellt und Betroffene kommen zu Wort.

Der Workshop fördert das Verständnis, den Dialog und den respektvollen Umgang mit psychischen Gesundheitsproblemen unter Jugendlichen und trägt dazu bei, Stigmatisierung ab- und psychische Gesundheitskompetenz aufzubauen. Aufbauend wird der Besuch von **Erste Hilfe für die Seele - Teens: Aufbau Modul** empfohlen. Alle Jugendlichen, die beide Module absolvieren, erhalten ein begleitendes Handbuch.

Informationen zur Durchführung:

Jugendliche im Alter von 14–20 Jahre in Berufsschule, Berufsbildende mittlere Schule, Allgemeinbildende höhere Schule, Berufsbildende höhere Schule

Außerschulische Zielgruppen:

Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 15–25 Jahren in Lehrgängen der Überbetrieblichen Lehrausbildung (ÜBA) und anderen Qualifizierungsangeboten und berufsvorbereitenden Maßnahmen im Auftrag des AMS

**Miteinander für
psychische Gesundheit!**

Dauer: **3 Einheiten à 50 Minuten**

Buchbar in: **Klagenfurt, Villach, Völkermarkt**

Unter: <https://extremismuspraevention.oead.at/ep/angebote>

Mit Unterstützung des Bundesministeriums für Bildung (BMB) und des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMASGPK)