

in Kooperation mit

Mental Health Facilitator (MHF) – ein Laienhilfekonzert

Fortbildung zur Helferin / zum Helfer bei Problemen der mentalen Gesundheit

Dieses Angebot richtet sich an alle, die in Unternehmen in helfenden Funktionen z. B. als kollegiale Berater*innen für Menschen in Krisen tätig sind sowie an alle, deren Klientinnen und Klienten aufgrund ihrer Lebenssituation besondere Hilfen brauchen. Menschen in Krisen brauchen Ansprechpartner*innen, die ihnen zuhören, ihnen zur Seite stehen und sie ggf. motivieren, professionelle Hilfe zu suchen. In Krisen geraten Menschen durch vielerlei Ursachen: Biographische Übergangssituationen bergen ebenso wie zermürbende Arbeitsroutinen Gefährdungspotenziale in sich. Ein Leben in dauerhaft schwierigen Situationen wie sie prekäre Lebensverhältnisse, Trennungen, chronische Krankheit, Dauerstress, Langzeitarbeitslosigkeit oder Gewaltbeziehungen darstellen, führt häufig zum Verlust von Beziehungen, sozialen Einschränkungen, Einsamkeit, Depression oder Suchtgefährdung. Die Beraterin, der Kollege im Betrieb, Arbeitsvermittler oder Sozialarbeiterin sind dann oft die wesentliche Konstante im Leben der Betroffenen und damit eine wichtige Vertrauensperson.

Die Fortbildung Mental Health Facilitator hilft Menschen in sozialen, pädagogischen und beratenden Berufen oder Funktionen, anhand praktikabler Modelle und Methoden der Gesprächsführung Problemsituationen rasch zu analysieren und Hilfen anzubieten oder zu vermitteln. Die Teilnehmenden lernen, Niedergeschlagenheit, Phasen von Verstimmungen oder eine vermutete Sucht- oder Suizidgefährdung offen anzusprechen. Entscheidend dafür ist der Aufbau einer vertrauensvollen Hilfebeziehung. Die Teilnehmenden werden nicht zu „Mini-Therapeuten“ ausgebildet, sondern sollen im Sinne der Laienhilfe kompetente Ansprechpartner*innen sein, die problematische Entwicklungen erkennen, ansprechen und bei der Lösung helfen, was auch heißen kann, an geeignete Expert*innen zu verweisen.

Die Fortbildung wurde in Deutschland seit 2009 bereits 28 Mal in etlichen Bundesländern durchgeführt. Die Teilnehmenden kamen aus öffentlichen und privaten Unternehmen, Kliniken, Jobcentern, Polizei, Gerichten, Verkehrsbetrieben, Bildungs- und Reha-Einrichtungen.

Die Fortbildung umfasst drei Blöcke mit neun Modulen und dauert sieben Tage. Die Teilnehmenden werden nach Abschluss international vom Center for Credentialing & Education, Greensboro, North Carolina, USA und von NBCC Deutschland registriert und erhalten darüber ein Dokument.

ABLAUF

Block 1:

Definitionen und Verständnis mentaler Gesundheit

Hilfeprozess, Rolle und Aufgaben der / des MHF

Krise, Stress und Distress

Resilienz

Hilfekompetenzen stärken: Veränderungen ansprechen, Auftrag klären, wirksam und wertschätzend kommunizieren, Emotionen wahrnehmen und verbalisieren, Empathie entwickeln

Wissensvermittlung zu ausgewählten psychischen Störungen nach Wunsch (Beispiele: Angststörungen, Depression, Burnout, Suchterkrankungen, Posttraumatische Belastungsstörung, Psychose, Suizidalität)

Ansprache und Hilfen bei spezifischen Störungen

Praktische Übungen zur Ansprache mit einer Schauspielerin

Block 2:

Vertiefung von Ansprache und Kommunikation

Wissensvermittlung zu ausgewählten psychischen Störungen nach Wunsch (Beispiele: Angststörungen, Depression, Burnout, Suchterkrankungen, Psychose, Suizidalität)

Fallbesprechungen

Ansprache und Hilfen bei spezifischen Störungen

Grenzen der Beratung für Helfer*innen und Selbstschutz (Hilfen für Helfer*innen)

Vermittlung professioneller Hilfe

Block 3:

Krise, Katastrophe, Trauma und Gewalt: Arbeiten mit Geflüchteten und Kriegsopfern

Kultursensible Gesprächsführung

Mobbing

Praktische Übungen zur Ansprache mit einer Schauspielerin

Jeder Block bietet Möglichkeiten zur Diskussion folgender Fragen: Was bedeuten die Theorien, Fakten und Modelle für mein Arbeitsumfeld? Welche Angebote kann ich auf dieser Basis machen?

Trainer*innen:

Dr. Barbara Weißbach (Kursleitung), Dipl. Soz. Päd. Christina Schadt, Schauspielerin
Judith Evers

Termine in Berlin:

Block 1: 15. – 17. April 2024 (Mo, Di, Mi)
Block 2: 30. – 31. Mai 2024 (Do, Fr)
Block 3: 4. – 5. Juli 2024 (Do, Fr)

Uhrzeiten: 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Fachstelle für Suchtprävention, Chausseestr. 128/129, 10115 Berlin

Kosten: 1.280 € pro Person – ab 3 Personen aus derselben Institution, für die
der Arbeitgeber zahlt, 10% Rabatt

Sie sind sich nicht sicher, ob diese Fortbildung angesichts Ihrer Ausbildung und beruflichen Erfahrungen **das Richtige für Sie** ist? Nutzen Sie die u.g. Kontaktmöglichkeiten!

Kontakt: NBCC Deutschland c/o IUK Institut
Dr. Barbara Weißbach
Am Spörkel 37 a
44227 Dortmund
Tel.: 0231 / 75 66 83 mobil: 0173 / 26 376 23
E-Mail: b.weissbach@iuk.com
Internet: www.mhf-de.de