



Konzepte für psychische Ersthilfe im Unternehmen

	Kollegiale, psychologische Vertrauensperson	MHFA Ersthelfer:in	Betriebliche, psychologische Erstbetreuer:in
Ziel 	Frühzeitige kollegiale Hilfe bei psychischen Belastungen im Arbeitsalltag	Standardisierte Erste Hilfe bei psychischen Gesundheitsproblemen und Krisen	Akutbetreuung nach traumatischen Ereignissen im Arbeitskontext
Anpassbarkeit 	✓ Ja: individuell gestaltbar	✗ Nein: standardisiertes Format	✓ Ja: teilweise anpassbar im Rahmen der DGUV-Vorgaben
Zielgruppe 	Alle Interessierten	Alle Interessierten	Sensible Bereiche, z. B. Notfall- und Einsatzkräfte
Dauer & Format 	<ul style="list-style-type: none">• Kompaktseminar 1 Tag à 8 h oder• Seminar 2 Tage à 8 h oder• Modulreihe 4 Termine à 4 h in Präsenz oder online	<ul style="list-style-type: none">• Online 6 Termine à 2 h oder• Präsenz 2 Termine à 6 h	Präsenz oder Online 2 Module à 6 Stunden
Teilnehmer	6-12	max. 15	6-12
Inhalte 	<p>Früherkennung psychischer Belastungen und Entwicklung von Lösungswegen</p> <p>Rolle, Aufgaben und Grenzen einer psychologisch geschulten Vertrauensperson</p> <p>Gesprächsführung, Kommunikation und Fallbesprechungen</p> <p>Gesundheitswissen zu psychischen Beschwerdebildern und professionellen Unterstützungsangeboten</p>	<p>Früherkennung und Einschätzung psychischer Krisen</p> <p>Konkrete Erste-Hilfe-Maßnahmen bei psychischen Gesundheitsproblemen und akuten Krisen</p> <p>Basiswissen zu psychischen Störungen</p> <p>Praktische Übungen und Anwendung</p> <p>Zertifizierungsmöglichkeit nach Online-Test</p>	<p>Einführung in betriebliche Erstbetreuung, DGUV-Regularien, Reaktionen auf Traumata</p> <p>Rolle, Nutzen und Grenzen von Erstbetreuenden, Bedürfnisse Betroffener, 4-S-Regel, Selbstreflexion</p> <p>Praktische Umsetzung mit Gesprächstechniken, Übungen, Fallarbeit, Umgang mit eigener Belastung</p>
Bescheinigung 	✓ Ja: PDF oder Papierform	✓ Ja: nach Online-Test zur Akkreditierung als MHFA	✓ Ja: PDF oder Papierform
Expert:innen 	ias-Arbeitspsycholog:innen	ZI akkreditierte ias-Instruktor:innen	ias-Notfallpsycholog:innen
Geeignet für 	Unternehmen, die Fürsorge zur täglichen Praxis machen wollen	Organisationen mit Fokus auf standardisierte Zertifizierung	Branchen mit erhöhtem Risiko für akute Krisensituationen
Vorteile 	<ul style="list-style-type: none">✓ Kollegial & nahbar✓ Fürsorgekultur kontinuierlich stärken✓ 100 % individuell anpassbar	<ul style="list-style-type: none">✓ Wissenschaftlich fundiert✓ Direkt einsetzbar✓ Akkreditierungsoption	<ul style="list-style-type: none">✓ DGUV-konform✓ Schnelle Hilfe nach Extremereignissen✓ Empathisch & professionell