

# Psychische Erste Hilfe: Fokus

## für Pädagog:innen und Betreuungspersonen im Rahmen einer SCHILF/SCHÜLF

### Warum Psychische Erste Hilfe?

- Das Jugendalter ist besonders anfällig für Krisen.
- In etwa die Hälfte aller psychischen Erkrankungen beginnen vor dem 19. Lebensjahr, deshalb ist zielgerichtete Unterstützung in diesem Alter besonders wichtig.
- Psychische Krisen bei Jugendlichen können rat- und hilflos machen und Gefühle von Überforderung hervorrufen.
- Das eigene Handeln und Fühlen zu reflektieren ist wichtig, um in Krisensituationen einen kühlen Kopf zu bewahren und gut unterstützen zu können.

### Rahmenbedingungen

Dauer: 4 Unterrichtseinheiten

Teilnehmende: Bestenfalls gesamtes Kollegium eines Schulstandortes

Es kann zwischen drei Themenschwerpunkten gewählt werden:

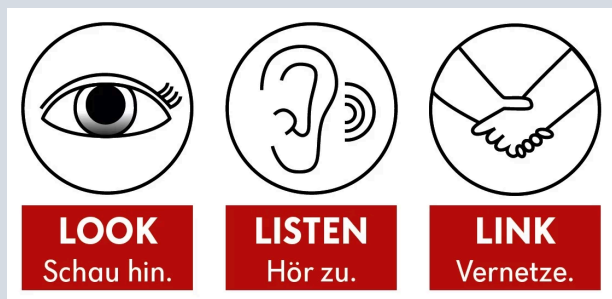
- Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten
- Suizidalität
- Mobbing



Kursvorbereitung  
via eLearning

### Wie sind die Workshops gestaltet?

- Die Inhalte folgen dem Leitfaden der WHO: Look-Listen-Link.
- Der inhaltliche Schwerpunkt kann ausgewählt werden: nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten, Suizidalität oder Mobbing.



- Betreuungspersonen erhalten Hintergrundwissen und Informationen zum gewählten Themenschwerpunkt und lernen unter Anwendung von Fallbeispielen
  - krisenhafte Situationen einzuschätzen und ihr Handeln danach auszurichten,
  - die eigenen Ressourcen und Möglichkeiten zu reflektieren,
  - kommunikative Kompetenzen zu entwickeln und
  - gemeinsame Lösungsstrategien zu erarbeiten.

### KONTAKT

Jugendrotkreuz Niederösterreich

Franz-Zant-Allee 3-5

3430 Tulln an der Donau

Telefon: +43 59144 50800

E-Mail: jugendrotkreuz@n.oteskreuz.at



ÖSTERREICHISCHES JUGENDROTKREUZ  
NIEDERÖSTERREICH