

MENTAL HEALTH SUPPORTER

*Mental stark füreinander mit
Mental Health Support Training*



Das Mental Health Support Training (MHST) befähigt Teilnehmer dazu, psychische Belastungen im Umfeld **frühzeitig zu erkennen**, angemessen anzusprechen und unterstützend zu begleiten, ohne therapeutisch tätig zu werden.

ZIELSETZUNG:

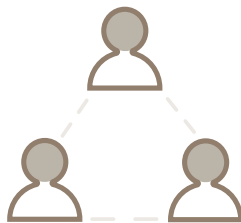
Entwicklung von **Bewusstsein, Handlungssicherheit, Orientierung und Abgrenzungsfähigkeit** im Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitern und Kollegen.

FACTS:

- **Dauer:** 2 Tage, je 8 Stunden
- **Format:** Vor Ort und virtuell möglich
- **Zielgruppe:** Alle Mitarbeiter
- **Teilnehmeranzahl:** 5 - 15 Personen
- **Teilnahmebescheinigung** (DAP-Zertifikat)



**Prävention
und Früherkennung**



**Unterstützung
und Weiterentwicklung**



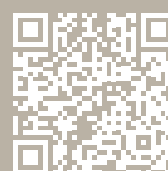
**Selbstschutz der
unterstützenden Person**

SCHWERPUNKTE:

- Typische psychische **Belastungssignale** im Arbeitskontext erkennen
- Grundlegende psychologische **Modelle** zu Stress und psychischer Gesundheit **kennenlernen**
- Relevante psychische **Störungsbilder** und arbeitsbezogene **Risiken** erkennen
- Ausbau von **Handlungs- und Gesprächsführungskompetenzen**
- Strategien lernen, um Betroffene zu **professioneller Hilfe** zu ermutigen
- **Eigene Grenzen** wahrnehmen und schützen

SICH SELBST VERSTEHEN – POTENZIALE ENTWICKELN

Bei Fragen zu dieser Leistung oder dem Wunsch nach einem unverbindlichen Angebot stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns über Ihre Anfrage: info@d-bgm.de | 06251 7098-759



MEHR
ERFAHREN

www.d-bgm.de