

# 30./31.10.2025 | Mental Health First Aid Youth

---

Von Lea Thomas

30. Oktober 2025, 10:34

## **Was ist Mental Health First Aid?**

Mental Health First Aid (MHFA) ist ein globales innovatives Programm, das nach dem Leitbild der körperlichen Ersten Hilfe entwickelt wurde. Es entstand im Jahr 2000 in Australien und wird regelmäßig wissenschaftlich evaluiert. Mittlerweile ist MHFA aktiv in 29 Ländern verbreitet.

## **MHFA Ersthelfer-Kurse Youth**

Im MHFA Ersthelfer-Kurs Youth lernen Erwachsene, wie sie frühzeitig psychische Störungen bei Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren erkennen und ansprechen. Die Teilnehmenden eignen sich Grundwissen über verschiedene psychische Störungen und Krisen an und lernen, wie sie betroffene Jugendliche gezielt unterstützen und informieren können. Ein wichtiger Bestandteil der Kurse ist es zu trainieren, wie betroffene Jugendliche ermutigt werden können, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen und weitere Ressourcen zu aktivieren.

## **Ziele der MHFA Ersthelfer-Kurse Youth**

Beim MHFA Ersthelfer-Kurs Youth handelt es sich um ein Angebot der laienbasierten Früherkennung und Intervention. Konkret bedeutet das: Laien werden von Instruktor:innen Youth (Fachpersonen im Bereich psychischer Gesundheit) darin geschult, psychische Auffälligkeiten bei Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren zu erkennen und angemessen zu reagieren, bis professionelle Hilfe zur Verfügung steht. Die Art der professionellen Hilfe kann – in Abhängigkeit von den Beschwerden – sehr unterschiedlich sein und schließt explizit niedrigschwellige Angebote wie (Erst-)Beratung durch den\*die behandelnde\*n Kinderarzt\*ärztin und Beratungsstellen ein.

## **Ersthelfer\*in Youth**

Teilnehmende werden im 14-stündigen MHFA Ersthelfer-Kurs Youth zum\*zur MHFA Ersthelfer\*in Youth qualifiziert. Nach Abschluss des Kurses können ein Online-Test absolviert werden, um sich als MHFA Ersthelfer\*in Youth akkreditieren zu lassen.

Kursflyer zum Download ([https://www.religio-altenberg.de/export/sites/religio-altenberg/.content/.galleries/downloads/kursflyer/RA\\_Web\\_Ausschreibung\\_MHFA\\_WEB.pdf](https://www.religio-altenberg.de/export/sites/religio-altenberg/.content/.galleries/downloads/kursflyer/RA_Web_Ausschreibung_MHFA_WEB.pdf))