

SO ERREICHEN SIE UNS

WIB – Weißenseer Integrationsbetriebe GmbH
Tassostraße 17
13086 Berlin
www.wib-verbund.de

Verkehrsverbindungen:
Tram M4, M13, 12 Antonplatz
Bus 158, 255 Woelckpromenade

Anmeldung: KiezAid@wib-verbund.de

Nachfragen: Lennart Ratajczak (Psychologe)
Mobil. 0176. 10 03 36 26

Jeder Mensch ist der Experte für seine Lebensgeschichte.

Gedruckt auf Recyclingpapier – FSC zertifiziert und mit Umweltengel Stand: 11/2026

Weißenseer Integrations Betriebe

Bereich Beratung

Kontakt- und Beratungsstelle



KiezAid

Psychische Krisen können jeden Menschen treffen – helfen können alle lernen

wb Verbund



Jeder Mensch kann im Laufe des Lebens mit psychischen Krisen konfrontiert werden, egal ob persönlich oder im Umfeld. Doch fühlen sich viele unsicher, was zu tun ist, wenn die Seele leidet. Dieser Erste Hilfe-Kurs soll Ihnen Sicherheit geben.

Er soll helfen,

- psychische Gesundheit besser zu verstehen und Vorurteile abzubauen
- Warnsignale und Krisen zu erkennen
- Sicherheit im Umgang mit Betroffenen zu geben
- das Hilfesystem zu verstehen
- einen Beitrag zu einer offeneren und aufmerksameren Gesellschaft zu leisten.

FÜR WEN

Der Kurs richtet sich an alle interessierte Erwachsene, unabhängig von Beruf, Vorwissen oder eigenen Erfahrungen.

Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie sollten Interesse und den Wunsch haben, andere Personen in psychischen Krisen unterstützen zu können.



UNSER ANGEBOT

In diesem Kurs erarbeiten Sie grundlegendes Wissen über psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen. Sie lernen, wie psychische Krisen entstehen können, welche Anzeichen es gibt und wie Sie Menschen in belastenden Situationen angemessen unterstützen können.

Inhalte:

- Überblick über psychische Gesundheit, Belastungen und verschiedene psychische Erkrankungen
- Anlaufstellen und Unterstützungsmöglichkeiten je nach Situation
- Umgang mit Betroffenen verschiedener Krankheitsbilder
- angemessene Reaktionsmöglichkeiten in schwierigen Situationen
- bewusster Umgang mit der eigenen psychischen Gesundheit sowie Erkennen und Wahren von Grenzen, auch um andere besser unterstützen zu können