

Persbericht

MHFA, Eerste hulp bij Psychische problemen!

Bijna de helft van de volwassen Nederlandse bevolking krijgt ooit in het leven te maken met psychische problemen. Hoe kun je deze signalen herkennen en deze mensen ondersteunen?

Afgelopen maand volgden 12 vrijwilligers van Sociom de cursus tot first responder, van de MHFA oftewel; eerste hulp bij psychische problemen. De betreffende vrijwilligers zijn actief bij Buurtbemiddeling, Vluchtelingenwerk, Sociom Zin en Vrijwilligerssteunpunt Sociom.

Ze kregen in deze cursus informatie over psychische aandoeningen zoals depressie en angststoornissen en leerden hoe je het gesprek kunt aangaan met iemand die (beginnende) psychische problemen heeft. Ook leerden ze hoe je kunt handelen wanneer iemand in een crisis verkeert.

Allen behaalde het certificaat en kunnen zich met trots first responder MHFA noemen. Je kunt het vergelijken met een EHBO-diploma. Je kunt de eerste hulp bieden zodat iemand daarna professionele hulp kan gaan zoeken. Na deze cursus voel je je wat zekerder en raak je minder snel in paniek als je iemand tegen komt die zich wat anders of verward gedraagt. Je hebt handvatten gekregen om het gesprek aan te gaan.

Het bijzondere aan de cursus was dat hij gegeven werd aan verschillende vrijwilligers uit Land van Cuijk. Mensen die elkaar anders niet zo snel tegen zouden komen leerden elkaar op deze manier kennen. Juist vrijwilligers kunnen veel signalen oppakken en echt iets betekenen voor mensen die zich mogelijk heel eenzaam voelen en verstrikt zijn geraakt in de problemen die ze ervaren. Zonder de rol van de professional over te nemen.

De groep was zeer enthousiast over de training en de informatie die ze direct kunnen toepassen.

De training werd gegeven door Reinier van Arkel. Deze training wordt mogelijk in de loop van 2019 opnieuw gegeven. Interesse? Meld je dan aan bij Sociom via het mailadres froukjedrent@sociom.nl