



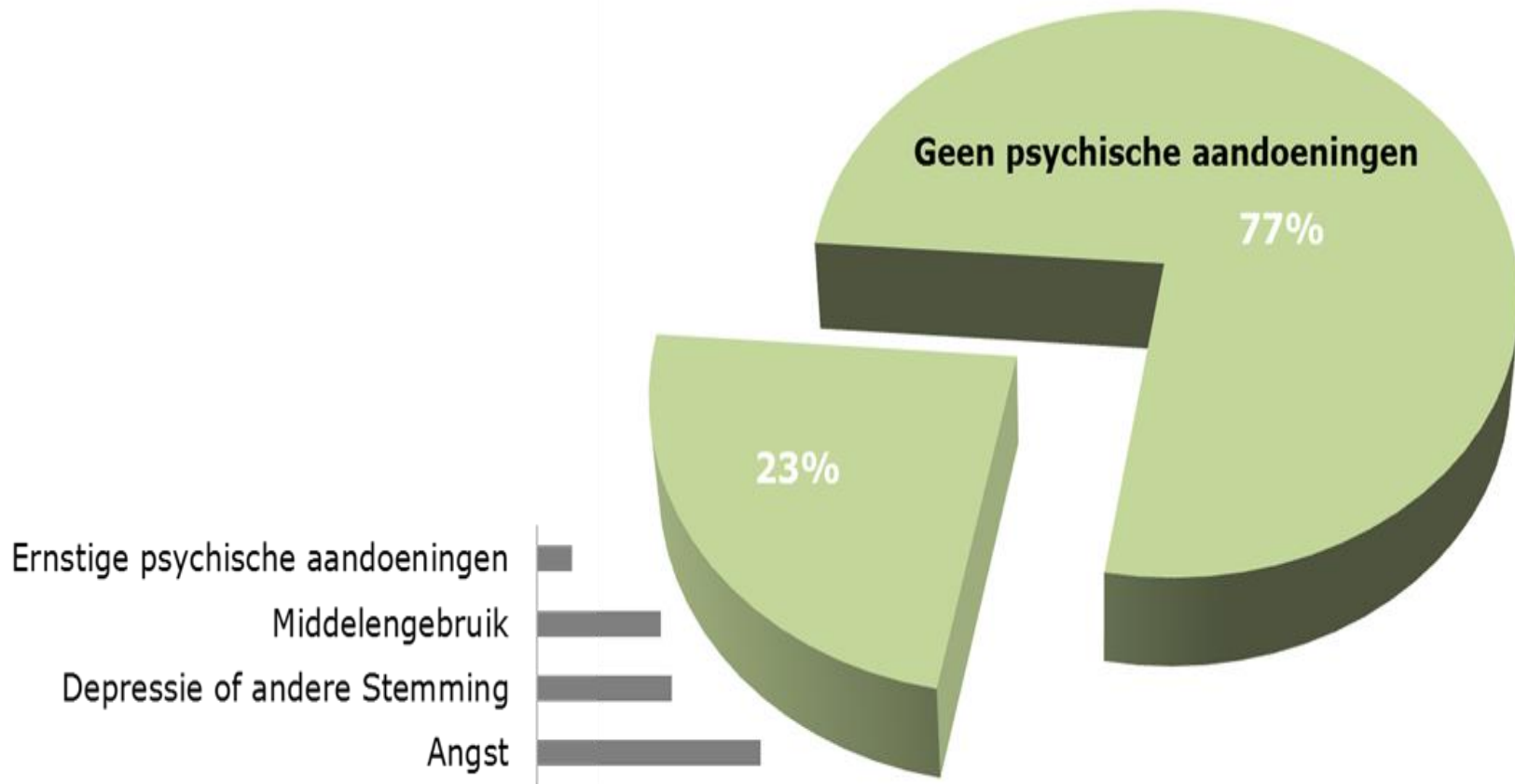
MHFA Nederland

www.MHFA.nl

~eerste hulp bij psychische problemen~

Een samenwerking binnen GGZ Nederland

Percentage Nederlanders (18-64) met een psychische aandoening



Bron tabel: NEMESIS-2; meetperiode 2007-2009
Bron: Deslespaul 2013

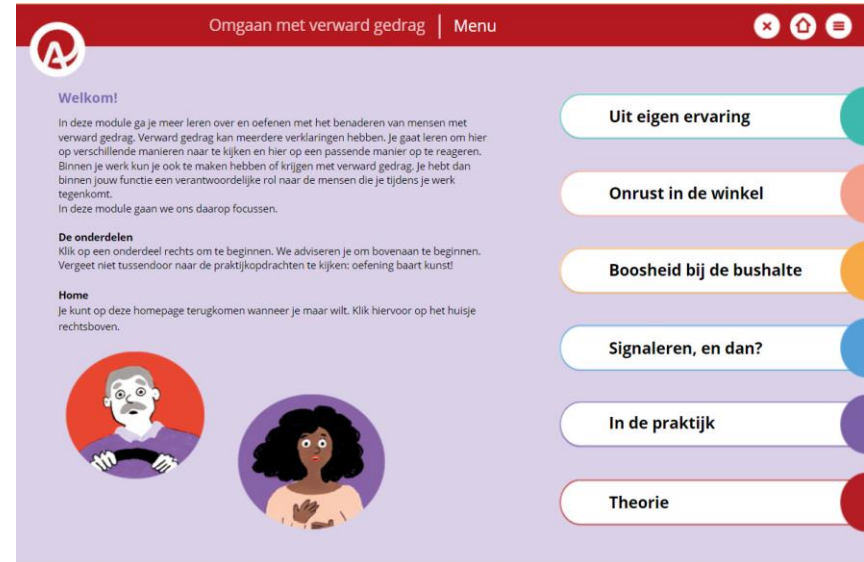
Drempels bij het zoeken van hulp



- **Introductie**
 - Leergang ontwikkeld door: Antes, FAB en Albeda.
 - App MHFA via Appstore (Apple en Android)
- **Cursus**
 - MHFA
 - MHFA Youth

Pad naar Module omgaan met verward gedrag

- <http://rondebruin.nl/antes/antes.htm>

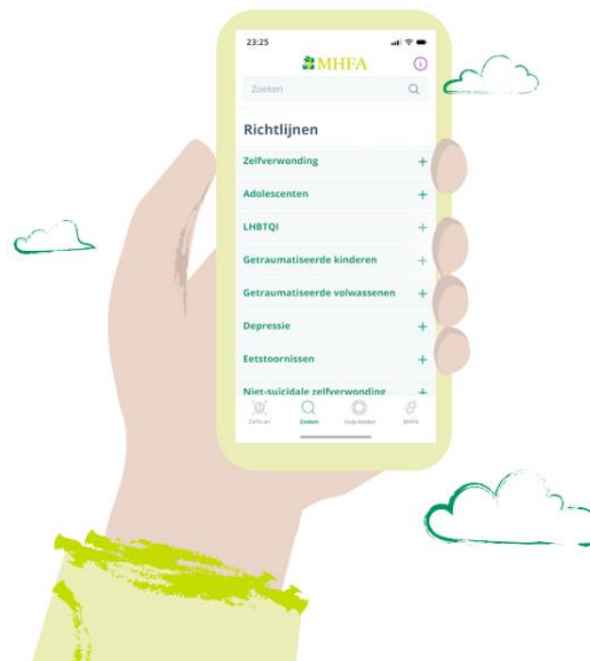


Leren door morgen zelf te doen

- <https://mhfa.nl>

MHFA-app al gedownload?

26 februari 2019



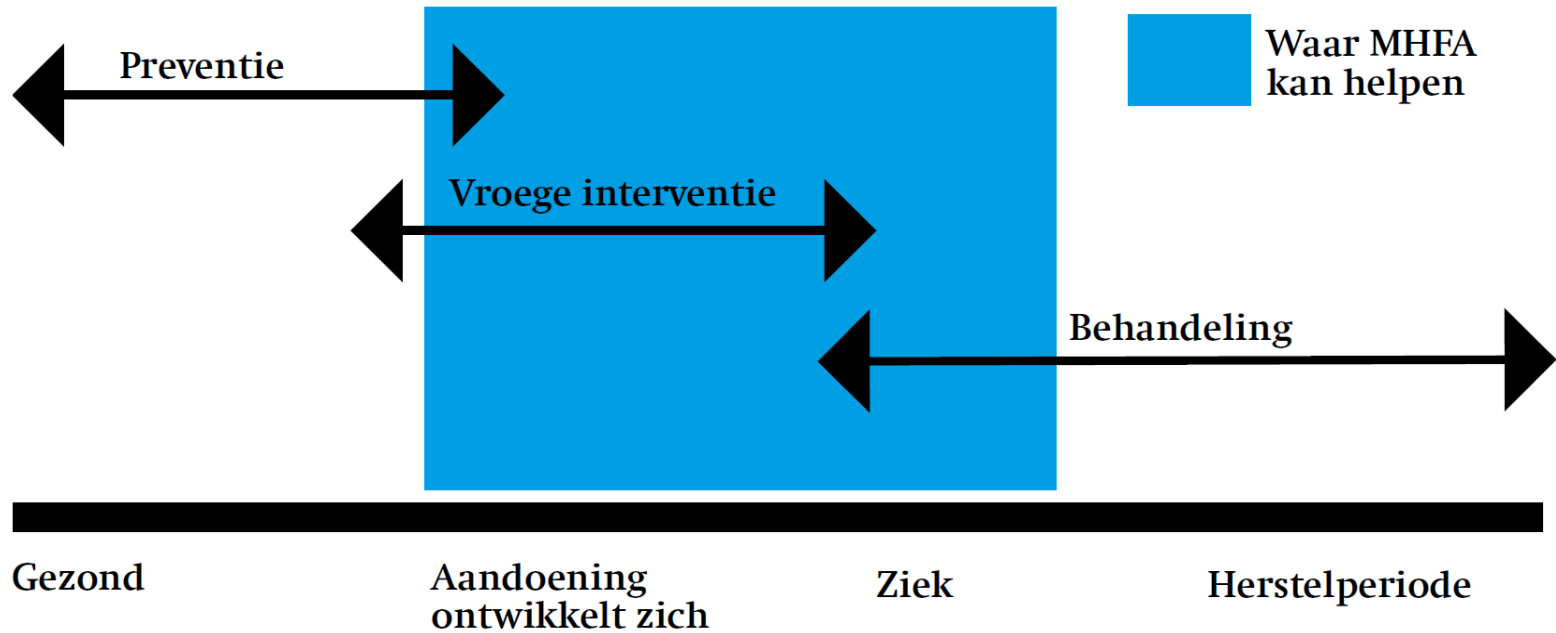
Wat is een psychische aandoening?

Een diagnosticeerbare aandoening,
welke effect heeft op:

- Denken
- Emotie
- Gedrag



Spectrum van interventies



De impact van psychische aandoeningen



- 4^e grootste bron van ziektelast in Nederland (RIVM 2011); grootst bij 15-24 jarigen
- Aanvullend lijden door stigma
- Beperkingen zijn soms niet direct zichtbaar
- Negatieve veroordeling door anderen

Mental Health First Aid bieden:



- Aan iemand die psychische problemen ontwikkelt. Of;
 - In psychische crisis zit
- Tot er geschikte professionele hulp betrokken is. En/of;
 - De crisis is verholpen

Mental Health First Aid actieplan



- Actie 1** **B** Benaderen, situatie inschatten en helpen bij mogelijke crisis
- Actie 2** **L** Luisteren en communiceren zonder te oordelen
- Actie 3** **I** informatie en ondersteuning aanbieden
- Actie 4** **Z** zoeken naar professionele hulp aanmoedigen
- Actie 5** **Z** zoeken naar andere ondersteuning aanmoedigen

Wat als de persoon geen hulp wil?

- Ga na wat de reden is
- Ga niet dreigen of de les voorlezen.
- Blijf bereid erover te praten wanneer de ander daar wél klaar voor is.
- Bij uitzondering hulp tegen de wil inschakelen

MHFA bij iemand uit een andere cultuur

- Cultuur kan bepalend zijn op visie over aandoeningen
- Toon respect
- Doe nooit iets beschamends voor de ander
- De persoon heeft recht om iemand binnen zijn/haar cultuur in te schakelen.

Waarom Mental Health First Aid?



- Psychische aandoeningen komen vaak voor
- Er is sprake van stigma en discriminatie
- Veel mensen zijn niet goed op de hoogte
- Veel mensen met psychische problemen zoeken geen hulp

