

# Hochschulzertifikatskurs Mental Health Coaching

Das Thema Mentale Gesundheit erhält einen immer größeren Stellenwert. Gesundheitliche, gesellschaftliche und umweltbezogene Krisen, wirtschaftliche Unsicherheiten und eine schnelllebige und informationsüberlastende Arbeits- und Lebenswelt strapazieren die Mentale Gesundheit sämtlicher Bevölkerungsschichten. Bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen hat die Rate psychischer Störungen in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Gleichzeitig ist bekannt, dass frühzeitige Unterstützung, Gesprächsangebote und Interventionen vor der klinischen Manifestation psychischer Störungen diesen vorbeugen oder einer Verschlimmerung und Chronifizierung entgegenwirken

können. Dennoch sind viele potenzielle Helfer\*innen noch nicht ausreichend aufgeklärt, um zu wissen, wie sie belastete Personen in ihrem Umfeld unterstützen könnten. Der Hochschulzertifikatskurs erläutert Grundlagen der strukturellen und systemischen Belastungen der Mentalen Gesundheit, über psychische Störungen des Kindes- und Erwachsenenalters und für die eigene mentale Selbstfürsorge. Zusätzlich werden Techniken und Strategien der Kommunikation, des Krisen- und Konfliktmanagements sowie der gesundheitlichen Versorgungsstrukturen vermittelt, um eine professionelle Umsetzung des Mental Health Coachings zu gewährleisten.

## Veranstaltungsinhalte:

Als Teilnehmer\*in des Hochschulzertifikatskurses werden Sie befähigt, Personen im eigenen privaten und beruflichen Umfeld mit präventiven Unterstützungsangeboten des Mental Health Coachings zur Seite zu stehen. Sie lernen die Symptome als Warnzeichen psychischer Störungen und Versorgungsstrukturen kennen, um kompetente Wegweiser in professionelle Versorgungsstrukturen zu sein. Zudem werden Sie befähigt, im Rahmen der Prävention und Frühintervention bei psychischen Belastungen selbst durch kompetente Gesprächsführung, Coaching-Techniken, Konflikt- und Krisenmanagement zu unterstützen.

Modul 1: Beanspruchungen und Belastungen aus struktureller und systemischer Sicht

Modul 2: Psychische Störungen des Erwachsenen- sowie Kinder- und Jugendalters

Modul 3: Psychische Gesundheit, Positive Psychologie und Selbstfürsorge

Modul 4: Gesprächsführung & Kommunikationsstrategien

Modul 5: Konflikt- & Krisenmanagement, simulationsbasiertes Falltraining

Im Simulationslabor (Skills Lab) bewältigen die Kursteilnehmenden simulierte Fälle auf Basis der vermittelten Lerninhalte, trainieren mit Hilfe von Schauspieler\*innen Gesprächssituationen und geben sich gegenseitig konstruktives Feedback zum Vorgehen.

Modul 6: Interventionsstrategien & Versorgungsstrukturen

Modul 7 (Abschluss): Fallbesprechung & Supervision





Rahmendaten der Veranstaltung	
<b>Veranstalter:</b>	FH Münster, Fachbereich Sozialwesen und Fachbereich Gesundheit
<b>Veranstaltungsart:</b>	Hochschulzertifikatskurs
<b>Unterrichtsstunden:</b>	180
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20
<b>Teilnahmeentgelt:</b>	2.970,00€

**Veranstaltungsort:** Deilmann Haus III  
Johann-Krane-Weg 25  
48149 Münster  
Raum: wird in der Einladung bekannt gegeben





## Termin(e), Uhrzeiten

17. Februar 2025	10:00 - 17:00 Uhr
18. Februar 2025	09:00 - 16:00 Uhr

17. März 2025	10:00 - 17:00 Uhr
18. März 2025	09:00 - 16:00 Uhr
19. März 2025	09:00 - 16:00 Uhr

5. Juni 2025	10:00 - 17:00 Uhr
6. Juni 2025	09:00 - 16:00 Uhr

7. Juli 2025	10:00 - 17:00 Uhr
8. Juli 2025	09:00 - 16:00 Uhr

1. September 2025	10:00 - 17:00 Uhr
2. September 2025	09:00 - 16:00 Uhr
3. September 2025	09:00 - 16:00 Uhr

6. Oktober 2025	10:00 - 17:00 Uhr
7. Oktober 2025	09:00 - 16:00 Uhr

1. Dezember 2025	10:00 - 17:00 Uhr
2. Dezember 2025	09:00 - 16:00 Uhr

