



Arbeitsblatt

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN TEIL 2

Beantworte folgende Fragen mithilfe von **feel-ok.at**.

Über diesen Link kommst du zum Thema mentale Gesundheit: https://www.feel-ok.at/mentale_gesundheit

Mit psychischen Erkrankungen umgehen

1. Was bedeutet Psycho-Edukation? Klicke hier: **Definition**
2. Wohin kann man sich bei psychischen Erkrankungen wenden? Erkläre die Unterschiede zwischen Psycholog:innen, Psychiater:innen und Psychotherapeut:innen. Klicke hier: **Ansprechpersonen**
3. Wie leben Menschen, die eine psychische Erkrankung haben? Lese hier nach: **Leben mit psychischer Erkrankung**

Umgang mit Menschen mit psychischen Erkrankungen

4. Viele Menschen mit psychischen Erkrankungen erleben Diskriminierung und Stigmatisierung. Deshalb ist es wichtig, dass sie unterstützt werden, sodass nicht nur die Krankheit im Vordergrund steht. Nenne 3 Gesetze, die Menschen mit psychischen Erkrankungen schützen sollen. Klicke hier: **Gleichbehandlung**
5. Was ist wichtig im Umgang mit Menschen, die psychisch erkrankt sind? Klicke hier: **Umgang mit psychisch Erkrankten**

Hilfe holen

6. Wie kannst du es ansprechen, wenn du Hilfe brauchst? Schau' hier nach: **Hilfe suchen**
7. Was kannst du sagen, wenn du das Gefühl hast, dass dein:e Freund:in Hilfe braucht? Überlege zunächst alleine oder in Kleingruppen. Dann lies hier nach: **Wie ansprechen**
8. An wen wendest du dich, wenn du nicht mehr weiterweißt? Stelle dir eine Liste mit mindestens 5 Helplines zusammen, die du immer griffbereit hast, wenn du sie einmal brauchst. Mehr unter: **Helplines**

