

Schwerpunkt

Ein präventives Gruppenangebot für Kinder- und Jugendliche mit seelisch belasteten oder psychisch erkrankten Eltern in Hamburg.

Blick auf La Ola

Wellengang Hamburg

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche zwischen 7-16 Jahren, die mindestens einen psychisch belasteten Elternteil haben

Ziele

- Resilienz fördern (individuelle Ressourcen- und Netzwerkarbeit, Psychoedukation und die Auseinandersetzung mit Gefühlen)
- Kinder und Familien an Anschlussangebote weiterleiten
- Gesprächsangebot & Freundschaften finden – erkennen, dass man nicht allein ist

Rahmen

- kostenfreies, präventives Gruppenangebot
- Start 2x jährlich (Frühjahr & Herbst)
- max. 10 Kinder/Jugendliche aus HH pro Gruppe; geschlossenes Kurskonzept
- 2 Gruppenleiter*innen
- 12 Sitzungen á 90 Min.
- Schnuppertreffen vor Kursstart
- Handbuch zur Durchführung des Gruppenangebots kann käuflich erworben werden (keine Zertifizierung als Gruppenleitung notwendig)

Kontakt

www.wellengang-hamburg.de/laola
E-Mail: mail@wellengang-hamburg.de
Tel.: 040 38666935

Umsetzung

- Themen der Sitzungen: Kennenlernen der Kinder und der familiären Hintergründe, Ausflüge, Gefühle kennenlernen, erkennen und ihre Bedeutung verstehen (u.a. mit Gefühlskarten), altersgerechte Psychoedukation (u.a.: Was ist Psyche? Film gucken oder Psyche basteln), Schuld, Verantwortung und Entlastung (was sind altersgerechte Aufgaben und was nicht?), eigene & familiäre Ressourcen, Notfallplan
- spielerischer Zugang zum Thema sorgt für Normalität
- ggf. werden 2 Methoden gleichzeitig angewendet (z.B. wer möchte malen, wer möchte lieber vorgelesen bekommen)
- Kinder werden insb. anfangs mehrfach gefragt, ob sie dabei sein möchten
- 4 Doppelsitzungen für sehr wichtige Themenbereiche
- Kinderbuch von Wellengang Hamburg, das auch im Gruppenangebot genutzt wird: „Wolkenwetter“ von Silke Rath

Grenzen & Ausblick

- Eltern müssen der Teilnahme schriftlich zustimmen
- ausschließlich spendenfinanziert
- größere Evaluation wäre wünschenswert, aber schwer umsetzbar (aktuell hauptsächlich qualitative Evaluation)