



Flaschenpost 2025 / I Die wellengang hamburg Frühlingsnews

Liebe wellengang-Interessierte, liebe Fördernde,

„Leinen los“ und volle Fahrt voraus – so lässt sich der Start in 2025 wohl am besten zusammenfassen.

In der ersten Newsletterausgabe in diesem Jahr möchten wir von dem Projektabschluss „Leinen los!“ berichten und ein Resümee ziehen.

Ebenso erfolgreich zu Ende gegangen ist die La Ola-Herbstgruppe für Kinder zwischen sieben und elf Jahren. Eine interne Besonderheit in dieser Gruppe: unsere Studentin Johanna hat die Gruppe zusätzlich zu den festen Leiterinnen begleitet und schildert ihre Eindrücke und Erlebnisse.

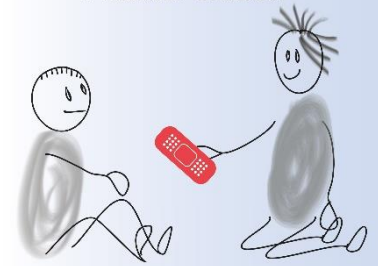
Und nach den Rückblicken darf natürlich auch nicht der Blick nach vorne fehlen. Hinter den Kulissen wird an Weiterentwicklungen und neuen Projekten gearbeitet. Wir möchten hier schon mal einen kleinen Ausblick auf die „quantitative Evaluation“ unseres Gruppenangebots geben.

Und zu guter Letzt haben wir noch ein paar bunte und zugleich informative Grafiken gezaubert, die wir hauptsächlich für die Aufklärungsarbeit über die Sozialen Netzwerke nutzen.

Viel Spaß beim Lesen wünscht
Das wellengang hamburg-Team

Zahlen, Daten, Fakten mal anders gezeigt...

Dass jemand da ist, der ein Pflaster reicht, ist oft wichtiger, als das Pflaster selbst.



Mehr Grafiken auf Seite 2

Projektabschluss „Leinen los!“

Gut drei Jahre ist es her, da wurde der Startschuss zur vierten Projektphase von wellengang hamburg gegeben, die wir im gesamten Team mit dem Titel „Leinen los!“ taufen. Drei Jahre, die im wahrsten Sinne des Wortes auch mit einem Teil unseres Namens „wellengang“ oder besser noch mit „wellig“ beschrieben werden könnten.

Neben neuen Kontakten und vielversprechenden Synergien durch Kooperationen, wie z.B. mit der Medical School Hamburg, war es vor allem auch eins: extrem lehrreich und intensiv. Genauso freut es uns, dass der Ausbau unseres Fortbildungs- und Supervisionsangebots zum La Ola-Konzept immer mehr pädagogische Institutionen und Fachkräfte erreicht. Alle mit demselben Ziel: Kinder psychisch erkrankter Eltern vollumfänglich zu unterstützen.

Zu den größten Erfolgen in der Projektphase zählen vor allem unsere beiden Publikationen, das La Ola-Handbuch und das Lesebilderbuch Wolkenwetter.

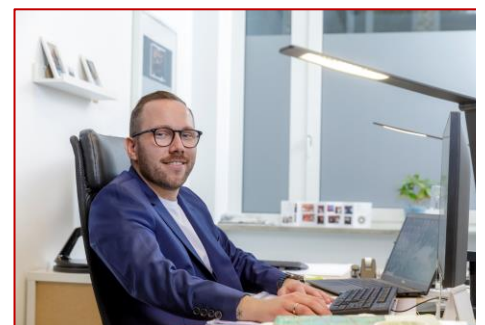
Im Bereich unserer fachlichen Angebote sind zu nennen: der Erlebnistag für ehemalige Gruppenteilnehmende und die Pilot-La Ola-Gruppe in der Psychiatrischen Hochschulambulanz in der Medical School Hamburg – also genau da, wo die erkrankten Eltern selbst Unterstützung erfahren. Ein Weg, der zukunftsweisend sein kann und, unserer Meinung nach, auch sein sollte.

Anknüpfend daran haben wir auch ein präventives Konzept zum Thema „Psychische Gesundheit“ für Schulklassen entwickelt und erprobt.

In der weiteren Konzept-Arbeit haben wir uns intensiv mit dem Thema El-

ternarbeit im Kontext unserer La Ola Gruppen befasst. Dieses optionale Angebot ist konzeptionell fertig und wird dieses Jahr in der Herbstgruppe erstmals durchgeführt.

Doch bei allen Erfolgen bleibt ein kleiner Wehrmutstropfen... Trotz einiger zunächst verheißungsvoller Entwicklungen in der Politik, ist es bislang nicht gelungen, eine regelhafte Finanzierung über verschiedene Wege zu etablieren. Aber: wir bleiben dran!



Hendrik van Kempen - Projektleitung

Ausblick auf anstehende Projekte

Die stetige Weiterentwicklung liegt uns am Herzen, daher werden wir uns mit dem weiteren, spezifischen Ausbau des Angebots immer weiter befassen. Darunter z.B.: Eine Eltern-Kind-Gruppe mit jüngeren Kindern, ein gezieltes Beratungsangebot für erkrankte Eltern und auch weitere Kooperationen.

Quantitative Evaluation

Seit über 10 Jahren führen wir unser La Ola Gruppenangebot durch – jährlich sind es mittlerweile mindestens zwei, teilweise sogar drei Gruppen. Nach externen Evaluationen, z.B. durch die Medical School Hamburg, sind wir seit 2022/23 ebenfalls fleißig dabei unser Konzept zu evaluieren: nach quantitativ messbaren Gesichtspunkten. Im Fokus stehen Fragen nach der Wirksamkeit und Verbesserung der Lebensqualität der Teilnehmenden.

Inzwischen haben wir gut die Hälfte unserer anberaumten Stichproben-größe erreicht. Wir hoffen, in zwei Jahren valide Aussagen zur Wirksamkeit unserer La Olas treffen zu können. Vielleicht erhöht das auch die Bereitschaft, im Rahmen von Präventionsgeldern, La Ola Gruppen von staatlicher Seite zu fördern. Das ist ein Wunsch, den wir seit Jahren verfolgen.



(Fachlicher Leiter Jonas Popp, Projektleiter Hendrik van Kempen)

Praktikum bei La Ola – ein Erfahrungsbericht

Die La Ola-Herbstgruppe ist erfolgreich zu Ende gegangen. Unsere Praktikantin und angehende Sozialpädagogin Johanna hat den kompletten Gruppendurchgang begleitet und berichtet über ihre Eindrücke, Empfindungen und was sie aus der Gruppe mitnimmt.

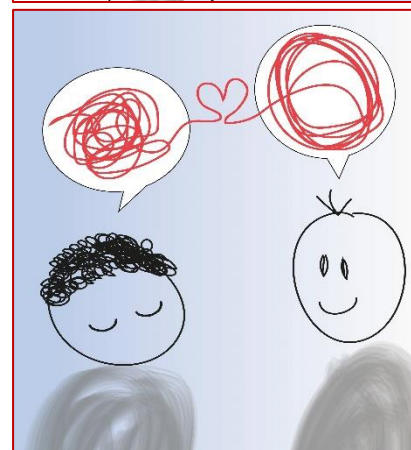
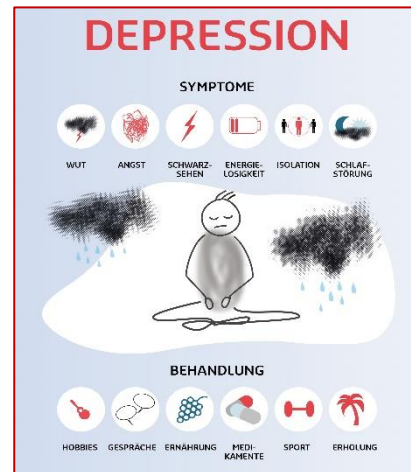
„Als angehende Sozialpädagogin interessieren mich vor allem Methoden und die Art der Gruppendurchführung. Zur Vorbereitung habe ich das Handbuch gelesen und mich vor jeder Sitzung mit den Leiterinnen besprochen. Die Gruppe hatte ein hohes Energielevel, weswegen

die Gestaltung auch immer ein bisschen flexibel sein musste und wir einige Bewegungsspiele gemacht haben. Besonders toll war es zu sehen, wie gerne sich die Kinder mit ihren persönlichen Geschichten mitgeteilt haben – jeder so viel oder wenig wie er/sie möchte. Die Entwicklung der Kinder dabei war ganz unterschiedlich – von keiner Lust mehr auf schwere Themen bis Abschiedsschmerz. Letztlich haben sie alle die Erfahrung gemacht, dass man sich anderen mit den eigenen Belastungen anvertrauen kann, dass man über psychische Erkrankungen sprechen kann, dass es anderen genauso geht und dass es Wege gibt, damit umzugehen.

Ich nehme vor allem mit, dass Flexibilität das A und O einer Gruppenleitung ist. Die Kinder kommen aus ihrem Alltag mit ganz unterschiedlichen Bedürfnissen. Diese an dem gemeinsamen Nachmittag zu vereinen ist manchmal eine Kunst.“



„Die Stärkung der Kinder und die vielfältigen Methoden gefielen mir von Anfang an“, sagt Johanna.



Mehr davon auf Instagram
[@wellengang.hamburg](https://www.instagram.com/wellengang.hamburg)