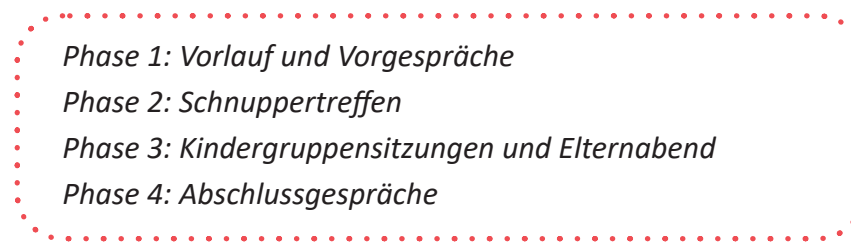


Außerdem muss das Angebot, wie oben erwähnt, so aufgebaut sein, dass es für teilnehmende Kinder bzw. Jugendliche und deren Familien kostenlos ist, damit nicht auch noch finanzielle Hürden eine Teilnahme erschweren oder gar verhindern.

wellengang hamburg ist seit jeher spendenfinanziert aufgebaut, wodurch die oben dargestellten Bedingungen gegeben sind.

2.2 Der Rahmen eines Gruppendurchgangs

Ein einzelner Zyklus des Gruppenangebots – also von der Aufnahme des Kindes oder Jugendlichen auf die Warteliste, bis hin zum Abschlussgespräch mit der Familie bzw. den Sorgeberechtigten – lässt sich in vier Phasen aufteilen (siehe hierzu auch das Schaubild im Anschluss an Abschnitt 2.3):



Das Gruppenangebot von wellengang hamburg ist, wie in der Einleitung bereits erwähnt, ein geschlossenes und zeitlich begrenztes Kursangebot. Das bedeutet, dass sich nach der Anmeldung und dem Schnuppertreffen die Gruppe „gefunden“ hat und kein Kind mehr dazu kommt. Dies unterstreicht den vertrauten Rahmen und schafft Geborgenheit. Der kompakte und gut strukturierte Kurs-Charakter sorgt dafür, dass eine Vielzahl von Kindern von dem Angebot profitieren können. Sie werden in dem Rahmen aufgefangen, ernst genommen, gestärkt und adäquat fachlich weitergeleitet.

Der Ablauf und die Methoden der vier Phasen sind für die Durchführung des Gruppenangebots mit jüngeren (7-11 Jahre) und älteren (12-16 Jahre) Kindern festgelegt. Es kann vorkommen, dass sich aufgrund der Anmeldungen eine Altersspanne von beispielsweise 10-14 Jahren ergibt. In diesem Fall sollten sich die Gruppenleitenden jeweils für die Methoden entscheiden, die aufgrund des wahrgenommenen Entwicklungsalters als passend empfunden werden. Auch ist darauf hinzuweisen, dass ältere Kinder mitunter einen größeren Anteil an Austausch- und Gesprächszeit benötigen, während jüngere Kinder manchmal (sehr) viel Spiel- und Tobezeit gebrauchen können. Es ist unbedingt darauf zu achten, diesbezüglich wahrgenommene Gruppenbedürfnisse zu berücksichtigen und die Durchführung des Angebots hierhingehend anzupassen.

Die Kindergruppensitzungen können bei Bedarf auch einzeln verwendet werden, beispielsweise innerhalb eines Sozialen Kompetenztrainings oder einer Trennungs- und Scheidungsgruppe. In diesem Fall ist es ein Einzelangebot außerhalb des Rahmens einer Kindergruppe von wellengang hamburg.

Das Gruppenangebot ist für acht bis zehn Kinder im Alter von 7 - 16 Jahren und zwei Gruppenleitende ausgelegt. Es empfiehlt sich, eine Anzahl von fünf Teilnehmenden nicht zu unterschreiten, da die Gefahr besteht, dass in dem Fall nicht der erwünschte, lebendige Austausch unter den Kindern stattfindet, insbesondere wenn Krankheitsausfälle usw. hinzukommen. Außerdem kommt das Angebot erfahrungsgemäß an seine Grenzen, wenn die Gruppenstärke zwölf Personen übersteigt.

Die Vorbereitung einer Sitzung sollte immer anhand der vorgegebenen Methoden und Materialien in ausreichendem Umfang (ca. 30 Minuten) erfolgen.

Die Durchführung einer einzelnen Sitzung ist auf eine Dauer von etwa 90 Minuten ausgerichtet und es stehen hierfür konkrete Handlungsleitfäden zur Verfügung. Für die Gruppensitzungen gibt es zusätzlich Sprachbeispiele, die angewandt werden können. Ein authentisches und natürliches Auftreten der Gruppenleitenden ist gleichzeitig wichtig, weshalb die Sprachbeispiele nicht auswendig gelernt „abgespult“ werden sollten.

Für die Nachbereitung sind je nach Sitzung etwa 15-30 Minuten notwendig, um zu reflektieren, zu dokumentieren und aufzuräumen.

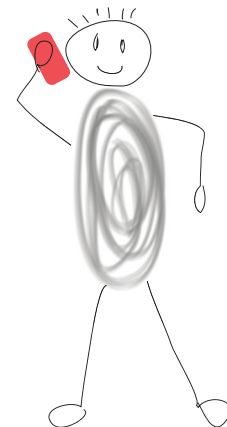
2.3 Beschreibung der einzelnen Phasen

Phase 1: Vorlauf und Vorgespräche

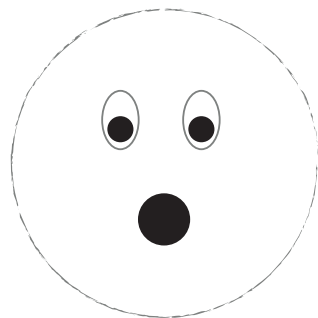
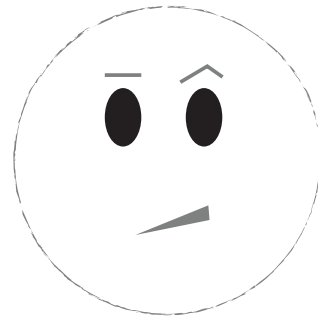
Im Vorlauf des Gruppenangebots ist es wichtig, dass interessierte Familien und ihr Netzwerk von dem Angebot erfahren. Hierfür ist das Anfertigen von Flyern mit kurzen Informationen über das Gruppenangebot sowie der Angabe der Kontaktwege sehr hilfreich.

Die Anmeldungen für das Gruppenangebot durch die Familien nimmt die Fachliche Leitung des Angebots (siehe hierzu auch Kapitel 4 „Anforderung und Qualität“) telefonisch auf. Hierfür bietet sich ein Anmeldebogen an, auf dem für die Gruppendurchführung hilfreiche Informationen abgefragt und eingetragen werden (siehe Anhang). Es ist auch möglich, dass professionell Helfende (Beratungslehrer:innen, Familienhelfer:innen, Psychotherapeut:innen o.Ä.) den Erstkontakt herstellen und Kontaktdaten durchgeben, sollten sie eine entsprechende Schweigepflichtentbindung haben. Dies kann ein notwendiger Brückenbau sein, damit eine Anbindung des Familiensystems an das Angebot überhaupt gelingen kann. Es sollte im Verlauf des Gesprächs mit der professionell helfenden Person geklärt werden, ob ein Elternteil in der Lage ist, eigenständig Kontakt aufzunehmen, da zuallererst die Sorgeberechtigten in ihrer Eigenverantwortung ernst zu nehmen sind. Nur wenn die Einschätzung besteht, dass ihnen dies nicht gelingen würde, sollte die Fachliche Leitung von sich aus den Kontakt zu den Familien aufnehmen.

Bei dem telefonischen Anmeldungsgespräch sollten die unterschiedlichen Anliegen der beteiligten Personen erfragt werden: Wer genau hatte die Idee, das Kind oder die/den Jugendliche:n für die Gruppe anzumelden? Sollte es einen Elternteil geben, der nicht mit dem Kind zusammenlebt: wie findet dieser die Idee der Gruppenteilnahme? Weiß das Kind bzw. der/die Jugendliche schon von der Idee? Wenn ja, wie findet er oder sie diese? usw. Bei der Zusammenstellung der Warteliste ist es hilfreich, die Anmeldungen nach Alter zu sortieren, um den Altersrahmen leicht zu erfassen. Bei einer längeren Wartedauer der Teilnehmenden ist es zu empfehlen, die Familien ca. alle halbe Jahre zu kontaktieren, um zu erfragen, ob eine Teilnahme noch erwünscht ist, und um einen Einblick zu geben, wann eine Teilnahme des entsprechenden Kindes möglich sein wird.



Gefühle 1. Teil - „Was ist eigentlich in mir los?“



4. Sitzung: Gefühle 1. Teil - „Was ist eigentlich in mir los?“

CHECKLISTE

- Smileys (für die Anfangsrunde)
- Flipchart
- Getränke (Wasser, Tee, Saft)
- Kekse, Obst, Gemüse o. Ä.
- Papier und Stifte/Farben
- Jüngere Kinder: Gefühlkarten
- Ältere Kinder: Arbeitsblatt „Wo spüre ich Gefühle?“ (s. Anhang)
- Buch: Kopf hoch

Inhalt

In Treffen vier stehen die Wahrnehmung und der Ausdruck eigener Gefühle im Mittelpunkt. Es wird geübt, woran sich Gefühle voneinander unterscheiden lassen und wie und wo sie im eigenen Körper wahrzunehmen sind.

Begründung

Vielen der betroffenen Kindern und Jugendlichen ist der Zugang zu ihren Gefühlen erschwert. Das Wahrnehmen eigener Empfindungen und das Kennen und Benennen der emotionalen Bedürfnisse wurde oftmals nicht ausreichend begleitet und geübt, da Eltern möglicherweise kein Modell dafür bieten konnten. Ihre Kinder haben gelernt, in die Umgebung und die Gefühlslage der (erkrankten) Erwachsenen „hineinzuspüren“ und können dementsprechend aufkommenden eigenen Emotionen nicht oder nur schwer folgen. Daher können sie diese oft gar nicht einordnen oder empfinden ihre Gefühle als falsch oder nicht berechtigt.

Ziele

- Die Kinder und Jugendlichen haben eine Vorstellung von verschiedenen Gefühlen bekommen und eigene Emotionen kennengelernt.
- Die genauen Unterschiede der Gefühle wurden kennengelernt.
- Eigene Gefühle wurden wahrgenommen und deren Ausdruck ist erprobt.

Durchführung

Begrüßen Sie die Teilnehmenden und starten Sie nach einem gemütlichen Ankommen eine Smiley-Runde: „Wie geht es Euch gerade?“

In der letzten Sitzung wurde ein Ausflug unternommen. Sammeln Sie gemeinsam mit den Kin-

den und Jugendlichen, was ihnen besonders gut gefallen hat und weshalb. Ebenso sammeln Sie, was ihnen nicht gefallen hat. Hierbei lässt sich gut ein Übergang zum Thema Gefühle schaffen.

Jüngere Kinder (7-11 Jahre)

Lassen Sie jedes Kind verdeckt eine Gefühle-Karte ziehen (z.B. „Bildkarten Gefühle“). Anschließend sollen die Kinder einzeln ihre Karte zeigen und benennen, um welches Gefühl es sich handelt. Sollten sie dies nicht alleine erkennen können, hilft die Gruppe.

Beschreiben Sie die einzelnen Merkmale, anhand derer man das Gefühl ablesen kann. Stellen Sie Vergleiche zu anderen, bereits gezeigten Karten her und verdeutlichen Sie die Unterschiede. Fragen Sie auch, wodurch dieses Gefühl entstehen kann:

„Was kann denn bei Euch Freude hervorrufen oder Euch Angst machen? Woran merkt Ihr, dass Ihr gerade wütend (fröhlich etc.) seid? Wie fühlt sich das im Körper an? Wo spürt Ihr dieses Gefühl?“

„Habt Ihr eine Idee, wofür wir diese Gefühle eigentlich haben? Wofür sind sie gut?“

(Siehe hierzu auch „Beispiele für die Funktionen einzelner Gefühle“ im Anhang).

Bitten Sie die Teilnehmenden anschließend, sich ein Gefühl auszusuchen (zum Beispiel Freude oder Wut) und es zu malen. Legen Sie dafür entsprechendes Material bereit. Falls den Kindern nicht so viel einfällt, können Sie Fragen zum Aussehen des Gefühls stellen.

„Welche Farbe hat das Gefühl?“, „Hat das Gefühl Arme und Beine, eine Frisur?“ „Ist es groß oder klein?“ etc.

Ältere Kinder (12-16 Jahre)

Sammeln Sie zu Beginn der Stunde gut sichtbar (z.B. am Flipchart), welche Gefühle die Gruppenteilnehmenden schon kennen. Sammeln Sie alles, was genannt wird. Nutzen Sie auch Gefühle-Karten (z.B. „Bildkarten Gefühle“), um den mimischen Ausdruck zu besprechen. Fragen Sie, um welches Gefühl es sich auf der Karte wohl handelt.

Ergänzen Sie die Grundgefühle, sollten diese nicht genannt werden: Freude, Wut, Trauer, Verachtung, Scham, Ekel und Angst.