

**Mi. 18.05.22, 20.00 - 21.30 Uhr:**

### **Geschwister- eine ganz besondere Beziehung**

Geschwisterbeziehungen stellen die längsten Beziehungen im Leben eines Menschen dar. Sie lieben sich und sind oft ein Leben lang Konkurrenten. Das Ausmaß von Streit und Rivalität hängt vom Geschlecht, vom Altersabstand und vom Elternverhalten ab. Was können Geschwister voneinander lernen? Wie können Eltern die Geschwisterliebe fördern? Welche Rolle spielen Gleichbehandlung und Gerechtigkeit?

Referentin: **Bernd Albrecht-Hielscher**, Dipl. Psychologe,  
Leiter der Erziehungsberatungsstelle Lüneburg

### **Do. 23.06.22, 15 - 16.30 Uhr: Alleinerziehend, keine leichte Sache! – mit Kinderbetreuung**

Die ersten zwei, drei Jahre sind oft die heftigsten, bis man sich zurechtgefunden hat. Die speziellen Themen, wie die finanzielle Regelung, wer hat wann die Kinder, die Absprachen mit dem Ex-Partner oder der Ex-Partnerin über Kindergarten/Schule, gesundheitliche Fragen...

Wie gehen wir mit der Trauer der Kinder um, mit ihrem Schmerz und ihrer Wut? Was mache ich mit meinem schlechten Gewissen, mit meiner Verletzung? Wie können wir weiterhin gute Eltern sein? Es wird schwieriger, Zeit für sich zu haben, und in der Regel ist es auch ein finanzieller Abstieg. Aus all dem kann auch Kraft und Klarheit entstehen. Man lernt Neues, bekommt einen anderen Kontakt zu den Kindern, genießt es, seinen eigenen Stil zu leben und sich neu auszurichten.

Was kann ich an der Situation verändern, dass es leichter wird und wo kann ich durch meine Einstellung einen besseren Platz für mich und damit auch für die Kinder finden? Um diese Anregungen und Ideen wird es an dem Abend/Nachmittag gehen.

Referentin: **Marie Wiese**, Ergotherapeutin,  
BewegungsRaumLeiterin, Jesper Juul

**Wir freuen uns über eine Spende für das  
Familienzentrum Plus.**

Veranstaltungen in Kooperation mit der  
Ev. Familien-Bildungsstätte Lüneburg.

Das Angebot wird unterstützt vom  
FiZ-Verbund Mitte/West



**Pandemiebedingte  
Informationen  
(Hygienebestimmungen,  
Anmeldeverfahren etc.) der  
Veranstaltungen werden auf  
der Homepage entsprechend  
zeitnah aktualisiert!**

evangelisch · diakonisch   
**Familienzentrum Plus**

Am Weißen Turm 9 • 21339 Lüneburg •

[www.familienzentrumplus.de](http://www.familienzentrumplus.de)

Kontakt Koordinatorin: Tel. 04131/28 397 09

[info@familienzentrumplus.de](mailto:info@familienzentrumplus.de)



**Wurzeln  
und Flügel** 

**Info- und Gesprächsabende  
zu Themen der Erziehung  
von Kindern**

## **Programmübersicht 2021/22**

**Mi. 22.09.21, 20.00 - 21.30 Uhr:**

### **Kinderängste – Wann sie auftreten, wie Eltern helfen können**

Angst ist ein wichtiger Selbstschutz, kann aber auch bremsen und aufhalten. Unsere Gesellschaft hat ein seltsames Verhältnis zu ihr. "Stell dich nicht so an!" oder freundlicher "Du musst doch keine Angst haben.", bekommen Kinder oft zu hören. In ihrer Entwicklung durchlaufen sie verschiedene Phasen von Ängsten als normale Begleiter. Verhindern können Eltern diese Ängste nicht, wohl aber dem Kind beistehen, ihm den Rücken stärken und ihm die Gewissheit geben, die Angst durchzustehen.

Referent:

**Bernd Albrecht- Hielscher**, Dipl. Psychologe, Leiter der  
Erziehungsberatungsstelle Lüneburg

**Mi. 13.10.21, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Spaß an Bewegung- von Anfang an**

Bewegung ist Motor der Entwicklung und Ausdruck der Lebensfreude. Über Bewegung eignen sich die Babys und Kleinkinder die Umwelt an und gewinnen Erfahrungen über sich selbst und ihr soziales Umfeld. Jeder Entwicklungsschritt geschieht, weil sie etwas erreichen wollen. Ausreichende Bewegungsmöglichkeiten gehören zu den Voraussetzungen für Gesundheit und Wohlbefinden.

Referentin: **Nicola Grimmich**, EntdeckungsRaum-Leiterin, 1001kindernacht® Schlafberaterin, DAIS Stillberaterin

**Mi. 17.11.21, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Kreativität aufleben lassen**

Kinder und Kreativität - das gehört zusammen und soll so sein. Wie können wir Erwachsene dies begleiten und unterstützen, besonders wenn wir mit der eigenen Kreativität eher auf dem Kriegsfuß stehen? Wir werden erfahren, welche einfachen Ideen und Materialien helfen, sich unbefangen ins Abenteuer "Kunst mit Kindern" zu stürzen.

Referent: **Andrea Köhler**, Diakonin, Kunsttherapeutin

**Mi. 19.01.22, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Film und Gespräch: Wege aus der Brüllfalle - Wenn Eltern sich durchsetzen müssen**

Der Film zeigt praktische und nachvollziehbare Vorschläge, wie Eltern Konfliktsituationen mit ihren

Kindern ohne Brüllen und Androhung von Strafen bewältigen können. Im Anschluss können wir über schwierige Erziehungsfragen und Lösungsvorschläge ins Gespräch kommen.

Referent: **Vasco Selm**, Primarlehrer, Reformpädagoge, HWZ-Eltern-Kursleiter

**Mi. 16.02.22, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Die Zeit mit Kindern tickt anders: harmonisches Familienleben statt Alltagsstress?**

Stellen Sie sich einmal vor, ihr Leben wäre eine ewige Gegenwart. Verschenden Sie keinen Gedanken an die Zukunft, oder die vielen Termine, durch die sie den Tag strukturiert haben. Nur das, was sie im Moment gerade tun, spielt eine Rolle. Na? Klappt's? Dann haben Sie annähernd begriffen, wie Ihr Kleinkind Zeit empfindet: es lebt nur im "Jetzt". Welche Zeitwelten von Kindern und ihren Eltern prallen im Alltag unvermeidlich aufeinander? Wie entwickelt sich das Zeitverständnis bei Kindern? Wie gestaltet sich mein subjektives Zeitempfinden?

Referentin: **Melanie Pollmer**, Dipl.- Soz.päd., HWZ-Eltern-Kursleiterin

**Mi. 16.03.22, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Mit Kindern über den Tod sprechen**

Oft ist es für uns schwer zu verstehen und auszuhalten, wenn jemand stirbt. Das Zulassen und Erlauben von Abschied, Verlust und Trauer oder darüber Reden ist ungewohnt und anstrengend. Wir suchen nach Worten.

Kinder bekommen das mit, sie spüren, dass etwas anders ist.

Sie möchten mit ihren Möglichkeiten Anteil haben und ernst genommen werden. Wie reagieren Kinder in solchen Zeiten und was tut ihnen „gut“?

Wir beschäftigen uns an diesem Abend dazu mit verschiedenen Anregungen:

- Bilder, Fotos und Erinnerungsgegenstände
- Möglichkeiten für Abschiedsaktionen
- Bilderbücher zum Vorlesen, Anschauen
- Rituale für Abschiedsfeiern und Erinnerungstage
- ...

Es gibt keine allgemeingültigen Antworten oder fertigen Erklärungen. Machen wir uns gemeinsam auf den Weg, um eine Ahnung zu bekommen.

Referent: **Barbara Schink**, Ev. Diakonin, Trauerbegleiterin

**Mi. 27.04.22, 20.00 - 21.30 Uhr:**  
**Wann beginne ich mit der Erziehung? Die ersten drei Lebensjahre**

Und wie erziehe ich "richtig"? Was kann ich von meinem Kind in welchem Alter erwarten?

Es gibt viele Ansichten dazu, von Freunden, Eltern, in Büchern, Zeitschriften und im Internet. Es ist wichtig, dass ich meinen Weg finde, mit dem ich mich wohl fühle. Aber woran kann ich mich orientieren? Woran kann ich erkennen, ob etwas meinem Kind schadet oder ihm gut tut, und was es braucht?

Dieser Abend kann Ihnen helfen, sich zu orientieren und sich selbst zu vertrauen.

Referentin: **Marie Wiese**, Ergotherapeutin, BewegungsRaumLeiterin, Jesper Juul