



# Wurzeln und Flügel



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

### Mi. 25.09.19, 20.00 - 21.30 Uhr: Elternstreit vor Kindern? – Darf das sein?

Das Eltern auch mal Konflikte haben ist normal und nicht zu vermeiden. Freilich stellen sich häufig damit Fragen ein: „Gibt es so etwas wie eine gute Streitkultur?“, „Ist es in Ordnung, dass wir uns vor den Kindern streiten?“, „Wieso und wofür haben wir uns eigentlich so heftig gestritten?“

An diesem Abend wollen wir mit Hilfe eines Konfliktmodells und konkreter Beispiele („Du verwöhnst“, „Du bist zu streng“) Verständnis für die eigene Streitkultur und hoffentlich neue Ideen für den Umgang mit den vorhandenen Meinungsverschiedenheiten bekommen. Denn am Wichtigsten ist am Ende doch: den Konflikt schnell und kindgerecht zu lösen.

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

### Mi. 23.10.19, 20.00 - 21.30 Uhr: Gesunde Ernährung

Stillen oder nicht Stillen? Beides ist in der Öffentlichkeit oft verpönt, obwohl sich wohl die meisten derzeit einig sind, dass nur Stillen das Beste für das Kind ist. Aber auch danach hört es nicht auf: Brei einführen oder Baby-led Weaning (zu dt. babygesteuertes Abstillen), Gläschen oder nur frisch gekocht aus dem Thermomix, komplett zuckerfrei bis zum 3. Lebensjahr oder früher dran gewöhnen? Und was gehört dann am Ende in die Kindergarten- Brotdose und letztlich regelmäßig auf den Familienmittagstisch?

Themen mit denen man mit anderen Eltern sehr gut ins Diskutieren bis Streiten kommen kann. Dies soll an diesem Abend allerdings nicht geschehen. Ein guter Austausch ist das Ziel, bei dem vor allem eins im Vordergrund steht: Gute Ideen mit nach Hause zu nehmen, wie man es selbst zukünftig gerne machen oder ausprobieren möchte, was man vielleicht neu machen oder doch bleiben lassen möchte. Wertefrei, aber auf jeden Fall mit ein paar einfachen, gesunden Rezepten und Tipps für das Kochen für Kinder mit im Handgepäck.

Referentin: **Barbara Hoesmann**, Heilpraktikerin mit Schwerpunkt Ernährung

### Di. 19.11.19, 20.00 - 21.30 Uhr: „Jetzt ist aber mal Schluss!“ – „Grenzen“ u. Regeln in der Erziehung

Ein Satz, den man als Eltern ungern sagt. Denn es bedeutet, man ist genervt von seinem Kind und jetzt muss eine „Grenze“ gezogen werden. Und das ist etwas, was man als liebende Eltern sehr ungern tut. Aber Eltern müssen gemeinsam mit ihren Kindern immer wieder zu solchen Grenzziehungssituationen kommen und sie immer auch wieder neu ausloten und definieren. Was unterscheidet dieses „Grenzsetzen“ eigentlich von Regeln? Sind „Grenzen“ aktueller und wirksamer? In der Erziehung benennt es der dänische Familientherapeut Jesper Juul z.B. mit „Ein Nein zum Verhalten des Kindes ist ein Ja zu mir selbst!“. Mit diesen und anderen Ansichten wollen wir uns an diesem Abend dem Thema „Grenzen und Regeln in der Erziehung“ nähern und gestärkt in den Alltag mit unseren Kindern zurückkehren.

Referent: **Carsten Wichern**, Dipl. Sozialpädagoge

**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

