

Montag, 16.02.2026: Mein High Need Baby - wenn Babys viel weinen

Anna Sternberg (Erziehungswissenschaftlerin (B.A.), Basic Bonding Leiterin, Emotionelle Erste Hilfe Fachberaterin i.A.)

Ein exzessiv schreiendes Baby bringt Familien oft an ihre Grenzen. Eltern fühlen sich verzweifelt, erschöpft und hilflos, während das Baby scheinbar unerreichbar bleibt. Die gesamte Situation kann eine tiefe Stressspirale auslösen, die alle Beteiligten belastet. In diesem Vortrag werden mögliche Ursachen und emotionale Dynamiken hinter anhaltendem Babyschreien beleuchtet - und es wird aufgezeigt, welche Möglichkeiten Eltern haben, sich selbst zu stabilisieren und alle aus der Krise herausfinden.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Wolfenbüttel:
Tel: (05331) 802450, efb@lk-bs.de, www.efb-wf.de

Montag, 09.03.2026: Übergang vom Kindergarten in die Grundschule

Melanie Zillekens (Dipl. Psychologin, DELFI-Qualifikation, HWZ-Trainerin)

An diesem Abend geht es um den Übergang vom Kindergarten in die Grundschule. Somit geht es auch um viele Emotionen, Abschied und Neuanfang. Manchmal auch um Angst, ob das Kind überhaupt schon bereit dafür ist. Das Familienleben bekommt durch diesen Wechsel eine neue Struktur, vielleicht auch neue Herausforderungen. Sie bekommen Impulse, wie Sie Ihr Kind für den Wechsel in die Schule stark machen. Ebenfalls gibt es einige Ideen, wie die letzten Monate vor Schulstart gestaltet werden können und Tipps, wie Sie als Eltern auch für die Zeit nach dem Schulstart Ihr Kind unterstützen können.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Wolfenbüttel:
Tel: (05331) 802450, efb@lk-bs.de, www.efb-wf.de

Montag, 20.04.2026: Wir erwachsenen Trennungskinder

Inke Hummel (Pädagogin, Familienberaterin, Autorin)

Wenn Eltern sich trennen und ihre Kinder dabei nicht gut begleitet werden, hinterlässt das bei vielen Menschen Spuren. Meist ist es erwachsenen Trennungskindern gar nicht bewusst, dass manche ihrer belastenden Denk- und Verhaltensmuster mit der elterlichen Trennung in der Kindheit zusammenhängen -

etwa ein geringer Selbstwert, Harmoniesucht, Aggressivität oder das Gefühl, für alles verantwortlich zu sein und die Sorge, in Beziehungen zu versagen.

An diesem Abend wird über diese Prägungen aufgeklärt und Möglichkeiten zur Selbst- und Beziehungsarbeit vorgestellt, um das Leben neu und selbstbewusst auszurichten und emotional unabhängig zu werden.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Celle:

Tel: (05141) 9090365, info@fabi-celle.de, www.fabi-celle.de

Montag, 11.05.2026: Diagnose AD(H)S - und jetzt?

Melanie Zillekens (Dipl. Psychologin, DELFI-Qualifikation, HWZ-Trainerin)

Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität sind die Kernsymptome eines AD(H)S. Doch was bedeuten diese Merkmale genau? Wenn Ihr Kind nun die Diagnose erhalten hat oder diese im Raum steht, was für Auswirkungen kann das für Ihren (Familien-)Alltag haben? Wir wollen zusammen etwas genauer hinschauen, auf die möglichen Schwierigkeiten und besonders auch auf die Ressourcen blicken.

Wie kann man den Kindern und Jugendlichen die Zeit in der Schule, in der Freizeit und auch zu Hause erleichtern?

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Göttingen:
Tel: (0551) 38905310, efb-goettingen@evlka.de, www.fabi-goe.de

Montag, 08.06.2026: Mit Kopf und Herz - Verhalten verstehen vor dem Hintergrund kindlicher Gehirnentwicklung

Dr. Friederike Meyer-Wolfarth (Familienberaterin, Mentorin)

Warum reagieren Kinder manchmal vermeintlich unberechenbar, unerwartet oder impulsiv? Welche Motivation liegt hinter jeglichem kindlichen Verhalten und welche Rolle spielt die Gehirnentwicklung dabei?

In dieser Fortbildung entdecken Sie, wie kindliche Verhaltensweisen vor dem Hintergrund der neurologischen und emotionalen Entwicklung entstehen. Sie lernen praktische Ansätze kennen, die helfen, mit herausfordernden Situationen verständnisvoll und kompetent umzugehen und so einen entspannten Alltag zu gestalten.

Anmeldung über die Kath. Familien-Bildungsstätte Salzgitter:
Tel: (05341) 45682, info@kathfabisalzgitter.de, www.kathfabisalzgitter.de

Kostenlos

Kinderleicht erziehen Programm 2025/26



Die Vortragsreihe der Familien-Bildungsstätten Niedersachsen

Weitere Informationen und Aktuelles
finden Sie unter:

www.kinderleicht-erziehen.de



Hier geht es zur
Homepage



Folgen Sie uns gerne bei
Instagram

Kinderleicht erziehen 2025/2026

Die Veranstaltungen finden monatlich montags von 20:00 bis 21:30 Uhr zu den angegebenen Terminen per Zoom-Videokonferenz statt. Die Anmeldung erfolgt über die Kontaktdaten der verantwortlichen Familien-Bildungsstätte. Der Link zu den Veranstaltungen wird kurz vor der Veranstaltung via Mail zugesendet. Anmeldeschluss für die einzelnen Vorträge ist der jeweils vorherige Freitag.

Die Teilnahme ist gebührenfrei.

Interessante Hintergrundinformationen und die verwendeten Materialien aus den einzelnen Vorträgen finden Sie auf der Homepage des Projektes. Besuchen Sie sie gerne unter: www.kinderleicht-erziehen.de
Sie finden das Projekt auch auf Instagram unter [@kinderleicht_erziehen](https://www.instagram.com/kinderleicht_erziehen)

Montag, 15.09.2025: Mein Kind outet sich – viel-leicht

Moriz Jordan (Systemischer Berater, Pädagogischer Mitarbeiter Queeres Zentrum Göttingen)

Mein Kind outet sich (vielleicht): In den jüngeren Generationen identifizieren sich etwa 20 % der Menschen als Teil der LGBTQ+-Gemeinschaft. Anders ausgedrückt: In einer Gruppe von fünf Kindern kann man mit einem queeren Kind rechnen. Viele Eltern wissen nicht, wie sie reagieren sollen, wenn sich ihr Kind als queer identifiziert und outet.

Oft sind Eltern überfordert, hilflos und wissen nicht, wie sie ihre Kinder auf ihrem Weg unterstützen, begleiten und schützen können.

Ziel des Seminars ist es, grundlegende Begriffe der Thematik zu vermitteln, Ängste und Klischees abzubauen, Tipps und No-Gos zu benennen und Medien (wie Bücher, Websites oder Gruppen) vorzustellen.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Göttingen:
Tel: (0551) 38905310, efb-goettingen@evlka.de, www.fabi-goe.de

Montag, 27.10.2025: Bindung ohne Burnout

Silke Lopez (Sozialpädagogin, Erzieherin, Systemische Familienberaterin)

Bindungsorientierte Erziehung stärkt Kinder, schafft Vertrauen und vertieft die Beziehung zwischen Eltern und Kind. Doch was, wenn aus dem Wunsch nach einer achtsamen Erziehung unbemerkt ein Gefühl der Überforderung wird? Wenn Eltern das Bedürfnis ihrer Kinder immer an erste Stelle setzen - und dabei sich selbst vergessen? In diesem Onlinevortrag werfen wir einen ehrlichen Blick auf die Herausforderungen einer bedürfnisorientierten Erziehung. Wir sprechen über typische Dynamiken, die Eltern in die Erschöpfung führen können - und wie sie diesen entgegenwirken. Wie kann eine starke Bindung gelingen, ohne sich selbst aus den Augen zu verlieren? Wie kann Nähe mit gesunden Grenzen kombiniert werden?

Freuen Sie sich auf Impulse, die Sie entlasten können und auf praktische Anregungen, um Elternsein mit Herz und Grenzen zu gestalten.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Lüneburg:
Tel: (04131) 44211, info@familienbildungsstaette.de, www.familienbildungsstaette.de

Montag, 10.11.2025: Baby-/ Kleinkindschlaf

Anna Sternberg (Erziehungswissenschaftlerin (B.A.), Basic Bonding Leiterin, Emotionelle Erste Hilfe Fachberaterin i.A.)

Schlaf ist mehr als eine Routine. Er ist ein tief verankerter, emotionaler Prozess. Vom vorgeburtlichen Stress über Bindung und Vertrauen beeinflussen viele Faktoren den Schlaf des Kindes.

Junge Eltern stehen oft unter großem Druck, alles richtig zu machen, was die Unsicherheit zusätzlich verstärken kann. Gleichzeitig folgt der Schlaf von Babys einer ganz eigenen Physiologie: Babyschlaf ist leichter, fragmentierter und stärker mit Grundbedürfnissen verknüpft.

Dieser Vortrag bietet Einblicke in diese Zusammenhänge und zeigt, wie Eltern ihr Kind feinfühlig in diesem Bereich begleiten können.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Wolfenbüttel:
Tel: (05331) 802450, efb@lk-bs.de, www.efb-wf.de

Montag, 08.12.2025: Faszination Digitale Spiele

Andrea Zobel (Dipl. Sozialarbeiterin, Eltern-Medien Trainerin)

"Was spielt mein Kind den ganzen Tag?" oder "Mit wem redet mein Kind da?"

Diese und ähnliche Fragen haben Sie sich sicher auch schon mal gestellt. Vielleicht verstehen Sie auch nicht, in welche Welten sich ihr Kind begibt, wenn es an den Computer oder die Spielekonsole geht, und die Faszination, die diese Geräte ausstrahlen, sind ebenfalls ein Rätsel. Die Welt der digitalen Spiele zu durchblicken und zu entscheiden, was kann ich meinem Kind erlauben und was nicht, ist durchaus komplex.

An diesem Abend stehen verschiedene Fragen im Zentrum. Unter anderem wird geklärt, ob digitale Spiele kompetenzfördernd sind und auf was Eltern achten sollten.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Salzgitter:
Tel: (05341) 836330, efbsalzgitter@lk-bs.de, www.efbsalzgitter.de

Montag, 19.01.2026: Entspannt erziehen - mit gelassenen Eltern und zufriedenen Kindern

Katrin Sieg-Pany (Ausbildung Familylab®, Transformations-Therapie nach Robert Betz)

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie als Eltern entspannter durch den Alltag kommen und eine tiefere Verbindung zu Ihren Kindern aufbauen können. Vermittelt wird zudem, wie die Werte von Jesper Juul (Gleichwürdigkeit, Integrität, Authentizität, Eigenverantwortung) in den Familienalltag integriert werden können und damit mehr Ruhe und Zufriedenheit für Sie und Ihre Kinder geschaffen werden kann.

Anmeldung über die Ev. Familien-Bildungsstätte Salzgitter:
Tel: (05341) 836330, efbsalzgitter@lk-bs.de, www.efbsalzgitter.de

Bei Fragen zu *Kinderleicht erziehen* wenden Sie sich bitte an die Projektkoordination:

Juliane Seifert (Sozialarbeiterin B.A., Gesundheits- und Krankenpflegerin)

Ev. Familien-Bildungsstätte Emden, Tel: (04921) 24832, seifert@efb-emden-leer.de, <https://www.efb-emden-leer.de/>