

BERATUNG, UNTERSTÜTZUNG UND LERNEN

6. Familienbildungstag

AD(H)S-Kinder sind ganz besondere Kinder und stellen Eltern im Alltag oft vor große Herausforderungen. Sie handeln selten aus Einsicht, empfinden vieles als ungerecht, hören scheinbar nicht zu und reagieren häufig impulsiv. Gleichzeitig verfügen sie über besondere Stärken und Talente. Wie kann auch Ihr ADS-Kind diese Fähigkeiten entfalten, Erfolgserlebnisse sammeln und ein gesundes Selbstbewusstsein entwickeln? Der erste Schritt besteht darin, die AD(H)S-Problematik wirklich zu verstehen, denn viele Verhaltensweisen sind keine Absicht, sondern Ausdruck der besonderen Informationsverarbeitung. Darauf aufbauend können Eltern im zweiten Schritt gezielt bewährte Lösungsstrategien im Alltag anwenden und ihrem Kind durch Struktur, Verständnis und Ermutigung Sicherheit geben. Nach dem Vortrag von Dr. Aust-Claus können Sie sich mit anderen Eltern und Fachleuten im Rahmen von Workshops zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten austauschen. Wir freuen uns auf Sie! Ihre Wiesbadener Familienbildungen und das Sachgebiet Elternbildung und Frühe Hilfen

Anmeldung Der Eintritt für Teilnehmende, die in Wiesbaden leben, beträgt 10,00 €; für alle anderen 20,00 €. Bitte melden Sie nur Erwachsene an. Die Anmeldungen werden chronologisch nach ihrem Eingang berücksichtigt. Sie erhalten mit unserer Anmeldebestätigung einen Zugang zur Anmeldung für die Workshops und Kinderbetreuung (bei Bedarf).

Kinderbetreuung Für maximal 20 Kindern im Alter von 3 bis 7 Jahren können wir eine Kinderbetreuung von 9:00 Uhr bis 13:30 Uhr, Unkostenbeitrag zusätzlich 5,00 € pro Kind, anbieten. Die Betreuungsplätze werden ebenfalls chronologisch nach Eingang der Anmeldung vergeben. Falls alle Plätze belegt sind, werden wir Sie informieren. Berücksichtigen Sie bitte beim Bringen, dass die Kinder für das Ablösen von den Eltern Zeit benötigen.

Die Workshops Es ist pro Person nur EIN WORKSHOP wählbar, bis die 15 Plätze je Workshop vergeben sind. Die Anmeldungen werden chronologisch nach ihrem

Eingang berücksichtigt.

1 „KESS erziehen“: Freiheit, Grenzen, Regeln In diesem Workshop mit praktischen Beispielen geht es darum, Kinder besser zu verstehen und den Familienalltag entspannter zu gestalten. Ein pauschales „Nein“ wirkt oft nicht – klare, wohl dosierte Grenzen und Regeln geben Orientierung und Sicherheit. Der KESS-Ansatz berücksichtigt die Bedürfnisse von Kindern mit AD(H)S und unterstützt Eltern mit alltagstauglichen Impulsen für ein wertschätzendes Miteinander. Dr. Agnes Maagh, Familienbildungsreferentin, KFB Wiesbaden - Rheingau - Taunus

2 Nervenstark (Verdacht auf) AD(H)S verstehen – Strategien lernen Das Familienleben bietet sowohl für Kinder als auch für Eltern neben all den schönen und angenehmen Seiten auch herausfordernde Aspekte. Im Gemenge des Alltags kommt es zu stressigen Situationen, zu Anspannungen und Konflikten. Wie kann man dem Teufelskreis entkommen? Wie reagiert man als Elternteil angemessen auf starke emotionale Reaktionen der Kinder? In diesem Workshop werden neue Impulse gesetzt und Handlungsmöglichkeiten erarbeitet. Ein kompakter Workshop für mehr Ruhe, Regulation und Verbindung. Viele Familien mit AD(H)S-Kindern erleben einen herausfordernden Alltag, in dem Konflikte, Überforderung und ständige Erklärungen an der Tagesordnung sind. Dieser Workshop unterstützt Eltern und Kinder unter anderem durch praktische Übungen und Strategien dabei, neue Wege zu finden, verständlich, praktisch und alltagsnah. Camilla Redza, Fachpädagogin für AD(H)S, AWO Familienbildungsstätte Hedi Konrad

3 Ruhiger bleiben im Familienalltag mit AD(H)S Der Alltag mit einem Kind mit ADHS kann sehr herausfordernd und kräftezehrend sein. In diesem Workshop stehen Sie als Eltern im Mittelpunkt: Wie können Sie besser für sich sorgen und auch in stressigen Situationen ruhiger bleiben? Sie erhalten einfache Impulse und praktische Übungen, um aus dem schnellen Reagieren auszusteigen und neue Kraft zu sammeln. Außerdem gibt es Raum für Austausch und Entlastung. Ziel ist es, Sie für den Familienalltag zu stärken und zu entlasten. Vanessa Raczek und Frank Schäfer, Erziehungsberatungsstelle im Nachbarschaftshaus

4 Zwischen Freudentaumel und Wutanfall – Emotionsregulation bei starken Gefühlen Im Familienalltag kochen die Gefühle häufig über; ungewollt entstehen Konfliktfelder, die zu heftiger Wut führen können. Gerade neurodivergente Kinder erleben jedes ihrer Gefühle meist sehr intensiv und haben Schwierigkeiten, diese Emotionen zu regulieren. Wie reagiert man als Eltern angemessen auf die oft überwältigenden Gefühle des Kindes? Wie begleitet man sein sensibles Kind in seinem Erleben und Handeln? In diesem Workshop sollen Handlungsimpulse erarbeitet werden, die zu einem entspannteren Familienleben führen. Viktoria Löw, Institut für Beratung und Therapie von Familien und Jugendlichen ITB

5 Alltagsstruktur bei Kindern mit AD(H)S Feste Strukturen im Erziehungsalltag etablieren, Regeln aufstellen und diese einhalten gehören neben dem Grenzen setzen zu den größten Herausforderungen im Familienalltag – besonders, wenn ein Kind AD(H)S hat. Wutausbrüche, impulsives Verhalten und emotionale Überforderung machen es Eltern oft schwer, konsequent zu bleiben, ohne die Beziehung zu belasten. Die Erziehung und die Beziehungsarbeit findet unter erschwerten Bedingungen statt. Tobias Anton, Erziehungsberatungsstelle im Nachbarschaftshaus

6 Struktur statt Stress – wie kann das gelingen? Um die Herausforderungen des Alltags in der Familie erfolgreich zu meistern braucht es passende Strukturen, als Fundament für Orientierung, Ordnung und Handlungssicherheit. Gleichzeitig braucht es Freiräume für Kreativität und Entwicklung. Welche Gestaltungsmöglichkeiten haben Sie als Eltern im Alltag mit ihren Kindern? Wir möchten gemeinsam mit Ihnen beispielhaft drei Bereiche in den Blick nehmen: Wirkungsvolle Aufforderungen-Routinen im Alltag- Hausaufgaben. Wie können hilfreiche Strukturen für Kinder mit AD(H)S geschaffen werden? Der Workshop bietet Raum, um Alltagssituationen zu besprechen und für Erfahrungsaustausch. Carmen Hild und Michaela Heinen, Erziehungsberatungsstelle im Atrium-Haus für Familien, Eltern, Kinder und Jugendliche

Weitere Informationen

Anmeldung

Anmelden direkt online
https://www.familienbildung-wi.de/kurssuche/kurs/6-Wiesbadener-Familienbildungstag-ADHS-Kinder/2026_3901

Kosten

10,00 bzw. 20,00 € zzgl. Kinderbetreuung 5,00 €

Zugang

Offen (ohne Mitgliedschaft)

Termin/e

25.04.2026, 09:00 - 13:30 Uhr

Veranstaltungsort/e

Rathausstr. 10, 65203 Wiesbaden

Wer führt das Angebot durch?

Evangelische Familienbildung

Schlossplatz 4

65183

Wiesbaden

Ansprechperson

Anmeldung & Verwaltung

0611524015

info@familienbildung-wi.de

info@familienbildung-wi.de

www.familienbildung-wi.de

Rechtliche Hinweise

Das Impressum finden Sie im Anbieterprofil.