

## Anmeldung

Online auf  
[www.eeb-niedersachsen.de](http://www.eeb-niedersachsen.de)  
oder per E-Mail an  
[eeb.niedersachsen@evlka.de](mailto:eeb.niedersachsen@evlka.de)

Pro Thema (zwei Termine) sowie für ein Reflexionstreffen ist eine Anmeldung erforderlich.

Die Teilnahme ist **kostenfrei**.

### Zur Anmeldung:



In Kooperation mit:



Gefördert von:



**Zielgruppe:** Väter und Mütter von Kindern im Alter von 0 bis 10 Jahren, Großeltern, Elterngruppen, Leitungen von Eltern-Kind-Gruppen

**Hinweis:** Die Reihe kann auch gemeinsam mit anderen Eltern, z. B. als Elternabend in einer KiTa oder Schule, besucht werden.

**Reflexionstreffen:** Zu jedem Thema werden kostenfreie Reflexionstreffen für Kleingruppen angeboten, um auf individuelle Fragen und Herausforderungen ausführlicher einzugehen.

**Leitung:** Nora Becher  
pädagogische Mitarbeiterin

**Evangelische Erwachsenenbildung  
Niedersachsen**  
Odeonstr. 12  
30159 Hannover  
Tel. 0511/1241-413  
[eeb.niedersachsen@evlka.de](mailto:eeb.niedersachsen@evlka.de)  
[www.eeb-niedersachsen.de](http://www.eeb-niedersachsen.de)

Die Evangelische Erwachsenenbildung (EEB) ist anerkannter Träger der Erwachsenenbildung und qualitätstestiert nach AZAV und ZAZAVplus.



EVANGELISCHE  
ERWACHSENENBILDUNG  
NIEDERSACHSEN



## Family Skills

**Neue Perspektiven für die  
Herausforderungen im Familienalltag**

online und kostenfrei  
6x donnerstags  
um 19:30



EVANGELISCHE  
ERWACHSENENBILDUNG  
NIEDERSACHSEN

# Family Skills - Neue Perspektiven für die Herausforderungen im Familienalltag

Mit dem Programm „**Family Skills**“ möchten wir Eltern in ihrem Familienalltag durch fachliche Impulse und Austausch untereinander sowie praktische Tipps unterstützen.

Jedes Thema findet über zwei Abende statt, sodass in der Zwischenzeit die Inhalte im Alltag erprobt und reflektiert werden können. Zusätzlich werden **Reflexionstreffen** angeboten.

## Alltagshelden an der Schwelle

Entwicklungsübergänge begleiten

**Donnerstag, 06.02. und 13.02.2025**

19.30 – 21.30 Uhr, online

Familien meistern wahre Heldentaten im Alltag. Dazu gehört es, Kinder und Jugendliche in ihren Entwicklungsschritten zu begleiten, zu verstehen und zu stärken. Besonders neue Geschwisterkinder, der Eintritt in Kita oder Schule, aber auch die Entdeckung des eigenen Willens können sich wie Krisen anfühlen.

Der Workshop gibt einen Überblick darüber, wie Eltern einschätzen können, was ihr Kind wann erlernt und wie sie es in Übergangsphasen unterstützen können. Dabei wird auch in den Blick genommen, wie Eltern ihre Kraft und Ausgeglichenheit behalten können.



Katrin Kroll arbeitet psychotherapeutisch mit Kindern, Jugendlichen und Familien und ist als Supervisorin für pädagogische Einrichtungen tätig.



## Turbulente Stürme meistern

Umgang mit Wut und Aggression

**Donnerstag, 20.02. und 27.02.2025**

19.30 – 21.30 Uhr, online

Emotionen können Kinder im Alltag plötzlich und heftig überrollen. Gerade Wut und Aggression löst bei ihnen und ihrem Gegenüber meist Unverständnis und Hilflosigkeit aus. Im Familienalltag kann es herausfordernd sein, das wütende Verhalten des Kindes zu verstehen und ihm präventiv sowie heraushelfend zu begegnen.

Der Workshop nimmt dieses Verhalten unter die Lupe und es wird festgestellt, welche starker (Über-)Lebenswille und Sinn sich dahinter verbirgt. Um Kindern neue Wege im Umgang mit ihren Emotionen zu ermöglichen, wird in dem Workshop ein Ideen-Koffer mit praktischen Aktionen und Anregungen erkundet.



Sabrina von Hopffgarten arbeitet als Therapeutin der Psychotherapie (HPG) für Kinder, Jugendliche und Familien, ist Psychologiedozent, leitet eine Kinderkrippe und ist tätig in der Familien- und Erziehungsberatung.

## Der ganz normale Familienwahnsinn Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategien

**Donnerstag, 06.03. und 13.03.2025**

19.30 – 21.30 Uhr, online

Fast alle Eltern kennen es: Der Familienalltag ist oft hektisch und voller Anforderungen. Es ist herausfordernd, die Bedürfnisse aller Familienmitglieder unter einen Hut zu bekommen. In der Folge sind alle sehr gefordert und es kommt immer wieder zu Konflikten.

Die gute Nachricht ist: Sie sind damit nicht allein und es gibt Lösungsansätze! Der Workshop gibt Einblicke, wie der herausfordernde Familienalltag entschärft und wie Konflikte mithilfe wertschätzender Kommunikation gelöst werden können. Ziel ist ein Schritt hin zu einem leichteren, friedvolleren Familienalltag.



Julia Männel ist Diplom-Psychologin und Mediatorin. Sie arbeitet als Beraterin und Trainerin an der Uni Hannover.



EVANGELISCHE  
ERWACHSENENBILDUNG  
NIEDERSACHSEN