

6. Wiesbadener Familienbildungstag

AD(H)S Kinder

Verstehen – Begleiten – Fördern



Foto: iStock-121352599

Samstag
25. April 2026
9-13.³⁰ Uhr

im Nachbarschaftshaus
Rathausstraße 10 · 65203 Wiesbaden

AD(H)S Kinder

Verstehen – Begleiten – Fördern

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 Familienbildungsstätten
und das Sachgebiet Elternbildung
und Frühe Hilfen***

Das Programm

Samstag 25. April 2026

9-13.³⁰ Uhr

9.⁰⁰ Uhr Einlass

9.³⁰ Uhr Begrüßung

Grußwort Esther Wagner,
Abteilungsleiterin Sozialdienst,
Amt für Soziale Arbeit

9.⁴⁰ Uhr AD(H)S Kinder

Verstehen – Begleiten - Fördern

Vortrag von Dr. Aust-Claus

11.¹⁰ Uhr Pause

11.³⁰ Uhr Workshops

13.³⁰ Uhr Ende der Veranstaltung



INFO: Vor Ort gibt es keine Verpflegung!



GEMEINSAM
für Familien in Wiesbaden

Workshops

INFO Alle Workshops finden über einen Zeitraum von 2 Stunden statt. Sie können daher nur **einen** Workshop wählen.

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

Ein kompakter Workshop für mehr Ruhe, Regulation und Verbindung. Viele Familien mit AD(H)S-Kindern erleben einen herausfordernden Alltag, in der 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**

Workshops



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 Den Familienalltag meistern: Strukturen für Kinder 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**

Veranstaltungsort

Nachbarschaftshaus Wiesbaden e.V.

Rathausstraße 10, 65203 Wiesbaden

Telefon: 0611/96 72 10

fb@nachbarschaftshaus-wiesbaden.de

www.nachbarschaftshaus-wiesbaden.de

Die Buslinien 3, 4, 9, 14, 38 und 39 halten direkt vor dem Nachbarschaftshaus an der Haltestelle „Rheinufer/Adolf-Todt-Str./ Nachbarschaftshaus“.



Anmeldung

Der Familienbildungstag kostet für in Wiesbaden gemeldete Personen 10,00 €, (für alle anderen 20,00 €). Bitte melden Sie sich unter folgender Adresse an:

<http://www.familienbildung-wi.de>

oder **QR-Code** scannen



Die Anmeldungen werden chronologisch nach ihrem Eingang berücksichtigt. Sie erhalten mit Ihrer Anmeldebestätigung einen Zugang zur Einwahl in die Workshops und zur Anmeldung für die Kinderbetreuung.

Kinderbetreuung

Wir bieten Kinderbetreuung von 9.00–13.30 Uhr für 20 Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren an. Die Betreuungsplätze werden ebenfalls chronologisch nach Eingang der Anmeldung vergeben. Falls alle Plätze belegt sind, werden wir Sie informieren. Berücksichtigen Sie bitte, dass die Kinder für die Betreuungsübergabe entsprechend Zeit benötigen. Für die Kinderbetreuung erheben wir einen Unkostenbeitrag von 5€.



Referentin

**Dr. Elisabeth
Aust-Claus**



Nach der Ausbildung zur Fachärztin für Kinder und Jugendmedizin habe ich mich spezialisiert auf dem Gebiet der Neuropädiatrie (Kinderneurologie) und eine zusätzliche Ausbildung in der Systemischen Familientherapie und Verhaltenstherapie absolviert. In meiner Praxis betreue ich Kinder mit Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten. Mein Schwerpunkt ist die Betreuung der Kinder und ihren Eltern mit ADS/ADHS. Damit die Arbeit noch effizienter wird, habe ich vor vielen Jahren das OptiMind-Institut gegründet, hier finden Fortbildungen zum Thema ADS und besonders ein ADS-Elterntraining statt.

www.opti-mind.de.



GEMEINSAM
für Familien in Wiesbaden

Veranstalter



Evangelische Familienbildung im Dekanat Wiesbaden

Haus an der Marktkirche
www.familienbildung-wi.de



Katholische Familienbildung im Roncallihaus www.familienbildung-wiesbaden.de



Nachbarschaftshaus Wiesbaden e.V. **Abteilung Familienbildung** www.nachbarschaftshaus-wiesbaden.de/familienbildung



Amt für Soziale Arbeit



Sachgebiet Elternbildung und Frühe Hilfen Amt für Soziale Arbeit Wiesbaden www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/eltern/content/elternbildung