

PRESSEMITTEILUNG

Kinder fit fürs Leben machen

Wie Kinder lernen, mit Herausforderungen umzugehen – und Erwachsene sie dabei unterstützen können

(Neukirchen-Vluyn, 03.12.2025) Ob Nachrichten über Krieg und Klimakrisen oder ganz persönliche Sorgen: Viele junge Menschen haben heute Schwierigkeiten, mit den größeren und kleineren Herausforderungen des Lebens umzugehen und sind dadurch psychisch belastet¹. Zwei unserer Bücher bieten genau hier Hilfestellung: Daniela Helfrichs interaktives Impuls- und Ausfüllbuch führt Kinder altersgerecht an schwierige Gefühle und weltweite Krisen heran, und Cordula Zywickis Erziehungsratgeber erklärt Eltern und anderen Erziehungsberechtigten, wie sie die seelische Widerstandskraft ihrer Kinder stärken können.

Für Kinder: „Heute bin ich traurig, lieber Gott“ von Daniela Helfrich

Das kreative Impuls- und Ausfüllbuch richtet sich an Grundschulkinder und Pre-Teens. Es erklärt schwierige Themen wie Leid, Angst und globale Krisen verständlich und bietet Kindern konkrete Möglichkeiten, ihre Gefühle zu ordnen und zu verarbeiten. Mit Mitmachseiten, Platz für eigene Gedanken, alltagsnahen Tipps und passenden Bibelversen erleben junge Leserinnen und Leser, dass sie aktiv etwas tun können, wenn sie Kummer haben. Das Buch eignet sich für zuhause, Schule, Gemeinde oder therapeutische Begleitung.

Für Erwachsene: „Sturmerprobt & wetterfest“ von Cordula Zywicki

Die Diplom-Psychologin und Jugendtherapeutin zeigt, wie Eltern und Pädagogen:innen Kinder darin unterstützen können, Widerstandskraft zu entwickeln. Sie plädiert dafür, Herausforderungen nicht reflexhaft abzuschirmen, sondern Kindern zuzutrauen, auch Frust und Enttäuschung zu bewältigen. Anhand vieler Beispiele aus ihrer Praxis beschreibt Zywicki, wie Resilienz entsteht und wie Erwachsene Orientierung geben können, ohne zu überfordern. Reflexionsfragen und konkrete Alltagstipps machen den Ratgeber sofort nutzbar.

Beide Bücher machen deutlich: Kinder brauchen sowohl Räume für ihre eigenen Gefühle als auch Erwachsene, die sie ermutigen und ihnen Vertrauen schenken. Zusammen zeigen sie Wege, wie Kinder innere Stärke entwickeln und Erwachsene sie dabei verlässlich begleiten können.

¹ Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf: Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen durch globale Krisen belastet, in: <https://www.uke.de/>, 04. Dezember 2024,
https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite_160448.html
(02.12.2025).



Daniela Helfrich

Heute bin ich traurig, lieber Gott
Mein Kummerbuch

gebunden, 112 Seiten
Format 16,5 cm x 21,7 cm

ISBN 978-3-7615-7061-6

€ 16,00

neukirchener

Erschienen am 25.08.2025

Cordula Zywicki

Sturmerprobt und wetterfest

Wie wir die seelische Widerstandskraft unserer Kinder stärken

Klappenbroschur, 136 Seiten

Format 13,5 cm x 21,5 cm

ISBN 978-3-7615-7062-3

€ 20,00

neukirchener

Erschienen am 25.08.2025



Pressematerial finden Sie [hier](#) zum Download.

Melden Sie sich gerne bei Interesse an einem Rezensionsexemplar oder sonstigen Anfragen:

Lisa-Sophie Käsch – Presse- und Öffentlichkeitsarbeit – Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH

Telefon: 02845. 392 7204

E-Mail: presse@neukirchener-verlage.de

www.neukirchener-verlage.de