



Julia Scharnowski

Starke Jungs brauchen entspannte Eltern
Gelassen durch den Familienalltag

ca. 224 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-1607-3
€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Erscheint am: 21.02.2020

Dieses Buch erscheint auch als E-Book.

Wildes Indianergeheul, Toben und Lärmen – Konzentrationsschwierigkeiten bei den Hausaufgaben – lautstarker Wutausbruch auf offener Straße: viele Söhne haben sich ihren Rabauken-Ruf scheinbar redlich verdient. Sie klettern über Tische, bevor sie richtig laufen können, sie sind laut und aggressiv und können in der Schule einfach nicht stillsitzen. Dieser Ratgeber orientiert sich am üblichen Tagesablauf und zeigt Eltern, wie sie mit allen typischen Stress-Situationen umgehen können. Für alle, die entspannt glückliche Jungs großziehen möchten!

Aus dem Inhalt:

- Anziehen dauert mal wieder ewig
- Frühstücksnörgler und Essensverweigerer
- Trödeln, Spielen, Zeit schinden
- Kochen und Kinder beschäftigen
- Mittagsschlaf und Mittagsruhe
- Wieviel Taschengeld ist passend?
- Bildschirmzeiten und Medienkonsum
- Auspowern und herunterfahren

Die Autorin

Julia Scharnowski ist Mutter von drei Söhnen, erfolgreiche Bloggerin, arbeitet als Eltern-Coach, betreibt einen Online-Shop für Mütter und ist ausgebildete Journalistin – ihre Community liebt sie für ihre offenen und ehrlichen Posts. Auf ihrem Blog „Doppelkinder“ berichtet sie unter anderem aus ihrem Familienleben und verrät einfache Werkzeuge für ein kraftvolleres Mamaleben. In ihrem Podcast gibt sie tausenden Müttern Anregungen für ein entspanntes Familienleben. Außerdem schreibt sie Artikel für Zeitungen und Online-Magazine.



Pressekontakt

Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG | 30130 Hannover
PR & Werbung humboldt | Telefon 0511 8550-2562 | Fax 0511 8550-992562 | presse@humboldt.de

Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Gerne auch digital an: presse@humboldt.de Vielen Dank!