

Kleinkindererziehung ohne Stress

17.12.2009, 17:12 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Centaurus Verlag & Media KG*



Buchcover

Familie leicht(er) gemacht! Praktische Tipps und Richtlinien für die Erziehung von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren: kompetent und locker vermittelt.

Light oder einfach ist das Zauberwort unserer Zeit. Wir alle wollen ein leichtes, glückliches Leben. Viele Dinge sollte man auch leichter nehmen, davon ist Birgit Kogler, erfahrene Familientrainerin und Jugendcoach, überzeugt. Aber gerade Eltern machen sich durch unnötige Sorgen das Leben oft besonders schwer.

Für Hilfe suchende Eltern hat Kogler, in neuer Überarbeitung, den Familienratgeber „Family light 1... das Leben ist hart genug!“ herausgegeben. Mit einer großen Portion Humor und Liebe beschreibt sie darin den alltäglichen „Wahnsinn“ im

familiären Zusammenleben. Ihr Buch bietet wertvolle und sofort umsetzbare Tipps und Richtlinien für den Umgang mit kleinen Kindern im Alter bis zu sechs Jahren.

„Weil ich weiß, dass das Leben mit Kindern oft nicht einfach erscheint, möchte ich Familien unterstützen und ihren Alltag etwas erleichtern“, so Birgit Kogler über dieses Buch.

In 18 Kapiteln gibt die Autorin hilfreiche Hinweise und lebensnahe Beispiele, ohne mit erhobenem Zeigefinger zu winken. Kogler möchte wie eine verständnisvolle „Freundin“ sein, die mit fundiertem Fachwissen weiterhilft. Einfühlsam behandelt sie Themen wie: Eltern werden und trotzdem ein Paar bleiben, das Trotzalter, Aggressionen, den sinnvollen Umgang mit den Medien, liebevolle Schlafrituale und Regeln und Kreativitätsförderung bis hin zu konstruktivem Konfliktmanagement.

Witzige und sehr treffende Illustrationen ergänzen perfekt das Gesamtbild. In diesem Sinne: Family light!

Family light 1... das Leben ist hart
genug!
2., überarbeitete und ergänzte Auflage
33 Illustrationen von Alexandra Gunesch
Broschur, 216 Seiten
ISBN 978-3-8255-0690-2
Centaurus Verlag & Media KG / Freiburg

Portrait

Birgit Kogler hat eine Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin und Kinder- und Jugendcoach absolviert. Die Mutter zweier Kinder ist seit einigen Jahren in der Beratung mit Kindern und Jugendlichen tätig – seit 2006 in eigener Praxis. Daneben leitet sie Elternabende und Workshops zu Erziehungsthemen, ist etablierte Gastkommentatorin in zahlreichen Printmedien, TV- und Radiostation.

Birgit Kogler lebt mit ihrer Familie in Linz / Oberösterreich.

Im Centaurus Verlag veröffentlichte sie bereits den erfolgreichen Band „Family light ... das Leben ist hart genug!“, einen Erziehungsratgeber für Kinder von 0 bis 6 Jahren.

www.kinder-glueck.com

News-ID: 382178 • Views: 823 (Stand: 29.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/382178/Kleinkindererziehung-ohne-Stress.html>