

Presseinformation

Stefanie Stahl, Julia Tomuschat

Nestwärme, die Flügel verleiht

**Halt geben und Freiheit schenken –
wie wir erziehen ohne zu erziehen**

Reihe: Einzeltitel Partnerschaft & Familie
240 Seiten

Format: 13,5 x 21,0 cm, Klappenbroschur
Preis: 17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 24,50 sFr
ISBN: 978-3-8338-6725-5
Erscheinungstermin: Dezember 2018

 Auch als
eBook
erhältlich.



Die richtige Balance in der Erziehung finden: Beziehung statt Erziehung

Stefanie Stahl hat mit ihrem Bestseller „Das Kind in dir muss Heimat finden“ etwas erschaffen, das im Bereich Lebenshilfe im Zeichen seichter Unterhaltungsbücher ausgestorben schien: eine ernsthafte Anleitung zur Arbeit an sich selbst. Wenn es uns gelingt, uns von der kurzen Leine zu lösen, mit der uns unser „Schattenkind“ durchs Leben führt, haben wir die Chance auf gesunde Beziehungen. Dies gilt auch für die Beziehung, die wir zu unserem Kind / unseren Kindern haben:

Da es kaum mehr Großfamilien gibt und sich nicht ein ganzes Dorf um ein Kind kümmert, sondern Eltern und Kinder in der Kleinfamilie eng aufeinander hocken, sind die Kinder unseren Ecken und Kanten mehr denn je ausgeliefert. Deshalb ist es umso wichtiger, als Vater oder Mutter mit sich im Reinen zu sein. Kinder brauchen Eltern, die beziehungsfähig sind, Eltern, die klar, authentisch, entspannt und liebevoll erziehen.

Das ist viel leichter gesagt als getan. So ist der Alltag vieler Eltern randvoll zugestopft mit ihrer beruflichen Tätigkeit und tausend Terminen. Gerade deswegen will **Nestwärme, die Flügel verleiht** sie auch nicht mit weiteren Ratschlägen stressen und ihnen noch mehr Arbeit aufhalsen. „Erziehen ohne zu erziehen“ bedeutet vielmehr, die Beziehung zu unseren Kindern und zu uns selbst zu reflektieren, weniger zu TUN, dafür aber bewusster zu SEIN. Hierdurch können wir genauer erkennen, was unsere Kinder tatsächlich benötigen. Leicht kann es nämlich passieren, dass wir unsere Kinder nur durch die Brille der eigenen „Du musst“- und „Du sollst“-Ansprüche wahrnehmen und so an ihren – und letztlich auch unseren eigenen – Bedürfnissen vorbei handeln. Je besser wir uns selbst im Auge haben, desto leichter können wir durchatmen und unseren Kindern gute Eltern sein.

Unsere Kinder haben dabei den größten Gewinn: Befreit von unseren eigenen auf sie projizierten Schattenaspekten, von Angstprägungen und Helikopter-Phänomenen können sie sich selbstbewusst entfalten. Zusammen mit Julia Tomuschat gibt uns Stefanie Stahl eine funktionierende Anleitung an die Hand, wie wir unsere Eltern-Kind-Beziehung von den eigenen Schattenanteilen entrümpeln und sie damit glücklich und erfüllt machen.

Stefanie Stahl und **Julia Tomuschat** sind Psychologinnen mit eigener Praxis und geben erfolgreich Seminare zur Arbeit mit dem inneren Kind. Stefanie Stahl ist Autorin mehrerer Bestseller (u.a. „Das Kind in dir muss Heimat finden“, Jahresbestseller 2017). Julia Tomuschat hat – als Mutter von zwei Kindern – die Methode auf die Erziehung adaptiert und erfolgreich erprobt. Mehr unter www.stefaniestahl.de und www.sonnenkindprinzip.de