



Christina Arras/Ilona Einwohlt:

**Wellenreiterin.**

**Das Mädchen-Coachingbuch für den Start ins Leben.**

144 Seiten durchgehend farbig illustriert.

Arena Verlag, Würzburg 2008.

Ab 12 Jahren.

ISBN 978-3-401-02383-0, € 5,95

Weitere Presseinformationen und Rezensionsexemplare:

Arena Verlag GmbH

Regine Bruns/Marie-Sophie Metzger

Tel.: 09 31/796 44-20 oder -72

Fax: 09 31/796 44-13

regine.brunns@arena-verlag.de

marie-sophie.metzger@arena-verlag.de

www.arena-verlag.de

## SPRING AUF DIE PERFEKTE WELLE!

Dieses professionelle Coachingbuch unterstützt Mädchen dabei, ihre eigenen Talente zu entdecken und sich der eigenen Stärken bewusst zu werden. Mit dem Blick auf Praktikumssuche oder Lehrstellenwahl geht es um das Kennenlernen von Berufen und um die Steigerung des eigenen Wettbewerbsfaktors: Wie Lernen und Vortragen am besten funktionieren, wie Bewerbungen und Bewerbungsgespräche gemeistert werden, wie ein Kontakt zum Unternehmen zum Erfolg wird – alles das wird auf lockere Art gefördert: mit Tests, Checklisten, Links und Übungen zur Persönlichkeitsentwicklung. Perfekt zum individuellen Sprung auf die Lebenswelle!

## STARTE DURCH!

- ✧ mithilfe von mit Persönlichkeitstests und Übungen herausfinden, wo die eigenen Interessen, Talente und Stärken liegen
- ✧ Techniken nutzen, die Lernen erleichtern und das Reden erfolgreicher machen
- ✧ Aneignen von Wissen über mögliche berufliche Entwicklungen sowie Voraussetzungen und Entwicklungschancen konkreter Berufe
- ✧ Training von selbstbewusstem Auftreten in Referat, Bewerbung und Bewerbungsgespräch, Praktikum
- ✧ ernsthaft in der Sache, locker im Ton – mit zahlreichen praktischen Übungen, Tests und Checklisten

„Mädchen, die auf der Suche nach kompetenten Ratschlägen abseits von besserwisserischen Sprüchen sind, sind mit diesem Buch bestens bedient!“

DIE RHEINPFALZ über „Schmetterlingsflügel für dich“

## ÜBER DIE AUTORINNEN

**Christina Arras** weiß als Beraterin, Trainerin und Coach, dass clevere Mädchen herausfinden, was erfolgreiche Frauen brauchen. **Ilona Einwohlt** ist Autorin vieler Jugendbücher und hat sich im Bereich Ratgeber für Mädchen einen Namen gemacht. Die beiden Autorinnen leben mit ihren Familien in der Nähe von Darmstadt. Erfolgreich erschien von ihnen der Longseller „Schmetterlingsflügel für dich. Das Coachingbuch für starke und selbstbewusste Mädchen“ (Arena TB 2390).

Arena