



Christina Arras/Ilona Einwohlt:
**Schmetterlingsflügel für dich.
Das Coachingbuch für starke
und selbstbewusste Mädchen.**

Arena Verlag, Würzburg 2007
ISBN 3-401-02390-X
Ab 12

Weitere Presseinformationen und
Rezensionsexemplare:

Arena Verlag
Nicole Hartmann
Tel.: 09 31/796 44-20
Fax: 09 31/796 44-13
nicole.hartmann@arena-verlag.de
www.arena-verlag.de



DIESES BUCH BEFLÜGELT!

- ✦ Training von selbstbewusstem und situationsbezogenem Verhalten für Diskussionen, Streit und Referate.
- ✦ Lernen, wie man erfolgreich Ziele setzt und diese auch erreicht – zu Hause, in der Schule, beim Sport.
- ✦ Aneignen von Profi-Tipps aus Geld- und Zeitmanagement für mehr Spaß im Leben.
- ✦ Ernsthaft in der Sache, locker im Ton – mit zahlreichen praktischen Übungen, Tests und Checklisten.



ÜBER DIE AUTORINNEN

Wer bin ich? Was will ich? Was soll ich aus mir machen – und wie? Fragen über Fragen, die Mädchen mitten in der Pubertät umtreiben und, oh Mann!, unsäglich nerven. Oder etwa nicht?!

Dieses erste professionelle Coachingbuch für Mädchen zeigt verschiedene Wege, wie sie ihr eigenes Teenie-Leben aktiv gestalten können – und sich dabei Schritt für Schritt selbst (noch) besser kennen lernen. Dabei geht es um individuelles Mädchensein und um die Entfaltung der eigenen, starken Persönlichkeit – wie bei einem Schmetterling. Mit professionellen Techniken der Persönlichkeitsentwicklung, Tests und Checklisten.

Perfekt zum Durchstarten ins eigene Leben!

Christina Arras weiß als Beraterin, Trainerin und Coach, dass clevere Mädchen herausfinden, was erfolgreiche Frauen brauchen. In ihren Seminaren zu Präsentation, Gesprächsführung, Zielvereinbarungen, Konfliktmanagement etc. vermittelt sie, was möglich ist, wenn Mann/Frau die eigene Selbstverantwortung annimmt und die Interaktion mit anderen aktiv und positiv gestaltet. Dabei geht es nie um das Erlernen von Einheitsmaschen, sondern immer darum, echt zu sein und als ganze Persönlichkeit zu wirken.

Ilona Einwohlt findet als Autorin mehrerer Kinder- und Jugendbücher, dass Mädchen gar nicht stark und selbstbewusst genug sein können. Ob Liebe und Liebeskummer, Freundschaft und Krisen oder der ganz normale Alltag mit seinem alltäglichen Wahnsinn – immer nimmt sie die Mädchen ernst und gibt, ohne jemals aufdringlich pädagogisch zu sein, wertvolle Tipps und Denkanstöße. Bei Arena ist von ihr bereits der Titel „Weil wir Freundinnen sind. Was Mädchen aneinander haben“ (TB 2367) erschienen.

Arena