

Marion und
Werner Tiki Küstenmacher



simplify
your life

Mit Kindern
einfacher und glücklicher leben

mit Karikaturen von
Werner Tiki Küstenmacher

Campus Verlag
Frankfurt/New York

159.55

Inhalt

Vorwort	7
Das Geheimnis entspannter Eltern	10
Seien Sie dankbar	10
Babys und Kleinkinder	22
Schlafen Sie sich aus	23
Geben Sie Ihrem Partner Vorrang	24
Lassen Sie sich helfen	26
Streichen Sie das Wort »Rabenmutter«	28
Kinder im Kindergartenalter	31
Vereinfachen Sie den Muttertag	31
Die tägliche Routine	33
Aufräumen und Ordnung halten	42
Ohne Angst einschlafen	50

Einkaufen gehen mit kleinen Kindern . .	52
Vereinfachen Sie den Kindergeburtstag .	54
Schulkinder	57
Machen Sie Ihrem Kind das Leben leichter	57
Wie Ihr Kind die richtigen Freunde gewinnt	68
Sicherheitstraining für Kinder	72
Vereinfachen Sie das Haustier	78
Vereinfachen Sie die Schule	83
Kinder und Handys	98
Familienleben (für Kinder jeden Alters) .	100
Vereinfachen Sie die Kommunikation . .	103
Entschärfen Sie Familienkonflikte	107
Vereinfachen Sie Ihren Familienurlaub .	112
Wenn Kinder krank werden	123
Regeln für die Patchwork-Familie	124
Vertrauen Sie der Einfachheit	129