

# simplify your life - Mit Kindern einfacher und glücklicher leben

Bearbeitet von  
Marion und Werner Tiki Küstenmacher, Werner Tiki Küstenmacher

1. Auflage 2004. Buch. 130 S. Hardcover  
ISBN 978 3 593 37555 7  
Format (B x L): 11 x 18,6 cm  
Gewicht: 203 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychologie: Allgemeines > Psychologie:  
Sachbuch, Ratgeber](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Leseprobe

## Vorwort

Wie genervt und gestresst wir Eltern auch manchmal sein mögen - der größte Reichtum in unserem Leben sind doch unsere Kinder. Wir alle leben, weil unsere Eltern ebenso gedacht und uns großzügigerweise in die Welt gesetzt haben. Auf diesem einfachen Gedanken, dem simplify-Grundgedanken schlechthin, beruht unser Leben.

Es gibt Phasen im Leben, in denen simplify your life nicht funktioniert, denn diese Zeiten sind von Natur aus kompliziert und in ihren Grundzügen nicht veränderbar. Wenn Sie ein kleines Kind haben, leben Sie in einem solchen Abschnitt. Ein Kind hat immer Priorität, da helfen weder Zeitmanagement noch Zielvereinbarungen oder Selbstorganisation. Wenn Sie mehrere kleinere Kinder haben, wird es noch komplizierter. Es ist auch nicht einmal sicher, dass die Kompliziertheit des Lebens mit dem Alter Ihrer Kinder abnimmt. Größere Kinder beanspruchen ihre Eltern zwar nicht mehr jede einzelne Minute, aber dafür kann die Art der Sorgen um so schwerwiegender werden.

Wir selbst leben seit 21 Jahren in dieser komplizierten Lebensphase, weil sich die Geburten unserer Kinder - die jetzt 21, 18 und 6 Jahre alt sind - über einen Zeitraum von 15 Jahren verteilt haben. Da uns diese Phase schlichtweg zu lang wurde, haben wir begonnen, Mittel zu ihrer Vereinfachung zu sammeln. So ist das Thema zu unserem Spezialgebiet geworden. Wir haben das Vereinfachen in sehr kleinen, oft mühsamen Schritten gelernt. Wir sind überzeugt: Mithilfe unserer

Erfahrungen werden Sie es sicher schneller schaffen.

Wir sprechen in diesem Buch oft von "Kindern" - wohl wissend, dass viele von Ihnen nur ein Kind haben. Jedes Mal akribisch zwischen Singular und Plural zu unterscheiden ("Erklären Sie Ihrem Kind/Ihren Kindern"), hätte uns das Schreiben und Ihnen das Lesen nur unnötig erschwert.

Deshalb bitten wir Sie um Verständnis, dass wir die Mehrkindfamilien sprachlich bevorzugen. Nehmen Sie die Mehrzahl einfach als eine Art weit ausgreifender Handbewegung, die nicht nur Ihr Kind, sondern alle Kinder überhaupt meint.

Alle simplify-Bücher basieren auf dem Büffet-Prinzip: Bitte essen Sie nicht alles, was auf dem Tisch steht, sondern nehmen Sie nur das, was Sie anlacht. Setzen Sie nur die Tipps um, die Ihnen spontan einleuchten. Wie bei einem guten Büffet ist für jede und jeden etwas dabei. Haben Sie Geduld, die eine oder andere Methode, die wir Ihnen vorstellen, funktioniert erst nach einiger Zeit. Lassen Sie sich von uns deshalb vor allem anregen zum Experimentieren, zum Entwickeln eigener Wege und zum Verlassen der ausgetretenen Pfade. Selbst wenn Sie nur ein oder zwei Bereiche vereinfachen können, wird das Ihre Lebensqualität enorm verbessern und Ihnen mehr Zeit schenken, die Sie mit Ihren Kindern verbringen können. Ihr Familienleben wird einfacher und fröhlicher werden - so, wie es eigentlich von Anfang an gedacht war.

Marion und Werner Tiki Küstenmacher