

Was wäre, wenn du (fast) alles erreichen kannst? Dieses Journal gibt Kindern erfolgserprobte Tipps und Tricks an die Hand, um eigene Stärken zu erkennen und Chancen zu ergreifen. Mit zahlreichen Life-Hacks, Challenges, Checklisten und Platz für eigene Notizen motiviert der interaktive Praxisguide dazu, die eigenen Ziele im Blick zu behalten und konsequent zu verfolgen. Denn mit der richtigen Einstellung kann man alles erreichen, egal ob es darum geht, ein Matheprofi zu werden, beim Fußball der oder die Beste zu werden oder der erste Mensch auf dem Mars zu sein. Außerdem werden viele kreative und clevere Techniken vorgestellt, die Kinder mental stärken: Misserfolge festhalten und daran wachsen, die Ruhe bewahren und mithilfe von Atemübungen Stress reduzieren oder durch gute Planung von alternativen Wegen Schwierigkeiten gekonnt umgehen.

Voller Witz und mit viel Fingerspitzengefühl veranschaulicht Matthew Syed, selbst zweimaliger Olympia-Teilnehmer, seinen jungen Leser\*innen Denk- und Verhaltensmuster und zeigt ihnen auf verständnisvolle Weise Methoden, um mehr Selbstbewusstsein aufzubauen. Ein täglicher Begleiter zum Ausfüllen, der hilft das eigene Potential zu erkennen und voll auszuschöpfen. Nach dem Erfolgstitel "You are awesome" gibt es hier nun das passende Journal, um selbst aktiv zu werden.

Ab 10 Jahren

Matthew Syed ist heute Journalist, Sportreporter und Sprecher. Obwohl er als Kind nie sonderlich sportlich war, gewann er zahlreiche Titel als Tischtennispieler und nahm sogar zweimal an den Olympischen Spielen teil. "You are awesome" ist sein erstes Kinderbuch, das mit dem "British Book Award 2019" in der Kategorie Kinder-Sachbuch ausgezeichnet wurde und in UK ein echter Bestseller ist. Er hat aber bereits mehrere sehr erfolgreiche Titel zum Thema "growth mindset" verfasst ("Bounce" und "Black Box Thinking"), die auch auf Deutsch erschienen sind.



**Matthew Syed (Autor/in)**  
**Toby Triumph (Illustrator/in)**

## **You are awesome - Journal**

***Werde selbst aktiv und  
verändere dein Leben!***

**Broschur, 144 Seiten**  
**aus dem Englischen von Ulrich Thiele**  
**Preis € 12,00 [D] € 12,40 [A]**  
**ISBN 978-3-95728-389-4**  
**Erscheinungstermin 12.03.2020**

Facebook: /MatthewSyed  
Instagram: @matthewsyedauthor  
Twitter: @matthewsyed  
Website: [www.matthewsyed.co.uk](http://www.matthewsyed.co.uk)

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autorenfoto sowie bis zu drei Illustrationen bzw. Doppelseiten aus dem Buch zum Abdruck freigegeben.

Bereits erschienen:  
You are awesome (2019)