

family



FAMILIENAKADEMIE

„Wenn ich das früher gewusst hätte ...!“

Familienakademie für Senioren

Mitunter reicht schon ein kleiner Stein, um Größeres ins Rollen zu bringen. In der folgenden Geschichte war es ein Zeitungsartikel, der über die Ideen und Konzepte der Familienakademie für junge Eltern berichtete. Ausgelöst hat dieser dann eine ganze Lawine von Anrufen bei Günther Baudenba-

meine Kinder kümmern“, bekannte einer der Anrufer, früher erfolgreicher und vielbeschäftigter Unternehmer und heute im Ruhestand. Eine Anruferin, ebenfalls im Rentenalter, gab zu: „Als meine Kinder noch klein waren, hätte ich etwas wie die Familienakademie wirklich gut gebrauchen können.“ Damals als junge Frau sei

Ich habe meinen Großvater immer sehr bewundert. Wenn ich selber Großvater bin, sollte ich mich eigentlich so verhalten, dass meine Enkel mich auch bewundern...



cher, dem Erfinder der familienorientierten Seminarangebote. Das Besondere: Viele der Anrufer waren im Seniorenalter und ihr Tenor lautete: „Wenn ich etwas wie die Familienakademie doch früher auch gehabt hätte ...“. „Das gab uns zu denken“, erinnert sich der Akademiegründer. „Denn speziell für ältere und erfahrenere Menschen hatten wir bislang keine Kursangebote im Programm.“ Natürlich wird das nun anders: Ab Herbst bietet die Familienakademie Kurse speziell für Senioren und Großeltern.

„Wenn ich noch einmal jung wäre, würde ich mich sehr viel mehr um

sie aber der Ansicht gewesen, schon selbst in jeder Hinsicht am besten zu wissen, wie ihre Kinder erzogen werden sollten. Auf die Idee, aufgrund eigener persönlicher Prägung bestimmtes Fehlverhalten an ihre Kinder weiterzugeben, sei sie früher „nie und nimmer“ gekommen. „Typisch, das erleben wir häufig“, kommentiert Ursula Milivojevic, Mitbegründerin der Familienakademie und mit 50

>> Fortsetzung auf Seite 2

Editorial

Eine Idee wird zum Begriff

Gut drei Jahre ist es jetzt her: Ich erinnere mich genau, wie wir unseren Urlaub in Panzano verbrachten, einem schönen kleinen Dorf in der Toskana. Im Liegestuhl sitzend, inmitten alter Olivenbäume, kam mir die Idee, eine „Familienakademie“ ins Leben zu rufen. Ich träumte von einer Institution, die Eltern dabei unterstützt, ihre Kinder ganzheitlich zu erziehen und ihnen Methoden an die Hand gibt, mit denen sich Konflikte nicht nur bewältigen, sondern von vornherein vermeiden lassen.

Meine allerersten Gedanken dazu hielt ich auf einem Briefbogen des Hotels fest. Er liegt gerade jetzt wieder vor mir. Es ist einfach erstaunlich, welch ungeheure Energie ein Geistesblitz und ein paar handschriftliche Notizen entfalten können, wenn man es nur zulässt! Und wie spannend es immer wieder ist, eine Idee heranwachsen zu sehen.

Heute ist die Familienakademie längst Wirklichkeit! Vom Start weg fanden wir engagierte Kolleginnen und Kollegen, ohne deren Mithilfe das Projekt wahrscheinlich ein Wunschtraum geblieben wäre. Los ging es in Stuttgart, und schon bald sind wir im ganzen Land präsent – heute bereits in Frankfurt/Main, München, Saarbrücken und für die Schweiz in Zürich.

Aber auch inhaltlich tut sich viel! Beispielsweise erweitern wir unser Programm nun um spezielle Angebote für Senioren, die ja häufig einen entscheidenden Einfluss auf die Erziehung der Enkel haben – was durchaus auch Konflikte mit sich bringen kann. Ein guter Teil dieser Family-Ausgabe ist diesem Thema gewidmet, viel Spaß beim Lesen!

Ein besonders schönes Beispiel für ganzheitliche Erziehungsansätze ist unsere Zusammenarbeit mit dem Kla-

vierpädagogin und Hirnforscher Wei Tsin-Fu. Wir wollten zunächst selbst nicht glauben, wie leicht es sein kann, Kindern (und auch Erwachsenen) das Klavierspielen beizubringen. Die Erklärung dafür finden Sie auf Seite 4 dieser Family.

So viel Aktivität sorgt natürlich für Medienrummel! Immer öfter berichten Journalisten in Wort, Bild und Ton über die Familienakademie und ihre Fortschritte. Wir freuen uns jedenfalls riesig über die so positive Berichterstattung und stellen Ihnen ein paar Beispiele in unserer Presseschau vor (Seite 2).

Wie gesagt: Drei Jahre liegen zwischen der ersten Idee und der Familienakademie von heute, die immer mehr Menschen zum Begriff wird. Nur



drei Jahre – denn was ist das schon angesichts eines ganzen Berufslebens? Die Erfüllung unserer innersten Wünsche ist ein Thema, das in unseren Kursen schon immer ausführlich behandelt wird. Vielleicht kann die Familienakademie ja ein Beispiel dafür sein, dass es sich lohnt, einfach loszulaufen, um einen Traum zu verwirklichen ...

Ich bedanke mich bei allen Freunden und Unterstützern der Familienakademie – ganz besonders natürlich bei allen bisherigen Teilnehmern. Ein besonderer Gruß geht diesmal an Werner Tiki Küstenmacher, dessen sehr empfehlenswertes Buch „Simplify your life“ nach wie vor in den Bestsellerlisten steht und der schon zum zweiten Mal eine tolle Karikatur für die Titelseite von Family beisteuert. Viel Spaß mit Family wünscht Ihnen Ihr

Günther Baudenbacher

Musik für junge Leute
 Elke Heidenreich erzählt auf der Doppel-CD über Klassik für Kinder. Sie malt die Musik mit Worten, führt in die Irre und holt uns doch zurück oder lässt sie uns in unserer Vorstellung? Ein spannendes Erlebnis



Familienakademie in Stuttgart, München, Frankfurt und Zürich: www.familienakademie.de



>> Fortsetzung von Seite 1
 Jahren selbst schon eine noch junge Großmama. So lange man jung sei, denke man meist, schon irgendwie alles richtig zu machen.

Zündstoff geht nie aus

Doch auch im erfahrenen Seniorenalter und als Großeltern sieht man sich mit Zündstoff innerhalb der Familie konfrontiert. Jetzt geht es um die Frage, wie die Kommunikation über drei Generationen verläuft. Junge Familien wollen eigenständig sein, empfinden ein Zuviel an Ratschlägen seitens der Großeltern meist als ungeliebte Einmischung.

Davon abgesehen gibt es für ältere Menschen noch weitere Herde des potenziellen Unfriedens: Da ist die Hausfrau, deren pensionierter Gatte nun tagaus tagein zuhause ist und sein ehemals im Büro ausgeübtes Regiment an den heimischen Herd verlagert.

Im Klartext: Auch Senioren haben oft mit Problemen zu kämpfen, deren Ursachen im Bereich der Kommunikation – mit dem Partner, mit den Kindern, nicht zu vergessen mit den Schwiegertöchtern und -söhnen, mit den Enkeln – zu suchen sind. Eben hier geben die Experten der Familienakademie Anstöße zur Problembewältigung. Anstöße mit weitreichenden positiven Effekten. Denn auch neueste Untersuchungen des Bundesfamilienministeriums belegen die Bedeutung, die Großeltern heute innerhalb der Familie haben. Auch, aber nicht nur, in der Enkelbetreuung.

Großeltern haben Zeit

Die Familienstrukturen reichen heute für die Mehrzahl der Deutschen weit über die Haushaltsgrenzen hinaus. Im Alter von 55 bis 69 Jahren haben

60 Prozent der Deutschen Enkel, von den 70- bis 85-jährigen sind es gar 75 Prozent. Und wie sieht es mit dem Kontakt innerhalb dieser Familien aus? 85 Prozent der Senioren sagen, sie haben einmal pro Woche und öfter Kontakt zu ihren Kindern – intensive Familienbeziehungen also im Großteil der Bevölkerung. Dabei nimmt die Enkelbetreuung bei einem guten Drittel der Großeltern den ersten Platz im Bereich „Unterstützungsleistungen an die eigenen Kinder“ ein.

Davon profitieren beide Seiten: Großeltern „fühlen sich wieder jung“ mit ihren Enkeln, die Kinder erfahren häufig von Oma und Opa neben viel Liebe auch ganz Besonderes. Weil Großeltern die Ruhe haben für ausgiebige Erklärungen. Wie stark der Einfluss der Großeltern in der eigenen Kindheit für viele Menschen war, lässt sich allenthalben belegen. Eines von zahlreichen Beispielen liefert ein berühmter Franzose. Jean-Paul Sartre schreibt: „Ich habe mein Leben begonnen, wie ich es zweifels- ohne beenden werde: inmitten von Büchern. Im Arbeitszimmer meines Großvaters lagen sie überall; Mein Großvater handhabte diese Kulturobjekte mit der Geschicklichkeit eines Meßdieners.“ So erinnert sich ein späterer Nobelpreisträger – bedenkenswert, nicht nur in Zeiten von Pisa.

Das ausführliche Programm zu den neuen Kursen für Senioren kann bei der Familienakademie angefordert werden.



Presseschau

Was sagen andere über die Familienakademie? Wie kommt das Konzept an, welche Pressestimmen sind zu vernehmen? Hier ein Überblick:

Die Paare, die sich zur Familienakademie anmelden, sind intakt. Und sie nehmen daran teil, damit ihre Familie auch weiterhin intakt bleibt.

Familie & Co.

Nur Eltern, die sich ihrer eigenen Verhaltensmuster bewusst sind, könnten ihre Kinder so erziehen, dass diese ihre Chancen, Potenziale und Möglichkeiten nutzen. Ein Gedanke, der durchaus fußt. Und einen Versuch wert ist.

Sindelfinger Kreiszeitung

Verantwortung gegenüber Kindern ernst nehmen: Nach erfolgreichem Start in verschiedenen Städten Deutschlands offeriert die Familienakademie nun auch in Zürich einen vierteiligen Lehrgang.

Bülacher Tagblatt

Coachinghilfe für Paare und Familien bietet die Familienakademie und will so auch die Leistungsfähigkeit im Job steigern. Wie geht das zusammen, was lernt man da? Akademiecoach Günther Baudenbacher: „Es gibt einen unmittelbaren Zusammenhang. Hat man ein glückliches Privatleben ist man auch in der Firma voll einsatzfähig.“

Freundin

Eine Investition in die Zufriedenheit von Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen

lohnt – so können hohe „versteckte“ Kosten vermieden werden, die ein eingeschränkt leistungsfähiger Mitarbeiter im Unternehmen verursacht. Praktische Hilfe bietet das Programm der Familienakademie.

Magazin Wirtschaft

Entgegen den Erwartungen setzte der Referent jedoch nicht den Schwerpunkt auf die Eltern, sondern auf die Kinder. Seine zentrale Aussage: „Nicht die Kinder hindern ihre Eltern an ihrer Karriere, sondern die Eltern hindern ihre Kinder an deren Karriere.“

Heilbronner Stimme

e Soziale Kompetenz und effektives Handeln will gelernt sein. Mit seiner Familienakademie unterstützt Günther Baudenbacher junge Eltern beim Erziehen einer liebesfähigen, willensstarken und mutigen Generation.

DB mobil

Dieses beängstigende „Ihr schafft alles, was ihr wollt“ hört man nicht von ihr. Elke Rickenbach [Gründungsmitglied der Familienakademie, Anm. d. Red.] hat nichts von einem Guru, nichts Unheimliches. Ihr Erfolg liegt vermutlich in ihrer sanften Art, die Menschen bei der Hand zu nehmen und sie zu erreichbaren Zielen zu begleiten. Über 10 000 Menschen waren seit 1990 in ihren Seminaren.

Saarbrücker Zeitung

Impressum:
 FamilienAkademie Stuttgart
 Silcherstrasse 25/1
 71069 Sindelfingen
 Telefon 07031 38 81 62
 Telefax 07031 38 81 94
 info@familienakademie.de

FamilienAkademie Zürich
 Weinbergstrasse 23
 CH 8700 Küsnacht
 Telefon +41(o)1 991 20 40
 Telefax +41(o)1 991 20 41
 info@intuition.ch
 www.familienakademie.de

Redaktion Dorten GmbH
 Texte Günther Baudenbacher (gb)
 Stefanie Thimm (st)
 Karikatur Werner Küstenmacher
 Gestaltung Hans Ulrich Scholpp



Mit Mut für Erziehung
Fördern statt verwöhnen von Felix von Cube bringt die Erkenntnisse der Verhaltensbiologie in Bezug zur Erziehung. Wie kann denn Anstrengung Freude bereiten?

Akademie-Geschichten

Was Teilnehmer umtreibt

So unterschiedlich die Menschen, so verschieden sind auch ihre Motive beim Besuch der Familienakademie. Drei Teilnehmer haben uns ihre Geschichte erzählt (Namen von der Redaktion geändert):

Als Maria Taler ihre Zwillinge bekommen hatte, war sie überglücklich. Doch schnell zeigten sich Wolken am Familienhimmel: Die junge Mutter fühlte sich von ihrem Mann mit der Kinderbetreuung allein gelassen. Erst in der Familienakademie entdeckte sie, dass sie sich von ihrem eigenen früh verstorbenen Vater ihr Leben lang verlassen gefühlt hatte. Diese Emotion hatte sie auf ihren Ehemann übertragen. Maria Taler lernte, diese Gefühle aufzulösen und freut sich heute uneingeschränkt über ihr

glückliches Familienleben.

Hubert Manz, erfolgreicher Unternehmer, hatte Probleme, sich durchzusetzen, wenn er sich zwei Diskussionspartnern auf einmal gegenüber sah. In der Familienakademie wurde klar: Hubert Manz musste als ältestes von drei Kindern stets zurückstecken, ihm klangen noch die Worte seiner Mutter im Ohr „du bist doch der



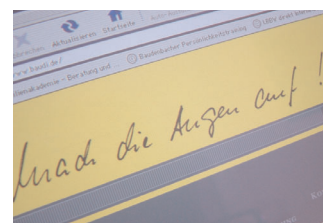
„Und wie sieht dein Lebenstraum aus?“

Große“. Diese zwei-zu-eins-Situation hatte er bis dato unbewusst mit ins Berufsleben genommen. Einmal erkannt, konnte er die Prägung verarbeiten und ist heute frei davon.

Von unbegründeten Angstattacken geplagt wurde Gesa Fachner: War sie nachts allein im Haus, durchkämmte sie nicht selten in Panik die Räume auf der Suche nach dunklen Bedrohungen. Bei einer professionell durchgeführten Übung in der Familienakademie wurde klar, dass sie unbewusst ein Kindheitstrauma wiederholte – ihre Eltern waren ohne ihr Wissen ausgegangen, sie wachte nachts auf und fand sich allein in der Wohnung wieder. Die Übung löste dieses Problem auf und Gesa Fachner bleibt von nächtlichen Panikattacken verschont.

Was ist F4?

Führen will gelernt sein



Auf der einen Seite die Familienakademie, auf der anderen Führungsseminare für Top-Manager – passt das denn zusammen? Für Günther Baudenbacher stellt sich die Frage erst gar nicht. Schließlich arbeitet der Erfinder der Familienakademie seit langer Zeit als Managementtrainer.

Sein bisheriges Trainingsprogramm erweiterte er jetzt um „F4“ (kurz für „Führen 4“). Und siehe da: Die Gemeinsamkeiten zwischen den klassischen Führungstrainings und dem Programm der Familienakademie werden immer deutlicher!

„Die ersten beiden Seminare – F1 und F2 – geben einem Manager Instrumente an die Hand, mit denen er die Herausforderungen im Geschäftsalltag sehr gut bewältigen kann“, erläutert Baudenbacher die Inhalte. F3 und das neue F4-Training gingen dann sozusagen „ans Eingemachte“ – unter anderem an innere Glaubenssätze, die wir von Kindesbeinen an in unserem Unterbewusstsein gespeichert haben.

„Auch der Familienakademie geht es um diese Themen“, betont Günther Baudenbacher und ergänzt: „Dort gehen wir sogar einen Schritt weiter: Wir helfen den Eltern, ungewollte Verhaltensmuster gar nicht erst an die Kinder weiterzugeben.“

Führungstrainings mit Günther Baudenbacher: www.baudenbacher.de

Lernt, was ihr wollt!

Über das Rätsel Gehirn

Gedächtnis-Gewohnheiten unterscheiden sich wie die Menschen, denen sie eigen sind. Museumsmitarbeiter im Museum of Modern Art in New York sollten ihre Erinnerungen an Bilder beschreiben, die gerade nicht an ihrem Platz hingen. Eines davon war René Magrittes „L'Assassin menacé“: „Männer in dunklen Anzügen, eine bleiche Frau und rote Blutlachen“ wusste der erste. Der zweite erinnerte sich, dass jemand „den Tonarm eines Grammophons hochhebt, dass ein Gesicht über den Balkon schaut“. Ein dritter Mit-

arbeiter erzählte nur von dem dunkel gebeizten Rahmen und der Größe des Bildes, es hatte ihm nie gefallen.

Ein Mensch merkt sich etwas. Wie erwartet reagiert die Hirnrinde, unsere nüchtern gestimmte Hüterin der Logik. Doch daneben kommt ein anderer, archaischer Hirnbereich in Gang: das limbische System. Es ist,

grob gesagt, die Schaltstelle unserer Emotionen. Ohne seine Hilfe können wir Fakten und Erlebnisse weder speichern noch die Erinnerungen verfestigen. Das heißt: Unser bewusstes Gedächtnis – auch das für Tatsachen – ist aufs Engste mit unserer Gefühlswelt verwoben.

„Man lernt genau das, was man im tiefsten Innern lernen will“, sagt der Bielefelder Neuropsychologe Hans Markowitsch. „Wenn uns etwas emotional anspricht, wird es in ein breiteres Nervenzellen-Netzwerk eingebunden.“

