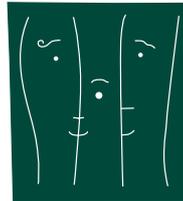


family



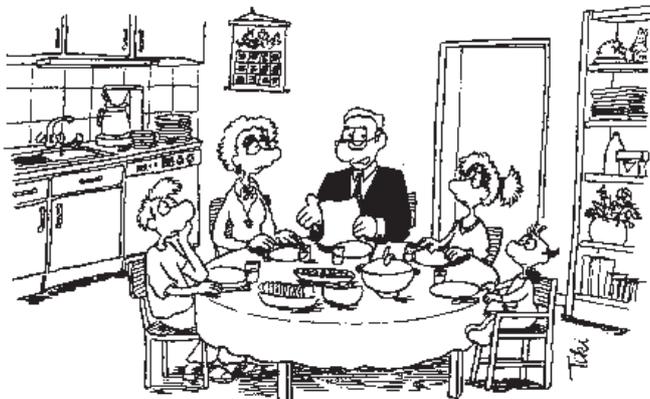
FAMILIENAKADEMIE

Family Business

Familienakademie für Unternehmen

Die Zahlen von Arbeitnehmern und Arbeitnehmerinnen, die den Anforderungen im Job aufgrund privater Probleme nicht mehr gerecht werden, sprechen eine deutliche Sprache. Nach Angaben des B.A.D. (Berufsgenossenschaftlicher Arbeitsmedizinischer und Sicherheitstechnischer Dienst) leidet ein nicht unerheblicher Teil der Beschäftigten am Arbeitsplatz unter Ängsten. Teilweise sind bis zu 90 Prozent der Mitarbeiter, vom Arbeiter bis zum Manager, davon betroffen.

te Betriebsklima kann beeinträchtigt werden. Was können Unternehmen hier tun? Denn die 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: Die Teilnehmer trainieren mit erfahrenen Dozenten die unterschiedlichen Aspekte des komplexen Eltern- bzw. Partnerschafts-Mana-



„Die Kosten laufen uns davon. Ich muss einen von euch entlassen“

Fachleute schätzen den volkswirtschaftlichen Schaden auf jährlich mehr als 50 Milliarden Euro. Verursacht wird er durch Fluktuationskosten, innere Kündigung und Fehlzeiten. Allein 10 Milliarden Euro Verluste ergeben sich daraus, dass die Betroffenen nach der Einnahme von Beruhigungsmitteln in ihrer Leistungsfähigkeit um 20 Prozent gemindert sind (Quelle: B.A.D., Bonn 2001). Darüber hinaus wirken unzufriedene und schlecht gelaunte Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen auf die Kollegen demotivierend. Das gesam-

gemeins. Glück und Ausgeglichenheit im Privaten, in der Familie = hohe Leistungsfähigkeit und Erfolg im Beruf: Nach dieser Gleichung hat die Familienakademie das Training konzipiert. Denn: Haben wir ein glückliches Privatleben, sind wir auch am Arbeitsplatz „voll da“. Wir können engagiert die von uns geforderte Leistung erbringen und beitragen zu einem von Motivation geprägten Betriebsklima. /st

Editorial

Ein glückliches Leben führen, beruflich und privat Erfolg haben, gesund sein und bleiben – das wünschen wir uns alle. All das ist leicht zu erreichen! – Glauben wir das? Viele Menschen empfinden das Leben eher als kompliziert, problembeladen. Doch wenn wir alle Fähigkeiten erkennen und nutzen würden, die in jedem von uns stecken, wären Erfolg, Glück und Liebe „vorprogrammiert“.

Die Wurzeln dafür, dass wir nicht unser gesamtes Potenzial nutzen, liegen in unserer frühen und allerfrühesten Kindheit. In den ersten Lebensjahren entwickeln sich unter anderem Urvertrauen, Bindungsfähigkeit, Verantwortlichkeit, Gewissen und Leistungsfähigkeit. Versäumnisse in dieser Zeit wirken sich auf uns als Erwachsene entsprechend aus. Fragen wir uns hier und da schon einmal, warum es mit uns im Beruf nicht so funktioniert, wie wir es uns vorstellen? Glauben wir, dass Erfolg nur mit Anstrengung zu erreichen ist? Schieben wir ab und zu, oder auch öfter, Entscheidungen vor uns her? Oder streiten wir uns, inzwischen häufiger, mit unserem Partner? Rauchen, es-

sen und/oder trinken wir vielleicht zu viel? Sicher haben wir uns diese oder ähnliche Fragen schon gestellt. Wir alle tragen Unaufgelöstes mit uns herum, das wir von unseren Eltern ganz unabsichtlich „mit-bekommen“ haben. Wir geben das unseren Kindern weiter, ohne uns dessen bewusst zu sein.

Hier setzt das Programm der Familienakademie an: Wir wollen Famili-



engründen die Voraussetzungen geben, ihren Kindern den optimalen Start ins Leben zu ermöglichen. Dazu beginnen wir bei den Eltern: Denn glückliche, zufriedene Eltern mit einer positiven Weltanschauung geben ihren Kindern ebendiese Einstellung weiter, erziehen glückliche, erfolgreiche Kinder.

Antworten auf die Fragen, wie wir das anstellen, warum wir das tun und welchen Erfolg wir Ihnen damit versprechen, geben Ihnen die Berichte der folgenden Seiten. Ich freue mich, wenn Sie die Lektüre anregend finden!

Herzlichst,
Ihr

Inhalt

- 1 Gefördert - Was Unternehmen von der Familienakademie haben
Gegrüßt - Wie Günther Baudenbacher schreibt
- 2 Gegründet - Wieso die Akademie entstand
Gehört-Gesehen - Was die Presse berichtet
- 3 Gefragt - Was Teilnehmer der Akademie erzählen
- 4 Geforscht - Welchen Hintergrund die Wissenschaft liefert

f

„Wer gibt dir
eigentlich das Recht
über mich
zu bestimmen?“

Moritz, 3 Jahre

www.familienakademie.de

m

Liebe, Wille und Mut - von Anfang an

Wie die Familienakademie entstand und wer sie heute ist

Den Mut zu dem langfristigen Konzept der Familienakademie haben mir die Teilnehmer meiner Managementseminare gegeben. In diesen Trainings haben wir gemeinsam festgestellt, dass selbst überaus erfolgreiche Menschen teilweise mit starken inneren Blockaden zu kämpfen haben. Die Wurzeln für solche emotionalen Belastungen sind meist in den ersten Lebensjahren zu suchen.

So entstand die Idee. Lasst uns die Eltern trainieren, damit es deren

phin, die seit 18 Jahren Managementseminare organisiert, Benimmseminare durchführt und als Co-Trainerin im Bereich Persönlichkeitsentwicklung tätig ist. Die Vierte im Bunde, Elke Rickenbach, ist ausgebildete Wirtschaftsdolmetscherin und arbeitet seit 20 Jahren im Bereich Mentaltraining für Manager und Spitzensportler. Ich selbst habe eine Laufbahn gemacht als Bankkaufmann, Diplom-Betriebswirt, Marketingleiter, Geschäftsleiter Marke-



Die Gründungsmitglieder:

Ursula Milivojevic

Dr. Susanne Colsman

Elke Rickenbach

Günther Baudenbacher

Ursula Curtius

Kinder einfacher haben: Indem sie ihre individuellen Chancen und Potenziale besser erkennen und vor allem auch nutzen. Das ist eine langfristige Vision, die vom ersten Tag an allen nützt: dem Nachwuchs wie den Eltern. Dafür steht die Familienakademie und deshalb haben wir sie vor rund einem Jahr ins Leben gerufen.

Wir, das sind: Dr. Susanne Colsman, Molekularbiologin, Projektmanagerin und Mutter von zwei Kindern; Ursula Curtius, Kommunikationsberaterin mit Schwerpunkt Psycholinguistik, die Managementseminare durchführt und eine Praxis für psychologische Beratung unterhält. Ursula Milivojevic ist gelernte Kartogra-

phie und Vertrieb sowie Management- und Verkaufstrainer mit Schwerpunkt Persönlichkeitstraining. Wir bilden das Gründerteam der Familienakademie. Wir wollen zusammen mit unseren Seminarleitern und -leiterinnen – erfahrene Profis aus den Bereichen Management-Training, Kommunikationspsychologie, Intuitionstraining, Kinesiologie und Gesundheitsberatung – dazu beitragen, dass Sie und Ihre Kinder ein glückliches, erfülltes Leben führen. Für eine erfolgreiche Zukunft! /gb



Presseschau

Vielleicht kennen Sie die Familienakademie bereits aus den Medien? Haben Sie zum Beispiel am 15. August 2002 ins SAT.1 Frühstücksfernsehen geschaut? Oder im Hessischen Rundfunk auf HR1 gehört, was Günther Baudenbacher über das Konzept der Familienakademie erzählt hat (Interview am 3. September 2002)?

Falls Sie diese und andere Beiträge nicht gelesen, gesehen oder gehört haben: Hier sind Auszüge eines Artikels **Klüger werden mit: Günther Baudenbacher, Der Spiegel Nr. 32 - 5.8.2002**, in dem Günther Baudenbacher über Hintergründe und Ideen der Familienakademie Auskunft gibt.

SPiegel: Sie sind eigentlich Managementtrainer. Jetzt coachen Sie auch Menschen, die eine Familie planen. Liegt das nicht zu weit auseinander?

Baudenbacher: Überhaupt nicht. Die Familie ist doch eigentlich ein Unternehmen, und die Eltern sind die Manager. Wir bieten Seminare an, an denen die Eltern im Idealfall schon zwei Jahre vor der Geburt ihres ersten Kindes teilnehmen sollten. Dadurch geben wir den Familiengrüdern die

Voraussetzungen, ihren Kindern den bestmöglichen Start ins Leben zu ermöglichen.

SPiegel: Früher reichten Atem- und Wickelübungen während der Schwangerschaft. Was ist am Umgang mit Kleinkindern so schwierig?

Baudenbacher: In den ersten Lebensjahren entwickelt sich Urvertrauen, Bindungsfähigkeit, Gewissen und Leistungsfähigkeit. Das sind entscheidende Jahre für die Persönlichkeitsentwicklung. Immer wieder habe ich bei Topmanagern festgestellt, dass sie gewisse Fähigkeiten nicht nutzen können, weil in dieser frühen Phase einiges außer Acht blieb. Es reicht nicht, ein Kind großzuziehen. Eltern sollten danach streben, ihren Kindern die besten Voraussetzungen mitzugeben.

SPiegel: Und wie helfen Sie dabei?

Baudenbacher: In der Familienakademie lernen Eltern, wie wichtig Organisation und Aufgabenverteilung sind. Den Teilnehmern wird die Angst genommen, Entscheidungen zu treffen oder als Eltern zu versagen. Viele Eltern erwarten von ihren Kindern, dass sie vollbringen, woran sie selbst gescheitert sind. Dadurch versäumen sie, die wirklichen Fähigkeiten ihrer Kinder zu erkennen.

SPiegel: Ist es schwieriger, einen Topmanager oder eine Mutter zu trainieren?

Baudenbacher: Eine Mutter ist für mich eine absolute Topmanagerin.

Impressum:
FamilienAkademie Stuttgart
Sülicherstrasse 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

a

„Wenn die Erwachsenen doch so groß sind, warum denken sie dann manchmal so klein?“

Christiane, 7 Jahre

Wunschecke: Jeder in der Familie hat einen Wunsch frei:

.....
.....
.....
.....



Corina Suska im Kreis ihrer Familie

Corina Suska (38) und Josip Tomasevic (35) waren zusammen mit ihren Ehepartnern bei der „Premiere“ dabei, dem ersten Seminar-Semester der Familienakademie. Corina Suska hat eine vierjährige Tochter sowie einen Sohn, der seit September in die Schule geht. Josip Tomasevic ist Vater von 2 Jahre alten Zwillingen, einem Jungen und einem Mädchen.

Wir haben mit Corina Suska und Josip Tomasevic über ihre Erfahrungen und Eindrücke als Teilnehmer der Familienakademie gesprochen.

? *Wie sind Sie denn auf die Familienakademie gestoßen*

Corina Suska: Mein Mann hat bei Günther Baudenbacher ein Managementtraining besucht, so wurden wir auf das Angebot der Familienakademie aufmerksam.

Josip Tomasevic: Das war bei uns ähnlich. Und es schien uns einfach logisch, nach einem Managementtraining quasi die nächst höhere Stufe, ein Familientraining, zu besuchen. Das private Glück gehört untrennbar mit dem beruflichen zusammen, das eine beflügelt schließlich das andere.

? *Und wie fanden Sie es*

JT: Was mir besonders gut gefällt, ist die Aufteilung der einzelnen Seminarinhalte in Blöcke, zwischen denen jeweils eine vierwöchige Pause liegt. Das ist wesentlich nachhaltiger,

denn in dieser Zeit können die Teilnehmer das Gelernte verinnerlichen, trainieren und ihre Erfahrungen damit machen. Die einzelnen Seminare sind übrigens sehr kurzweilig, auch weil die Seminarleiter je nach Thema immer wieder wechseln.

CS: Und die Seminarleiterinnen sind sehr sorgfältig ausgesucht. Wir waren insgesamt sechs Paare, alle mit Kindern. Und ein Paar hat sein Baby erst in den Seminarmonaten bekommen ...

haben gelernt, uns auch in deren Situation hineinzusetzen, ihren Blickwinkel besser zu verstehen. Wir sind heute viel ausgeglichener, früher waren wir schneller gereizt zum Beispiel.

? *Wie sähe die Welt in 20 oder 30 Jahren aus, wenn heute alle werdenden Eltern die Familienakademie besuchen würden*

JT: Vermutlich würden Konflikte an-

Wie ein Trimm-dich-Pfad fürs Gehirn

Interview mit Corina Suska und Josip Tomasevic

JT: ... ja, das war das i-Tüpfelchen des Ganzen!

CS: Zur ersten Sitzung kam die Mutter noch mit dickem Bauch, zur zweiten haben sie dann ihr Baby mitgebracht.

? *Wie haben Sie sich verändert durch das Seminar*

CS: Es ist ein bisschen so, als ob im Seminar ein Samenkorn gepflanzt wurde. Und mein Mann und ich gießen es nun, damit die Pflanze wächst und gedeiht. Zum Beispiel achten wir jetzt nicht nur darauf, was wir sagen, sondern auch darauf, was wir nicht sagen. Wir sprechen Dinge direkt an, und denken nicht mehr „ach, was soll's“. Oder wenn wir etwas zu kritisieren haben, sagen wir nichts mehr im Stil von „du machst das und das immer falsch“, sondern eher „Wenn du das und das sagst, kommt das bei mir so an, bewirkt das bei mir Folgendes ...“

JT: Zwischen meiner Frau und mir gibt es heute deutlich weniger Missverständnisse, unser ganzes Familienleben ist harmonischer geworden. Das bezieht unsere Kinder mit ein, wir

ders, friedlicher gelöst auf der Welt. Und wir hätten keine Probleme mehr mit den Krankenkassen zum Beispiel.

CS: Das Verhältnis zwischen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen wäre ein anderes, besseres. Dadurch gäbe es auch weniger Probleme zum Beispiel im Bereich der Jugendkriminalität.

? *Was wäre für Sie persönlich anders, wenn Sie die Familienakademie nicht besucht hätten*

JT: Mir ist erst in der Familienakademie bewusst geworden, dass man sich seine eigenen Krankheiten „züchtet“. Und meist denkt, das sei vererbt, das seien die Gene und so weiter ... Vielleicht lebe ich durch das Seminar länger, wer weiß? In jedem Fall lebe ich wesentlich glücklicher als ich es ohne die Familienakademie getan hätte.

CS: Ich glaube, wenn wir nicht zur Fa-



Josip und Christine Tomasevic mit ihren Zwillingen

milienakademie gegangen wären, hätten wir etwas Ähnliches gefunden. Es gibt einem eben zu denken, wenn man im Bekanntenkreis die ersten Trennungen, Scheidungen miterlebt. Zu denken: „Das kann uns nicht passieren.“ ist kurzsichtig!

e

? *Die Seminare der Familienakademie sind bei einigen Unternehmen Teil der Mitarbeiter-Weiterbildung. Was halten Sie davon*

JT: Der Profit fürs Unternehmen ist maximal. Denn die Mitarbeiter tragen letztendlich doch ihre Probleme, ihre Ängste und Sorgen immer auch mit ins Unternehmen hinein.

CS: Es ist ganz einfach, zufriedene Menschen sind auch zufriedene Mitarbeiter, motivierte Menschen werden auch im Beruf motiviert sein. Und so maximale Leistung erbringen.

! *Beschreiben Sie doch mal die Familienakademie in einem Satz*

JT: Die Familienakademie ist seit der Relativitätstheorie das Beste, was den Menschen widerfahren ist!

CS: Es ist wie ein Trimm-Dich-Pfad fürs Gehirn: Man tut etwas für sich, für die Partnerschaft, für die Familie.

Welche Worte und Sätze können Sie aus den Buchstaben von „Familienakademie“ bilden?

Antworten und Anregungen bitte an info@familienakademie.de

Kinder machen keine Fehler

Ein Ausflug in die Forschung

Erziehung kann schützen und stark machen. Der eigene Lebensweg wird wesentlich davon beeinflusst. Neue Untersuchungen belegen außerdem: Jedes Kind trägt zur eigenen Entwicklung wirksam bei. Die Pyramide (Abb. 1) zeigt die einzelnen Phasen und ihren Bezug zueinander. So werden bereits im Säuglingsalter die Anlagen zur Bindungsfähigkeit, zur Lern- und Leistungsfähigkeit, zur Gewissensbildung und zum Verantwortungsbewusstsein geschaffen. Der Umkehrschluss: Probleme des erwachsenen Menschen sind meist auf Versäumnisse in seiner frühen und frühesten Kindheit zurückzuführen.



Eltern sind viel beobachtete Modelle für ihre Kinder

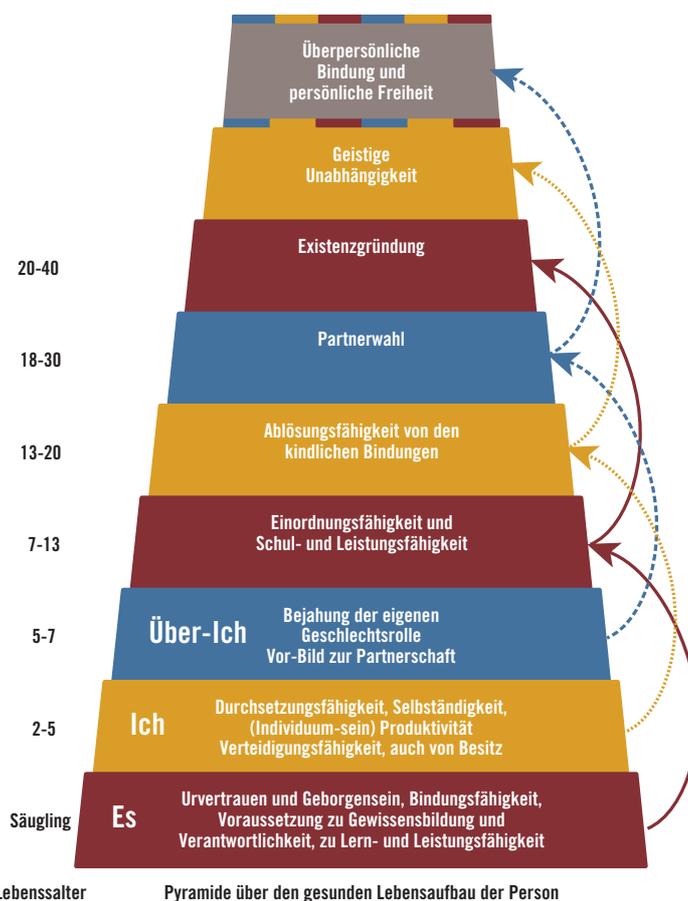
Was muss in einem Säugling vorgehen, der bei jedem Schrei die Brust oder die Flasche in den Mund gesteckt bekommt? Auch wenn der Schrei vielleicht etwas anderes ver-

melden wollte (Einsamkeit z.B.)? Durch so ein Pauschalangebot kann das Baby lernen, immer alle negativen Gefühle mit Nahrungsaufnahme zu beantworten. Wird aber auf ver-

schiedene Schreianlässe unterschiedlich mit Blicken, Worten und Taten reagiert, verinnerlicht das Kind, dass mit variierenden Befindlichkeiten unterschiedlich umgegangen wird. Hier setzt im Übrigen zeitgemäße Suchtprävention an!

Macht das Kind in seinen ersten Lebensjahren beim Erkunden, Spielen und Nachahmen neue oder bestätigende Erfahrungen, entsteht ein immer differenzierteres Begreifen, das letztlich zur Schulreife mit sechs Jahren führt. Gefahr droht hier durch unbeachtetes Erwachsenenverhalten: Zum Beispiel der Versuch, Fehler zu vermeiden. Für ein Kind sind Fehler kein Misslingen, sondern Varianten, die anders als erwartet ausgehen und für künftige Situationen eventuell brauchbare Optionen darstellen. Über das Spielen lernt ein Kind, auf Unerwartetes zu reagieren und nach Alternativen zu suchen, wenn das Bekannte nicht zum Ziel führt. Nimmt ein Kind Einfluss auf seine Umwelt, fühlt es sich nicht ausgeliefert und schwach. Es wird nicht auf Dauer mit unbefriedigenden Lösungen leben müssen oder den Eindruck gewinnen, dass ohnehin Probleme immer nur von anderen gelöst werden können. Das prägt letztlich auch seine Erwartungshaltung. „Das kann ich, das versuche ich, und ich weiß, wer mir hilft. Ich bewirke etwas und bin stark.“ /st

Die Beziehung eines Kindes zu seinen Eltern setzt einen Qualitätsstandard, an dem alle späteren Beziehungen gemessen werden. Eltern sind viel beobachtete und imitierte Modelle für das kindliche Kontaktverhalten. Die Babyforschung hat herausgefunden, dass bereits der Säugling über ein reiches Verhaltensrepertoire zum sozialen Austausch und über eine fast grenzenlose Lernkapazität verfügt. Mikroanalysen zeigen, dass ein Drittel aller Interaktionen zwischen Mutter und Säugling sofort optimal funktionieren. Und 70 Prozent allen Zusammenspiels, das nicht sofort perfekt klappt, werden innerhalb von nur zwei Sekunden passend gemacht. Das heißt: Das Baby lernt schon sehr früh, wie wichtig es seinen Eltern ist, es richtig zu verstehen und – ebenso bedeutsam – wie gut und klar es selbst sich mitteilen kann. Umso wichtiger ist die Reaktion der Eltern. Zum Beispiel: Wie wird auf das Schreien des Säuglings reagiert?



Weiterführende Literatur:
 Dr. Gabriele Haug-Schnabel: „Ansatzstellen für Prävention in der kindlichen Entwicklung“, aus Heft 3/01, Frühe Kindheit (Zeitschrift der Deutschen Liga für das Kind.)
 Die Pyramide ist aus dem Buch „Erziehen lernen“, Ausgabe 1996, von Christa Meves (bekannte Uelzener Kinder-Psychotherapeutin).