

Liebe familylab-Interessierte,

das ist der neunte familylab . de newsletter in 2016.

Sollte die Bildschirmdarstellung nicht gut sein, steht dieser Text auch im beiliegenden

[PDF 09\\_2016\\_familylab.de\\_news](#)

**Gute Nachrichten ! familylab Deutschland wächst, unsere Räume in München Platzen aus allen Nähten.** Deshalb geht's auf's Land! Der Umzugswagen für den familylab-Umzug ins neue Seminar- und Wohnhaus steht bald vor der Tür. Ändert sich was für familylab Trainerinnen und -Trainer und/oder die familylab Interessierten? Nein, alles bleibt wie gewohnt! Wir freuen uns Sie zu einem der nächsten Seminare in Oberbuch begrüßen zu dürfen: Das Väterseminar und das Großelternseminar werden unsere ersten Veranstaltungen in den neuen Räumen sein! Details kommen bald. Unsere deutschlandweiten Seminare finden nach wie vor in den verschiedenen Städten statt. Im Moment sind wir am Umzugskartons schnüren. Wir sind natürlich, nach wie vor, in den verschiedenen Städten mit unseren Angeboten präsent! Alles bleibt wie es ist, wenn sich vieles ändert ...

**Unsere neue Adresse ab dem 27.7.2016:**

f a m i l y l a b . d e – die familienwerkstatt  
Beratung für Familien, Schulen und Unternehmen  
Mathias Voelchert GmbH Verlag  
Oberbuch 4  
94336 Windberg  
Tel: 09962 2035110

eMail: [info@familylab.de](mailto:info@familylab.de) (wie bisher)

Internet [www.familylab.de](http://www.familylab.de) (wie bisher)

- 1. DIE ART UND WEISE WIE WIR SMARTPHONES UND TABLETS BENÜTZEN, LÄSST UNSERE HERZEN VERHUNGERN** © Jesper Juul *Meine Inspiration für diesen Artikel war eine Umfrage des dänischen Fernsehens vom Frühling 2016, welche mit tausendsechshundert 13-jährigen und einer vergleichbaren Gruppe von Eltern durchgeführt wurde. Wie viele andere Experten, wurde auch ich von hunderten von Eltern gefragt, wie sich die Benützung von Smartphones und Tablets auf die Sozialkompetenzen und die Hirnentwicklung von Kindern auswirkt. Weil Hirnforscher aus verschiedenen Ländern immer noch extrem verschiedene Resultate, Meinungen und Empfehlungen veröffentlichen, habe ich mich bis jetzt mit meiner Erfahrung, welche auf der Natur und Qualität von Familienbeziehungen basiert, zurückgehalten. Die überwältigende Konstanz der Gedanken und Erfahrungen dieser dänischen Jugendlichen und Eltern haben mich jetzt aber dazu inspiriert diesen Artikel zu schreiben. Ich nenne die elektronische Hardware "Familienmitglieder" weil sie extrem viel Aufmerksamkeit auf sich zieht und die Kultur von Familien auf eine Art und Weise verändert, welche für die auf Liebe basierenden Beziehungen zwischen Erwachsenen, Geschwistern und Eltern und Kindern ungesund ist.*

Die Umfrage kam zum Schluss, dass eine Mehrheit der Schulkinder Ihre Eltern vermisste und mehr ungestörte Zeit mit ihnen verbringen wollte. Dasselbe galt für Eltern und ich bin sicher, dass wir von Partnern ähnliche Antworten erhalten würden. Da wir bald an einem Punkt angekommen sind, an welchem es einer Mehrheit der jungen Erwachsenen nicht mehr möglich sein wird, die Familienerfahrung in der Zeit vor und nach der Einführung von Smartphones zu vergleichen, wurde diese Umfrage zur richtigen Zeit durchgeführt.

Aus verschiedenen Gründen hat sich eine Mehrheit der Erwachsenen selbst davon überzeugt, dass ihr Leben dem Takt von Emails, Nachrichten, Posts und Textmeldungen folgen muss und Arbeitgeber, Freunde, Geschäftspartner scheinen glücklich in der Annahme, dass wir 7 Tage pro Woche während 24 Stunden erreichbar sind. Dasselbe gilt sogar für sehr junge Kinder und deren soziales Netzwerk. Diese kombinierten Faktoren sind zu einer Tatsache geworden, welche ein so schwerwiegendes Problem darstellen, dass wir unsere Denkweise ändern müssen.

*den ganzen Artikel hier lesen:*

[http://familylab.de/files/Artikel\\_PDFs/Presse\\_2016/Newsletter\\_09\\_2016/Smartphones\\_von\\_Jesper\\_Juul.pdf](http://familylab.de/files/Artikel_PDFs/Presse_2016/Newsletter_09_2016/Smartphones_von_Jesper_Juul.pdf)

- 2. Werte, Gleichwürdigkeit, Führung. Prinzipien moderner Erziehung.** Interview mit Jesper Juul: Wer seine Kinder zu starken und gesunden Persönlichkeiten erziehen möchte, ist mit der Lektüre der Erziehungsratgeber Jesper Juul's gut beraten. In unserem Interview spricht der dänische Familienexperte über zentrale Erziehungsgrundsätze, partnerschaftliche Erziehung und die moderne Mutter- und Vaterrolle. **Das Interview mit Jesper Juul führte Lydia Hilberer**  
*Quelle: WWW.LOB-MAGAZIN.DE*

*Karl Valentin sagte „Kunst ist schön, macht aber viel Arbeit“. Gilt das auch für die Erziehung? JJ: Erziehung, Partnerschaft, Sexualität, Unternehmertum und alle anderen Arten von verpflichtenden Beziehungen sind immer mit harter Arbeit verbunden. mehr im PDF anbei*

- 3. CORI SCHUMACHER (mehrfache Surfweltmeisterin) ÜBER IDENTITÄT:** SZ: Sie dachten an Selbstmord? Ich war so weit von der Person entfernt, die ich als Kind immer sein wollte, dass ich nicht mehr konnte. Es war alles nur eine Lüge. Die Leere in mir wurde immer größer, die Wunde schmerzte immer mehr. Ich musste entweder mich selbst umbringen oder die Person, die ich erschaffen hatte.

Als ich aus dem Wasser an den Strand kam, fühlte ich mich großartig. Ich hatte es allen gezeigt. Dann bekam ich die Trophäe und dachte mir: „Wie? Das war es jetzt? Was stelle ich nun mit diesem Pokal an?“ Ich wollte etwas Bedeutsames in meinem Leben erreichen. *Das ist nicht Ihr Ernst? Sie wurden gerade zum dritten Mal Weltmeisterin!* Aber ich habe in diesem Moment gemerkt, dass ich mit meinem Leben etwas anderes anstellen möchte. Ja, ich hatte hart für diesen Titel gearbeitet, aber es war letztlich nur für mich. Ich wollte ein Zeichen setzen und etwas für andere machen. Ich wollte meinem Leben eine Bedeutung geben und diesen Weltmeistertitel sinnvoll nutzen.

*Was haben Sie gemacht?* Zuerst einmal habe ich meine Homosexualität öffentlich gemacht. Dann habe ich den ersten Profi-Wettkampf in China boykottiert, um gegen die Zustände in diesem Land zu protestieren. Dann habe ich mich gegen Kinderarbeit in der Surf-Industrie eingesetzt. Ich war ja nun die Weltmeisterin und hatte eine Stimme, die nicht ignoriert werden konnte! Schließlich habe ich im Jahr 2013 erfolgreich eine Petition gegen die Werbefilme der Firma Roxy gestartet, bei denen Surferinnen nur als Beach Babes präsentiert worden sind. Ich habe gefordert, dass sie mit diesen sexualisierten Videos aufhören sollen. Daraufhin wurde ich mit den schlimmsten Formen des Sexismus konfrontiert.

*Welche waren das? Es gab Todesdrohungen und Aufforderungen, mich zu vergewaltigen. Wie bitte? Wegen einer Petition?* Die Leute können es nicht ausstehen, wenn jemand seinen Mund aufmacht und die Wahrheit sagt. Durch diese Forderung, die sich im Internet rasch verbreitete und wegen der ich in zahlreichen TV-Shows überall auf der Welt aufgetreten bin, wurde ich zu einem Symbol. Ich war es als politische Aktivistin gewohnt, dass es bei Diskussionen über Themen wie etwa den Krieg in Afghanistan oder Umweltschutz auch mal persönlich wurde. Doch das, was in dem Jahr nach dieser Petition passierte, hatte ich noch nie erlebt: diese Bösartigkeit und dieser Hass auf eine offen homosexuelle Frau, die sich dafür einsetzt, dass Surferinnen gleichberechtigt sind und mit Respekt behandelt werden, das war enorm. Interview: Jürgen Schmieder, Quelle: SZ

*Mehr hier:* <http://www.sueddeutsche.de/sport/surfen-ich-musste-die-person-umbringen-die-ich-erschaffen-hatte-1.3019981>

- 4. Spuren einer harten Kindheit:** Vernachlässigung schädigt Seele und Körper. Von Dr. Werner Bartens. "Manche Wunden verheilen nie. Wer in der Kindheit von seinen Eltern chronisch lieblos behandelt wurde, vernachlässigt oder geschlagen, der hat oft ein Leben lang unter den Nachwirkungen zu leiden. Aggressives Verhalten und Konzentrationsmangel sind häufig die Folge, aber auch Angststörungen, depressive Verstimmungen und andere psychische Erkrankungen treten vermehrt auf. Im Alltag zeigt sich immer wieder, wie brüchig das Fundament aus Kindertagen ist: Wenn aus den vernachlässigten Kindern Erwachsene geworden sind, können sie mit Stress und anderen Belastungen meist nicht gut umgehen. Kleine Konflikte können zur existenziellen Krise ausarten." Quelle SZ

*mehr hier* <http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/vernachlaessigung-spurenharter-kindheit-1.2056976>

- 5. Heimat von Hatice Akyün** "Da gibt es die Geschichte, wie ich vor Kurzem in Anatolien war. Ich wollte Verwandte besuchen, den Onkel, der immer sagte: Wenn du kommst, schlachte ich dir ein Lamm. Später sagte er: Wenn du kommst, verprügel ich dich, weil er böse war, dass ich mich nie blicken ließ. Auf dem Weg hielt ich noch bei unserem kleinen Dorffriedhof. Alles war ruhig und friedlich, ich wollte gerade eine Sure für die Verstorbenen sagen, als mir heiß und kalt wurde. In diesem Moment hatte ich die Antwort auf alle Fragen, die mich 40 Jahre lang quälten. Also: Bist du Deutsche oder Türkin, träumst du auf Deutsch oder auf Türkisch, wo ist dein Zuhause, hier oder dort. *SZ: Und wie lautete die Antwort?* Ich bemerkte, dass auf der Hälfte aller Grabsteine mein Name oder der Mädchenname meiner Mutter steht. Und da war mir klar: Du kommst nicht aus Duisburg, Berlin oder Istanbul, sondern von genau diesem Fleckchen Erde. Auch wenn ich nicht mehr hierher gehöre – meine Wurzeln sind an diesem Ort, und ich kann jetzt endlich aufhören, danach suchen." *Interview: Verena Mayer, Quelle: SZ*

*mehr hier* <http://www.sueddeutsche.de/leben/tuerken-in-deutschland-erdoan-hat-es-geschafft-familien-zu-spalten-1.3028919>

- 6. Die unterkuschelte Gesellschaft** Berührung durch vertraute Menschen – auch im Alter wichtig für das Befinden. Millionen Menschen verweigern sich Berührungen. Bei vielen ist die Produktion des Hormons Oxytocin gestört. Befördern Fernbeziehungen, Wunschkaiserschnitte und 70-Stunden-Wochen diesen Mangel? von Margarete Moulin, Quelle: taz „*Der Mensch ist weniger dafür gemacht, jemand zu sein, als zu jemandem zu gehören*“ **KERSTIN UVNÄS MOBERG, OXYTOCINFORSCHERIN, STOCKHOLM {...}**

### Oxytocin

- ■ Geburt: Der Name Oxytocin kommt aus dem Griechischen und bedeutet „schnelle Geburt“. Die Bedeutung des Hormons bei der Geburt und für das Stillen ist seit Langem bekannt. Der Stoff fördert die Bindung zwischen Kind und Mutter.
- ■ Vertrauen: In den vergangenen Jahren hat Oxytocin viele Spitznamen bekommen: Vom Kuschel- oder Treuhormon ist häufig die Rede, sogar als „Molekül der Moral“ wurde es schon bezeichnet. Es gibt diverse Studien, die zeigen, dass sich Menschen unter Oxytocineinfluss vertrauensvoller verhalten. Sie diskutieren konstruktiver oder vertrauen anderen eher Geld an.
- ■ Verstärkerstoff: Die Forschung zeigt auch: Es ist komplex. Oxytocin verstärkt wohl Empfindungen, unter Umständen auch negative, aber es erschafft keine neuen.
- ■ Autismus: Kurzfristig kann Oxytocin Studien zufolge das Sozialverhalten von Patienten mit autistischen Störungen verändern. Ob es Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen langfristig helfen kann – und vor allem: welchen und unter welchen Bedingungen –, ist unklar.

*mehr dazu hier:* [http://www.hebammenfuerdeutschland.de/tl\\_files/artikel/inhalte/kampagne/taz\\_30.4.2016.pdf](http://www.hebammenfuerdeutschland.de/tl_files/artikel/inhalte/kampagne/taz_30.4.2016.pdf)

**7. "Bitte redet mit mir – und sagt mir die Wahrheit."***Mit Kindern und Eltern über psychische Krankheit sprechen*

Psychische Krankheit und psychische Überbelastung sind im Steigen. Betroffene, die in unseren Statistiken nicht aufscheinen, sind Kinder. Wie wir aus vielfacher Forschung und Arbeit mit erwachsenen Kindern aus solchen Familien wissen, ist die Sprachlosigkeit und Tabuisierung rund um die Realität dieser Kinder ein großes Problem. Karen Glistrup (Autorin und Therapeutin) zeigt auf, wie die Beziehung zwischen Eltern und Kindern auch in stürmischen Zeiten gepflegt und genutzt werden kann. Unter Zuhilfenahme aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse der Psychologie und Hirnforschung ermuntert sie zu einem offenen Umgang mit psychischer Erkrankung. Im Fachworkshop machen wir uns auf die Suche nach klarer offener Sprache für schwer zu fassende Gefühle und schwer zu benennende Tatsachen des Alltags.

Wir wollen durch dieses interdisziplinäre Angebot auch die Kommunikation über schwierige Fälle über Berufsgruppen hinweg fördern

Fachworkshop 30.9./1.10.2016 mit Karen Glistrup mehr dazu hier: <http://www.igfb.org/seminar-vortrag>

**Bücher zum Kurs hier bestellen:**

Was ist bloß mit Mama los? • Karen Glistrup

[http://shop.famlab.de/Was\\_ist\\_bloss\\_mit\\_Mama\\_lo](http://shop.famlab.de/Was_ist_bloss_mit_Mama_lo)

Sag mir die Wahrheit

[http://shop.famlab.de/Sag\\_mir\\_die\\_Wahrheit](http://shop.famlab.de/Sag_mir_die_Wahrheit)

**8. STUTTGART • 21. - 23.10.2016 • »AGGRESSION – – ein neues Tabu « •**

mit Cornelia Stöckel und Mirjam Baumann-Wiedling - 3-tägiger Workshop für pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte • 350€ inkl. 19% MwSt.

Mehr zum Workshop: <http://bit.ly/1N6fLOt> • Anmeldeformular: <http://bit.ly/1R4VTyT>

**9. FAMILIENTRIO\_27** Ich habe das alleinige Sorgerecht für meine Tochter (4), mit dem Vater war ich

nie zusammen. Er meldet sich ohnehin nur, wenn bei ihm gerade die Sonne scheint. Die Nähe zu seinem Kind hält er nur so lange aus, bis ich fordere, dass er sich regelmäßig um sie kümmern soll. Meine Tochter hat sich mit „Er arbeitet viel“ ihre eigene Erklärung zurechtgelegt, wenn er mal wieder mehrere Monate lang nichts von sich hören lässt. Soll ich ihm weiterhin das Kind hinterher- tragen oder kann ich die Tür einfach zulassen? Daniela Z., Berlin

*Antwort von Jesper Juul:* Ihre Tochter hat den Vater, den Sie für sie ausgewählt haben. Und er ist, wie er nun mal ist. Ihn um Regelmäßigkeit in Sachen Kontakt zu bitten oder ihn wegen mehr Stabilität anzugehen, ist so, als ob Sie beim Bäcker Fleisch kaufen wollten. Ihre Tochter wird es überleben und ihre eigenen Kämpfe mit ihm austragen, wenn sie größer ist.

herzlich

das familylab-Team und Mathias Voelchert

1. **KÖLN • 22.09. - So. 25.09.2016 & 3 24.11. - So. 27.11.2016 •**  
**»21. Familylab-SeminarleiterInnen-Training** mit Mathias Voelchert und erfahrenen Trainern & Trainerinnen • 8-tägige familylab-Weiterbildung  
 mehr zum Seminarleitertraining • <http://bit.ly/1NwmSDB>  
 Anmeldeformular • <http://bit.ly/1SeKBKd>
2. **MÜNCHEN • 14. - 16. Oktober 2016 • Teenpower – ...geh deinen Weg! mit Pia Beck Rydahl**  
 3-tägige familylab-Weiterbildung für Fachleute und Interessierte  
 Mehr zum Kurs: [http://www.familylab.de/files/TEENPOWER\\_2016/2016\\_TEENPOWER.pdf](http://www.familylab.de/files/TEENPOWER_2016/2016_TEENPOWER.pdf)  
 Anmeldung: [http://www.familylab.de/files/TEENPOWER\\_2016/2016\\_ANMELDUNG\\_TEENPOWER.pdf](http://www.familylab.de/files/TEENPOWER_2016/2016_ANMELDUNG_TEENPOWER.pdf)
3. **STUTTGART • 21. - 23.10.2016 • »AGGRESSION – – ein neues Tabu « •**  
 mit Cornelia Stöckel und Mirjam Baumann-Wiedling - 3-tägiger Workshop für pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte • **350€ inkl. 19% MwSt. • Frühbucher 290€ bis 30.06.2016**  
 Mehr zum Workshop: <http://bit.ly/1N6fLOt> • Anmeldeformular: <http://bit.ly/1R4VTyT>
4. **MÜNCHEN • 21. - 23.10.2016 • »FAMILIENBERATUNG\_ÜBUNGEN«** mit Mathias Voelchert  
 familylab-Weiterbildung für familylab-TrainerInnen & Fachleute  
 Mehr zum Kurs: <http://bit.ly/1kqVR7Q> • Anmeldung: <http://bit.ly/1MplZpT>
5. **MÜNCHEN • 05. - 06. November 2016 • DIE KINDHEIT IST UNANTANSTBAR** mit Dr. Herbert Renz-Polster, Kinderarzt • 2 tägiger Kurs für interessierte Eltern und Menschen, die mit Familien arbeiten  
 Mehr zum Kurs: <http://bit.ly/1kOfsc5> • **Anmeldung.** <http://bit.ly/1MCL59e>

## 2017

1. **MÜNCHEN • 27. - 29. Januar 2017 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 1 – Praxis«**  
 mit Dirk Bayer & Mathias Voelchert  
 3-tägige qualifizierende familylab-Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen  
 • **Frühbucher 350€ bis 30.06.2016** • Mehr zum Kurs: <http://bit.ly/1mvF1s>
2. **HAMBURG • 24. – 26. Februar 2017 • »AGGRESSION – – ein neues Tabu « •**  
 mit Cornelia Stöckel und Mirjam Baumann-Wiedling  
 3-tägiger Workshop für pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte  
 350€ inkl. 19% MwSt. • **Frühbucher 290€ bis 31.10.2016**  
 Mehr zum Workshop: [http://familylab.de/files/Aggression\\_HH/Aggression\\_Ankuendigung-HH-2017.pdf](http://familylab.de/files/Aggression_HH/Aggression_Ankuendigung-HH-2017.pdf) •  
 Anmeldeformular: [http://familylab.de/files/Aggression\\_HH/ANMELDUNG\\_Aggression-HH-2017.pdf](http://familylab.de/files/Aggression_HH/ANMELDUNG_Aggression-HH-2017.pdf)
3. **ZÜRICH • 17. – 19. März 2017 • »Vater sein ...« mit Mathias Voelchert**  
 3-tägige familylab-Weiterbildung für interessierte Männer und Väter  
 Mehr zum Kurs: <http://bit.ly/1NxKfJ8>
4. **MÜNCHEN • 21. - 23. April 2017 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 2** mit Andreas Reinke & Mathias Voelchert • **Frühbucher bis 30.11.2016 • 290€**  
 3-tägige familylab-Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen **Mehr dazu** • <http://bit.ly/1tkFeOK>  
*Der Workshop: Das wird Schule machen • Teil 2 Grundlagen in MUENCHEN 08. - 10.04.2016 kann auch vor Teil 1 gemacht werden*