



your life

Ihr persönlicher Beratungsbrief

Liebe Leserin, lieber Leser,



wie kann unsere Zufriedenheit wachsen, auch wenn das Bruttoinlandsprodukt nicht mehr wächst? Das ist, so Kurt Biedenkopf, die entscheidende Frage der nächsten Jahre. Pränanter lässt sich unser Anliegen von **simplify your life** kaum ausdrücken. Seit über 30 Jahren wissen wir: Wirtschaftliches Wachstum wird bald an seine Grenze stoßen. Allen Prophezeiungen zum Trotz sind Wohlstand und Bruttoinlandsprodukt in unserem Land seitdem dennoch gewachsen. Doch langsam merken wir, welch überhöhen Preis wir dafür zahlen: eine enorme Belastung der Beschäftigten – daneben so viele arbeitslose Menschen wie lange nicht mehr. Schrecklicher Druck auf Ehen und Familien. Dazu eine absurd hohe Verschuldung, die möglicherweise in naher Zukunft zu einem Kollaps des Weltwirtschafts-systems führen wird.

Unsere Kinder, so Biedenkopf, werden es nicht mehr zulassen, dass sich unser Land für ein wirtschaftliches Wachstum verschuldet, das angeblich zu mehr Beschäftigung führen soll – was aber nie funktionieren wird. Einen der vielen nötigen Wege aus der Krise beleuchten wir auf Seite 3: Schluss mit der Spirale der Effizienz! Mehr Freiräume, Ungenauigkeiten, Fehlertoleranz – kurzum: mehr Menschlichkeit.

Und hoffentlich endlich menschenfreundlicheres Wetter – das wünschen Ihnen von Herzen

Manin Küstmann
Werner Küstmann

Erziehung

Das Tugend-Projekt

Wie Sie sich selbst und jungen Menschen wirklichen Reichtum schenken



„Die besten Dinge im Leben sind nicht die Dinge.“ Auf dieser einfachen Einsicht beruht die Arbeit der amerikanischen Pädagogin Linda Kavelin-Popov. „Eltern sind bestrebt, ihren Kindern materielle Sicherheit zu geben. Doch sie übersehen, wie viele wertvolle nicht materielle Schätze sie ihren Kindern vermitteln können.“ Das Wertvolle, was sich im Kern aller Kulturen, Traditionen und Religionen findet, sind nach Kavelin-Popovs Erfahrung die Tugenden.

Tugenden statt Werte oder Ziele

Werte sind zum großen Teil kulturspezifisch, und die Ziele vieler Religionen sind gegen andere Religionen gerichtet. Worin sich die verschiedenen Kulturen aber erstaunlich ähneln, sind die guten Charakterqualitäten, die vom einzelnen Menschen erwartet werden. Sie werden in jeder Kultur auf unterschiedliche Weise praktiziert, aber über diese Grenzen hinweg gewürdigt und eignen

Bitte umblättern auf Seite 2

In dieser Ausgabe

Das Tugend-Projekt.....1	Unterbrechungen.....8
Mehr Redundanz!.....3	Alterssicher zu Hause.....9
Zettel adel.....4	Morgen- und Abendmensch unter einem Dach.....10
Wenn Zettel unvermeidlich sind.....5	Geben Sie mir eine Chance!.....11
Neue Stauräume entdecken.....6	Ich fordere von der Welt, dass sie gut sein möge.....12
Einfacher leben mit dem Net.....7	



Erziehung

Fortsetzung von Seite 1

sich in einer multikultureller werden- den Welt als Maßstäbe der Erziehung. Kavelin-Popov hat das **Virtues Project** gegründet und 5 Strategien entwickelt, mit denen Familien, Kindergärten und Schulen auch bei „schwierigen“ Kindern erstaunliche Fortschritte erzielen.

1. Sprechen Sie Tugenden aus

Die Sprache prägt den Charakter. Mit der Wahl Ihrer Worte können Sie Kinder ermutigen und inspirieren. Die Sprache der Tugenden hilft, Beschimpfungen und Verletzungen durch gegenseitigen Respekt und gesundes Selbstbewusstsein zu ersetzen. **Beispiel:** Sagen Sie als Lob nicht einfach: „Das hast du toll gemacht.“ Benennen Sie die gute Eigenschaft des Kindes mit dem klassischen Tugendbegriff: „Das war mutig von dir.“ „Ich finde, hier hast du wirklich Großzügigkeit bewiesen.“



2. Erkennen Sie Tugend-Momente

Gerade Auseinandersetzungen, Streit und Konflikte bieten die besten Möglichkeiten, um Ihren eigenen Charakter und den von Kindern zu kultivieren. Voraussetzungen dafür sind die Demut und das Vertrauen, dass wir aus unseren Fehlern lernen können. Dann wird aus einem Stolperstein eine Stufe. **Beispiel:** 2 Kinder streiten mit den Fäusten darüber, wer Recht hat. Sie trennen beide, verurteilen mit klaren Worten die Gewaltbereitschaft und ermahnen sie streng. Heben Sie aber am Schluss bei jedem der Beteiligten eine Tugend hervor: „Du hast großes Selbstbewusstsein bewiesen, indem du nicht nachgegeben hast. Und du hast deine Meinung mit Entschlossenheit verteidigt.“



3. Schärfen Sie Ihren Tugend-Blick

Gesellschaft und Tradition setzen heute weniger Grenzen als früher; die Verantwortung des Einzelnen wird immer wichtiger. In den Gemeinschaften muss

das geübt werden: Familie, Schule, Kindergarten, Gemeinde, Firma. Je mehr sie von Tugenden getragen werden, umso sicherer, gesünder und glücklicher fühlen sich deren Mitglieder. **Beispiel:** Beurteilen Sie die Lieblings-TV-Serien, Idole und PC-Spiele der Kinder nicht nur von außen, sondern betrachten Sie sie durch die verständnisvolle Brille der Tugenden. Entdecken Sie, dass der tollpatschige **Spongebob** die Tugenden der **Herzensreinheit** und **Freundschaft** verkörpert (und dadurch in schreckliche Situationen gerät). Oder dass die Helden der martialischen Ballerspiele die Tugenden der loyalen **Treue** und **Einsatzbereitschaft** hochhalten.

4. Würdigen Sie verborgene Tugenden

Beginnen Sie jede Begegnung mit einem anderen Menschen (gleich welchen Alters) mit dem Respekt vor seiner Würde. Sehen Sie im anderen nicht in erster Linie seine Begrenzungen, seine Schwächen und Probleme, sondern seine Möglichkeiten, seine (vielleicht verborgenen) Talente und seine Schönheit. **Beispiel:** Im Mittelalter war es Brauch, dass sich der Lateinlehrer morgens vor seinen Schülern verbeugte, weil vor ihm zukünftige Bürgermeister, Professoren, Ärzte und Gelehrte saßen.



5. Bieten Sie spirituelle Begleitung

Bleiben Sie aufmerksam, hören Sie mit Mitgefühl und Anteilnahme zu. So helfen Sie anderen, dass Beste in sich zu entdecken und an eine gute Zukunft zu glauben. Sie ermutigen dazu, Konflikte friedlich zu lösen, und bewahren damit Menschen vor Depressionen, Zorn und Trauer. **Beispiel:** Zum **Virtues Project** gehört die „Tugend der Woche“. Damit werden im Lauf eines Jahres alle guten menschlichen Eigenschaften und Möglichkeiten benannt und in den Blick genommen. Lassen Sie sich nicht abschrecken durch anfängliche Ablehnung oder Gekicher. Jedes Kind hat ein Recht darauf, die guten Möglichkeiten seiner Seele zu entdecken und dann auch an sich selbst zu entdecken.

Die Liste der Tugenden



Das **Virtues Project** zählt 52 Tugenden, die sich aber ähneln und bei der Übersetzung ins Deutsche auch überschneiden. Bei der Übersetzung sind wir gekommen auf: Anstand, Begeisterung, Bescheidenheit, Dankbarkeit, Durchhaltevermögen, Durchsetzungsvermögen, Ehrlichkeit, Einsatzbereitschaft, Entschlossenheit, Fleiß, Flexibilität, Freude, Freundlichkeit, Freundschaft, Friede, Fürsorge, Geduld, Gerechtigkeit, Großzügigkeit, Güte, Herzensreinheit, Hilfsbereitschaft, Hingabe, Höflichkeit, Idealismus, Kooperation, Kreativität, Liebe, Loyalität, Mitgefühl, Mut, Ordnung, Qualitätsbewusstsein, Respekt, Selbstdisziplin, Selbstbewusstsein, Sorgfalt, Takt, Toleranz, Treue, Verantwortungsbewusstsein, Verständnis, Vertrauen, Vertrauenswürdigkeit, Verzeihung, Weisheit, Zufriedenheit und Zuverlässigkeit.

Das Tugenden-Spiel



„Pure Notwendigkeiten“ heißt ein Spiel für Eltern und Kinder (1 oder mehrere). Setzen Sie sich zusammen, mit einem großen Zettel in der Mitte, und fragen Sie: „Ein Mensch braucht Wasser und Sonne und was noch?“ Bei älteren Kindern kann die Frage lauten: „Welche Sachen machen das Leben lebenswert?“ Dann schreibt jeder reihum etwas auf den Zettel in der Mitte. Wenn die Liste nur materielle Objekte enthält, leiten Sie die Kinder an, darüber hinauszu-denken: „Was bringt dir Freude? Was tut dir gut?“

Wenn die Liste fertig ist, fragen Sie andersherum: „Worauf könntet ihr notfalls verzichten?“ Dann wird reihum diskutiert und gestrichen, bis am Ende nur noch 1 Punkt dasteht – das Wichtigste im Leben. Wetten, dass alle sehr gespannt sind, was das ist?

www.virtuesproject.com ist von Kirchen und anderen Organisationen unabhängig. Es wird angewendet und gesponsert von Ministerien, öffentlichen Einrichtungen sowie Organisationen in den USA, Kanada und Ozeanien.