



*Nimm dir eine Tasse Tee
oder Kaffee und*

mache es dir gemütlich.

*Ich wünsche dir
viel Spaß beim Lesen!*

Birgit



Birgit Holloh

Tagebuch

eines
heranwachsenden
Kindes

Erwachsen werden
zu Beginn der
Industriellen Revolution 4.0



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Tagebuch	5
Brief an meine Mom	37
Nachwort	44



*Ich bin gerade geboren
und sehe dich, meine Mama,
zum aller ersten Mal.*

*Ich spüre das
vollkommene unbeschreibliche
Glück.*

Ein Glück, das es größer nicht gibt.

*Ich gucke dich an.
Mit großen runden Kulleraugen.*

*Ich kommuniziere mit meinen Augen
und ich bitte dich:*



"Mama, bitte ...

*... sei Du mein Sonnenschein,
wie auch ich deiner bin.*

*... liebe mich, so wie ich bin, weil ich
auch dich so liebe wie du bist.*

*... hilf mir groß zu werden,
so gut du es kannst.*

*Liebe Mama,
gib mir Wurzeln, um mich stark mit
der Erde verbinden zu können und
gib mir Flügel, damit ich,*



wenn ich groß bin,
frei umher fliegen kann,
um mir meine eigene Welt erobern zu
können.

Hab Dank dafür.

Ich werde dich immer lieben,
denn ich bin und ich bleibe ein Teil von
dir,

mein ganzes Leben lang.



Tag 01

Es ist unglaublich,
mit dem Verstand kaum greifbar.

Nur Mamas und meine Gefühle zählen.
Gefühle, die sich nicht mit Worten be-
schreiben lassen.

Große Anstrengungen liegen hinter uns.
Große Anstrengungen, die wir beide
gerade erlebt haben, ohne sie steuern
zu können. Wir wurden gesteuert.

Alles lief von alleine. Wir mussten nichts



tun. Wir durften alles einfach geschehen lassen. Wir durften vertrauen, durften frei von Angst und frei von Furcht sein.

Mama und ich haben gerade eben meinen Körper, wir haben mich, in diese Welt hinein geboren.

Ich freue mich so, dass ich meine Mama als meine Mama habe.

Wir waren in den letzten Monaten ein gutes Team.

Wir sind ein gutes Team.

Und wir bleiben ein gutes Team, oder?



Tag 02

Viele Menschen kommen ins Krankenhaus um mich zu sehen.

Sie kommen wegen mir, nicht wegen meiner Mama.

Ich bekomme einen ersten Eindruck von dem, wie es ist eine Mama zu sein.

Mama sein bedeutet, persönlich in den Hintergrund zu treten, denn ab sofort komme ich – ihr Kind – an die erste Stelle.



Tag 04

Ein wundervoller Tag. Wir sind zu Hause, dort wo wir gemeinsam leben werden.

Jetzt beginnt der Alltag.

Mama hat ein wenig Angst.

Alles ist so neu.

Sie fragt sich, ob sie es schaffen wird, mir eine gute Mutter zu sein, ob sie den Alltag, den Haushalt, mir, meinem Vater und den anderen gerecht werden kann.

Tag für Tag aufs Neue.



Tag 28

Vier Wochen bin ich nun schon alt.
Das Leben meiner Mama ist anstrengend, aber durch mich wunderschön.

Immer wenn ich in ihre Augen schaue, dann vergisst sie, dass sie keine einzige Nacht mehr durchgeschlafen hat, seit ich hier bin.

Das Schönste aber ist:
Sie liebt mich wie ich bin.
Auch wenn das ganze Drum herum so anstrengend ist.



Tag 31

Ich weiß jetzt, dass ich eigene Händchen und Füßchen habe und beginne sie jauchzend zu erforschen.

Mama ist sehr müde und abgespannt. Sie hat schon so lange nicht mehr ausreichend geschlafen.

Sie hat viel zu wenig Zeit für sich selbst. Sie hat viel zu wenig Zeit um mal zu entspannen.

Immer muß sie sich um so vieles und jeden kümmern.



Tag 43

Mama kriegt den Haushalt nicht mehr so hin, wie sie es gerne hätte. Sie ist oft schlapp und müde. Überall Fläschchen, Gläschen, Tücher, Windeln, ... Rummel von Papa und auch von ihr. Und da ist dann noch die viele Wäsche.

Papa, die Omas und Opas, sie alle erwarten zu viel von ihr. Sie denken nicht darüber nach, dass sie so wenig Schlaf bekommt.



Tag 112

Hurra, nun bin ich schon vier Monate alt. Wenn Mama mich sieht, dann lächele ich sie an. Jedes Lächeln ist ein Geschenk an sie, besonders aber mein erstes Lächeln hatte es ihr angetan.

Sie spricht viel mit mir, um mein Gefühl für Sprache zu fördern.

Wir beide schlafen jetzt nachts länger.

Der Haushalt ist für Mama immer noch anders als früher. Irgendwie chaotischer. Sie braucht dringend eine andere Organisationsstruktur.



Tag 180

Ich bin nun bereits ein halbes Jahr alt. Mama macht sich Gedanken über meine Ernährung, denn die Beikost im Gläschen oder als Fertigbrei ist eine Notlösung wenn es schnell gehen muss, aber kein Ersatz für eine nahrhafte frische Kost für mich, das schmecke ich.

Sie hat eine riesig große Verantwortung für mich. Sie könnte ja mal Experten für Gemüse, Obst und später auch Nüsse fragen.



Tag 223

Ich habe Zahnschmerzen. Ich weine deshalb viel und bin mit allem unzufrieden. Ich will nur auf Mamas Arm. Da fühle ich mich geborgen. Was anderes will ich nicht, auch wenn das für Mama noch mehr Stress bedeutet und sie wieder nachts nicht durchschlafen kann. Blöde Zähne!

Ich will etwas zum draufrum kauen. Keinen Plastikring, der hat Stoffe, die mir nicht gut tun.



Tag 258

Mama hat Stress mit Papa. Er fühlt sich zurück gesetzt.

Er sagt, Mama kümmere sich nicht genug um ihn, er wolle mal wieder öfter ..., na ja, das krieg ich wohl erklärt wenn ich größer bin.

Papa will nicht immer nur helfen müssen, wenn er von der Arbeit kommt. Er meint Mama könne das machen, sie wäre ja zu Hause und hätte sonst nichts zu tun.



Tag 366

Wir haben meinen ersten Geburtstag gefeiert. Mama und ich hatten Gäste. Sie haben mir zum Geburtstag gratuliert, nicht meiner Mama. Sie hatten einfach vergessen, dass wir gemeinsam an diesem Tag schwere Arbeit geleistet haben, bis ich geboren war.

Kindergeburtstage sollten auch als Mamafesttage gefeiert werden. Zumindest sollten Gäste, finde ich, nicht nur dem Kind, sondern auch der Mama zu diesem Ehrentag gratulieren.



Tag 367

Schätzt denn keiner, was Mamas alles machen: Sie verbringen Höchstleistungen, jeden Tag, 365 Tage im Jahr.

Ohne Unterlass, immer in Bereitschaft. Kein Wochenende, keinen Urlaub.

Keine Bezahlung. Keine eigene Rente.

Keine gesellschaftliche Anerkennung, obwohl unsere Mamas es sind, die dabei helfen, dass wir später die Renten der Leute sichern. Eine Rente, die Mamas selbst nicht bekommen werden, weil sie ja NUR Mamas waren und nicht für Geld gearbeitet haben.



Tag 545

Ich kann jetzt laufen. Ich sitze voller Tatendrang. Aber ganz ehrlich? Mama nervt. Langsam merke ich, dass ich mir auch ohne meine Mama die Welt erobern kann. Aber sie lässt mich nicht. Ich darf dies nicht anfassen, ich darf das nicht runter reißen, ich darf da nicht hoch klettern und die Schränke darf ich auch nicht ausräumen.

Wenn ich das dann doch tue, dann schimpft Mama mit mir. Und Papa, Oma und Opa schimpfen plötzlich auch. Blöde Welt! Blöde Erwachsenen.



Tag 1095

Jetzt bin ich erst drei Jahre alt. Meine Zeit als Baby und Kleinkind soll nun vorbei sein. Ich sehe das anders. Sie sprechen davon, dass ich jetzt jeden Tag in den Kindergarten muss. Aber ich fühle mich dafür noch zu klein. Ich möchte noch nicht so lange ohne meine Mama sein. Mama fühlt das auch, aber sie tut trotzdem, was die anderen ihr sagen.

Obwohl ich im Kindergarten vor lauter Angst laut weine, ist sie gegangen, ohne mich. Blöde Mama! Ich bin doch erst 3.



Tag 2190

Nun bin ich bald ein Schulkind.

Der Kindergarten und die Gesellschaft haben mich nun soweit konditioniert, dass ich mich in der Schule anpassen kann. Das wünscht sich meine Mama. Und ich tue alles für sie, wirklich alles, damit sie mich weiter lieb hat. Deshalb gehe ich nun auch für meine Mama und für meine Lehrerin in die Schule um zu lernen. Dort passe ich mich dann weiter an.

Ich vergesse immer mehr den Wunsch, ein eigenständiges Ich zu entwickeln.



Tag 3650

Schulwechsel. Jetzt bin ich 10.

Da ich jetzt jahrelang fleißig für meine geliebte Mama gelernt habe, werde ich jetzt auf die höhere Schule geschickt.

Das wäre wichtig für meinen späteren Beruf, haben sie mir gesagt.

Ich glaube, dass Mama stolz auf mich ist, denn sie erzählt es so stolz den Nachbarn. In der neuen Schule werde ich wohl weiter konditioniert und muss wohl noch mehr von dem lernen, was mir gar keinen Spaß macht.



Tag 3720

Ich bin so unglücklich. Immer muss ich in die Schule. Es ist so langweilig dort. Stundenlang still sitzen, zuhören und lernen was ich später eh nicht brauche. Wir dürfen uns während des Unterrichts nicht einmal die Beine vertreten um zur Toilette zu gehen.

Ich halte das nicht mehr aus. Ich kann mich nicht mehr konzentrieren und werde zum Zappelphilipp.

Sie vermuten ADHS. Mama soll sich beim Kinderarzt Medikamente für mich dagegen verschreiben lassen.



Tag 4745

Nun bin ich schon 13 Jahre alt. Meine Mama liebe ich immer noch.

Ich bin nun alt genug, dass ich zu hinterfragen beginne, ob das alles so Rechtens ist, wie Mama und Papa sich mir gegenüber verhalten. Ich merke, dass sie mich nicht um meiner selbst zu lieben scheinen, denn immer wollen sie ein Verhalten von mir erzwingen, das ihnen gefällt. Egal was ich selber will.

Ich kann den Satz "Was sollen die Nachbarn von uns denken" nicht mehr hören.



Tag 5475

Jetzt bin ich 15 und voll in der Pubertät. Rebellion ist angesagt.

Sie können mich mal! Beide! Papa und selbst meine geliebte Mom.

Es macht mich traurig so rebellieren zu müssen, aber sie wollen das ja nicht anders.

Ich bin ein fühlender Mensch, ein Mensch, der sich immer noch nach Liebe und Geborgenheit sehnt, aber das bemerken sie nicht.

Für sie bin ich nur noch ein Objekt.

Ein Objekt, das funktionieren soll.



Ich soll einen guten Schulabschluss erreichen, einen guten Beruf erlernen. All das in dem Bewusstsein, dass es in 10 -15 Jahren 60 % der Berufe, die es heute noch gibt, dann nicht mehr geben wird. In dem Bewusstsein, dass ich all die Skills, die ich später brauchen werde, in der Schule nie lernen durfte. "Tu dies nicht, lass jenes. Du hast statt dessen das zu tun und jenes auch." Ich weiß, Mama und Papa wollen nur das Beste für mich. Aber es gibt vieles was für die beiden vielleicht gut war, für mich aber nicht mehr gut ist. Was ich als Mensch will und brauche,



*das hinterfragen sie nicht. Durch ihr
scheiß konditioniertes Leben haben sie
verlernt, sogar sich selbst als lebendige
eigenständige Menschen wahrzunehmen.*

*Ich glaube,
ich werde meine Mom mal fragen:
"Bist du glücklich Mom?
Lebst du ein Leben, wie du es dir
früher für dich vorgestellt hast?"*

*Ich sehe nicht, dass sie glücklich ist und
das macht auch mich unglücklich.*



Ich sehe, dass sie nur arbeitet, um all die Zwangsrechnungen und unsere materiellen Wünsche erfüllen zu können. Und für ihre Rente, die es wahrscheinlich, wenn sie alt geworden ist, gar nicht mehr geben wird.

"Wann hast du dir das letzte Mal so richtig Zeit für dich genommen, Mom? Wie viele Wochen und Monate ist das her?"

Wann hast du dir das letzte Mal viel Zeit für mich genommen, für dein Baby, das ich vor 15 Jahren noch war?"



Ich vermisse die gemeinsame Zeit mit ihr. Zeit mal nur zu zweit. Wenn ich mir vorstelle, ich würde morgen sterben, dann wäre es zu spät für etwas Zweisamkeit, zu spät für eine herzliche gemeinsame Unterhaltung.

Ich bin wütend darüber. Deshalb rebelliere ich. Ich kämpfe mich von meinen Eltern frei und nutze dafür die Pubertät. Jetzt!

Wenn sich nichts ändert, dann verspreche ich, werde ich nach meiner



Pubertät in mein eigenes Leben ziehen, ohne dass sie später wissen werden was aus mir geworden ist. Es interessiert sie ja schon heute nicht mehr was ich fühle und denke. Es zählt immer nur was sie wollen und denken.

Im Moment will ich nur noch weg von ihnen!

Leider geht das nicht so ohne Weiteres, denn noch bin ich auf sie angewiesen, wenn ich nicht auf der Straße landen will. Leider!



Tag 6570

Nun bin ich 18 und offiziell mündig.
Ich fühle mich aber noch gar nicht so.
Ich liebe meine Mom noch immer wie
am ersten Tag.

Mittlerweile aber habe ich erkannt, dass
es Möglichkeiten gibt als Familie und als
einzelner Mensch glücklicher und freier
zu leben als Papa und Mama es mir
bisher vorgelebt haben. Es gibt Skills,
die auch sie noch lernen könnten.

Beruflich habe ich noch immer keine



Ahnung davon, was ich einmal machen werde.

Es ist mir derzeit auch immer noch egal was Mama und Papa dazu sagen.

Es ist mein Leben, es ist meine berufliche Zukunft. Eine Zukunft, die sich bald wirtschaftlich total verändert haben wird.

Schon in ca. 10 bis 15 Jahren, wird es sehr viele Berufe nicht mehr geben, aber dafür andere. Wie soll ich da heute entscheiden, welcher Beruf für mich der richtige sein wird.



Ich bin nun 18 Jahre alt und gelte
gesetzlich als ein Erwachsener.

Aus neurologischer Sicht ist mein
Gehirn aber noch lange nicht erwach-
sen. Letztendlich soll es erst mit 25 -
27 Lebensjahren dazu fähig sein,
selbstständig lösungsorientiert denken
zu können.

Wahnsinn, ein Mensch braucht echt
10.000 Tage um heranzuwachsen.

Tja, wenn das so ist, dann brauche ich
in manchen Situationen also weiterhin



gutes Erwachsen-Werden-Coaching.

Ich sehe, dass viele Jugendliche heute bis zum 25. Lebensjahr und sogar noch länger bei ihren Eltern wohnen bleiben. Aus den verschiedensten Gründen.

Aber bevor ich mir Gedanken mache, ob ich zu Hause wohnen bleiben kann und will, mache ich erst mal etwas ganz anderes:

Jetzt, liebe Mom und lieber Dad, werde ich erst einmal auf Reisen gehen, um mir die Skills beizubringen, die ich



wirklich für meine berufliche Zukunft gut gebrauchen kann, aber in der Schule nie lernen durfte.

Danach komme ich wieder und dann sehen wir weiter.

Ja – so werde ich es machen!

Ich bin ja jetzt 18 und darf über mein Leben alleine bestimmen.

Mom und Dad dürfen mich nun nicht mehr von irgend etwas abhalten.



Brief an meine Mom

- Auszug -

"Liebe Mama, besonders dich möchte ich fragen:

Wie glücklich bist du wirklich?

Wie gestaltest du dir dein Leben?

Willst du wirklich dein Leben lang Geld gegen deine Lebenszeit eintauschen?



Ist dir deine Lebenszeit nicht mehr als 8,50 € Mindestlohn oder vielleicht sind es 10 – 15 €, von denen du dann auch noch Sozialabgaben und Steuern zahlen musst, wert?

Und was ist überhaupt mit deinem Job, wenn so viele in den nächsten Jahren wegfallen? Du gehst dann doch auch noch lange nicht in Rente.

Willst du nicht auch damit beginnen dagegen zu steuern, so wie ich es jetzt tun werde?



Andere Menschen tun das bereits und ich beobachte, dass sie viel glücklicher leben als wir es in unserer Familie tun.

Google mal nach Persönlichkeitsentwicklung, nach zukunftsorientiertem Familienmanagement, nach Geld verdienen durch passives Einkommen.

Du musst, um so leben zu können, auch viel tun, aber es ist Arbeit, die dir Freude bereiten wird.

Arbeit an dir selbst.

Arbeit für dich selbst.

Warum machst du nicht dein Hobby



zum Beruf?

Warum nutzt du nicht deine Stärken dafür?

Mach etwas wofür dein Herz brennt, etwas was du richtig gerne tust!

*Bleib in Verbindung mit **aicara**. Dort wirst du auf dem Laufenden gehalten. Dort sammeln sich Mütter, die in der Zukunft glücklicher und freier leben wollen, die mutig genug sind ihre Komfortzone zu verlassen, um ihre Familie in Harmonie und Freude zu managen. Mütter, die sich aktiv mit ihrer Persönlichkeitsentwicklung*



beschäftigen. Mütter, die sich – neben ihrer Familie – auch noch selbst wahrnehmen lernen und die für sich selbst und ihr Glück eigenverantwortlich handeln.

Es würde mich freuen, wenn du beginnst, dich endlich auch um dein persönliches Glücklich sein zu kümmern.

*Ich wertschätze dich sehr.
Mein Körper wuchs in deinem Bauch.
Wir haben ihn gemeinsam geboren.
Wir bleiben auf diese Weise für immer*



miteinander verbunden.

Hab tausend Dank für die Zeiten, in denen du mich beschützt und behütet hast so gut du es konntest.



*Liebe Mom,
ich muss nun lernen
meine Flügel zu nutzen.*

Eigenverantwortlich.

*Wir beide,
wir bleiben miteinander verbunden,
energetisch,
immer.*

Ich liebe dich."

Dein ehemaliges Baby



Nachwort

*Liebe Leserin,
mein Name ist Birgit.
Bevor ich mit meiner, mit unserer
Herzensbotschaft an dich herantrete,
möchte ich dir meinen Dank aus-
sprechen, dass du bis hierher gelesen
hast.*

*Es ist für uns nicht selbstverständlich,
dass du deine wertvolle Lebenszeit
dafür verwendet hast. Du hättest sie
auch anderweitig nutzen können.*



Nun zu meinen eigentlichen Herzens-
Worten an dich.

Fragst du dich, was ich mit den
Auszügen dieses fiktiven Tagebuches bei
dir bewirken möchte?

Letztendlich möchte ich Großes bewir-
ken, möchten Sabrina und ich gemein-
sam mit vielen anderen Müttern Großes
bewirken.

Wir wissen nicht, ob du es schon wahr-
nehmen konntest. Wir stehen vor einer



großartigen aber auch sehr herausfordernden Zeit. Einer Zeit des äußeren wie auch inneren Umbruchs, in dem wir nicht mehr konditioniert und angepasst sondern flexibel und kreativ agieren sollten, wollen wir in der Zukunft in dieser neuen Welt glücklich und zufrieden zurecht kommen.

Jede Gesellschaft braucht Struktur und Ordnung um überleben zu können. Das war so und wird immer so sein. Aber für die Zukunft sind es nicht mehr die Konditionierungen der letzten Jahrzehnte, die wir im Elternhaus, im



Kindergarten, in der Schule, im Beruf, durch unsere Freunde, ... beigebracht bekommen und die wir uns manchmal sogar auch selbst anerzogen haben, sondern es sind viele für uns neue Konditionierungen, die uns dabei helfen glücklicher und zufriedener durch unser Leben zu gehen.

Dieses Neue entwickelt unsere Persönlichkeit, entwickelt unsere zukunftsorientierte Persönlichkeit.

Dieses Neue müssen wir erst erlernen. Quasi als eine private Weiterbildung,



denn leider werden die Skills und Tools, die wir dafür benötigen, noch immer nicht in den staatlichen Schulen und an den Universitäten gelehrt.

Die Konditionierungen wirken, so wie die Fachwelt es beschreibt, durch Glaubenssätze.

Glaubenssätze, sind Überzeugungen, die tief aus unserem Unbewussten auf uns wirken.

Es ist an der Zeit, sie an die Oberfläche zu holen, sie zu überdenken und gegebenenfalls auszutauschen.

Denn Glaubenssätze sind dafür verant-



wortlich ob wir glücklich oder unglücklich durch unser Leben gehen.

Ein jedes Hirn, auch deines, ist mit Glaubenssätzen gefüllt, die auch du dringend überprüfen solltest, damit auch du frohen Mutes den Wandlungen der Zukunft nicht ängstlich sondern mutig entgegensehen kannst.

Du hast bereits oder übernimmst vielleicht bald die größte Aufgabe, die es gibt. Die Verantwortung für ein anderes Lebewesen, für das Heranwachsen eines jungen Menschen.



Du bist bereits Mutter oder wirst es in naher Zukunft vielleicht sein.

Da die Menschheit zeitlich gerade in einen großen Wandel hineingezogen wird, wandeln sich nun auch die Aufgaben des Mutterseins. Denn das Zeitalter der Industriellen Revolution 4.0, so nennen die Wirtschaftsexperten diesen großen Wandel, beginnt gerade erst.

Auf uns und unsere Kinder kommen nun Veränderungen zu, die mit den alten Konditionierungen nicht mehr übereinstimmen werden.



Wir benötigen nun andere grundsätzliche Basics als in den Jahrzehnten zuvor.

Die Hausfrauentätigkeiten von früher sind heute größtenteils passe.

Es ist die Zeit gekommen als Familien-Managerin zu agieren, und der Beginn, sich zukunftsorientiert weiterzubilden, will man sich als Mutter ausreichend vorbereitet diesem Wandel stellen.

Das ist notwendig. Nicht nur menschlich, sondern auch technisch und wirt-



schaftlich wird die Industrielle Revolution 4.0 unser aller Leben privat und beruflich und somit existenziell wahrlich herausfordern. Besonders vor unseren Kindern liegt daher ein ganz anderes Alltagsleben als wir es bisher kannten.

Er soll sich etwas Grandioses entwickeln, heißt es, aber bis es soweit ist, wird es stürmisch zugehen, weltweit ... und wir leben mitten drin und dürfen helfen, dieses Grandiose mit zu formen.

Keiner kennt bisher die Auswirkungen, selbst die Wirtschaftsexperten nicht und



somit auch nicht die Politiker.

Wir dürfen uns nicht in die Täuschung begeben, dass uns von Seiten der Politik geholfen wird.

Um nicht enttäuscht zu werden, sollten wir uns zumindest nicht darauf verlassen und statt dessen das Zepter lieber selbst in die Hand nehmen.

Die Wirtschaftsexperten haben offiziell bekannt gegeben, dass es in wenigen Jahren ca. 60% aller heutigen Berufe nicht mehr geben wird. Immer mehr Roboter werden zum Einsatz kommen. Die Digitalisierung nimmt immer



größere Dimensionen ein. Die technischen Möglichkeiten entwickeln sich immer schneller und rasanter. Um all diese Fortschritte in die Alltags-Praxis umsetzen zu können, müssen neue Berufe her, aber welche Berufszweige wegfallen und welche boomen werden, ist erst teilweise erkennbar.

Das soziale generationsübergreifende Netz wird nicht mehr so funktionieren, wie es die letzten hundert Jahre funktioniert hat, denn nur wenige junge Menschen werden in 10- 15 Jahren sehr viele ältere versorgen müssen. Auch



in diesem Bereich wird es also große Veränderungen geben müssen.

Dazu kommen all die Herausforderungen durch die allgemeine Globalisierung der Welt.

Auch der Bereich des Gesundheitswesens und der Ernährung beginnt sich bereits zu wandeln.

Immer mehr Menschen übernehmen auch diesbezüglich wieder die Verantwortung für sich selbst, statt sie in fremden Händen zu lassen.



Überall zeigt sich derzeit der beginnende Wandel. Um ihn zu erkennen, müssen wir nur genau hinschauen, hinhören, müssen uns schlau machen.

Wie können wir bei so großen anstehenden Veränderungen – wie unsere Eltern es noch konnten – vorhersagen, welche Schul- und Berufsausbildungen für unsere Kinder die Besten sind?

Wie können wir unter diesen Voraussetzungen noch alte Glaubenssätze weitergeben und sie als unumstößlich in unseren Kindern verankern? Das heute



noch ohne Überprüfung zu tun, wäre für unsere Kinder fatal.

Was wir als Mütter machen können ist, mit unseren Kindern Skills ausbilden und trainieren, die sie für ihr Leben in der Zukunft wirklich brauchen werden, aber in den staatlichen Schulen bisher noch immer nicht lernen.

Das Schwierige ist:

Bevor wir diese Skills und Tools an unsere Kinder weitergeben können, müssen wir diese selbst kennen und anzuwenden lernen, denn auch wir



haben sie niemals in der Schule und selten zu Hause lernen dürfen.

Aus all diesen oben genannten Gründen schießen seit geraumer Zeit überall Coaches und Motivationstrainer wie die Pilze aus dem Boden. Die Menschen beginnen sich selbst zu helfen und verlassen sich immer weniger auf die eh schon überforderten Politiker, deren Prioritäten woanders liegen.

Aicara nimmt sich in diesem Coaching-Bereich besonders den Müttern an. Damit diese lernen, als zukunftsorien-



tierte Familien-Managerinnen stress-
freier und lösungsorientierter gezielt
agieren und re-agieren zu können.

Die **Aicara Online-Academy** ist in
Gründung und wird sehr wahrscheinlich
2018 an den Start gehen.

Aicara, das ist die Plattform, in der
sich Mütter zusammen schließen, um
sich gemeinsam auf den Wandel vorzu-
bereiten. Mit dem Ziel, gemeinsam mit
ihren Familien glücklicher und innerlich
sicherer durch diese stürmische Zeit
hindurch schippern zu können.



Aicara ist eine online- und in Zukunft auch offline-Plattform von Müttern, mit Müttern und für Mütter.

Die Aicara Academy – lehrt die Basics, die jeder Mensch braucht, um glücklicher leben zu können. Basics, die wir alle brauchen, um besser in der neuen Welt zurecht zu kommen.

Niemand kann derzeit sagen, wohin es wirklich gehen wird. Selbst sie Politiker und auch die Wirtschaftsexperten kennen keine Details.



Jeder kocht im Moment noch sein eigenes Süppchen, aber gemeinsame Schnittstellen lassen sich bereits erkennen.

Wer genau hinschaut, wer genau hinhört, der kann schon erkennen, dass dieser Wandel gewaltig sein wird.

Die Zukunftsforscherin Barbara Marx Hubbard spricht sogar vom Ende des Homosapiens und vom Beginn des HomoUniversalis. So groß wird der Wandel sein.

Große Wandlungen sind wie große



Wellen. Sie übermächtigen uns, liefern wir uns ihnen unvorbereitet aus.

Besonders wir Mütter brauchen deshalb eine uns Sicherheit gebende Basis für unsere Kinder: Eine glückliche und liebevoll miteinander verbundene Familie, die zukunftsweisend agiert.

Und in ihr besonders eine sich nicht aus der Ruhe bringende zukunftsorientierte Familien-Managerin, die um ein dauerhaftes glückliches Familienleben bemüht ist.



Dazu bedarf es verschiedener Wissensbereiche, die wir dir auf den verschiedenen Social-Media-Plattformen kostenlos und ohne Verpflichtungen zur Verfügung stellen.

Wir möchten dir dadurch ein erstes Wissen vermitteln.

Willst du tiefer in diese Materie eintauchen und dir eine fundierte Weiterbildung gönnen, dann beobachte **aicara** weiterhin und schreibe dich zu gegebenem Zeitpunkt in die bald online gehende **Aicara-Academy** ein. Du wirst



über den *aicara* lovely Info-Letter darüber informiert werden.

In der *aicara-Academy* arbeiten wir tiefgreifend mit dir und bilden dich zu einer fundierten zukunfts-fähigen Familien-Managerin aus. Zu einer Mutter, die ihren Kindern Wurzeln und gleichzeitig Flügel gibt, damit die Kids eigenverantwortlich und zukunftsorientiert in ihr eigenes Leben fliegen können.

Die Weiterbildung in der *aicara-Academy* wird selbstverständlich mit



einem Zeugnis belegt, dass du für deine beruflichen Zwecke sinnvoll nutzen kannst.

Wissen, Tipps, Tricks bekommst du hauptsächlich aus folgenden Fach-Bereichen:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Organisationstechniken für die Familien-Managerin und die Familien-Mitglieder
- Beziehung zu dir selbst
- Beziehung zu den Kindern / Entwicklungspsychologie



- Beziehung zum Lebenspartner und zu anderen Mitmenschen
- Kommunikationstechniken
- Gesundheit und Erste Hilfe
- Zukunftsorientiertes für den Umgang mit Schule und Beruf
- Lerntechniken
- Mama-Business
- ...

Besonderheit:

Aicara liegt besonders die Wertschätzung und die Würde der Mütter am Herzen.



Deshalb wird diesem Bereich große Aufmerksamkeit geschenkt.

Es ist erkennbar, dass bei Müttern im Laufe der Jahre ihres Mutterseins das Selbstbewusstsein immer weiter sinkt und in Folge auch die Wertschätzung für sich selbst.

Doppel-, Drei- und Mehrfachbelastung: Mutter sein, Hausfrau sein, Partnerin sein, berufstätig sein, immer noch Kind für die Eltern sein, ...

Können wir Mütter unter diesen Bedingungen, bei diesem Stress



überhaupt noch frei und glücklich sein?

Fühlst Du dich als Mutter frei und glücklich?

Nach allem was ich dir hier nun erzählt habe, wie wäre es, wenn du weiterhin die **aicara** Aktivitäten aktiv verfolgst? Wenn du die lovely Infoletters, die du von uns bekommst auch wirklich liest, wenn du die Videos aktiv kommentierst, uns Fragen stellst, Verbesserungsvorschläge machst, ... ?

Wir, Sabrina und ich, haben es uns zur



Herzens-Aufgabe gemacht, anderen Müttern Skills und Tools an die Hand zu geben, durch die sie lernen, freier und glücklicher zu leben.

Noch einmal:

Lerne diese Skills und Tools um ...

- ... deine Persönlichkeit zu entfalten
- ... klarer kommunizieren zu können
- ... deinen Familien-Alltag besser zu organisieren
- ... deine Kinder zu eigenverantwortlichen Teamplayern anzuleiten
- ... deine Beziehung zum Partner zu



klären und zu festigen

- ... Schule und Beruf der Zukunft
besser verstehen zu lernen*
- ...*

*Wäre das alles nicht auch etwas für
dich?*

Sei einfach mit dabei!

Das Leben stressfreier gestalten!

Das Leben glücklicher gestalten!

*Den Kindern die Skills an die Hand
geben können, die sie wirklich
brauchen um ein glückliches Leben
führen zu können und so vieles mehr.*



Du findest **aicara** auf folgenden Plattformen:

- bei **YouTube**: [Aicara – family is adventure](#)
- bei **Facebook**: [Aicara – family is adventure](#)
- bei **Instagram**: [Aicara – family is adventure](#)
- auf der **Webseite**: www.aicara.de

Schau einfach mal rein. Neben Tipps und Tricks findest du übrigens auch so manchen persönlichen Einblick in unser bereits heute schon etwas alternativeres



glücklich machendes Familienleben.

Wir würden uns freuen, wenn du unsere Kanäle abonnierst und wenn du bemerkst, dass du dort Wissen und Eindrücke an die Hand bekommst, welche auch dir nützlich sein können.

*Noch mehr würden wir uns freuen, wenn du uns **aktiv** begleitest.*

Also wenn du wie oben bereits erwähnt viel kommentierst, uns deine Meinungen mitteilst, viele Fragen stellst, um Anregungen und Tipps bittest, wenn es bei dir mal nicht so "rund und glück-



lich" läuft.

Damit die *aicara-community* richtig lebendig wird, wir voneinander profitieren und gemeinsam besser wachsen können, richten wir eine FB-Gruppe dazu ein.

Unser Ziel ist es, eine Delle für glücklichere Familien und besonders für glücklichere Mütter ins Universum zu schlagen. Denn, nur wenn die Mamas glücklicher sind, sind auch die Kinder glücklicher.



Na klar fördern auch glücklichere Papas das Glück der Kinder, aber meistens sind es die Mamas, die die engere Bindung zu den Kids haben. Deshalb liegt der *aicara* Schwerpunkt bei den Mamas.

Papas sind natürlich auch herzlich Willkommen, ganz klar.

Wir freuen uns von dir zu hören.

Birgit und Sabrina

- Webseite: www.aicara.de
- YouTube: [Aicara – family is adventure](#)
- Facebook: [Aicara – family is adventure](#)
- Instagram: [Aicara – family is adventure](#)



© 2017 Birgit Holloh / Das Werk einschließlich seiner Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Jeder Nachdruck, jede Wiedergabe, Vervielfältigung und Verbreitung, auch von Teilen des Werkes oder von Abbildungen, jede Abschrift in jeglicher Form (Druck, Fotokopie oder durch andere Verfahren), sowie die Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, gesamt oder auszugsweise, bedürfen der ausdrücklichen und schriftlichen Genehmigung der Autorin und sind ohne diese untersagt. Alle Rechte der Verbreitung auch durch Funk, Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, Social Media sind untersagt und bleiben bei der Autorin.

Quelle: Foto Buchvorder- und Rückseite von www.canva.com-free download



*Ich brauche Wurzeln zur Erdung
und Flügel zur Welteroberung.
Mama, hilf mir beides zu entwickeln.
Danke.*

Ich liebe dich

*Liebe Mama, wir bleiben
miteinander verbunden.*

Energetisch.

Immer.