

Stephen R. Covey

Die 7 Wege zur Effektivität für starke Familien

1. Weg: Pro-aktiv sein

Weiterentwicklung ist wie Muskeltraining

Wollen Sie Ihre Schwächen überwinden und sich weiterentwickeln? Dann sollten Sie erst mal herausfinden, wie es um Ihre Stärken und Schwächen bestellt ist. Der folgende Fragebogen hilft Ihnen, ein klareres Bild von der Entwicklung Ihrer persönlichen menschlichen Gaben zu bekommen:

Fragebogen: Persönliches Entwicklungspotential					
Notieren Sie bitte bei jeder Frage die Zahl an, die am ehesten auf Sie zutrifft: 0 = nie, 2 = manchmal, 3 = immer					
Selbstwahrnehmung		N	M	I	
1. Bin ich in der Lage, Abstand zu meinen Gedanken und Gefühlen zu gewinnen und diese zu hinterfragen und zu verändern?		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4
2. Ist mir bewusst, wie ich über die Dinge denke? Weiß ich auch, wie sich das auf meine Einstellung, mein Verhalten und auf das, was ich im Leben erreichen will, auswirkt?		N	M	I	
		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4
3. Erkenne ich den Unterschied zwischen meinen biologischen, genetischen, psychischen und soziologischen Prägungen und meinen ureigenen Gedanken?		N	M	I	
		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4
4. Was mache ich, wenn andere mein Selbstbild infrage stellen? Kann ich ihnen mit unvoreingenommener Selbsterkenntnis begegnen und daraus lernen?		N	M	I	
		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4
Gewissen		N	M	I	
1. Habe ich manchmal eine innere Eingebung, etwas zu tun oder zu lassen?		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4
2. Spüre ich den Unterschied zwischen meinem »sozialen Gewissen«, also den Werten, die die Gesellschaft vermittelt, und meiner eigenen inneren Stimme?		N	M	I	
		x — x — x — x — x			
		0	1	2	3 4

3. Bin ich überzeugt, dass es universelle Prinzipien wie Integrität und Vertrauenswürdigkeit gibt?	<table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4																																													
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
4. Mache ich in meinem Leben Erfahrungen, die die Existenz von Prinzipien bestätigen?	<table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4																																													
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
Vorstellungskraft 1. Betrachte ich mein Leben über die aktuelle Situation hinaus? 2. Habe ich einen klaren Plan und konkrete Ziele für meine Zukunft? 3. Visualisiere ich meine Ziele? 4. Suche ich nach neuen, kreativen Möglichkeiten, um Probleme zu lösen? Schätze ich dabei auch die Ansichten anderer?	<table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
Freier Wille 1. Kann ich mir selbst und anderen Versprechen geben und sie auch halten? 2. Folge ich meiner inneren Stimme, auch wenn ich gegen den Strom schwimmen muss? 3. Bin ich in der Lage, mir sinnvolle Ziele zu setzen und diese auch zu erreichen? 4. Schaffe ich es, meine Stimmungen und Launen meinen Zielen unterzuordnen?	<table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>N</td> <td></td> <td>M</td> <td></td> <td>I</td> </tr> <tr> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> <td>—</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table>	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4	N		M		I	x	—	x	—	x	0	1	2	3	4
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
N		M		I																																																									
x	—	x	—	x																																																									
0	1	2	3	4																																																									
Haben Sie alle Fragen beantwortet? Dann addieren Sie bitte Ihre Punkte bei jeder der vier verschiedenen Gaben. Ihre Punktzahl zeigt Ihnen, wie weit Ihre Gaben bereits entwickelt sind und wo Sie noch Potential haben:																																																													

0 – 7 Inaktive Gabe

8 – 12 Aktive Gabe

13 – 16 Stark entwickelte Gabe

Probleme als Möglichkeit für eine Einzahlung sehen

Überlegen Sie, wie positiv es sich auf Ihre Familie auswirkt, wenn Sie:	
KEINE ABHEBUNGEN VORNEHMEN, INDEM SIE	EINZAHLUNGEN TÄTIGEN, INDEM SIE
respektlos reden, über andere herziehen oder sich unhöflich verhalten,	anderen kleine Gefälligkeiten erweisen,
sich nie oder nicht aufrichtig entschuldigen,	sich ehrlich entschuldigen,
andere hinter ihrem Rücken kritisieren, sich über sie beklagen oder schlecht über sie sprechen,	Abwesenden gegenüber loyal sind,
keine Versprechen geben oder Ihre Versprechen nicht halten,	Versprechen geben und zuverlässig erfüllen,
beleidigt und nachtragend sind und anderen frühere Fehler vorwerfen.	anderen verzeihen.

5. Weg

Erst verstehen, dann verstanden werden

Zu Beginn des fünften Weges möchte ich Sie bitten, ein kleines Experiment zu machen: Schauen Sie sich das Bild unten ein paar Sekunden lang an.



Betrachten Sie nun das nächste Bild und beschreiben Sie genau, was Sie sehen.



Sehen Sie eine junge Frau? Wie sieht sie aus? In welche Richtung schaut sie?

Wahrscheinlich werden Sie sagen, dass die junge Frau eine Kette und einen Hut mit einer Feder trägt und nach links blickt.

Und wenn ich Ihnen jetzt sagen würde, dass Sie sich irren? Dass das Bild gar keine junge Frau, sondern eine sehr alte Frau zeigt? Eine alte Frau, die eine markante Nase hat und ein Kopftuch trägt?

Wer hat Recht? Schauen Sie sich das Bild noch einmal an. Können Sie die alte Frau jetzt erkennen? Sehen Sie die ausgeprägte große Nase und das Kopftuch?

Wenn wir uns jetzt persönlich gegenüber sitzen würden, könnten wir über das Bild sprechen. Sie könnten mir beschreiben, was Sie sehen. Ich könnte Ihnen erklären, was ich sehe. Wir könnten so lange miteinander reden, bis wir uns gegenseitig erklärt hätten, was genau wir sehen.

Leider geht das nicht. Deshalb sehen Sie sich das Bild unten an. Können Sie die alte Frau jetzt sehen?



Seit vielen Jahren nutze ich solche Bilder, um zu zeigen, dass nicht alle Menschen die Welt auf dieselbe Weise sehen. Es sieht überhaupt niemand die Welt so, wie sie ist. Wir sehen die Welt so, wie wir sind.

6. Weg

Synergie schaffen

Wie Sie Kindern den Inhalt dieses Kapitels vermitteln

Synergie schaffen und Herausforderungen gemeinsam meistern

Tun Sie so, als sei Ihre Familie für einen ganzen Monat zu Hause »gestrandet« und völlig auf sich allein gestellt. Fragen Sie: »Wie können wir Synergie in der Familie schaffen, um diese Herausforderung zu meistern und vielleicht sogar Spaß daran zu haben?« Machen Sie eine Liste, was jeder in der Familie dazu beitragen kann, damit Synergie entsteht:

Mama	Papa	Alex	Maria	Oma
Tolle Köchin	Kann alles reparieren	Mit ihm machen Spiele Spaß	Spielt Klavier	Kann toll Geschichten erzählen
Kann nähen	Liest uns gern was vor	Liebt Sport	Kann gut mit Kindern umgehen	Spielt Geige
Hat geschickte Hände	Liebt Spiele	Ist künstlerisch begabt	Backt gern	Backt leckere Kuchen
Wandert gern	Kann angeln	Jagt	Gute Organisatorin	War Krankenschwester

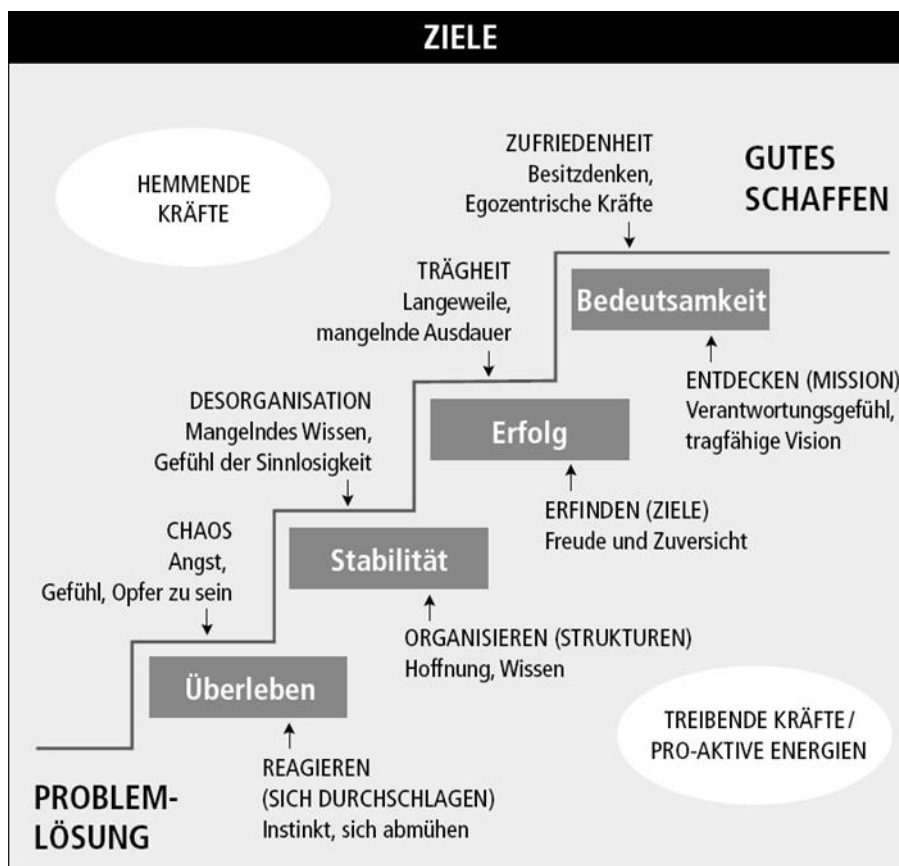
7. Weg

Die Säge Schärfen

Vom Überleben ... zur Stabilität ... zum Erfolg ... zur Bedeutsamkeit

Treibende und hemmende Kräfte

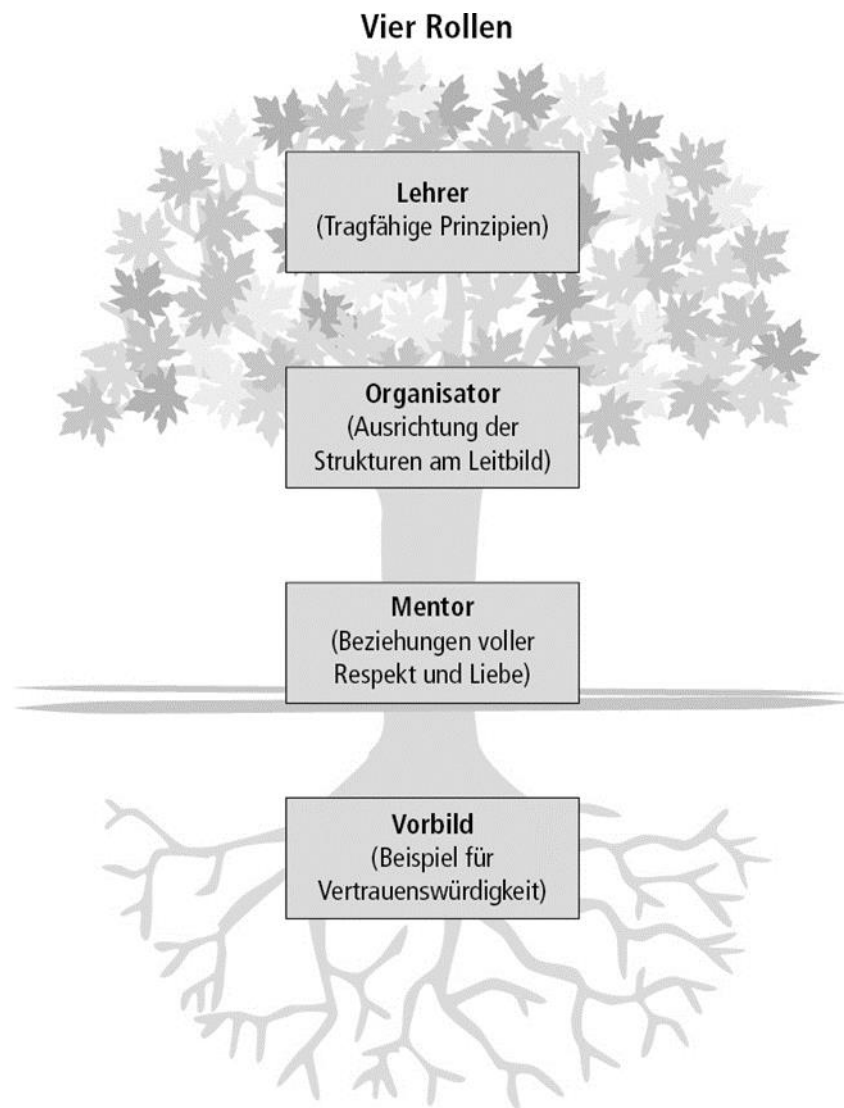
Die Wege 1, 2 und 3 aktivieren die treibenden Kräfte. Sie sorgen dafür, dass Sie pro-aktiv sind. Zudem geben sie Ihnen das motivierende Gefühl, ein Ziel zu haben, das wesentlich größer und wichtiger ist als Sie selbst. Die Wege 4, 5 und 6 helfen Ihnen dann, gemeinsam als Familie auf das alles hinzuarbeiten. Und der 7. Weg schenkt Ihnen die Kraft der Erneuerung, damit Sie auch durchhalten können.



Der Familienbaum

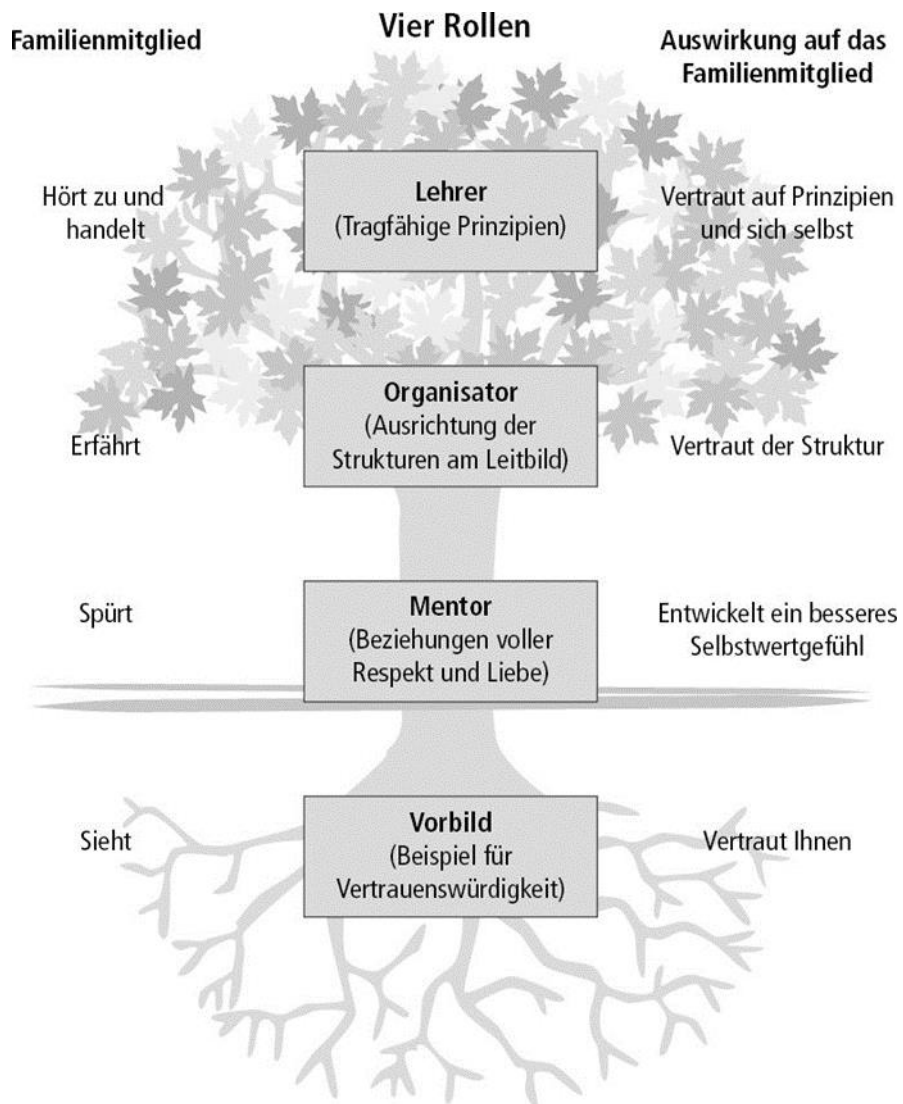
Die Ebenen prinzipienbasierter Familienführung

Familien sind natürliche Gebilde. Sie leben und wachsen. Deshalb möchte ich Ihnen die vier Führungsrollen anhand eines *prinzipienzentrierten Familienbaums* erläutern. Dieser Baum soll Sie daran erinnern, dass Sie es mit der Natur und mit Naturgesetzen oder Prinzipien zu tun haben. Er wird Ihnen helfen, die vier wichtigsten Führungsrollen innerhalb der Familie zu verstehen und Strategien zu finden, mit denen Sie Probleme lösen können. Wenn Sie bei allen Rollen den 7 Wegen folgen, kann sich Ihre Familie schneller und besser vom Überleben zur Bedeutsamkeit bewegen.



Der Familienbaum

Die Ebenen prinzipienbasierter Familienführung



Arbeitsblatt zu den 7 Wegen für Familien

Anwendung der Prinzipien auf Ihre Herausforderungen

Sie sind der Experte oder die Expertin für Ihr Leben! Wählen Sie eine Herausforderung, die Sie bewältigen müssen, und entwickeln Sie mit Hilfe der 7 Wege eine Lösung. Natürlich können Sie diese Übung auch gemeinsam mit jemandem aus Ihrer Familie oder einem guten Freund machen.

Was ist die Herausforderung? Wann tritt sie auf? Unter welchen Umständen?

Fragen, die Sie sich stellen sollten		Ihre Ideen, wie Sie die 7 Wege anwenden können, um die Herausforderung zu bewältigen
1. Weg: Pro-aktiv sein	Übernehme ich die Verantwortung für mein Handeln? Benutze ich meine Pausentaste, um überlegt zu handeln, statt nur zu reagieren?	
2. Weg: Schon am Anfang das Ende im Sinn haben	Welches Ziel habe ich im Sinn? Wie könnte mir ein persönliches oder ein Familienleitbild dabei helfen, dieses Ziel zu erreichen?	
3. Weg: Das Wichtigste zuerst tun	Mache ich wirklich das, was am wichtigsten ist? Wie kann ich mich darauf konzentrieren? Wie könnten mir wöchentliche Familienzeiten oder Zeiten zu zweit dabei helfen?	
4. Weg: Win-Win-Denken	Will ich wirklich, dass alle gewinnen? Bin ich offen für die Suche nach dritten Alternativen, die allen Vorteile bringen?	
5. Weg: Erst verstehen, dann verstanden	Wie kann ich mich ernsthaft darum bemühen, die anderen zu verstehen? Und wie kann ich meinen Standpunkt mutig und rücksichtsvoll zugleich vertreten?	
6. Weg: Synergie schaffen werden	Wie und mit wem kann ich eine kreative Lösung für diese Herausforderung finden?	
7. Weg: Die Säge schärfen	Wie kann ich mich selbst und die Familie erneuern, so dass wir dieser Herausforderung mit möglichst viel positiver Energie begegnen?	

Kurzüberblick: Die 7 Wege zur Effektivität für Familien

1. Weg: Pro-aktiv sein

Starke, effektive Familien sind selbst für ihre Entscheidungen verantwortlich. Jeder in der Familie hat die Freiheit, sich bei seinen Entscheidungen auf Prinzipien und Werte zu stützen, anstatt sich von äußeren Umständen oder seinen Emotionen beherrschen zu lassen. Zudem arbeiten effektive Familien kontinuierlich an der Weiterentwicklung ihrer vier einzigartigen menschlichen Gaben – Selbstwahrnehmung, Gewissen, Vorstellungskraft und freier Wille. Diese vier Gaben nutzen sie, um positive Veränderungen herbeizuführen. Dabei gehen sie von innen nach außen vor. Effektive Familien entscheiden sich bewusst dafür, keine Opfer zu sein. Sie handeln nicht reaktiv, sondern gehen die Dinge pro-aktiv an.

2. Weg: Schon am Anfang das Ende im Sinn haben

Effektive Familien leben nicht einfach in den Tag hinein. Sie gestalten ihre Zukunft selbst. Der Schlüssel dazu sind konkrete Ziele und klare Visionen. Die höchste Form dieser Visionen sind ein Partnerschafts- und ein Familienleitbild.

3. Weg: Das Wichtigste zuerst tun

Starke, effektive Familien wissen, was ihnen wirklich wichtig ist. Sie stellen ihre Prioritäten, die sie in ihrem Leitbild festgehalten haben, klar in den Mittelpunkt. Bei ihnen gibt es wöchentliche Familienzeiten und regelmäßige Zeit zu zweit, um die familiäre Bindung zu stärken. Effektive Familien werden von ihren Zielen und Visionen angetrieben. Sie lassen sich nicht von äußeren Kräften von ihrem Kurs abbringen.

4. Weg: Win-Win-Denken

Alle Familienmitglieder unterstützen und respektieren sich gegenseitig. Im Mittelpunkt steht das »Wir«, nicht das »Ich«. Sie denken interdependent und entwickeln Gewinn-Gewinn-Vereinbarungen. Die Familienmitglieder stellen ihre eigenen Interessen nicht in den Vordergrund (Gewinn-Verlust-Denken). Sie treten aber auch nicht wie Opfer auf (Verlust-Gewinn-Denken).

5. Weg: Erst verstehen, dann verstanden werden

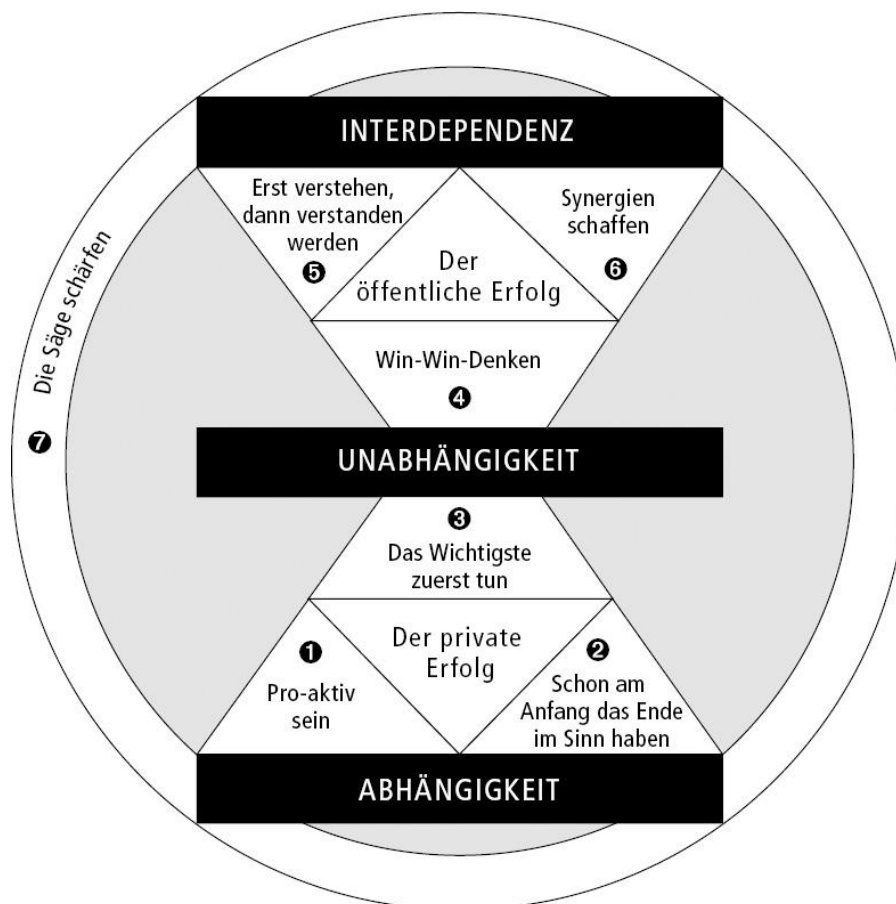
Alle in der Familie hören zuerst zu, um die Gedanken und Gefühle der anderen wirklich zu verstehen. Dann bemühen sie sich, den anderen ihre eigenen Gedanken und Gefühle zu vermitteln. Durch gegenseitiges Verstehen bauen sie tiefe Beziehungen voller Vertrauen und Liebe auf.

6. Weg: Synergie schaffen

Die Familienmitglieder ziehen Kraft aus ihren individuellen Stärken und den Stärken der Familie. Da alle die Unterschiede respektieren und schätzen, ist das Ganze größer als die Summe seiner Teile. Sie bauen eine Familienkultur auf, in der man Probleme gemeinsam löst und Chancen beherzt ergreift. Das Ziel sind keine Kompromisse ($1 + 1 = 1\frac{1}{2}$) und auch keine einfachen Kooperationen ($1 + 1 = 2$). Vielmehr geht es um kreative Zusammenarbeit ($1 + 1 = 3$ oder sogar noch mehr).

7. Weg: Die Säge schärfen

Die Familie steigert ihre Effektivität durch regelmäßige Erneuerung jedes Einzelnen und der ganzen Familie in den vier Grundbereichen des Lebens. Sie entwickelt Familienrituale, die die Erneuerung im physischen, sozial-emotionalen, spirituellen und mentalen Bereich fördern.



Glossar

Bedeutsamkeit: Zustand, in dem die Familie über ihre Grenzen hinaus wichtige Beiträge für die Gesellschaft leistet. Sie gibt sich nicht mit ihrem Erfolg zufrieden, sondern empfindet Verantwortung für andere.

Chancenorientiert: Darauf fokussiert, Chancen zu ergreifen und positive Dinge zu schaffen (*s. auch problemorientiert*).

Effektive Familie: Eine Familie, die sich kontinuierlich weiterentwickelt und das Potential jedes einzelnen Familienmitglieds fördert.

Einflussbereich: Alles, was eine Person oder auch eine Familie direkt beeinflussen kann.

Emotionales Beziehungskonto: Steht für den Vertrauensgrad und die Qualität, die in unseren Beziehungen vorherrschen.

Entropie: Die Neigung von Dingen oder auch Beziehungen, sich zu verschlechtern oder zu zersetzen, wenn sie nicht gepflegt, sondern sich selbst überlassen werden.

Erfolg: Zustand, in dem die Familie lohnenswerte Ziele erreicht, wahres Glück empfindet, viel Spaß und gemeinsame Traditionen hat.

Familienkultur: Klima, Geist, Gefühl und Atmosphäre innerhalb einer Familie.

Familienleitbild: Das Leitbild, das alle Familienmitglieder gemeinsam erarbeitet haben, hält fest, was das Ziel der Familie ist, was ihre Mitglieder tun und sein möchten und von welchen Prinzipien sie sich dabei leiten lassen wollen.

Familienzeit: Feste Zeit, die jede Woche für das Zusammensein der Familie reserviert wird.

Freier Wille: Unsere Fähigkeit, unsere Ziele frei zu wählen und selbstbestimmt zu handeln.

Gewinn-Gewinn-Vereinbarung: Vereinbarungen, die für alle Beteiligten einen echten Gewinn darstellen. Gewinn-Gewinn-Vereinbarungen beinhalten gegenseitige Verpflichtungen, klären Erwartungen und schaffen vertrauensvolle Beziehungen durch beiderseitiges Geben und Nehmen.

Gewissen: Innere moralische Instanz, unser inneres Empfinden für Recht und Unrecht.

Hemmende Kraft: Kräfte, die uns daran hindern, voranzukommen und unsere Ziele zu erreichen (*s. auch treibende Kraft*).

Interdependenz: Wechselseitige Abhängigkeit der Familienmitglieder.

Interessenbereich: Alles, was eine Person oder Familie betrifft.

Kernfamilie: Die innere Familie (Vater, Mutter, Kind(er)), um die sich die erweiterte Familie (Großeltern, Tanten und Onkel, Cousinsen und Cousins) gruppiert.

Komfortzone: Dinge, die wir kennen und gut und gerne tun – die Zone, in der wir uns sicher und geborgen fühlen.

Kompass: Das innere Leitsystem eines Menschen, das aus Prinzipien und den vier einzigartigen menschlichen Gaben besteht (*s. auch menschliche Gaben*).

Mangel-Mentalität: Einstellung, dass nicht genug für alle da ist und die

Erfolge von anderen deshalb eine Bedrohung für uns selbst sind (*s. auch Überfluss-Mentalität*).

Menschliche Gaben: Die vier einzigartigen menschlichen Gaben sind freier Wille, Gewissen, Selbstwahrnehmung, Vorstellungskraft (*s. auch dort*).

Mentor sein: Mit Hilfe von Einzahlungen auf die emotionalen Beziehungskonten, Zeit zu zweit und Familienzeiten Beziehungen voller Respekt und Liebe aufbauen.

Organisator sein: Die Voraussetzungen schaffen, damit man das erreichen kann, was der Familie wichtig ist.

Paradigma: Die Art, wie wir ganz persönlich die Dinge sehen, unsere Perspektive, unser Standpunkt oder unsere Überzeugung.

Pausentaste: Etwas, was uns daran erinnert, nicht einfach zu reagieren, sondern erst einmal innezuhalten, nachzudenken und dann überlegt zu handeln.

Prinzipien: Universelle, zeitlose, offensichtliche Naturgesetze, die für alle zwischenmenschlichen Beziehungen gelten.

Pro-Aktivität: Selbst für seine Entscheidungen verantwortlich sein und die Freiheit haben, sich auf Grundlage von Werten zu entscheiden, statt sich von seinen Stimmungen oder den Umständen beherrschen zu lassen.

Problemorientiert: Darauf fokussiert, Probleme aus dem Weg zu räumen, anstatt Chancen zu erkennen und zu ergreifen (*s. auch chancenorientiert*).

Säge schärfen: Erneuerung, Verjüngung und Belebung des eigenen Ichs und der Familie im spirituellen, mentalen, sozialen-emotionalen und physischen Bereich.

Selbstwahrnehmung: Unsere Fähigkeit, aus uns herauszutreten und unsere Gedanken und Verhaltensweisen zu überdenken.

Sozialer Wille: Die Normen und die ethisch-moralische Kraft, auf denen die Familienkultur basiert.

Stabilität: Zustand, in dem die Familie vorhersehbar ist und funktioniert. Obwohl es gewisse Grundstrukturen gibt, fehlen umfangreiche Kommunikations- und Problemlösungsfähigkeiten.

Synergie: Wenn zwei oder mehr Menschen gemeinsam mehr schaffen als die Summe von dem, was jeder von ihnen alleine erreicht hätte ($1 + 1 = 3$ oder mehr).

Treibende Kraft: Etwas, was uns und unsere Familie motiviert, inspiriert und uns hilft, unsere Ziele zu erreichen (*s. auch hemmende Kraft*).

Trimmruder: Jemand, der – wie das Ruder an einem Schiff oder Flugzeug – die Richtung der Familie beeinflusst und ihr hilft, auf Kurs zu bleiben,

Überfluss-Mentalität: Die Einstellung, dass es mehr als genug für alle gibt (*s. auch Mangel-Mentalität*).

Überleben: Zustand, in dem die Familie Tag für Tag um ihre Existenz kämpfen muss.

Urgesetze der Liebe: Naturgesetze, die den inneren Wert der Menschen und die Kraft der bedingungslosen Liebe bestätigen.

Urgesetze des Lebens: Grundprinzipien oder Naturgesetze, die alles Leben beherrschen.

Von außen nach innen: Mehr von außen gesteuert als durch innere Verpflichtung.

Von innen nach außen: Veränderungen anstoßen, indem man sich selbst ändert, anstatt zu versuchen, andere zu ändern.

Vorstellungskraft: Unsere Fähigkeit, uns vor unserem geistigen Auge Dinge vorzustellen, die weit über die derzeitige Realität hinausgehen.

Zeit zu zweit: Regelmäßige intensive Zeit mit einem anderen Familienmitglied, um die familiäre Bindung zu stärken.