



Familie & Business im Einklang

Wie familiäre Prägungen unseren beruflichen Erfolg beeinflussen und wie du echte innere Freiheit und äußere Wirksamkeit findest

Einleitung

Wenn das Außen nicht mehr zu deinem Inneren passt.

Vielleicht kennst du dieses Gefühl: Du bist engagiert, erfolgreich, sichtbar – und trotzdem spürst du innerlich eine gewisse Unruhe. Es fühlt sich nicht immer rund an. Irgendetwas „zieht Energie“, sei es im beruflichen Alltag, in Beziehungen oder im Kontakt mit dir selbst.

Als Unternehmerin, Selbständiger oder Führungskraft jonglierst du täglich mit Verantwortung. Du steuerst Projekte, Menschen und Ergebnisse. Und dennoch: In manchen Situationen wiederholen sich belastende Muster. Konflikte tauchen auf. Du fühlst dich in bestimmten Rollen nicht ganz frei.

In diesem **E-Book** zeige ich dir, wie sehr dein berufliches Wirken von deiner persönlichen und familiären Prägung beeinflusst wird – und warum es sich lohnt, diesen Zusammenhang nicht nur zu erkennen, sondern tiefgreifend zu transformieren.

In einer Zeit, in der beruflicher Erfolg oft höchste Priorität hat, geraten familiäre Themen häufig ins Hintertreffen – bis sie sich unbewusst in Stress, Konflikten oder innerer Leere zeigen. Dieses E-Book beleuchtet die **kraftvolle Verbindung zwischen Familienprägung und beruflicher Wirksamkeit**. Es zeigt Wege, wie du innere Ordnung schaffen und dadurch im Außen klarer, erfolgreicher und erfüllter agieren kannst.

Du liebst dein Business. Du führst, entwickelst, inspirierst – und doch spürst du manchmal eine unsichtbare Bremse.

Vielleicht ist es das Gefühl, immer wieder an dieselben Herausforderungen zu geraten:

- In Konflikte mit Mitarbeitenden, die sich wie ein Déjà-vu anfühlen.
- In Erschöpfungsschleifen, obwohl du so viel erreicht hast.
- In Zweifel, ob du wirklich ganz du selbst sein darfst in deiner Rolle.

Kennst du das? Dann lohnt es sich, dort hin zu blicken, wo unsere Wurzeln liegen: in unserer Familie.

Dieses E-Book nimmt dich mit auf eine Reise zu deinen inneren Systemen – und zeigt dir, wie du deine persönliche Geschichte mit deiner beruflichen Vision in Einklang bringst.

Teil 1: Das ICH im System



*ICH-Kraft-System.
Für ein freies Ich, starke
Beziehungen und echte
Wirksamkeit.
Ein ganzheitliches System
zur Potentialentfaltung,
familiären Klärung
und kraftvollen Business-
Positionierung.
Klar. Menschlich.
Wirksam.*

Deine innere Haltung beeinflusst alles, sie ist **die Basis deiner Wirksamkeit**. Dein Denken, Fühlen und Handeln prägt deine äußere Realität. Die Art, wie du dich selbst wahrnimmst – ob als kompetent, kraftvoll, überfordert oder erschöpft – beeinflusst dein Wirken im Beruf und in der Familie.

Viele meiner Klient*innen sind äußerlich erfolgreich, aber innerlich erschöpft. Warum? Weil sie mit einem veralteten Selbstbild agieren. Sie tragen Rollen, die sie früh gelernt haben – etwa „Ich muss stark sein“, „Ich darf keine Fehler machen“, „Ich darf nicht zu viel wollen“.

Das eigene Innere als Führungszentrale.

Wahre Führung beginnt immer bei dir selbst. Nur wenn du innerlich klar, verbunden und authentisch bist, kannst du diese Energie auch im Außen verkörpern – in deiner Familie, deinem Freundeskreis, deinem Team, deinem Business, bei allen Entscheidungen in deinem Leben.

Dazu gehört:

- Klarheit über deine Werte, Bedürfnisse und unbewussten Glaubensmuster
- Verbindung zu deiner inneren Kraft (deine ICH-Kraft) – unabhängig vom Außen
- Ein Bewusstsein für deine emotionale Energie und deine mentale Ausrichtung

Was ist das ICH-Kraft-System?



Das ICH-Kraft ECHT JETZT-System ist ein integrativer Entwicklungsansatz, der Persönlichkeitsarbeit, familiäre Prägungen und berufliche Positionierung in einem einzigartigen Modell vereint. Es richtet sich an bewusste Selbständige, Führungskräfte und Unternehmer:innen, die bereit sind, sich von blockierenden Mustern zu befreien, um in ihrer wahren Kraft zu leben und zu wirken.

Das System besteht aus drei ineinandergreifenden Bereichen:

1. Das ICH – Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung
Hier steht die innere Arbeit im Mittelpunkt. Mit Hilfe der Bewusstseinskala nach Dr. David R. Hawkins werden unbewusste Blockaden sichtbar gemacht und bewusst transformiert. Ziel ist ein befreites, kraftvolles Selbst, das von innen heraus wirkt.

2. Die FAMILIE – Herkunft, Prägungen und Beziehungen.
Durch systemische Arbeit werden unbewusste Dynamiken aus der Herkunftsfamilie sichtbar. Diese wirken oft bis in den heutigen Alltag und das Business hinein. Ziel ist es, emotionale Altlasten aufzulösen – für sich selbst und nachfolgende Generationen.

3. Das BUSINESS – Klarheit, Wirkung und Positionierung. Die Außenwirkung im beruflichen Kontext entsteht immer aus dem Inneren. Durch Analyse von Business-Strukturen und bewusste Positionierung entsteht echte Wirksamkeit. Entscheidungen werden klarer, Teams harmonischer, Führung menschlicher.

Fazit: Das ICH-Kraft-System ist mehr als ein Konzept – es ist eine Einladung, sich selbst und die eigenen Potentiale auf allen Ebenen zu erkennen und in eine neue Klarheit und Freiheit zu führen. Denn nur ein freier Mensch kann wirklich wirksam sein.

Die Bewusstseinskala
nach Dr. David R.
Hawkins – ein kurzer
Einblick



Diese Skala zeigt eindrucksvoll, wie unterschiedlich stark unsere Energie wirkt – je nachdem, aus welchem Bewusstseinszustand heraus wir leben:

- Schuld und Scham schwingen niedrig.
- Mut, Akzeptanz, Liebe und Freude öffnen Räume.
- Frieden, Klarheit und Integrität ermöglichen nachhaltigen Erfolg.

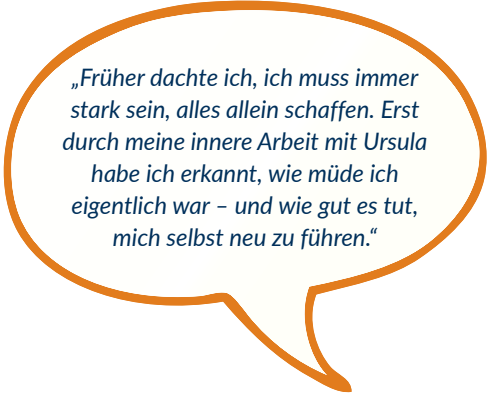
Je höher dein Bewusstseinszustand, desto größer deine Wirkkraft – leise, klar, stark.

Im Zentrum steht dein ICH.

Wer bin ich jenseits meiner Rollen? Was sind meine Bedürfnisse, Werte und inneren Antreiber? Hierzu dient die Bewusstseinskala nach Dr. Hawkins als wertvolles Tool, um eigene Blockaden und Entwicklungspotenzial zu erkennen. Sie bietet Orientierung, wie du dich emotional, mental und spirituell weiterentwickeln kannst.

Vielleicht kennst du **mein kostenfreies Workbook, Dein Wegweiser zur inneren Erfüllung, schon. Es trägt den Titel ‚Vom Erfolg zur Erfüllung – Schritte zu einem bewussten Leben‘**. Wenn nicht, findest du es auch im Menü unter ‘Meine Angebote für dich’. In diesem Wegweiser beschreibe ich die Bewusstseinskala nach Dr. David Hawkins, die uns sehr für unsere Persönlichkeitsentwicklung dient, ausführlich.

Wenn du in deinem ICH zu Klarheit, Selbst-Mitgefühl und Souveränität findest, veränderst du auch deine Wirkung im Außen. Feedback meines Klienten Klaus B., 54, Unternehmer:



„Früher dachte ich, ich muss immer stark sein, alles allein schaffen. Erst durch meine innere Arbeit mit Ursula habe ich erkannt, wie müde ich eigentlich war – und wie gut es tut, mich selbst neu zu führen.“

Teil 2: Das Beziehungssystem

Familiäre Muster wirken unbewusst – auch im Business.

Du bist nicht allein auf der Welt – und du bist nicht losgelöst von deiner Herkunft. Jeder Mensch bringt unbewusst familiäre Prägungen mit in sein Leben und Wirken.

Vielleicht hast du gelernt, dich anzupassen, nicht aufzufallen, ständig Leistung zu bringen oder dich selbst hintenanzustellen. Vielleicht kennst du familiäre Konflikte, emotionale Unerreichbarkeit, Verlust oder Loyalitätsbindungen.

Diese Erfahrungen wirken weiter – auch wenn du längst erwachsen bist. Sie beeinflussen z. B.:

- Deine Fähigkeit zu führen oder zu delegieren
- Deinen Umgang mit Nähe und Distanz
- Dein Money-Mindset und deine Erfolgsgrenzen
- Deine Rollenmuster (Retter, Rebell, Vermittler etc.)

Mit einem **Genogramm** – einer Art Stammbaum – lässt sich sichtbar machen, welche wiederkehrenden Muster oder Rollen du aus deinem Familiensystem übernommen hast. Es dient als **Spiegel deiner inneren Landkarte**. Das ermöglicht tiefes Verstehen und echte Veränderung. Denn so, wie ein Genogramm zeigt, wer vor uns kam und zu unserem engsten Familienumfeld gehört, zeigt unser Business, wie wir heute wirken. Und das ist kein Zufall.

Ergebnis meiner Klientin Monika, 48, selbstständig:

„Ich erkannte während der gemeinsamen Arbeit, dass mein Unvermögen, zu delegieren schon aus meiner Kindheit stammte – ich hatte früh Verantwortung übernommen, weil meine Eltern überfordert waren. Nach der Auflösung dieser Dynamik veränderte sich mein Führungsverhalten – ich konnte erstmals loslassen und echtes Vertrauen aufbauen.“

In diesem Abschnitt geht es um deine Herkunftsfamilie und die daraus übernommenen Muster, Rollen und Loyalitäten. Das Genogramm als systemisches Werkzeug hilft, familiäre Dynamiken sichtbar zu machen. Viele hinderliche Überzeugungen und wiederkehrende Herausforderungen im Beruf wurzeln in ungeklärten familiären Verstrickungen. Durch das Verstehen und Auflösen dieser Dynamiken gewinnst du – und alle deine Lieben durch dich – innere Freiheit.

Warum familiäre Dynamiken unsere berufliche Welt beeinflussen?

Die Familie ist unser erstes System. Hier lernen wir unbewusst, wie Beziehung, Loyalität, Verantwortung und Selbstbild funktionieren – und übertragen diese Muster auf spätere Lebensbereiche: Partnerschaft, Freundschaft, Teamarbeit, Führungsverhalten.

Du kennst vielleicht diese inneren Fragen:

- Muss ich stark sein, um geliebt zu werden?
- Darf ich erfolgreich sein, wenn andere in der Familie es nicht sind?
- Trage ich noch Verantwortung, die gar nicht meine ist?

Solche inneren Haltungen können unbemerkt unsere Businessentscheidungen beeinflussen – und Konflikte erzeugen, die eigentlich gar nicht „beruflich“ sind.

Das Genogramm macht sichtbar, was wirkt:

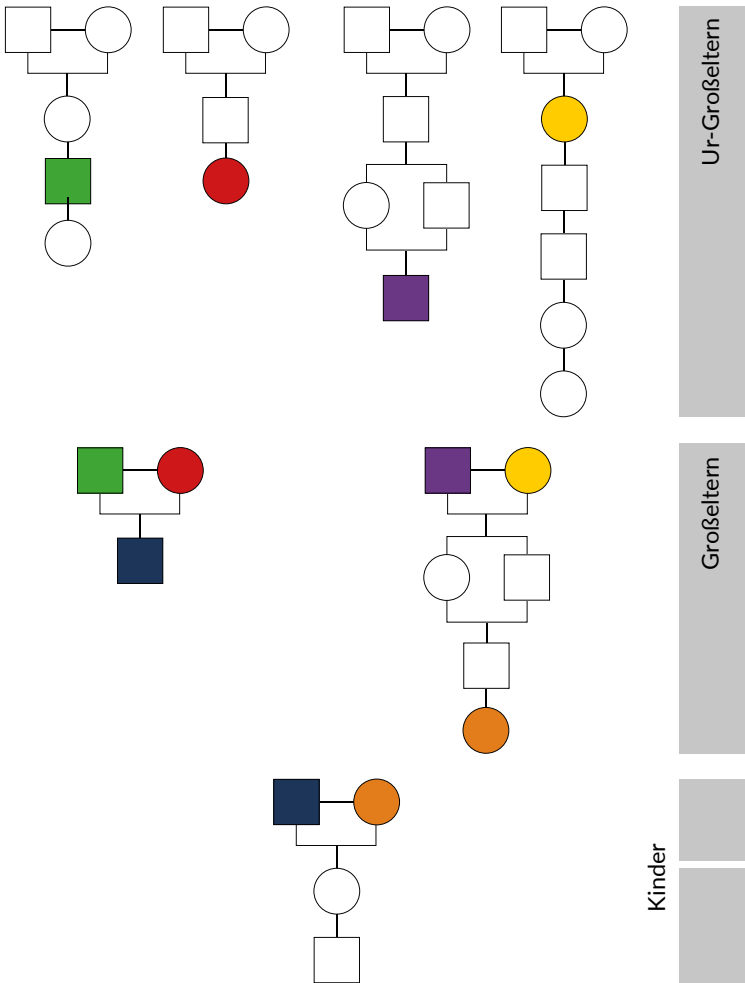
- Übernommene Muster und Rollen
- Familiäre Loyalitäten, die dich in deiner Entfaltung begrenzen
- Verstrickungen, die du unbewusst ausgleichen willst

Wenn du dich davon löst, entsteht Freiheit – für deinen eigenen Weg.

Wenn du noch tiefer verstehen willst, wie sich familiäre Strukturen auch im Business widerspiegeln, dann schau dir unbedingt mein YouTube-Video „Familie & Business: Warum echte Ordnung alles verändert“ an – darin erklärt ich das Genogramm ganz anschaulich und zeigt die Verbindung zu typischen Business-Dynamiken.



Klick hier und schau es dir an!



Dieses Bild zeigt eine einfache Form eines Genogramms – ohne Berücksichtigung von Themen wie Trennung/Scheidung, verstorbene oder anderweitig fehlende Familienmitglieder (z.B. Fehlgeburt, Zwillings-Verlust, Totgeburt, früh verstorben, im Krieg vermisst), prägende Erkrankungen, Familiengeheimnisse und andere Vorkommnisse. Die in gleicher Farbe markierten Personen sind in der oberen Ebene Töchter/Söhne, in der unteren Ebene Mütter/Väter.

Jedes Familiensystem ist vollkommen individuell, und jeder einzelne Mensch einzigartig in dem, was er schon als Seele mitbringt und in seiner familiären Prägung. Letztlich geschieht Prägung durch Interpretation aller Erfahrungen, durch die Übernahme ungelöster ‚Energien im System‘, erlernten Mustern, Erwartungen, Überzeugungen. So entsteht unser Selbstbild, das sich im Laufe der Jahre bildet und in der Regel immer weiter festigt. Dieses Selbstbild und unsere tief liegenden ‚Programme‘ können gelöst – transformiert – werden, um uns davon zu befreien. Dies erfordert unseren Mut und kontinuierliche ‚Arbeit‘ an uns selbst.

Starte damit, sobald du dir dessen bewusst bist, in **100-prozentiger Selbstverantwortung**. Denn: Wenn DU es nicht tust, tut es niemand für dich. Und niemand ist schuld an deiner Situation. Du hast diese selbst – wenn meist auch unbewusst – durch deine Gedanken, Gefühle und Handlungen kreiert. Und noch was ganz Wichtiges zum Thema Familienprägungen und deren Auswirkung: Elterliche Verantwortung – Prägungen erkennen und den Kreislauf durchbrechen. Gerade als selbständige, unternehmerische oder führende Persönlichkeit trägst du nicht nur Verantwortung für dich selbst und im Außen, sondern auch im Inneren deiner Jetzt-Familie. Deine unbewussten Prägungen und Muster wirken weiter – oft subtil, aber mit großer Kraft. Was du selbst nicht erkennst, transformierst und erlöst, wird meist ungewollt an die nächste Generation weitergegeben. Deine Kinder „übernehmen“ innere Glaubenssätze, Rollen und Dynamiken – selbst dann, wenn du versuchst, es ganz anders zu machen als deine Eltern. **Denn nicht deine Worte, sondern deine innere Haltung, deine energetische Klarheit und deine gelebte Authentizität prägen sie.** Es geht um ‚blockierte Energien im System‘ – diese werden oft von Kindern getragen, bis sie in ihrem Ursprung aufgelöst sind. Dies erfordert das Gesehenwerden, die Würdigung, die Integration, die Auflösung und schlussendlich das Loslassen. Damit wird das energetische Felt der Familie frei – und somit auch die Kinder, die diese Energien von ‚geladenen oder geschwächten‘ Emotionen noch in sich hatten.

Deshalb gilt: Wenn du möchtest, dass deine Kinder frei und mutig ihren eigenen Weg gehen können, darfst du zuerst den deinen wirklich frei machen. Indem du deine Herkunftsthemen und das energetische Feld deiner Familie anschaust und bewusst heilst, veränderst du die emotionale DNA deiner Familie. Du löst Knoten, bevor sie sich wiederholen – und schenkst deinen Kindern ein kostbares Fundament: Freiheit, Lebendigkeit und innere Sicherheit. Durch dieses An-dir-Arbeiten löst du dich und deine Lieben immer mehr aus familiären Verstrickungen und Prägungen und wirst FREI für dein Leben, sodass du dieses kraftvoll, in Liebe und Freude aus dir selbst heraus – sozusagen **von innen nach außen** – gestalten kannst.

Teil 3: Deine äußere Wirksamkeit im Business-System

Wie du wirkst – und warum du manchmal an Grenzen stößt?

In deinem beruflichen Alltag trägst du Verantwortung – ob für dich allein oder für ein Team. Wenn du jedoch unbewusste Familienmuster in deine Führungs- oder Unternehmer*innen-Rolle mitnimmst, zeigt sich das oft in folgenden Bereichen:

- Teamkonflikte oder wiederkehrende Kommunikationsprobleme
- Schwierigkeit, dich klar abzugrenzen
- Überforderung durch Verantwortungsdruck
- Unsicherheit bei finanziellen Entscheidungen
- Unklarheit über deine eigentliche Vision

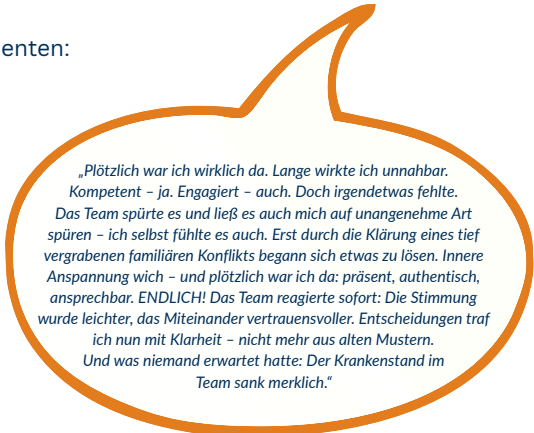
Ein **Organigramm** deines Unternehmens bzw. beruflichen Umfelds lässt sich ähnlich (natürlich nicht 1:1) wie ein Familiensystem analysieren:

- Führungsebene: Großeltern- bzw. Elternrolle.
- Mitarbeitende: Kinderrolle.
- Hierarchien, Loyalitäten, Konflikte

all das hat strukturelle, systemische Entsprechungen.

Wenn du dich innerlich sortierst und alte Muster loslässt, strahlst du das nach außen aus – und dein Business oder Team kann in ein neues Gleichgewicht kommen.

Beispiel eines Klienten:



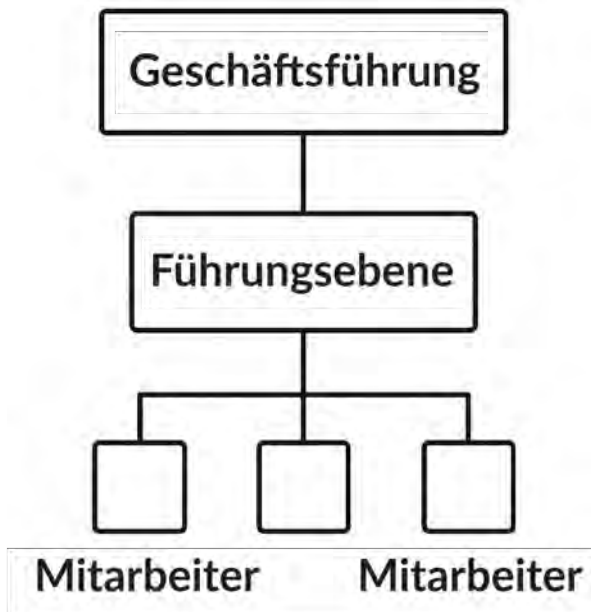
„Plötzlich war ich wirklich da. Lange wirkte ich unnahbar. Kompetent – ja. Engagiert – auch. Doch irgendetwas fehlte. Das Team spürte es und ließ es auch mich auf unangenehme Art spüren – ich selbst fühlte es auch. Erst durch die Klärung eines tief vergrabenen familiären Konflikts begann sich etwas zu lösen. Innere Anspannung wich – und plötzlich war ich da: präsent, authentisch, ansprechbar. ENDLICH! Das Team reagierte sofort: Die Stimmung wurde leichter, das Miteinander vertrauensvoller. Entscheidungen traf ich nun mit Klarheit – nicht mehr aus alten Mustern. Und was niemand erwartet hatte: Der Krankenstand im Team sank merklich.“

Häufig beginnt berufliche Stärke im privaten Ursprung.

In der äußeren Welt – ob im Unternehmen, in der Selbstständigkeit oder Führung – zeigen sich die inneren Muster. Hier verbinden sich deine innere Entwicklung und familiären Prägungen mit deiner beruflichen Wirksamkeit.

Das **Organigramm** hilft, Parallelen zu Familienhierarchien zu erkennen: Chefs stehen oft stellvertretend für die Eltern, Mitarbeitende für die Kinder. Natürlich nicht identisch und nicht grundsätzlich. In vielen Systemen sind die Hierarchien vertauscht: Kinder übernehmen Führung, Eltern verhalten sich eher unsicher und schwach – und wandern sozusagen nach unten in die Kind-Ebene. Dies geschieht sowohl in Familien, als auch in beruflichen Systemen: Mitarbeiter ‚beeltern‘ ihre Vorgesetzten durch übermäßige Fürsorge oder opfern sich in Überverantwortung oder schlechtem Gewissen auf – Vorgesetzte lassen sich zu sehr ‚bedienen‘ oder handeln unangemessen in ihrer Position.

Durch die Sichtweise von Hierarchien im System entstehen neue Möglichkeiten für **Führung, Zusammenarbeit & Selbstverantwortung**.



Das
Organigramm
deines Business:
Spiegel deiner
inneren Ordnung

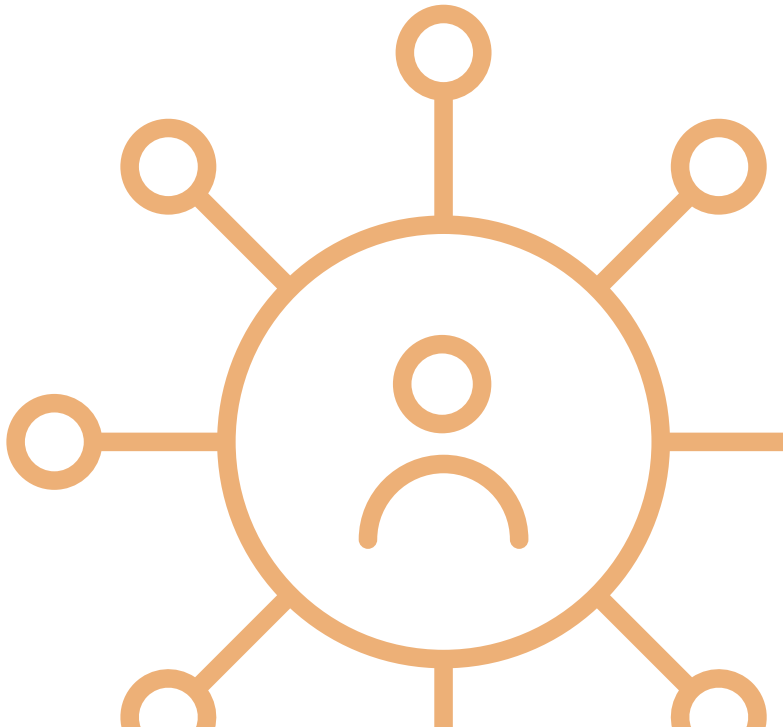
Dein Unternehmen, dein Team oder dein selbständiges/freiberufliches Business ist ein System. Dieses System funktioniert umso gesünder, je klarer deine innere Ordnung ist.

Viele Menschen haben leider nicht gelernt, ‚erwachsen‘ mit Konflikten umzugehen und konstruktiv zu kommunizieren. Auch dies führt oft zu Verstrickungen und Verhärtung zwischen Mitarbeitern, Führungskräften, der Geschäftsführung und auch die Ebenen übergreifend. Mangelnde Motivation, Streitigkeiten, Schuldzuschreibungen, Lamentieren, Lästern, Krankheitsausfälle – all dies und noch viel mehr können verheerende Folgen davon sein.

Wenn du dich von unbewussten Mustern und Loyalitäten löst, gesunde Grenzen setzt und Verantwortung differenziert lebst, entsteht ein neues Feld:

- Teams arbeiten miteinander statt gegeneinander
- Entscheidungen werden aus Klarheit getroffen, nicht aus alten Mustern
- Du führst mit Präsenz, nicht aus Reaktion

Führung aus dem Herzen braucht **Bewusstheit**. Business mit Seele braucht **Integration**. Beides beginnt bei dir.



Zusammenfassung & Ausblick: Alles hängt zusammen

- Deine innere Haltung beeinflusst dein Handeln – und damit dein Business.
- Deine familiären Prägungen sind der Schlüssel, um alte Muster zu erkennen und zu verändern.
- Dein Unternehmen oder Team spiegelt oft, was in dir selbst noch ungeklärt ist.

Wenn du den Mut hast, hinter die Fassade zu blicken, gewinnst du:

- Klarheit.
- Kraft.
- Präsenz.
- Erfolg.

Du musst das nicht allein schaffen!

Veränderung geschieht nicht durch Verstand allein. Sie braucht Begleitung, Raum und echtes Erkennen. Ich begleite seit vielen Jahren Menschen wie dich – Unternehmer*innen, Selbstständige, Führungskräfte – auf ihrem Weg zu mehr innerer Klarheit, familiärer Heilung und beruflicher Wirksamkeit – das macht FREI.

Mit meiner Kombination aus systemischer Therapie, hypnotherapeutischem Know-how, Coaching, Training, Mentoring, spirituellem Bewusstsein und unternehmerischer Erfahrung gehen wir gemeinsam dorthin, wo Veränderung wirklich geschieht.

In meiner **1:1-Begleitung**, in meiner speziellen Teamentwicklung mit Tiefe oder meinem strukturierten **Selbstlernkursen** bekommst du genau den Raum, den du brauchst, um deine Herausforderungen zu lösen – um endlich **kraftvoll, klar und authentisch** deinen Weg zu gehen – privat und im Beruf / Business.

Du bist nicht falsch, zu wenig oder zu viel! Du bist genau richtig.

Du darfst Harmonie, innere Ruhe UND Erfolg haben. Gleichzeitig. Die Balance zwischen deiner Familie und deinem Business beginnt in DIR. Je klarer deine innere Struktur, desto kraftvoller ist deine Wirkung im Außen.

Dieses E-Book sollte dir erste Einblicke und Tools an die Hand geben.

Wenn du dein ICH stärkst, beginnst du zu führen.

Wenn du deine Familienprägungen erkennst und löst, wirst du frei.

Wenn du im Innen aufräumst, wird dein Business klar, kraftvoll und erfüllend.

Dieser Weg ist tief – und zugleich unglaublich praktisch. Denn du wirst nicht nur bewusster. Du wirst wirksamer.

Meine Einladung an dich:

Wenn dich diese Impulse berührt haben, freue ich mich auf einen persönlichen Kontakt mit dir.

Trage dich dazu in meiner Website zu einem **kostenfreien** und unverbindlichen Kennenlern- und Analysegespräch ein.

Wenn du im Anschluss daran tiefer mit mir einsteigen möchtest, begleite ich dich, deine Lieben und auch dein Team gern hin zu deinen/euren Wünschen und Zielen.

Von Herzen alles erdenklich Gute,

deine Ursula Simon

