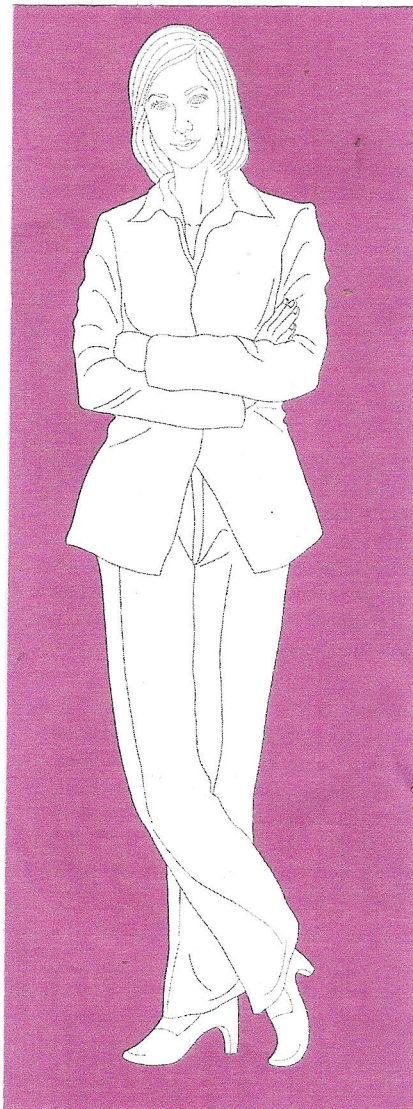


Serie: Starke Frauen
**Dr. Claudia
Feichtenberger,
Trainerin**

**Stärke aus dem
Bauch heraus**

Die Jugend von Claudia Feichtenberger war geprägt von einem Leben in allen deutschsprachigen Ländern, was ihr sehr früh kulturelle und auch sprachliche Unterschiede bewusst machte. Die daraus entstandene Neugier führte zu Auslandsaufenthalten, Sprachstudium und einem Studium der Bildungswissenschaften. „Neues erlernen, forschen, das Dahinterliegen-

de entdecken, das hat mich seit meiner Kindheit begleitet. Trotzdem hat es einige Zeit gedauert, das wirklich Eigene zu finden und meine Vision zu leben“, sagt Feichtenberger. Im Rückblick stellt die erfolgreiche Unternehmerin fest, dass sie Entscheidungen, die Weichenstellungen für ihr Leben waren – z.B. Studienwahl – aus dem Bauch heraus getroffen hat.

Neuanfang und Erfüllung

Erst als Feichtenbergers Töchter ins Teenageralter kamen, fand sie zu ihrer Vision und einer neuen Lebensphase – trotz damals eher hinderlicher Umstände, doch auf ihr Bauchgefühl hörend. „Eine Ausbildung in der Trainings- und Unterrichtsmethode Superlearning/Suggestopädie hat meine berufliche Tätigkeit völlig verändert und dazu geführt, dass ich mich seitdem effektiven Lehr- und Lernmethoden widme, ein Bildungsinstitut gegründet und meine Lehraufträge an der Universität zurückgelegt habe“, erzählt Feichtenberger. Sie bezeichnet es als eine der wichtigsten Lebenserfahrungen, das zu tun, was sie gut kann, damit mit Begeisterung und Visionen der Funke überspringen kann. Dieser Effekt hat dazu geführt, dass Anfragen wie von selbst kommen, Erfüllung in der Weitergabe ihres Wissens liegt und diese Erlebnisse als durchwegs beglückend empfunden werden. Feichtenberger gründete brainbox®, ein Institut, das sich mit Lehr- und Lernmethoden beschäftigt.

Des Glückes Schmied

„Kraft beziehe ich aus meiner Arbeit mit Menschen, meiner Familie, aus der Natur und aus der Stille“, erzählt Feichtenberger. Stille, die sie beim Wandern findet, helfen der Powerfrau, Kraft aufzubauen, die sie im täglichen intensiven Umgang mit Menschen benötigt. „Gleichzeitig geben mir die Menschen, mit denen ich arbeite und lebe, auch viel Kraft und Freude. Es ist also ein ständiges Geben und Nehmen. Wenn das ausgewogen ist, stellt sich Zufriedenheit und Glück ein“, ergänzt Feichtenberger. Als Lebensmotto könnte man den Satz „Ich bin meines Glückes Schmied“ nennen, denn die Beschäftigung mit der Unterschiedlichkeit der Menschen hat dazu beigetragen, dass auch Feichtenberger sich selbst besser kennen lernt, ihre Bedürfnisse und jene anderer besser wahr und ernst nimmt. „Ich erkenne immer wieder, dass es im Leben – und auch beim Lernen – nicht um das Was, sondern vor allem um das Wie geht“, summiert Feichtenberger ihre Erkenntnisse. Auf ihr Inneres zu hören, Neues zu wagen, „erweitert ihre persönlichen Grenzen“, auch bei größeren Herausforderungen. Dem Bauchgefühl zu folgen und damit mutiger zu werden, sich mehr zuzutrauen, machen wohl ihre Stärke und ihren Erfolg aus. www.brainbox.at