



Vorwort

Raus aus der Komfortzone, rein in den Erfolg! Der Titel dieses Buches ist bewusst gewählt. Er heißt aus guten Gründen nicht »Raus aus den festen Stellen und rein ins Risiko der Selbstständigkeit«. Aus der Komfortzone treten heißt, frische Luft schnuppern, Neues wagen, ausgetretene Pfade verlassen, Unzufriedenheit ernst nehmen und etwas verändern. Und es heißt immer: Mein Leben selbstständig in die Hand nehmen! Raus aus der Opferrolle, zur Handelnden werden. Auf den Beruf übertragen bedeutet es, Verantwortung für meine Jobzufriedenheit übernehmen. Und es kann heißen: Ich möchte meine eigene Firma haben, frei arbeiten, mich aus Hierarchien lösen.

Selbstständig heißt erst einmal: selbst und ständig. Ich tue es selbst, ich selbst bin verantwortlich – und das ständig. Das genau ist der Weg, den Frauen heute innerhalb vieler Unternehmen gehen ... bis sie an die unsichtbare Decke der Karriere stoßen, bis sie bei Beförderungen übergangen werden. Früher oft ein Grund zur Resignation und Rückzug. Aber die Zeiten ändern sich – »The times they are a-changin'«, wie Bob Dylan einst gesungen hat.

Die kompetenten und stolzen Frauen, die die Luft des Erfolgs geschnuppert haben, werden als erste die Old-Boys-Network-Firmen verlassen, die nicht kapieren, dass sie mit der Vernachlässigung weiblichen Potenzials »Chancen verspielen«. Und sie werden es oft so tun, dass sie die von ihnen gepflegten Kunden mitnehmen – oder dem alten Unternehmen ihre Dienste als Freelancer tageweise oder projektgebunden teuer verkaufen.

Ein Vorbild an Flexibilität und Courage waren nach der Wende die jungen Frauen aus den neuen Bundesländern. Wenn sie ihre Stelle verloren hatten, machten sie sich mutig gen Westen auf. Die Frauen waren wesentlich mobiler in diesem Fall als die ostdeutschen Männer. Und sie hatten in der Regel weniger Anpassungsschwierigkeiten und haben sich in ihrem neuen Umfeld (auch in der Schweiz und in Österreich) gut eingelebt.

Anders als die berufliche Männerwelt glaubt, ist Erfolg in Arbeit und Wirtschaft nicht dasselbe wie Karriere. Der weibliche Erfolgsbegriff ist bunter. Und er deckt sich mit der Glücksforschung: Aufstieg und Gehaltserhöhung sind nur kurzfristige Motivatoren. Das wirkliche Glück schafft das Wissen, die eigenen Fähigkeiten erfolgreich einzusetzen. Und vor allem: Sinn in seinem Tun zu erkennen. Frauen arbeiten anders und gründen anders, und Frauen sind auf andere Weise selbstständig als Männer. Das werde ich Ihnen in diesem Buch an vielen Beispielen zeigen.

Außerdem biete ich Ihnen etwas Revolutionäres in diesem Buch: Ich rede über Geld, breche damit eines der letzten Tabus. Ich werde Ihnen erzählen, welche Rolle Geld in meinem Leben vor und nach der Gründung gespielt hat, und ich werde ehrliche Zahlen nennen. Nicht um anzugeben, sondern um zu zeigen, wie verführerisch Erfolg ist, und wie höllisch man aufpassen muss, nicht sehenden Auges in die Insolvenz zu stürmen. Darum hat mich in Kapitel 7, »Genug gesponnen: Jetzt geht's in die Praxis«, die Gründungsexpertin Christine Vonderheid-Ebner unterstützt, indem sie mir das Beste aus ihrem Beratungsschatzkästchen verriet.

Es heißt, fünfzig Impulse brauche es, bis ein Mensch sich an die Veränderung herantraut, die er im Kopf mit sich herumträgt. Das habe ich vor kurzem von meinem amerikanischen Kollegen Doug Stevenson gelernt. Und plötzlich wurde mir klar, warum ein einziger kleiner Satz mir im Jahr 1999 geholfen hat, mich selbstständig zu machen – nach mehr als drei Jahren der Unschlüssigkeit, des Wünschens und Haderns. Der Satz stammte von einer Freundin: »Eins musst du wissen, bei mir bekommst du immer einen Tel-

ler Suppe.« Heute weiß ich, dies war offensichtlich der fünfzigste Impuls!

Ich kündigte also damals als Ressortleiterin einer Frauenzeitschrift und gründete mein eigenes Unternehmen: »Asgodom Live«. Und das Leben begann noch einmal neu – mit 46 Jahren. Inzwischen hat sich »Asgodom Live. Training. Coaching. Potenzialentwicklung« zu einem florierenden Unternehmen mit vier Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, einem Jahresumsatz deutlich über einer halben Million Euro und einem ordentlichen Renommee entwickelt. »Deutschlands bekanntester Erfolgscoach« hat mich im Oktober 2007 Bettina Böttinger in ihrer Sendung *Kölner Treff* vorgestellt. Und ergänzt: »Man könnte auch sagen, Deutschlands Volkscoach.« Danke für die Blumen. Ich habe lange gebraucht, um solch blumige Formulierungen annehmen zu können (typisch weiblich), und kann mich heute auch über zu große, wenn von Herzen kommende Sträuße freuen.

Der Weg dahin ist eine Geschichte voller Kraft und Zweifel, Bemühen und Scheitern, Hoffen und Verändern. Denn »von nix kommt nix«, wie meine Großmutter zu sagen pflegte. Ich werde Ihnen ehrlich schildern, wie es zu meiner Selbstständigkeit kam (weniger heroisch, als Sie wahrscheinlich annehmen), wie ich es angepackt habe, was ich richtig und was falsch gemacht habe; was geschah, als ich mich mit einem der mächtigsten Konzerne Deutschlands angelegt habe (Wie wahnsinnig kann man eigentlich sein?); warum ich nach drei Jahren so gut wie pleite war (an dieser Stelle grüße ich meinen Finanzbeamten), und was mich gerettet hat. Vor allem werde ich Ihnen erzählen, warum es sich gelohnt, gelohnt, gelohnt hat!

Anhand meines eigenen Beispiels und meiner guten wie schlechten Erfahrungen werde ich Ihnen die »Top Ten des erfolgreichen Gründens« verraten. Zehn Erkenntnisse, für die ich zum Teil bitter bezahlt habe, die mir oft erst nach Irrungen und Wirrungen klar geworden sind, für die ich manch mühevollen Umweg gehen musste. Erkenntnisse, die Sie auf Ihrem Weg in die Existenzgründung wie eine gute Freundin begleiten werden. Erkenntnisse, die aus dem prallen Leben stammen und die ich erstmals fürs pralle Leben aufgeschrieben habe.

Eine Erkenntnis vorweg: »Du hättest dich doch auch schon viel früher selbstständig machen können«, haben mir viele Leute hinterher gesagt. Meine Antwort: »Nein, stimmt nicht. Hätte ich es früher gekonnt, hätte ich es früher getan.« Alles hat seine Zeit, auch der Schritt in die Selbstständigkeit. Wenn Sie selbst schon länger darüber nachdenken, wissen Sie, dass es neben vielen »Pros« auch »Kontras« gibt. Und es braucht Zeit, um sich selbst Klarheit zu verschaffen.

Ich möchte Ihnen an vielen Beispielen zeigen, wie attraktiv es sein kann, aus der gewohnten Komfortzone hinauszutreten, sich in der Risikozone des Lebens zu bewähren und die dort beheimateten Chancen zu ergreifen, Gefahren zu bewältigen und Erfolge zu erzielen. Ich werde die verbreitetsten Ängste und Irrtümer in Sachen Selbstständigkeit beleuchten und hoffentlich Ihre Zweifel mit Fakten und Erfahrungen abschwächen.

Dieses Buch möchte ein starker Impuls für Sie sein – darüber nachzudenken, wie Sie Ihre finanzielle und persönliche Unabhängigkeit gestalten können. Wie Sie aus unbefriedigenden Arbeits- und Lebenssituationen herauskommen, Ihre Talente besser leben, Sinn und Erfüllung finden und ordentlich Geld verdienen können. Und Sie werden Anregungen für das »Einschleichen« in die Selbstständigkeit bekommen, was ein Maximum an Sicherheit und ein Minimum an Risiko bedeutet.

Ich möchte Ihnen die realen Kosten einer Existenzgründung aufzeigen, in Geld, Körper- und Geisteskraft. Aber vor allem möchte ich Ihnen beweisen, dass Sie sich Selbstständigkeit nicht »leisten« können müssen wie ein teures Hobby, sondern dass Selbstständigkeit Ihren Lebensstandard sichern und heben kann, und zwar nicht unwesentlich – wenn die Idee stimmt. »Passion pays!« heißt es in den USA, dem Vorreiterland der mutigen Existenzgründer. Und es gilt auch bei uns: Hingabe, Leidenschaft, Passion für das, was ich tue, kann sich in der Selbstständigkeit auszahlen.

Dieses Buch ist vor allem ein motivierender Mutmacher, kein rechtlicher Ratgeber, wie man einen Businessplan erstellt (ich erzähle Ihnen trotzdem was hineingehört, damit er überzeugt). Dazu gibt es

im Internet alles, was an Sachwissen nötig ist. Mit dem Verlag habe ich mich schnell geeinigt, was für ein Buch wirklich gebraucht wird: eins, in dem nicht Information versammelt sind, die Sie gratis aus dem Web herunterladen können – für diese Fragen haben wir am Schluss des Buches die wichtigsten Internetadressen für Sie aufgeführt.

Sie finden in diesem Buch Beispiele von fünf großartigen Frauen, die in ähnlichen Situationen wie Sie waren – sie verspürten eine vage Unzufriedenheit mit ihrem Leben, waren mit ihrem Angestelltenleben nicht mehr zufrieden – und die sich für die Selbstständigkeit entschieden haben, nicht immer freiwillig, aber immer mit großem Engagement. Es handelt sich ausschließlich um Frauen, mit denen ich in einer Arbeitsbeziehung stehe: Entweder habe ich sie gecoacht, oder sie waren in einem meiner Seminare oder Vorträge, und wir haben Gemeinsamkeiten entdeckt. Es sind Frauen, die ehrlich und detailliert von ihrem Werdegang berichten. Die auch den Preis der Selbstständigkeit beschreiben, einsame Sonntage im Büro und durchwachte Nächte, Missachtung durch Behörden, Banken oder die eigene Familie. Die aber alle als Bilanz ziehen: »Ich würde es wieder machen«. Freuen Sie sich auf Lebensweisheit pur! Da all die tollen Frauen, die mir ihre Informationen zur Verfügung gestellt haben, den Rahmen dieses Buchs sprengen würden, bieten wir Ihnen als kostenlosen Zusatznutzen noch einmal mehr als ein Dutzend Interviews auf meiner Homepage www.asgodom-selbststaendig.de.

Sie werden aus all den Schilderungen ersehen: Selbstständigkeit ist eine echte Alternative für das Leben als Angestellte, als Zeitarbeiterin, als Uni-Absolventin, als Familienmanagerin, als Jobsuchende, als Rentnerin. Existenzgründung klingt oft nach Fabriken und Warenlager, Investitionen und Mordsschulden. Ich möchte Ihnen die ganze Bandbreite des Selbstständigseins aufzeigen.

Denn Selbstständigkeit ist mehr als das, sie ist eine reale Notwendigkeit in einer sich verändernden Welt. Egal, welche Ausbildung, welchen Beruf, welche Erfahrungen und welche Erfolge wir haben, wir alle müssen zukünftig fünf Tatsachen akzeptieren:

1. Wir können nicht mehr damit rechnen, dass das Unternehmen, für das wir arbeiten, uns für immer beschäftigen wird.
2. Wir können nicht mehr damit rechnen, immer einen Job in unserem erlernten Beruf zu finden.
3. Wir können nicht mehr damit rechnen, dass der Lohn für unsere Arbeit oder unsere Rente für unseren Lebensunterhalt ausreicht.
4. Wir können im Fall der Arbeitslosigkeit nicht mehr damit rechnen, dass unser Lebenspartner uns unterhält oder unterhalten kann.
5. Wir können nicht mehr damit rechnen, dass uns der Staat nach einem Jobverlust finanziell ausreichend unterstützt.

Das heißt: Jede von uns muss aus Eigeninitiative und mit etwas Kreativität ein Konzept, einen Notfallplan in der Tasche haben, womit sie zukünftig ihren Lebensunterhalt verdienen könnte. Klingt brutal, reißt uns aus der Gemütlichkeit, ist aber realistisch. Sprich: Jede Frau braucht einen Businessplan für die Selbstständigkeit in der Schublade, einen Plan B, und das B steht hier für das eigene Business. »Womit könnte ich auf eigene Rechnung Geld verdienen? Was kann ich, was andere brauchen? Was brauchen andere, was ich bieten kann?«

Ich werde in Kapitel 2, »Die Arbeitswelt der Zukunft«, für Sie einen Blick in die Zukunft werfen, wohin sich die Arbeitstrends in unserer Gesellschaft, ja global bewegen. Und ich werde Ihnen das »Geheimnis der fünf Cs« aufdecken, das der amerikanische Arbeitsmarktexperte Robert Reich als zukunftsbestimmend für Existenzgründungen einschätzen: Computing, Caring, Catering, Coaching und Counseling.

Selbst wenn Sie niemals in die Lage kommen, Ihren Plan B umsetzen zu müssen (was durchaus nicht das Schlimmste wäre), wird die Auseinandersetzung mit einem alternativen Konzept Ihnen mehr Lebenserfolg verschaffen. Warum? Hier die Erklärung, die sich aus der Erfahrung mit Tausenden von Coaching-, Vortrags- und Seminarteilnehmerinnen speist: Wenn ich weiß, ich könnte mich auch selbstständig machen, wenn ich attraktive Alternativen sehe, dann gehe ich selbstbewusster durchs Leben, vertrete meine Meinung offener, entscheide mutiger – und werde damit insgesamt eine wertvol-

lere Mitarbeiterin. Denn Unternehmen brauchen ehrliche, engagierte, entscheidungsfreudige Mitarbeiter (auch wenn sie es manchmal noch nicht kapieren).

Die Freiheit der Alternative, das Erkennen des eigenen Potenzials, das Wissen um den Weg in die Selbstständigkeit erhöht unseren Marktwert als Mitarbeiterin, als Arbeitskraftanbieterin auf dem sich wandelnden Arbeitsmarkt. Ein sperriges Wort macht die Runde durch die Unternehmen: »Employability«. Klingt auf Deutsch auch nicht viel besser: Beschäftigungsfähigkeit. Aber was sich dahinter verbirgt, hat es in sich: In Zeiten des Wandels kann sich niemand mehr darauf verlassen, seinen Job auf Lebenszeit zu behalten, im Unternehmen bleiben zu können. Die Unternehmenskultur wandelt sich dahin, dass neben einer immer kleiner werdenden Kernmannschaft mehr Zeitarbeitskräfte und immer mehr Freelancer eingesetzt werden. Deshalb kommt es für den einzelnen Mitarbeiter darauf an, sich marktfähig zu halten. Sprich: sich attraktiv für zukünftige Arbeitgeber zu machen – den jetzigen oder einen anderen. Wie macht man sich marktfähig? Zu aller erst durch Reflexion: Was kann ich richtig gut? Warum bin ich als Mitarbeiterin wertvoll? Was unterscheidet mich von meinen Mitbewerbern? Worin bin ich Spezialistin? Was waren meine größten Erfolge im letzten Jahr? Aber auch: Wo liegen meine Potenziale, die ich weiter ausbauen kann?

Und hier sind wir bei einem Thema, das speziell uns Frauen betrifft. Leider wird in manchen Unternehmen der Wert von weiblichem Leistungsvermögen nicht oder nur bis zu einem bestimmten Punkt erkannt. Noch immer gibt es die berühmte »Glass Ceiling«, diese unsichtbare Decke, die Frauen auf dem Weg in die höheren Karriere-ränge nicht durchstoßen können. Zwar liegt der Anteil von Frauen auf den unteren Führungsebenen in deutschen Unternehmen inzwischen schon bei 30 Prozent, doch der Aufstieg in die Geschäftsleitung oder den Vorstand eines Unternehmens ist noch die Ausnahme. Wer sind diese Ausnahmefrauen? Unternehmerinnen! Die wenigen Frauen, die wir in Vorständen mittelständischer Unternehmen finden, sind überwiegend Gründerinnen, Erbinnen und (Mit-)Inhaberinnen.

Und gerade deshalb ist Existenzgründung für Frauen ein besonders attraktives Thema. Frauen machen sich im Prinzip aus den gleichen Gründen wie Männer selbstständig. Und dann kommen ein paar weitere dazu: Sie werden in den Unternehmen nicht befördert, sie verdienen bei gleicher Arbeit weniger als ihre männlichen Kollegen, oder sie wollen Beruf und Kinder unter einen Hut bringen.

Die Zahlen steigen. Heute sind bereits etwas mehr als eine Million Frauen in Deutschland selbstständig, das ist aber nur etwa ein Viertel aller Selbstständigen. Die Zahl der Neugründerinnen liegt aber bereits höher (37 Prozent). Mehr als zwei Drittel aller Gründerinnen sind übrigens Soloselbstständige, nur ein Drittel stellt Mitarbeiter ein.

Selbstständigkeit ist mehr als die Lösung einer schwierigen Lebenssituation, meint Armin Nassehi, Soziologieprofessor an der Universität München. Er nennt Selbstständigkeit »die Entscheidung für eine Lebensform«. Und das ist auch meine Erfahrung. Wer sich selbstständig macht, entscheidet sich

- für ein selbstbestimmtes Leben,
- für eine selbst organisierte Tätigkeit,
- für Selbstverantwortung,
- für das Umsetzen eigener Ideen,
- für Freiheit im Denken und Handeln,
- für Entscheidungsspielraum,
- für das Erreichen eigener Ziele,
- für das Ausleben fachlicher Kompetenz,
- für den Reiz des kalkulierbaren Risikos,
- für die Lust am Ausprobieren.

Manchmal ist es auch eine Entscheidung gegen die Übermacht der großen Unternehmen, gegen die Vereinsamung in Riesenkonzernen, gegen Willkür bei Entscheidungen, gegen Ungerechtigkeit von Vorgesetzten; und für die Sehnsucht nach der kleinen Einheit, der Überschaubarkeit, des Wohlfühlens, des richtigen Wegs. Meine ganz persönliche Einschätzung: Der kleinen Einheit gehört die Zukunft.

Wo Inhaberinnen selbst entscheiden können, wird schneller reagiert und mutiger gehandelt. Und sie können erfolgreiche Geschäftspartnerinnen der Großen werden, zu guten Honoraren und ordentlichen Preisen.

Es ist kein Zufall, dass viele der Frauen, die in diesem Buch von ihrer Selbstständigkeit berichten, um die 40 sind und viele sich in der Beratungs-/Trainings-/Dienstleistungsbranche selbstständig gemacht haben. Das liegt am Drei-Phasen-Modell des beruflichen Lebens. In der ersten Phase, dem Lernen, erwerben wir Fähigkeiten und probieren uns aus. In der zweiten Phase, dem Beweisen, zeigen wir, was wir können, genießen Erfolge. Und in der dritten Phase können wir anderen weitergeben, was wir gelernt und erfahren haben. Und das geht als Selbstständige besonders gut. Dazu kommt: Während in vielen Unternehmen Älterwerden immer noch als Malus angesehen wird, ist es bei der Existenzgründung ein absolutes Plus. Erfahrung, Gelassenheit und das Wissen um Marktregeln können nur von Vorteil sein.

Vielleicht ist für Sie dieses Buch bereits der fünfzigste Impuls zur Selbstständigkeit. Und Sie beginnen morgen oder spätestens nächste Woche, Ihren Plan für eine Existenzgründung umzusetzen. Als Anregung finden Sie im Kapitel 3, »Kreativ zum Erfolg«, 222 kreative Ideen für ein eigenes Unternehmen – von »Asiafood im Baukastensystem« über »Senioren-Motivationstrainerin« bis zu »Zeitplaner für junge Mütter«. Spinnen Sie, träumen Sie, schreiben Sie alles auf, was Ihnen dazu in den Sinn kommt!

Darüber hinaus bieten wir Ihnen noch drei wundervolle Angebote: Ich schenke Ihnen einen Beratungsscheck im Wert von 150 Euro als Preisnachlass für eine persönliche Beratung bei der Gründerexpertin Christine Vonderheid-Ebner. Sie kann Ihnen helfen, Ihre Idee auf Realisierungschancen abzuklopfen und die Grundlagen eines Businessplans zu erstellen. Daneben finden Sie einen Gutschein für eine Ausgabe meines Newsletters zum Thema Selbstständigkeit, mit dem Sie die Ausgabe für dieses Buch fast schon wieder drin haben. Und drittens bekommen Sie für den Asgodom-Live-Gründerinnen-Work-

shop mit Christine Vonderheid-Ebner ebenfalls einen Nachlass. (Alle weiteren Angaben dazu am Ende des Buches.)

Selbstständig – auch Sie?

Möglicherweise ist dieses Buch der allererste Impuls, die Nummer eins einer langen Reihe von Gedankenanstößen. Und Sie bekommen gerade eine erste Ahnung davon, welche spannende Alternative das Leben für Sie bereithalten könnte. Wahrscheinlich hat jemand Ihnen das Buch geschenkt, oder es hat Sie in der Buchhandlung »gepackt«, und Sie wissen noch gar nicht, was Sie davon halten sollen.

Lesen Sie dieses Buch mit all Ihren Vorbehalten und vertrauen Sie darauf, dass es Ihnen in jedem Fall weiterhilft, auch wenn Sie die Umsetzung noch gar nicht sehen. Gerade für Sie ist der kleine Test »Sind Sie glücklich?«.

Fühlen Sie sich bei Ihrer Arbeit glücklich? Macht Sie Ihre Arbeit glücklich? Machen Sie einen kleinen Test, es sind nur sieben Fragen, aber in ihnen steckt eine große Aussagekraft. Machen Sie den Test einen Monat lang jeden Tag. Das dauert das erste Mal nur eine Minute und bei jedem folgenden Mal nur zehn Sekunden, weil Sie die Fragen ja schon kennen – und die wichtigen Stichworte sind herausgehoben, Sie erfassen sie auf den ersten Blick:

Checkliste: Sind Sie glücklich?

Ja Nein

- Ich war heute am Morgen beim Aufstehen voller *Neugier* auf das, was der Tag von mir fordert und was er mir bringt.
- Ich habe *Freude* auf die Arbeit gespürt.

