

Workbook für  
dein Konzept

Sheet für deine  
Zeitplanung

Toolbox für deine  
Business-Orga



IN 3 MONATEN VON DER IDEE  
ZUM EIGENEN TRAUMBUSINESS

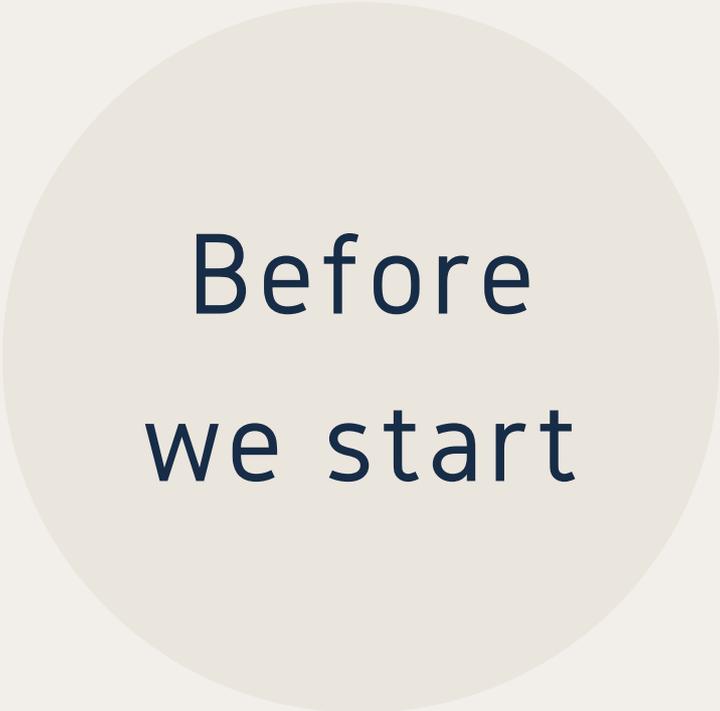


**MOMPREENEURS**

# C o p y r i g h t

Alle Inhalte dieses Workbooks sind urheberrechtlich geschützt. Du darfst dieses Workbook für dich persönlich nutzen, aber nicht veröffentlichen oder an Dritte weitergeben.

Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei MOMPREENEURS® - Kerstin Mader. Bitte frage mich, falls du die Inhalte dieses Workbooks veröffentlichen möchtest.

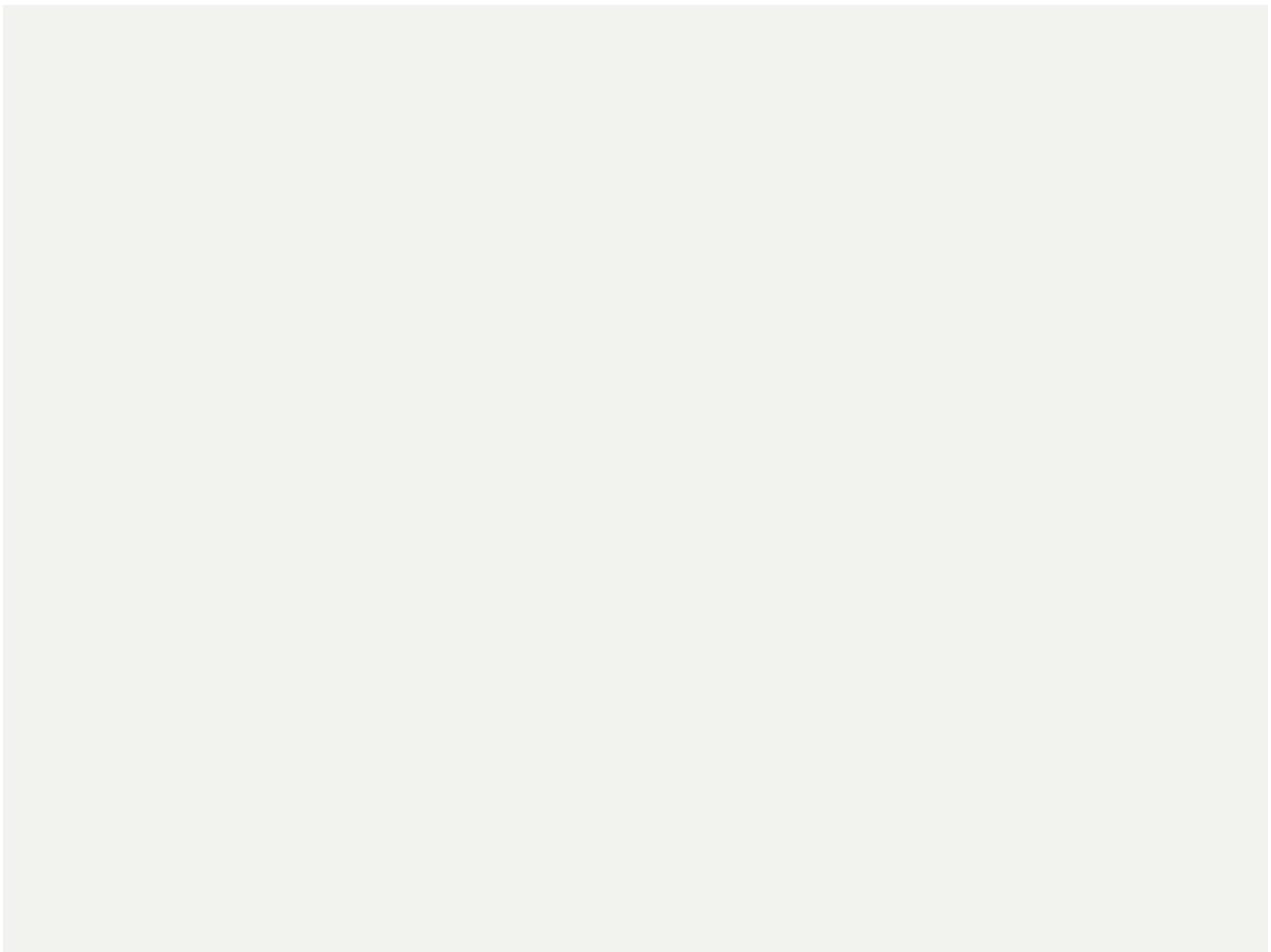


Before  
we start



# Hürden

Wenn ich an mein eigenes Onlinebusiness denke, dann habe ich Angst/Respekt/ein mulmiges Gefühl, weil....



# Hintergrund

Angst ist in der Selbstständigkeit generell kein guter Ratgeber, denn Angst ist einfach nur die Erwartung, dass etwas Schlechtes in der Zukunft passiert. Sich davon leiten zu lassen, macht keinen Sinn, wenn du ein Unternehmen haben möchtest, das dich erfüllt. Schau dir darum bitte an, welches Bedürfnis hinter deiner Angst steht.

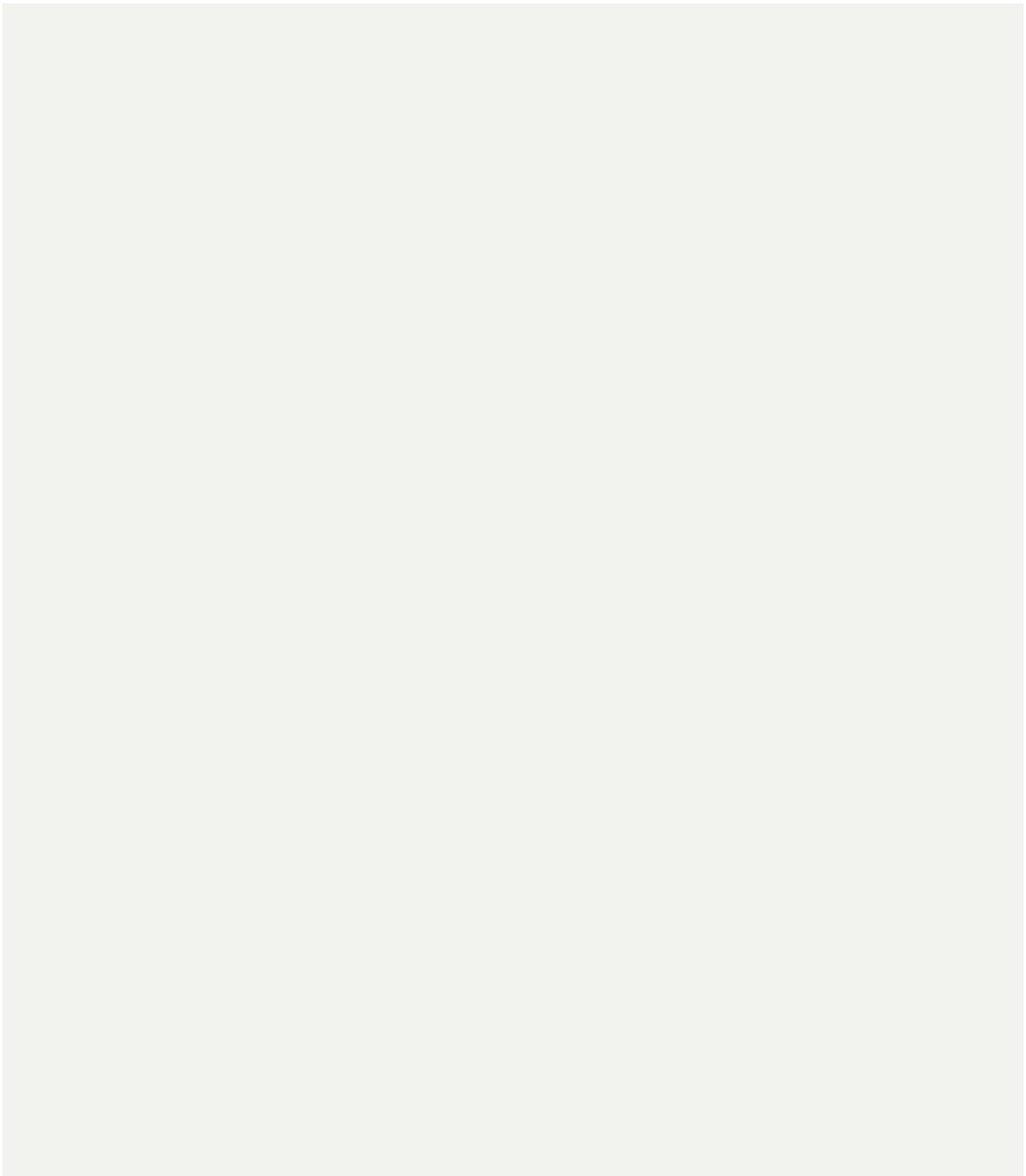
Wenn du z. B. Angst hast, was deine Nachbarn denken, wenn du Videos machst, dann steht da vielleicht das Bedürfnis hinter, dass du einen kleinen geschützten Raum benötigst, um dich zu zeigen (z. B. eine geschlossene FB-Gruppe).

Schaue auf jeden Fall auch, welche Ängste du wirklich hast und welche Ängste dir von deinem Umfeld genannt werden, die du aber eigentlich gar nicht annehmen möchtest.

Langfristig "MUSST" du dich als Online-Unternehmerin mit deinem Mindset beschäftigen. Meiner Meinung nach ist es sogar das Wichtigste, was du als Unternehmerin tun solltest, denn die meisten Hürden stellen wir uns selbst.

Ein guter erster Schritt, den du schon jetzt gehen kannst, ist es hinderliche Gedanken bewusst wahrzunehmen und anzuerkennen.

Wie kann ich diese Ängste transformieren? Wie kann ich es schaffen trotz dieser gedanklichen Hürden schon heute den ersten Schritt zu gehen? Wie kann ich mir selbst das Bedürfnis erfüllen, das hinter meiner Angst steht?



# Sehr gut!

Jetzt können wir mit deinem Konzept weitermachen ;-)

Falls du die erste Aufgabe übersprungen hast, dann gehe zurück! Denn glaube mir: Nur wenn du dich mit deinen eigenen Hürden beschäftigst, dann wirst du online Erfolg haben.

## Um dein Traumbusiness online zu starten, benötigst du

- **eine Vision**, die dich motiviert
- **ein Angebot**, das ein Problem deiner Lieblingskunden löst und was dir Freude bringt
- **Soulmates**, mit denen du gerne zusammenarbeiten möchtest und mit denen du die gleichen Werte teilst
- **Sichtbarkeit** für deine Ideen / dein Wissen
- **eine Branding** = professionelles visuelles Erscheinungsbild und deine Authentizität und Persönlichkeit als Marke
- **eine gute Selfcare-Routine**, denn dein Unternehmen soll dich tief erfüllen und nicht ins Burnout bringen.

Alle diese Elemente kannst du dir mit diesem Workbook Schritt-für-Schritt erarbeiten.

## Zeitplan

Erstelle dir nun deinen Zeitplan und überlege dir wann du an den Themen in diesem Workbook arbeiten möchtest. Wenn du 2 Themen pro Monat bearbeitest, dann bist du in 3 Monaten startklar. Trage die Themen im folgenden Jahresplan ein.

# Mein Jahr

JAN	FEB	MAR
APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP
OKT	NOV	DEZ

An diesem Tag starte ich mein Onlinebusiness (neu):

---

Tipp: Notiere dir das Datum auf einen kleinen Zettel, den du sichtbar für dich hinhängst (z. B. an deinen Spiegelschrank), damit du dich selbst immer an deinen Traum erinnerst.



Vision

# Deine Motivation



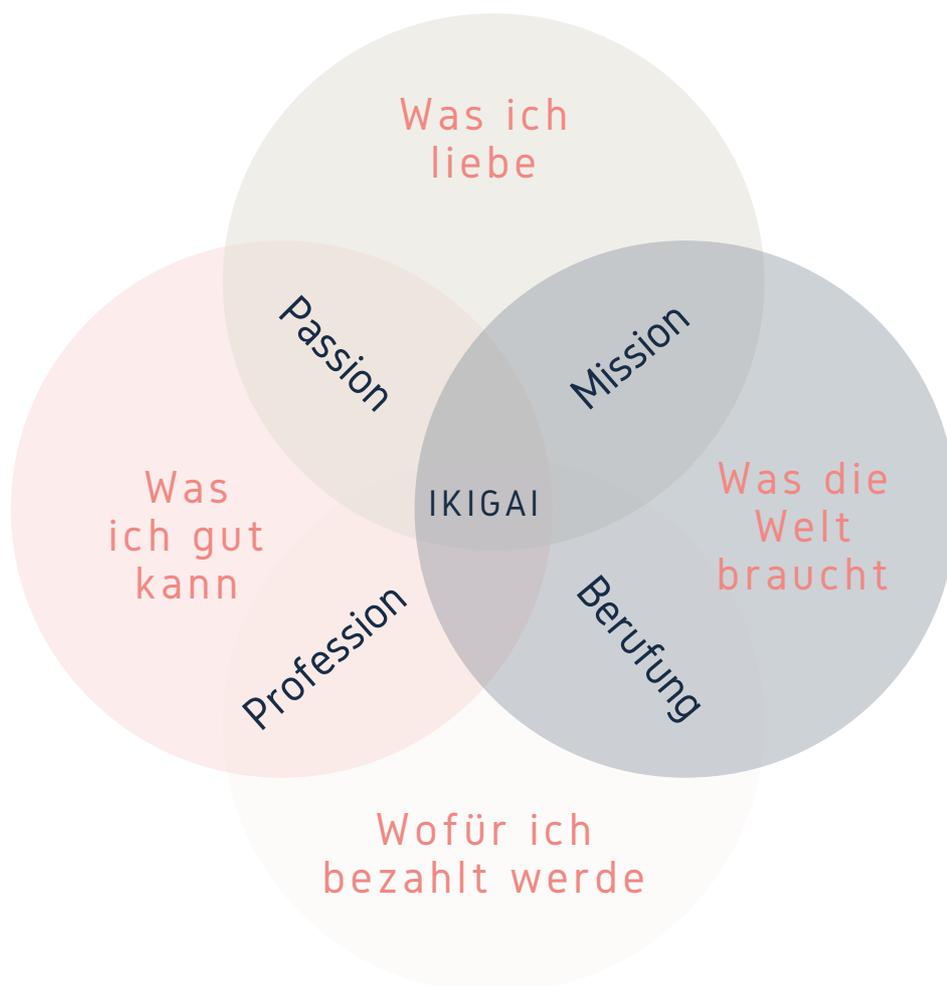
Warum möchte ich ein eigenes Onlinebusiness haben: Was treibt mich an? Welche Veränderung wünsche ich mir für mich, für meine Familie, für meine Kunden?

A large, empty rectangular area, likely intended for writing or drawing, with a light gray background.

# Ein Business das glücklich macht

Um zu schauen ob deine Businessidee dich wirklich glücklich macht und funktionieren wird, nutzen wir die asiatische Philosophie "ikigai". Frei übersetzt bedeutet ikigai = „das, wofür es sich zu leben lohnt“. Anders ausgedrückt: Ikigai ist das was dich morgens voller Freude aus dem Bett springen lässt, dein Sinn des Lebens.

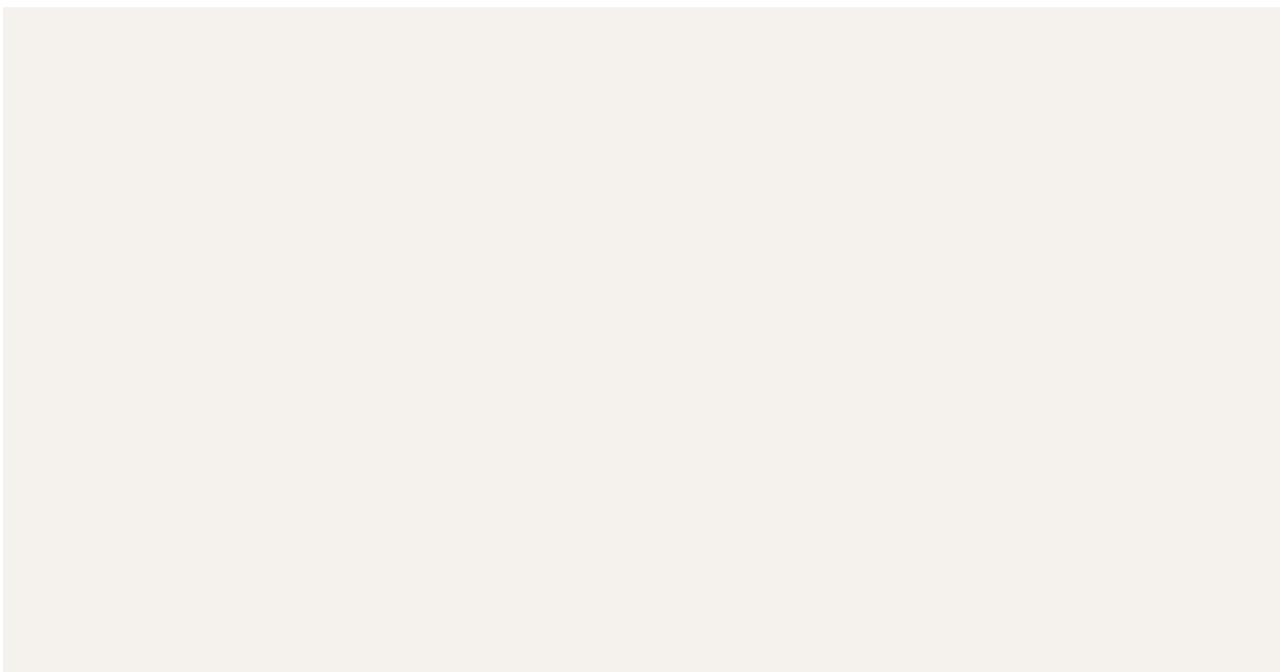
Das untere Schaubild zeigt die Idee von Ikigai. Wahre Erfüllung findest du, wenn du jeden Tag deine Passion, Mission, Profession und Berufung lebst.



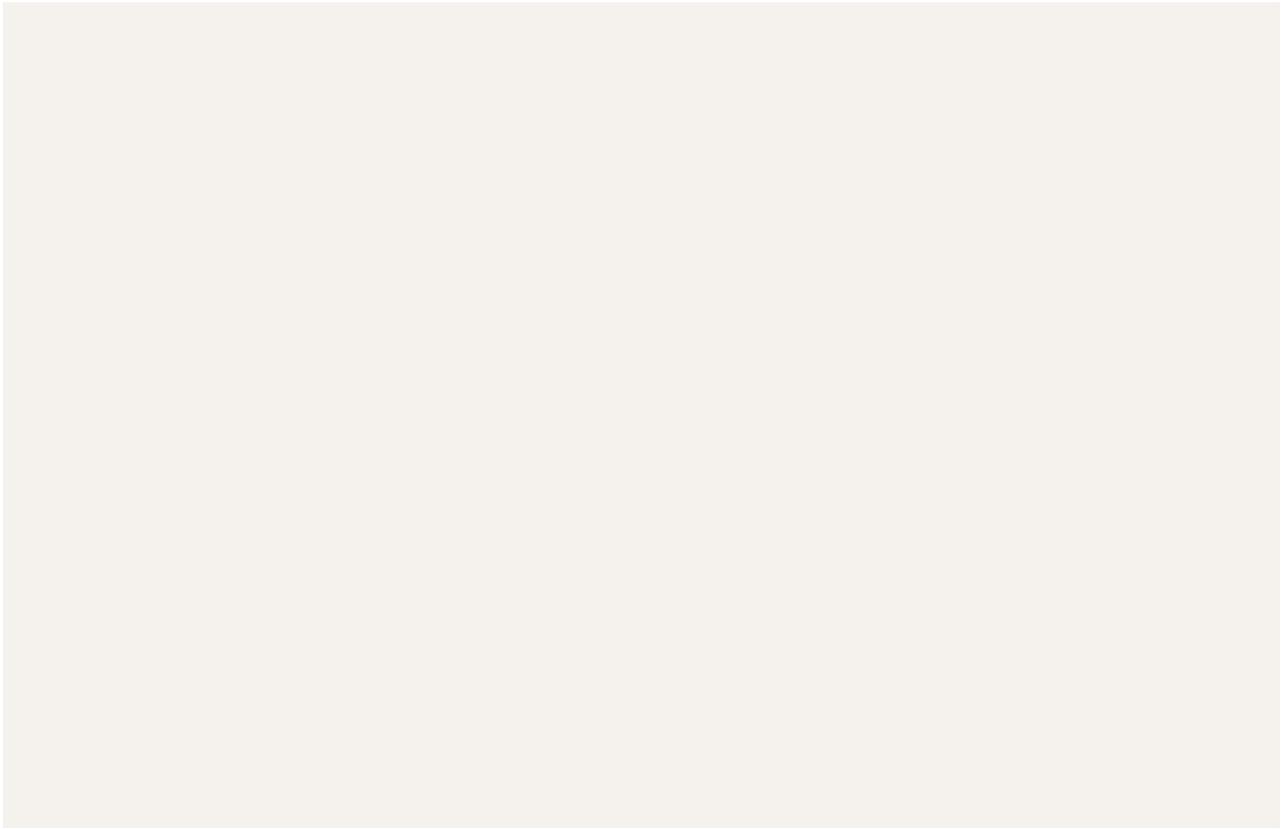
Was ist deine größte Leidenschaft? Was liebst du? Was kannst du stundenlang tun?



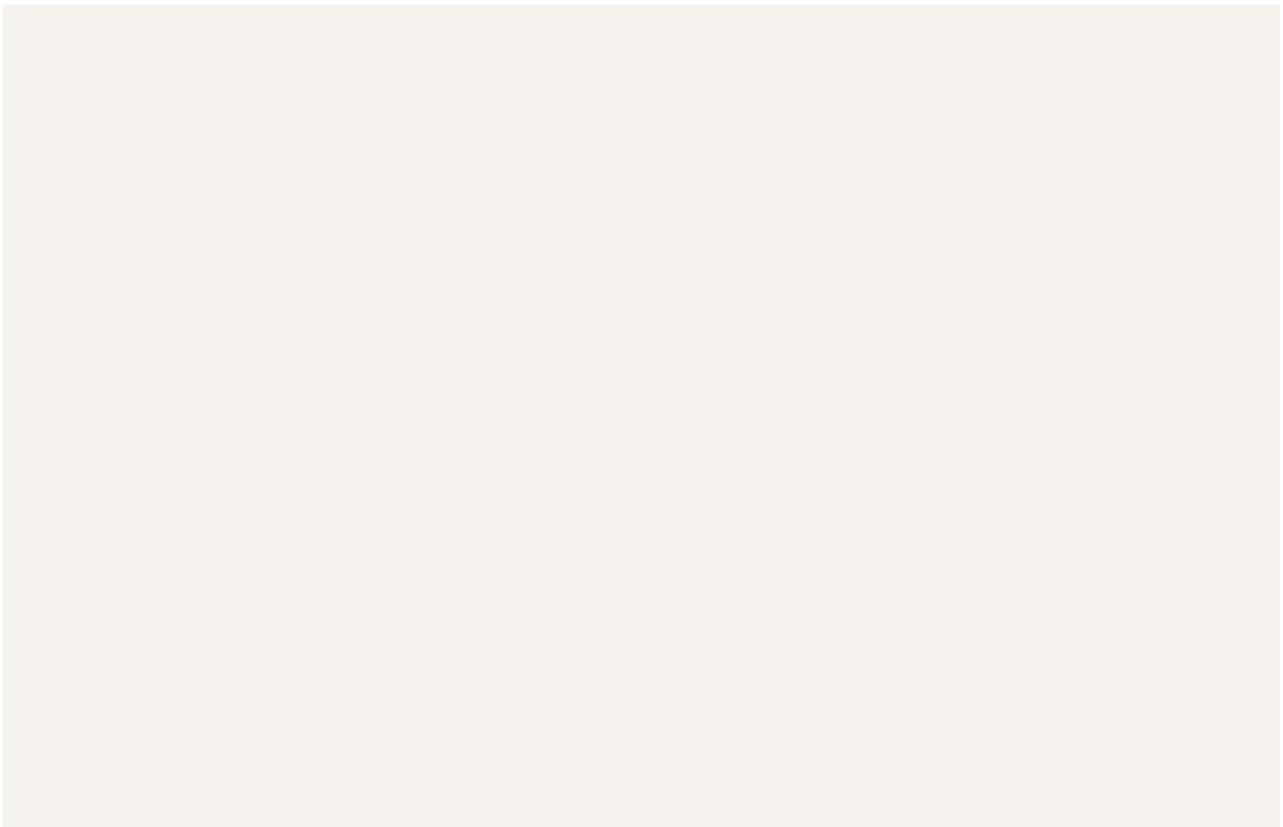
Was ist dein wichtigstes Talent? Worin bin ich besonders gut? Was fällt dir leicht?



Was braucht die Welt? Wie könntest du einen Beitrag leisten?



Wofür wist du bezahlt oder womit könntest du Geld verdienen?



Dein IKIGAI, dein Grund morgens motiviert aus dem Bett zu springen, deine Vision, ist die Basis für dein Onlinebusiness. Notiere es hier wie eine Art Manifest:

A large, empty, light beige rectangular area intended for writing a manifesto. It occupies the majority of the page below the introductory text.



Angebot

Welches Angebot möchtest du aus deinem IKIGAI kreieren? Ein 1:1-Coaching, einen Onlinekurs, einen Workshop? Notiere hier alles was dir dazu einfällt.

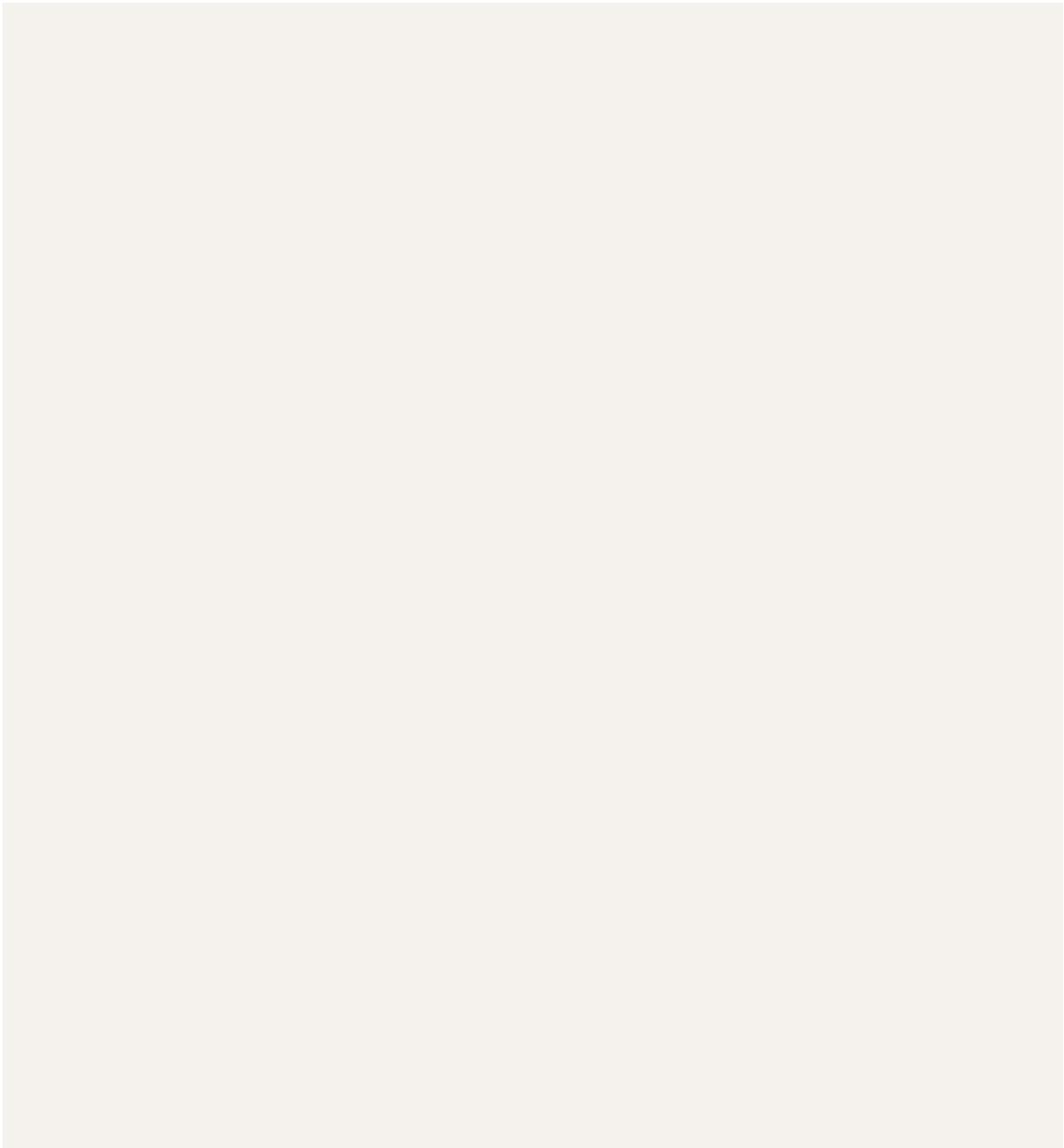
A large, empty, light beige rectangular area intended for writing answers. It occupies the majority of the page below the question text.



Soulmates

# Eine Zielgruppe zu finden, die du gerne magst, ist ein Akt der Selbstliebe.

Mit welchen Menschen möchtest du zusammenarbeiten? Mit wem fühlst du dich 100% wohl? Wem kannst du helfen? Welche Werte hat dein Lieblingskunde?



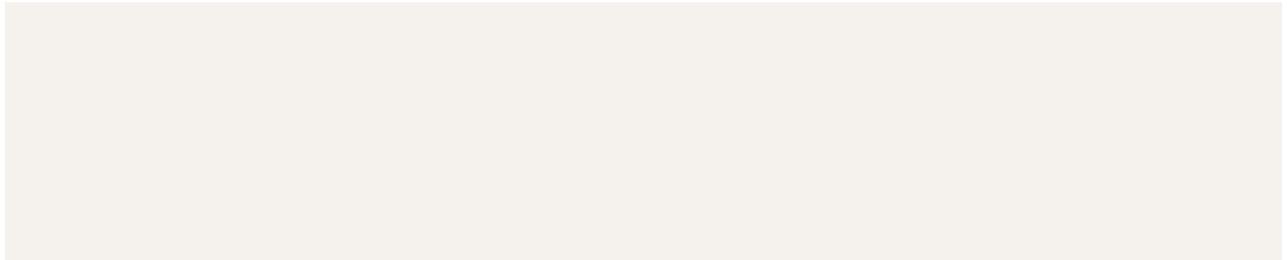


Sichtbarkeit

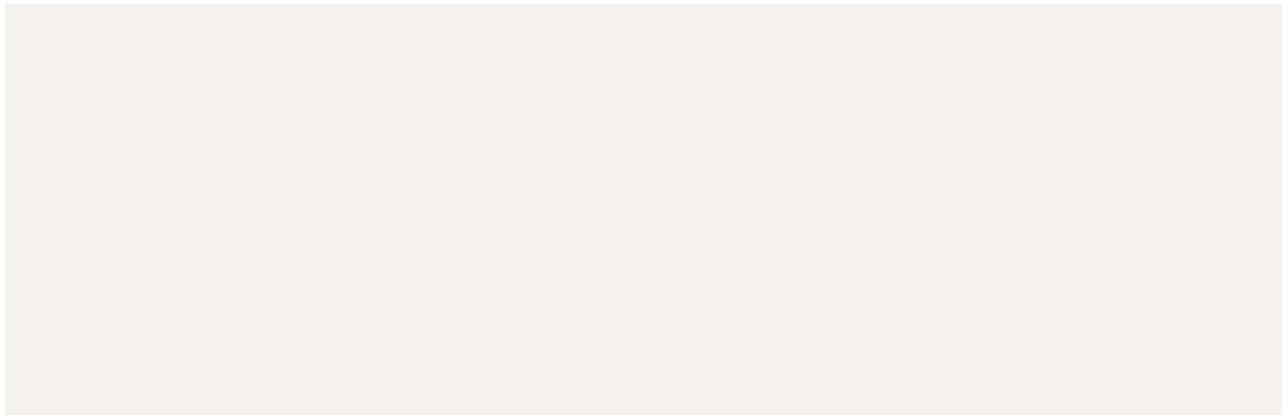
Auf welchem Social Media Kanal bist du selbst gerne unterwegs?  
Instagram? Facebook? Youtube? Podcast?



Was hast du selbst zuletzt gebucht/gekauft und wo hast du davon erfahren?



Wo möchtest du dich zeigen? Was möchtest du dort mit den Menschen teilen (gehe zu Seite 13 zurück)?

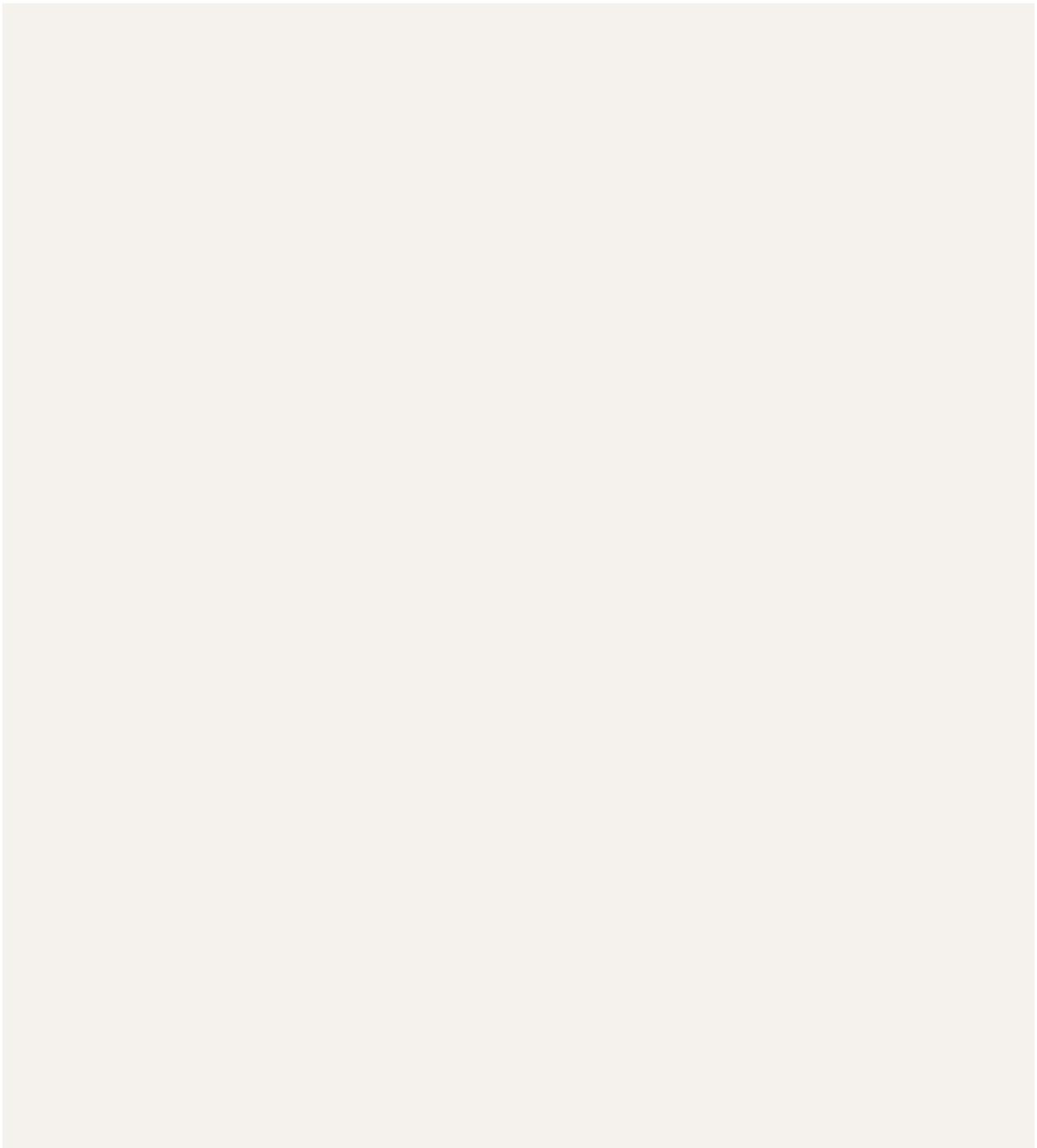


Wähle jetzt EINEN Kanal und beginne dich dort ab sofort authentisch sichtbar zu machen. Es geht nicht darum, alles perfekt zu machen. Es geht darum jetzt die ersten Schritte zu gehen.

Wenn du schon einen Kanal bespielst, überlege dir wie du aus den obigen Erkenntnissen mehr Fokus / Authentizität in deinen Kanal bringen kannst.

# Wirksamkeit ist das beste Marketing.

Suche dir einen Testkunden für dein Angebot und lass dir anschließend von der Person ein Testimonial geben. Mache dieses Testimonial sichtbar für andere, z. B. als Video oder Zitat in deinem Social Media Kanal.



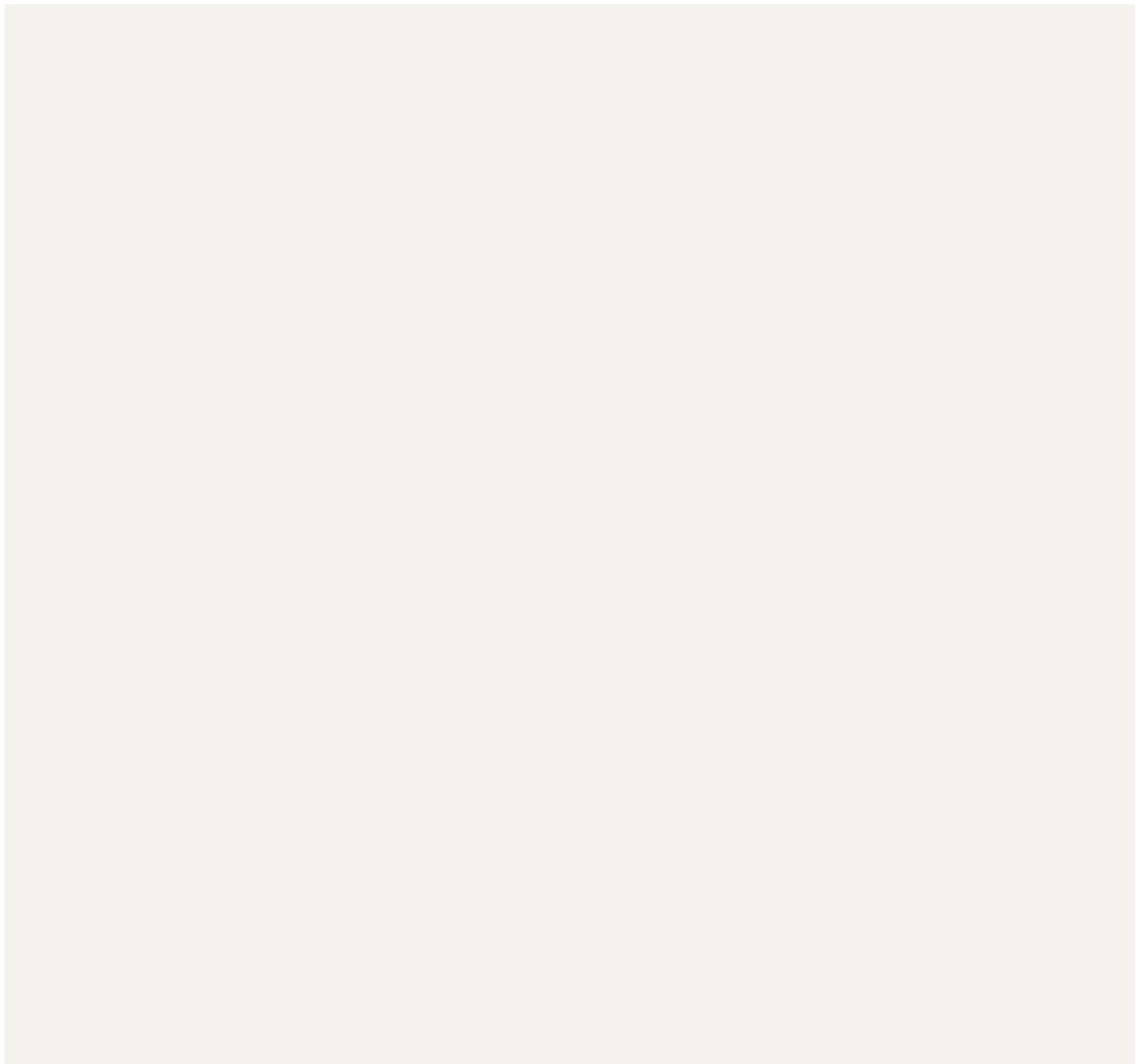


Marke

# Du bist ne Marke!

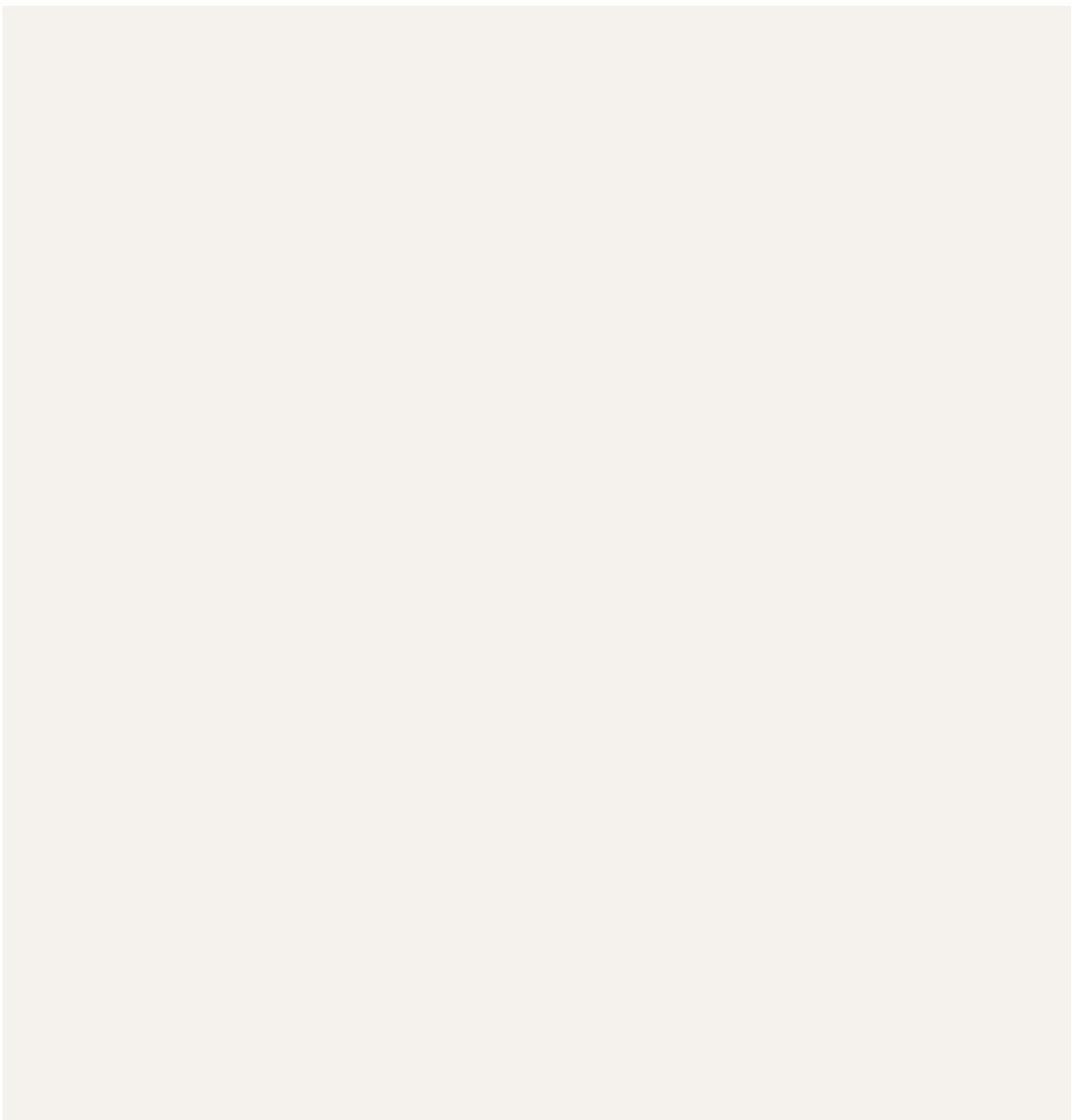
Richtig gelesen: DU bist eine Marke, denn im Onlinebusiness spielt es eine sehr große Rolle, welcher Mensch hinter einem Produkt steht. Notiere hier, welche Facetten deiner Persönlichkeit du zeigen möchtest: Wer bist du? Für was stehst du? Frage andere, was sie besonders an dir schätzen? Was macht DICH einzigartig?

Überlege dir 3 Facetten von dir die du zeigen möchtest.



Sicher möchtest du mit deinem Business visuell professionell auftreten. Nutze für deine Grafiken das kostenfreie und intuitive Grafiktool Canva mit tollen Vorlagen.

Hier kannst du z. B. dein Logo erstellen und Social-Media-Grafiken erstellen: [www.canva.com](https://www.canva.com)





Selfcare

Was sind für dich nicht verhandelbare Dinge? Z. B. Yoga am Dienstag Abend, keine Termine am Wochenende....

Notiere dir hier, wie du dafür sorgen möchtest, dass deine Work-Life-Business-Balance nicht ins Wanken gerät.

A large, empty, light beige rectangular area intended for writing notes. It occupies the lower two-thirds of the page and is completely blank, providing space for the user to detail their strategies for maintaining work-life-business balance.





Toolbox

# Für Starter: Diese Dinge brauchst du unbedingt, um dein Onlinbusiness zu starten

*Achtung: Ohne Gewähr und Anspruch auf Vollständigkeit.*

- **Gewerbeanmeldung** bei der Stadt (kostet einmalig ca. 20€), du kannst erstmal ein Nebengewerbe anmelden.
- **eine Steuernummer.** Hier brauchst du nichts zu tun. Du bekommst automatisch eine Info vom Finanzamt sobald du dein Gewerbe angemeldet hast.
- ein **Geschäftskonto:** Ich empfehle <https://kontist.com> Sehr gute App und einfache Einrichtung.
- **Smartphone, Tablet oder Laptop**
- ein **Projektmanagementtool**, um deine Aufgaben und Ideen zu sortieren (mögliche Kategorien: wiederkehrende Aufgaben, einmalige Aufgaben, Ideen). Ich empfehle Trello für den Anfang: [trello.com](https://trello.com)
- einen **Kalender**, z. B. Google-Kalender: [calendar.google.com/](https://calendar.google.com/)
- das kostenfreie und intuitive Grafiktool **Canva** mit tollen Vorlagen. Hier kannst du z. B. dein Logo erstellen und Social-Media-Grafiken erstellen: [www.canva.com](https://www.canva.com)
- **EINEN Social-Media-Kanal:** Wähle ob du mit einer FB-Seite, Instagram, Youtube (...) anfangen willst. Entscheide dich für ein Medium. Mehr brauchst du am Anfang nicht. Das würde dich nur überfordern. Ich empfehle Instagram oder Facebook. Entscheide danach auf welcher Plattform du dich selbst am wohlsten fühlst.
- Du brauchst mindestens eine Plattform, die du selbst kontrollieren kannst (Daten, Technik).
- **Impressum / Datenschutzerklärung:** Hier empfehle ich gerne [datenschutz-generator.de/](https://datenschutz-generator.de/) (kostenlos bis 5000€ Jahresumsatz) > brauchst du für Social Media und ggf. für die Webseite

(enthält Partnerlinks)

# Nice-to-have-Tools

- **eine Domain / einen Webseitennamen:** Deine URL buchst du bei einem Hostingdienst. Ich nutze z. B. [all-inkl.com](http://all-inkl.com)
- **Webseite:** Nutze hier ein leichtes Baukastensystem, das du selbst aufbauen kannst, bis du dir einen Profi dafür leisten kannst ;-)  
Ich mag z. B. das Freesoul-Template von Eos Koch:  
<https://emotionalonlinestorytelling.com/freesoul-wordpress-theme/>  
Sie bietet auch einen Installationservice an.
- **ActiveCampaign:** das beste Tool, mit dem du einen Newsletter einrichten kannst: <https://www.activecampaign.com/>
- **Visitenkarten** von [moo.com](http://moo.com)
- **Lexoffice:** Hiermit kannst du deine Buchhaltung (Rechnungen schreiben, Belege) direkt professionell einrichten. Ich hatte die ersten Jahre Kisten, in denen ich meinen Papierkram gesammelt habe. Nicht zu empfehlen. Mach es lieber direkt ordentlich:  
[www.lexoffice.de/](http://www.lexoffice.de/)
- sobald du Geld einnimmst: **einen Steuerberater.** Brauchst du am Anfang nicht zwingend, aber ich würde dir direkt einen empfehlen, wenn du wie ich, Papierkram nicht sehr gerne magst und lieber direkt alles ordentlich haben möchtest

“

Hast du den Mut,  
die Schätze,  
die in dir  
verborgen liegen,  
hervorzubringen?

Elisabeth Gilbert

”

Dann trage dich jetzt unverbindlich ein auf der Warteliste für **MOMPREENEURS®-UNSTOPPABLE!** - das Programm, das dich auf deinem Weg ins Traumbusiness begleitet. Trage dich hier ein um zu erfahren, wann das Programm das nächste Mal startet und was es beinhaltet

<https://mompreneurs.de/unstoppable/>

Meine Notizen / Ideen / nächsten Schritte:

