

BRING DEINE IDEE ZUM LEUCHTEN



Astrid Hochbahn

Die KREATIV-Methode
zur erfolgreichen
Realisierung von Projekten -
für Beruf, Gründung
und Unternehmens-
entwicklung

 metropolitan.

Astrid Hochbahn

BRING DEINE IDEE ZUM LEUCHTEN

Die KREATIV-Methode
zur erfolgreichen Realisierung von Projekten –
für Beruf, Gründung
und Unternehmensentwicklung

 metropolitan.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

metropolitan – ein Imprint des Walhalla Fachverlags

1. Auflage 2018

© Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung
sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in
irgendeiner Form (durch Fotokopie, Datenübertragung oder ein anderes
Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder
unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden.

Produktion: Walhalla Fachverlag, 93042 Regensburg

Umschlaggestaltung: init Kommunikationsdesign, Bad Oeynhausen

Printed in Germany

ISBN 978-3-96186-018-0

INHALT

Unsere größte Angst ist nicht unsere Unzulänglichkeit	8
Mach dein Ding	9
Tipps für unterwegs	17
1. DU UND DEIN POTENZIAL: WAS BRINGST DU MIT?	21
1. Jeder Mensch hat ein einzigartiges Potenzial: Schau, wer du bist!	23
2. Was ist deine Lebensaufgabe?	26
3. Finde heraus, was dein Potenzial ist	27
4. Formuliere deine Vision	30
5. Persönliche Standortbestimmung	38
6. Hoffnung, Selbstwirksamkeit und beruflicher Erfolg	38
2. DEINE IDEE: WAS WILLST DU IN DIE WELT BRINGEN?	41
1. Spinn deine Idee aus	43
2. Bring deine Ideen zu Papier	44
3. Führe ein Ideen-Buch	49
4. Schaffe einen kreativen Nährboden	50
5. Hilf deiner Kreativität auf die Sprünge	51
6. Spiele mit deinen Ideen	54
7. Variiere deine Idee: Kreativitätstechniken	58

INHALT

8. Sprich mit anderen	65
9. Untersuche deine Idee systematisch: Dein Unternehmenskonzept ...	66
10. Stimmige Abläufe planen: Business Model Canvas	76
11. Kundenorientierte Lösungen entwickeln: Design Thinking	78
12. Effectuation: Plane, aber sei offen für Entwicklung	84
13. Agiles Projektmanagement	87
14. Scrum	89
3. KUNDEN UND MÄRKTE:	
WELCHES POTENZIAL HAT DEINE IDEE?	93
1. Willst du mit deiner Idee Geld verdienen?	95
2. Prüfe, ob es einen Markt für deine Idee gibt	96
3. Verbessere dein Angebot	100
4. Schaffe etwas Neues	102
5. Lerne von deinen Kunden, befriedige ihre Bedürfnisse	103
6. Finde deinen Platz unter den anderen	108
7. Unterscheide dich – das Alleinstellungsmerkmal	118
8. Du selbst bist die stärkste Marke	122
9. Die Balance zwischen Kritikfähigkeit und Eigensinn	124
10. Triff eine Entscheidung: Machst du weiter?	127
4. DER WEG IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT:	
WIE KANNST DU MIT DEINER IDEE GELD VERDIENEN?	129
1. Willst du frei sein, gründe allein	131
2. Willst du groß werden, brauchst du Mitstreiter	139
3. Eigne dir kaufmännisches Wissen an	149
4. Mach dir die Zahlen zu Freunden	164

5. UNTERNEHMERIN WERDEN: DIE PERSÖNLICHE SEITE DES GRÜNDENS	181
1. Lerne unternehmerisch zu denken und zu handeln	183
2. Ängste haben alle	185
3. Unternehmerbilder und -wirklichkeiten	189
4. Unternehmerqualitäten	199
5. Hochbegabung, Hochsensibilität und Gründung	217
6. ÜBERWINDE HÜRDEN UND HINDERNISSE: WIE KOMMST DU ANS ZIEL?	223
1. Deine Heldenreise	225
2. Akzeptiere, dass Schwierigkeiten dazugehören	228
3. Finde Vorbilder und Erlaubnisse	233
4. Stell dich den Monstern	243
5. Erlaube dir, gut zu sein	263
6. Trau dich, Erfolg zu haben	266
7. Aus dem Ob ins Wie	269
Schlusswort	271
Danke	272
Anmerkungen	273

UNSERE GRÖSSTE ANGST IST NICHT UNSERE UNZULÄNGLICHKEIT

Unsere größte Angst ist die vor unserer unermesslichen Kraft.

Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, die wir am meisten fürchten.

Wir fragen uns; wer bin ich schon, brillant zu sein, prächtig, begabt und fabelhaft?

Und tatsächlich, warum solltest Du es nicht sein?

Du bist ein Kind Gottes. Wenn Du Dich klein machst, hilft es der Welt nichts.

Es ist nichts Erleuchtetes daran zusammenzuschrumpfen, auf daß andere Leute sich um Dich herum nicht unsicher fühlen.

Wir wurden geboren, den Ruhm Gottes zu offenbaren, der in uns ist.

Es ist nicht nur in wenigen von uns, es steckt in jedem.

Und so wie wir unser eigenes Licht erscheinen lassen, geben wir Anderen unbewußt die Erlaubnis, es uns gleich zu tun.

So wie wir von unserer eigenen Angst befreit sind, befreit unsere Gegenwart auch andere.

MARIANNE WILLIAMSON¹

GIB NIE DAS AUF, WAS DU WIRKLICH TUN WILLST.
DER, DER GROSSE TRÄUME HAT, IST STÄRKER ALS DER,
DER ALL DIE FAKTEN HAT.

ALBERT EINSTEIN

MACH DEIN DING

Träumst du davon, etwas auf den Weg zu bringen? Möchtest du deine eigene Kunst oder ein Buch veröffentlichen, einen Blog starten oder dich mit einem Unternehmen selbstständig machen? Du möchtest DEIN Ding machen?

Vielleicht möchtest du eigene Produkte schaffen, einen Online-Auftritt oder eine App programmieren? Vielleicht fotografierst du gerne oder möchtest deine eigenen Ideen und Erfahrungen als Coach und Therapeutin an andere weitergeben? Was immer es ist: DU interessierst dich dafür.

Dieses Buch ist für Menschen geschrieben, die eine Idee haben, die sie gerne verwirklichen möchten. Es geht um Menschen, die eine Vision haben, die etwas beschäftigt, die denken, das könnte, sollte anders sein, das könnte man machen, das sollte es geben, das würde ICH gerne tun ...

Es ist immer wieder faszinierend, auf Menschen zu treffen, die diesen Weg weiter gegangen sind, die aus einer Idee etwas erschaffen haben. Am Anfang ist da ein Funke, ein Impuls, ein Traum – so luftig, dass er irrwitzig und verrückt erscheint. Am Ende ist etwas entstanden, etwas Kleines oder Großes: Eine Arztpraxis, die besonders auf die Bedürfnisse von Eltern und Kindern Rücksicht nimmt. Ein Gelände, auf dem eine komplette mittelalterliche Klosteranlage erbaut wurde, nur mit den Materialien und Werkzeugen, die es im Mittelalter gab.² Eine gebrauchte Limonade, die Vorreiter wird für viele Nachahmer-Produkte.³ Ein mit Stoffbahnen verhüllter Reichstag.⁴

Alles, was uns heute selbstverständlich ist, entsprang einmal einer bloßen Idee. Handys und Internet, Autos und Züge, Glühbirnen und Elektrizität aus der Steckdose wären unseren Vorfahren wahnwitzig und unvorstellbar erschienen. Nur beson-

ders kreative und weitdenkende Geister wie etwa Leonardo da Vinci konnten sich bereits im 15. Jahrhundert eine Flugmaschine vorstellen.

Dieses Buch ist richtig für dich, wenn

- du wieder einmal an dem Punkt stehst, dich zu fragen: Und jetzt? Was möchte ich jetzt tun?
- du Projekte planen und verwirklichen möchtest.
- du im Rahmen deiner Selbstständigkeit Neues anstoßen willst.
- du nach Möglichkeiten suchst, deinem Job oder deiner jetzigen Aufgabe deinen eigenen Stempel aufzudrücken.
- dich die Idee einfach nicht loslässt, dein eigenes Ding zu machen.
- du schauen möchtest, wie du deine kreativen Ideen umsetzen könntest, welches Potenzial sie haben und was du daraus machen kannst.
- du dich fragst, wie du mit deinen Potenzialen Geld verdienen könntest.
- du Ermutigung suchst, dass du auf dem richtigen Weg bist, obwohl der große Erfolg bisher noch ausgeblieben ist.

Begib dich auf die Reise

Deine Idee zu erschaffen, ist eine Reise – eine reale Reise, bei der du zu neuen Ufern aufbrichst, Entdeckungen machst, Rückschläge erlebst und am Ende dein Ziel erreichst.

Egal, an welchem Punkt deines Lebens du jetzt stehst, immer wieder stehst du vor der Frage: Was machst du mit diesem einzigartigen Geschenk, deiner Lebenszeit? Wie willst du sie füllen? Was ist genügend wichtig und wertvoll, dass du dich damit beschäftigen möchtest? Wie kannst du dein Leben so gestalten, dass du am Ende deines Lebens stolz darauf zurückblickst?

Sich mit den eigenen Wünschen und Träumen zu beschäftigen, um die eigenen Ideen zu verwirklichen, ist wie eine Reise zu sich selbst, eine Art „Heldenreise“⁵, bei der du für dich heraus kristallisierst, was dich wirklich ausmacht und was dein Beitrag zu dieser Welt sein soll.

Das Wegfallen gültiger, fester Lebenskonzepte stellt uns alle heute vor die Herausforderung, selbst herauszufinden, wie ein gelungenes, glückliches Leben für uns aussieht. Wir leben in einer Welt voller Möglichkeiten. Materiell, wirtschaftlich, technisch geht es uns besser als allen Generationen vor uns.

Gleichzeitig bescheren uns die vielen Optionen große Unsicherheiten. Wenn alles möglich ist, stehen wir vor der Herausforderung, zwischen all diesen Möglichkeiten

zu wählen. Für immer mehr Menschen wird das immer schwerer. Wie soll man verantworten, diese eine Wahl getroffen zu haben? Deshalb versuchen viele Menschen, sich möglichst lange alle Optionen offenzuhalten: Bloß keine Entscheidung treffen, die Möglichkeiten verbaut. Bloß nichts Falsches tun, was eine Umkehr verhindert. Aber macht ein solcher Weg glücklich?

Macht es uns nicht eher zufrieden und stolz, wenn wir unser Potenzial verwirklichen, indem wir das tun, was für uns sinnvoll und wichtig ist? Wir bringen eine einzigartige Mischung aus Fähigkeiten, Eigenschaften, Erfahrungen, Interessen und Wünschen mit. Sie sind das Rohmaterial, aus dem sich formt, was wir in dieser Welt sein können und wollen.

Was hilft uns dabei, die richtige Wahl zu treffen? Wie finden wir den roten Faden, der aus dem manchmal ungeordneten Durcheinander in uns eine Ordnung entstehen lässt? Wie finden wir heraus, was wirklich bedeutsam für uns ist? Diese Fragen stellen sich in unserem Leben nicht nur einmal, sondern immer wieder, an jeder wichtigen Gabelung unseres Weges.

Es gibt diesen roten Faden in jedem von uns. Alles, was uns interessiert, was für uns wichtig ist, was für uns wertvoll ist, folgt einer bestimmten Ordnung. Diese Ordnung ist da, auch wenn sie uns nicht bewusst ist, wenn wir sie (noch) nicht beschreiben können. Irgendwann in unserem Leben, häufig sehr früh, haben wir einschneidende Erfahrungen gemacht, die uns nachhaltig geprägt haben.

Beschäftigen wir uns mit unseren Ressourcen, unserem Wissen und unseren Fähigkeiten, unseren Wünschen und dem verborgenen Potenzial in uns, kristallisiert sich mit der Zeit eine Idee, ein Wunsch, eine Vision heraus. Die Leidenschaft, die Neugierde und die Lust auf etwas Neues geben uns die Richtung vor. Zufriedenheit mit unserem Leben erreichen wir dann, wenn wir es mit dem füllen, was für uns sinnvoll ist.

In den letzten 20 Jahren ist in Deutschland eine Start-up-Szene entstanden, die es so vorher nicht gegeben hat. Der Wunsch vieler Menschen, etwas Eigenes auf die Beine zu stellen, lässt sich dabei in zwei Richtungen interpretieren. Einerseits versuchen Menschen die Möglichkeiten, die sich durch die wirtschaftliche und technologische Entwicklung ergeben, zu nutzen. Andererseits suchen viele einen Gegenentwurf zu einer immer komplexer und unübersichtlicher werdenden Welt. Experten beschreiben die aktuelle gesellschaftliche Entwicklung als sogenannte VUCA-World. Dabei steht das Akronym VUCA für:

- V**olatility = Flüchtigkeit/Unbeständigkeit
- U**ncertainty = Unsicherheit/Ungewissheit
- C**omplexity = Komplexität
- A**mbiguity = Ambiguität/Mehrdeutigkeit

Es gibt immer mehr Menschen, die nicht damit zufrieden sind, nur ein kleines Rädchen in einem großen Räderwerk zu sein, sondern Verfügungsmacht über ihre Zeit, über die Inhalte und den Sinn ihres Tuns haben möchten. Dieser zunehmende Wunsch nach Selbstbestimmung spiegelt sich in der steigenden Zahl von Chancen Gründungen wider. Während die Zahl der Gründungen insgesamt rückläufig ist, startet mittlerweile mehr als die Hälfte der GründerInnen aus einem bestehenden Beschäftigungsverhältnis (2016: 58 Prozent). Die sogenannten Chancen Gründer gelten dabei als innovativer und stabiler in ihrer Selbstständigkeit, sie verwirklichen eher neue Ideen und schaffen es länger, am Markt zu bestehen.⁶

Auf diese Weise entstehen neue Lebensformen und Identitäten jenseits der alten Aufteilung in große und mittelständische Unternehmen, Handwerksbetriebe und klassische freiberufliche Tätigkeit. Menschen, die ihre Ideen als Solo-Selbstständige oder Start-up-Unternehmen verwirklichen, sind hochinnovativ und experimentierfreudig, beweglicher als herkömmliche Unternehmen und damit Motor gesellschaftlicher Entwicklung. Die Unzufriedenheit mit heutigen Lösungen führt zur Entwicklung von Produktinnovationen, die direkt zur Lösung gesellschaftlicher Probleme beitragen, zum Beispiel im Bereich der Gesundheit, Ökologie, Ernährung, des nachhaltigen Bauens usw.

GründerInnen und Selbstständige entwickeln dabei Arbeitsformen und Mindsets, die in großen Unternehmen unter dem Stichwort „Agiles Arbeiten“ ebenfalls en vogue sind. Die heutige Wirtschaft bedarf an vielen Stellen Menschen, die selbstverantwortlich und selbstmotiviert tätig sind, die in der Lage sind, mit sich ständig verändernden Rahmenbedingungen umzugehen und flexibel auf sie zu reagieren, Menschen, die im Geist beweglich sind und eigene Entscheidungen treffen können.

Sich mit den eigenen Ideen und einer möglichen Selbstständigkeit zu beschäftigen, schult diese neue Art des Denkens und die dazu notwendigen inneren Haltungen. Wer sich mit der Realisierung eigener Ideen beschäftigt, beginnt, sich als GestalterIn zu begreifen. Was immer du am Ende aus deinen Ideen machen wirst – alleine durch die Beschäftigung mit ihnen gewinnst du wertvolle Qualifikationen hinzu.

Dein Werk kannst nur du schaffen

Im *ersten Kapitel* geht es um dich. Ich möchte dich auf eine Reise mitnehmen, auf der du für dich sammelst, wer du bist, was dich ausmacht, was dich interessiert, welche Ressourcen, Erfahrungen und Qualitäten du mitbringst und was dein Werk sein soll. Hier findest du das Handwerkszeug, um deine Ideen genauer zu formulieren.

Wer etwas Neues erschaffen möchte, findet keinen fertigen Plan, keine Bastel- und Gebrauchsanleitung für die Ausarbeitung der eigenen Idee, denn UrheberIn und GestalterIn des Werks und des Weges dorthin bist du selbst. Du kannst dir Hilfe und Unterstützung suchen, doch den Weg gehen musst du selbst. Dieses Kapitel begleitet dich dabei, herauszufinden, was DEINS ist.

Wenn du zum Beispiel einen Blog schreiben möchtest, wirst du sicherlich Menschen finden, die dich dabei beraten, wie man einen solchen schreibt, welche sprachlichen Regeln es zu beachten gilt, wie ein Blog technisch aufzusetzen ist oder wie man ihn vermarktet. Doch all dies wird dir nicht die Frage beantworten, wie DEIN Blog aussehen soll. Diese Antwort kannst nur du geben, indem du entscheidest, über was, in welchem Stil und für wen du schreiben möchtest.

Andere werden dir zur Seite stehen und dich unterstützen, dich ermutigen oder aufhalten. Selbst wenn du das Schreiben selbst abgeben würdest an jemand anderen – auch dieser wird dir die Frage nicht beantworten, was der Inhalt deines Blogs sein soll. Die Antwort auf die Frage, was entstehen soll, wird dir niemand abnehmen. Lässt du zu, dass andere für dich Antworten geben und übernimmst du ungefragt IHRE Inhalte, kann es passieren, dass du deinen eigenen Weg verlässt und irgendwann merkst: Das ist nicht MEINS.

Kreatives Genie, Querdenker oder Unternehmertypen? Von Prozessen und Haltungen

Welche Qualitäten brauchst du, wenn du deine Ideen verwirklichen willst? Musst du ein Genie sein? Schadet es, ein Sonderling oder Künstlertyp zu sein oder ist es geradezu eine Qualifikation? Musst du ein sogenannter Unternehmertyp sein?

Im *zweiten Kapitel* dieses Buch möchte ich dich einladen, dich in eine Reihe mit sympathischen Querdenkern und Ideenverwirklichern zu stellen, deren Kreativität niemals stillsteht, weil es so vieles gibt, was man machen und entwickeln könnte.

Wenn du zu den Menschen gehörst, aus denen immer neue Ideen und kreative Impulse sprudeln, stehst du vor der Herausforderung, das, was sich in dir abspielt, zu formulieren, auf den Punkt zu bringen und nach außen zu tragen. Dazu möchte ich dir hilfreiche Tools aus dem Gründungsbereich, Kreativitätstechniken und Modelle an die Hand geben, die dir helfen, deine Idee und dein Konzept zu definieren und auszuformulieren. All das soll dich darin unterstützen, deine Ideen auszuspinnen und zu konkretisieren, bis sie Gestalt annehmen.

Gute Ideen finden nicht automatisch Beifall in der Welt. Dieses Buch zeigt deshalb Schritt für Schritt, wie du deinen Ideen Geltung verschaffst, und hilft dir zu verste-

hen, was eine Idee erfolgreich macht. Finde für dich heraus: Welche Zutaten sind nötig und welche Schritte verhelfen mir zum Erfolg?

Viele Ideen lassen sich nur in der Selbstständigkeit verwirklichen

Vieles lässt sich nur als selbstständiges Projekt verwirklichen. Vielleicht kannst du deine kreativen Ideen nur erfolgreich verwirklichen, wenn du dich selbstständig machst. Oder die Gründung eines Unternehmens ist DEIN kreatives Projekt. Deshalb geht es im *dritten Kapitel* darum, was für eine erfolgreiche Unternehmensgründung notwendig ist.

Anders als in typischen Gründungsratgebern liegt der Fokus jedoch nicht auf der Frage, wie du die Finanzierung deiner Idee realisieren kannst oder welche Rechtsform dein Unternehmen haben soll. Vielmehr geht es darum, dich mit dem Markt und deinen KundInnen auseinanderzusetzen und zu prüfen, wie deine Idee ihren Platz in der Welt finden kann. Und es geht um den inneren Weg in die Selbstständigkeit – um das, was in dir wachsen muss, damit du deinen Ideen Geltung in der Welt verschaffen kannst.

Im *vierten Kapitel* geht es um dich und die Rahmenbedingungen deiner Gründung: Willst du alleine gründen oder mit anderen? Wie groß soll deine Gründung werden? Was musst du lernen, um erfolgreich zu sein?

Dein innerer Kritiker

Wenn du dich auf die Reise begibst, deine Ideen zu verwirklichen, wird einer mit Sicherheit auftauchen – dein innerer Kritiker. Sobald du beginnst, deinen Ideen Raum zu geben, sobald sie langsam Gestalt annehmen, ruft ihn das auf den Plan. Er meint es gut und will dich beschützen und vor Unheil, Blamage und Ruin bewahren. Doch zu oft schießt er über das Ziel hinaus, ist bei den meisten von uns zu groß geraten und trampelt auch das nieder, was eigentlich wachsen sollte. Die Kunst ist es also, ihm einen angemessenen Platz zuzuweisen.

Nur Mut! Du bist nicht allein

Ich möchte dich ermutigen, dein Projekt anzugehen. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie viel sich einer Sache oder einem kreativen Prozess in den Weg stellen kann und

welche Hürden es zu überwinden gilt. Die Fragen und Hindernisse, die auftauchen, wenn Menschen etwas Kreatives, Neues in die Welt bringen, erleben sie als individuelle Schwierigkeiten. Sie zweifeln und hadern mit ihrem Vorhaben, sie kreieren neue Ideen und verwerfen sie wieder, sie machen Schritte vorwärts und möchten dann am liebsten wieder alles ganz lassen.

Diese Prozesse sind typisch und ich bin ihnen in unzähligen Beratungsgesprächen und Seminaren begegnet. Sie tauchen unweigerlich auf, wenn jemand losgeht und etwas erschaffen möchte, was es noch nicht gibt. Sie sind Teil des kreativen Schöpfungsprozesses und es ist wichtig, mit ihnen einen konstruktiven Umgang zu finden – DAMIT am Ende etwas entstehen kann.

GründerInnen und KünstlerInnen plagen sich gleichermaßen damit, eine Form oder einen Ausdruck für das zu finden, was in ihnen steckt. Solange eine Idee noch nicht ihre endgültige Gestalt angenommen und Beifall in der Welt gefunden hat, ist es manchmal schwer, daran festzuhalten, weiterhin an sie zu glauben, neue Energie zu investieren, sie zu formen und wachsen zu lassen, kurz: etwas zu erschaffen.

Viele wunderbare Ideen blieben nur Hirngespinnste und wurden nicht verwirklicht, weil Menschen hängenblieben oder aufgaben. Es braucht gelungenes Selbstmanagement, um eine Idee erfolgreich zu realisieren.

Im *fünften Kapitel* möchte ich dir von anderen kreativen Köpfen erzählen. Wie sie ihre Ideen verwirklicht haben, zeigt dir, dass du mit deinen Zweifeln und Krisen nicht allein bist und sie kein Ausdruck dafür sind, dass du ungeeignet bist oder deine Ideen es nicht wert sind, umgesetzt zu werden.

Leg los!

Ideen wachsen auf einem Nährboden aus konstruktivem Feedback, Hoffnung, Zuversicht und positiver Bestärkung. Das *sechste Kapitel* ermutigt dich loszugehen. Es braucht „Spiel-Räume“, in denen kreativ gedacht, ausprobiert und gescheitert werden darf, um Geniales und Solides, Innovatives und Inspirierendes hervorzubringen.

Willst du erfolgreich sein, tust du gut daran, dir ein entsprechendes Umfeld zu erschaffen und ein Mindset in dir zu nähren, das dir selbst Wachstumsräume eröffnet.

Es gehörte lange Zeit zum guten Ton der Beraterszene, sich als Türsteher vor der Gründungstür zu begreifen, um diejenigen vor einer Gründung zu warnen, die man für ungeeignet hielt – in bester Absicht. Sicher sind auch viele abgeschreckt worden, die nicht auf den ersten Blick als zukünftige Ideenverwirklicher und gute UnternehmerInnen erkennbar waren. Denn viele gute Ideen kommen zu Beginn als Larven daher. Sie werden erst nach dem Verpuppungsstadium zu Schmetterlingen.



Deshalb mein letzter Tipp, bevor du dich auf die große Heldenreise begibst: Finde Menschen, die den Schmetterling in dir erahnen können, auch wenn du ihnen eine Raupe vorstellst. Sie helfen dir, das zu werden, was du sein möchtest und deine Ideen zum Leuchten zu bringen.

Unterstützt wirst du dabei von der KREATIV-Methode. Diese Technik integriert Emotionen und Fakten, fördert versteckte Potenziale zutage und ermutigt dazu, kreative, verrückte und neue Ideen ernst zu nehmen. KREATIV planen heißt:



K = KREATIVITÄT FÖRDERN
R = RESSOURCEN AKTIVIEREN
E = EMOTIONEN INTEGRIEREN
A = AGIL HANDELN
T = TALENTE ENTDECKEN
I = INNOVATIV DENKEN
V = VISIONEN VERWIRKLICHEN

Ich lade dich ein, auch durch dieses Buch deinen eigenen Weg zu gehen. Es kann sein, dass du eine ganz andere Reihenfolge brauchst, als ich sie dir hier vorschlage. Fühl dich frei, mit dem letzten Kapitel anzufangen, wenn es gerade Zweifel sind, mit denen du dich plagst, oder dich mit deinem Bild von Unternehmern zu beschäftigen. Du allein bist der Experte bzw. die Expertin dafür, was gerade hilfreich für dich ist.

Astrid Hochbahn

Autorin und Verlag haben einen kreativen Kompromiss zwischen dem Wunsch nach Lesbarkeit und dem Wunsch, Frauen und Männer gleichermaßen anzusprechen, gesucht. Das Ergebnis ist gewollte Uneinheitlichkeit aus neutraler, nur weiblicher oder nur männlicher Form.

WAS IMMER DU TUN KANNST, ODER TRÄUMST, ES ZU KÖNNEN,
FANG DAMIT AN!
MUT HAT GENIE, KRAFT UND ZAUBER IN SICH.
JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

TIPPS FÜR UNTERWEGS

1. Egal, was passiert: Mach weiter!

Der Erfolg liegt HINTER den Rückschlägen, Zweifeln und Misserfolgen. Handle! Denke nicht über den perfekten Plan nach, sondern probiere deine Ideen aus, hol dir Feedback und mache Erfahrungen. Was nicht funktioniert, zeigt dir, was du besser machen kannst. Das hilft dir, den richtigen Weg zu finden.

2. Deine Lust ist dein wichtigster Ratgeber

Deine Lust ist klug und weise, in ihr steckt das Wissen um deine Bedürfnisse. Sie sorgt dafür, dass deine Ziele und Schritte im Einklang mit deinen Lebenszielen und deinen Potenzialen stehen. Sie weist dir die Richtung und kennt die nächsten To-dos. Wenn sie sich versteckt, ist es an der Zeit, sich zu fragen, was los ist: Wovor habe ich Angst? Was stimmt nicht? Gehe ich noch in die richtige Richtung? Stimmt die Größe meiner Schritte? Stimmen die Rahmenbedingungen? Sind die richtigen Menschen an meiner Seite? Stimmt der Zeitpunkt?

3. Erfolg entsteht durch Arbeit

Lass dich nicht blenden von denen, die scheinbar über Nacht „entdeckt“ werden. Rede dir nicht ein, dass Talent, Inspiration oder eine gute Idee genügen. Der unsichtbare Faktor wirklichen Erfolgs ist die Arbeit, die hinter den Kulissen passiert, innerlich wie äußerlich. Wenn du eine gute Idee hast, dann mach dich daran, sie zu realisieren und dich all den kleinen und großen Herausforderungen zu stellen, die dein Projekt mit sich bringt.

4. Akzeptiere, dass Zweifel dazugehören

Hadere nicht damit, dass immer wieder Zweifel aufkommen. Werte dies nicht als Zeichen, dass dein Projekt Unsinn ist. Erst wenn dein Projekt steht und erfolgreich ist, wirst du aufhören, immer wieder generell an ihm zu zweifeln. Neu aufkommende Zweifel werden sich auf neue Fragen beziehen, die sich dir dann stellen, aber du wirst aufhören, an deinem Projekt insgesamt zu zweifeln.

Akzeptiere, dass Zweifel immer wieder Wegbegleiter deines Weges sein werden. Zweifel sind ungehörte Stimmen in dir, die Einwände und Bedenken formulieren. Höre sie dir an, beschäftige dich mit ihnen, versuche sie zu entkräften und hole dir gegebenenfalls Hilfe. Zweifel sind wichtige Helfer, die dich dabei unterstützen, dein Projekt besser, stärker und widerstandsfähiger zu machen.

5. Finde UnterstützerInnen

Je mehr andere positive Stimmen in und um dich sind, desto besser wirst du mit Zweifeln fertig. Such dir Menschen, die an dich glauben, die dich inspirieren und ermutigen.

6. Stärke den Glauben an dich selbst.

Beschäftige dich mit dem, was dir bereits gelungen ist. Erkenne an, was du bisher auf den Weg gebracht hast. Würdige kleine Schritte und blick zurück auf das, was du bisher geschafft hast. Sei stolz auf dich!

1

DU UND DEIN POTENZIAL: WAS BRINGST DU MIT?

DU KANNST AUF DIESER WELT NUR LEBEN, WENN DU SIE ZU DEINER
GELIEBTEN MACHST. SIE MIT DIESEN WUNDERN UND GRAUSAMKEITEN
ANNIMMST UND ZWISCHEN BEIDEN DAS GLEICHGEWICHT FINDEST.
SONST WIRST DU SIE NICHT SO VERLASSEN KÖNNEN, WIE DU ES VORHAST –
LAUT LACHEND AUF EINEM SILBERNEN VOGEL FLIEGEND UND
BIS ZUM RAND ERFÜLLT MIT ALLEM, WAS SIE DIR ZU BIETEN HATTE.

JANOSCH

IN DEM AUGENBLICK, IN DEM MAN SICH EINER EINZIGARTIGEN
AUFGABE VERSCHREIBT, BEWEGT SICH DIE VORSEHUNG. (...)
WAS IMMER DU KANNST ODER DIR VORSTELLST,
DASS DU ES KANNST, BEGINNE ES!
KÜHNHEIT TRÄGT GENIUS, MACHT UND MAGIE IN SICH.
BEGINNE JETZT!

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

1. JEDER MENSCH HAT EIN EINZIGARTIGES POTENZIAL: SCHAU, WER DU BIST!

Was möchtest du in die Welt bringen? Kribbelt es in dir? Fragst du dich, was es genau ist, was entstehen will? Dann ist es ratsam, dich mit deinen Ressourcen, Qualifikationen, Ideen und Werten auseinanderzusetzen, um genauer zu verstehen, welches Potenzial in dir steckt und zum Ausdruck kommen will.

Selbst wenn du schon genau weißt, was du willst, ist es von Bedeutung, die Basis, auf der deine Idee fußt, zu kennen und zu festigen. Dieses Kapitel will dich dabei unterstützen, genauer zu verstehen, was du machen möchtest und welche Ressourcen dir für dein Vorhaben zur Verfügung stehen.

Du bist eine einzigartige Mischung aus Erfahrungen, Interessen, Erlebnissen, Kompetenzen, Wünschen und Werten. Was dein Ding ist, ist entweder klar und offensichtlich oder steckt noch im Verborgenen in dir. Aber es ist bereits da.



Viele Menschen bilden schon im Kinder- und Jugendalter Interessen und Werte aus, die dazu führen, dass sie sich für bestimmte Wissens- und Arbeitsgebiete besonders interessieren. Andere stoßen später auf etwas, was sie fasziniert, etwas, was ihnen das Gefühl gibt: Das ist es! Das will ich machen! Damit will ich mich beschäftigen!

Es geht darum, in dich hineinzuhorchen und auf Spurensuche zu gehen:

WAS BRINGST DU MIT?

- *Wofür interessierst du dich?*
- *Was beschäftigt dich?*
- *Aus welchen Wissensgebieten bringst du Erfahrungen mit?*
- *Welche Ideen und Impulse schlummern in dir?*

Auch wenn du das Muster deiner Interessen selbst noch nicht verstehst, ist es dennoch da. Das verbindende Glied bist du. Du bist es, der/die sich für all das interessiert – und der Sinn dieser ganz speziellen Interessenkombination liegt in dir verborgen.

Deine Suche kann sich wie ein Detektivspiel anfühlen: Du sammelst Indizien und Einzelteile und suchst die Verbindung zwischen ihnen. Du versuchst zu verstehen, welche Logik in deinen Interessen steckt, die auf den ersten Blick nicht zusammenzugehören scheinen.

Du bist ein 1.000-Teile-Puzzle ohne Vorlage: hier ein Teil mit Himmel, da mit Wasser – und vorerst weißt du nicht, ob das Puzzle am Ende Venedig oder San Francisco zeigen wird. Von einem aber darfst du ausgehen: Alle Teile zusammen ergeben am Ende ein Bild, das Sinn macht. Denn die Dinge machen in dir Sinn. Diesen Sinn gilt es zu entschlüsseln. Die Herausforderung besteht darin, auch das scheinbar Nicht-Zusammengehörige auszuhalten. Aus dieser einzigartigen Mischung, die du darstellst, ergibt sich das, was du in die Welt bringen willst. Und weil du einzigartig bist, kannst nur du dein Werk erschaffen. Lernst du es, zu verstehen, was das Einmalige und Besondere an dir ist und dies zum Ausdruck zu bringen, musst du dir keine Sorgen machen, dass du in der Masse untergehen könntest.

Es ist gut und in Ordnung, dass du dich von anderen inspirieren lässt. Wir alle stehen auf den Schultern unserer Vorfahren, den Erfahrungen und Werken von Menschen, die vor uns Großes geleistet haben.

Wenn es dir gelingt, dir und deinem eigenen Blick zu vertrauen, entsteht gleichzeitig etwas Neues. Die Summe deiner persönlichen Erfahrungen bewirkt, dass du die Dinge etwas anders angehst als jemand anderes.

Etwas, das Sinn macht

Bist du an einem Lebenspunkt angelangt, an dem du für dich neu klären willst, was für dich Sinn macht? Meist gibt es nicht nur eine Aufgabe, die wir erfüllen können. Vielleicht hast du einen Beruf gelernt, in dem du gut bist, dessen Anforderungen du passabel oder sogar sehr gut erfüllst. Du bist vielleicht sicher und etabliert, aber bist du glücklich? Oder merkst du schon länger, dass du auf dem falschen Weg bist, weil die Dinge nicht gelingen?

Ob dich etwas zufrieden macht, hat ganz wesentlich damit zu tun, ob du es tun möchtest. Menschen wollen Sinnvolles tun und sich mit ihrer Aufgabe identifizieren. Erfüllt dich, was du tust, mit Freude und Stolz? Passt das, was du tust, zu deinen Werten und Interessen?

Es gibt eine kleine Geschichte, die das wunderbar illustriert:

Drei Steinmetze arbeiten auf einer Baustelle. Ein Passant fragt sie danach, was sie tun. Der erste Steinmetz räumt mürrisch Steine zusammen und sagt: „Ich verdiene meinen Lebensunterhalt.“ Der zweite Steinmetz klopft mit wichtiger Miene auf seinen Stein, während er antwortet: „Ich liefere die beste Steinmetzarbeit weit und breit.“ Der dritte Steinmetz aber schaut den Fragenden ruhig und mit glänzenden Augen an und sagt: „Ich baue eine Kathedrale.“⁷

Studien zeigen immer wieder, dass Menschen beruflich zufrieden sind, wenn sie sich in Sinnkontexte eingebunden fühlen. Stellvertretend dafür sei eine Untersuchung der Initiative Gesundheit & Arbeit aus dem Jahr 2016 zitiert, nach der ein Fünftel der ArbeitnehmerInnen innerlich ausgestiegen ist. Ursachen hierfür: Schwächen im Führungsverhalten, mangelnde Wertschätzung, fehlende Mitbestimmung und unge löste Konflikte.⁸ Zufrieden ist, wer spürt, dass er seine Fähigkeiten einsetzen kann und dass der eigene Beitrag in einem größeren Kontext wichtig ist.

Motivationen und Werte

Was ist für dich wesentlich und wertvoll? Wozu möchtest du einen Beitrag leisten?

Oft sind es besonders eindruckliche Erfahrungen, die dazu führen, dass bestimmte Wissensgebiete von bleibendem Interesse sind. Insbesondere während der Schulzeit, in der Ausbildung oder im Studium werden wichtige Erfahrungen gesammelt und Werte vermittelt. Aber auch familiäre Erlebnisse – unabhängig von der Erziehung – sind prägend.

Gibt es etwas, was du verändern möchtest? Hast du etwas Positives erlebt, das du an andere weitergeben möchtest? Oder ist dir etwas Negatives widerfahren, das du anderen ersparen möchtest?

Menschen unterscheiden sich darin, dass sie von unterschiedlichen Werten angetrieben werden, zum Beispiel: Familie, Ehre, Anerkennung, Liebe, Gemeinschaft, Abenteuer, Ästhetik usw.⁹ Was sind deine wichtigsten Werte, die dir und deiner Idee als Motor dienen? Im Wort „Wert“ selbst steckt die Botschaft: Was ist für dich wertvoll? Für welche Werte bist du bereit, dich anzustrengen und Schwierigkeiten durchzustehen?



BEISPIELE:

Andreas hatte einen Vater, der in seiner Freizeit in seiner Werkstatt im Keller bastelte und baute; die Werkstatt war technisch hervorragend bestückt und Andreas machte die Erfahrung, dass es nichts gab, was sein Vater nicht technisch lösen oder bauen konnte. Er war ein Erfinder und Bastler mit kreativen Ideen und Andreas durfte schon früh mithelfen. Das hat ihn nachhaltig geprägt. Er hat ständig Ideen, wie man etwas bauen oder technisch umsetzen könnte. Am liebsten würde er ständig basteln und tüfteln und damit sein Geld verdienen.

Nele wuchs in einer schwierigen Familie auf. Ihre Kindheit verlief zerrissen zwischen wunderbaren Erfahrungen von Kreativität, Natur und Spielen einerseits und negativen Erlebnissen mit Sucht, Konflikten und Angst andererseits. Basis ihres gesamten Berufslebens ist dadurch der Wunsch geworden, Kindern in schwierigen Lebenssituationen zu helfen. Dabei setzt sie heute in ihrer Arbeit alles ein, was sie an positiven Ressourcen in ihrer Familie gelernt hat: Spielen, die Natur erleben, Kreativität ausleben ...

Auch in Annas Familie gab es viele Konflikte und Spannungen. Zuflucht und Rückzugsmöglichkeiten fand sie in Büchern. Sie konnte ihrer Phantasie und Kreativität in erfundenen Welten freien Raum lassen; hier fand sie die Ordnung, die sie im wirklichen Leben vermisste. Heute träumt sie davon, selbst Bücher zu schreiben und fremde Welten zu kreieren.

IN DEM MOMENT, ALS DIE RAUPE DACHTE,
DIE WELT GEHT UNTER, WURDE SIE ZUM SCHMETTERLING.

PETER BENARY

2. WAS IST DEINE LEBENSAUFGABE?

*Was hat dich geprägt? Welche Erfahrungen waren für dich einschneidend?
Welche Dinge haben dir in deiner Kindheit und Jugend besonders Freude gemacht?
Welche Erfahrungen hast du als Erwachsener gemacht, die dich und deine Werte nachhaltig beeinflusst haben?*

Möglicherweise brennst du innerlich für ein Thema oder etwas liegt dir schon lange am Herzen, wofür du dich bereits einsetzt oder gerne einsetzen würdest. Oder es gibt

etwas, womit du dich gerne beschäftigen würdest, auch wenn es dafür kein Geld gibt – einfach, weil du es wichtig findest.

Vielleicht beobachtest du schon seit Jahren Situationen, Vorkommnisse, Prozesse, Gegebenheiten usw., die sich in dir zu einem Anliegen geformt haben:

- Du siehst Missstände und hast Ideen, wie sie behoben werden könnten.
- Du siehst, dass man in deiner Branche Dinge besser machen könnte.
- Du ärgerst dich als Kunde immer wieder darüber, wie etwas gelöst wird – und denkst, man könnte und sollte das ganz anders machen.

Bring zu Papier, was dich beschäftigt. Was genau würdest du gerne anders machen? Wo siehst du Verbesserungsbedarf?

LERNEN HEISST,
SEINE EIGENEN MÖGLICHKEITEN AUSLOTEN.

PAOLO COELHO

3. FINDE HERAUS, WAS DEIN POTENZIAL IST

Deine Fähigkeiten und Ressourcen sind dein Potenzial, sozusagen das Rohmaterial deiner Ideenverwirklichung. Du wirst staunen, welche Fülle du angesammelt hast – egal, an welchem Punkt deines Lebens du dich befindest.

Jetzt ist die Zeit, dir bewusst zu machen, was dir zur Verfügung steht, worauf du zurückgreifen kannst. Das wird dich für dein Tun stärken und du gewinnst vielleicht neue Einsichten, wer du bist und was dich ausmacht. Jeder Mensch ist eine faszinierende, einzigartige Mischung aus Erfahrungen, Erkenntnissen, Werten, Fähigkeiten und Kenntnissen und es ist spannend, sichtbar zu machen, wer du bist.

Am besten gehst du systematisch vor und machst eine Bestandsaufnahme. Kauf dir ein Notizbuch, beschreibe große Flipchart-Bögen oder lege dir einen Potenzial-Ordner auf deinem Computer oder in deinem Handy an.

Egal, mit welcher Methode – fang an zu sammeln und finde heraus, was du alles mitbringst:

- *Welche Fähigkeiten machen dich aus?*
- *Welche persönlichen Eigenschaften zeichnen dich aus?*

WAS BRINGST DU MIT?

- *Welche Kenntnisse hast du im Laufe deiner Ausbildung sowie beruflichen wie privaten Tätigkeiten erworben?*
- *Welche Erfahrungen hast du gemacht?*
- *Welche Kontakte hast du?*

Erstelle eine Potenzial-Liste, die möglichst vollständig enthält, womit du dich bereits beschäftigt hast, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten, Kontakte und Netzwerke du hast, auf welche Erfahrungen du zurückschaust und welche Ausbildungen du durchlaufen hast. Denke daran, dass an jeder Arbeits- und Ausbildungsstelle unter Umständen eingeschlafene Kontakte hängen, die du vielleicht reaktivieren könntest. Dein Potenzial ist sehr viel größer als das, was du zurzeit lebst.

Pflege diese Potenzial-Liste, vervollständige sie soweit wie möglich, indem du sie auch um ungeliebte Fähigkeiten erweiterst – du weißt nicht, wofür selbst negative Eigenarten vielleicht noch zu gebrauchen sind.

Um der Liste eine Struktur zu geben, markiere die Dinge, die dir am Herzen liegen und dir wichtig sind, zum Beispiel mit Smileys.



Erlaube dir genauso die Dinge zu kennzeichnen, die du nicht mehr weiter in deinem Leben haben willst.



ABER: LASS SIE NICHT WEG!

AUCH DINGE, DIE DU NICHT MAGST, GEHÖREN ZU DEINEN FÄHIGKEITEN.