

Kann mal bitte Jemand für mich entscheiden?

Kompliziertheiten des Selbstständigseins im 21. Jahrhundert und passende Denkanstöße



„Die Geschwindigkeit, mit der Veränderungen auf uns einprasseln, mit der globale Herausforderungen näher an uns heranrücken hat eine neue Dimension erreicht. Ebenso unsere Perspektive und unser Selbstverständnis als Gesellschaft, als Generation und als Frauen.“



**Gründung bedeutet nicht nur das Formale /
die Administration, die gute Idee, die
Umsetzung nach „Plan“ / Businessplan**

**Die
Rahmenbedingungen
heute**



Die Voraussetzungen ein eigenes, kleines oder großes Unternehmen zu kreieren, waren selten so niedrig wie heute

- > die Verfügbarkeit von Wissen/Handwerkszeug
- > die Verfügbarkeit von Ideen
- > die Verfügbarkeit von Technologie
- > der Zugang zum Markt/Verbraucher

Die Voraussetzungen ein eigenes, kleines oder großes Unternehmen zu kreieren, waren selten so niedrig wie heute

— — —

Die Komplexität, die eine solche Gründungsentscheidung mit sich bringt, war dafür selten so hoch wie heute

Die Voraussetzungen ein eigenes, kleines oder großes Unternehmen zu kreieren, waren selten so niedrig wie heute

— — —

Die Komplexität, die eine solche Gründungsentscheidung mit sich bringt, war dafür selten so hoch wie heute

-> Wir stellen uns heute wichtige Fragen, die früher keinen Raum hatten, das lässt Komplexität entstehen!

**Gründung in der VUCA Welt bedeutet vor allem
Arbeit und Klarheit an und für sich selbst!**

**Wichtige
Fragestellungen &
Fähigkeiten
heute**



- > Zu Wissen, was man will und was nicht (Selbstverständnis der Frauen)
- > Fragen über Fragen für sich und das Unternehmen zu beantworten - links, rechts, geradeaus, zurück oder doch oben, unten oder um die Ecke...
- > Die Fähigkeit auf Veränderungen zu reagieren, sie zu integrieren und antizipieren
- > Mit Unsicherheit umgehen zu können
- > Neugierig und Wissbegierig zu bleiben
- > Sich weiterzuentwickeln und flexibel zu bleiben - Stillstand bedeutet das Aus auf längere Sicht

**Gründung und Beratung muss ganzheitlich erfolgen!
Hardskills / Handwerkszeug kann man lernen und abarbeiten,
die Weiterentwicklung von Persönlichkeits- & Sozialkompetenz
= Selbstwirksamkeit ist ein lebenslanger Prozess!**

Woher nehme ich diese Erkenntnis?



Decision Fatigue

The deteriorating quality of decisions made by an individual after a long session of decision making.
Can be part of Burnout Syndrom.



Ein mir wohl bekanntes Phänomen - einfach nicht mehr können und wollen, zu viel von Allem, bitte keine Entscheidungen mehr - ausgebrannt sein (neudeutsch „Burnout“), immer weiter und doch immer tiefer in die Erschöpfung

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet
- > Beziehungen zu Freunden vernachlässigt, losgelassen, verloren

- > Partnerschaft gestaltet, erneuert, beendet
- > Über Familie nachgedacht - Mama werden
- heute, morgen, überhaupt?
- > Soziale Muster und klassische Rollen durchbrochen

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet
- > Beziehungen zu Freunden vernachlässigt, losgelassen, verloren

- > Partnerschaft gestaltet, erneuert, beendet
- > Über Familie nachgedacht - Mama werden
- heute, morgen, überhaupt?
- > Soziale Muster und klassische Rollen durchbrochen
- > Bauchgefühl verloren
- > Erschöpfung ignoriert
- > Zusammengebrochen
- > Dunkelheit gesehen
- > Leidenschaften verloren und wiedergefunden
- > Fragen ans Leben gestellt - was will ich wirklich, was macht ein Leben lebenswert?

Welchen Wert hat Zeit?

**Wie stehe ich zum Geld, wie viel
benötige ich für ein erfülltes Leben?**

**Zeit vs. Geld oder die Frage nach
möglichen Geschäftsmodellen**

**Freiheit bedeutet Verantwortung -
kann/will ich Verantwortung tragen?**

Was motiviert mich? Was ist mein „Why“?

Was bedeutet Scheitern?

**Mit welchem Arbeitsethos / Prägung bin ich groß
geworden? Denkmuster / Rollenbilder - soziale
Erwünschtheit?**

Motivation und Sinn - suche ich die Erfüllung in meiner finanziell entlohnten Arbeit?

**Bin ich mir der möglichen Entgrenzung der Arbeit
bewusst - agiles Arbeiten - Dauersprint?**

Kann und muss ich immer entscheiden?

Was bedeutet Digitalisierung?

**Körper / Geist / Seele - was heißt das und
was bedeutet das für mich?**

Was will ich im Leben und was nicht?

Wer ist Jessica?

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet
- > Beziehungen zu Freunden vernachlässigt, losgelassen, verloren

- > Partnerschaft gestaltet, erneuert, beendet
- > Über Familie nachgedacht - Mama werden
- heute, morgen, überhaupt?
- > Soziale Muster und klassische Rollen durchbrochen
- > Bauchgefühl verloren
- > Erschöpfung ignoriert
- > Zusammengebrochen
- > Dunkelheit gesehen
- > Leidenschaften verloren und wiedergefunden
- > Fragen ans Leben gestellt - was will ich wirklich, was macht ein Leben lebenswert?

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet
- > Beziehungen zu Freunden vernachlässigt, losgelassen, verloren

- > Partnerschaft gestaltet, erneuert, beendet
- > Über Familie nachgedacht - Mama werden
- heute, morgen, überhaupt?
- > Soziale Muster und klassische Rollen durchbrochen
- > Bauchgefühl verloren
- > Erschöpfung ignoriert
- > Zusammengebrochen
- > Dunkelheit gesehen
- > Leidenschaften verloren und wiedergefunden
- > Fragen ans Leben gestellt - was will ich wirklich, was macht ein Leben lebenswert?
- > Antworten gesucht und Manche gefunden
- > Leben umgekrempelt

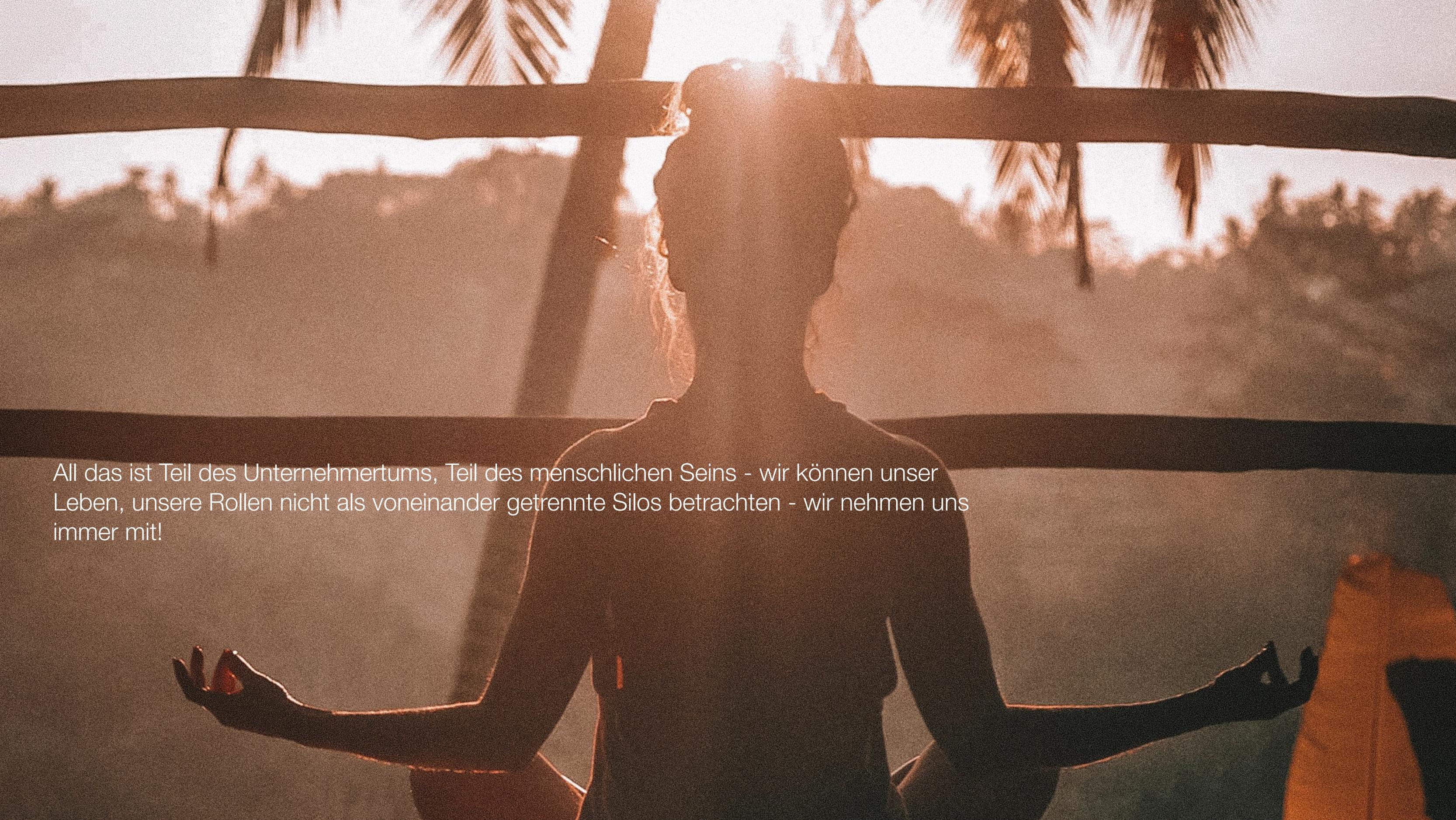
-> Gewachsen - jeden Tag, ohne Druck, mit Freude an und für's Leben

- > ich habe selbst zwei Startups gegründet
- > Handwerkszeug gelernt, ausprobiert, angewendet, verändert, erweitert, angepasst...
- > bin gescheitert
- > bin aufgestanden
- > habe gelernt
- > war und bin als Selbstständige unterwegs
- > musste Schulden abarbeiten
- > mit dem Druck / der Notwendigkeit zu Funktionieren umgehen
- > habe Performance abgeliefert
- > habe gelernt mich zu fokussieren, zu konzentrieren
- > finanzielle Engpässe und Durststrecken überbrückt
- > meine weibliche Seite ignoriert
- > erfolgreich Täler durchschritten
- > Emotionen durchlebt
- > gelernt alleine zu sein
- > Entscheidungen zu Arbeits- und Lebensorten getroffen
- > gezweifelt
- > gelernt das Herz auszuschalten
- > Orte geschaffen und wieder verlassen
- > mein wertvollstes Gut, meine Zeit investiert - Zeit geteilt - in Zeit gerechnet / umgerechnet
- > Beziehungen zu Freunden vernachlässigt, losgelassen, verloren

- > Partnerschaft gestaltet, erneuert, beendet
- > Über Familie nachgedacht - Mama werden
- heute, morgen, überhaupt?
- > Soziale Muster und klassische Rollen durchbrochen
- > Bauchgefühl verloren
- > Erschöpfung ignoriert
- > Zusammengebrochen
- > Dunkelheit gesehen
- > Leidenschaften verloren und wiedergefunden
- > Fragen ans Leben gestellt - was will ich wirklich, was macht ein Leben lebenswert?
- > Antworten gesucht und Manche gefunden
- > Leben umgekrempelt

-> Gewachsen - jeden Tag, ohne Druck, mit Freude an und für's Leben

...und ich bin mittendrin!

A silhouette of a person in a meditative pose, sitting cross-legged with arms extended horizontally. The person is positioned under a thatched roof structure, with palm trees visible in the background. The lighting is warm and golden, suggesting a sunset or sunrise. The overall mood is serene and contemplative.

All das ist Teil des Unternehmertums, Teil des menschlichen Seins - wir können unser Leben, unsere Rollen nicht als voneinander getrennte Silos betrachten - wir nehmen uns immer mit!

**Worum geht es
heute**



Es geht um

- > den inneren Kompass**
- > die innere/mentale Stabilität**
- > das Vertrauen in die eigene Selbstwirksamkeit**

Die Fähigkeit sich stetig neu zu erfinden - in turbulenten Zeiten - in der VUCA Welt.



Dann werden aus Kompliziertheiten des 21. Jahrhunderts handhabbare Aufgaben, die - wenn Sie mit gesunder Balance in allen Lebensbereichen angegangen werden - den Weg in die gestaltbare Zukunft ebnen... und Vision, Understanding, Clarity und Agility ermöglichen.