

Stefani Ravh



*Abenteuer Selbständigkeit
Wir brauchen mehr Business-Helden*

9 Einträge für Deine Helden-Reise

Du möchtest Dich gerne in ein Abenteuer stürzen? Möchtest ein Schiff chartern und Plätze entdecken, die Du bisher noch nicht gesehen hast? Deinen Anzug anziehen und in die Tiefen der unendlichen Meere eintauchen? Deine Expedition mit dem Rucksack starten und hunderte von Kilometer zu Fuß gehen? Du möchtest ein Unternehmen gründen, Dich selbst verwirklichen und Deine Ideen und Dein Wissen in die Welt bringen?

Kenne Dein Warum

Warum stehst Du morgens auf? Was ist der Grund, warum Du Dich abends ins Bett legst? Warum arbeitest Du in dem Beruf, in dem Du gerade arbeitest? Warum das Abenteuer Selbständigkeit?

Nichts passiert ohne Grund. Wie ist die Antwort auf Deine Frage? Warum eine Selbständigkeit? Du möchtest frei sein? Möchtest Dich ausleben, Deine eigenen Entscheidungen treffen? Warum? Was ist der Grund hinter dem Gefühl der Freiheit und Unabhängigkeit?

Dein Warum ist Dein Motor, der Dich auf dem Weg antreibt, der Dich am Laufen hält. Der Dich morgens aus dem Bett holt mit diesem Gefühl, gleich den Schlüssel umzudrehen und den Motor wieder starten zu lassen. Mit Vollgas durch die Straßen zu fahren und aus dem Fenster zu rufen: „Falls ihr es noch nicht wisst, hier bin ich!“

Mut

Mut ist Entschlossenheit und die Überwindung Deiner Angst vom 3Meter Brett zu springen, während Deine Freunde hinter Dir stehen und Dir zurufen: „Nun spring schon, wir warten!“ Du bist Dir nicht sicher, möchtest eigentlich wieder zurück zur Treppe und einfach wieder runter gehen. Aber Du hast es Dir so sehr vorgenommen, wolltest unbedingt diesen Sprung wagen und kannst jetzt einfach keinen Rückzieher machen. Du willst es einfach. Du wolltest es schon die ganze Zeit. Aber Du hast so eine Angst. Es ist so hoch und Du hast keine Ahnung, wie es sich anfühlt unten anzukommen. Du siehst nach unten und Dir bleibt fast der Atem weg. Du kannst bis auf den Boden schauen – es sind gefühlte 10 Meter. Du drehst Dich noch einmal um und schaust zu

Deinen Freunden. Auf einmal spürst Du es. Eine unfassbaren Willen jetzt einfach zu springen – und springst.

Die Angst hat viele Gesichter. Sie beschützt Dich, hält Dich wach, lähmt Dich und macht Dir das Leben schwer. Sie bewahrt Dich vor vermeintlichen Fehlern und zeigt Dir Deine Grenzen.

Da ist die Angst vorm Scheitern. Angst davor Fehler zu machen und zu versagen. Was sagen und denken dann bloß die Anderen über mich? Und was denke ich dann selber über mich?

Da ist die Angst alles zu verlieren. Geld, Besitztümer oder das Leben. Dann ist alles weg, was Du Dir jemals aufgebaut hast.

Es ist noch keinem Unternehmer gelungen keine Fehler zu machen. Das ist auch gut so. Aus Fehlern lernen wir, Dinge besser zu machen. Sonst würden wir doch heute noch täglich mit der Hand auf die heiße Herdplatte fassen und uns wundern, dass wir uns schon wieder verbrannt haben.

Stärke Deinen Mut, in dem Du Dich auf Deine Erfolge konzentrierst, und nicht auf das, was nicht funktioniert hat.

Gehe mutig und entschlossen zum Rand des 3Meter Bretts, atme tief durch und spring.

Tipp: Wenn Du vor etwas Angst (oder Befürchtung) hast, lade ich Dich ein, diese in alle möglichen Einzelteile zu zerlegen und einzeln zu bewerten. Gib der Angst (oder Befürchtung) einen Namen! Du hast nicht einfach nur Angst. Du hast Angst davor blöd dazustehen, wenn es nicht funktioniert.

Mach Dir eine Liste:

Angst den Job aufzugeben	->	Vor- und Nachteile auflisten
Angst vorm Scheitern	->	Risiko genau abwägen und einschätzen
Angst vor Fehlern	->	Was kann schlimmstenfalls passieren?

Optimismus

Probleme werden gelöst, wenn sie entstehen. Es bringt Dich überhaupt nicht weiter, wenn Du Dir vorher schon alle möglichen finsternen und schlimmsten Szenarien ausdenkst und ergrübelst. Das ist ein Energieverschwender und wird Dich in Deiner Entwicklung und Kreativität behindern.

Wenn Du also ständig den Regenschirm mit Dir herumschleppst, obwohl die Sonne scheint, lass ihn doch einfach mal zu Hause, und schau, was passiert. Denke immer daran: Was Du heute denkst, wird morgen Realität.

Wie kannst Du Deinen Optimismus trainieren?

Erträume Dir Deine Zukunft, Deine Vision und Deinen Erfolg.

Immer und immer wieder darfst Du sie Dir in den schönsten Farben und Formen ausmalen. Je häufiger Du das machst, desto eher wird es Dein Unterbewusstsein als Realität ansehen. Es gibt keine Grenzen. Erträume Dir Deinen Erfolg.

Konzentriere Dich auf Fakten.

Du kannst Deine negativen Gedanken und Horrorszenarien wieder auseinandernehmen, untersuchen und mit einfachen Fakten völlig entkräften. Schreibe sie auf. Schließe Deine Loops. Aus dem Kopf auf das Blatt.

Höre gute Musik, die Dich positiv beeinflusst.

Ich singe in einem Gospel-Chor und durfte selber schon einmal erleben, dass nur die Musik es schafft, nicht an Probleme zu denken. Ich hatte eine sehr schmerzhaft Trennung und konnte den ganzen Tag an nichts anderes denken. Es ist mir einfach nicht gelungen einen anderen Fokus zu finden. Erst als ich bei der Probe war, habe ich es geschafft. Als ich es bemerkte, war es ein unbeschreiblicher Glücksmoment, den ich niemals vergessen werde.

Lächeln hebt Deine Stimmung.

Pessimismus ist letztendlich nichts anderes als schlechte Stimmung und negative Gedanken. Das zeigt sich dann auch in Deinem Gesicht und Deiner ganzen Körperhaltung. Wenn Du lächelst, auch wenn Du keinen sichtbaren Grund hast, hebt sich sofort Deine Stimmung. Ich verspreche Dir, damit lässt es sich viel leichter optimistisch sein.

Bewege Dich – mach Sport – geh tanzen.

Wenn Du körperlich aktiv bist, setzt Dein Gehirn bestimmte biochemische Stoffe frei. Das hebt sofort die Stimmung und Du öffnest dem Optimismus alle Türen.

Umgeb Dich mit optimistischen und erfolgreichen Menschen.

Lass Dich von ihrem Optimismus anstecken und erkenne diejenigen, die Dich mit ihrem Pessimismus runterziehen. Beschäftige Dich mit den Menschen/Unternehmern, die dort sind, wo Du hin möchtest. Damit meine ich nicht sie zu kopieren, sondern von ihnen zu lernen. Sie sind den Weg, den Du noch vor Dir hast, bereits gegangen. Haben Fehler gemacht und sie korrigiert. Profitiere von ihnen. Studiere sie und ihren Weg. Lerne, lerne, lerne.

Flexibilität

Halte nicht starr an etwas fest, wovon Du glaubst, es wäre das Beste. Beobachte den Markt – die Menschen und vor allem höre genau hin. Höre Deinen Kunden zu. Nicht Deine Meinung ist wichtig, sondern ihre. Sie kaufen Deine Produkte und Dienstleistungen, also stehen sie an erster Stelle. Sie zeigen Dir genau, was sie brauchen.

Produktverliebtheit bringt überhaupt nichts, außer Starre. Sei also nicht verwundert, wenn Du mit einer Kaffeemaschine auf den Markt gehst, und es sich irgendwann in Unterwäsche wandelt.

Ein Beispiel für Un-Flexibilität.

Wie hatten unsere Chorprobe und wollten danach noch Essen gehen. Wir waren ungefähr 30 Leute und gingen in ein spanisches Restaurant in der Nähe. Die Bedienung kam an den Tisch und zischte gleich ziemlich unfreundlich, dass die Küche jetzt zu macht und wir um diese Zeit sicher nichts mehr zu Essen bekommen würden. Es wurden uns nicht mal Alternativen angeboten. Keine Snacks oder kalte Speisen, sondern eher das Gefühl von „was glaubt ihr eigentlich, wer ihr seid, dass ihr mit 30 Leuten um 22.00 Uhr noch was zu Essen bekommt.“

Mit Essen und Getränken hätten wir sicher einen Umsatz von über 600 Euro gemacht. Und das in vielleicht nur einer Stunde. So haben wir ein Getränk zu uns genommen und sind, trotz guter Qualität des Essens, nie wieder mit dem Chor dort hingegangen.

Deine Talente, Dein Mut, Dein Durchsetzungsvermögen, das alles ist wirklich wichtig für den Erfolg Deines Unternehmens. Bist Du aber nicht flexibel genug, das Ruder Deines Schiffes im Sturm neu zu setzen, also auf Deine Kundenwünsche einzugehen, wird Dir alles andere nichts bringen. Der Kunde ist König. Er steht an erster Stelle. Nicht Du und Deine Bedürfnisse, Erwartungen und Wünsche.

Selbstvertrauen

Wenn Du selber nicht an Deine Idee und an Dich glaubst, wer bitte sollte es dann tun? Würdest Du ein Produkt von jemandem kaufen, bei dem Du merkst, dass er nicht hinter seinem Produkt steht?

Achtung: Damit meine ich nicht Produktverliebtheit. Es geht mir darum, dass Du an Dich und an Deine Idee glaubst, und nicht bei jeder harten und vielleicht unerwartenden Welle das Schiff verlässt. Dein Umfeld wird auf jeden Fall unterschiedlich reagieren. Lass Dich nicht so einfach von etwas abbringen, nur weil Deine Freunde, Familie oder Kollegen es für nicht möglich halten. Sie zeigen Dir nur ihre eigenen Ängste und erzählen ihre eigene Geschichte. Das hat nichts mit Dir und Deiner Idee zu tun.

Wenn alle Ver-rückten und Spinner dieser Welt nicht an sich geglaubt hätten, gäbe es so einige Erfindungen einfach nicht.

Bill Gates, Albert Einstein, Edison, Steve Jobs, Johann Wolfgang von Goethe, Newton, Nikola Tesla, usw. usw. Die Liste dieser Querdenker ist groß.

Sie haben an sich und an ihre Vision geglaubt. Sie haben alle Gegenwind bekommen. Mehr als das. Viele wurden bedroht, ausgelacht, an den Pranger gestellt und in die Psychiatrie eingewiesen. Aber sie haben weiter an sich und an ihre Idee geglaubt.

Der Weg als Unternehmer führt ab von eingetretenen Wegen des Angestelltendaseins. Du MUSST für Dich eintreten. Den Zweiflern den Stinkefinger zeigen und zu Dir selber sagen: Jetzt erst recht.

Das geht nicht? Wer sagt das? Woher weißt Du das?

Noch ein Beispiel:

Ich gehe für mein Leben gerne Pilze sammeln. Das ist meine Lieblingsbeschäftigung im Herbst. Ich liebe es meinen Korb zu nehmen und mit meinem Hund in den Wald zu gehen. Aber glaubst Du, dass ich den Weg gehe, den alle gehen? Denkst Du, dass es noch viele Pilze geben wird, wenn ich denselben Weg gehe, wie alle anderen? Und glaubst Du, dass ich überhaupt welche finde, wenn ich vorher schon fest davon überzeugt bin, dass ich heute bestimmt keine finden werde? Wie groß wäre wohl die Lust mit dieser Einstellung in den Wald zu fahren?

So kannst Du Dein Selbstvertrauen stärken:

Schau Dich im Spiegel an. Schau Dir in die Augen und sage Dir laut: Ich sehe gut aus ☺ Schenk Dir selber das schönste Lächeln, was Du hast. Sage Dir: Ich schaffe das. Na klar schaffe ich das.

Nimm Deine Selbstzweifel und finde Gründe dafür. Schreibe sie auf und schau dabei genau hin. Welche davon sind wirklich wirklich begründet? Oder sind es vielleicht nur Erfahrungen aus der Vergangenheit? Momente, die Du schon mal erlebt hast und damit verwechselst? Oder kommen die Zweifel von Außen? Von denen, die Dir den Erfolg nicht gönnen, es Dir madig machen wollen. Oder sind es die Zweifel und Ängste der Anderen, die Du vielleicht einfach übernommen hast? Überprüfe Deine Zweifel bis Du merkst, dass sie entkräftet sind.

Entschlusskraft

Entscheidungen sind wichtig. Nicht nur in einem Unternehmen, auch privat. Aber noch viel wichtiger ist, dass Du sie schnell triffst. Halte Dich nicht zu lange damit auf. Wäge ab und entscheide. Beschäftige Dich nicht länger als einen Tag damit. Nimm die Herausforderung nur 1 Mal in die Hand und entscheide dann. Verschiebe es nicht auf morgen, denn der Stapel an nicht getroffenen Entscheidungen nimmt Dir Deine Konzentration auf das Wesentliche.

Verliere dabei Dein Ziel nicht aus den Augen. Du hast eine Vision und Deine Entscheidungen richten sich danach, diese zu erreichen.

Wenn Du dann entschieden hast, sei Dir bewusst, dass es die richtige war. Lebe sie. Stehe dazu und überlege danach nicht, ob die andere Variante vielleicht doch besser gewesen wäre. Das verschwendet unnötig Zeit und Energie. Natürlich hast Du jeder Zeit die Möglichkeit eine neue Entscheidung zu treffen, aber niemals aus Angst, die andere hätte besser sein können.

Wenn Du z.B. in einer Partnerschaft bist, hast Du Dich genau für diesen Partner entschieden. Da gibt es keine Überlegungen, ob der oder die Andere nicht doch besser gewesen wäre.

Höre auf Dein Bauchgefühl. Wie fühlst Du Dich mit Variante A und B? Welche Gefühle kommen hoch? Vertraue Deiner Intuition und dann geh in die Umsetzung und verabschiede Dich von der anderen Alternative.

Handlungsfähigkeit

Du hast eine innovative oder tolle Geschäftsidee? Du hast ganz besondere Fähigkeiten, die die Menschen da draußen brauchen? Du hast ein besonderes Wissen, was Du der Welt zur Verfügung stellen möchtest? Du hast einen perfekten Businessplan erstellt und alle Risiken und Möglichkeiten erfasst? Der Markt ist da und Du weißt jetzt schon, dass Du erfolgreich sein kannst?

Das bringt Dir überhaupt gar nichts, wenn Du die Idee nicht umsetzt, wenn Du nicht handelst, Dich nicht bewegst.

Wie oft hast Du selber schon gesagt: „Och, das hätte ich auch machen können“, wenn Du von einer neuen Idee gehört hast, oder ein neues Produkt auf den Markt gekommen ist. Manche Dinge sind so einfach, dass es fast jeder hätte umsetzen können. Aber oft ist es nur einer, der handelt. Der geborene Unternehmer. Ein Problemlöser. Ein Macher. Ein Visionär. Ein Querdenker und Umsetzer.

Erst wenn Du vom 3Meter Brett gesprungen bist, Deine Angst überwunden hast, kannst Du nachvollziehen, wie es sich anfühlt. Da helfen keine Bücher und Berichte von anderen. Du musst es selber tun.

Du hast eine Idee? Dann setze sie um. Handel. Steh auf und geh los. Niemand behauptet, dass es leicht wird. Es wird alles neu und aufregend sein. Du wirst Steine auf dem Weg finden, die Du bisher noch nicht kanntest. Sei Dir bewusst, dass es immer eine Lösung gibt. Du musst nur offen dafür sein und Deine Angst überwinden.

Frank Thelen (ein Investor aus der Höhle der Löwen) hat mal gesagt: „Du wirst ohne Wasser durch die Wüste gehen und Glas fressen.“

Niemand ist nur durch eine Idee erfolgreich geworden, sondern durch die Umsetzung. Sei der Held in Deiner eigenen Geschichte und begeistere die Menschen mit Deinem Mut und Deinem Selbstvertrauen.

Durchhaltevermögen

Sei geduldig, vor allem mit Dir selbst. Etwas Großes braucht Zeit und Spucke. Rom wurde auch nicht an einem Tag erbaut. Alle erfolgreichen Menschen, die Dir begegnet sind, oder noch begegnen werden, sind nicht über Nacht

erfolgreich geworden. Du siehst nur das Ergebnis einer mitunter langen und anstrengenden Reise.

„Vom Tellerwäscher zum Millionär“ diesen Satz hast Du bestimmt auch schon gehört, oder? Was denkst Du? Ist das über Nacht passiert? Mit einer einzigen Idee? Morgens aufgestanden und zack Millionär? Nein! Dahinter liegt ein langer Weg und viel Arbeit.

Ich möchte Dir damit keine Angst machen. Ich möchte Dich aber davor bewahren, den vielen Versprechungen, wie z.B. „So verdienst Du 5.000 Euro pro Tag in nur 14 Tagen“ ungeprüft zu glauben.

Es gibt mit Sicherheit Menschen, die genau das auch erreicht haben, aber bestimmt nicht in 14 Tagen.

Wenn Du Dich auf das Abenteuer Selbständigkeit einlässt, brauchst Du Durchhaltevermögen. Wenn Du auf See bist, und tagelang kein Wind weht, musst Du durchhalten, aufmerksam sein, nicht nachgeben, nicht aufgeben, sondern weiter machen, Segel setzen und auf den nächsten Sturm warten, der Dich Deinem Ziel wieder näher bringt.

Dein Mindset

Wenn Du bis hier hin gelesen hast, bist Du auf einem sehr guten Weg alles richtig zu machen. Du hast Durchhaltevermögen, Neugierde, Lernbereitschaft und Zeit aufgebracht, um bis hier hin zu kommen. Gratulation!

Dein Mindset ist mit das Wichtigste, um erfolgreich zu sein, denn Du bestimmst mit Deinem Denken Deinen Erfolg. Wenn Du denkst und glaubst, dass Du erfolgreich bist/wirst, dann wird es so sein. Damit meine ich nicht Dir Dinge schön zu reden, oder lediglich positiv darüber zu denken. Ich meine damit Deine innere Überzeugung, dass Du Erfolg haben wirst.

„Ob Du denkst, Du kannst es, oder Du kannst es nicht: Du wirst auf jeden Fall recht behalten!“ Dieses Zitat von Henry Ford bringt es auf den Punkt.

Wenn Du davon überzeugt bist, dass Du es wert bist, erfolgreich zu sein, vielleicht sogar richtig viel Geld zu verdienen, bekommst Du ein ganz anderes Gefühl. Hast Du dann dieses andere Gefühl, wirst Du automatisch auch anders handeln. Wirst Du anders handeln, oder überhaupt handeln, wirst Du andere Ergebnisse erzielen.

Was Du heute denkst, wird morgen Realität.

Ich lade Dich herzlich ein Dir Deine Glaubenssätze einmal anzuschauen. Was denkst Du über Reichtum, erfolgreiche Menschen, Geld, teure Autos und Villen? Was denkst Du über Arbeit, die Spaß macht? Was denkst Du darüber, Deine Leidenschaft in ein erfolgreiches Business umzuwandeln?

Welche Sätze kommen Dir da in den Sinn?

„Schuster bleib bei Deinen Leisten“

„Die Reichen werden immer reicher, die Armen immer ärmer“

„Reiche Menschen sind Betrüger“

„Geld verdirbt den Charakter“

„Erfolg ist reine Glückssache“

„Selbständige leben gefährlich“

...

Wenn Du diese Glaubenssätze aufgeschrieben hast, wird Dir wahrscheinlich einiges bewusst. Hast Du die innere Überzeugung, dass Geld den Charakter verdirbt? Wie glaubst Du ist es dann möglich, dass das Geld in Dein Leben kommt?

Überprüfe Deine inneren Überzeugungen und setze eine neue positive darüber. Sage Dir Deine neuen Glaubenssätze immer und immer wieder. Durch die ständigen Wiederholungen wird der neue Glaubenssatz den alten ablösen.

Dein Mindset bestimmt über Deinen Erfolg. Dein Erfolg ist in Deinem Kopf. Es sind Deine Gedanken. Es ist Deine Verantwortung.

Der perfekte Moment ist immer Jetzt!

Du hast nun eine komplette Ausrüstung, um dem Sturm zu begegnen, den Löwen zu bezwingen, den Drachen zu zähmen und in die Tiefen des Meeres abzutauchen.

Gehe los. Lass Dich nicht abbringen von Deinen Visionen und Zielen. Halte durch, gehe weiter, auch wenn der Weg steinig ist.

Mach Dich auf den Weg auf Deine Helden-Reise.

Wer ist Stefani Rauh?



Seit mehr als 21 Jahren bin ich nun schon Unternehmerin mit Leib und Seele und unterstütze Selbständige, Jungunternehmer und die, die es gerne werden möchten darin, ihre Angst und Unsicherheit in eine Abenteuerlust umzuwandeln, um so ein aufregendes und erfolgreiches Leben als Unternehmer zu führen.

Auf meiner eigenen Abenteuerreise habe ich schon unzählige Drachen gezähmt, habe Glas gefressen und bin ohne Wasser durch die Wüste gelaufen. Ich wurde vom Schiff katapultiert, als die erste Welle kam, wurde von Piraten überfallen und ausgeraubt, bin wieder aufgestanden und habe die Segel neu gesetzt, um weiter zu fahren, mehr zu sehen, mich besser zu verstehen und mehr zu lernen.

Eines habe ich schnell verstanden. Der Erfolg ist in mir, und er beginnt in meinem Kopf. Erfolg ist nicht im Außen, sondern nur in mir. Hindernisse sind herzlich willkommen. Sie fordern mich immer wieder heraus neue Wege zu gehen, über meinen Schatten zu springen und meine Komfortzone zu verlassen.

Ich bin der Kapitän auf meinem Schiff. Ich trage die Verantwortung für das Leben, das ich gerade lebe, und ich trage die Verantwortung dafür, wie ich es lebe.

Meine Leidenschaft ist Business and Being.

Als gelernte Steuerfachgehilfin, zertifizierter Coach und systemische Trainerin liebe ich die Zahlen genauso, wie den Spirit, die Persönlichkeitsentwicklung. Ich liebe das Einzeltraining, um Schmerzpunkte und Hindernisse sichtbar zu machen, genauso wie die Gruppenarbeit.

Ich bin Dozentin in einem Gründungszentrum und Coach und Gutachter für Jungunternehmer, die sich zum StartUp Impuls Wettbewerb angemeldet haben, um den Gründungspreis zu gewinnen.

Sei großartig

A handwritten signature in black ink that reads "Stefani Rauh". The signature is written in a cursive, flowing style.