

---

# 1 Schritt 1: Dein Gründer-Mindset – So programmierst du dich auf Erfolg



*Wer hohe Türme bauen will, muss lange beim Fundament verweilen.*  
Aristoteles

Bevor wir in die konkrete Umsetzung starten, möchte ich mit dir über einen zentralen Aspekt sprechen: Denn alles steht und fällt mit deinem **Mindset** – deinen Denkweisen, Verhaltensmustern, Überzeugungen und deiner inneren Haltung.

Niemand kommt bereits als Champion auf die Welt. Erfolgreiche Menschen haben allerdings ein ganz bestimmtes, meist dynamisches Mindset. Im folgenden Kapitel zeige ich dir die Faktoren auf, mit denen du dich ebenfalls auf Erfolgskurs bringst. Es ist leichter als du denkst – wenn du dein Ziel vor Augen, ein starkes Mindset und eine positive Haltung hast. Mit diesen Fragen kitzele ich bereits an deiner Reflexion: Siehst du die Chancen, die dir jeden Tag begegnen oder konzentrierst du dich auf Dinge, die nicht funktionieren? Wo genau liegt dein Fokus? Die Antwort auf diese Fragen wird den Erfolg deiner Selbstständigkeit maßgeblich beeinflussen. Daher lass uns die innere Haltung genau betrachten.

## 1.1 Innere Haltung, bitte!

Lass uns beim Beispiel des Hausbaus bleiben. Für eine langfristige Stabilität braucht es einen sicheren Boden. Erst wenn gewährleistet ist, dass nach dessen Prüfung keine Überraschungen auf uns warten wie Unstabilität durch Wasser, Sand oder ähnlichem, beginnen wir mit dem Fundament.

Womöglich hast du es auch schon häufiger gehört: Ein starkes Mindset bringt dir Erfolg im Business. Das ist so aber nicht ganz richtig. Ein starkes Mindset zu haben ist EIN Rädchen in dem großen Zahnradsystem. Ohne dieses eine Rädchen allerdings würde das System nicht oder nur fehlerhaft funktionieren.

Was genau hat es nun mit dem Begriff *Mindset* auf sich? Er kommt aus dem Englischen und wird übersetzt mit Denkweise, Mentalität, geistige (innere) Haltung,

Überzeugung und beschreibt eine bestimmte Art zu denken. Das Mindset umfasst auch die Wahrnehmung, wie bzw. WARUM wir bestimmte Dinge tun. Die Ausrichtung deines Mindset ist die Basis für deinen langfristigen Erfolg.

Um zu wissen, wie dein Mindset geprägt ist, stelle dir die Frage nach deiner Wahrnehmung, deinem Fokus:

- Ist dein Fokus der Erfolg?
- Erkennst du die ganze Vielzahl an wunderbaren Chancen, die sich dir jeden Tag bieten?
- Genießt du all die kleinen Erfolge, all das, was dir gelingt und kannst dich so richtig darüber freuen?
- Oder fließt deine Energie hauptsächlich in die Wahrnehmung von Problemen, Risiken oder Ängsten? Wenn das zutrifft, hast du dir bereits deine Erfolgsverhinderer herangezüchtet.



### Dein Merker

Der Dreh- und Angelpunkt eines starken Mindset ist die Antwort auf die Frage, wie du mit Niederlagen umgehst.

Als Unternehmerin solltest du keine Angst vor Niederlagen haben. Genau da liegt der Hund allerdings begraben! Die meisten Menschen scheuen sich vor Misserfolgen. Sie sind ihnen peinlich. Was werden die anderen dazu sagen? Man schämt sich vor Freunden, der Familie, vor Kolleginnen. Doch mache dir bewusst: Alle erfolgreichen Unternehmer könnten seitenweise Niederlagen auflisten. Sieh dir einmal genauer an, wie der Weg eines Bill Gates (Microsoft) oder Steve Jobs (Apple) verlaufen ist, wie viele Rückschläge sie vor ihrem großen Durchbruch hatten. Wir könnten sie vermutlich gar nicht zählen. Ihr Mindset war aber geprägt von der Sicht und Überzeugung der unzähligen Möglichkeiten, die sich ihnen noch bieten würden.

Die Brücke zu deinem starken Mindset: Es spielt keine Rolle, wie viele Niederlagen du einstecken musst. Akzeptiere, dass sie Teil des Prozesses sind, des Austestens, des Einfach-mal-Machens. Beobachte, erkenne und ziehe durch eine sorgfältige Analyse konstruktive Rückschlüsse für deine nächsten Schritte. So und nicht anders werden erfolgreiche Systeme aufgebaut. Es gibt kein einziges Gründerbusiness – zumindest ich habe noch nie von einem gehört –, bei dem alles konstant positiv und bergauf lief.

Hier einige Schlagworte, die sich einem starken Mindset zuordnen lassen:

- Durchhaltevermögen
- Mut
- Risikobereitschaft
- Optimismus
- Willensstärke
- Chancen erkennen
- eine gewisse Furchtlosigkeit
- Neugier
- eine klare Vision
- Fähigkeit zum Multi-tasking
- innovativ
- diszipliniert
- entscheidungsfreudig
- ein bisschen verrückt und größtenwahnsinnig im positivsten Sinn

Eine starke Mentalität wird dir eine enorme Stütze sein. Insbesondere dann, wenn es einmal nicht so rosig läuft. Sie wird dir Stärke verleihen, wenn dir Freunde, Familie, Partnerinnen, Kritiker deine Businessidee ausreden wollen und dir erklären wie ein Mantra, dass sie niemals funktionieren wird.

Ein starkes Mindset gibt dir in allen Situationen Rückenwind und sorgt dafür, dass du Chancen gegenüber aufmerksam bleibst.

Nimm dir genau jetzt ein Blatt Papier und lass deinen Gedanken wirklich (!) freien Lauf. Wie siehst du dich? Welche Eigenschaften und Haltungen ordnest du dir zu? Solltest du dein Mindset als negativ wahrnehmen, ist es umgehend Zeit, es ins Positive zu wenden! Verstehe das nicht als Mahnung mit dem Zeigefinger, sondern als kreativen Impuls, deine Einstellungen neu zu ordnen, um künftig mit Freude, Selbstbewusstsein und Zutrauen durch die (Business-)Welt zu gehen.

Hier ist meine effektivste Übung, um ein starkes Mindset zu entwickeln. Sie erfordert kaum Aufwand – allerdings Durchhaltevermögen – und du kannst sie unkompliziert in deinen Alltag integrieren.

Nimm dir die Zeit und mache sie die nächsten Wochen wirklich **täglich, ohne Aussetzen!** Der Erfolg dieser Übung hängt von der kontinuierlichen Wiederholung ab. Nur so schaffst du es, dein Unterbewusstsein und deinen Fokus konsequent auf Erfolg einzuschwören.



## Übung: Dein starkes Mindset

Vier Wochen. Keine Ausreden! Wichtig ist komplette Stille, ohne Handy oder sonstige Ablenkungen.

Schließe deine Augen. Male dir im Geist aus, wie der Idealzustand aussieht, den du mit deiner Selbstständigkeit anstrebst. Und jetzt stell dir vor, Aladdin kommt aus der Wunderlampe. Er fragt dich, was du für dein Business wünschst. Ein Wunsch – nicht drei! Was würdest du ihm sagen? Ja genau! Und jetzt schreibe das auf: ungeschönt, ehrlich, nicht künstlich ausformuliert oder kompliziert. Benutze deine eigene Sprache – emotional, bildhaft, lebendig oder trocken. Ganz so, wie es dir gerade durch den Kopf ging. Keine Scheu und keine Angst: Das Ganze ist nur für dich! Es ist für niemand anderen bestimmt – also sei frei und geradeaus!

Wer mag – und nur der! Ihr kommt auch ohne meditieren ans Ziel – nutzt dafür eine Morgenmeditation (mir persönlich hat es sehr geholfen). Setze dich dafür vor dem Frühstück in einen stillen Raum auf den Boden und beobachte, welche Gedanken in Verbindung mit deiner Wunschvorstellung kommen. Was sagt dir deine innere Stimme? Sie ist sehr leise, also höre genau hin! Notiere dir dann deine Gedanken – und zwar ohne Bewertung!

Was genau fühlst du, wenn du dir deinen Idealzustand vorstellst und sogar noch ein Wunsch erfüllt wird, um ihn tatsächlich zu erreichen? Die Antwort auf diese Frage ist essenziell: **Wie fühlt es sich an**, wenn du dir dieses Bild konkret vorstellst. Warum du dich das fragen solltest? Ein gutes Gefühl ist ein wichtiger Antrieb für dein Vorhaben.

Starte mit einem ersten kleinen Schritt. Am Anfang reichen schon zwei Minuten für diese Übung. Erhöhe dann nach wenigen Tagen auf fünf bis zehn Minuten. Lass dir immer mehr Zeit und koste das gute Gefühl aus.

Warum ich dir diese Übung so ans Herz lege? Leider haben viele Menschen verlernt, auf ihre innere Stimme zu hören. Durch die unzähligen Ablenkungen, ständige Erreichbarkeit und Informationsflut ist es schwer geworden, sie wahrzunehmen – gerade für diejenigen, die das Leben eher sachlich betrachten. Es lohnt sich wahrlich, das Hören der inneren Stimme zu trainieren, denn sie trägt dich niemals. Sie weiß stets, welcher Schritt für dich der Richtige ist. Dich auf sie einzulassen ist ungewohnt, aber sie ist dein verlässlichster Kompass.

**Lese-/Filmtipp:** Sieh dir den Film an oder lese das Buch »The Secret« von Rhonda Byrne.

Ich arbeite und lebe seit vielen Jahren nach dem Gesetz der Anziehung, auch Resonanzgesetz. Vereinfacht gesagt geht es dabei um die Macht der Gedanken und die Idee, dass Gleiches Gleiches anzieht. Wenn die Gedanken- und Gefühlswelt einer Person mit ihrer Umwelt im Einklang und positiv gestimmt ist, wird diese Person auch genau das ausstrahlen und anziehen. Von Astrid Lindgren stammt das Zitat: »Alles, was an Großem in der Welt geschah, vollzog sich zuerst in der Fantasie eines Menschen.« Wenn du also zuversichtlich bist, deine Gedanken positiv ausrichtest, wirst du Positives erfahren. Ich kann dir versichern: Nicht nur ich, sondern auch meine Coachees erleben auf diese Weise unglaubliche Dinge.



Du wirst Chancen förmlich anziehen. Deine Einstellung wird wie ein Magnet sein, um deine Erfolge zu verwirklichen. Beschäftige dich mit dem Thema, lasse dich ein und du wirst wahre Wunder erleben.

## 1.2 Was ist dein WARUM?

In all meinen Coachings und Workshops starte ich mit folgender Frage: Was ist dein WARUM? Es ist die Frage nach deiner ganz eigenen Motivation.

Wie wichtig es ist, sich mit dem Warum zu beschäftigen, zeigt Simon Sinek in seinem Bestsellerbuch »Start with Why – How Great Leaders Inspire Everyone to Take Action«. Er beschreibt in seinem Ansatz, wie erfolgreiche Führungspersönlichkeiten nach einem bestimmten Muster denken und handeln.

Zu Beginn steht dabei stets die Frage nach dem WARUM.

- Diese übergeordnete Frage bzw. die Antwort darauf unterstützt den gesamten Prozess der Lösungsentwicklung.
- Die Frage nach dem Warum leitet sich von der Vision ab und ist maßgeblich für die Motivation in allen Phasen deines Tuns.

Hätte Steve Jobs all das erreicht, was er geschaffen hat, wenn er einfach nur ein gutes Handy entwickeln wollte? Wohl kaum. Er wollte die Welt verändern mit seinen Geräten.