



Petra Brandes

5-Minuten-Ticker

Tipps, Trends, Termine
zu
Lebensthemen & Beratung, Coaching, Weiterbildung

März 2014

Inhalt

Erfolgreich gegründet

Büroorganisation S. 1

Rezension S. 2

Work is not a job. Was Arbeit ist, entscheidest Du!

Vermischtes S. 3

Serie **Kurz erklärt**: Demotivation



Tri.ko Termine

Ideenparty – 20.03.2014 S. 3

Bildquellen/Fotos in dieser Ausgabe:

Titel: Angelika Osthues (Portrait), Tulpen: privat //
S. 1: www.JenaFoto24.de / pixelio.de // S. 2: Buchcover Internet // S. 3: Foto privat

Liebe Interessierte,



normalerweise rege ich mich auf, wenn einfach etwas ausfällt: Mein Zug nach Irgendwo – ersatzlos gestrichen, geht doch gar nicht!

Über den Ausfall des Winters hingegen rege ich mich gar nicht auf. Ich habe es nicht vermisst, das Scheibenkratzen am Morgen, das Frieren, der Matsch unter den Schuhen. Ich finde es wunderbar, dass die Tage wieder heller werden und sich die Vögel schon mal warm singen.

Ist mir doch egal, dass wir zum Ausgleich mehr Insekten im Sommer haben werden (weil ja nichts erfroren ist) – auch die Schaben und Schnecken sollen leben und sich an der Sonne erfreuen!

Teilen wir die Freude über den Frühling und alles, was jetzt so sprießt, mit anderen. Mehr Lächeln, mehr Lachen, mehr Mitmenschlichkeit – selbst wenn die Temperaturen noch nicht so hoch sind, bringt das zusätzlich viel Wärme!

In diesem Sinne eure

Petra Brandes

Über Anregungen (Terminetipps, Rezensionen etc.) für den Ticker freue ich mich, nehme zudem gern Menschen aus eurem Bekanntenkreis in den Verteiler auf.

So erreicht ihr mich:

0251.6867464 // info@triko-brandes.de // www.triko-brandes.de

Praxisbericht: Erfolgreich selbstständig



Zur Person und Geschäftsidee

Jürgen Herzog, 57 Jahre, Finanzbuchhalter, Münster.
www.buero-und-co-muenster.de

Nach jahrelanger Tätigkeit in diversen Unternehmen kam mir die Idee, mein Wissen und meine Erfahrungen im Kontext Büroorganisation und Tätigkeiten im Büro kleineren Unternehmen zur Verfügung zu stellen.

Seit wann sind Sie selbstständig?

Seit November 2003.

Wer sind Ihre Kunden? Welchen Nutzen haben diese von Ihrer Dienstleistung?

Vorwiegend kleine Unternehmen.

Die Inhaber geben Teile der administrativen Tätigkeiten ab, abgerechnet wird nach Zeitaufwand. Sie können sicher sein, dass alle Arbeiten zuverlässig und zeitnah erledigt werden. Sie haben die (für sie oft „unangenehmen“) Tätigkeiten „aus dem Kopf“.

Was ist in der Selbstständigkeit hilfreich/motivierend/unterstützend für Sie?

Hilfreich ist die Vernetzung mit anderen Kleinunternehmern und Bürodienstleistern, motivierend die abwechslungsreiche und selbstständige Tätigkeit, unterstützend das Feedback („Ich bin so froh, dass Sie das erledigen und ich mich darum nicht kümmern muss.“).

Was sind Ihre Erfolgstitips für (angehende) Selbstständige?

Neben allen Businessplänen und Geschäftsmodellen immer auch auf das Bauchgefühl zu hören und es in Zweifelsfällen entscheiden zu lassen.

Ein Hoch auf alle Selbstständigen!

So, jetzt erhebe ich mal mein Glas und sage „Herzlichen Glückwunsch“ zu uns! So wie Jürgen Herzog (10 Jahre) feiern einige Selbstständige und Freiberufler ihren Erfolg eher im Stillen. Für die großen Feste reicht die Zeit meist nicht und ach, irgendwie ist dann doch wieder „Business as usual“ und keiner bekommt es so richtig mit. Dabei ist es eine Leistung, sich jeden Tag und jeden Monat und jedes Jahr aufs Neue zu motivieren, zu akquirieren, sich zu sortieren, zu kommunizieren, zu Netzwerken ... und die eigentliche Dienstleistung will ja auch noch erbracht werden.

Das, was motiviert, ist die Freiheit, die wir haben. Dafür müssen wir auch manchmal ganz schön kämpfen – mit dem Finanzamt, den Kranken- und Rentenkassen ... denn irgendwie so richtig lieb haben uns die Behörden nicht, zumindest lassen sie es uns selten spüren. Eine große Lobby haben wir auch nicht, und dass das Gründungsklima in Deutschland merklich abgekühlt ist, zeigt nicht nur die Streichung des Gründungszuschusses.

Und trotzdem (oder gerade deswegen) ist Selbstständigkeit eine prima Alternative, die Sinn und Spaß macht, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf eher ermöglicht als im festen Job, die Kreativität im Alltag fördert und nie langweilig wird. Denn wir sind Marketingexperten, Fachleute, manchmal auch Führungskräfte, wir bewältigen viele verschiedene Herausforderungen. Und wir können selbst entscheiden, wie wir den Kompass ausrichten und welche Richtung wir einschlagen.

Deshalb sind mir die Beispiele von Selbstständigen so wichtig, die zeigen: Ja, es geht – und ja, es geht gut!

Wer auch eine Story für diese Rubrik hat, bitte zumailen!

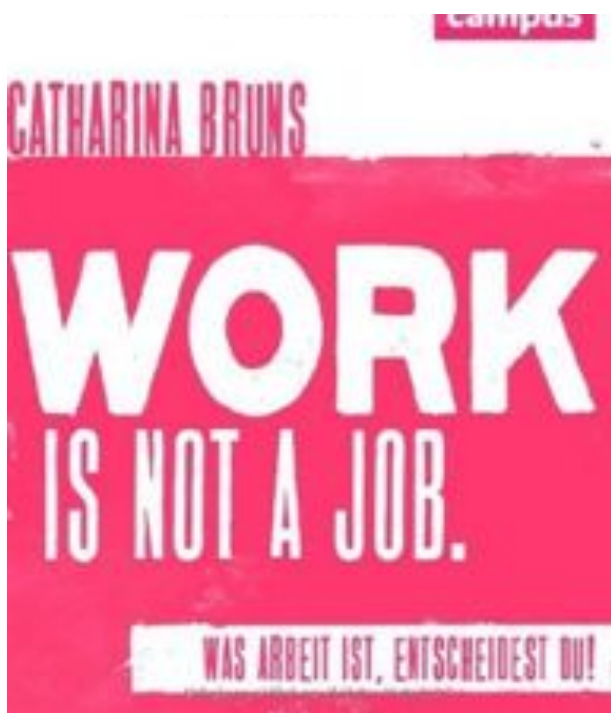
Wer Inspirationen rund um das Thema wünscht, dem kann ich die Zeitschrift **StartingUp** (www.starting-up.de) empfehlen, die übrigens auch ihr 10-jähriges Bestehen feiert.

Und wer für sich schauen möchte, ob Selbstständigkeit eine Alternative ist, für den gibt es die Möglichkeit, sich (gefördert) beraten zu lassen.



Prost, auf uns!

www.JenaFoto24.de/pixelio.de



Buchrezension von Isabelle Romann – Texte und Kommunikation, www.isabelle-romann.de

Catharina Bruns: *Work is not a job. Was Arbeit ist, entscheidest du!* Campus Verlag, Frankfurt/New York 2013, 240 Seiten.

Inspiration pur!

Wenn Arbeit die meiste Zeit unseres Lebens bestimmt, dann sollte sie Freude bereiten und nicht nur „erledigt“ werden. Wer diese Einstellung teilt und sich durch Lektüre bestätigen lassen möchte, kommt an diesem Plädoyer für Tatendrang, Selbstverwirklichung und Innovation nicht vorbei.

In den drei Teilen des Buches fordert die Autorin Catharina Bruns, Jahrgang 1979, kreative Unternehmerin und erfahren mit unterschiedlichen Arbeitsformen, dazu auf, 1. Arbeit neu zu denken und Prioritäten zu setzen, 2. auf sein Herz zu hören bei der Wahl der Tätigkeit und 3. die Bereiche „Arbeit“ und „Leben“ nicht künstlich zu trennen, getreu der Kapitelüberschrift:

„Work is not a job. Die einen nennen es Arbeit. Wir nennen es Leben.“

Schon beim ersten Blick auf das Buch verraten Format und Gestaltung, dass es hier um das Durchbrechen von allzu gewohnten Routinen geht: Die gelernte Designerin Catharina Bruns verleiht ihrem Manifest ein individuelles Outfit durch schrille Farben und eine großflächige, kreative Präsentation inspirierender Zitate und Sprüche rund ums Thema. Dazu haben die Leser im Buchregal die Wahl zwischen zwei Farbversionen: entweder knalliges Pink oder Türkis.

Die Autorin regt dazu an, die eigene Haltung zur Arbeit zu überdenken, und unterstützt diejenigen Leser, die sich Veränderung wünschen, bei der Suche nach den richtigen Ideen. Dabei will sie ihr Werk nicht als Ratgeber verstanden wissen. Vielmehr unterstützt sie durch Fragestellungen, die den Denkprozess der Leser in andere als die gewohnten Richtungen lenken:

- Welche Tätigkeiten erfüllen mich mit Freude?
- Was würde ich am liebsten tun, wenn Geld kein Entscheidungsfaktor wäre?
- Bei welchen Themen verspüre ich einen Sinn für mich?
- Wie können meine Leidenschaften anderen Menschen und/oder der Gesellschaft einen Vorteil bringen?

Catharina Bruns ruft nicht zum bedingungslosen Idealismus auf; vielmehr ist sie zutiefst überzeugt, dass Erfolg und finanzielle Möglichkeiten nicht lange auf sich warten lassen, wenn eine Herzensangelegenheit mit entsprechender Energie und Motivation verfolgt wird. Voraussetzung für gutes Gelingen: hartnäckig bleiben, sich nicht entmutigen lassen, immer bei sich bleiben und sich nicht von Kritikern aus dem Umfeld aus der Ruhe bringen lassen.

Dieses Buch ist Inspiration pur für Menschen, die bereits in Aufbruchstimmung sind und zur Veränderung ermutigt werden wollen. Interessant für Existenzgründer ist die Berufsbiografie der Autorin, die zeigt, dass sich nach dem Schritt aus der Festanstellung in die Selbstständigkeit noch nicht zwangsläufig alle Wünsche erfüllen. Es gilt, weiter zu hinterfragen und mutig neue Wege zu gehen.

Einziger Schwachpunkt: Die Ansätze und Gedanken werden trotz übersichtlicher Kapiteleinheiten inhaltlich nicht sauber strukturiert präsentiert. Das schmälert die Kraft der Inspiration jedoch nicht. Deshalb: Unbedingt (mehrmals) lesen! Für mich ein idealer Begleiter durch das Jahr 2014 (und länger).

„Man muss Ideen
die Chance geben,
sich zu
verwirklichen.“

Thomas Alva Edison



Nächste Ideenparty

20. März 2014 18.30–ca. 21.00 Uhr

„Es lohnt sich, auf eine Ideenparty bei Petra Brandes zu gehen, weil man einfach mit den Fragestellungen kommen kann, die grad aktuell sind – und alle anderen geben ihre Perspektive und ihre Ideen, das ist sehr weiterbringend.“

Nicole, Studentin

Geförderte Weiterbildung für Angestellte und Selbstständige

Bildungsprämie: Hier wird Weiterbildung zu beruflichen Qualifikationen mit bis zu 500 € gefördert. Infos unter <http://www.bildungspraemie.info>

Bildungsscheck: Die Fördersumme ist auf 2.000 € erhöht worden, auch Freiberufler (bis 5. Jahr der Selbstständigkeit) können diese „Weiterbildungsspritze“ in Anspruch nehmen. Infos unter <http://www.arbeit.nrw.de>

Geförderte Beratung/Coaching für (angehende) Selbstständige

Für die Vorgründungsphase: Potenzielle Gründer aus NRW werden mit dem Beratungsprogramm Wirtschaft NRW (BPW) schon vor der Gründung gefördert. Bei dieser Gründungsberatung werden max. 4 Beratertage mit 50 % bezuschusst.

Besonderheiten: Für Beratungen zu Betriebsübernahmen werden max. 6 Beratertage mit 50 % bezuschusst. Für Personen, die ALG II beziehen, sowie Hochschulabsolventen oder Berufsrückkehrer/-innen mit vergleichbarer Einkommenslage kann der Zuschuss auf 80 % erhöht werden.

Für die Gründungsphase: Durch das Programm „Gründercoaching Deutschland“ werden Gründer/-innen mit 50 % der Beratungskosten unterstützt, bei einer Gesamtsumme bis 4.000 €. Zur Festigung der Gründung können bis 5 Jahre nach Gründung Fördermittel von 50 % der Beratungskosten bezuschusst werden.

Vermischtes

Serie

Kurz erklärt

von **Achtsamkeit bis Ziele**

Hier werden Begriffe aus den Feldern Beratung, Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation kurz, knackig und (hoffentlich) verständlich erläutert. Diese Begriffe sind bisher vorgesehen: Achtsamkeit – Beziehungsohr – Coaching – **Demotivation** – Erfolg – Flow – Gründung – Helfersyndrom – Inneres Team – Johari-Fenster – Kreativität – Lernen lernen – Myer-Briggs-Test – Netzwerken – Organisation – PZB – Qualität – Reiss – Selbstmotivation – TAA – Unternehmensberatung – Vision – Wertschätzung – Ziele

Demotivation Motivation bezeichnet eine aktive,



zielgerichtete, intensive und ausdauernde Verhaltensweise oder Handlung. Zugrunde liegen uns innewohnende Motive, die persönlichkeitsbedingt unterschiedlich sind (z. B. das Motiv Unabhängigkeit oder Anerkennung). Wir handeln, um diese Motive zufriedenzustellen: Wir sind aus uns heraus (intrinsic)

motiviert. Wenn wir durch äußere Anreize zum Handeln bewegt werden (z. B. im Job durch Bonuszahlungen), sind wir extrinsisch (von außen) motiviert. Im Fall der Demotivation spüren wir fehlende Anreize zum Handeln, wir sind inaktiv, richtungslos, fühlen nicht intensiv in Bezug auf eine Sache. Die Ursache für Demotivation kann in uns liegen, zum Beispiel weil wir in uns wohnende Motive zu wenig kennen und gegen sie handeln. Es hat keinen Sinn, durch eine intensive Handlung etwas zu erfüllen, was für uns gar nicht attraktiv ist. Unser Modus wechselt auf „Demotivation“. Ursachen können auch im Außen liegen, zum Beispiel im Arbeitsumfeld (wir werden schlechter bezahlt, der Kollege erhält eine bevorzugte Behandlung ...). Auch hier hat Motivation keinen Sinn mehr, wir spüren den Wegfall von Schwung, Elan und Spaß – wir sind demotiviert.

Zu guter Letzt: Herzlichen Glückwunsch an die Vereinigten Arabischen Emirate, die mehr Frauen in Spitzenfunktionen beschäftigen als Deutschland. Wir bilden damit laut *Spiegel* das Schlusslicht hinter allen anderen Wirtschaftsnationen der Welt!