# Session 1: Wie Sie den Job kündigen, den Sie sich selbst gegeben haben.

## Die ungeschönte SelbstStellenbeschreibung™

Selbstständige tun dumme Dinge. Nicht weil sie dumm sind. Sie sind fähig genug, alles selbst zu machen, und genau das wird ihnen zum Verhängnis. Die meisten von ihnen beherrschen ihr Handwerk meisterhaft und befeuern mit ihrer Arbeitsmoral ein ganzes Kraftwerk. Doch genau hier schnappt die Falle zu. Sie sind die Schöpfenden, die Verwalter und die Reinigungskräfte ihres eigenen Imperiums, selbst wenn dieses Imperium nur aus einem Schreibtisch in einer Wohnzimmerecke besteht.

Stellen Sie sich vor, Sie würden eine Stellenanzeige für Ihren eigenen Job schalten. Nicht die geschönte Version, die Sie auf LinkedIn präsentieren. Sie schreiben

die Wahrheit. Die nackte, ungeschönte Realität Ihres Alltags.

**Gesucht wird:** Eine Person für alles.

**Soft Skills:** absolute Stressresistenz, die Fähigkeit zum Multitasking bis zur Selbstaufgabe, freundliches Lächeln unter massivem Druck, auch wenn die Blase drückt und der Magen knurrt.

**Aufgaben:** Akquise, Produktion, Buchhaltung, IT-Support, Kaffeekochen, Ablage, Beschwerdemanagement, Strategieentwicklung und das Sortieren von Belegen am Sonntagabend.

**Arbeitszeit:** flexibel – was in diesem Fall bedeutet, dass Sie immer arbeiten. Ihre Freizeit ist lediglich die Zeit, in der Sie ein schlechtes Gewissen haben, weil Sie gerade nicht arbeiten.

**Vergütung:** Sobald es die Liquidität zulässt, nach Abzug aller Fixkosten, Steuern und Versicherungen.

Diese Stelle endet bei genau einer Person. Bei Ihnen.

Selbst und ständig war ursprünglich eine Warnung, ein gut gemeinter Rat von Menschen, die das Scheitern bereits hinter sich hatten. Heute ist es Ihre heimliche Stellenbeschreibung geworden. Es ist das Hamsterrad, das Sie selbst gebaut haben, und Sie laufen darin so schnell, dass Sie gar nicht bemerken, wie der Boden

unter Ihren Füßen langsam wegbricht.

Es ist bald Mitternacht. Das Handy auf dem Tisch vibriert mit einem kurzen, trockenen Summen. Eine neue E-Mail. Ein Kunde, der noch schnell eine Änderung möchte, eine Rechnung, die nicht zugeordnet werden kann, oder nur eine Newsletter-Benachrichtigung, die in der Stille der Nacht wie ein Paukenschlag wirkt. Das Blaulicht des Bildschirms brennt in den Augen, ein unnachgiebiges Flimmern, das die Netzhaut reizt und die Konturen der Welt draußen verschwimmen lässt. Der Kaffee in der Tasse ist seit Stunden kalt, ein schwarzer, öliger Rest, der bitter und leer riecht. Die Anspannung im Nacken ist kein Schmerz mehr, sie ist ein Zustand. Ein Teil der Identität.

Sie wissen, dass es so ist. Sie fühlen es in jedem Wirbel Ihrer Wirbelsäule, in jedem unruhigen Atemzug, bevor Sie endlich in einen traumlosen, bleiernen Schlaf fallen. Sie tun diese Dinge nicht, weil Sie müssen. Sie tun sie, weil Sie nicht wissen, wie Sie damit aufhören sollen.

Der Weg aus dem Hamsterrad beginnt mit einer brutalen Erkenntnis: Sie würden Ihren eigenen Job hassen, wenn ihn Ihnen jemand anderes anbieten würde. Es ist eine Wahrheit, die sich selten in lauten Meetings offen-

bart. Sie wartet in der Stille der Nacht, wenn der Rest der Welt längst schläft und nur noch die Getriebenen wach sind. Sie wartet an Schreibtischen, die unbemerkt zu Gefängnissen geworden sind.

Nehmen wir einen dieser Schreibtische. Er gehört einer Frau, die Sie in diesem Buch begleiten wird. Ihr Name ist Kim, und sie sitzt in diesem Moment vor einem Bildschirm, der ihr Gesicht in ein grelles Weiß taucht.

Dieses grelle Weiß der leeren Illustrator-Zeichenfläche fraß sich in Kims Gesicht und betonte die dunklen Schatten unter ihren Augen. Es war 23:44 Uhr. Nur das hochtourige Surren des überhitzten MacBooks unterbrach die Stille in der Wohnung. Kim starrte auf das Raster aus Pixeln vor ihr. Ein Logo-Entwurf, die siebte Iteration. Die Nuancen des Grüns unterschieden sich nur noch für ein Auge, das den Verstand verloren hatte. Ihre Augen brannten, als hätte jemand Sand unter ihre Lider gestreut. Die E-Mails hörten nicht auf. Jedes Mal, wenn sie eine Nachricht löschte oder archivierte, schienen zwei neue am oberen Rand des Posteingangs zu materialisieren – eine Hydra aus Text und Forderungen. Rechts neben der Tastatur stapelten sich Post-its in Gelb,