

030 – WAS ICH VON “DIE 4-STUNDEN-WOCHE” GELERNT HABE

Hallo ihr Lieben, herzlich willkommen zu einer neuen Podcastfolge. Mein Name ist Annika Bühnemann und ich bin die Gründerin von frei&wunderbar. Und hier in diesem Podcast geht es um die Frage “Wie kann man ein erfülltes Leben als Königstochter führen?”

Alle zehn Folgen stelle ich euch ein Buch vor, das mich auf meinem Weg begleitet hat, das mich entweder inspiriert hat, bei dem ich sehr viel gelernt habe oder von dem ich das Gefühl habe, viel mehr Menschen müssten dieses Buch lesen. Jeder, der neu startet in Richtung erfülltes Leben, sollte vielleicht mal einen Blick in das eine oder andere Buch reinwerfen.

Heute habe ich mal ein Buch mitgebracht, das glaube ich, eins der allerersten war, die ich überhaupt viel gelesen habe. Einige von euch kennen das sicherlich auch: Es ist die sehr bekannte “4-Stunden-Woche” von Tim Ferris. Ich habe damals, glaube ich, als erstes das Buch gelesen und habe mir das dann als Audio CD gekauft, damals als mit Bluetooth usw. noch nicht so wirklich viel anzufangen war, und habe das dann immer auf dem Weg zur Arbeit gehört.

Damals habe ich in einem Unternehmen gearbeitet, zu dem ich etwa 75 Minuten fahren musste. Dann habe ich immer morgens und abends dieses Buch gehört. Es waren, glaube ich, vier oder sechs CDs. Und ich habe die wirklich so oft und exzessiv gehört, dass ich sie nachher im Grunde mitsprechen konnte. Warum? Was hat mich an diesem Buch so fasziniert? Warum habe ich mich so viel damit beschäftigt?

Ich war damals Angestellte bei einem Unternehmen, das sehr techniklastig war. Es ging um Messgeräte für die Draht- und Kabelindustrie. Und ich war dort erst im Vertrieb und bin später ins Marketing übergewechselt. Als sie dann Wind davon bekommen haben, dass ich marketingtechnisch ganz gut vorgebildet war und für mich und mein Unternehmen damals “vomschreibenleben.de” auch Marketing entsprechend gelernt habe usw.

Und ich kam immer mehr in dieses Denken rein, dass das, was ich dort tat, noch nicht alles gewesen sein konnte. Ich bin da wirklich oft hingefahren und hatte einfach keinen Spaß an dem, was ich gemacht habe. Ich habe mir gedacht: “Naja, es ist halt ein Job, den ich machen muss. Ich würde eigentlich viel lieber gerne andere Sachen machen.” Und dann habe ich versucht herauszufinden, ob es nicht irgendwie möglich sein kann, aus diesem System rauszugehen.

Und da ist mir dieses Buch in die Hände gefallen. Und dort geht es genau um diese Fragestellung “Wie kann ich aus dem Hamsterrad ausbrechen, wenn ich bisher Zeit gegen Geld tausche?” Ich gebe acht Stunden meiner Zeit an meinen Arbeitgeber und werde dafür dann mit einer bestimmten Summe bezahlt. Wie komme ich da raus? So war die Frage.

Was heißt das? Das Buch beginnt im Grunde auch mit dieser Klarstellung, dass das System, wie wir es gerade auch in Deutschland unter anderem haben, und zwar 40 Jahre oder wie lang auch immer, zu arbeiten, um dann endlich, wenn man dann 60,65,70 ist, endlich mal sein Leben zu genießen. Dadurch ist dieses System heute einfach nicht mehr so attraktiv.

Ich weiß nicht, ob es früher mal attraktiv war, denn ganz früher gab es ja gar keinen Ruhestand. Dann ist wahrscheinlich irgendwann der Ruhestand “erfunden” worden. Und dann war das bestimmt erstrebenswert. Und heute sind wir in einer anderen Generation, wo wir sagen, wir wollen nicht 40 Jahre lang irgendwie knüppeln, um dann noch 20 bis 40 Jahre zu leben, wenn überhaupt.

Podcast frei&wunderbar: Glaube und Geld
030 – Was ich von “Die 4-Stunden-Woche” gelernt habe

vomschreibenleben.de | freiundwunderbar.com
©2023 Annika Bühnemann, alle Rechte vorbehalten

Sondern wir wollen gerne, während wir leben, schon erfüllt leben. Darum gibt es ja auch solche Angebote wie hier bei frei&wunderbar, um einfach jetzt schon die Lebensqualität zu erhöhen und nicht erst 40 Jahre zu arbeiten, um dann im Idealfall noch ein paar Jahre irgendwie von dem Geld zu leben, was man da erwirtschaftet hat.

Darum geht es eigentlich in diesem Buch und es hat diesen Aufhänger "Die 4-Stunden-Woche", weil das erklärte Ziel ist, nicht unendlich reich zu werden, damit man nichts machen muss, sondern sich ein Business aufzubauen, das mit ungefähr vier Wochenstunden am Laufen gehalten werden kann. Das ist so die Grundidee. Deshalb heißt es "Die 4-Stunden-Woche", wenn ich vier Stunden in der Woche arbeiten gehe, dass ich dann ausgesorgt habe und mein normales Leben führen kann, das ich mir dann wünsche.

Ganz am Anfang einer solchen Reise steht eigentlich eine Frage, die der Autor auch in den Raum stellt, nämlich "Was würdest du denn eigentlich gerne für ein Leben führen, wenn Geld und Zeit keine Rolle spielen würden? Wie sähe dein Leben denn aus?" Das ist eine Frage, die ich wirklich auch für mich sogar mehrere Male schon beantwortet habe. Ich habe auch noch meine Notizen von damals. Die habe ich neulich beim Aufräumen auf dem Dachboden gefunden, wo ich quasi in ein Buch reingeschrieben habe: Wenn ich unendlich viel Geld hätte und Zeit, dann würde ich das und das machen. Ein schönes Haus kaufen. Damals war zum Beispiel Hochzeit auch das Thema.

Was für eine Hochzeit würde ich gerne ermöglichen? Was würde ich jeden Tag tun wollen? Das ist so ein bisschen die Frage und ist eine Frage, die ich auch an dich gerne weitergeben möchte: Was würdest du tun, wenn Zeit und Geld keine Rolle spielen würden? Und soweit ich mich erinnere, ist es in dem Buch auch so, dass das so ein bisschen ausdifferenziert wird.

Was würdest du jetzt ad hoc machen und auch kaufen usw.? Wie sähe aber auch dein Leben in einem Jahr aus? Oder in drei Jahren? Oder in fünf Jahren? Wenn du seit fünf Jahren finanzielle Freiheit hättest, nicht mehr arbeiten gehen müsstest zum Beispiel und einfach alles frei entscheiden könntest? Wie würde in fünf Jahren dein Leben aussehen, wenn du dich schon daran gewöhnt hast, dass das dein neues Leben ist? Denn die meisten von uns neigen ja dazu, am Anfang erst mal zu sagen "Wenn ich das Geld hätte, würde ich in die Karibik fliegen oder nach Mauritius und auf die Malediven. Und dann würde ich erst mal die ganze Welt umreisen" usw.

Das kann ja auch gut sein und viele würden das sicherlich auch machen. Aber die etwas tiefer gehende Frage ist: "Wie sähe dein neuer Alltag aus?" Wäre dein Alltag so, dass du tatsächlich die ganze Welt bereisen würdest? Und das über Jahrzehnte? Oder sähe dein Leben vielleicht anders aus? Wäre dein Alltag vielleicht gar nicht so unterschiedlich? Wie der Alltag, den du heute auch hast? Bis auf, dass du vielleicht nicht ein paar Stunden am Tag arbeiten gehen würdest, sondern vielleicht etwas anderes machst.

Also das steht so am Anfang im Raum und natürlich damit verknüpft – klassisches Coaching Thema eigentlich – auch welche Ängste kommen hoch, wenn du dir das überlegst? Und von Ferris habe ich, glaube ich, mir auch den Tipp abgeguckt, tatsächlich zu überlegen: Was ist das Allerschlimmste, was passieren kann? Also was ist das sogenannte Worst-Case-Szenario? Was ist das Schlimmste, was realistisch passieren kann?

Also zum Beispiel, wenn ich jetzt meinen Job kündige, was ist das Schlimmste, was passieren kann? Habe ich damals auch so überlegt. Weil wenn man sich, dieser Angst mal stellt – nur mental, nur durch Nachdenken und überlegt "Was wäre das Schlimmste?" Dann kann man häufig feststellen, dass die meisten Ängste, die man in sich hat, doch etwas

Podcast frei&wunderbar: Glaube und Geld
030 – Was ich von "Die 4-Stunden-Woche" gelernt habe

vomschreibenleben.de | freiundwunderbar.com
©2023 Annika Bühnemann, alle Rechte vorbehalten

irrational sind. Also wenn ich überlege, damals als Angestellte: "Wenn ich kündige, dann lande ich schon auf der Straße." Das ist so der erste Gedanke. "Dann geht es mir ganz schlecht, dann ist mein Leben vorbei."

Bis ich mich dann hingesezt habe und überlegt habe: "Was ist denn das echte Worst-Case-Szenario?" Das echte Worst-Case-Szenario in meinem Fall war damals, glaube ich, so was wie "Ich müsste Arbeitslosengeld beziehen und müsste mir einen neuen Job suchen. Und ich habe natürlich keine Garantie, dass es geht." Also der Worst-Case wäre, ich kriege keinen neuen Job. Aber soweit ich mich erinnere, hätte ich so in meiner Wohnung bleiben können, weil das eine kleine Wohnung war, die auch bezahlt worden wäre vom Amt. Und ich glaube, sehr viel schlimmer wäre es gar nicht gekommen.

Ich hätte einfach nur den ganzen Tag frei gehabt und hätte nur finanzielle Einbußen. Also ich hätte mich mit weniger arrangieren müssen, allerdings auch nicht so wenig. Ich hatte mir das alles durchgerechnet. Es war nicht so viel weniger als das, was ich im Studium auch hatte. Es ist natürlich eine Einschränkung der Lebensqualität und das will man nicht freiwillig machen.

Aber in meinem Fall damals war es so, dass es jetzt nicht das Ende der Welt gewesen wäre. In meinem Fall, und das hat mir damals geholfen, das weiß ich noch, dass diese große Angst "Was ist, wenn ich meinen Job verliere oder wenn das mit meinem Business nicht klappt?", dass ich da ein bisschen beruhigter sein konnte. Weil ich bei "vom Schreiben leben" auch überlegt habe, mich selbstständig zu machen, und ich habe mich gefragt: "Was ist das Schlimmste, was passieren könnte?"

Das Schlimmste, was passieren könnte, wäre, dass ich 0 € einnehme und vielleicht sogar noch Schulden mache. Und da habe ich mir gedacht: "Falls es so kommt und ich damit absolut auf die Nase falle, kann ich ja wieder einen anderen Job annehmen." Also ich hatte immer dieses Hintertürchen, dass ich mir dachte: "Zur Not gehe ich irgendwo an die Kasse und kassier da oder geh kellnern. Irgendetwas fällt mir bestimmt ein, womit ich meine Lebenshaltungskosten decken kann." Und damit war für mich die allergrößte Angst auch schon beseitigt, muss ich sagen. Mir hat das damals sehr geholfen.

Der nächste wichtige Punkt geht in Richtung Zeitmanagement und Produktivität – auch eine Säule hier bei frei&wunderbar. Da wurden verschiedene Prinzipien vorgestellt, unter anderem ist die Idee eingeflossen, erst einmal alle Aufgaben zu eliminieren, die du gar nicht machen musst, also die niemand machen muss. Alle Ablenkungen erst mal aus der Welt schaffen.

Er ist auch ein Verfechter von Fokuszeiten, die ich für mich auch entdeckt habe. Das heißt einmal am Tag blocke ich mir in meinem Kalender eine Fokuszeit. Das sind meistens so zwei Stunden und in der Zeit wird wirklich ganz konzentriert gearbeitet. Da habe ich mein Handy auf "nicht stören". Da bin ich einfach am Arbeiten, dann nehme ich Videos auf oder dann schreibe ich oder erstelle neuen Content, so wie jetzt nehme ich einen Podcast auf. Also damit bin ich produktiv sozusagen.

Das ist sozusagen der größte Punkt, den ich an meinem Tag abhaken will, weil dort die Aufgaben reinkommen, die wirklich wichtig sind. Und alles andere ist verhandelbar. Wenn ich meinen Wochenplan zum Beispiel mache, dann überlege ich mir:
Welche Aufgaben muss ich machen?
Welche Aufgaben müssen eigentlich auch gar nicht gemacht werden?
Und was kann ich vielleicht auch an andere delegieren?

Podcast frei&wunderbar: Glaube und Geld
030 – Was ich von "Die 4-Stunden-Woche" gelernt habe

vomschreibenleben.de | freiundwunderbar.com
©2023 Annika Bühnemann, alle Rechte vorbehalten

Das sind so diese Grundüberlegungen. Und das erste war wirklich: "Was kann weg?" Denn es ist natürlich sinnlos, wenn ich eine Aufgabe an jemand delegiere, obwohl diese Aufgabe eigentlich gar nicht unbedingt gemacht werden muss. Das heißt, zuerst mal überlegen:
Was kann weg?
Welche Ablenkung kann ich eliminieren?
Wie Sorge ich dafür, dass ich auch konzentriert arbeiten kann?
Und habe ich auch den Mut, Sachen nicht zu machen?

Ich weiß, dass es für manche auf der Arbeit manchmal ein bisschen schwierig ist. Aber ich bin zum Beispiel ein 80%-Typ. Bei Tim Ferris wird auch die klassische Pareto-Regel vorgestellt. Also die 80%-Regel besagt: Wenn eine Aufgabe, die du machst, 100 % ist, dann schaffst du in der Regel 80 % dieser Aufgabe in 20 % der Zeit, die du dafür eingeplant hast. Aber um diese letzten 20 % der Aufgabe zu erledigen, brauchst du 80 % der Zeit, die du eingeplant hattest.

Das heißt also, wenn du dich damit zufrieden gibst, Aufgaben zu 80 % zu erledigen, dann kannst du immens viel Zeit sparen, weil du in der Regel sehr schnell auf diese 80 % kommst und dich dann nur noch an diesen Kleinigkeiten festbeißt. Selbstverständlich kann man das nicht auf alles und jeden übertragen.

Es gibt Aufgaben, die müssen zu 100 % gemacht sein. Und es gibt auch Arbeitsumfelder, in denen kann man nicht mal Fünfe gerade sein lassen. Aber es gibt viele Sachen, wo man wirklich mit 80 % super klarkommt. Ich werde von meinem Mann immer schon aufgezoogen, weil ich sehr viel mit diesen 80 % in Gedanken arbeite und tatsächlich auch häufiger Sachen dann zu 80 % fertigmache, wie zum Beispiel Spülmaschine. Das ist bei uns manchmal ein kleiner Streitpunkt.

Die Spülmaschine räume ich manchmal nur zu 80 % ein oder aus. Da sind dann noch 20 % drin, weil ich das in der Zeit, die ich da gerade hatte, nicht mehr geschafft habe. Da schaffe ich in der Regel 80 %. Das kommt ziemlich genau immer hin und mein Mann würde dann normalerweise seine Zeit abknapsen, um die letzten 20 % auch noch zu machen. Und ich bin so, dass ich die 80 % erst mal stehen lasse, dann die Aufgabe mache, die ich machen wollte, pünktlich quasi, und darauf hoffe, dass sich später noch mal ein anderes Zeitfenster ergibt, in dem ich die anderen 20 % noch machen kann.

Wir gehen also unterschiedlich an Haushaltssachen ran, was selbstverständlich mal zu Frust führen kann. Wie gesagt, wenn man so sehr unterschiedliche Herangehensweisen hat, dann muss man darüber sprechen. Und ich finde, wir diskutieren dann auch gerne mal, weil es selbstverständlich auch nicht immer so, dass Verständnis herrscht. Also ich habe, ich habe schon Verständnis dafür, dass Menschen gerne Aufgaben zu 100 % fertig haben wollen, aber ich erbitte mir auch das Verständnis, dass es nicht jedem so geht.

Ich komme super klar mit 80 %. Natürlich auch nicht immer, ich habe auch meine Eigenheiten. Aber generell ist das eine Herangehensweise, die ich tatsächlich das erste Mal in diesem Buch gelesen habe. Und das ist jetzt etwa 10 Jahre her und es ist immer noch in mir drin und ich benutze dieses Prinzip immer noch mehr oder weniger.

Dann gibt es in diesem Buch einen Punkt, der auf Automatisierungen usw. zu sprechen kommt. Da geht es nämlich um die Frage: Wie kann man sich ein Business aufbauen, das größtenteils automatisch sich selbst trägt, ohne dass ich ständig dahin gehen muss, um meine Zeit daran zubringen? Denn wir erinnern uns: Das Ziel dieses Buches ist ja, dass man mit vier Wochenstunden auskommt, um sein Business am Laufen zu halten.

Podcast frei&wunderbar: Glaube und Geld
030 – Was ich von "Die 4-Stunden-Woche" gelernt habe

vomschreibenleben.de | freiundwunderbar.com
©2023 Annika Bühnemann, alle Rechte vorbehalten

Das hat mir sehr geholfen, dass ich mich frühzeitig damit beschäftigt habe. Dementsprechend sollte man natürlich, wenn man gerne Geld einnehmen möchte, durch zum Beispiel eine Selbstständigkeit, sollte man sich natürlich überlegen: Was für eine Art von Businessmodell passt zu dieser Herangehensweise? Also Bücher schreiben ganz sicher nicht, zumindest wenn man es ohne künstliche Intelligenz machen möchte und ohne Ghostwriter.

Wenn man also selber zum Beispiel Bücher schreiben möchte, dann gibt man sehr viel seiner Zeit da rein, bei relativ wenig Output. Also das ist vom Businesssystem her nicht sehr empfehlenswert, wenn man sich an Tim Ferris anlehnt. Viel interessanter wäre es da, das auszulagern, das Schreiben, was natürlich ein Aufschrei unter Autor*innen ist, denn das Schreiben macht ja den meisten Spaß.

Aber theoretisch, wenn ich jetzt nur ans Business denke, könnte ich einen Ghostwriter engagieren, der schreibt mir ein Buch. Das geht auch relativ schnell, wenn das im Ratgeberbereich ist, zum Beispiel. Und dann verkaufe ich dieses Buch automatisiert über entsprechende Systeme. Ich kann zum Beispiel Facebook-Anzeigen schalten. Die werden, wenn das relativ gut gemacht ist, an die richtigen Leute ausgespielt, die dann auf eine sogenannte Salespage, eine Verkaufsseite geleitet werden, wo sie dann mein Buch zum Beispiel gegen Geld herunterladen können.

Ich muss das natürlich einmal aufbauen. Aber ansonsten habe ich damit im Grunde keine Arbeit mehr. Man nennt das einen "Funnel", also einen "Trichter". Diese Automatisierung steht. Ich muss nur ein Produkt und die technische Umsetzung dafür haben. Das heißt, das Einzige, was ich mir angucke, sind diese Facebook-Anzeigen, um zu sehen, ob die noch gut funktionieren. Also, ob sie auch die richtigen Leute erreichen. Wie teuer das alles ist, ob sich das alles trägt und ob ich da irgendetwas verbessern kann.

An sich ist aber es bei solchen Systemen so, dass egal, was ich mache oder nicht mache, meine Produkte verkauft werden. Und das ist tatsächlich einer der Gründe, warum ich zum Beispiel von Anfang an auf Onlinekurse gebaut habe. Denn bei Onlinekursen ist es ja das gleiche in Grün.

Bei Onlinekurs ist es auch so, dass ich einmal den Inhalt erstelle. Das ist meine Zeit. Ich erstelle einmal den Inhalt und dann kann ich diesen einen Kurs an mehrere Leute verkaufen, ohne dass ich noch mal aktiv wieder sein muss. Außer natürlich, es ist ein Kurs mit persönlicher Begleitung, klar, aber die liegen dann preislich auch woanders, weil ich ja meine Zeit reingebe. Alles, wo ich meine Zeit nicht mit reingebe, kann auch niedriger vom Preis her zum Beispiel gehandelt werden, weil ich das nur einmal aufsetze und dann wird das für immer und ewig verkauft.

Das heißt, theoretisch ist es möglich, einfach Werbung für den Kurs zu schalten. Leute klicken auf diesen Kurs, kaufen den Kurs, machen den, sind zufrieden, können sich das aneignen, was auch immer sie gerade lernen. Und dann können sie vielleicht weiterempfehlen oder eben mit dem Inhalt, den sie gelernt haben, etwas machen.

Also zuerst einmal werden Aufgaben eliminiert, wenn es möglich ist, dass man nicht mehr das macht, was man eigentlich nicht machen will. Und zweitens, was automatisiert werden kann, wird automatisiert. Und da habe ich mir auch wirklich was von Tim Ferris angeeignet: Und zwar fing das damals mit den Automatisierungen auch an, wie zum Beispiel "if this, then that".

Das war so eine Webseite, wo man Automatisierungen machen kann. Also es werden “wenn, dann“-Funktionen aufgestellt: “Wenn ich eine E-Mail. Mit dem Betreff XY schreibe, dann soll das und das passieren.” Das ist eine Automatisierung, die bei mir heute immer noch läuft. Wenn ich eine bestimmte Datei in einem Dropbox-Ordner verändere, dann soll automatisch eine E-Mail an XY geschrieben werden.

Bei uns im kirchlichen Umfeld ist das so, dass da so eine Automatisierung läuft. Die läuft seit mindestens fünf Jahren immer im Hintergrund. Immer, wenn eine Datei in einem bestimmten Ordner geändert wird, wird automatisch über meinen E-Mail-Account eine E-Mail an eine Person geschrieben. Das ist eine Automatisierung, die mein Leben erleichtert, weil ich eben nicht daran denken muss, dem eine E-Mail zu schreiben. Das passiert automatisch. Und so kann man ganz viele digitale Sachen verknüpfen. Also ich habe zum Beispiel auch Verknüpfungen wie, wenn jemand einen Kurs kauft, dann wird der automatisch bei meinem Newslettersystem mit “getaggt” heißt das, also er kriegt dieses Stichwort. Der hat diesen Kurs gekauft, zum Beispiel, damit ich nicht immer nachgucken muss, hatte er den Kurs gekauft oder nicht? Das wird automatisch sozusagen angeheftet.

Dementsprechend ist laut Tim Ferris auch alles super, was irgendwie so was wie Lizenzen zum Beispiel beinhaltet. Also wenn du eine Idee hast, die sich lizenzieren lässt, dann bezahlen dich Leute dafür, dass sie dein Produkt benutzen oder weiterverkaufen dürfen. Also alle diese Unternehmen, die es gibt, wo mit Lizenzmodellen gearbeitet wird. Das ist so etwas, was für Tim Ferris gut funktioniert.

Er pocht darauf, dass du als Unternehmer*in eigentlich lieber der*die Besitzer*in des Unternehmens bist. Und jemand anderes ist der*die Geschäftsführer*in. Jemand anderes schmeißt deinen Laden und dir gehört das Unternehmen. Also mir gehört das Unternehmen, das heißt, ich bin dort ja Anteilseigner. Also läuft alles auf meinen Namen, aber ich bin nicht unbedingt im operativen Geschäft tagtäglich, außer vielleicht im Kundenkontakt, es kommt darauf an, was für ein Business man sich aufbauen will.

Aber indem ich zum Beispiel in meinem Fall Onlinekurse anbiete, läuft mein Unternehmen “nebenbei”, also ohne dass ich jeden Tag irgendwie da in diese Kurse reingehe. Aber gleichzeitig gehört mir alles. Das Ding operiert sich eigentlich selbst. Also das funktioniert ohne mein Zutun.

Bei “vom Schreiben leben” habe ich ein Team und das Team kümmert sich hauptsächlich um die Belange der Kund*innen, zum Beispiel. Und ich gebe dann meine Zeit rein, wenn ich dazu Lust habe, wenn ich mich dazu berufen fühle, wenn ich mir auch die Zeit dafür nehmen möchte. Es funktioniert, aber genauso, wenn ich drei Wochen im Urlaub bin, dann läuft der Laden weiter.

Und das ist sozusagen ein Modell für jeden von euch, der sich mal selbstständig machen will. Überlegt euch wirklich: Wie kriege ich ein Geschäftsmodell auf die Beine gestellt, bei dem ich auch mal drei Wochen ausfallen kann, ohne dass es irgendjemand merkt, ohne dass es ein Problem gibt?

Am Anfang baut man sich etwas auf, wie ich vorhin sagte, mit diesen Automatisierungen. Das dauert ja, bis das alles läuft. Natürlich ist es blöd, wenn man in der Zeit ausfällt, aber es geht um dieses langfristige Denken. Später trägt es sich selbst sozusagen.

Ich habe auch damals tatsächlich diesen Tipp genutzt, dass man selbst auch Aufgaben weiter delegieren kann. Ich habe zum Beispiel damals, als ich das Buch gerade gehört habe, an meinem Debüt geschrieben bzw. das Debüt war gerade so in der Veröffentlichung. Ich

war gerade dabei, die Veröffentlichung vorzubereiten und dann war unter anderem bei diesem Buch auch der Tipp drin, dass man ja Leute dafür beauftragen kann, Aufgaben von sich zu machen.

Auf diese Idee wäre ich sonst nie gekommen. Das heißt, er hat vorgeschlagen nach dem Motto: Du kriegst zum Beispiel 20 € die Stunde als Stundenlohn und findest aber jemanden, der die gleiche Arbeit, die du machst, für 10 € die Stunde macht. Oder für 12 € oder für 15 €. Jedenfalls für weniger, als was du hast. Dann wäre es ja sinnvoll, wenn diese andere Person die Aufgaben macht und du dafür bezahlt wirst.

Dann hast du nämlich pro Stunde, die die Aufgabe gemacht wird, 5 € Gewinn, wenn der andere 15 € kriegt. Das ist ja ein eher amerikanisch wirkendes Konzept. Mir ist völlig klar, dass das aus mehreren Gründen in Deutschland zumindest häufig nicht so umsetzbar ist. Aber lass dich davon nicht abschrecken, nur weil du denkst: "Oh, das kann ich bei mir auf Arbeit nicht machen, weil ich zum Beispiel in der Altenpflege arbeite. Und da kann ich ja nicht jemand dafür bezahlen, dass er mein Job übernimmt."

Es geht auch bei anderen Sachen. Wie viel ist deine Zeit wert? Es ist so eine Grundfrage. Wie viel ist meine Zeit eigentlich wert? Das ist einer der Gründe, warum wir beispielsweise eine Haushälterin mittlerweile haben. Obwohl natürlich wir die Möglichkeit und Zeit hätten, das selber zu machen und in dem wir jemanden bezahlen, der diese Aufgaben macht, kriegen wir ja nicht unbedingt mehr Geld, aber wir kriegen mehr Zeit.

Also in dem Fall war mir meine Zeit einfach wichtiger, weil ich in den zum Beispiel vier Stunden, die sie dann hier ist, kann ich ja viel besser Geld verdienen. Und sie hilft uns im Haushalt und legt Wäsche zusammen, wofür ich total lange brauche. Und während sie das tut, verdiene ich in meinem Job zum Beispiel dann Geld.

Das heißt, ich habe Sachen ausgelagert, delegiert. Ich habe Menschen dafür bezahlt, Sachen für mich zu recherchieren. Damit komme ich zurück auf die Buchveröffentlichung. Ich wollte gerne eine Liste haben mit 100 Blogs, die über Liebesromane geschrieben haben, die Liebesromane lesen, wo ich mein Buch hinschicken konnte. Und anstatt mich hinzusetzen, zu recherchieren und diese Liste zu erstellen, was sicher länger als eine Stunde gedauert hätte, habe ich einfach jemanden beauftragt, das zu machen.

Ich weiß nicht mehr, wie teuer das war, aber es war nicht so teuer. Das war eine Studentin, glaube ich, die gesagt hat: "Das war leicht verdientes Geld. Ich setze mich mal zwei Stunden hin und mach nur diese Internetrecherche und gib ihr die Liste und hab habe dafür 40 €." Ich weiß nicht mehr genau, was ich ihr bezahlt habe, aber für mich hat es sich gelohnt, weil ich in der Zeit etwas anderes tun konnte.

Also dieser Gedanke von "nicht nur Unternehmerinnen können in ihrem Business Sachen delegieren, sondern ich als Privatperson kann vielleicht auch etwas delegieren." Das war für mich damals ein ganz neuer Gedanke und den habe ich mir tatsächlich angeeignet. Man gewöhnt sich manche Denkweisen ja auch an. Und bei mir ist es so, dass ich mir teilweise schon so eine Denkweise angewöhnt habe, nach dem Motto: "Muss ich das eigentlich selber machen oder kann ich das auch delegieren?"

Viele Leute sind ja auch viel froh, wenn sie diese Aufgabe machen können. Wenn ich jetzt an Gartenarbeit zum Beispiel denke, ist das eine Sache, die könnte ich machen oder ich weiß, dass andere Leute das lieber tun als ich und dann können die das ja machen. Da bin ich froh, weil ich es nicht machen muss. Und die sind froh, weil sie das gerne machen. Und das ist eine für mich Win-Win-Situation, weil die Sachen gemacht werden, die gemacht werden

müssen, und das idealerweise von Leuten, die das vielleicht sogar gerne machen. Und wenn die dann auch sogar günstiger sind als ich, dann ist das natürlich noch mal das Nonplusultra sozusagen.

Der nächste Punkt geht in die gleiche Richtung, ist aber wie gesagt ein bisschen kritisch zu sehen. Und zwar hat er wirklich ein bisschen moralisch grauzonige Sachen vorgeschlagen, wie zum Beispiel: Wenn du in deinem Büro bist, dann sei immer am Telefonieren, weil die Leute dann denken, dass du beschäftigt bist. Aber in echt arbeitest du gar nicht, sondern entweder genießt du deine Zeit oder tust halt nur so, als ob du beschäftigt bist und in Wahrheit delegierst du nur alles.

Das war natürlich nichts für mich, weil das ist für mich unmoralisch bzw. das Vorspiegelung falscher Tatsachen, was ich einfach nicht mit meinen Werten vereinbaren kann. Darauf kommen wir in einer anderen Folge noch einmal zu sprechen. Aber diese Grundidee von "Muss diese Aufgabe gemacht werden? Muss ich diese Aufgabe machen? Und wenn ich diese Aufgabe machen muss, reicht es, die zu 80 % zu machen?" Das waren drei Fragen, die mich wirklich sehr viel weitergebracht haben.

Ich möchte noch mal wiederholen, dass ich trotzdem auch manche Aufgaben zu 100 % mache, aber eben nicht alles. Und das ist für mich völlig in Ordnung mittlerweile. Ich musste mich auch durch meinen Perfektionismus so durchcoachen. Und ich musste lernen, dass es auch manchmal okay ist, Dinge einfach so zu lassen, wie sie sind und diese 2+ statt einer 1-zum Beispiel zu haben.

Nicht alles, was ich tue, muss eine Einser-Note bekommen, sondern es ist völlig in Ordnung, wenn ich doppelt so viel Content zum Beispiel produziere und dafür alles mit einer Zweier-Note habe. Das ist für den Bereich, in dem ich tätig bin, völlig ausreichend. Wenn ich dann ein paar Sachen habe, die eins haben, ist das super. Aber das hält mich davon ab, ins Perfektionistische zu gehen und dann nachher gar nichts zu machen.

Wenn ich nämlich perfektionistisch bin, dann würde ich so eine Podcastfolge auch dreimal aufnehmen, weil ich zwei Versprecher drin habe oder weil ich im Nachhinein vielleicht das Gefühl habe "Oh, die Struktur war nicht ideal. Ich glaube, ich mach es noch mal". Wenn dieses Mindset mit reinspielt "und das muss perfekt sein, was ich herausgebe", dann hemme ich mich selber. Dann bringe ich nämlich gar nichts raus.

Deshalb sind auch zum Beispiel diese Podcastfolgen eher umgangssprachlich und spontan. Ich weiß zwar, worüber ich reden will, aber ich habe kein Skript, das ich ablese, sondern ich lasse es sich entwickeln und schau mal, wohin es geht. Das ist für mich eine angenehme Art zu arbeiten.

Von euren Rückmeldungen her weiß ich, dass ihr es gut findet, dass ihr das Gefühl habt, dass wir uns einfach auch schon so kennen. Also es ist sehr gesprächig, so wie eine Konversation eben und weniger wie ein Vortrag und das hilft mir, Content zu produzieren, indem ich einfach mich von diesem Perfektionismus befreie.

Außerdem sagte Tim Ferris noch, dass man es auch als Angestellte oft hinkriegen kann außerhalb des Büros zu arbeiten. Heutzutage wird man ein bisschen lachen, wo viele von uns im Homeoffice arbeiten können. Das war damals, 2012, noch ziemlich undenkbar. Ich glaube, ich kenne niemanden, der 2012 im Homeoffice gearbeitet hat. Vielleicht kennt ihr welche, aber es war eine Ausnahme.

Heutzutage ist das ja ziemlich häufig der Fall. Und das ist eigentlich auch so eine Frage an euch: Wie würdet ihr euren Arbeitsalltag gestalten, wenn ihr alle Möglichkeiten habt? Geht ihr gerne ins Büro? Quatscht ihr gern mit den Leuten, weil vieles vom Arbeiten ist ja auch nicht nur einfach das Arbeiten, sondern das Zusammensein und das kurze Quatschen zwischen Tür und Angel usw. Oder seid ihr froh, wenn ihr Home Office habt und im Schlafanzug vorm Laptop sitzen könnt?

Bei mir war das wirklich ungelogen ein wichtiger Punkt, den ich für mich rausgefunden habe, dass ich nämlich wirklich gerne die Möglichkeit haben wollte, ganz gemütlich mit meinem Laptop auf der Couch zu liegen und da zu arbeiten. Lustigerweise mache ich das auch heute noch. Gerade heute habe ich das die erste Hälfte des Vormittags gemacht. Ich habe mich mit meinem Laptop auf die Couch gesetzt und habe dort gearbeitet, weil ich das so angenehm finde.

Ich bin auch jemand, der problemlos im Schlafanzug arbeiten könnte, wenn es nicht gerade so kalt wäre und ohne Probleme in meine Fokuszeit reinkommen kann. Also ich weiß, es gibt Leute, die können nur richtig gut arbeiten, wenn sie sich fertig machen und die Hose anziehen und schminken und fertig und am besten noch eine Runde ums Haus gehen, um das Gefühl zu haben, dass sie zur Arbeit gehen, ist auch möglich.

Für mich persönlich war das noch nie ein Problem. Ich kann nachts um drei aufstehen und sofort arbeitsfähig sein und ich kann auch im Schlabberlook rumsitzen und trotzdem hochproduktiv arbeiten. Und das hat mich persönlich damals gestört, dass ich das auf der Arbeit nicht konnte. Auf der Arbeit musste ich immer ordentlich aussehen, da ich war Assistentin der Geschäftsleitung und auch Marketingleiterin. Da muss man halt ein bisschen vorzeigbar sein.

Und so gerne ich mich auch herrichte, mag ich es manchmal auch, einfach so schlurfig zu sein. Hat übrigens auch – und damit knüpfe ich noch mal an unsere letzte Folge an – tatsächlich mit dem Thema “Zyklus” zu tun. Wir sind ja hier quasi fast nur Frauen und ich weiß nicht, wie es euch geht, aber bei mir ist es so, je nachdem wo in meinem Zyklus ich mich auch befinde, bin ich manchmal ein bisschen gemütlicher oder nicht.

Manchmal habe ich richtig Lust, mich aufzubrezeln, zu schminken und anzuziehen, hübsch zu machen usw. Und an anderen Tagen, gerade wenn es so in Richtung Periode geht, dann will ich am liebsten einfach nur möglichst gemütlich sein und einfach für mich zurückgezogen sein. Und indem ich mir einen Job aufgebaut habe, in dem ich das alles machen kann, wie ich es möchte, empfinde ich eine immens große Freiheit, weil ich eben diese Entscheidungsfreiheit habe.

Darum geht es doch bei einem erfüllten Leben. Es geht nicht darum Unsummen an Geld anzuhäufen, sondern meiner persönlichen Meinung nach geht es in erster Linie um Entscheidungsfreiheit. Natürlich brauchen wir in der Regel eine gewisse Summe Geld, um Entscheidungsfreiheit zu haben. Deshalb konzentrieren wir uns hier ja auch vielfach auf Money-Mindset, um einfach “den Rubel rollen zu lassen”, wie man so schön sagt. Und genug auf der hohen Kante zu haben, um frei entscheiden zu können.

Es ist ja ein riesen Luxus in der heutigen Zeit, dass wir überhaupt über solche Themen sprechen können. Diese Selbstentfaltung, Persönlichkeitsentwicklung und dann darüber geordnet das Transzendente, also sich zu Gott hin ausrichten zum Beispiel, sind ja die übergeordneten Ziele. Wir brauchen aber eben häufig Geld, um dorthin zu kommen, weshalb das ein großes Thema hier mit auf dem Kanal ist.

Podcast frei&wunderbar: Glaube und Geld
030 – Was ich von “Die 4-Stunden-Woche” gelernt habe

vomschreibenleben.de | freiundwunderbar.com
©2023 Annika Bühnemann, alle Rechte vorbehalten

Das ist also meine Leseempfehlung für alle, die jetzt aktuell immer noch das Gefühl haben, dass sie in so einer Art Hamsterrad sind, dass sie quasi auch nicht rauskommen können, dass sie sich fragen, wie sie etwas verändern sollen, wo vielleicht auch viel Angst herrscht usw. Wenn dich das angesprochen hat, dann ist das dein Buch, dann lies das gerne mal und mach dir einfach mal deine Gedanken.

Ansonsten hoffe ich, dass ich viele von euch im Journaling-Kurs wiedersehe, denn im Journaling-Kurs, der im Januar startet, werden wir auch diese besagten Ängste anpacken und damit arbeiten und herausfinden, wie man diese Ängste besiegt, wie man trotz Krise gelassen bleibt, obwohl man vielleicht allen Grund zur Sorge hätte, trotzdem entspannt durch den Winter kommt.

Und ich möchte euch einfach helfen, Tools an die Hand zu bekommen, die auch ein Leben lang helfen, Krisen zu überstehen. Außerdem wird es sehr bald einen Grundkurs zum Thema "Coache dich selbst" geben. Dort suche ich drei Freiwillige, die diesen Kurs vorab testen möchten. Wenn dich das anspricht, wenn du mehr Infos dazu haben möchtest, dann schreibe mir doch einfach eine E-Mail an kontakt@freiundwunderbar.com und ich schicke dir mehr Infos mit allen möglichen Details, was da auf dich zukommt.

Es betrifft vor allen Dingen die Leute, die momentan das Gefühl haben, dass ihnen alles über den Kopf wächst, dass sie nicht so richtig wissen, wie sie ihr Leben in den Griff kriegen. Die aber schon wissen, dass sie sich jetzt zum Beispiel kein persönliches Coaching leisten können. Persönliche Coachings sind ja nicht immer supergünstig, gerade wenn man da zwölf Termine oder haben möchte.

Es betrifft Leute, die diese Fähigkeiten des Coachings an sich selbst ausprobieren wollen. Wenn dich das anspricht, dann schreib mir unbedingt eine E-Mail. Drei Plätze sind schnell weg, also vielleicht auch nicht zu lange warten.

Ansonsten wünsche ich euch und dir ein paar wundervolle Weihnachtstage, denn Weihnachten steht kurz vor der Tür, wenn wir das hier ausstrahlen, und wir hören vor dem Jahreswechsel noch einmal, worüber ich mich sehr freue.

Und ich wünsche dir eine ganz tolle und besinnliche Zeit und wunderschöne Tage.

Bis dann!