



[stori]

RESET

Dein Business bist Du



WORKBOOK

MODUL 2



Inhalt

6. Meine neuer Arbeitsalltag
7. ChatGPT für Inspiration – Arbeitsalltag
8. Mein Idealkunde
9. ChatGPT für Inspiration – Idealkunde
10. Mein authentisches Angebot
11. ChatGPT für Inspiration – Angebot

6. Mein neuer Arbeitsalltag

Klarheit fürs Business zu erlangen und langfristig zu behalten hängt unmittelbar auch mit einem gut strukturierten Arbeitsalltag zusammen, der zu dir und deiner Arbeit als Selbständige passt und dir auch Raum gibt, um deinen Weg zwischendurch immer mal wieder zu reflektieren und anzupassen. Dein Business ist wie der Garten – es wächst, entwickelt sich stetig weiter und verändert sich mit der Zeit. So, wie du natürlich auch. Der Weg ist ein lebendiger Prozess.

6.1. Arbeitszeiten

Mein neuer Arbeitsalltag soll strukturiert sein und meinen Bedürfnissen entsprechen. Ich arbeite:

- Montag von ... bis .. Uhr
- Dienstag von ... bis .. Uhr
- Mittwoch von ... bis .. Uhr
- Donnerstag von ... bis .. Uhr
- Freitag von ... bis .. Uhr
- Samstag von ... bis .. Uhr
- Sonntag von ... bis .. Uhr

6.2 Meine No Go's

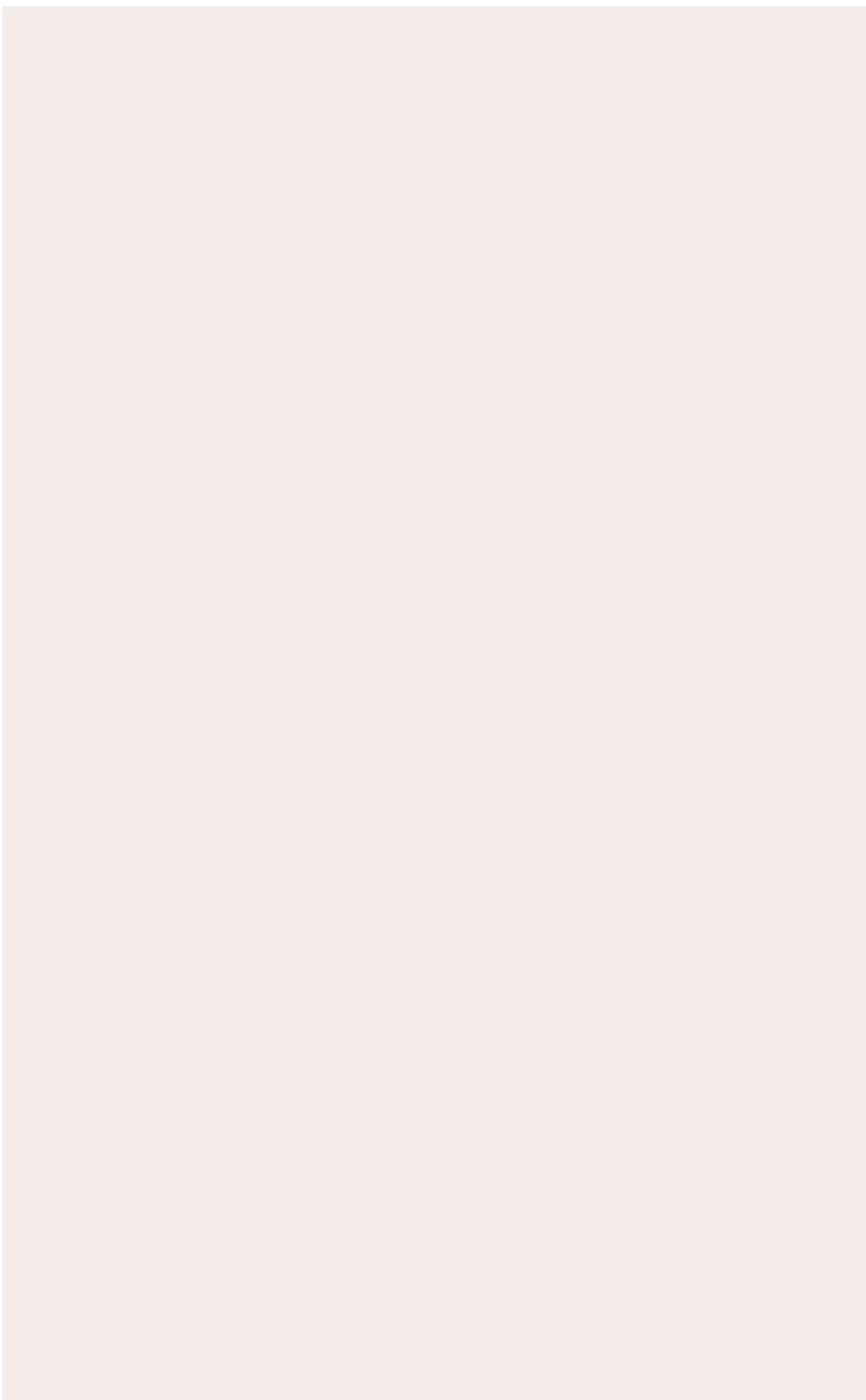
Grenzen setzen, von denen ich entweder nie oder nur in Ausnahmefällen abweichen will, z.B. Wochenende wird nicht gearbeitet, keine Meetings nach x Uhr, keine Arbeitszeit, wenn die Kinder aus der Schule kommen, etc.

6.3. Kraft- und Ruhegeber in der Arbeitswoche

Welche Kraft- und Ruhegeber aus **Punkt 5.4.** sollen fester Bestandteil in meinem Alltag werden? Wann setze ich sie ein? Morgens, mittags, abends?

Montag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Dienstag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Mittwoch	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Donnerstag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Freitag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Samstag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>
Sonntag	<div style="background-color: #f2f2f2; height: 30px; width: 100%;"></div>

Platz für eine ausführlichere Planung oder Notizen:



7. ChatGPT für Inspiration – Arbeitsalltag

Du kannst ChatGPT als neutralen Gesprächspartner bzw. zum Auswerten deiner Angaben im Workbook nutzen. Entweder gibst du ihm die nötigen Parameter nochmal in Textform ein oder du kannst das Workbook mit deinen Angaben per Drag and Drop in das Eingabefeld ziehen.

Bitte achte darauf, dass du keine Namen oder andere persönliche Daten in deinem Dokument hast. Außerdem empfehle ich, in den Einstellungen die Erlaubnis, mit deinen Eingaben zu trainieren, auszuschalten. Die Einstellungen findest du oben rechts beim Profil-Icon.

Einstellungen → Datenkontrollen → Das Modell für alle verbessern → Schieberegler auf "aus"

Hinweis: Chat GPT erlaubt im kostenlosen Modus nur begrenzt die Verarbeitung von Dokumenten.

Du kannst die folgenden Prompts kopieren und direkt in ChatGPT einsetzen. Bitte ersetze die Texte in den roten Bereichen durch deine eigenen Angaben. Wenn du mit dem Dokument arbeiten willst, kannst du es vorab oder im Anschluss bei ChatGPT hochladen. Du kannst aber auch ohne das Dokument arbeiten, indem du die Angaben einfach eintippst, siehe zweiter Prompt. Natürlich kannst du die Prompts auch noch weiter anpassen.

7.1. Mein nachhaltiger Arbeitsalltag

Prompt mit pdf (Workbook):

Das vorliegende Workbook wurde von *einer Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet (eintragen, was du tust)*, ausgefüllt. Du agierst als Business-Mentorin und Effizienz-Coachin und berätst deine Kundin. Entwickle aus Punkt 2, 3, 5.2. und 5.3. des gespeicherten Workbooks einen neuen, realistischen Arbeitsalltag, der ihren Bedürfnissen entspricht und sowohl nachhaltig als auch effizient ist. Erstelle außerdem eine Wochenübersicht in Tabellenform. Beachte zusätzlich, *dass der Arbeitstag nicht vor 7 Uhr beginnt und der Mittwochnachmittag frei bleiben soll (siehe deine Einträge aus Aufgabe 6)*. Achte auf Ausgewogenheit und ein gutes Verhältnis zwischen Aktivität und Regeneration.

Prompt ohne pdf:

Das vorliegende Workbook wurde von *einer Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet (eintragen, was du tust)*, ausgefüllt. Du agierst als Business-Mentorin und Effizienz-Coachin und berätst eine Kundin, *die als Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet (eintragen, was du tust)*. Sie möchte sich neu ausrichten in ihrem Arbeitsalltag. Sie ist ganz in ihrer Kraft, wenn sie: *Dein Text aus 3.3.1*. Sie ist eher ein *Morgentyp* und braucht folgendes, um klar, kreativ und ausgeglichen zu bleiben: *Dein Text aus 3.3.3* Ihr idealer Arbeitstag könnte in etwa so aussehen: *Dein Text aus 3.3.4*. Ihre Ruhegeber sind: *Dein Text aus 5.2*. Ihre Kraftgeber sind: *Dein Text aus 5.3*.

Entwickle aus den oben genannten Angaben einen neuen, realistischen Arbeitsalltag, der ihren Bedürfnissen entspricht und sowohl nachhaltig als auch effizient ist. Erstelle außerdem eine Wochenübersicht in Tabellenform. Beachte zusätzlich, *dass der Arbeitstag nicht vor 7 Uhr beginnt und der Mittwochnachmittag frei bleiben soll (siehe deine Einträge in Aufgabe 6)*. Achte auf Ausgewogenheit und ein gutes Verhältnis zwischen Aktivität und Regeneration.

8. Mein Idealkunde

8.1. Meine Garten-Besucher

Welchen Menschen würdest du deinen Garten zeigen wollen? Wer würde deinen Garten besuchen? Was können diese Menschen dort sehen, erleben, hören, tun? Wie fühlen sie sich dabei?

8.2. Meine Garten-Arbeitsbereiche

Welche Bereiche meines Gartens wären nur für meine Kunden und welche sind für mich als Unternehmerin?

8.3. Kenne ich meinen Idealkunden?

Die Arbeit mit der Frage nach dem Idealkunden fällt leichter, wenn man ihn persönlich kennt. Ist mein Idealkunde vielleicht jemand aus meinem Bekannten- oder Verwandtenkreis oder, wie in vielen Fällen, eine frühere Version von mir selbst? Notiere mögliche Idealkunden.

9. ChatGPT für Inspiration – Archetypen & Idealkunde

9.1. Kundenarchetyp & Kunden-Persona

Finde heraus, welchen Kundenarchetypen du mit deinem Business-Garten ansprichst.

Prompt mit pdf:

Das vorliegende Workbook wurde von einer Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet (eintragen, was du tust), ausgefüllt. Du agierst als Business-Mentorin und Effizienz-Coachin und berätst deine Kundin. Wenn du dir Punkt 1, 2 und 4 genauer anschaust, kannst du dann daraus ableiten, welcher Kundenarchetyp von deiner Kundin vorrangig angesprochen und inspiriert wird? Erstelle dazu eine passende Kunden Persona und eine Liste mit ihren Bedürfnissen, ihren Ängsten und Wünschen. Mit welcher Ansprache erreicht man diese Person am besten, sodass sie sich verstanden fühlt?

Prompt ohne pdf:

Deine Kundin hat sich ihr Business als Garten visualisiert. Der Garten sieht so aus: *Dein Text aus Aufgabe 1.2* und enthält diese Bereiche: *Dein Text aus Aufgabe 1.3*. Der Garten erzeugt bei ihr diese Gefühle: *Dein Text aus Aufgabe 1.4*. Ihre Werte sind: *Dein Text aus 2.1*. Ihre allgemeinen Bedürfnisse sind: *Dein Text aus 2.1*. Ihre Alltagsbedürfnisse sind: *dein Text aus 2.3*. Ihre Stärken sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.1*. Ihre Erfahrungen sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.2*. Ihre Expertisen sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.3*.

Kannst du daraus ableiten, welcher Kundenarchetyp von deiner Kundin vorrangig angesprochen und inspiriert wird? Erstelle dazu eine passende Kunden Persona und eine Liste mit ihren Bedürfnissen, ihren Ängsten und Wünschen. Mit welcher Ansprache erreicht man diese Person am besten, sodass sie sich verstanden fühlt?

9.2. Markenarchetyp

Finde heraus, welchem Markenarchetyp du auf Grundlage deines Business-Gartens entsprichst.

Prompt mit pdf:

Das vorliegende Workbook wurde von einer *Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet* (eintragen, was du tust), ausgefüllt. Du agierst als Business-Mentorin und Effizienz-Coachin und berätst deine Kundin. Wenn du dir Punkt 1,2 und 4 nochmal anschaust, kannst du dann daraus ableiten, welcher Markenarchetyp daraus hervorgeht? Wie kann dieser Markenarchetyp den o.g. Kundenarchetypen am besten abholen?

Prompt ohne pdf:

Berücksichtige die Gartenvisualisierung deiner Kundin sowie ihre Werte und Bedürfnisse von oben und leite daraus ab, welcher Markenarchetyp daraus hervorgeht? Wie kann dieser Markenarchetyp den o.g. Kundenarchetypen am besten abholen?

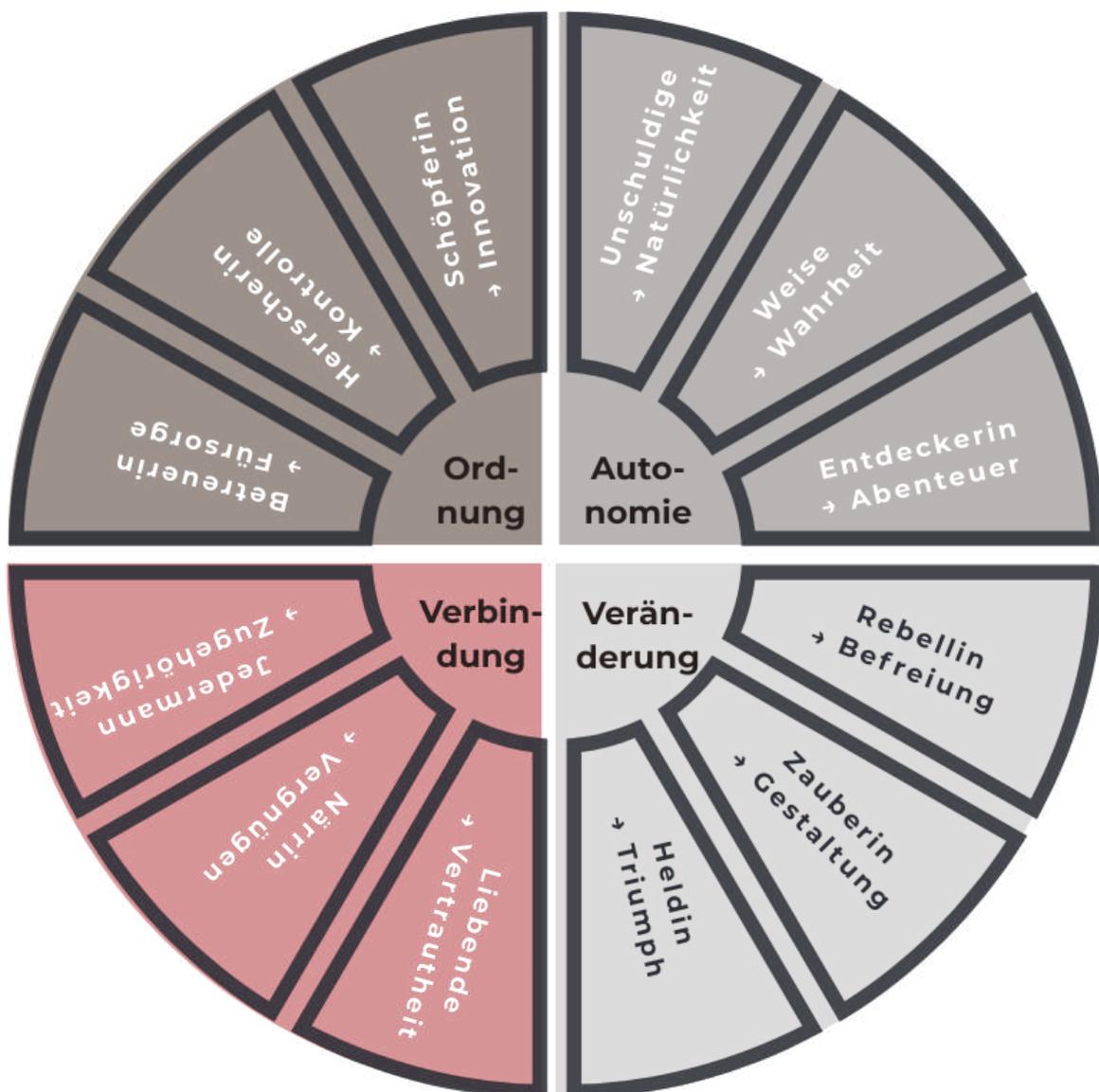
9.3. Die 12 Archetypen nach C.G. Jung

- Betreuer/in – sorgt sich um andere, will helfen und beschützen
- Schöpfer/in – will Neues erschaffen und eigene Ideen verwirklichen
- Herrscher/in – strebt nach Kontrolle, Ordnung und Erfolg

- Unschuldige/r – sucht Glück, Sicherheit und Einfachheit
- Weise/r – strebt nach Wahrheit, Wissen und Verständnis
- Entdecker/in – sucht Freiheit, Abenteuer und neue Erfahrungen

- Rebell/in – will Veränderung, bricht Regeln und schafft Neues
- Zauberer/in – will Transformation bewirken und Wunder möglich machen
- Held/in – will die Welt verbessern und Herausforderungen meistern

- Liebende/r – sehnt sich nach Nähe, Beziehungen und Genuss
- Narr/in – bringt Freude, lebt im Moment und liebt das Leben
- Jedermann (Alltagsmensch) – will dazugehören, Gemeinschaft erleben



9.4. Mein Idealkunde

Notiere hier deine Ergebnisse zum Idealkunden, die sich für dich stimmig anfühlen:

Name:

Alter:

Familienstand:

Kinder:

Bildungsgrad:

Berufliche Situation:

Werte und Überzeugungen:

Herausforderungen:

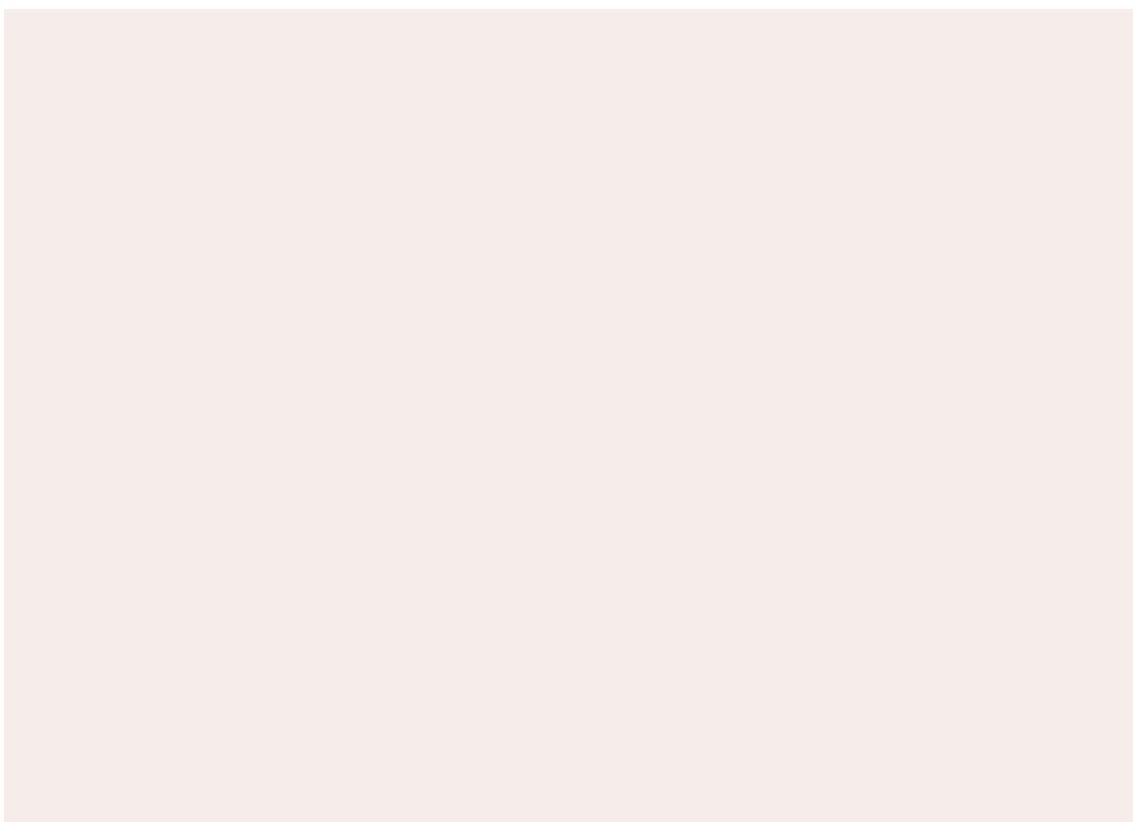
Berufliche Ziele:

Wünsche und Bedürfnisse:

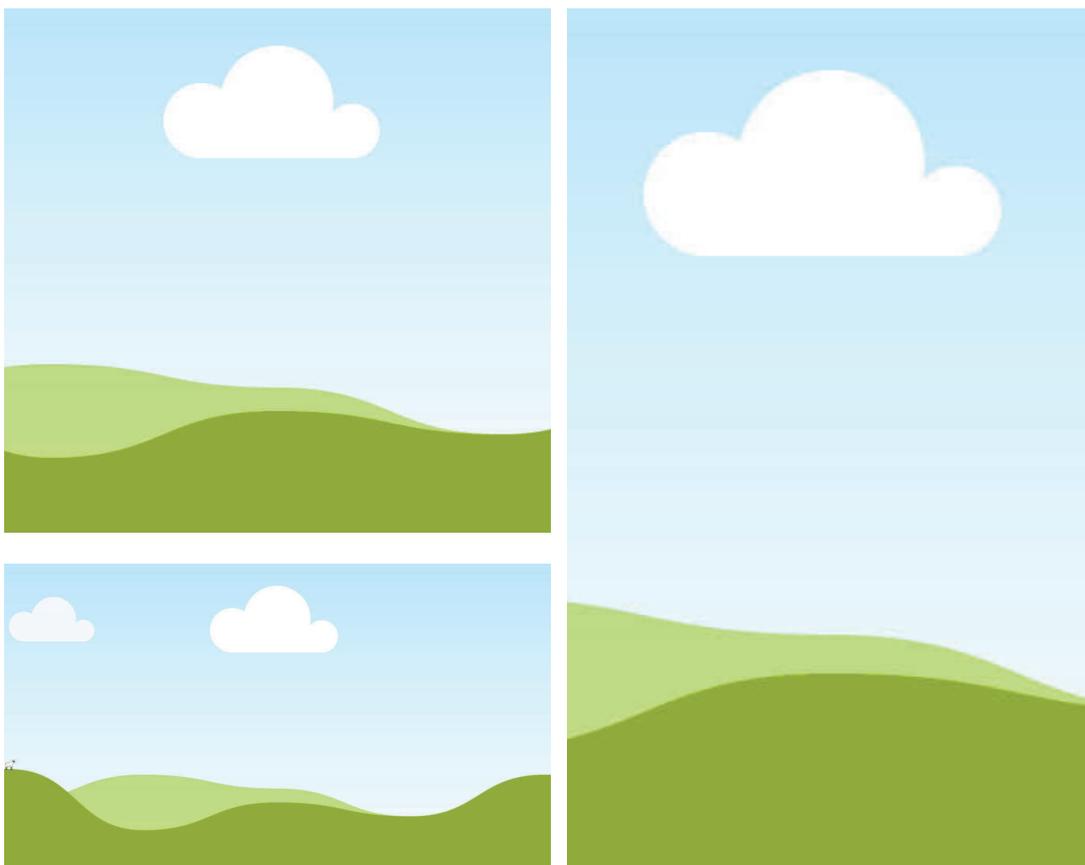
Kaufverhalten:

Kommunikationspräferenzen:

Platz für Notizen und Gedanken zum Idealkunden:



Bilder, die deinem Idealkunden entsprechen



10. Mein authentisches Angebot

10.1. Vielfalt

Gehörst du zu denen, die viele Themen spannend finden und 1000 Ideen für ein Angebot haben? Viele Interessen können bei der Frage zum Angebot und zur Positionierung verwirrend sein. Wahrscheinlich wirst du aber ganz viel davon nutzen und (vielleicht später) kreativ einbinden können. Welche Themen kommen für dich für Angebote grundsätzlich in Frage ?

Überlege, ob einige Themen vielleicht zu einem späteren Zeitpunkt in die Customer Journey deiner Kunden passen. Wenn ja, setze an den verschiedenen Themen jeweils am Ende eine Zahl in Klammern (z.B. 1 für den Anfang der Reise usw.).

10.2. Weg von ... hin zu ...

Formuliere deine eigenen Sätze: Wem möchte ich helfen und/oder kann ich bei welcher Transformation begleiten?

Denke am besten: Ich begleite ... von ... hin zu ... und formuliere dein Angebot für **eine einzige Person** (rufe dir deinen Idealkunden ins Gedächtnis). Nutze ChatGPT für Inspiration, wenn du nicht weiterkommst.

Beispiele:

- Ich helfe dir aus der Überforderung und Burnout-Gefahr hin zu einer gesunden Work-Life-Balance, die deine Karriere und dein Privatleben in Einklang bringt.
- Ich zeige dir, wie du dein Kind aus der Frustration beim Lesen und Schreiben hin zu einer besseren Lese- und Rechtschreibkompetenz führen kannst, die ihm hilft, in der Schule erfolgreich und zufrieden zu sein.

10.3. Die Angebots-/Produktformate

Für deine Produkte kannst du unzählige Formate wählen und auch kreativ kombinieren, z.B. Online-Kurs, Selbstlernkurs, Challenge, interaktiver Workshop, 1:1, Gruppenangebot in Präsenz, Retreat, etc. Bevor du dich für diese entscheidest, mach dir einmal Gedanken darüber, in welchen Formaten du selber gern lernst. Bist du ein 1:1 Typ oder eher ein Gruppenmensch? Bevorzugst du kleine Gruppen mit intensivem Austausch oder lieber große Gruppen, in denen du dich auch mal "verstecken" kannst? Bist du jemand, der gut und gerne Selbstlern-Programme durcharbeitet? Arbeitest du lieber mit Video, Audio oder Workbooks? Notiere deine bevorzugten Angebots- und Produkt-Formate und neue Format-Ideen.

11. ChatGPT für Inspiration – authentisches Angebot

Nutze wieder ChatGPT, um dir Inspirationen zu holen. Passe den Prompt nach deinen Vorstellungen an.

Prompt mit pdf:

Das vorliegende Workbook wurde von einer Coachin, die Frauen in der beruflichen Neuorientierung begleitet (eintragen, was du tust), ausgefüllt. Du agierst als Business-Mentorin und Effizienz-Coachin und berätst deine Kundin.

Welche passenden und authentischen Angebote kannst du auf Grundlage der pdf entwickeln, die auch noch gut in die neue Arbeitsalltagsplanung passen? Beachte dabei vor allem die Punkte 1 und 4. Bitte erstelle eine völlig neue und logisch aufgebaute Produkttreppe aus einem 0€-Produkt, einem Niedrigpreis-Produkt (appetizer) und einem Starter-Kurs sowie einem Signatur-Kurs und einem Premium-Produkt.

Prompt ohne pdf:

Welche passenden und authentischen Angebote kannst du auf Grundlage der folgender Angaben entwickeln, die auch noch gut in die neue Arbeitsalltagsplanung passen? Deine Kundin hat sich ihr Business als Garten visualisiert. Der Garten sieht so aus: *Dein Text aus Aufgabe 1.2* und enthält diese Bereiche: *Dein Text aus Aufgabe 1.3*. Der Garten erzeugt bei ihr diese Gefühle: *Dein Text aus Aufgabe 1.4* Ihre Stärken sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.1*. Ihre Erfahrungen sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.2*. Ihre Expertisen sind: *Dein Text aus Aufgabe 4.3*.

Bitte erstelle ihr eine völlig neue und logisch aufgebaute Produkttreppe aus einem 0€-Produkt, einem Niedrigpreis-Produkt (appetizer) und einem Starter-Kurs sowie einem Signatur-Kurs und einem Premium-Produkt.

Notiere die wichtigsten Erkenntnisse

Mache dir Notizen, welche Vorschläge findest du gut? Wo könntest du sie verbessern oder verändern. Mach dir eine Ideenliste für deine Produkttreppe:

0€ Produkt ("Freebie")

Appetizer

Starter-Kurs

Four horizontal light beige bars for content entry under the Starter-Kurs section.

Signatur-Kurs

Four horizontal light beige bars for content entry under the Signatur-Kurs section.

Premium Angebot

Four horizontal light beige bars for content entry under the Premium Angebot section.

