



Das Erfolgs-  
Ebook

# MOMPREENEURS

Selbstständig mit Kind

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Lasst uns etwas Großartiges erschaffen!</b>	<b>Seite 5</b>
<b>Kapitel Eins: Bist du bereit zu fliegen?</b>	<b>Seite 7</b>
Passt eine Selbstständigkeit in deinen Familienalltag?	Seite 9
Welche Eigenschaften sollten Selbstständige mitbringen?	Seite 11
Wie möchtest du arbeiten?	Seite 14
Deine Leidenschaften und Stärken	Seite 17
Deine Werte	Seite 21
<b>Kapitel Zwei: Entwickle deine Geschäftsidee</b>	<b>Seite 23</b>
Ideen für deine Selbstständigkeit entwickeln	Seite 24
Gesammelte Geschäftsideen überprüfen	Seite 28
Deine Zielgruppe	Seite 31
Mehrwert & USP	Seite 33
Branding und Namensfindung	Seite 35
<b>Kapitel Drei: Rechtsformen &amp; Gewerbe</b>	<b>Seite 38</b>
Gründungs- und Rechtsformen von Unternehmen	Seite 39
Gewerbe: Grundlagen & Anmeldung	Seite 46
<b>Kapitel Vier: Finanzierung &amp; Zuschüsse</b>	<b>Seite 51</b>
Finanzierung aus Eigenkapital (Bootstrapping)	Seite 53
Finanzierung aus Fremdkapital	Seite 55
Fördermittel und Zuschüsse	Seite 57
<b>Kapitel Fünf: Businessplan &amp; Gründung</b>	<b>Seite 59</b>
Businessplan schreiben	Seite 60
Selbstständig als Alleinerziehende - Geht das?	Seite 66
Die häufigsten Fehler beim Gründen	Seite 70

<b>Kapitel Sechs: Inspirierende Interviews</b>	<b>Seite 76</b>
Clara Moring (Tastesherriff, BLOGST Konferenz)	Seite 78
Sarah Seeliger (librileo)	Seite 88
Suse Bauer (RevoluzZza)	Seite 95
Constanze Buchheim (i-porentials)	Seite 109
<b>Kapitel Sieben: Bonus-Lektionen &amp; Ressourcen</b>	<b>Seite 118</b>
Wie du ein Label startest	Seite 119
Erfolgsstrategien für dein Unternehmen	Seite 123
Zeitmanagement-Tipps: So klappt der Spagat zwischen Beruf und Erziehung	Seite 125
Ressourcen für GründerInnen	Seite 129
<b>Warum Mompreneur sein rockt</b>	<b>Seite 133</b>
<b>Über die Autorin</b>	<b>Seite 135</b>
<b>Impressum &amp; Bildnachweise</b>	<b>Seite 136</b>

“

Eine der größten Chancen, die ich durch meine Kinder bekam, ist: Die Welt noch einmal neu wahrnehmen und erforschen zu dürfen. Entschleunigt, kopfüber, das Kleine im großen Ganzen zu entdecken.

Suse Bauer  
[www.revoluzza.de](http://www.revoluzza.de)

# LASST UNS ETWAS GROßARTIGES ERSCHAFFEN!

*“Ich kann allen Müttern nur raten, anzufangen und sich zu trauen. Es sollte viel mehr Unternehmensgründerinnen oder Mompreneurs geben!”*

(Sarah, librileo.de)

Zwei der herausforderndsten und zugleich erfüllendsten Erlebnisse im Leben sind das Gründen einer Familie und eines eigenen Unternehmens. Beides sind Vollzeitbeschäftigungen, die eine Menge Geduld und Liebe einfordern. Eins davon gut zu meistern ist schon eine große Aufgabe – aber viele Frauen mit Unternehmergeist entscheiden sich sogar freiwillig für die Kombination aus beidem.

In diesem Buch möchte ich dir inspirierende Frauen und ihren Werdegang als selbstständige Mütter vorstellen. Natürlich erfährst du auch alles über mögliche Formen der Selbstständigkeit, die Unternehmensgründung und wie du den Alltag zwischen Selbstverwirklichung und Familie meisterst.

Der Begriff Mompreneur ist ein Neologismus – eine Mischung aus Mom und Entrepreneur, also einer Unternehmerin mit Kind. Die Zahl der selbstständigen Mütter wächst stetig an. Bei den Recherchen zu diesem Buch sind mir vor allem die vielen unterschiedlichen Wege und Möglichkeiten aufgefallen, wie Frauen zur Selbstständigkeit gekommen sind. Einige davon stelle ich dir im Interviewteil des Buches ganz ausführlich vor.

Dabei war mir besonders wichtig, dass nicht nur Erfolgsgeschichten aufgezeigt werden. Eine der vorgestellten Unternehmerinnen ist mit ihrer ersten Firma „gescheitert“, eine andere ist alleinerziehend und viele haben komplett ohne Fremdkapital gegründet. Auffallend ist auch, dass viele Mütter mit Baby zuhause arbeiten (mal mit Babysitter, mal ohne) – weil sie keine frühe Fremdbetreuung ihrer Kinder wünschen, keinen Kitaplatz finden oder

keine Großeltern in der Stadt haben, die bei der Betreuung einspringen könnten. Mittlerweile gibt es sogar Coworking-Spaces mit Kinderbetreuung, in denen man stundenweise arbeiten kann. Immer mehr Blogs, Internetportale und Meetups für Mompreneurs sprießen aus dem Boden. Viele Mütter vernetzen sich und können sich so gegenseitig unterstützen.

### **Warum machen sich immer mehr Mütter selbstständig?**

Ganz einfach: Sie wollen selbstbestimmt leben und arbeiten. Viele Frauen wollen ihre Arbeitszeit nach der Familiengründung erstmal reduzieren, bis die Kinder „aus dem Größten raus“ sind. Sie wollen die Zeit mit Baby und Kleinkind voll ausnutzen und genießen - ohne dabei auf ihre finanzielle Sicherheit zu verzichten. Doch immer noch mangelt es an ausreichenden Kitaplätzen und familienfreundlichen Regelungen in Unternehmen. Viele Väter würden gern eine lange Elternzeit nehmen, stoßen damit aber häufig auf Unverständnis beim Vorgesetzten oder riskieren sogar ihren Job. Fair bezahlte und erfüllende Teilzeitstellen für Mütter sind immer noch eine Seltenheit. Wer Vollzeit arbeiten will hat es ebenfalls schwer. Ein langer Arbeitsweg und eventuelle Überstunden kollidieren oft mit den Kita-Öffnungszeiten. Wenn das Kind häufig krank ist, reichen die betrieblichen Krankheitstage dafür nicht aus. Gerade mit Babies und Kleinkindern ist eine maximale Flexibilität vonnöten, um Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen.

Auch der Wunsch nach Selbstverwirklichung spielt eine große Rolle. Während der Schwangerschaft und in der Elternzeit beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Bestehendes wird hinterfragt und auf die Probe gestellt, die Prioritäten verschieben sich. Nicht nur bei mir selbst hat sich in beiden Schwangerschaften meine unternehmerische Ausrichtung geändert. Auch bei vielen anderen Frauen beobachte ich, dass sich mit der Mutterrolle ein neues Bewusstsein heraus kristallisiert - die Suche nach einer sinnvollen Beschäftigung anstelle des „Zeit Absitzens“ im Büro.

Eine freiberufliche oder gewerbliche Tätigkeit kann hier die Lücke schließen. Stundenweises arbeiten, flexibel über den Tag oder die Woche verteilt - zuhause im Schreibtisch, in der eigenen Firma oder in einem Coworking-Space mit Kinderbetreuung. Die Bezahlung muss nicht laufend verhandelt werden und hängt nicht von der Dauer der Anwesenheit im Büro ab - das Einkommen ist sogar nach oben hin stark skalierbar.

**Die Möglichkeiten für selbstständige Mütter werden immer besser. Machen wir etwas Großartiges daraus!**

Ich wünsche dir ganz viel Spaß beim Lesen und Durcharbeiten!

A handwritten signature in black ink. The name 'Julia' is written in a cursive script. Above the 'J' is a large, stylized flourish. Below the name, there are two small crosses on either side, and a horizontal line with a small flourish at the end.

Dieses Buch ersetzt keine professionelle Existenzgründungsberatung. Da sich viele Regelungen und Fakten im Laufe der Zeit ändern, übernehme ich keinerlei Haftung für die im Buch beschriebenen Inhalte. Bitte wende dich vor der Gründung deiner Firma an eine Existenzgründungsberatung und am Besten auch an deinen Steuerberater, um im Vorfeld alle offenen Fragen zu klären und rechtlich auf der sicheren Seite zu sein.



2. Welche bisherigen beruflichen Aktivitäten haben dir bisher am meisten gefallen?

.....  
.....  
.....

3. Worüber könntest du stundenlang reden? Zu welchen Themen fällt dir immer etwas ein?

.....  
.....  
.....

4. Bei welchen Themen reagierst du sehr emotional? Was bewegt dich?

.....  
.....  
.....

5. Welche Fähigkeiten hast du bisher im privaten und beruflichen Bereich erlernt?

.....  
.....  
.....

6. Was machst du gern in deiner Freizeit? Freiwillig und ohne jeden Zwang?

.....  
.....  
.....

7. Wenn du nicht arbeiten müsstest, womit würdest du deine Zeit verbringen?

.....  
.....  
.....

8. Wofür wirst du von anderen häufig gelobt? Was schätzen andere an dir?

.....  
.....  
.....

9. Jemand schenkt dir eine Million Euro, ohne jegliche Bedingungen. Was würdest du mit diesem Geld machen? Welche Unternehmen würdest du gründen, wenn du die freie Wahl hättest?

.....  
.....  
.....

# IDEEN FÜR DEINE SELBSTSTÄNDIGKEIT ENTWICKELN

Du hast nun deine Leidenschaften und Stärken kennengelernt, deine Werte und Grundvoraussetzungen für dein Unternehmen definiert. Nun wird es Zeit, konkrete Geschäftsideen zu entwickeln. Wie könnte dein Angebot aussehen? Nicht wenige Geschäftsideen selbstständiger Mütter entstehen während der Schwangerschaft oder im Alltag mit Kind. Die Lösung für alltägliche Probleme bildet oft die Grundlage für erfolgreiche Unternehmen.

Beantworte die folgenden Fragen, um deiner Geschäftsidee auf die Spur zu kommen.

1. Wie kannst du Menschen in alltäglichen Situationen helfen, Abläufe zu vereinfachen und dadurch Zeit zu sparen?

---

---

---

2. Welche Dienstleistung oder welches Angebot würdest du selbst gern in Anspruch nehmen? Wo gibt es eine Marktlücke?

---

---

---

# BRANDING & NAMENSFINDUNG

Das Branding deines Unternehmens beinhaltet sowohl das visuelle Erscheinungsbild, Konzept, Namen, Tonalität auf deinen Kanälen, als auch dich selbst als dessen Inhaberin und die Message die du mit deiner Firma vermitteln möchtest. Mit dem Branding deines Unternehmens hebst du es von anderen ab und gibst ihm eine einzigartige Identität. Dadurch entsteht eine eindeutige, starke Marke. Auch für dich selbst ist ein möglichst klare Ausrichtung wichtig.

Um mit deinem Unternehmen durchzustarten, benötigst du zu Beginn einen Firmennamen, sowie Logo und Geschäftsdrucksachen wie Rechnungsvorlagen, Visitenkarten und eventuell ein Firmenschild. Außerdem ist das Aufsetzen einer Webseite oder eines Blogs empfehlenswert. Damit solltest du einen Profi beauftragen, sofern du nicht selbst Designerin bist. Der erste Eindruck beim Kunden ist entscheidend! Auch deine Marketingmaßnahmen zum Bekanntmachen deiner Produkte oder Dienstleistungen sind ein wesentlicher Bestandteil dieses Schrittes.

Im Rahmen dieses Buches konzentriere ich mich nur auf die Namensfindung. Deinem Projekt einen Namen zu geben ist ein schwieriger Schritt, der oft viel Zeit in Anspruch nimmt. Dennoch hilft dir ein konkreter Name, dich gedanklich besser auf die tatsächliche Gründung vorzubereiten.

## Namensfindung

Um den passenden Namen für dein Unternehmen zu finden, kannst du dir deine bisherigen Notizen aus den vorangegangenen Kapiteln zu Hilfe nehmen und nach dem gemeinsamen Nenner suchen. Welche Begriffe oder Themen tauchen immer wieder auf? Erstelle eine Liste davon, bilde Wortkombinationen, überlege dir weitere Begriffe, die dazu passen oder

damit zu tun haben. Wenn dir kein Name einfällt, kannst du auch erstmal damit beginnen, dein Unternehmen zu beschreiben. Welches Bild hast du im Kopf, wenn du an deine Firma denkst? Wie sieht dein Angebot aus und welche Mission steckt für dich dahinter? Dir darüber klar zu werden kann auch eine große Hilfestellung bei der Namensfindung sein.

### **Dein Firmenname sollte die folgenden Kriterien erfüllen:**

- Er ist gut auszusprechen und zu schreiben. Wenn jemand den Namen ausspricht, gibt es keine Missverständnisse und Tippfehler können weitestgehend ausgeschlossen werden.
- Er ist einzigartig, d.h. es gibt ihn noch nicht - auch nicht in einer ähnlichen Form.
- Er ist so kurz wie möglich und so lang wie nötig. Er kann auch aus zwei oder mehr Wörtern bestehen. Kurze Namen haben den Vorteil, dass sie viel einfacher zu merken und in Bezug auf die Webseite in den Browser einzutippen sind. Das vermeidet Missverständnisse und Tippfehler beim Leser. 6 - 12 Buchstaben sind ideal.
- Er sagt etwas über dich oder dein Thema aus und du kannst dich damit identifizieren.
- Du kannst als natürlich auch deinen eigenen Namen als Firmennamen verwenden, was deine Marke persönlicher macht. Dies bietet sich vor allem für Freiberufler an. Überlege dir aber gut, ob du auf Dauer mit deinem Namen und deinem gewählten Thema so präsent in der Öffentlichkeit stehen möchtest.
- Oder du wählst ein Fantasiewort als Namen. Fantasiewörter sind meist kurz und prägen sich gut ein (Nivea, Google, ...) Jedoch ist es recht schwierig, einen guten Fantasienamen zu finden.

# RECHTSFORMEN VON UNTERNEHMEN

Bei der Gewerbeanmeldung musst du angeben, welche Rechtsform dein Unternehmen haben soll. Die Entscheidung ist von Fall zu Fall unterschiedlich und hängt von vielerlei Faktoren ab. Unterschiede gibt es z. B. im notwendigen Startkapital, im Gründungsaufwand und in der Art und Weise der Haftung. In diesem Kapitel findest du eine Auflistung der möglichen Rechtsformen, sowie deren Vor- und Nachteile. Wenn du Zweifel bei der richtigen Wahl der Rechtsform hast, such dir am besten eine persönliche Beratung bei der IHK (Industrie- und Handelskammer) oder einer Existenzgründungsberatung in deiner Stadt. Auch ein Gespräch mit deinem Steuerberater ist sinnvoll, um eine fundierte Entscheidung zu treffen.

## Einzelunternehmen

Wie der Name schon sagt, besteht das Einzelunternehmen nur aus dem Gründer - es gibt also keine angestellten Mitarbeiter. Der Einzelunternehmer trägt die volle Haftung für eventuelle Verluste oder Schadensersatzansprüche. Wenn du dich beim Gewerbeamt als Freiberuflerin oder Gewerbetreibende eintragen lässt, bist du automatisch Einzelunternehmerin.

### Vorteile:

- Du benötigst kein Mindestkapital
- Die Gründung ist kostengünstig und erfordert wenig Formalitäten
- Du hast die alleinige Entscheidungsfreiheit in geschäftlichen Belangen
- Du verfügst allein über das Vermögen

# FINANZIERUNG & ZUSCHÜSSE

Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Kapitalbeschaffung für dein Unternehmen.

- Eigenkapital
- Fremdkapital (Crowdfunding, Fördermittel oder Kredit)
- Gründungszuschuss vom Staat (wenn die Existenz aus der Arbeitslosigkeit gestartet wird)

Zunächst solltest du deinen Kapitalbedarf ermitteln. Wie viel Geld benötigst du zum Start deines Unternehmens? Wenn du Flexibilität und Unabhängigkeit anstrebst, wäre vielleicht eine Gründung per Bootstrapping für dich geeignet (mehr dazu im nachfolgenden Kapitel).

Es ist jedoch möglich, dass sich deine Geschäftsidee ohne Fremdkapital nicht umsetzen lässt. Bei einer Gründung aus der Arbeitslosigkeit heraus kommt vielleicht ein Gründungszuschuss für dich in Frage. Für einen höheren finanziellen Bedarf muss ein Kredit aufgenommen oder eine Crowdfunding-Kampagne gestartet werden. Anstelle eines reinen Bankkredites kommen auch Förderdarlehen für Existenzgründerinnen des Bundes und den Bundesländern in Frage.

Die tatsächliche Höhe des benötigten Kapitals berechnet sich aus zahlreichen Posten wie z. B. Notar- und Beratungskosten, Anmeldegebühren, Gründungsinvestitionen (Logo, Webseite, Auto, Lager, Büro, Mietkaution) und weitere Kosten. Zusätzlich sollte immer ein finanzieller Puffer einkalkuliert werden, der sowohl die Anfangszeit mit Verlusten abdeckt als auch Phasen mit geringem Umsatz abfedern kann.

“

Grundsätzlich glaube ich total ans Bootstrapping. In diesem Modus entstehen echte Innovationen, weil man kreativ darüber nachdenken muss, wie man aus dem Nichts etwas aufbaut und weil man dazu genötigt ist, dem Kunden einen massiven Nutzen zu stiften, da er sonst nicht zahlungsbereit ist.

Constanze Buchheim  
[www.i-potentials.de](http://www.i-potentials.de)

# BUSINESSPLAN

Im Businessplan fasst du nochmal alle bisher gesammelten Fakten aus den vorangegangenen Kapiteln übersichtlich zusammen. Außerdem fließen hier Gedanken zur Preiskalkulation deines Angebotes, möglichen Vertriebswegen und Werbemaßnahmen sowie der Personalplanung mit ein. Am Ende erstellst du einen konkreten Aktionsplan mit Terminen, wann du welche Schritte auf dem Weg zur Gründung erledigt haben möchtest und wann dein Unternehmen tatsächlich starten wird. Der Businessplan dient dir somit gleichzeitig als Fahrplan auf dem Weg zur finalen Gründung deiner eigenen Firma.

## 1. Name des Unternehmens

.....

## 2. Geschäftsidee

.....

.....

## 3. Angebotene Produkte / Dienstleistungen

.....

.....

.....

.....

# INTERVIEWS MIT MOMPREENEURS

Oft fehlt nur ein kleiner Anstoß in die richtige Richtung, das letzte Stück Motivation, ein Beispiel aus dem echten Leben. Deshalb möchte ich dir in diesem Kapitel vier selbstständige Mütter vorstellen. Sie kommen aus den unterschiedlichsten Bereichen, haben mit oder ohne Fremdkapital gegründet, sind alleinerziehend oder führen die Firma mit ihrem Partner.

Die Interviews sind für mich das Herzstück dieses Buches, denn hier laufen alle Fäden zusammen. Wie sieht der Gründungsalltag in der Realität aus? Welche verschiedenen Wege der Umsetzung gibt es? Welche Stolperfallen gibt es im Arbeitsleben mit Babies und Kleinkindern? Lassen sich ein erfüllender Beruf und Familie tatsächlich vereinbaren? Kann man es auch als Alleinerziehende schaffen?

All diese Fragen beantworten Clara, Sarah, Suse & Constanze auf den folgenden Seiten für dich. Lass dich inspirieren! Und denke immer daran: Jeder fängt mal klein an! Auch die hier vorgestellten Unternehmerinnen sind vor vielen Monaten den ersten Schritt gegangen, dann den nächsten und dann den nächsten. Sie haben trotz einiger Widerstände nicht aufgegeben. Such dir Unterstützung von Freunden oder Gleichgesinnten und dann nichts wie rein ins Abenteuer Selbstständigkeit!



## *Clara Moring*

Bloggerin auf [www.tastesherriff.com](http://www.tastesherriff.com), Stylistin, Organisatorin von BLOGST Workshops & Konferenzen, Mama von zwei Töchtern

**Clara, du bist erfolgreiche Bloggerin auf [www.tastesherriff.com](http://www.tastesherriff.com), Stylistin, Mit-Organisatorin der BLOGST Workshops & Konferenzen und Mama von zwei Töchtern. Wie bringst du das alles unter einen Hut? Wie viele Stunden pro Tag arbeitest du im Durchschnitt?**

*Clara:* Es ist alles eine Sache der Organisation. Manchmal sage ich spöttisch: Mein Tag hat halt 26 Stunden, daher schaffe ich mehr. Momentan ist die Situation noch etwas anders, da vor sieben Wochen meine Tochter geboren wurde... aber ein wenig arbeite ich schon wieder und bald werden es wieder ca. 30-40 Stunden die Woche werden.

**Arbeitest du von zuhause aus oder hast du ein Büro?**

*Clara:* Beides. Ich arbeite viel von zu hause. Aber zusammen mit drei Freundinnen habe ich auch ein kleines Büro in dem ich einen Arbeitsplatz habe und vor allem meine Requisite mit Dingen, die ich als Stylistin benötige.

**Wie organisierst du deinen Alltag mit Kindern? Wie ist bei euch die Betreuung geregelt?**

*Clara:* Ich stehe früh auf und versuche, schon eine Stunde zu arbeiten wenn die Kinder noch schlafen. Die Grosse ist von 8:30 Uhr bis 16 Uhr in der Kita und für die Kleine haben wir ab Anfang September für einige Stunden pro Woche eine tolle Kinderfrau. Ich versuche tagsüber viel wegzuarbeiten, damit die Zeit von 16 bis 19:30/20:00 Uhr nur meinen Kindern gehört. Meine Arbeitszeit ist dann oft noch abends oder am Wochenende, wenn mein Mann dann auch da ist. Zudem habe ich Unterstützung von meiner tollen Assistentin, die auch an Tagen ohne Kinderbetreuung da ist und für mich die fehlenden freien Hände abpuffert.

**Inwieweit sind dein Mann bzw. deine Familie in die Kinderbetreuung involviert?**

*Clara:* Mein Mann unterstützt mich sehr, soweit es sein Job zulässt. Er ist Professor, daher ist er auch während des Semesters nicht so flexibel.

Wenn grössere Projekte anstehen oder ich beruflich für ein paar Tage weg fahre, bringe ich die Kinder auch gerne zu meiner Mutter, die aber 200 km entfernt lebt. Aber meistens bekommen wir es irgendwie so organisiert, denn Workshops und Konferenz zum Beispiel sind ja meiste von langer Hand geplant.

### **Hast du deine unternehmerischen Projekte selbst finanziert oder einen Gründungszuschuss bzw. Kredit in Anspruch genommen?**

*Clara:* Als ich mich 2007 selbstständig machte, hatte ich gerade meine Festanstellung bei der Brigitte gekündigt. Ich habe damals das „Existenzgründungsgeld“ in Anspruch genommen. Das waren dann 10 Monate lang ca. 1000 Euro netto. Meine unternehmerisches Risiko waren nur meine Lebenshaltungskosten, denn meine Grundausrüstung sind ja vor allem mein Herz, Hirn und meine Hände. Daher war glücklicherweise kein Kredit von Nöten. Und bei meiner Entscheidung zur Selbstständigkeit war mir die finanzielle Sicherheit nicht wichtig. Ich war mir sicher es wird funktionieren und sollte es nicht laufen, wär ich beim Bäcker Brötchen verkaufen gegangen.

### **Du warst ja schon vor deiner Schwangerschaft selbstständig tätig. Was hat sich für dich in deinem beruflichen Alltag verändert, seitdem du Mutter geworden bist?**

*Clara:* Meinen ursprünglichen Job als Vollzeit-Stylistin könnte ich mit der Kinderbetreuung nicht mehr in dem Umfang machen. Noch vor 4 Jahren hab ich ca. 70 Stunden die Woche gearbeitet und im Fotostudio wochenlang Kataloge für diverse Firmen gestylt. Nun mach ich immer mal kleine Styling-Jobs und picke mir sozusagen die Rosinen raus. Durchs Bloggen und BLOGST sind aber so viele neue Facetten dazugekommen, die jetzt zu meinem Beruf geworden sind.