

# Erfolgreich im Außen aber Druck im Inneren?

**Klarheits-Check** für  
Unternehmer, die erfolgreich sind  
und mehr Gewinn, Entlastung  
und unternehmerische Sicherheit  
möchten.

Manuela Steinbach

Steuerberaterin/ Trainerin/ Businesscoach

# Wenn dein Unternehmen läuft - aber Entlastung fehlt

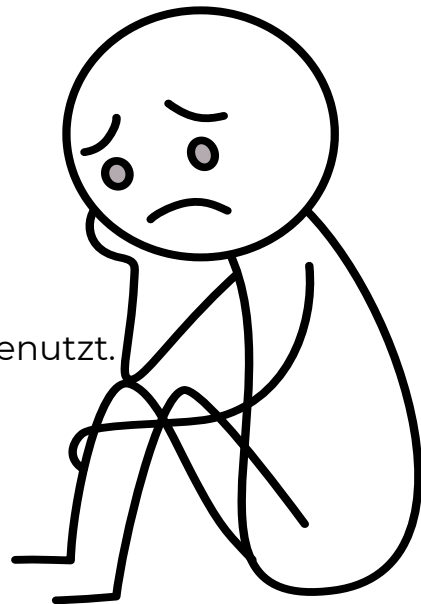
Dieses Workbook ist für dich, wenn

- dein Unternehmen stabile Umsätze erzielt
- du **viel** Verantwortung trägst
- vieles an dir **persönlich** hängt
- du viel arbeitest – **erschöpft** bist - -aber echte **Entlastung** fehlt

Nach außen läuft dein Unternehmen, aber innerlich bleibt der Kopf aktiv. Entscheidungen fühlen sich sicher schwer an. Echte Entlastung stellt sich hier nicht ein.

## Die Folge:

viel persönliche Verantwortung  
wenig unternehmerische Freiheit  
Entscheidungen kosten Energie  
und wirtschaftliche Potentiale bleiben ungenutzt.



---

# Warum mehr Arbeit das Problem nicht löst

Viele Unternehmer versuchen:

- mehr arbeiten
- besser planen
- mehr kontrollieren

Doch in der Praxis führt das zu:

- steigender Belastung
- wenig Entlastung
- Entscheidungen aus Druck

Der **wahre** Grund!

Das Problem liegt selten im Unternehmen, denn zwei Unternehmer mit gleichen Zahlen, können sich unterschiedlich fühlen.

## Die Folge zeigt sich im Alltag:

- vieles hängt an dir persönlich
- finanzielle Entscheidungen kosten Energie
- du arbeitest viel – aber es bleibt weniger übrig als möglich wäre
- Wachstum bedeutet mehr Belastung statt mehr Freiheit

In der Praxis zeigt sich das häufig durch:

- vorsichtige Preisgestaltung
- zu viel Eigenleistung
- geringe Margen trotz guter Auslastung
- fehlende Rücklagen und finanzielle Sicherheit





## Der Unterschied

Der Unterschied liegt im inneren **Sicherheitssystem**. Viele handeln unbewusst aus Mustern wie:

- Ich **muss** funktionieren
- Ich darf keine Fehler machen
- Wenn ich loslasse, geht etwas schief
- Sicherheit entsteht nur durch Leistung

Diese Muster entstehen bereits sehr früh – und wirken weiter bei:

- Preisen
- Delegation
- Verantwortung
- Arbeitszeit
- **Entscheidungen**

Wenn dein Nervensystem Unsicherheit bewertet, zeigt sich das unternehmerisch oft durch zu niedrige Preise, zu viel Eigenarbeit und geringere Gewinne. Wachstum wird vorsichtig gesteuert und statt Klarheit wählst du **Absicherung**.

## Beispiel

Wenn du an folgende Themen denkst:

- Preise erhöhen
- delegieren
- Verantwortung abgeben
- weniger arbeiten

Was passiert?

- Druck im Brustbereich
- Anspannung im Bauch
- Enge im Hals
- innere Unruhe



Dein Nervensystem bewertet unternehmerische Entscheidungen oft wie ein **Risiko**.

Die **Überforderung** zeigt sich im Körper! Denn wenn dein System Unsicherheit bewertet, entstehen Entscheidungen, die wirtschaftlich bremsen.

Auf den nächsten Seiten findest du genau dazu einen Unternehmer **Klarheitsscheck**. Wenn du dich hier wiedererkennst, zeigt das nicht Schwäche.

Es zeigt, wie viel **Verantwortung** dein System bereits trägt.

“

MAN KANN  
EINEM  
MENSCHEN  
NICHTS  
LEHREN.  
MAN KANN  
IHM NUR  
HILFEN,  
ES IN  
SICH ZU  
ENTDECKEN

”

Galileo Galilei

# Was meine Arbeit besonders macht

Als Steuerberaterin sehe ich täglich:

- Umsatz
- Gewinn
- Liquidität
- Kosten
- emotionale Herausforderungen

als Expertin für innere Kind Arbeit sehe ich auch die emotionalen Beweggründe dahinter. Denn mit der Zeit wurde mir immer mehr klar: Nicht die Zahlen erzeugen den **Druck** in der Person, sondern die Themen die jeder Mensch in seinem Inneren noch trägt.

Deshalb verbinde ich **3** Ebenen:

## **Zahlenklarheit**

Wie steht dein Unternehmen finanziell wirklich da?

## **Unternehmerisches Verhalten**

Welche Entscheidungen triffst du immer wieder?

## **Innere Arbeit**

Welche Prägungen, Ängste oder Überzeugungen steuern dein Handeln?

Erst wenn Klarheit im Kopf und Sicherheit im **Körper** zusammenkommen, entstehen Entscheidungen aus **Ruhe** – nicht aus Druck.

## Beispiel aus meiner Arbeit

Ich begleite seit 25 Jahren viele Unternehmen die mit kleinen Umsätzen angefangen haben, sich zu grossen Unternehmen entwickelt haben und heute finanziell und emotional **frei** sind. Ich habe mit den Unternehmern Bereiche optimiert, die sie langfristig zu mehr Zufriedenheit geführt haben. **Über 500 Menschen** haben mir bereits ihre Finanzen und ihre unternehmerische Entwicklung anvertraut.

Unternehmerin A, **mehr** - Gewinn 30.000 Euro

arbeitete 6 Tage pro Woche und hatte trotz guter Zahlen ständig das Gefühl, dass es finanziell knapp werden könnte.

Nach der Klarheitsarbeit: mehr Gewinn, 4-Tage-Woche, klare finanzielle Sicherheit, Zeit für persönliche Dinge, emotional stabil - statt ausgebrannt

Unternehmerin B

nach selbstverschuldeter Insolvenz Panikattacken und Halt im Leben verloren.

Nach der Klarheitsarbeit: Panikattacken frei, Übernahme von Verantwortung; stabiles und wirtschaftlich gut laufendes Unternehmen, mehr Zeit für die Familie

# Beispiel aus meiner Arbeit

## Unternehmer C

fehlender Überblick über das Unternehmen, finanzieller Rücklagen und Antrieb, mangelnde Motivation für in 3 Jahren bevorstehendem Eintritt ins Rentenalter

Nach dem Klarheitscoaching: Zahlen im Blick, blickt **hoffnungsvoll** in die Zukunft, Entscheidung nun auch noch nicht in Rente zu gehen

## Unternehmer D, Umsatz -Millionen

Überblick über bevorstehende Finanzen und Steuerbelastungen verloren, erschöpft, kraftlos, überfordert.

Nach Übernahme und unternehmerischer Führung:

Steuerzahlungen im Blick, zufriedener Kunde, **verbesserte Liquidität**, Einstellung von Mitarbeitern ermöglicht Zeit für Familie und dabei emotional ausgeglichen

## Unternehmer E

hohe Nachzahlung der Krankenkassen führten fast zur Betriebsaufgabe, Existenzängste

Nach Übernahme des Mandates und der Klarheitsarbeit: Finanzielle Rücklagen vorhanden, Finanzielle Ausgaben im Blick, Steuerzahlungen im Blick, **entspannter** im Umgang mit sich selbst, zufrieden.

Diese Veränderungen entstehen durch **nicht durch mehr Arbeit, sondern durch** mehr Bewusstsein, Verständnis und Neuausrichtung, die dann zu mehr Klarheit und Sicherheit führt.



## Dein Unternehmer - Klarheits-Check

Dieser Klarheitscheck zeigt dir deinen aktuellen Stand und macht sichtbar, **wie** dein inneres Sicherheitssystem dein unternehmerisches Handeln beeinflusst.

Bewerte jede Aussage spontan auf einer Skala:

**1** = trifft überhaupt nicht zu

**10** = trifft vollständig zu

Schreibe ohne lange nachzudenken. Dein erster Impuls ist meist der ehrlichste.

Im Übrigen ist **SCHREIBEN** ein kraftvoller Reflexionsprozess und wird oft unterschätzt in seiner Wirkung.

Einige Fragen sind problemorientiert formuliert. Hohe Werte zeigen hier **Handlungsbedarf**.

# Wirtschaftliche Stabilität

Ich kenne meinen tatsächlichen monatlichen Gewinn.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich weiss jederzeit, wie hoch meine Liquidität ist.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich weiss wieviel Umsatz notwendig ist, um stabil zu arbeiten.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich habe ausreichende Rücklagen für unerwartete Schwankungen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich erkenne frühzeitig finanzielle Risiken.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

# Unternehmerische Struktur

Mein Unternehmen funktioniert auch ohne meine ständige persönliche Anwesenheit.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Aufgaben und Verantwortung sind klar geregelt.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich habe regelmäßig Zeit, um an meinem Unternehmen zu arbeiten.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Meine tatsächliche Arbeitszeit entspricht meiner gewünschten Belastung.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Wichtige Prozesse sind strukturiert und nicht personenabhängig.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

# Dein inneres Sicherheitssystem

Ich treffe unternehmerische Entscheidungen überwiegend aus Klarheit - nicht aus der Angst.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Trotz Verantwortung fühle ich mich innerlich stabil.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Es fällt mir emotional leicht, Verantwortung abzugeben.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ich kann mental abschalten, ohne innere Anspannung zu spüren.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Wachstum fühlt sich für mich eher nach neuen Möglichkeiten an.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

# Auswertung

Viele Unternehmer sind überrascht, wie hoch ihre Belastung tatsächlich ist.

Hinter dieser Anspannung steht oft ein inneres Muster:

- Ich muss funktionieren
- Sicherheit entsteht nur durch eigene Leistung
- Loslassen fühlt sich riskant an

Genau dieses Sicherheitsmuster steuert unbewusst:

- Preise
- Delegation
- Verantwortung
- Arbeitszeit



---

Addiere alle Punkte und teile durch 15 = Maximalwert = 10,  
Minimalwert = 1 und das Ergebnis ist ein Durchschnittswert.

### **8–10 Punkte – Stabiler Bereich**

Du führst dein Unternehmen mit guter Klarheit, Struktur und innerer Sicherheit. Der nächste Hebel liegt eher in strategischem Wachstum und gezielter Entlastung.

### **6–7,9 Punkte – Hohe Verantwortung**

Dein Unternehmen läuft gut – aber vieles hängt von dir noch persönlich ab. Sicherheit entsteht vor allem durch Leistung.

Typisch:

- hohe Arbeitsbelastung
- wenig Entlastung
- Entscheidungen unter Druck

Hier liegen oft wirtschaftliche Potenziale in:

- Delegation
- klareren Strukturen
- besseren Margen

### **4–5,9 Punkte – Sicherheitsmodus**

Du arbeitest viel - aber Gewinn, Freiheit oder Sicherheit bleiben hinter deinen Möglichkeiten zurück. Entscheidungen entstehen häufig aus Absicherung, statt Klarheit. Das heißt:

- vorsichtige Preisgestaltung
  - zu viel Eigenleistung
  - zu wenig Rücklagen und fehlender finanzieller Spielraum
  - unnötige Arbeitsbelastung
-

## unter 4 Punkte – Kritischer Bereich

Hier zeigt sich oft:

- hohe Belastung
- geringe wirtschaftliche Klarheit
- Entscheidungen aus Druck statt Strategie
- fehlende Sicherheit trotz Leistung

Mehr Arbeit verschärft das Problem - statt es zu lösen.

## Der entscheidende Zusammenhang

Wenn dein Wert niedriger ist als erwartet, ist das kein Zeichen von Schwäche. Es zeigt, wieviel Verantwortung tatsächlich auf deinen Schultern lastet.

## Wenn dein Wert unter 7 liegt:

In meiner Praxis bedeutet das meist:

- **mehr** Potential für Gewinn
- mehr Entlastung
- mehr Stabilität, als du aktuell nutzt.

Hier wirkt dein inneres Sicherheitssystem. Es entscheidet unbewusst darüber:

- wie viel Risiko,
- wie viel Entlastung,
- wie viel unternehmerische Freiheit du dir erlaubst.

Genau das klären wir im Unternehmer  
Klarheitsgespräch.

# Das Unternehmer-Rad

Das Unternehmer-Rad **ergänzt** deinen Klarheits-Check.

Der Klarheits-Check zeigt dir, wie stark dein aktueller Belastungs- und Sicherheitsmodus ausgeprägt ist, also deinen Gesamtzustand.

Das **Unternehmerrad** macht sichtbar, wie stabil dein Unternehmen ist und wo aktuell der größte Energie - oder Entlastungshebel liegt.

Wenn ein Bereich deutlich niedriger bewertet ist, kostet er dich meist:

- Energie
- Zeit
- Gewinn
- innere Ruhe

Ziel ist kein perfekter Wert - sondern ein möglichst ausgewogenes Gesamtbild.

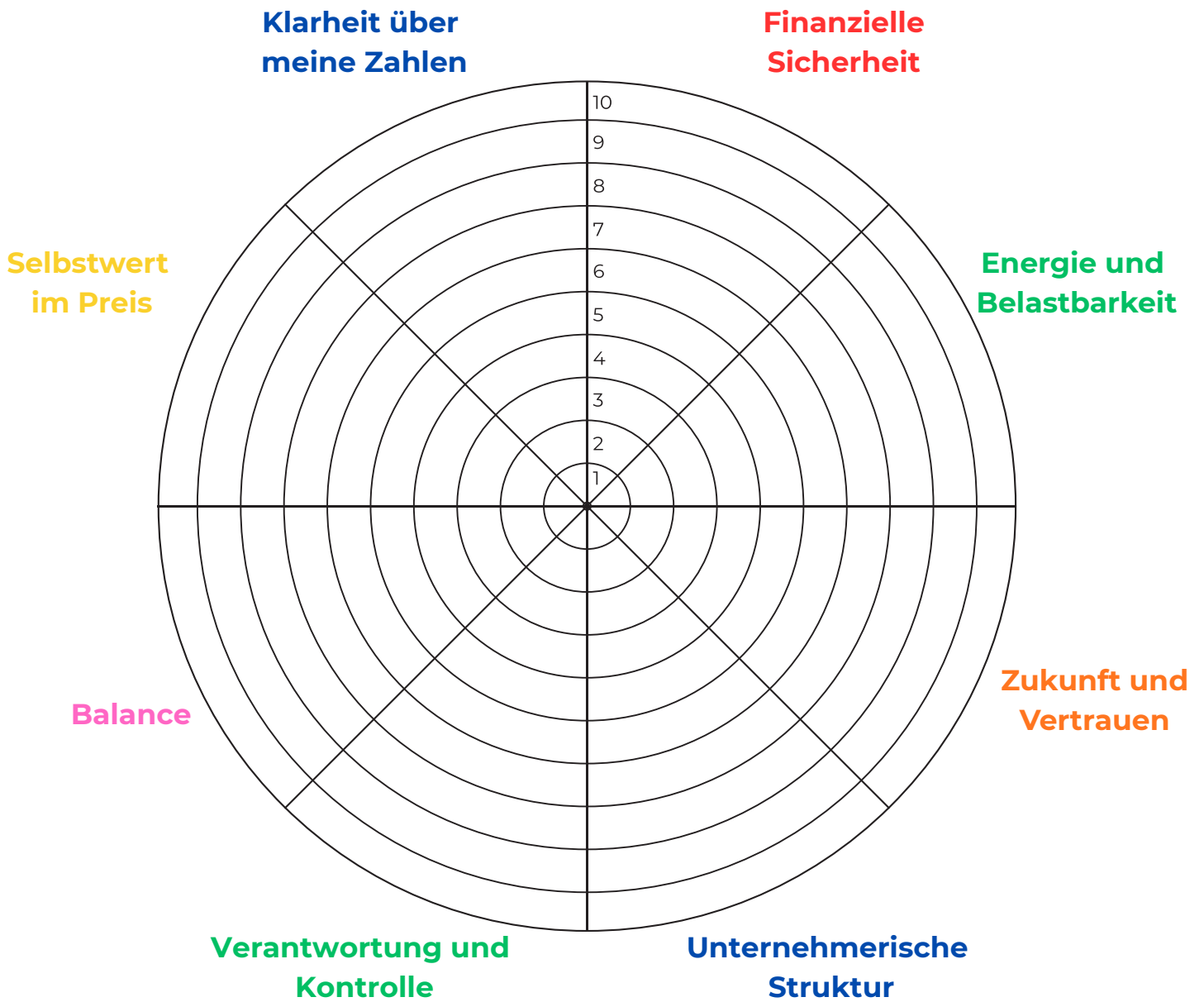
## Anleitung zur Anwendung

Bewerte jeden Bereich auf einer Skala von 1 bis 10  
(1 = sehr schwach, 10 = sehr stabil)

Markiere den Wert im jeweiligen Abschnitt des Rades. Verbinde die Punkte miteinander. Je runder das Rad, desto stabiler und freier läuft dein Unternehmen.

Niedrige Werte = Fokusbereich der nächsten 30 Tage ( **Handlungsbrücke** )

# Das Unternehmer-Rad



# Das Unternehmer-Rad

Die 8 Bereiche des Unternehmer-Rads bedeuten:

## **1. Finanzielle Sicherheit**

Habe ich ausreichend Rücklagen?

Fühle ich mich finanziell stabil - auch bei Schwankungen?

Trage ich wirtschaftliche Risiken bewusst – oder aus Druck?

## **2. Klarheit über meine Zahlen**

Kenne ich meinen tatsächlichen Gewinn?

Habe ich einen Überblick über Liquidität und Kosten?

Treffe ich Entscheidungen auf Basis von Zahlen – oder Gefühl?

## **3. Selbstwert im Preis**

Kann ich meine Preise selbstbewusst vertreten?

Arbeite ich zu Konditionen, die sich wirklich lohnen?

Passe ich Preise an, wenn Aufwand oder Verantwortung steigen?

## **4. Unternehmerische Struktur**

Funktioniert mein Unternehmen auch ohne meine ständige

Anwesenheit? Sind Abläufe klar und effizient organisiert?

Habe ich regelmässig Zeit, am Unternehmen zu arbeiten -  
nicht nur darin?

## **5. Energie & Belastbarkeit**

Habe ich ausreichend Energie für meinen Alltag?

Fühle ich mich innerlich häufig angespannt oder unter Druck?

Erhole ich mich wirklich - oder funktioniere ich einfach weiter?

# Das Unternehmer-Rad

## 6. Verantwortung & Kontrolle

Habe ich das Gefühl, dass ohne mich vieles nicht funktionieren würde?

Trage ich zu viel Verantwortung persönlich?

Fällt es mir schwer, Aufgaben wirklich abzugeben?

Kontrolliere ich Dinge, obwohl Vertrauen möglich wäre?

## 7. Balance

Habe ich ausreichend Zeit für Familie, Freizeit und Erholung?

Kann ich mental abschalten?

Bin ich auch in meiner Freizeit gedanklich beim Unternehmen?

Gelingt mir Erholung ohne schlechtes Gewissen?

## 8. Zukunft & Vertrauen

Habe ich eine klare Richtung?

Treffe ich Entscheidungen mit **Zuversicht** – oder aus Absicherung?

Habe ich Vertrauen in meine Entwicklung, ohne ständige Kontrolle?



# Auswertung

Viele Unternehmer stellen fest:

Ihr Unternehmen läuft gut – aber das Rad ist nicht rund.

Besonders niedrige Werte zeigen:

- dauerhafte Anspannung
- zu viel persönliche Verantwortung
- Sicherheit durch Leistung statt durch Struktur und Vertrauen

Langfristige Stabilität entsteht nicht durch mehr Arbeit, sondern durch ein Gleichgewicht aus:

- wirtschaftlicher Klarheit
- unternehmerischer Struktur
- innerer Sicherheit.

Der Bereich zeigt deine **größten Hebel für mehr**

Gewinn  
Zeit und  
Entlastung



Auf der nächsten Seite findest du konkrete Schritte, mit denen du sofort beginnen kannst.

# Was du im Anschluss sofort verändern kannst

## 1. Monatliche Klarheit schaffen

Über deinen Gewinn, Kosten, Steuern und Liquidität. Unklarheit erzeugt Stress – Klarheit reduziert Druck.

## 2. Eine Aufgabe delegieren

Wähle bewusst eine wiederkehrende Tätigkeit, die nicht zwingend von dir erledigt werden muss. **Jede** delegierte Stunde schafft Raum für Umsatz, Strategie und **Erholung**.

## 3. Preis-Selbstcheck

Würde ich zu diesem Preis auch mit Freude arbeiten? Wenn nicht, liegt dein Problem selten im Markt – sondern im Sicherheitsdenken.

## 4. Arbeitszeit-Realität prüfen

Notiere eine Woche lang deine tatsächlichen Stunden. Viele Unternehmer unterschätzen ihre Belastung – und treffen darauf basierend falsche Entscheidungen.

## 5. Entscheidungsregel

Treffe finanzielle Entscheidungen nicht aus der Frage:  
„Was kann ich mir leisten?“

Sondern: **Was stärkt langfristig Gewinn, Zeit und Stabilität?**



“

WAS IMMER  
DU TUN  
KANNST  
ODER  
WOVON DU  
TRÄUMST  
FANG  
ENDLICH  
AN DAMIT.

”

Johann Wolfgang Goethe

# Wenn du spürst, so wie bisher soll es nicht weiter gehen

Viele Unternehmer merken nach dem Klarheits-Check:

- Viel Verantwortung liegt bei mir
- Entlastung fällt schwer
- Entscheidungen kosten Energie
- Trotz guter Zahlen fehlt echte Sicherheit

Wenn du dich hier wiedererkennst: Die Lösung liegt **nicht** in noch **mehr** Arbeit. Der sinnvollste **nächste** Schritt sollte sein:

Unternehmer-**Klarheitsgespräch 90 Minuten!**

In diesem 90\_minutigem Gespräch analysieren wir 3 Ebenen:

## 1. Körperliche & mentale Hinweise

- Welche Entscheidungen triffst du aus Druck?
- Was passiert in dir, wenn du die Preise erhöhen willst?
- Wie fühlt sich Delegation an?
- Welche Gedanken tauchen bei Verantwortung auf?
- Kannst du mental abschalten?

## 2. Unternehmerische Auswirkung

- Auswertung deines Klarheitschecks
- Erkennen deiner persönlichen Werte
- zu niedrige Preise aus Sicherheitsdenken
- Entscheidungsvermeidung
- Arbeitsbelastung als Sicherheitsstrategie

### 3. Wirtschaftliche Konsequenzen

- auf deinen Gewinn
- deine Liquidität
- Wachstumsfähigkeit
- persönlichen Ziele

Was dieses Gespräch **nicht** ist!

- keine Therapie
- keine oberflächliche Coaching Sitzung
- keine klassische Steuerberatung

Es ist eine Analyse von:

## Gedanken - Emotionen - Verhalten - Wirtschaftlicher Wirkung

Am Ende des Gesprächs weisst du:

- wo deine wirkliche Belastung liegt
- welche Entscheidungen du vermeidest
- wo du klare Grenzen setzen musst
- warum du bisher so reagieren musstest

Außerdem erhältst von mir eine klare Einschätzung, ob eine längere Begleitung sinnvoll ist.

Ohne Klarheit bleibt die Verantwortung bei dir. Mit Klarheit entsteht Struktur, Delegation und **GEWINN**.

---

Das Gespräch ist:

- **unverbindlich**
- **vertraulich**
- für Unternehmer gedacht, deren Unternehmen **bereits läuft**.
- für dich kostenfrei, wir beide feststellen, dass eine Zusammenarbeit nicht sinnvoll ist.

## Hinweis

Ich vergebe **pro Monat** nur eine begrenzte Anzahl an Klarheitgesprächen, da ich intensiv mit meinen Mandanten und Klienten arbeite.

Termin vereinbaren:

E-Mail: **info@manuelasteinbach.de**

Telefon / WhatsApp: **+49 151 42394098**



Nicht die Zahlen  
erzeugen den Druck.

Sondern das **innere** Sicherheitssystem,  
mit dem du dein Unternehmen führst.

Mehr Klarheit. Mehr Sicherheit. Weniger Druck. Für bessere Entscheidungen und mehr psychische Stabilität.

Vereinbare **jetzt** dein Unternehmer-Klarheitsgespräch:

info@manuelasteinbach.de  
+49 151 42394098  
mit dem QR-Code



Terminbuchung unter: info@manuelasteinbach.de