



## Feinfühlende Unternehmerin – ich zeig mich!

Die 7 häufigsten Gründe für Angst vor Sichtbarkeit sind:

### 1. Angst vor Ablehnung

Wer sich und sein Business sichtbar macht, will gesehen werden. Doch viele **fürchten sich davor, wie andere Menschen reagieren**, wenn sie plötzlich so sehr auffallen. Manche haben Angst arrogant oder egozentrisch rüberzukommen und will sich mit dem eigenen Business nicht so in den Vordergrund drängen. Andere haben Angst mit dem, was sie kommunizieren auf Ablehnung ihres Themas oder gar ihrer Person zu stoßen.

### 2. Angst, nicht gut genug zu sein

Wenn wir über Angst vor Sichtbarkeit sprechen, taucht auch diese Sorge immer wieder auf. So viele Selbstständige, leider oftmals Frauen, haben Angst davor, nicht gut genug zu sein. Sie befürchten, **es könnte andere Expert\*innen geben, die NOCH besser Bescheid wissen als sie**. Gerade unter Starter\*innen ist diese Sichtbarkeits-Angst weit verbreitet, schließlich gibt es noch so viel zu lernen und viele, die schon weiter sind, als man selbst.

### 3. Angst, Fehler zu machen

Die Angst nicht gut genug zu sein, hängt oftmals eng mit dieser hier zusammen. Denn was, wenn du zum Beispiel einen Blogartikel schreibst und dabei einen wichtigen Aspekt vergisst? Was, wenn andere Expert\*innen lesen, was du schreibst und an deiner Kompetenz zweifeln?

Spoiler: Das passiert meistens nur in der Vorstellung und nicht wirklich, ist aber definitiv eine sehr stark ausbremsende Angst vor Sichtbarkeit. Und bevor man etwas falsch macht, macht man dann lieber nichts. Das fühlt sich sehr viel sicherer an.

### 4. Angst, ausgegrenzt zu werden

Sein Business sichtbar zu machen, ist einerseits Notwendigkeit, andererseits tangiert es aber ganz tief verwurzelte Ängste. Was, wenn die vielleicht nicht selbstständigen, sondern Freunde mit dir und deinem Marketing für dich nichts anfangen können? Wenn sie sich von dir entfernen, weil ihr so ganz unterschiedliche Themen habt? Was, wenn andere Anbieter\*innen in deinem Bereich mit dir nichts mehr zu tun haben wollen, wo du plötzlich so präsent bist? Lieber schweigen und nichts veröffentlichen scheint naheliegend, nährt aber letztlich nur die Angst vor Sichtbarkeit und **sorgt dafür, dass du dieser unsichtbare Geheimitipp bleibst, der zwar niemandem was tut, aber dadurch auch niemandem weiterhelfen kann**.



## **5. Angst, zu nerven**

Diese Angst vor Sichtbarkeit trifft in der Regel diejenigen, die schon angefangen haben ihr eigenes Marketing aufzubauen. Doch dann schreiben sie z.B. einen Newsletter und jedes Mal zucken sie innerlich zusammen, **weil sich Leute abmelden könnten**. Vielleicht ist das ein Zeichen dafür, dass sie vom Newsletter genervt sind?

Kaum einer meiner Kund\*innen ruft „Juchheeee, ich schick noch was raus!“, sondern die allermeisten sorgen sich, ob das, was sie rausgeben, zu viel sein und nerven könnte. Das bremst natürlich ungemein! Und dann bleibt der erste Newsletter raus, ein weiterer und schwups hat man sich so lange nicht gemeldet, dass man sich nun auch blöd vorkommt, plötzlich aus dem Nichts heraus wieder zu schreiben.

## **6. Angst, sich selbst zu verlieren**

Auch diese Angst vor Sichtbarkeit ist eine, die eher bei denen vorkommt, die schon eine Weile online dabei sind. Sie haben schon manche Strategie ausprobiert und einiges versucht, um ihr Business bekannter zu machen. **Aber nicht jede Strategie hat sich gut angefühlt**. Mancher Tipp sorgte gar für Bauchgrummeln und hinterließ ein Gefühl, gegen die eigenen Werte zu handeln. Wenn es dir so geht, dass du bisher kein Marketing gefunden hast, das sich stimmig für dich anfühlt, dann kann es schnell passieren, dass sich diese Angst vor Sichtbarkeit einschleicht, weil du dich nicht selbst auf dem Weg verlieren möchtest. Die gute Nachricht: Das musst du nicht! Es gibt immer verschiedene Wege und ganz sicher auch einen, der sich für dich stimmig anfühlt, ohne gleich auf die wichtige Sichtbarkeit verzichten zu müssen.

## **7. Angst, nicht interessant genug zu sein**

Diese Angst ist sicher eine, die eng mit dem Naturell eines Menschen verknüpft ist und die mir so häufig begegnet, weil ich verstärkt mit eher introvertierten und leiseren Selbstständigen arbeite. Aber lass mich dir eins sagen: **du brauchst keine Superhelden-Story, um sichtbar zu werden** und du musst auch kein bunter Hund sein. Alles was du brauchst, ist Authentizität und die Bereitschaft echte Verbindungen zuzulassen. Dein Content ist die ideale Ausdrucksform dafür, denn egal, wie spannend du deine Geschichten findest: Für deine Kund\*innen kannst du sie über deinen Content so vermitteln, dass sie das Gefühl auslösen, bei dir goldrichtig zu sein.

## **Wie kann es weitergehen? - Unser gemeinsamer Weg**

Arbeite mit mir! In meinem Angebot „Paket Hochsensibel beflügelt“ lernst du Schritt für Schritt als Hochsensible und feinsinnige Unternehmerin dich mehr und mehr zu zeigen, deine limitierenden Glaubenssätze aufzudecken und neu zu denken, so dass dich deine Kunden auch finden können.



Hier geht's zum kostenlosen Kennenlerngespräch mit mir: <https://www.2handsfree.de/kontakt/>

Ich freu mich auf Dich!