

Storytelling für Alltagshelden

**50 Ideen, mit denen Du in
15 Minuten aus
vermeintlich langweiligen
Alltagserlebnissen
fesselnden Content
machst!**



Stell Dir vor, Deine Texte verkaufen endlich!

Storytelling ist die Kunst, aus Werbetexten verkaufsstarke Geschichten zu machen.

Egal, ob Website, E-Mail oder Werbeanzeige - mit Storytelling speicherst Du Emotionen und Gefühle in Deinen Texten, die Deine Zielgruppe beim Lesen nachfühlen kann.

Damit erreichst Du sie dort, wo Entscheidungen getroffen werden: im Herzen!

Dieses Workbook soll Dir dabei helfen, Deinen Content unterhaltsam zu machen. Denn mit Informationen klärst Du auf.

Aber mit Emotionen verkaufst Du.

Es ist aber keine Schablone und keine Kopiervorlage.

Das würde nicht funktionieren.

Es ist eine Übung und Anregung, um Deine Denkweise beim Erstellen von Content auf Storytelling zu trainieren.

Möge Dein Storytelling-Muskel wachsen!





Hi, ich heiße Saša,

und meine Superkraft ist das Schreiben.

In den letzten Jahren habe ich unter anderem die Funnel und Launches großer Coaches und Trainer begleitet.

Über 3 Millionen Mails versendet.

Viele tausend Leads aufgewärmt.

Und damit fünfstellige Umsätze vorbereitet.

Gemeinsam mit meiner Familie lebe ich am Fuße des schönen Schwarzwaldes und ich liebe meine #heimat.

Mindestens genauso sehr liebe ich aber auch das Reisen. Nicht nur auf den Balkan, der Heimat meiner Eltern, sondern in die ganze Welt.

Als Copywriter bin ich Dein Wegbereiter in die Herzen Deiner Kunden - der Schaltzentrale für Kaufentscheidungen.

Als Trainer gebe ich mein Wissen und meine Erfahrungen in verschiedenen Programmen an Coaches, Trainer oder künftige Copywriter weiter.

Mein größtes Lernfeld ist und bleibt meine Rolle als Vater. Gemeinsam mit meinem Weg als Online-Solopreneur ist sie mein persönliches Wachstumsprogramm auf Steroiden.

Ich unterstütze Dich in Deinem Marketing, damit wir gemeinsam unseren Zielen und Träumen in großen Schritten entgegengehen können.

Und weil das ohne Geld nicht geht - zumindest nicht immer - sorgen wir mit verkaufsstarken Texten für ordentlich Umsatz.

Viel Spaß beim Trainieren Deines Storytelling-Muskels.

Schreib mit Herz und Hatschek!

Nie wieder: “Ich weiß nicht, was ich schreiben soll!”

Zeige mit Bildern, was Dir heilig und wichtig ist, welche Haltung Du vertrittst, oder was Du vermitteln möchtest. Baue Dir aus Deinen allgegenwärtigen Alltagserfahrungen Deine eigenen “Save-the-Cat”-Momente*.

Dabei musst Du Dich nicht wagemutig aus dem Flugzeug stürzen, ein Nomadenleben zwischen Bali und Australien führen oder ein Naked-Acro-Yoga-Guru sein.

Dein (vermeintlich) ganz gewöhnlicher Alltag ist gespickt mit Geschichten, die Deinen Content persönlich machen und bereichern. Du wirst sehen!

Du wirst in Content denken, in Storytelling träumen und überall Geschichten sehen!

Aber keine Angst, das legt sich wieder 😊

Es ist wie Autofahren. Nach einer Weile der Übung wirst Du verinnerlicht haben, wie Du verkaufsstarken Content aus Deinen Alltagserlebnissen zauberst, mit denen Du Dein Angebot und Business kurzweilig und verkaufsoptimiert präsentieren kannst.

Dieses Workbook besitzt daher ein Ablaufdatum und hat dann am besten funktioniert, wenn es sich selbst überflüssig gemacht hat.

*erkläre ich Dir auf der nächsten Seite

Vorab: Was ist eigentlich...

Storytelling

Das Erzählen von Geschichten, um eine Botschaft lebendig zu machen. Geschichten bleiben im Kopf – nackte Fakten nicht. Konkrete Bilder, die Deine Zielgruppe aus eigener Erfahrung kennt.

eine Swipe-File

Eine persönliche Ideensammlung: Posts, Headlines, Story-Ideen oder Beispiele, die Dich inspirieren und die Du für später aufheben kannst.

Content

Alle Inhalte, die Du veröffentlichst – ob Post, Podcast, Video oder Newsletter. Kurz: das Material, mit dem Du sichtbar wirst.

eine Hook

Der Aufhänger, der sofort Aufmerksamkeit zieht. Meist der erste Satz oder das erste Bild, das Leser neugierig macht, weiterzulesen.

eine Brücke

Der Übergang von Deiner Geschichte zu Deiner eigentlichen Botschaft oder Deinem Angebot. Ohne Brücke bleibt die Story nett, aber wirkungslos.

ein Call-To-Action (CTA)

Klare Handlungsaufforderung am Ende: „Jetzt anmelden“, „Buche Dein Gespräch“, „Kommentiere mit Deinem Gedanken“. Ohne CTA bleibt Aufmerksamkeit folgenlos.

Save-the-Cat

Eine Szene, die Deine Haltung zeigt, oder für welche Werte Du (oder eine Hauptfigur) stehst. So lernen Deine Leser ganz subtil mehr über Dich und bekommen das „das-passt-zu-mir“-Gefühl.

Wie Du dieses Workbook nutzt

Ziel: Du baust Dir in kürzester Zeit ein persönliches Story-Swipe-File auf, das Dir nie wieder den Gedanken „Ich weiß nicht, worüber ich schreiben soll“ erlaubt.

So gehst Du vor:

1. **Vorbereiten (5 Minuten):** Erstelle Dir ein **Swipe-File** (Notion, Apple Notizen, Google Doc – egal). Irgendein Dokument, in dem Du Anekdoten, Geschichten, E-Mails, Artikel, andere Beiträge etc. sammelst. Mache Sprachnachrichten an Dich selbst.
2. **Täglich 10 Minuten:** Notiere **eine** Beobachtung pro Tag (im Supermarkt, Bus, Küche, Spielplatz, Home-Office). Direkt, wenn Du sie erlebst oder rückblickend jeden Abend. Vielleicht führst Du sogar ein Journal? Oder notiere sie direkt hier im Workbook.
3. **Täglich 5 Minuten:** Überlege Dir, was Du deiner Zielgruppe näher bringen möchtest. Welche Nachricht hast Du? Welche Erkenntnisse aus Deiner Expertise möchtest Du teilen? Denke kleinteilig.
4. **Wöchentlicher Transfer (15 Minuten):** Wähle **2-3 Einträge** aus und schreibe daraus je **ein Content-Stück** (Post/Reel/Newsletter-Absatz) mit der Formel auf der nächsten Seite.
5. Mache ein **Ritual** daraus: Fertig.

Merke: Langweilige Menschen gibt es nicht – nur langweilig erzählte Geschichten. Dieses Workbook zeigt Dir, **wo** Du Storys findest und **wie** Du sie so erzählst, dass sie zu Deinem Business führen.

Die Formel: Vom Alltagsmoment zum Content-Piece

Die Formel für Alltag-Storytelling

Die Kurzformel, die Du jederzeit im Kopf haben kannst (und bald verinnerlicht haben wirst):



A. Hook (1 Satz)

- Öffner, der zieht. Ein erster Satz, der Interesse weckt.
- **Beispiele:**
 - „Dieser Fehler hätte mich fast meine Beziehung gekostet“
 - Dieser Fehler hätte mich fast [Ziel der Zielgruppe] gekostet
 - „Ohne das hier wird es schwer mit dem friedlichen Abendessen“
 - Ohne das hier wird es schwer mit [Herausforderung der Zielgruppe]
 - „Fakt ist: Kinder sind anstrengend!“
 - Fakt ist: [polarisierendes Statement]
 - „Warum ich immer zwei verschiedene Socken trage und was Du daraus für Deine Altersvorsorge lernen kannst“
 - Warum ich [etwas Kurioses tue] und was Du daraus für [Ziel der Zielgruppe] lernen kannst

gut: Konkret, bildhaft, interessant.

nicht gut: „Heute möchte ich über ... sprechen“ – langweilig.

B. Szene (3–5 Sätze)

- Zeig **genau**, was passiert ist (beschreibe Sinneseindrücke!).
- **Mini-Check:** Sieht/fühlt/hört der Leser die Szene?
- **Beispiel:** „Ich stehe an der Kasse. Dieser süße Duft, der mir in die Nase steigt, erinnert mich sofort an meine erste Freundin. Ich muss mich einfach umdrehen. Doch da klirrt und scheppert es bereits lautstark und die Leute in der Schlange spritzen auseinander wie die Scherben der Schnapsflaschen, die ich soeben abgeräumt habe. Ich laufe rot an und möchte augenblicklich im Boden versinken.“

C. Bedeutung / Learning (1–2 Sätze)

- **Was** wurde Dir klar? Ein Satz reicht oft.
- **Beispiel:** „Nichts weckt Erinnerungen so eindringlich wie Gerüche und Düfte. Und manchen Impulsen sind wir einfach hilflos ausgeliefert.“

D. Brücke zum Business / Thema (2–3 Sätze)

- **Übertrag:** Was hat das mit Deinem Feld zu tun?
- **Generische Brückenanker:** Prioritäten, Fokus, Klarheit, Grenzen, Tempo, Mut, Gewohnheit, Erwartung vs. Realität, Umgang mit Frust, Pausen oder um was es Dir auch immer gehen mag.
- **Beispiel:** Mit der richtigen Atemtechnik kannst Du lernen, in bestimmten Situationen weniger impulsiv zu reagieren. Manchmal tut etwas mehr Kontrolle allen Beteiligten gut.

E. Einladung (1 Satz)

- Eine Frage, ein Call-to-Action, ein Mini-Impuls.
 - **Beispiel:** „In welchen Situationen wünschst Du Dir mehr Kontrolle und weniger Impuls? Schreibe mir, ich bin gespannt.“
-
-

Die Formel in Aktion (3 Beispiele)

Beispiel 1 – Freiheit kann auch überfordern

- **Hook:** „Warum absolute Freiheit absolut anstrengend ist.“
 - **Szene:** 27 bunte Eissorten, drängelnde Schlange im Nacken und mein Kopf steht kurz davor, auf Panik zu schalten. „Ähm, was war das Gelbe da hinten nochmal?“
 - **Learning:** Zu viele Optionen blockieren – Regeln entlasten.
 - **Brücke (Elterncoach):** Kinder wählen leichter aus vorgefilterten Optionen: „Magst Du heute lieber Erdbeer oder dunkle Schokolade?“ statt „Was magst Du haben?“
 - **Einladung:** Welche Regel hilft Dir, Dich frei, aber auch schnell zu entscheiden? Schreibs in die Kommentare!
-

Beispiel 2 – Kaffeeleckten sind für nichts gut

- **Hook:** „Mach langsam, wenn Du es eilig hast!“
 - **Szene:** Coffee to go, schnell bezahlen und Deckel drauf (dachte ich zumindest), doch bei der nächsten Drehung am Ausgang war der Kaffee überall.
 - **Learning:** Wenn Du am falschen Ende Zeit sparen möchtest, dauert es schließlich noch viel länger.
 - **Brücke (Beziehungcoach):** Führe heikle Gespräche nie zwischen Tür und Angel. Nimm Dir Zeit und vermeide dadurch Missverständnisse, Impulsivität und Streit, der am Ende sehr viel mehr Zeit kostet.
 - **Einladung:** Lade Dir hier meinen Guide „Mehr Zeit ohne Streit - Entschleunigung für gestresste Paare“ herunter!
-

Beispiel 3 – Heb mal die Füße, Du stehst auf der Leitung

- **Hook:** „Ich schwöre, es war eben noch nicht da!“
-

- **Szene:** Selbst nach fünf Minuten Suchen und Starren, nix. Dann: kurz Wasser holen, zurückkommen – zack, „plötzlich“ liegt das Puzzleteil da.
 - **Learning:** Abstand und Perspektivenwechsel führen zu Lösungen und erzeugen Einsicht.
 - **Brücke (GFK-Trainer):** Gönn Dir am Tag Mikro-Pausen für Mikromitgefühl mit Dir selbst. Danach ist Empathie mit anderen überhaupt erst möglich.
 - **Einladung:** Wo planst Du heute **bewusst** eine 2-Minuten-Pause ein? Kommentiere.
-

Los geht's!

Und hier kommen jetzt 50 Beispiele - völlig unterschiedliche Anekdoten und Erzählungen - reale und fiktive, wie sie in unser aller Alltag vorkommen können. Dadurch schaffst Du Verbindung und stellst einen Bezug zur Lebensrealität Deiner Leser her.

Mit kleinen Geschichten weckst Du Bilder und Gefühle in Deinen Leads, die dann die restliche Arbeit für Dich machen. Wie Synapsen, an denen Du mit Deinen Worten andockst.

So wirst Du mit Deiner Nachricht zu dieser mächtigen inneren Stimme, die Deinen Leser bei Entscheidungen berät.

Und jetzt viel Freude beim Trainieren und Adaptieren.

(Bitte nicht einfach kopieren!)

Ach, Du möchtest das gar nicht selbst machen?

Kein Problem. Denn weißt Du was? Persönliche Texte für personalisiertes Marketing musst Du gar nicht zwingend persönlich schreiben.

Melde Dich bei mir und ich erkläre Dir, was es braucht, damit ich das für Dich übernehmen kann - ganz ohne Dich den ganzen Tag stalken zu müssen 😊

[>>Verfügbarkeit für ein Erstgespräch prüfen<<](#)

Kategorie 1: Wendepunkte & Veränderungen

Das sind große Worte, ja. Aber ihre Bedeutung kannst Du an kleinen und alltäglichen Situationen zeigen, die jeder nachfühlen kann.

1. Der Moment, in dem sich Deine Sicht auf etwas komplett verändert hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich war überzeugt, dass Spinat eklig ist – bis ich ihn als Erwachsener das erste Mal mit Knoblauch und Sahne gegessen habe. Seitdem liebe ich ihn.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Wir wissen es doch alle: Vorurteile können Dir unter Umständen wertvolle Erfahrungen vorenthalten. Offenheit hat in der Regel noch keinem geschadet, oder?

2. Ein Tag, an dem Du Dich zu etwas überwunden hast und dafür belohnt wurdest.

- **Alltags-Beispiel:** „Aus Pflichtgefühl ging ich auf eine Party, auf die ich gar keine Lust hatte. Am Ende habe ich einen meiner besten Freunde dort kennengelernt.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Auch wenn wir unserer Leidenschaft folgen - es wird nicht immer alles daran Spaß machen. Am Ende wird Disziplin mit Erfolg belohnt.

3. Eine Entscheidung, die sich im Nachhinein als Wendepunkt entpuppt hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe mich dazu entschieden, morgens 10 Minuten früher aufzustehen, um mit meinen Kindern in Ruhe zu frühstücken. Erst war es anstrengend. Heute ist es die schönste Zeit des Tages.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Oh ja, dieser innere Schweinehund. Jeder kennt ihn, jeder hat einen und jeder weiß im Grunde, dass er ihn ab und an überwinden sollte. Es könnte ja gut werden.
-

4. Ein Fehler, der Dich mehr gelehrt hat als jeder Erfolg.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einmal mein Fahrrad nicht abgeschlossen, weil ich dachte ‚Ach, wird schon nichts passieren‘ – es war weg. Seitdem mache ich keine halben Sachen mehr und bin konsequent.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Tja, Pech hatte jeder schon mal. Wichtig ist doch nur, aus Fehlern zu lernen. Auf dem Weg zu Erfolg und Wachstum ist nichts so wertvoll wie Fehler.
-

5. Ein Erlebnis, das Dich gezwungen hat, Deine Komfortzone zu verlassen.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich musste in einem fremden Restaurant etwas bestellen, obwohl ich die Sprache nicht sprach. Es hat sehr gut funktioniert. Und am Ende war es sogar das beste Essen des ganzen Urlaubs.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Achtung: Wenn es anfängt unbequem zu werden, könnte es Wachstum sein. Dann verlässt der Hummer seine Schale und bekommt eine größere. Und wir verlassen unsere Komfortzone und schaffen uns eine neue.
-

6. Eine Begegnung, die Dein Leben oder Deinen Beruf verändert hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich saß im Zug neben einer Frau, die mich plötzlich ansprach. Wir unterhielten uns zwei Stunden lang, und sie brachte mich auf eine Idee, die bis heute wichtig ist.“

- **Deine Notizen:**

.....
.....

- **Brückentipp:** Eine große Übung vor allem für introvertierte und zurückhaltende Menschen. Aber aufgeschlossen und im Austausch zu sein, kann wegweisende Begegnungen eröffnen – im Business wie im Privaten.
-

7. Ein Abschied oder Neubeginn, der Dich geprägt hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich zog von meiner Heimatstadt in ein kleines Dorf. Am Anfang war es schrecklich – heute möchte ich das Landleben nicht mehr missen.“

- **Deine Notizen:**

.....
.....

- **Brückentipp:** Hand aufs Herz: Wer mag schon (große) Veränderungen? Sie fordern uns oft heraus und doch eröffnen sie uns nicht selten neue Räume und Horizonte. Es erfordert lediglich ein bisschen Mut. Und Vertrauen.
-

8. Eine Erkenntnis, die Dich mitten in der Nacht wachgehalten hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Der Gedanke an meinen anstehenden Zahnarzttermin hielt mich lange wach. Warum halte ich eigentlich an meinem Zahnarzt fest, obwohl ich nie zufrieden war. Nur weil ich schon immer da war? Am nächsten Morgen habe ich direkt gewechselt.“
-

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Genauso wie wir Veränderungen hassen, lieben wir Gewohnheiten. Nicht selten zu unserem Nachteil, auch ohne dass wir es bemerken. Ein heller Moment, eine neue Perspektive, ein Hinweis von außen: Boom → Wendung.

9. Eine Gelegenheit, die Du fast verpasst hättest – und was daraus wurde.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich wollte fast nicht mehr zum Zug rennen, weil ich dachte, er sei sowieso weg. Am Ende erwischte ich ihn doch noch – und konnte rechtzeitig bei einem wichtigen Termin sein.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Das Spiel ist erst vorbei, wenn der Schiedsrichter abpfeift. Wer kämpft, kann verlieren, wer nicht kämpft, hat schon verloren. Kluge Sprüche, ja. Aber irgendwie auch wahr, oder?

10. Ein ‚Aha-Moment‘ aus einem völlig unerwarteten Kontext.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe beim Puzzeln gemerkt: Wenn man zu lange auf die Teile starrt, findet man das Passende nicht. Erst als ich aufgestanden bin, fiel es mir sofort ins Auge.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Wenn Du vor lauter Bäumen den Wald nicht siehst, lohnt sich ein kurzer Blick in den Himmel. Perspektivwechsel bewirken mitunter Wunder und mit etwas Glück siehst Du danach klarer.

Kategorie 2: Alltagsbeobachtungen

Die besten Geschichten verstecken sich in ganz banalen Momenten. Wenn Du lernst, hinzuschauen, entdeckst Du Storys überall.

1. Etwas, das Du heute im Supermarkt erlebt hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Das Paar vor mir an der Kasse hatte Probleme mit der Kartenzahlung. Also bot ich an, für sie zu bezahlen und sie überwiesen mir das Geld direkt per Paypal. Sie haben sich sehr über diese Geste gefreut.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Zeigt, dass Solidarität zwischen Fremden kein Risiko sein muss, sondern bereichernd ist. Also meistens. Zumindest außerhalb von Großstädten.

2. Ein Gesprächsfetzen, den Du zufällig aufgeschnappt hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich höre im Café, wie sich eine Frau bei ihrer Freundin darüber beschwert, dass sie keine Zeit für Sport hätte. Später unterhielten sie sich eine halbe Stunde lang über “Desperate Housewives““
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Fett vom Netflix-Gucken aber keine Zeit für Sport. Du weißt, was ich meine. Hervorragende Vorlage für eine Debatte über Prioritäten, oder?

3. Eine Beobachtung, die Dich zum Lachen oder Kopfschütteln gebracht hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Jemand versuchte verzweifelt einzuparken und setzte fünfmal vor- und zurück. Und als die Person schließlich ausstieg, stand das Auto immer noch

schief.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Manchmal ist eine gesunde Selbsteinschätzung zielführender als lähmendes Streben nach Perfektionismus. Kennst Du das Pareto-Prinzip? Google es unbedingt, falls nicht!

4. Ein kleines Missgeschick im Alltag.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe meinen Kaffee verschüttet – genau in dem Moment, als ich es eilig hatte. Dann kam ich erst recht zu spät.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Klassiker, oder? Was man daraus nicht alles ableiten könnte: Stress erzeugt Chaos, Eile macht dumm, Numenedhuudle (Badisch für: nur nichts übereilen). Nicht selten liegt eben in der Ruhe die Kraft.

5. Eine Geste eines Fremden, die Dich berührt hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ein älterer Mann hielt einer Frau die Tür auf und wartete, bis sie mit dem Kinderwagen durchgegangen war.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Ja, soll es noch geben. Auch in Deutschland. Und doch sind es besondere Momente, die Dir den Tag versüßen können, stimmt´s? Hier geht es um Anerkennung, Wertschätzung und Anstand. Tugenden, die sich sicher auch im Business-Kontext finden lassen. Hoffentlich!

6. Ein unerwarteter Geruch oder Klang, der Erinnerungen weckte.

- **Alltags-Beispiel:** „Das Quietschen von Turnschuhen im Flur hat mich gedanklich sofort zurück in meine Schulzeit katapultiert.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Kennst Du noch diese alten Parkett- und Linoliumböden in Sporthallen? Als Kinder haben wir oft versucht, mit den Schuhen Quietschgeräusche zu erzeugen. Emotionen sind sehr stark an Sinneseindrücke gekoppelt. Ein Grund auch warum Geschichten immer Bilder erzeugen sollten.

7. Eine Situation, in der sich jemand ganz anders verhielt, als Du erwartet hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ein Jugendlicher stand im Bus sofort auf und bot einer älteren Dame seinen Platz an.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Gerade in einer Zeit, in der man Jugendliche eher mit Vogelnest auf dem Kopf, Handy in der Hand und Jogginghosen in Verbindung bringt bricht ein solches, unerwartetes Verhalten mit Mustern. Nutze es, um über Vorurteile oder Überraschungseffekte im Storytelling zu sprechen.

8. Etwas, das ‚alle‘ machen – Du aber ganz anders siehst.

- **Alltags-Beispiel:** „Meine Freunde schlafen immer alle so lange es geht – ich genieße es, wenn es früh morgens noch so wunderbar ruhig ist.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....

- **Brückentipp:** Ich finde das zwar auch geil, bin dann aber in aller Regel nach dem Frühstück wieder hundemüde. Aber vielleicht zeigt das oder auch eine ganz andere Beobachtung Deine eigene Haltung und Deine Werte.

9. Ein Ritual oder eine kleine Marotte, die Dir erst auffiel, als jemand Dich darauf ansprach.

- **Alltags-Beispiel:** „Mir wurde gesagt, dass ich immer die Lippen bewege, wenn ich still ein Buch lese – ich hatte es nie bemerkt.“

- **Deine Notizen:**

.....
.....

- **Brückentipp:** Ich schnarche nachts angeblich. Naja, wenn meine Frau und meine Kinder das sagen, wird es schon stimmen. So kannst Du auf jeden Fall zeigen, dass blinde Flecken und Routinen unser Leben prägen – und dass erst Reflexion sie sichtbar macht. Ich darf jetzt nicht mehr auf dem Rücken schlafen. Na toll.

10. Etwas, das Dir gezeigt hat, wie unterschiedlich Menschen denken.

- **Alltags-Beispiel:** „Meine Freundin faltet Handtücher exakt auf drei gleiche Teile – mir ist es egal, solange sie ins Regal passen.“

- **Deine Notizen:**

.....
.....

- **Brückentipp:** Diese Liste ist sicher ebenso lang wie vielfältig. Was es da nicht alles zu entdecken und beobachten gibt. Solche Unterschiede sind perfekte Aufhänger, um über Kommunikation, Bedürfnisse oder Kompromisse zu sprechen. Oder über all die kleinen und großen Unterschiede zwischen uns.

Kategorie 3: Fehler & Learnings

Scheitern ist Story-Superkraft – wenn Du es zeigst. Fehler sind die Geschichten, an denen Menschen Dich am meisten als echt und nahbar erleben.

1. Der größte Patzer, der Dir jemals im Alltag passiert ist.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe mal das Handy in der Waschmaschine mitgewaschen. Ergebnis: Totalschaden. Aber meine Kontaktliste war automatisch bereinigt.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Absoluter Alptraum. Aber perfekt, um zu zeigen, dass Nachlässigkeit Konsequenzen hat – und warum Achtsamkeit oder Struktur wichtig sind, aber auch Fehler positive Auswirkungen haben können.

2. Ein Ratschlag, den Du lange ignoriert hast – und später bereut.

- **Alltags-Beispiel:** „Jahrelang lag mir mein Zahnarzt damit in den Ohren, ich solle mir endlich eine Zahnseide-Routine angewöhnen. Ich habe es immer verdrängt – bis die erste schmerzhafteste Behandlung kam.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Prävention ist das wahrscheinlich langweiligste, was es gibt. Und auf keinen Fall sollte man es damit übertreiben. Aber – und auch das ist klar – sie ist meist einfacher und billiger, als den späteren Schaden zu beheben.

3. Etwas, das Du falsch eingeschätzt hast – und was Du daraus gelernt hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich dachte, ein Regenschirm wird schon für zwei Personen reichen. Nach fünf Minuten waren wir beide nass bis auf die Haut.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Menschen überschätzen, was sie in den nächsten Stunden schaffen können. Und unterschätzen, was sie in einem Jahr bewerkstelligen können. Realistisch planen zu können ist ein absoluter Gamechanger.
-

4. Ein misslungener Versuch, der Dir trotzdem Türen geöffnet hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe mal ein Brot gebacken, das furchtbar geschmeckt hat. Das hat meinen Ehrgeiz geweckt und ich habe dadurch wirklich Freude am Backen gefunden.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Solls ja geben. Erst pfui, dann hui.
-

5. Eine Ausgabe, die sich nicht gelohnt hat – und warum.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einen günstigen Smoothie-Maker im Discounter gekauft. Nach drei Wochen stand er nur noch im Schrank, weil er zu fast nichts zu gebrauchen war.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
-

- **Brückentipp:** Es gibt so viel Schrott da draußen und “günstig” ist selten ein echter Nutzen. Qualität hat nunmal seinen Wert. Und die Frage ist, ob man ihn schätzen kann. Außerdem gibt es einen Unterschied zwischen einer Ausgabe und einer Investition. Das ist auch nicht jedem klar.
-

6. Ein Projekt, das Du aufgeben musstest.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich wollte unbedingt Gitarre lernen – nach drei Monaten habe ich frustriert aufgegeben. Heute spiele ich sehr gut Klavier.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Ich bin ja ein Freund von “Durchziehen”. Aber nicht alles muss zu Ende gebracht werden, nur weil man es angefangen hat. Manchmal ist ein Ende mit Schrecken eben klüger.
-

7. Ein Plan, der komplett anders lief als gedacht.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich plante einen Grillabend im Garten – und es goss in Strömen. Am Ende saßen wir alle in der Küche, und es war trotzdem ein Highlight.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Die besten Parties finden doch immer in der Küche statt, oder? Perfekt, um Flexibilität und Improvisationsfähigkeit zu betonen – Eigenschaften, die überall nützlich sind.
-
-

8. Ein Fehler, den Du immer wieder machst – und wie Du damit umgehst.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich nehme mir jedes Jahr vor, Steuerunterlagen frühzeitig zu sortieren – und sitze trotzdem jedes Mal kurz vor Abgabe am Schreibtisch.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Ein Jahr geht aber auch schnell vorbei immer. Und jedes Mal ist plötzlich Weihnachten. Erzähle, wie man mit wiederkehrenden Mustern umgehen kann – Selbstironie macht Dich dabei sympathisch.
-

9. Ein Aberglaube oder Glaubenssatz, den Du endlich abgelegt hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich dachte lange, dass mich Kaffee nach 16 Uhr zu lange wach hält. Heute weiß ich: Ich schlafe trotzdem wie ein Stein – es war die Erfahrung anderer.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Ich wünschte manchmal, Kaffee würde überhaupt bei mir wirken. Nutze das, um falsche Überzeugungen zu entkräften und Deine eigene Haltung klar zu machen.
-

10. Ein ‚Das mache ich nie wieder‘-Moment.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einmal mit Flip-Flops eine Wanderung gemacht. Nach zwei Kilometern war klar: Nie wieder.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
-

- **Brückentipp:** Fürs Protokoll: das ist ein fiktives Beispiel und ich habe noch nie eine Wanderung in Flip-Flops gemacht. So doof bin ich nicht. Aber mir sind schon zig Leute damit entgegengekommen, als ich dachte: Au weia! Ideal, um aufzuzeigen, dass Erfahrung der beste Lehrer ist – und wie Fehler uns klare Grenzen setzen.
-

Kurze Halbzeitpause

Etwas mehr als die Hälfte der Übungen liegt nun bereits hinter Dir und vielleicht spürst Du schon die Spannung in Deinem Storytelling-Muskel aufkommen.

Gut so - genau so soll es sein 😊

Spätestens jetzt sollte Dir klar geworden sein, dass Storytelling keine Langweiler kennt.

Content verbirgt sich überall, Du musst nur Deinen Blick dafür schärfen und Deinen Storytelling-Muskel darauf trainieren.

Und Du kennst das ja schon vom physischen Fitnesstraining, aber auch von unserem ganz normalen Tag-Nacht-Rhythmus: die Pausen der Regeneration sind mindestens so wichtig wie die Phasen der Anstrengung.

Also: atme kurz durch, lass Deine Gedanken durch Deinen Alltag schweifen und vielleicht hast Du Dir ja bereits ein paar Notizen gemacht.

Und wenn Dir im Moment einfach nicht nach Training ist, Du Dir einen Sparringspartner wünschst, der die Übungen schon kennt, oder jemanden suchst, der sie Dir abnimmt, dann weißt Du ja, was Du zu tun hast:

Buche Dir unter folgendem Link ein kostenfreies Erstgespräch und wir schauen uns an, was Du brauchst.

Aber nicht so wie im Fitnessstudio, wo man Dir dann gleich das Zwei-Jahres-Abo aufschwätzt, die Getränkeflat andreht und das Aerobic-Paket für Schwangere (auch wenn Du so schwanger bist wie der Papst lässig).

Nein, wir schauen gemeinsam, ob es in Deinem Marketing Potentiale gibt, die ich für Dich ausbauen kann, damit Du mit Deinem Angebot genau die Menschen erreichst, die Dein Leben noch aufregender machen!

[>>Prüfe jetzt die Verfügbarkeit für ein Erstgespräch<<](#)

Und jetzt?

Bereit für den zweiten Teil?

Na, dann - Endspurt!

Kategorie 4: Kleine Siege & Erfolge

Storys müssen nicht immer von riesigen Erfolgen handeln. Oft sind es die kleinen Momente, die Menschen am meisten berühren – weil sie sich darin selbst wiederfinden.

1. Der erste kleine Schritt, der sich wie ein Durchbruch anfühlte.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe nach Monaten endlich den quietschenden Türgriff geölt und jedes Mal, wenn ich jetzt durchgehe, fühlt es sich wie ein kleiner Sieg an.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Boah, meine Bürotür. Über Wochen. Aber das Öl war halt immer weit weg in der Werkstatt. Naja, nutze das, um zu zeigen, wie kleine Handlungen große Wirkung haben – genau wie die ersten Schritte bei einer Veränderung oder so.

2. Ein Ziel, das Du früher erreicht hast, als Du dachtest.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich wollte nur kurz meine Unterlagen sortieren – und plötzlich war der ganze Schreibtisch aufgeräumt.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Passiert (mir) leider nicht so oft. Dennoch perfekt, um über unterschätzte eigene Stärke oder Durchhaltevermögen zu sprechen.

3. Ein Kompliment, das Dir besonders viel bedeutet hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ein Kollege meinte nebenbei: ‚Du erklärst Dinge immer so klar.‘ – das war für mich Gold wert.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Ich bin so ein Erklärbar. Aber nicht alles, was man gerne macht, kann man auch gut (Du willst mich nicht singen hören). Deshalb sind solche Rückmeldungen mega wertvoll. Zeigt, wie kleine Gesten große Wirkung haben können – und wie wichtig Wertschätzung ist.

4. Eine kleine Entscheidung, die sich als goldrichtig erwies.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich nahm spontan einen anderen Heimweg – und entdeckte einen wunderschönen Park, der jetzt mein Lieblingssort ist.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Kann mir auf dem Dorf zwar nicht passieren, aber vielleicht irgendwo im Urlaub? Einfach mal Gewohnheiten durchbrechen und dabei offen und neugierig sein. Ein schönes Plädoyer dafür.

5. Ein Mini-Meilenstein in einem großen Projekt.

- **Alltags-Beispiel:** „Nach Tagen voller Chaos hatte ich endlich meinen Kleiderschrank ausgeräumt und fühlte mich sofort erleichtert.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Vielleicht geht es Dir auch so: Wenn um mich rum alles durcheinander ist, bin auch ich zerstreut. Manchmal ist dann Ordnung im Außen zu schaffen der erste Schritt, um Ordnung in den Gedanken zu erhalten. Oder: Ordnung im Kleinen schafft Klarheit im Großen.

6. Ein Zeichen, dass Du auf dem richtigen Weg bist.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich wollte nur mal probeweise ein Kapitel schreiben – und plötzlich war eine halbe Kurzgeschichte fertig.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Manchmal ist es durchaus klug, sich überschaubare Ziele zu setzen und diese dann zu übererfüllen. Verwende das, um zu zeigen, wie kleine Erfolge Bestätigung geben, auf dem richtigen Weg zu sein – im Business wie im Leben.
-

7. Eine spontane Chance, die Du ergriffen hast – und die sich lohnte.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich kaufte ganz spontan einer Bekannten Konzerttickets ab und es wurde einer der schönsten Abende des Jahres.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Erzähle, wie sich Flexibilität lohnt – und dass Chancen ergriffen werden wollen. Da gibt es eigentlich auch nicht mehr dazu zu sagen.
-

8. Eine unerwartete Unterstützung, mit der Du nicht gerechnet hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ein Nachbar half mir spontan beim Möbeltragen und wir kamen darüber ins Gespräch.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Zeigt, wie wichtig Gemeinschaft und gegenseitige Hilfe sind – ein universelles Thema in jeder Nische. Man sagt: Unter Unternehmen und
-

Selbstständigen ist die Bereitschaft dazu sogar besonders ausgeprägt.

9. Ein Feedback, das Dich motiviert hat, weiterzumachen.

- **Alltags-Beispiel:** „Ein Freund sagte: ‚Man merkt richtig, dass Du Spaß daran hast.‘
"Das war für mich wichtiger als jede große Anerkennung.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Nutze das, um über intrinsische Motivation zu sprechen und warum Freude wichtiger ist als äußere Bestätigung. Treibt uns das nicht alle an?
-

10. Etwas, das Du gelernt hast, obwohl Du es nicht geplant hattest.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einem Freund beim Renovieren geholfen und dabei noch gelernt, wie man ein Baugerüst richtig aufbaut.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Perfekt, um über die Kraft von Nebenwirkungen und Zufall zu erzählen und wie Lernen oft beiläufig geschieht. Oder wie sagt man so schön: Man kann eigentlich nicht nicht lernen! Hängt sicher ein bisschen davon ab, mit welcher Attitüde man durchs Leben rennt?!
-

Kategorie 5: Werte & Überzeugungen

Hier lernen Deine Leser kennen, was Dir wirklich wichtig ist. Werte zeigen sich selten in großen Reden. Sie zeigen sich in kleinen Alltagsszenen.

1. Ein Moment, in dem Du zu Deinen Werten gestanden bist, auch wenn es nicht ganz einfach war.

- **Alltags-Beispiel:** „In einem Restaurant habe ich einmal 30 € Wechselgeld zu viel zurückbekommen. Als es mir zu Hause aufgefallen war, habe ich es zurückgebracht und zum Dank eine Flasche Wein erhalten.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** So kannst Du deutlich machen, dass Ehrlichkeit wichtiger ist als kurzfristiger Vorteil – auch im Business. Ein Wert, der mir persönlich sehr wichtig ist und ich bin überzeugt davon, dass sich Ehrlichkeit allerspätestens langfristig auszahlt.

2. Eine Situation, in der Ehrlichkeit Dich weitergebracht hat.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe meinem Kollegen offen gesagt, dass ich mit seinem Vorschlag nicht klar kam – daraus entstand eine Lösung, die für uns beide viel besser war.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Zeigt, dass Klarheit in der Kommunikation zu besseren Ergebnissen führt und warum gute Beziehungen auf Ehrlichkeit beruhen. Und in aller Regel kommt es gar nicht zu diesem brutalen Faustkampf oder blutrünstigen Gemetzel, wenn man mal offen und aufrichtig Kritik übt.

3. Ein Erlebnis, das Dir gezeigt hat, was ‚Erfolg‘ für Dich wirklich bedeutet.

- **Alltags-Beispiel:** „Als mir mein bester Freund neulich gesagt hat, dass ich ihm mit unserem Gespräch wirklich weitergeholfen habe, fühlte sich das großartig für mich an. Besser als jede berufliche Anerkennung.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Nutze das, um über innere Maßstäbe von Erfolg zu sprechen und Dich klar zu positionieren. Jemandem eine Hilfe sein zu können und dafür auch noch Anerkennung zu erhalten, zahlt zwar keine Rechnungen, aber sind wir mal ehrlich: es gibt kaum etwas befriedigenderes, oder?
-

4. Eine Entscheidung, die Du gegen den Rat anderer getroffen hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Alle rieten mir, den sicheren Job zu behalten. Ich habe trotzdem gekündigt. Das war der Start in mein heutiges, unabhängiges Leben.“
 - **Deine Notizen:**
.....
.....
 - **Brückentipp:** Ja, sie meinen es alle gut und wollen Dich vor Unheil bewahren. Aber ganz oft wissen Ratgeber aber auch einfach nicht, wovon sie reden. Und nicht selten wollen sie (unbewusst) verhindern, dass Du Dich von ihnen entfernst, in welcher Art auch immer. Perfekt, um zu zeigen, dass es sich lohnt, auf die eigene Intuition zu vertrauen und sie zu trainieren.
-

5. Ein Beispiel, das Deine Definition von Freiheit zeigt.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich nahm mir einen Nachmittag frei, um einfach im Wald spazieren zu gehen – ohne Handy, ohne Termine.“
-

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** So kannst Du veranschaulichen, was Freiheit für Dich bedeutet – und wie Du diese Haltung in Deine Arbeit trägst. Absoluter Luxus für Viele. Nicht unbedingt, sich sowas zu leisten. Sondern, sich sowas zu erlauben. Das ist Freiheit.

6. Eine Geschichte, die Deinen wichtigsten Wert widerspiegelt.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe das letzte Stück Schokolade geteilt, obwohl ich selbst total Lust darauf hatte. Für mich war Teilen wichtiger.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Oh ja, der ist hart. Und daher genauso bildhaft wie bedeutungsvoll. Werte zeigen sich in Handlungen. Und genau das macht Deine Botschaft glaubwürdig. Show it, don't tell it.

7. Ein Erlebnis, das Dich daran erinnert hat, warum Du tust, was Du tust.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einer Mutter mit Kinderwagen die Treppe runter geholfen. Sie war sehr dankbar und hat sich sehr darüber gefreut.“

- **Deine Notizen:**

.....

.....

- **Brückentipp:** Solche Momente zeigen Sinn und Motivation und lassen sich direkt mit Deinem “Warum” verbinden. Menschen helfen, andere unterstützen, mit ihnen wachsen. Bist Du nicht auch dafür losgegangen?

8. Ein Moment, in dem Du Deine Komfortzone für eine Überzeugung verlassen hast.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich habe einen Autofahrer darauf angesprochen, dass er auf einem Behindertenparkplatz steht, obwohl ich dabei sehr aufgeregt war. Er ist daraufhin wortlos weggefahren.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Mir persönlich schwillt der Kamm bei sowas. Und doch muss ich mich dazu überwinden, etwas zu sagen. Möglichst freundlich. Es könnte ja auch sein, dass es ein Versehen war. Genau! Aber: Werte geben Mut. Das kannst Du nutzen, um über Haltung und Rückgrat zu sprechen.

9. Eine Beobachtung, die Dir klar machte, wie wichtig Dir ein bestimmtes Thema ist.

- **Alltags-Beispiel:** „Ich sah, wie jemand seinen Müll im Park liegen ließ – und merkte, wie wütend mich das machte, weil mir Natur wichtig ist.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....
- **Brückentipp:** Das regt mich ungeheuer auf - boah! Kleine Szenen reichen aus, um Deine Haltung sichtbar zu machen und Menschen mit denselben Werten anzuziehen. Diese resonieren dann mit solchen Bildern.

10. Eine Situation, in der Du bewusst anders gehandelt hast als ‚man es macht‘.

- **Alltags-Beispiel:** „Meine Freunde posten täglich neue Bilder aus ihrem Urlaub. Ich mache das Handy eher aus und genieße die Momente.“
- **Deine Notizen:**
.....
.....

- **Brückentipp:** Meine ersten großen Reisen habe ich noch vor dem Smartphone-Zeitalter gemacht. Manchmal vermisse ich diese Zeit. Es gibt sicherlich etliche Anekdoten, um zu zeigen, dass man nicht jedem Trend folgen muss – sondern klare Entscheidungen trifft.
-

Geschafft! So geht es jetzt für Dich weiter

Und? Wie fühlt es sich an, etwas für Deinen Storytelling-Muskel getan zu haben?

Hier und da mag es noch etwas ungewohnt anmuten, ganz ähnlich wie bei den ersten Übungen im Fitnessstudio.

Bei Bewegungen, die Du noch nicht so oft gemacht hast.

Je nach dem bekommst Du auch ein wenig Muskelkater, das kann auch sein.

Aber, wie bei jeder körperlichen Übung auch, wird es Dir mit zunehmendem Training immer leichter fallen, aus ganz alltäglichen Situationen spannende Geschichten für Deinen Content zu entwickeln.

Auch die Formel wirst Du irgendwann völlig unbewusst anwenden.

Was anfangs vielleicht noch etwas staksig oder konstruiert klingt, wird mit der Zeit immer lockerer und authentischer.

Und ehe Du Dich versiehst wird aus Deinen Marketing-Texten ganz automatisch diese kleine Stimme im Kopf Deiner Interessenten, die sagt:

“Hey, hörst Du? Das sind unsere Gedanken!”

“Ja, genauso fühlen wir uns doch auch immer.”

“Das buchen wir jetzt! Los, klick drauf!”

“Endlich versteht uns jemand!”

“Das ist unsere Lösung!”

Aber hey, keine Angst: Du musst das nicht alles alleine machen.

Das Geile im Marketing (im Gegensatz zum Fitnessstudio 😊) ist, dass Du das auch einfach abgeben kannst. Ich mach das für Dich!

Oder aber Du holst Dir einen Personal Trainer, der Dich dabei an die Hand nimmt und Deine Texte mit Dir zu Marketing-Gold macht!

So oder so: Du musst Dich einfach nur bei mir melden!

Wähle jetzt einen Termin aus und lass mich wissen, was Du vor hast:

>>Prüfe jetzt die Verfügbarkeit für ein Erstgespräch<<

Ich freue mich auf Dein Projekt!



A handwritten signature in black ink that reads "Saša".

© 2025 Saša Bilečić - mitherzundhatschek. Alle Rechte vorbehalten. Ich habe dieses Workbook selbst konzipiert, geschrieben und mit einem grausamen Fluch belegt. Wer es ohne meine schriftliche Genehmigung ganz oder teilweise kopiert, verbreitet oder modifiziert, wird für immer Schluckauf bekommen.