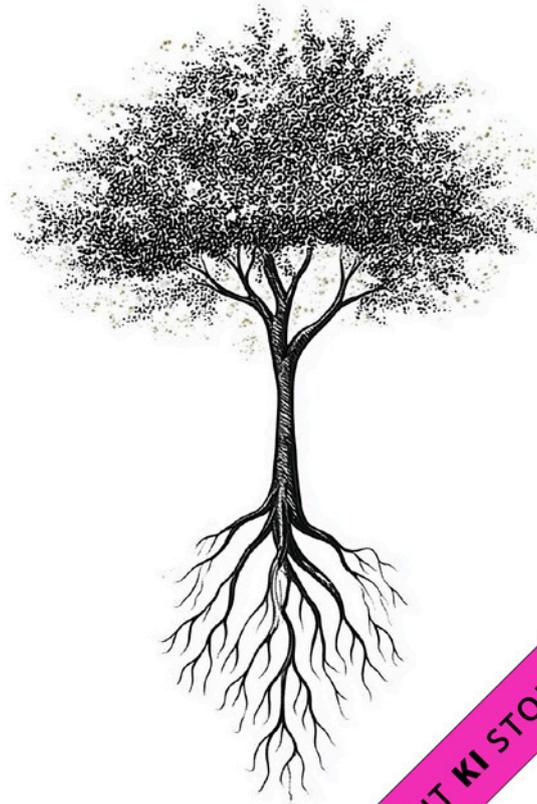


„Über mich“ schreiben leicht gemacht

Storybook



COACH • MIT KI STORY-COACH • MIT KI

Schreibe deinen „Über mich“ Abschnitt

Du willst deine Website überarbeiten. Vielleicht hast du schon Designideen, vielleicht auch jemanden, der dich technisch unterstützt. Doch an einer Stelle bleibst du hängen:

Was soll da eigentlich über mich stehen?

Diese Seite ist oft die meistbesuchte auf einer Website – und gleichzeitig die, bei der wir am längsten hin und her überlegen. Warum? Weil es nicht einfach ist, über sich selbst zu schreiben. Weil wir mitten in unserer Geschichte stecken und den Überblick verlieren.

 Hinweis: Dieses Workbook ist **die ideale Ergänzung zum KI-Texthelfer** den du hier **findest**. Dort wirst du – Schritt für Schritt – durch deinen Text geführt. Dieses PDF hilft dir dabei, dich vorzubereiten, Antworten zu reflektieren und deinen Schreibstil zu entdecken. Gemeinsam ergeben sie deinen perfekten Startpunkt.

Ich bin Brigitte – **Webdesignerin mit einem Faible für gute Geschichten**. Ich weiß: Es braucht keine Superheldinnen-Story. Sondern echte Momente, die zeigen, wer du bist.

Dieses Workbook hilft dir, einen Anfang zu finden – sehr entspannt, auf deine Weise. Nicht die komplette Über-mich-Seite, aber ein **starker Einstieg**: Ein erster Abschnitt, der dich greifbar macht: – für **deine Startseite, dein Profil, dein Angebot**.



Warum das anspruchsvoll ist – und warum es sich lohnt

Viele Selbstständige kämpfen mit ihrem "Über mich"-Abschnitt. Vielleicht geht es dir genauso. Hier sind die häufigsten Gründe:

- Wir sehen uns selbst oft verzerrt oder viel zu kritisch.
- Wir wissen nicht, was wirklich relevant ist.
- Wir haben Angst, zu viel oder zu wenig preiszugeben.
- Wir vergleichen uns mit anderen und verlieren dabei uns selbst.

Dabei ist gerade dieser Text entscheidend. Denn Menschen kaufen nicht nur dein Angebot – sie entscheiden sich für dich.

Storytelling kann dir helfen, diesen Knoten zu lösen. Eine gute Story zeigt nicht nur, wer du bist – sondern warum das für andere wichtig ist. Sie schafft Nähe, Vertrauen, Verbindung.

Viel Spaß bei deiner Story!

Liebe Grüße,
Brigitte

INHALTSVERZEICHNIS

| | | |
|-------|----|---|
| Seite | 05 | Wer bist du – spielerisch entdeckt |
| | | Charmante Fragen, die dir helfen, dich selbst mit einem Augenzwinkern besser kennenzulernen – ohne Druck, einfach zum Warmwerden. |
| | 07 | Freundebuch-Fragen |
| | | Keine Fragen für andere – sondern für dich selbst: Diese spielerisch-leichten Impulse helfen dir dabei, dir selbst zuzuhören, Muster zu entdecken und auf ehrliche Weise zu sagen: „Ja, das bin ich und das ist mir wichtig“ |
| | 08 | Dein Ziel |
| | | Was möchtest du mit deiner Arbeit in anderen bewegen? Was soll für deine Kunden am Ende anders sein? Überlege dir den konkreten Nutzen deiner Arbeit. |
| | 09 | Dein Ursprung |
| | | Woher kommst du – beruflich, persönlich, emotional? Denn dein Weg erzählt mehr über deine Haltung und Fähigkeiten als jeder Status. |
| | 10 | Deine Erkenntnis |
| | | Manchmal verändert ein Moment alles. Hier findest du heraus, was dich geprägt hat – und was dich antreibt. |
| | 11 | Deine heutige Arbeit |
| | | Du stehst heute an einem bestimmten Punkt – fachlich, menschlich, strategisch. Dieser Abschnitt hilft dir, das zu benennen: Was hast du gelernt, welche Haltung hast du entwickelt – und warum ist genau das für deine Kunden heute wertvoll? |

INHALTSVERZEICHNIS

12 Notizen

Platz für Gedanken, Ideen, Zitate oder Geistesblitze. Vielleicht ist es genau diese eine Notiz, die später der Anfang deines Textes wird.

13 So entsteht nun dein Text

Jetzt wird's konkret: Zwei Wege, wie du aus deinen Antworten einen Einstiegstext machst, der dich nicht nur beschreibt – sondern berührt.

14 Dein Schreibstil

Entdecke, ob du lieber emotional-persönlich oder klar-strukturiert schreibst – beides ist möglich.

15 Dein KI Story-Coach

Du bist nicht allein: Dein KI-Texthelfer baut aus deinen Antworten erste Textbausteine – schlau, individuell und stimmig.

16 Dein fertiger Text

Hier darf dein Text landen – bereit, gefeiert, verworfen oder gefeilt zu werden. Hauptsache: echt.

18 Dein nächster Schritt

Du willst noch mehr Stories entwickeln? Hier erfährst du, wie du weitermachen kannst – mit Beta-Kurs oder Workshop.



Wer bist du – spielerisch entdeckt

Zum Einstieg brauchst du keinen perfekten Lebenslauf, sondern ein Gefühl für dich selbst. Dafür gibt es hier kleine, charmante Fragen.

01

Entscheidungsfragen – Was passt besser zu dir?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Frühaufsteherin | <input type="checkbox"/> Nachtmensch |
| <input type="checkbox"/> Spaghetti | <input type="checkbox"/> Sushi |
| <input type="checkbox"/> Kaffee | <input type="checkbox"/> Tee |
| <input type="checkbox"/> Fahrrad | <input type="checkbox"/> Auto |
| <input type="checkbox"/> Buch | <input type="checkbox"/> Serie |
| <input type="checkbox"/> Großstadt | <input type="checkbox"/> Land |
| <input type="checkbox"/> Ordnung | <input type="checkbox"/> Kreatives Chaos |
| <input type="checkbox"/> Viel erzählen | <input type="checkbox"/> Zuhören |
| <input type="checkbox"/> Berge | <input type="checkbox"/> Meer |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Was verraten diese Gegensätze? Sie geben Hinweise auf deine Haltung, deine Werte, deine Art zu arbeiten.

02

Was weißt du bereits über dich? Notiere dir mindestens 10 positive Fakten über dich:

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

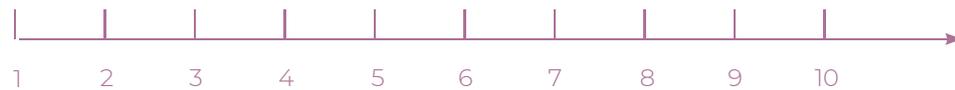
Lass uns auf einfache Weise starten:

Freudebuch neu gedacht



01

Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie sehr passt diese Aussage zu dir?
Ich möchte in meiner Arbeit etwas bewirken – nicht nur „abliefern“. Warum?



.....

.....

.....

02

Mein Lieblingsmoment in der Woche ist ...

.....

.....

03

Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie sehr passt diese Aussage zu dir?
Ich sehe in Krisen oder Umbrüchen oft das Potenzial für Veränderung. Warum?



.....

.....

.....

04

Wenn ich mal ganz frei habe, beschäftige ich mich am liebsten mit ...

.....

.....

01



Wenn ich ein Getränk wäre, wäre ich ein ... weil ...

.....
.....

02

Was auf einer Reise nie fehlen darf:

.....
.....

 **Tipp:** Die markierten Fragen findest du auch im KI-Assistenten. Du kannst sie also vorab in Ruhe beantworten und dann in den KI-Story-Coach übertragen.

03

Was sagen andere öfter über dich (auch wenn du es selbst kaum bemerkst)?

.. KI-Assistent ..
.....
.....

04

Womit kann man dir immer eine Freude machen?

.. KI-Assistent ..
.....
.....

05

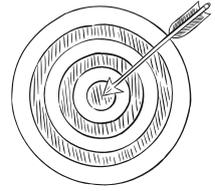
Wenn deine Arbeit ein Song wäre, wie würde er heißen?



.. KI-Assistent ..
.....
.....

Was wünschst du dir für deine Klient:innen?

Dein Ziel



01

Was ist das größte Ziel, das du für deine Klient:innen erreichen möchtest?

... KI-Assistent

.....

.....

 **Tipp:** Die markierten Fragen findest du auch im KI-Assistenten. Du kannst sie also vorab in Ruhe beantworten und dann in den KI-Story-Coach übertragen.

02

Was soll sich durch deine Arbeit im Leben anderer verbessern?

... KI-Assistent

.....

.....

.....

03

Warum ist dir das wichtig?

... KI-Assistent

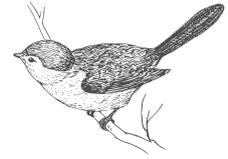
.....

.....

.....

Was wünschst du dir für deine Klient:innen?

Dein Ursprung



01

Gab es einen Moment, in dem du selbst gebraucht hättest, was du heute weitergibst?

... KI-Assistent

.....

.....

💡 **Tipp:** Die markierten Fragen findest du auch im KI-Assistenten. Du kannst sie also vorab in Ruhe beantworten und dann in den KI-Story-Coach übertragen.

02

Oder ein Erlebnis, eine Krise, die dich geprägt hat?

... KI-Assistent

.....

.....

.....

03

Was war deine größte Erkenntnis daraus?

... KI-Assistent

.....

.....

.....

Das habe ich -mit der Zeit- gemerkt

Deine Erfahrung

Deine Learnings



01

Was hast du aus dieser Erfahrung mitgenommen?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

02

Welche Erkenntnis begleitet dich bis heute?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

.....

03

Wie beeinflusst das deine Arbeit heute?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

.....

Was unterscheidet dich von anderen?

Deine heutige Arbeit

Was macht deine Arbeit wertvoll?



01

Was genau machst du heute beruflich?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

02

Wie spiegelt sich deine Geschichte darin wider?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

03

Was schätzen andere an deiner Art zu arbeiten?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

04

Wenn du deine Haltung in einem Satz sagen müsstest – wie würde er lauten?

.. KI-Assistent ..

.....

.....

.....

WAS FÄLLT DIR NOCH EIN?

Meine Notizen



A series of 20 horizontal dotted lines spaced evenly down the page, intended for writing notes.

So entsteht dein Text

Du hast jetzt einiges über dich gesammelt. Vielleicht mehr, als du erwartet hast. Jetzt kommt der Moment, an dem du das Material in einen Text gießen darfst. Und du musst das nicht allein tun.

Variante 1: Du schreibst selbst

1. Sortieren:

Markiere 3–5 Aussagen, bei denen du dachtest: "Das bin ich!"

Checkliste:

- Ein Gedanke aus deinem Warum oder Wendepunkt
- 1–2 Eigenschaften, die dich gut beschreiben
- Ein Satz über deine heutige Arbeit
- Ein Gefühl, das du vermitteln willst

2. Erste Formulierungen:

Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn ...

Ich begleite Menschen, die ...

Meine Arbeit ist für dich, wenn du ...

Was mich antreibt: ...

Dein Schreibstil

Herzlinie oder W-Fragen?

Zwei Wege, wie du deinen Text aufbauen kannst – beide authentisch, aber unterschiedlich in Ton und Struktur

💡 Tipp: Probiere beide Varianten aus – du wirst spüren, welche sich besser anfühlt.



Die Herzlinie

Emotional, persönlich, erzählend.

Du beginnst mit einem inneren Impuls: einem Aha-Moment, einer Erkenntnis, einer Erfahrung, die etwas in Bewegung gesetzt hat. Von dort aus erzählst du deinen Weg – mit Höhen und Umwegen – und landest bei dem, was du heute tust und was dir für deine Klienten wichtig ist.

Deine Haltung, deine Entwicklung und das Ziel deiner Arbeit fließen ganz natürlich mit ein.

Ideal, wenn du Nähe schaffen willst und deine Geschichte sich wie ein echtes Gespräch anfühlen darf – offen, menschlich, inspirierend.

Die W-Fragen-Variante

Strukturiert, aber nicht trocken – mit Story im Hintergrund.

Du beginnst mit deiner aktuellen Position: Wo stehst du beruflich? Was machst du konkret – und was zeichnet dich dabei aus? Dann folgst du einer klaren Erzählstruktur in vier Schritten: Was war das Problem? Oder: Was hat dich geprägt oder gefordert – auch ohne große Story. Was bietest du heute an? Welcher konkrete Nutzen ergibt sich daraus für deine Kund:innen? Wie arbeitest du? Was dürfen sie von dir erwarten – fachlich und menschlich?

Diese Variante eignet sich perfekt für alle, die ihren Text klar, verständlich und zielgerichtet formulieren wollen – ohne zu viel auszuholen, aber mit Persönlichkeit und Haltung.

A

Die Herzlinie

Emotional & persönlich

- Dein Warum oder Wendepunkt
- Dein Weg
- Deine heutige Arbeit
- Dein Versprechen

B

Die W-Fragen

Unmittelbar verständlich & klar

- Wer du bist
- Wem du hilfst
- Wobei du hilfst
- Wie du arbeitest

Variante 2:

la-mia-grafica.de/story-coach/

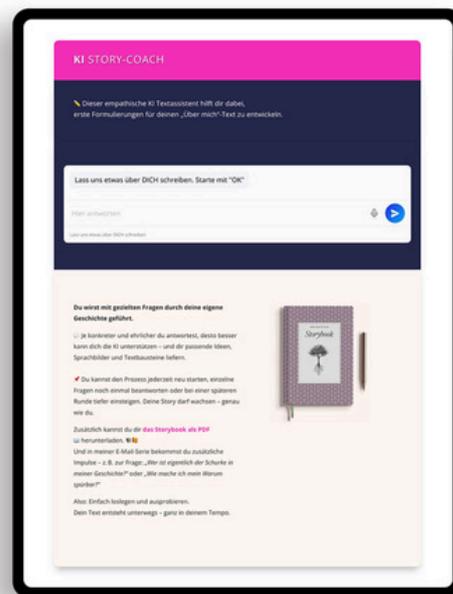
der **KI STORY-
COACH**



Du tippst oder sprichst
einfach rein,
– er textet

Der KI Story-Coach nimmt deine Antworten und baut daraus deinen ersten Entwurf: strukturiert, stilsicher und erstaunlich nah an dem, was du eigentlich sagen willst. Er liest zwischen den Zeilen; merkt, wenn Inhalte hervorgehoben werden sollten und ob du sachlich oder persönlich formulierst. – Aufbau & Sprache stimmt er darauf ab.

Perfekt, wenn du beim Schreiben oft hängen bleibst und dir wünschst: „Kann mir das mal jemand in schön aufschreiben?“



Dein Schreibtyp

Zusätzlich kannst du ein kurzes Quiz machen – inspiriert vom DISC-Modell. Es hilft dir dabei, deinen Schreibtyp besser kennenzulernen: Magst du es **klar und sachlich, locker und kreativ oder eher bildhaft und emotional?**

Das Ergebnis fließt automatisch in den Textentwurf ein. So entsteht ein Tonfall, der nicht nur passt, sondern sich vertraut anfühlt – auch wenn du ihn nicht selbst formuliert hast. Und keine Sorge: **Du musst nichts perfekt machen.** Der Text ist ein Ausgangspunkt – zum Verfeinern, Weiterspinnen oder einfach schon mal loslegen. Die Struktur steht. Die Richtung stimmt. Jetzt darfst du dich einmischen.

Und wer weiß – vielleicht ist es genau der Text, den du dir schon lange gewünscht hast.

<https://la-mia-grafica.de/story-coach/>



MEIN FERTIGER TEXT

über mich

A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

Über mich

Brigitte Bauer, Dipl. Kommunikationsdesignerin FH



Ich war nie die Lauteste im Raum – aber die, die zuhört, nachdenkt und dann das Design findet, das sitzt.

Was als Faible für schöne Kunst und Gestaltung begann, wurde mit der Zeit zu einer echten Fähigkeit: Menschen zu helfen, sichtbar zu werden – auf eine Weise, die sich nach ihnen anfühlt.

Heute bin ich Webdesignerin, Storycoach und KI-Expertin für Text und Bild – spezialisiert auf Heilberufe, Trainer- und Berater:innen, die mehr sind als nur ihre Leistung.

Ich entwickle Webseiten wie Drehbücher: mit Spannungsbogen, roten Fäden und einer klaren Dramaturgie. Kein Baukasten, sondern mit echter, langjähriger Erfahrung und Qualität.

Denn Sichtbarkeit braucht mehr als gutes Design: Sie braucht Haltung. Eine Geschichte, die berührt. Und eine Sprache, die wirkt – leise, aber bestimmt.

Ich begleite meine Kund:innen dabei, genau das herauszufinden: Wer sie sind, was sie wirklich sagen wollen – und wie daraus ein Online-Auftritt entsteht, der Menschen berührt und verbindet. Immer mit Storytelling, mit Strategie – und mit einem offenen Ohr für Zwischentöne.

Wenn du wissen willst, wie das auch für dich funktionieren kann: du hältst gerade den ersten Schritt in der Hand. :-)
Willkommen in deiner Geschichte.

Herzlich,
Deine Brigitte

Dein nächster Schritt

Noch mehr Markenstories wären jetzt hilfreich?



Diffenzierungsstory,
Produktnutzenstory,
Leitfaden für Landingpages,
Kundenstories,
Vision-Stories,
usw?

🖋️ Du hast gesehen, wie sich aus ein paar Antworten eine echte Geschichte formen lässt. Stell dir vor, was möglich wird, wenn du noch weitere Storys entwickelst – für dein Angebot, deine Kundenbeziehungen und deine Positionierung.

Im Kurs „Website Story“ entwickeln wir nicht nur das Konzept für deinen Online Auftritt, sondern auch die Geschichten, die dich in deine Sichtbarkeit bringen: Und zwar Schritt für Schritt, immer praxisnah für den Aufbau deiner Webseiten und Landingpages.

🖋️ **Positionierungs-Story**

Sag endlich klar, was dich ausmacht. Wir bringen Fokus, Klarheit und Ausstrahlung zusammen.

🖋️ **Vision-Story**

Was treibt dich an? Welche Zukunft willst du mitgestalten? Und warum ist das inspirierend für andere?

🖋️ **Produktnutzen-Story**

Zeig, was dein einzelnes Angebot wirklich verändert – und warum genau das für deine Zielgruppe relevant ist.

🖋️ **Kundenstorys**

Menschen glauben Geschichten, keine Behauptungen. Wir machen aus Erfahrungen starke Erzählungen mit Wirkung.

🖋️ **Landingpage-Leitfaden**

Verkaufen mit Storystruktur: Du lernst, wie du deine Heldenreise auf Landingpages anwendest – für maximale Wirkung.

🖋️ und vieles MEHR!



Du musst das nicht alleine machen. Aber du kannst schon jetzt entscheiden, ob du Lust auf mehr Klarheit, Struktur und Sichtbarkeit hast. Mehr Infos findest du unter:

www.story-kurse.de/warteliste

Vielleicht ist dieser Text der Anfang von etwas, das schon lange in dir schlummert:

- Eine Stimme, die klar sagt, wofür du stehst.
- Eine Geschichte, die andere wirklich berührt.
- Und ein Auftritt, der sich nicht nach Werbung anfühlt – sondern nach dir.

Wie auch immer – du bist auf dem richtigen Weg.

Und wenn du magst, gehen wir den Rest gemeinsam.

Jetzt zum
einmaligen
**EINFÜHRUNGS-
PREIS**
sichern!



Trage dich hier: www.story-kurse.de
in meine **Beta-Kurs Warteliste** ein.

In diesem Kurs entwickeln wir gemeinsam alle **relevanten Stories**, die du für ein ehrlich- erfolgreiches Business brauchst. Ein Business, das leise sein darf, und doch **mit Leichtigkeit Geschichten erzählt**. Also feinsinnig, aber mit Hilfe von starken Bildern und Worten arbeitet. Was **dich und deine wertvolle Arbeit sichtbar werden lässt**.

[Jetzt unverbindlich anmelden](#)



www.story-kurse.de/warteliste

IMPRESSUM

Folge Brigitte Bauer auf
Instagram
[@Brigitte.Bauer_Story&Design](https://www.instagram.com/Brigitte.Bauer_Story&Design)

Dieses Workbook ist urheberrechtlich geschützt. Alle Inhalte, Texte und Gestaltungselemente dürfen ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung der Autorin weder ganz noch in Auszügen vervielfältigt, verbreitet, gespeichert oder in irgendeiner Form weiterverarbeitet werden – auch nicht digital, fotografisch oder auf anderem Wege. Die Nutzung ist ausschließlich für den persönlichen Gebrauch im Rahmen des jeweiligen Angebots bestimmt.

www.la-mia-grafica.de

www.storytelling-blog.de

la mia grafica 