

Wie man die negative Einstellung zu Finanzen los wird

29. April 2025



Schweizer Franken

Quelle: envato/ johan10

Obwohl es den meisten von uns gut geht, sind viele unzufrieden mit ihrer finanziellen Lage. Doch manchmal liegt das gar nicht an den äusseren Umständen, sondern an der eigenen Einstellung zum Geld.

Den Buhmann findet man schnell, wenn man finanziell unzufrieden ist: die schlechte Situation des Arbeitgebers, die Teuerungsrate, die Steuern, Aktienkurse... Doch meistens lässt sich das nicht ändern. Unsere Einstellung zum Geld jedoch schon.

Die eigene Prägung hinterfragen

Welche Ereignisse und Erlebnisse haben Ihr Verhältnis zu Geld geprägt? Welche Gefühle verbinden Sie mit Geld? Denken Sie an Ihre Kindheit und die Geschichte Ihrer Familie zurück. Gab es in Ihrer Familie Konflikte wegen Schulden? Hatten Sie Geld im Überfluss oder war es knapp?

Haben Sie sich in Ihrer Kindheit dafür geschämt, finanziell besser oder schlechter dran zu sein als andere? Sind Sie jemals finanziell ausgenutzt oder betrogen worden? Wie viel beschäftigen Sie sich mit Geld?

Mein Verhältnis zu Geld

Überlegen Sie sich, welche Leitsätze Sie sich wegen Ihrer Erfahrungen mit Geld gesucht haben: Geld ist immer knapp? Geld ist unzuverlässig, es kann auf einmal weg sein? Nur Geld bietet Sicherheit? Geld darf man nicht zeigen, es weckt den Neid? Wer wenig verdient ist ein Versager? Wenn ich einmal reich bin, hab ich es geschafft? Mit Geldgeschäften kenne ich mich nicht aus?

Leitsätze überdenken

Betrachten Sie Ihre Prägung und Ihre Leitsätze zum Geld, um herauszufinden, wie es zu ihrer negativen Einstellung kam. Überdenken Sie, ob diese Leitsätze wirklich noch auf Ihre jetzige Situation zutreffen.

Ist Ihr Geld wirklich immer knapp? Oder ist das nur ein Gefühl, die Angst, dass es knapp werden könnte, wenn Sie grosszügig sind? Bietet Geld tatsächlich Sicherheit? Oder haben Sie sich einen Sparzwang angewöhnt, der einen gesunden Umgang mit dem, was man zur Verfügung hat, verhindert? Bestimmt die Zahl auf Ihrem Gehaltszettel in Wahrheit auch Ihren Wert?

Prüfen Sie die Verhaltensmuster, die Sie anerzogen bekommen haben und die Sie sich angewöhnt haben. Wie viel davon ist normal und gesund und was davon würden Sie gerne ändern?

Erste Schritte in eine neue Richtung

Stellen Sie sich ganz realistisch Ihrer jetzigen Situation und überlegen Sie sich, was Sie sich im Umgang mit Ihren Finanzen wünschen. Halten Sie sich dabei vor Augen, dass es einen Gott gibt, der für Sie sorgt.

Sie möchten keine Schulden mehr machen? Holen Sie sich Hilfe von einem Budgetberater. Sie möchten grosszügiger anderen gegenüber sein? Wagen Sie es in kleinen Schritten. Sie möchten zufriedener mit Ihrer Situation werden? Fangen Sie an, das viele Gute zu sehen und dafür zu danken.

Suchen Sie sich neue Leitsätze für diesen Lebensbereich. Zum Beispiel: «In Gottes Augen bin ich wertvoll, selbst wenn ich wenig verdiene.» Oder: «Ich kann mich glücklich schätzen, es geht mir finanziell gut.» Oder: «Gott ist grosszügig, ich möchte ihm ähnlicher werden.»

Bitten Sie Gott, dass er Ihnen hilft, Ihre Einstellung zu Ihrer finanziellen Situation und zum Geld zu verändern und dann gehen Sie in kleinen Schritten in Ihre neue Richtung.

Dieser Artikel erschien im Mai 2015 auf Jesus.ch

Zum Thema:

[Den Glauben entdecken](#)

[Dossier Mein Geld reicht](#)

[Finanzen: Umgang mit Geld und Besitz in der Bibel](#)

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: Jesus.ch

Tags