

Das Geld und die Gewohnheiten

15. July 2025



Gute Gewohnheiten sind auch im Bereich der Finanzen sehr wichtig

Quelle: Unsplash / Blake Wisz

Gute Gewohnheiten helfen bei der Ordnung des Lebens und geben uns Sicherheit. Wir müssen nicht jedes Mal neu überlegen, wie etwas zu tun ist. Das gilt auch im Bereich der Finanzen. Doch wie kommt man von schlechten zu guten Gewohnheiten?

Jede Gewohnheit, sinnvoll wie unsinnig, hat ihre eigene Geschichte. Sie wurde «gelernt». Im Grunde lieben wir sogar unsere Angewohnheiten – auch wenn sie manchmal unbewusst, unwirtschaftlich und ungesund sind. Beispielsweise diese: auf der kurzen Strecke zum Bäcker mit dem Auto fahren. Zu Fuss gehen oder mit dem Fahrrad fahren wäre billiger und gesünder.

Verstand gegen Gefühle

Anders hingegen verhält es sich mit der Gewohnheit, ein dauerhaft überzogenes Girokonto zu führen. Der Verstand signalisiert zwar: «Das ist zu teuer!» Doch oft mildern Gefühle und falsche Erklärungen die Tatsache vorschnell ab: «Es geht schon irgendwie – ich bin es ja so gewohnt.»

Was hier passieren muss, ist ein Gewohnheitswechsel. Nur ein Entschuldungsplan mit strenger Ausgabenkontrolle löst das Problem dauerhaft. So kann man beispielsweise das monatlich verfügbare Haushaltsgeld in Umschläge pro Woche aufteilen und auf diese Weise nur das wirklich festgelegte Geld ausgeben.

Kämpfen lohnt sich

Doch aller Anfang ist schwer: Wussten Sie, dass neue Verhaltensmuster mitunter vierzigmal eingeübt werden müssen, bevor alte Gewohnheiten verschwinden? Natürlich sind Rückschläge unausweichlich – selbst der Apostel Paulus wusste darum: «Ich will zwar immer wieder Gutes tun und tue doch das Schlechte» (Die Bibel, Römer, Kapitel 7, Vers 19).

Dennoch: Das Kämpfen für bessere und neue Gewohnheiten lohnt sich. Wichtig dabei ist nur, dass wir uns nicht entmutigen lassen dürfen. Das ehrliche Zulassen von Rückschlägen als natürlicher Begleitumstand und das erneute Beginnen ist Teil des Weges zu mehr Lebensqualität. Auch wer von negativen Ereignissen wie Arbeitslosigkeit getroffen wird, muss neue Gewohnheiten bilden. Geben Sie dabei nicht auf! Halten Sie durch! Praktische Tipps zum Angewöhnen neuer Gewohnheiten [finden sich hier](#).

Mehr zum gesunden Umgang mit Geld? Hier finden Sie unser [Dossier «Mein Geld reicht»](#).

Dieser Artikel erschien zuerst im [Magazin Neues Leben](#).

Zum Thema:

[Die Finanzen im Griff: Besser mit Geld auskommen](#)

[Tabuthema Geld: Wie man die negative Einstellung zu Finanzen los wird](#)

[Sinnvoll investieren: Drei Wege für einen gesunden Umgang mit Geld](#)

Autor: Manfred G. Kuliga

Quelle: Neues Leben

Tags