

Stefanie Kühn



Ein Mann ist kein Vermögen

**Finanzielle Unabhängigkeit
und Sicherheit
für Frauen**

2. Auflage

edition



Stefanie Kühn

**Ein Mann ist kein
Vermögen**

**Finanzielle Unabhängigkeit
und Sicherheit für Frauen**

Books on Demand

Inhalt

Kein Buch gegen Männer

Teil I: Kinder, Küche, und mein Mann macht Karriere ...?

1. Wo bleiben eigentlich Sie?
2. Welche Rolle spielt Geld bei Ihnen?
3. Was möchten Sie erreichen?

Teil II: Abschied vom Schuhkarton

4. Eigenes Geld für eigenes Vermögen - Sie finden Ihren Weg
5. So verschaffen Sie sich einen Überblick über Ihre Finanzen
6. So kitzeln Sie aus dem Alltag Ihres Sparrate heraus
7. Wie Vater Staat seine Töchter unterstützt
8. Zins und Zinseszins: Sie werden die beiden lieben
9. „Die Rente ist sicher ...“ - Rechnen Sie lieber nach!

Teil III: Machen Sie sich den Weg frei!

10. Ein Vermögen nur für mich - mit diesen Geldanlagen bauen Sie es auf
11. Trennung und Scheidung: allein, aber wenigstens nicht arm
12. Mut zahlt sich aus - auch für Sie

Danke

Zum Weiterlesen: Links und Literaturempfehlungen

Kein Buch gegen Männer...

Nachdem die erste Auflage des Buches inzwischen vergriffen ist, freue ich mich, Ihnen eine brandaktuelle Version - überarbeitet, ergänzt und gewürzt mit der Erfahrung von drei weiteren Beratungsjahren - zu überreichen. Schön, dass Sie sich mit mir auf den Weg zur finanziellen Unabhängigkeit machen möchten.

Dies ist kein Buch gegen Männer, wie es der Titel suggerieren könnte, sondern es ist ein Buch für diejenigen Frauen, die selbstbewusste finanzielle Entscheidungen treffen möchten. Nach meiner Erfahrung können Männer übrigens mit dem Titel sehr gut umgehen! So viele Männer antworten auf die Frage, warum denn die Ehefrau zum Gespräch nicht mitgekommen ist, mit einem enttäuschten „sie interessiert sich überhaupt nicht dafür“.

Schauen Sie sich die Welt im einundzwanzigsten Jahrhundert an: In unserer Gesellschaft diskutieren, gestalten und arbeiten Frauen in allen Bereichen von Wirtschaft und Politik, Wissenschaft und Technik, Sport und Kunst. Doch gibt es nach meiner Beratungserfahrung heute immer noch viele Frauen, die sich in den finanziellen Fragen des Lebens von ihrem Partner abhängig machen. Noch immer bemerke ich dieses Phänomen bei Müttern. Viele Frauen ziehen sich, sobald sie Kinder geboren haben, für mehrere Jahre vollständig aus allen Verantwortungsbereichen außerhalb der Welt der Kinder zurück.

Der Kontakt zum früheren Beruf geht oft verloren und ein Wiedereinstieg ist dadurch oftmals nicht mehr so einfach möglich. Zu der persönlichen Frustration kommt damit auch ein finanzielles Problem, denn die lückenhafte Erwerbsbiographie führt oft zu einer unvollständigen Altersvorsorge. Nun können Sie argumentieren, dass diese Frauen ja einen Partner haben, der für sie sorgt. Doch wird die Altersvorsorge oft auf den Ruhestand des Mannes zugeschnitten.

Es gibt ferner zwei Fälle, in denen Frauen gezwungen sind, sich mit dem Thema Geld auseinanderzusetzen. Zum einen liegt die Scheidungsrate in Deutschland laut Statistischem Bundesamt bei über 50%. Das bedeutet, dass sich rund 50% aller verheirateten Frauen irgendwann wieder mit finanziellen Fragen auseinandersetzen müssen. Zum anderen leben Frauen statistisch gesehen einige Jahre länger als Männer. Da in vielen Ehen die Partner in etwa gleich alt sind oder der Ehemann einige Jahre älter ist, werden viele Frauen doch noch einmal selbst verantwortlich für ihr Auskommen sein - als Witwen.

Wenn Sie alleinstehend oder alleinerziehend sind, sind Sie es hingegen gewohnt, sich auch mit finanziellen Fragen auseinanderzusetzen. Sie haben insoweit einen Vorteil gegenüber den Frauen, die in einer Partnerschaft leben - Sie entscheiden ohne Diskussionen und nur für sich selbst. Ein Konzept aber benötigen auch Sie.

Ich möchte mit Ihnen übrigens an keiner Stelle eine Diskussion der Rollenbilder „Heimchen am Herd“ contra „Rabenmutter“ oder „egoistische Karrierefrau“ führen, denn Sie und ich müssen eigene Entscheidungen treffen. Ich möchte Sie in diesem Buch unterstützen, Ihren eigenen Weg zur finanziellen Unabhängigkeit zu finden und umzusetzen.

Um finanziell unabhängig zu werden, ist Anstrengung nötig, weil Geld eben nicht auf Bäumen wächst. Sie müssen Ihre derzeitige Situation genau analysieren, neue Wege suchen, mutige Entscheidungen treffen und diese dann konsequent umsetzen. Es geht also nie nur um Geld und Finanzen, sondern immer auch um Einstellungen zum Leben insgesamt, Eigenverantwortung und Mut.

Was Sie in diesem Buch erwartet

In Teil I geht es darum, dass Sie genau erkennen, was Sie im Leben wirklich wollen und welche Wünsche und Ziele Sie für den Lebensbereich Geld und Vermögen haben.

In Teil II zeige ich Ihnen, was Sie wissen müssen, um Ihre finanziellen Ziele und Wünsche zu verwirklichen. Machen Sie sich schlau und nutzen Sie die unendlich vielen Möglichkeiten, mehr eigenes Geld zu bekommen. Sie werden erkennen und spüren, dass Geld Spaß macht, sobald Sie sich auskennen.

In Teil III geht es um den Weg, den Sie für Ihre Ziele finden und den Mut, den Sie brauchen, um Ihre neuen Ideen und Strategien in die Tat umzusetzen.

In diesem Buch können Sie vieles für sich persönlich schriftlich festhalten. Sie werden immer wieder von mir gebeten, Gedanken zu notieren, Zusammenhänge zu erarbeiten und Pläne zu schmieden. Vielleicht suchen Sie sich einen besonders schönen Ordner aus, um alles, was Ihnen wichtig ist, aufzuschreiben. Viele der ersten Gedanken und Bilder werden Sie im Laufe des Buches weiterentwickeln, Erledigtes abhaken und Veränderungen erleben.

Viele Checklisten und Arbeitsblätter aus diesem Buch finden Sie auf unserer Homepage www.private-finanzplanung-kuehn.de. Als Benutzernamen geben Sie bitte **vermögen** ein, das Passwort lautet **kühnstrategie**.

Mein Lebensmotto lautet: „Mut zahlt sich immer aus!“ Ich wünsche Ihnen bei der Lektüre viele Impulse für Ihr Leben und den Mut, diesen Impulsen zu folgen. Herzlich Willkommen - Sie sind schon mittendrin in der Kühn-Strategie ® .

Teil I: Kinder, Küche und mein Mann macht Karriere....?

Im ersten Teil geht es um Sie. Genauer gesagt: darum, was Sie von Ihrem Leben erwarten, welche Rolle Geld und Vermögen spielen und darum, welche Wünsche und Ziele Sie für diesen wichtigen Lebensbereich haben.

Dazu ist eine Bestandsaufnahme notwendig, die folgende Fragen beantwortet: Wo stehe ich heute ? Wie denke ich eigentlich über Geld? Wie sehen meine finanziellen Ziele aus?

1. Wo bleiben eigentlich Sie?

Denken Sie einmal an die vergangenen Monate, ja vielleicht sogar Jahre in Ihrem Leben. Wann haben Sie sich zum letzten Mal so richtig zufrieden und glücklich gefühlt? Welche Rolle haben Sie dabei gespielt? ... Ich habe gerade ein Lächeln auf Ihre Lippen gezaubert, stimmt's? Bleiben Sie doch noch einen Moment bei den schönen Erinnerungen.

Im Alltag sieht die Welt oft nicht mehr so schön aus. Stress und Hektik oder gähnende Langeweile, Probleme in der Familie, Geldsorgen – all dies kann dazu führen, dass die schönen Momente rar werden. Schauen Sie einmal, wie es anderen Frauen ergeht. Kommen Sie mit und sehen Sie, wie durch ein kleines Fenster in das Leben anderer Frauen. In diesem Kapitel lernen Sie Frau Kramer kennen.

Marianne Kramer, 42 Jahre, 2 Kinder, Hausfrau

Marianne Kramer ist bei ihrer morgendlichen Aufräumrunde durch ihre kürzlich renovierte Doppelhaushälfte in einem Münchener Vorort. In letzter Zeit macht sie sich öfter Gedanken über ihr Leben. Ihr Mann ist ein erfolgreicher Geschäftsführer eines mittelständischen Unternehmens. Er kommt meistens spät nach Hause und ist oftmals auch mehrere Tage in der Woche unterwegs. Die Alltagsprobleme löst Marianne Kramer allein. Die Kinder, zwölf und vierzehn Jahre alt, beanspruchen Frau Kramer noch immer stark – Fahrdienste, Hausaufgabenbetreuung und die kleinen und großen Sorgen der beiden Kinder erfordern immer wieder den Einsatz der Mutter. Frau Kramer liebt ihre Kinder, aber sie hat in letzter Zeit das Gefühl, dass sie mehr und mehr

zur Chauffeurin und Haushaltshilfe der Kinder mutiert. Morgens, wenn die Kinder in der Schule sind, kümmert sich Frau Kramer um den Haushalt und die Essensvorbereitung. Ihr Mann betont immer mal wieder, dass eine Haushaltshilfe nicht nötig sei - sie sei ja da. Frau Kramer hält Haus und Garten routiniert in Schuss.

Vor einigen Jahren hat Frau Kramer überlegt, wieder in ihrem alten Job als Marketingassistentin zurückzukehren. Aufgrund der langen Jobpause und der Situation am Arbeitsmarkt fand sie jedoch keinen Arbeitsplatz. Den meisten ihrer Freundinnen erging es damals ähnlich. Doch nun überlegt sie, was sie tun wird, wenn die Kinder sie noch weniger brauchen. Soll sie sich karitativ engagieren, künstlerisch verwirklichen oder doch noch einmal versuchen, einen Job zu finden? Sie fragt sich, wie lange dieses Quasi-Single-Leben anhalten wird und ob sie später einmal darauf angewiesen sein wird, dass ihr Mann genügend gespart hat.

Die Kontoauszüge sieht Frau Kramer nicht an. Die finanziellen Dinge regelt seit jeher ihr Mann. Sie haben zwar ein gemeinsames, stets gut gefülltes Girokonto für den täglichen Bedarf, aber wie viel sie gespart haben, weiß Frau Kramer nur in Grundzügen. Neulich hat sie einmal von einer teuren Fortbildung erzählt, um ihr Marketingwissen aufzufrischen, doch an der Reaktion ihres Mannes sah sie schon, dass er damit nicht einverstanden sein würde. Sie hat immer ein bisschen ein schlechtes Gewissen, wenn sie Geld für Extras ausgibt, weil ihr Mann es ja verdient hat.

Frau Kramer ist offensichtlich mit ihrem derzeitigen Leben nicht zufrieden. Weil die Kinder langsam flügge werden, richtet sich ihr Blick wieder mehr auf sich selbst und auf ihre Ehe. Die tägliche Haushaltsroutine scheint sie zu langweilen.

Frau Kramer würde gerne einen Weg finden, wieder zu arbeiten, aber offenbar fühlt sie sich nicht frei, notwendige Fortbildungen als Vorbereitung für einen beruflichen Wiedereinstieg vom gemeinsamen Konto zu bezahlen. Das Thema Finanzen scheint eine Blackbox für sie zu sein. Doch Frau Kramer verbindet mit der Frage nach der Zukunft auch die Frage nach der Absicherung im Alter. Ich vermute, dass sie, sofern sie eigenes Geld hätte, unmittelbar drei Dinge tun würde: Sie würde eine Haushaltshilfe einstellen, sie würde eine Fortbildung besuchen und sie würde die Fahrdienste für ihre Kinder reduzieren, weil sie dann nicht mehr ständig Zeit hätte.

In diesem Kapitel möchte ich mit Ihnen zusammen schauen, wie Ihr Leben derzeit aussieht. Ich möchte mit Ihnen analysieren, ob und wo es Bereiche in Ihrem Leben gibt, mit denen Sie zufrieden und weniger zufrieden sind. Dazu möchte ich mit Ihnen Ihr persönliches Lebenshaus entwerfen. Ein Haus, das wissen Sie, muss immer auf soliden Grundmauern stehen. Die vier Pfeiler in der [Abbildung 1](#) verdeutlichen dies. Wenn ein Pfeiler kürzer oder länger als die anderen ist, ist das Haus in seiner Stabilität bedroht. Schauen Sie sich den einen zu kurzen Baustein an, es ist nur eine Frage der Zeit, bis das Haus zusammenbricht. Ähnlich ist es auch im Leben: Gibt es Probleme in einem Bereich Ihres Lebens, werden auch andere Bereiche betroffen sein. So führt der Verlust einer Arbeitsstelle oft zu einem Problem im Bereich Geld und bei längerer Arbeitslosigkeit droht vielleicht Krankheit durch die ständige Sorge um die eigene Existenz.



Abbildung 1: Das Leben gleicht einem Haus

Was Sie eigentlich tun

Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, finden Sie sicherlich sehr viele einzelne Bereiche. Kinder, Ehemann, Geld, Job, Freizeit, Urlaub, Haushalt, Gesundheit, Sport sind vermutlich nur einige davon. Diese Bereiche können Sie jedoch so gruppieren, dass Sie sie am Ende vier verschiedenen großen Lebensbereichen zuordnen können:

- ◆ Familie und Freunde
- ◆ Beruf

- ◆ Gesundheit
- ◆ Geld und Vermögen.

Die vier Lebenssäulen

In diese vier Bereiche können Sie alles einsortieren, was Sie tun und was Ihnen wichtig ist. Wenn Sie feststellen, dass Sie eine weitere Säule benötigen - nur zu. In diesem Buch bleibe ich bei vier Säulen, da diese erfahrungsgemäß für die meisten Menschen ausreichend sind. Stellen Sie sich Ihre Bereiche als Säulen Ihres Lebenshauses vor, über die sich ein Dach wölbt. Das Dach steht für Ihre Einstellungen und Werte. Alle Säulen sind gleichsam die Eckpfeiler Ihres Lebens und sind damit gleich wichtig.

Denn Sie können keinen Lebensbereich längere Zeit vernachlässigen, ohne dass auch die anderen Bereiche darunter leiden. Im Bild des Hauses gesprochen - das ganze Gebäude würde zusammenbrechen, wenn eine Säule einknickt. Wenn Sie beruflich vorwärts kommen möchten und täglich 14 Stunden arbeiten - was dazu führt, dass Sie Ihren Schlaf auf fünf Stunden reduzieren - wird Ihre Gesundheit früher oder später darunter leiden. Auch Ihre Familie wird sich beschweren und Ihre Freunde werden sich nach anderen Freunden umschauchen. Wenn Sie den Bereich Finanzen und Geld vernachlässigen, wird sich dies, sofern Ihr Grundeinkommen gesichert ist, möglicherweise erst im Ruhestand rächen oder in Zeiten der Arbeitslosigkeit. Gerade Frauen bemerken oft erst im Rentenalter, dass das Geld nicht für den Lebensstandard reicht, den sie sich erhofft hatten. Oft rächt sich dann bitter, dass sie wenig oder gar nicht erwerbstätig waren.

Bevor ich Sie später auffordern werde, Ihre vier Lebenssäulen genau zu beschreiben, um dann anschließend herauszufiltern, in welchen Lebensbereichen Sie

Veränderungen anstoßen möchten, sehen Sie sich mit mir die vier Lebenssäulen bitte noch einmal genauer an:

- ◆ Im Lebensbereich *Familie, Partnerschaft und Freunde* geht es darum, Ihre Rolle in Ihrem engsten Umfeld zu charakterisieren. Die Aufgaben, die Sie in der Familie übernehmen, sind ein wichtiger Schlüssel dazu. Möglicherweise sind Sie die Hauptbezugsperson für Ihre Kinder. Dann ist die Erziehung der Kinder sicherlich eine wichtige Aufgabe von Ihnen. Wenn Sie den Haushalt führen und den Alltag organisieren, fordert dies viel Zeit von Ihnen. Vergessen Sie nicht Ihre Partnerschaft! Überlegen Sie, wie viel Zeit sie zusammen verbringen und was Sie gemeinsam tun.
- ◆ Für den Bereich *Beruf* können Sie sich ausgehend von der jetzigen beruflichen Position fragen, ob Ihr Job objektiv gesehen Ihren Fähigkeiten entspricht. Eine Ingenieurin, die als Hilfsköchin jobbt, könnte dies hier klar verneinen. Überlegen Sie, ob Sie überhaupt Karriere machen möchten. Vielleicht sehen Sie bereits Gründe, die einem Vorwärtskommen entgegenstehen, beispielsweise von Seiten des Arbeitgebers, der Familienplanung oder der Kinderbetreuung.
- ◆ Wenn Sie den Lebensbereich *Gesundheit* beschreiben möchten, betrachten Sie einmal ganz nüchtern den momentanen Zustand. Wie steht es denn mit Ihrer Gesundheit? Vielleicht haben Sie gesundheitliche Beschwerden oder Sie sind nicht so fit, wie Sie es gerne wären. Die Antwort auf die Frage „Wie oft mache ich Sport?“ gibt Ihnen hier vielleicht schon einen Lösungsansatz. Auch Ihre Ernährungsgewohnheiten und der Umgang mit Vorsorgeuntersuchungen spielen für diesen Lebensbereich eine große Rolle.
- ◆ Für den Bereich *Geld und Vermögen* gestaltet sich die Bestandsaufnahme auf engem Raum schwierig, denn

Geld hat so viele Facetten. Hier geht es zunächst nur um den Überblick. Fragen Sie sich einmal, ob Sie sich mit Ihren Familienfinanzen gut auskennen. In vielen Partnerschaften übernimmt noch immer der Ehemann alles, was mit dem Thema Geld zu tun hat. Viele Frauen wissen beispielsweise nicht, wie hoch das Brutto- und Nettogehalt ihres Mannes ist. Auch die Frage nach den vorhandenen Geldanlagen oder dem Darlehensstand auf das Eigenheim können sie nur mit Schulterzucken beantworten. Bei diesen Frauen ist die Lebenssäule Geld dann bislang schlicht ein zu kurzer Pfeiler, um in dem Bild des Lebenshauses zu bleiben.

Jetzt sind Sie dran: Beschreiben Sie nun Ihr derzeitiges Lebenshaus, damit Sie sich einmal plastisch vor Augen führen, welche Tätigkeiten Ihr Leben bestimmen. Nur so können Sie erkennen, wo die Bereiche liegen, die eine vielleicht zu große Bedeutung für Sie haben, wo Sie sich eventuell noch gar nicht mit beschäftigen und was Sie gern verändern möchten.



Was tun Sie eigentlich?

Schreiben Sie in dieser ersten Übung für alle vier Lebensbereiche auf, was Sie eigentlich tun. Wählen Sie Fließtext oder Stichwörter, malen Sie Bilder oder reimen Sie. Aber bringen Sie in Ihrem neuen Heft bitte zu Papier, was Sie eigentlich tun. Versehen Sie die einzelnen Säulen mit Stichpunkten, die Ihre Haupttätigkeiten beschreiben.

Doch verzichten Sie in diesem ersten Schritt auf eine Wertung, verdeutlichen Sie sich nur, was Sie tun. Schreiben Sie beispielsweise „Für meine Kinder bin ich jeden Tag rund um die Uhr da“ statt „Sie nerven mich von früh bis spät“. Was Ihnen an den Tätigkeiten, die Ihren Tagesablauf füllen, gefällt und was nicht, werden Sie am Ende des Kapitels erarbeiten.

Wie aus einzelnen Säulen ein Haus wird

Da alle Lebensbereiche miteinander verbunden sind, werden Probleme in einem Lebensbereich zwangsweise auch andere Lebensbereich mit beeinflussen. Ich gebe Ihnen ein Beispiel: Wenn für Sie der Lebensbereich Gesundheit bislang eine völlig untergeordnete Rolle spielt, wenn Ihnen bislang völlig egal ist, wie Sie sich ernähren, welches Gewicht Sie mit sich herumtragen und wenn Sie Sport für unwichtig halten, hat das für den Abschluss einer privaten Krankenversicherung vielleicht die Auswirkung, dass Sie aufgrund Ihres Gesundheitszustandes keinen Versicherungsschutz bekommen. Der Bereich Finanzen hängt hier eng mit dem Bereich Gesundheit zusammen.

Wenn nun aber alle Säulen des Lebenshauses für ein glückliches und zufriedenes Leben wichtig sind und Verschiebungen nur für einen gewissen Zeitraum tolerierbar sind, liegt in dem Bereich, in dem Sie sich nicht auskennen oder den Sie bislang kaum beachtet haben, sicherlich ein Schlüssel zu einer Veränderung. Um auf obiges Beispiel zurückzukommen würde das bedeuten, dass Sie Ihren aktuellen Gesundheitszustand vom Arzt feststellen lassen, unter ärztlicher Anleitung ein Fitnessprogramm starten, Ihre Ernährung umstellen und vielleicht ein Jahr später den gewünschten Versicherungsschutz erhalten. Wahrscheinlich würden Sie auch positive Effekte für die Lebensbereiche Beruf und Familie bemerken. Beispielsweise sind Sie

vielleicht aufgrund der besseren körperlichen Verfassung belastbarer im Umgang mit Kollegen und den Kindern.

Die drei Lebenssäulen Beruf, Familie und Geld hängen gerade für Frauen besonders eng miteinander zusammen. Vielleicht ist die Familie der Karrierehemmschuh oder umgekehrt die Karriere der Grund Ihrer Kinderlosigkeit. Ihre Finanzen werden vielleicht aus Zeitmangel wegen der turbulenten Familie oder der anstrengenden Arbeit vernachlässigt. Vielleicht haben Sie auch keine Kinder, weil Sie finanzielle Einbußen befürchten oder weil Sie es sich nicht leisten wollen, im Job auszusetzen.

Ich vermute, dass es Ihnen zumindest in einem ähnlich ergeht wie Frau Kramer, bei der Sie zu Beginn des Kapitels durch das Fenster geschaut haben. Sie haben erkannt, dass Geld eine Rolle spielt. Geld wird in unserer Gesellschaft immer eine Rolle spielen, also wäre es töricht, Geld zu ignorieren. Genügend Geld schafft Ihnen Freiraum, sich für eine Möglichkeit und gegen eine andere zu entscheiden. Sie können in eine Fortbildung investieren – oder eben nicht. Sie können ihren Mann verlassen – oder Sie bleiben. Sie können den Job wechseln trotz des Probezeitrisikos – oder Sie arrangieren sich. Sie können sich für Kinder entscheiden – oder gegen sie. Sie haben damit wirklich eine Wahl.

Ohne Geld jedoch wird Geld schnell zum beherrschenden Thema. Bei jeder Ihrer Entscheidungen würde Geld als wichtige oder sogar entscheidende Nebenbedingung auftauchen. Der Begriff Nebenbedingung stammt aus der Mathematik und ist ein zur Lösung einer Aufgabe notwendiger Zusammenhang, der nicht direkt aus der Aufgabe folgt. Im Bild der Lebenssäulen gesprochen würde der Bereich Geld und Vermögen also dadurch so übermächtig werden, dass das gesamte Haus schief würde und schließlich einstürzen würde.

Bislang haben Sie gesehen, wie die vier Lebensbereiche miteinander verwoben sind, doch sie verbindet noch mehr: Ihre Grundwerte. Diese stellen in Ihrem Lebenshaus das Dach über den Lebensbereichen dar. Werte, das sind beispielsweise Pünktlichkeit, Ehrlichkeit und Verlässlichkeit. Sie könnten den Rahmen darstellen, in dem Sie sich bewegen. Viele Werte, wie beispielsweise Ehrlichkeit, sind in jedem Lebensbereich wichtig. Ist Ehrlichkeit einer Ihrer Werte, werden Sie sich in der Familie nicht anlügen, Ihr Geld nicht mit Betrugereien verdienen und Ihren Arbeitgeber nicht täuschen.

Auf dem Weg zu Ihren Träumen

Sie haben zunächst zu Papier gebracht, was Sie in den einzelnen Lebensbereichen genau tun. Ihr Lebenshaus, so wie es heute aussieht, steht damit. Möglicherweise haben Sie dabei auch schon in den Bereichen Gesundheit, Beruf, Familie und Geld Dinge gefunden, die derzeit dafür sorgen, dass Ihr Haus nicht ganz fest steht. In meiner Beratungspraxis begegnen mir oft Frauen, die ihr derzeitiges Leben genau analysiert haben und ihnen allen ist gemeinsam, dass sie sehr gut einschätzen können, welche „Ist-Zustände“ sie beibehalten möchten und wo sie Veränderungsbedarf sehen. Diese Frauen sind nach meiner Erfahrung schon sehr weit - denn sie sind kritisch gegenüber dem, was sie bislang tun. Durch dieses Infragestellen und Beurteilen dessen, was sie derzeit tun, entdecken sie Veränderungsmöglichkeiten.



Gut oder schlecht?

Nun bitte ich Sie, Ihr Tun zu bewerten - und nehmen Sie dazu bitte Ihren eigenen Maßstab, nicht den, den Ihre Umwelt von Ihnen erwartet. Identifizieren Sie, welche Tätigkeiten Sie gerne tun, welche für Sie eine bloße Pflichterfüllung sind und was Sie gerne tun würden, damit dieser Lebensbereich für Sie persönlich stimmig ist. Kringeln Sie mit Ihrer Lieblingsfarbe ein, was für Sie in Ihrem Leben passt, Aufgaben, die Sie gerne erfüllen. Außerdem gibt es sicherlich solche Tätigkeiten, die Sie bewältigen, ohne darüber großartig nachzudenken und ohne dass Sie das stört. Sie möchten solche Tätigkeiten weder ausbauen noch reduzieren. Umrahmen Sie diese Tätigkeiten schwarz.

Schauen Sie sich in Ihrer Auflistung der Tätigkeiten in den einzelnen Lebensbereichen einmal die Dinge an, die Sie nicht eingekringelt haben. Dies sind die Dinge, die Sie eigentlich nicht mögen und die Sie verändern möchten.

Wenn hundert Frauen ihr Lebenshaus mit ihren Tag füllenden Tätigkeiten aufschreiben, dann gleicht kein Haus dem anderen. Vor allem nachdem die persönlichen Beurteilungen der Tätigkeiten sichtbar werden, gäbe es Tausende von Kombinationen.

Wie unterschiedlich die Ansichten sein können, zeige ich Ihnen an meinem eigenen Beispiel: Für mich ist Kochen

einer der größten Zeitkiller im Lebensbereich Familie. Auf der einen Seite ist mir gesunde Ernährung wichtig, auf der anderen Seite sehe ich ständig, wie Kochzeit besonders am Wochenende Spielzeit mit den Kindern wegnimmt. Eine meiner Freundinnen hingegen sieht das ganz anders. Für sie ist Kochen eine entspannende Tätigkeit. Sie plaudert dabei mit ihren Kindern, schaut über die Töpfe beim Spielen zu und lädt sogar Freunde zum Kochen ein.

Die Tätigkeiten die Sie nicht mögen, die Ihnen vielleicht sogar verhasst sind, stellen einen wichtigen Schlüssel zum Auffinden der Möglichkeiten dar, wie Sie Ihre Lebensbereiche wieder ins Lot bringen. Mit dem letzten Teil der Übung erarbeiten Sie sich Ihr Lebenshaus so, wie Sie es sich wünschen. Damit machen Sie sich den Weg frei für Ihre finanzielle Unabhängigkeit. Der Weg zurück in den Job würde beispielsweise ein großes Stück hin zur finanziellen Freiheit bedeuten, und eine klare Aufgabenverteilung im Haushalt würde Ihnen den nötigen Freiraum für eben diesen Job bringen.



Wie hätten Sie es gern?

Skizzieren Sie sich einmal Ihr Lebenshaus. Schreiben Sie nun zu den verschiedenen Lebensbereichen die Tätigkeiten, die Sie gerne tun würden oder die Sie als notwendig erachten, um einen Lebensbereich ins Lot zu bringen.

Dies sind zum einen vielleicht die gegensätzlichen Tätigkeiten zu dem, was Sie nicht mögen, zum anderen sind Ihnen sicherlich auch schon ganz neue Ideen für die vier Lebensbereiche gekommen. Neu nicht nur in dem Sinne, dass Sie diese Gedanken eben gerade entwickelt haben, sondern auch neu, weil Sie vielleicht erstmalig Ihre Träume und Wünsche zu Papier bringen.

Zensieren Sie Ihre Wünsche auch diesmal bitte noch nicht, schreiben Sie erst einmal alles auf, wie bei einem Brainstorming. Besonders für den Teil Geld und Vermögen werden Sie im Laufe des weiteren Lesens noch viele Impulse bekommen, die vielleicht zu neuen Wünschen bei Ihnen führen oder Ihnen helfen, die Ziele, besonders aus den Säulen Beruf und Familie zu erreichen.

Ich möchte Ihnen noch ein paar Beispiele aus meiner Beratungspraxis geben, welche Ziele mir aus den verschiedenen Lebensbereichen immer wieder begegnen. Es gibt unendlich viele Frauen, die nach der Babypause wieder arbeiten möchten. Sie schreiben „Halbtagsjob in meinem alten Beruf finden“ in die Lebenssäule „Beruf“ in ihrem Zukunfts-Lebenshaus. Frauen in jedem Familienstand und mit jeglichem Vermögen möchten wissen, wie die Situation im Ruhestand sein wird. Und besonders in meinen Seminaren ist eines der brennendsten Ziele, dass die Teilnehmerinnen so viel wissen möchten, dass sie nach einer Geldanlage-Beratung nicht mehr das Gefühl haben, über's Ohr gehauen zu werden.

Wenn Sie nun innerlich zustimmend genickt haben, dann haben Sie ein neues Ziel und eine neue Tätigkeit für den Bereich Geld und Vermögen identifiziert. Möglicherweise haben Sie aber zunächst keine Lust, sich dieses Wissen anzueignen. Den meisten meiner Seminarteilnehmerinnen und Mandantinnen erging es zunächst so. Letztlich haben

sie aber erkannt, dass dies der einzige Weg ist, ihre Finanzen in den Griff zu bekommen. Das schönste Kompliment auf meinen Feedbackkarten am Ende eines Seminartages ist dann, wenn die Teilnehmerinnen schreiben, sie hätten gar nicht damit gerechnet, dass es soviel Spaß macht, sich mit Geld und Vermögen auszukennen.

Mit Ihrem Lebenshaus heute und Ihren Ideen für die Zukunft sind Sie nun schon sehr weit in der Beantwortung der Frage „Wo bleibe eigentlich ich?“ Sie haben identifiziert, was heute nicht nach Ihren Vorstellungen läuft. Dazu haben Sie bereits erste Ideen für Veränderungen gesammelt und angefangen, ein Zukunftshaus zu bauen. Besonders für den Bereich Geld und Vermögen bekommen Sie in den folgenden Kapiteln noch weitere Impulse. Betrachten Sie Ihr Zukunftshaus deshalb noch nicht als fertig.

Durch das Aufschreiben und Eintragen in das Lebenshaus in den ersten Übungen sind Ihnen auch bereits konkrete Gedanken gekommen, was Sie tun könnten, um sich Ihren Zielen zu nähern. Oftmals sind es die kleinen Aktionen, die Menschen näher an ihr Ziel bringen. So löst ein kleiner Anfangsschritt oft einen großen Motivationsschub aus und das Ziel ist schon halb erreicht. Sie alle kennen das Sprichwort „Auch eine Reise von 1.000 Meilen beginnt mit einem ersten Schritt“. Um diese ersten Schritte geht es nun in der letzten Übung in diesem Kapitel:

Eröffnen Sie eine To-Do-Liste