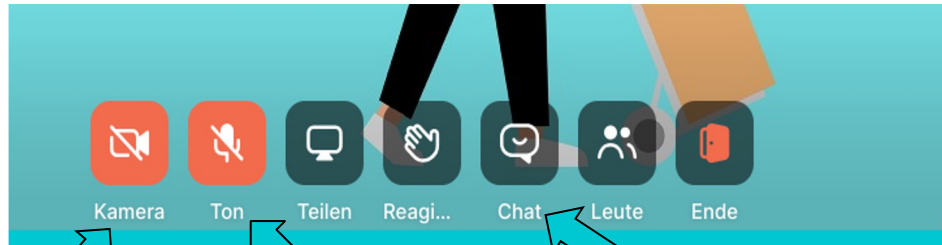


Das Gruppencoaching geht gleich los

Hinweise vor dem Start

- **Nehmen Sie mit Ihrer Kamera teil.**
So ist die Interaktion mit anderen Teilnehmenden persönlicher.
- **Schalten Sie Ihr Mikrofon auf stumm**, wenn Sie nicht sprechen.
- Lassen Sie die anderen Teilnehmenden ausreden.



Kamera an-/
ausschalten

Mikrofon an- /
ausschalten

Chatfeld

Finanzfit in 5 Schritten - Teil 1

„Geld im Alltag – Finanzfitness & Bewusstsein“



Herzlich willkommen.

Susan Starke

- B.A. Wirtschaftswissenschaften (BWL)
- MBA Management & Verhaltensforschung
- Gepr. Versicherungskauffrau (IHK)
- Gepr. Finanzanlagenfachfrau (IHK)
- Mentorin für Frauen im Bereich Geld & Finanzen
- Seminare über finanzielle Bildung



Workshopreihe:

„Finanzfit in 5 Schritten“

1. Teil 1: Geld im Alltag: Finanzfitness & Geldbewusstsein
2. Teil 2: Geldmanagement: Konten, Struktur & Versicherungen
3. Teil 3: Sparen & Investieren: Geld für mich arbeiten lassen
4. Teil 4: ETF-Sparen leicht gemacht - Der perfekte Einstieg
5. Teil 5: ETF-Sparen leicht gemacht - Portfolio-Management



Agenda

Geld im Alltag: Finanzfitness & Bewusstsein

1. Das Prinzip der finanziellen Gesundheit
2. Einnahmen, Ausgaben, Gewohnheiten & wie man sie versteht
3. Reflexion zu Lebensstandard: Luxus, Komfort und Sicherheit
4. Der Unterschied zwischen Reichtum und Wohlstand
5. Zusammenfassung
6. Q&A - Ihre Fragen zum Vortrag





Unser Ziel für heute

Sie gewinnen Klarheit

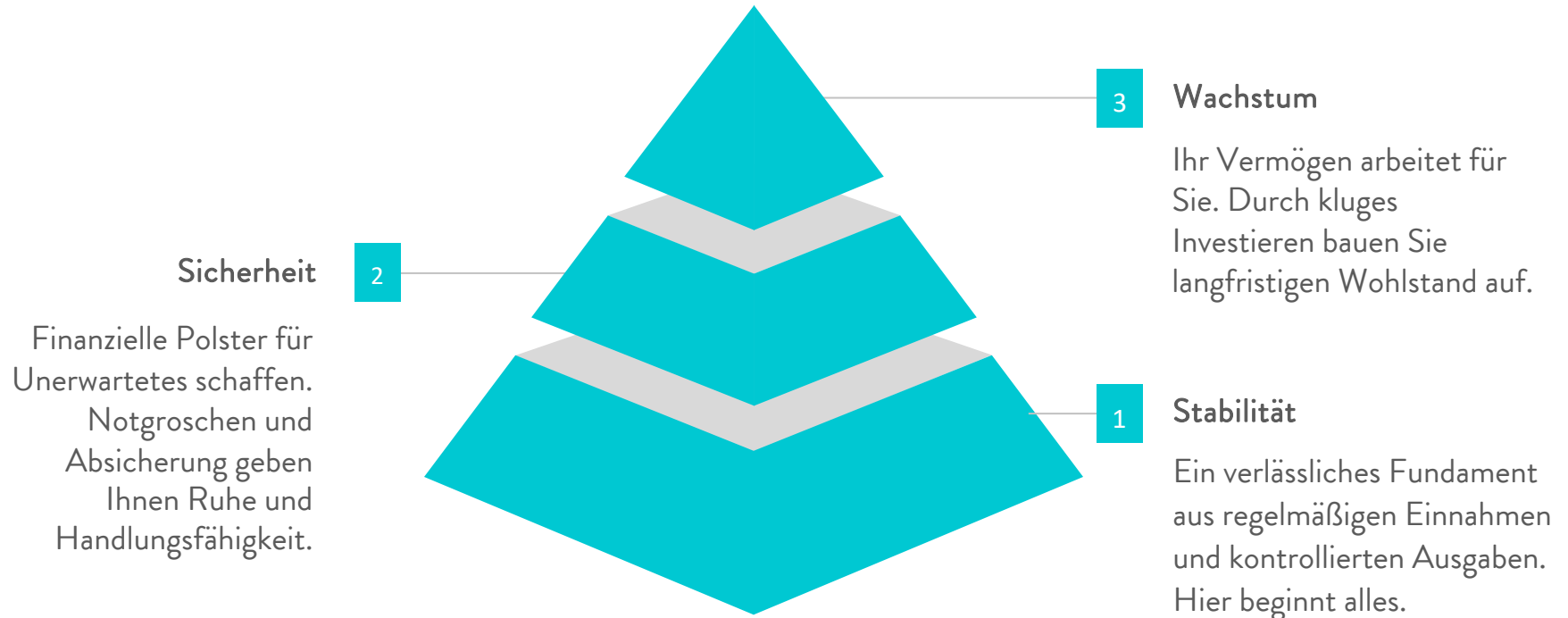
- Nach diesem Workshop wissen Sie genau, wo Ihr Geld hinfließt und warum.
- Sie verstehen Ihre finanziellen Gewohnheiten und können bewusste Entscheidungen treffen.
- Statt Zahlen zu bekämpfen, lernen Sie sie zu verstehen und für sich zu nutzen.

Wie fühle ich mich beim Thema Geld?

- Spontan & ungefiltert aufschreiben
- Welche Emotionen tauchen häufig auf? In welchen Situationen?
- Welches Gefühl trägt am meisten?



Die drei Ebenen finanzieller Gesundheit



Wie kontrolliert sind Ihre Ausgaben?

- Kennen Sie Ihre monatlichen Fixkosten?
- Kennen Sie Ihre monatliche Konsumrate?
- Können Sie gezielt sagen, wohin Ihr Geld im Monat fließt?



Führen Sie regelmäßig ein Haushaltsbuch?

- Wie lange führen Sie es schon?
- Wie gut funktioniert es?
- Sind Ergebnisse damit erzielt worden?



Einnahmen, Ausgaben & Gewohnheiten verstehen

Einnahmen erfassen

Gehalt,
Nebeneinkünfte,
alles, was reinkommt.
Schaffen Sie sich einen
vollständigen Überblick
über Ihre finanzielle
Basis.

Ausgaben kategorisieren

Fixkosten, variable
Ausgaben und
Spontankäufe.
Wo fließt Ihr Geld
wirklich hin? Oft
überrascht die Antwort.

Gewohnheiten erkennen

Wiederkehrende
Muster verstehen
anstatt verurteilen. Jede
Ausgabe hat einen
Grund - finden Sie
heraus, welchen.

Der erste Schritt zur Veränderung ist **Bewusstsein**. Sie können nur steuern, was Sie **sehen**.

Praxisübung: Wo fließt mein Geld hin – und warum?



Nächste 3 Monate analysieren

Beginnen Sie Kassenbons mitzunehmen.

Notieren Sie jeden Abend alle Ausgaben und kategorisieren Sie sie.



Muster identifizieren

Welche Ausgaben wiederholen sich? Was überrascht Sie? Wo gibt es versteckte Kostenfallen?



Das "Warum" hinterfragen

Jede Ausgabe erfüllt ein Bedürfnis. Verstehen Sie, welches - ohne zu urteilen.

Wichtig: Diese Übung ist keine Selbstkritik, sondern ein Moment der Klarheit. Seien Sie ehrlich und neugierig, nicht streng mit sich selbst.

*„Hätte ich mehr Gehalt, würde es mir deutlich besser gehen!
Ich habe einfach zu wenig Geld
im Monat zur Verfügung.“*



Reflexion: Luxus, Komfort & Sicherheit

Sicherheit erhält das Leben,
Komfort verbessert es,
Luxus verziert es.

Die Kunst liegt im
bewussten Gleichgewicht.

Keine Kategorie ist "falsch",
die Balance entscheidet
über Ihre finanzielle
Gesundheit.

Luxus

Deckt keinen funktionalen Bedarf mehr, sondern vor allem persönliche Bedürfnisse. Es geht um die Rolle, die es für die Person spielt.

Beispiel: Premium-Marken, exklusive Mitgliedschaften

Komfort

Erleichtert das Leben und macht den Alltag angenehmer, ist aber verzichtbar.

Beispiel: Taxi statt Bus, Premium-Streaming

Sicherheit

Deckt die grundlegenden, unverzichtbaren Bedürfnisse.

Beispiel: Notgroschen, feste Wohnung

Wohlstand vs. Reichtum – ein wichtiger Unterschied

Wohlstand

- Basis für nachhaltige finanzielle Gesundheit
- Es geht um Vermögenswerte, die für Sie arbeiten: Investments, Immobilien, Bildung.
- Wohlstand schafft langfristige Sicherheit und Unabhängigkeit -> auch ohne hohes Einkommen.

Reichtum

- Sichtbarer Konsum und Status nach außen.
- Basiert oft auf Verbindlichkeiten: Kredite, Leasing, Finanzierungen für Lifestyle.
- Reich aussehen ist nicht dasselbe wie vermögend sein. Der Unterschied zeigt sich in Krisenzeiten.

Vermögenswerte bringen Geld ein. **Verbindlichkeiten** kosten Geld.

Ihre finanzielle Zukunft hängt davon ab, welche Seite wächst.

Vermögenswert oder Verbindlichkeit?



Zusammenfassung

- Wie man mit Geld umgeht, hat nichts mit Intellekt zu tun, sondern mit dem persönlichen Bezug zu Geld.
- Wissen macht nur einen Teil aus, um die eigenen Finanzen in den Griff zu bekommen; viel wichtiger ist das persönliche Verhalten.
- 70-90 % der getätigten Käufe basieren auf unterbewussten Impulsen.
- Die Balance zwischen Sicherheit, Komfort und Luxus entscheidet über Ihre finanzielle Gesundheit.
- Wohlstand ist nicht ausgegebenes Vermögen. Reichtum ist nach außen gezeigter Besitz.
- Ob es sich um einen Vermögenswert oder eine Verbindlichkeit handelt, ist nicht vom Objekt abhängig, sondern von seiner Nutzung.
- **Vermögenswerte** bringen Geld ein. **Verbindlichkeiten** kosten Geld. Ihre finanzielle Zukunft hängt davon ab, welche Seite überwiegend wächst.

Weiterführende Literatur

Dunn, E. W., Gilbert, D. T., & Wilson, T. D. (2011): If money doesn't make you happy, then you probably aren't spending it right, *Journal of Consumer Psychology*, 21(2).

Kahneman, D. (2012): *Thinking, fast and slow*, Verlag Farrar, Straus and Giroux.

Schiffman, L. G., Kanuk, L. L., Wisenblit, J. (2010): *Consumer behavior* (10th ed.), Verlag Pearson Prentice Hall.

Solomon, M. R. (2019): *Consumer behavior: Buying, having, and being* (13th ed.), Verlag Pearson.

Auf Wiedersehen
Vielen Dank für Ihre Teilnahme!



[Profil](#)

[Webseite](#)