

<https://warumnichtanders.at/blog/frauen-denken-an-alle-nur-nicht-an-sich-selbst/>

# Frauen denken an alle – nur nicht an sich selbst

Heute haben wir eine besondere Gastautorin auf unserem Blog: Frau Dr. Veronika Pelikan, frühere Chefin des Magazins „Wienerin“, Gründerin und Herausgeberin von „Wechselweise.net“, erzählt uns ihre persönliche Finanzlebensgeschichte – von ihren Anfängen über finanzielle Herausforderungen bis hin zur erfolgreichen Unternehmerin. Sie teilt hier wertvolle Erkenntnisse, die jede Frau unbedingt kennen sollte!

Frauen und Geld – das ist ein Thema, zu dem es viele Klischees gibt. Aber aus meiner beruflichen Erfahrung kann ich bestätigen: Viele Frauen denken viel zu spät daran, **Geld für den eigenen Bedarf** auf die Seite zu legen.



Dr. Veronika Pelikan, Gründerin und Herausgeberin

## Frauen können gut mit Geld

Dabei können die meisten Frauen sehr gut mit Geld umgehen: Meist sind sie es, die dafür sorgen, dass sich mit dem zur Verfügung stehenden Geld alles für den täglichen Bedarf ausgeht. Sie haben den **Überblick, was eingekauft werden muss**, was die Kinder in der Schule brauchen und was der Tierarzt für den Hund kostet.

“ *Frauen denken an alle – nur nicht an sich selbst.*

*Dr. Veronika Pelikan*

## Auf sich selbst vergessen

Aber sie vergessen dabei gerne auf sich selbst. Und vielleicht denken sie auch, es ist **ein Zeichen von Egoismus**, etwas nur für sich auf die Seite zu legen oder mit dem Partner über ihre eigenen Geldangelegenheiten zu reden. Und dazu kommt: **Wer denkt schon ans Alter**, wenn man voll im Leben steht?

## Die Pension war so weit weg ...

Ich erinnere mich, in meiner Jugend hab' ich auch nicht an die Pension gedacht, das war so weit weg! Aber immerhin: Ich habe etwas für die Wohnung angespart. Mir war immer wichtig, **da und dort kleine Reserven** zu haben. Als Unternehmerin hat sich diese Einstellung dann besonders bewährt.

## Jungunternehmerin mit 60

Ich bin ja mit 60 noch einmal Jungunternehmerin geworden und habe das Portal [Wechselweise.net](https://www.wechselweise.net) gegründet, das sich mit einem immer noch sehr Tabu-behafteten Thema befasst: den Wechseljahren. Und die haben übrigens **mehr mit dem Thema Geld zu tun**, als man denkt. Die Wechseljahre finden – anders als viel glauben – nicht erst dann statt, wenn man alt ist, sondern wenn man in der Blüte des Lebens steht. Sie beginnen so um die 40, 45 – und wenn man in Pension geht, hat man sie schon lange hinter sich. Lies dazu auch: [Nutze deine Blütezeit jetzt für später](#).

## Die Wechseljahre – eine Zäsur im Leben einer Frau



Tatsache ist: Die Wechseljahre können für eine Frau ganz schön anstrengend sein. Man kann sich diese Lebensphase als eine Art **umgekehrte Pubertät** vorstellen. In der Pubertät programmieren die Hormone den Körper auf Fruchtbarkeit und Kinderkriegen, in den Wechseljahren wird das quasi rückabgewickelt – wieder mit Hormonchaos und allem, was dazu gehört. Viele Frauen leiden dann unter Schlaflosigkeit, Hitzewallungen, Gelenkschmerzen, Nervosität oder Erschöpfung. Und das kann **Auswirkungen auf das Erwerbsleben** haben.

## Jede 5. Frau reduziert Arbeitszeit

Eine Studie der Berliner Hochschule für Wirtschaft und Recht, die auf Initiative von [Wechselweise.net](https://www.wechselweise.net) gemeinsam mit der Raiffeisen KAG auch in Österreich durchgeführt wurde, hat Alarmierendes ergeben: Demnach reduziert etwa jede fünfte Frau wegen Wechselbeschwerden ihre Arbeitszeit. Etwa **15 % der über 55jährigen sind deshalb in Frühpension** oder wollen in Frühpension gehen<sup>1</sup>.

## Niedrigere Pensionen sind die Folge

Diese Frauen haben dann kürzere Versicherungszeiten und in Folge niedrigere Pensionen. Das passiert, weil Frauen – aber auch die Arbeitgeber – zu wenig darüber Bescheid wissen, was man gegen Wechselbeschwerden tun kann. Die gute Nachricht ist: **Man kann etwas tun**, und zwar sehr effektiv und relativ unaufwändig (Tipps z. B. auf [Wechselweise.net](https://www.wechselweise.net)).

Noch etwas Interessantes hat die Studie ergeben: Viele der befragten Frauen **wussten gar nicht, wie hoch ihre Pension sein würde**. Anzunehmen ist, dass sie sich daher auch nicht bewusst waren, was es für ihre Pension bedeutet, wenn sie die Arbeitszeit reduzieren oder in Frühpension gehen.

## Frauen sollten auch an sich denken!

Wir haben Aufklärungsbedarf: Nicht nur was die Wechseljahre und die medizinischen Möglichkeiten darum herum anbelangt. Es muss für Frauen auch viel **selbstverständlicher werden, sich mit dem Pensionssystem und der eigenen Vorsorge zu befassen**. Ich glaube, es wird so viel über riskante und komplizierte Veranlagungsformen berichtet, dass das einige abschreckt. In Wirklichkeit ist es aber einfach: Es geht darum, **regelmäßig etwas auf die Seite zu legen**. Halt nicht nur für die Schulsachen oder den Tierarzt – sondern auch für sich selbst. Das ist nicht egoistisch, sondern klug. Ich empfehle es allen Frauen – egal in welchem Alter!

Herzlichen Dank an Frau Dr. Pelikan von [Wechselweise.net](https://www.wechselweise.net) für das offene und interessante Interview! Möchtest du noch mehr über Frau Pelikan und ihren persönlichen finanziellen Weg erfahren, klicke hier!

<https://www.youtube.com/watch?v=g1Q0kv32IVM>

Hast du Lust bekommen, jetzt den ersten Schritt zu tun, auf dich zu schauen und deine Geldangelegenheiten in die Hand zu nehmen? Hier kannst du unverbindlich einen Beratungstermin vereinbaren!

### Hier geht's zu deinem Beratungsgespräch

Hier kannst du dir ganz einfach einen persönlichen, kostenlosen Termin vereinbaren!

Termin vereinbaren



<sup>1</sup> Forschungsprojekt MenoSupportAustria, Ergebnisse der ersten österreichweiten Befragung zum Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz, September 2024

*Dies ist eine Marketingmitteilung der Raiffeisen Kapitalanlage GmbH, Mooslackengasse 12, 1190 Wien.  
Stand/Aktualisierung: März 2025.*

**Raiffeisen Capital Management** steht für Raiffeisen Kapitalanlage GmbH oder kurz Raiffeisen KAG

Bildquelle: gettyimages, shutterstock, Fotos Frau Dr. Pelikan © Markus Morianz, Caro Strasnik