

Money Mindset: Wie man Geldblockaden auflöst

„Geld stinkt.“ „Bescheidenheit ist eine Tugend.“ – Diese Gedanken prägten teilweise unsere Großeltern. Kein Wunder also, dass viele von Geldblockaden betroffen sind und dadurch eine vermeintlich schlechte Beziehung zu Finanzen haben. Das Fatale daran ist, dass übernommene Muster und angelernte negative Überzeugungen zum Thema Geld langfristig dafür verantwortlich sein können, dass wir unsere Ziele, wie beispielsweise Sorgenfreiheit, Sicherheit, das Erfüllen großer materieller Wünsche oder gar das Erreichen von finanzieller Unabhängigkeit, nicht realisieren. Hier kannst du nachlesen, wie du diese Blockaden ganz einfach auflöst!

Warum haben viele Geldblockaden?

Wie in jedem Lebensbereich spielt das, was wir selbst über Dinge denken, eine relevante Rolle in unserer Entwicklung. Schließlich werden Gedanken zu Überzeugungen und diese wiederum bestimmen unser Handeln und somit auch die Reaktion unserer Umwelt auf uns.

Die Top 10 Sätze bei Geldblockaden

Aber zurück zur Praxis. Schauen wir uns die **Top 10** der negativen Überzeugungen zum Thema Finanzen an. Überlege, ob einer oder mehrere Sätze auf dich zutreffen:

- Über Geld spricht man nicht.
- Geld verdienen ist ein Kampf.



- Unter dem Kopfpolster ist mein Geld am sichersten.

- Reiche Menschen beuten andere aus.
- Geld verdirbt den Charakter.
- Aktien sind gefährlich.
- Das Geld entrinnt mir zwischen den Fingern.

- Wer reich ist, hat keine wahren Freunde.
- Bescheidenheit ist eine Tugend.
- Wertpapiere gehen mit Totalverlusten einher.

Hast du beim Lesen ein- oder sogar mehrmals genickt? Keine Sorge – wir haben gute Nachrichten für dich: Negative Überzeugungen können **aufgelöst** oder sogar durch positive ersetzt werden.

Woher kommen Geldblockaden

Vorerst ist es aber interessant zu erfahren, wie ein negatives Money-Mindset überhaupt entsteht. Der Samen für Geldblockaden wird meist sehr früh gesät. Hatten die **Eltern und Großeltern** durch ein arbeitsintensives Leben ohne Luxus eine eher negative Einstellung zu Geld und Wohlstand, so ist es sehr wahrscheinlich, dass wir trotz besserer Bedingungen ihre negativen Muster übernehmen. Bei manchen äußert sich das durch eine ausgeprägte **Spar-Mentalität**. Bei anderen durch ein besonders hohes Sicherheitsbedürfnis. Letztere bunkern ihr Ersparnis dann lieber unter dem Kopfpolster, anstatt es sinnvoll zu investieren.

Geldblockaden bei der Geldanlage

Eine weitere Ursache für Geldblockaden sind mediale Berichte und der Einfluss von Freunden und Bekannten. Erzählt einer von ihnen über schlechte Erfahrungen oder lesen wir einen Bericht von Verlusten an der Börse, so führt das häufig zu einer **Verallgemeinerung**. Die Folge: Wir lehnen alle lukrativen Veranlagungsformen ab. Nicht beachtet wird dabei, dass es unzählige Formen der Wertpapier-Veranlagung gibt. **Financial Education** kann hier helfen – erfahre mehr darüber: [Werde dein eigener Finanz-Coach](#).

Geldblockaden auflösen in 2 Schritten



Nun aber zurück zum persönlichen Money-Mindset – der Grundvoraussetzung für eine bessere Beziehung zum Thema Finanzen. Die folgenden Schritte können dir dabei helfen, negative Überzeugungen rund ums Geld aufzulösen:

1. **Frage dich:** Was denke ich über Geld, Wohlstand und Finanzanlage? Notiere alle negativen Sätze, die dir einfallen. Vielleicht helfen dir obig angeführte Glaubenssätze.
2. Markiere dir vorerst den **dominantesten Satz** und beantworte folgende Fragen:

- Habe ich diesen Satz von anderen übernommen oder stammt er wirklich von mir selbst?
- Bringt mich diese Überzeugung weiter?
- Kann ich sicher sein, dass dieser Gedanke wahr ist? Kann ich belegbare Fakten dazu finden oder eher nicht?
- Möchte ich diesen Satz weiter als Überzeugung in mir tragen?
- Welche positive Überzeugung würde ich anstatt meines negativen Satzes gerne haben? Kreiere dir deinen eigenen Satz, z. B. „Geld fließt mir zu“ oder „Geld verdienen ist einfach“. Lies dazu auch [Geld-Vorurteil 1 auflösen – Im Leben bekommt man nichts geschenkt.](#)
- Wiederhole diesen Satz laut oder in Gedanken über mehrere Wochen – solange bis er sich wahr bzw. stimmig anfühlt.
- Wenn sich weitere Geldblockaden zeigen, wiederhole die Übung. (Diese Methode kann auch bei anderen Blockaden sehr hilfreich sein!)

Wir wünschen dir viel Erfolg beim Auflösen etwaiger Geld- oder sonstiger Blockaden!

*Dies ist eine Marketingmitteilung der Raiffeisen Kapitalanlage GmbH, Mooslackengasse 12, 1190 Wien.
Stand/Erstelldatum: August 2019*

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

Aufgrund der Lesbarkeit verzichten wir im Text auf das Gendern. Sämtliche personenbezogene Bezeichnungen sind geschlechtsneutral zu verstehen.

Bildquelle: shutterstock