

HOME PAGE > HINTERGRÜNDE > INTERVIEWS

Daniela Landgraf, Finanzexpertin "Ein Mangel an Selbstwert kann sich auf den Kontostand auswirken"

Jeder wünscht sich wohl ein gutes Selbstwertgefühl, denn es macht das Leben leichter. Dass der Selbstwert auch Auswirkungen auf unseren finanziellen Erfolg hat, ist dagegen den wenigsten bewusst. Ein Gespräch mit Finanzexpertin und Buchautorin Daniela Landgraf über Wachstum, das von innen kommt.

[Facebook](#) [Twitter](#) [XING](#) [LinkedIn](#) [Print](#)



CONSULTING.de: Frau Landgraf, Sie sind seit langem für die Finanzbranche tätig, zunächst im Vertrieb, heute als Trainerin und Dozentin. Wie kamen Sie darauf, sich mit dem Thema Selbstwert zu beschäftigen?

Daniela Landgraf: Tatsächlich halte ich Vorträge zu dem Thema "Selbstwert ist Geld wert" und habe auch ein Buch mit diesem Titel geschrieben. Es gibt also einen klaren Bezug

zur Finanzwelt – gleichzeitig aber auch einen persönlichen Hintergrund. Mit Ende zwanzig ist bei mir das Tourette-Syndrom diagnostiziert worden. In all den Jahren davor konnte ich mir nicht erklären, warum mein Körper manchmal unkontrolliert mit den Augen rollt oder den Kopf verdreht. Ich hatte große Selbstzweifel und tat nach außen so, als wäre nichts. Deswegen habe ich in meiner Kindheit und Jugend viel Ablehnung erfahren. Auf der Suche nach Anerkennung habe ich mich in die Arbeit gestürzt – doch auch beruflich ging es auf und ab: Als Anlageberaterin habe ich viel Geld verdient und mein Vermögen gleich zweimal wieder verloren. Schließlich musste ich sogar in die Insolvenz gehen. Ich stellte mir die Frage: Woran liegt es, dass das Geld nicht bei mir bleibt? Heute kenne ich die Antwort: Es mangelte mir an innerem Selbstwertgefühl.

CONSULTING.de: Kommt das Selbstwertgefühl nicht immer von innen?

Daniela Landgraf: Das könnte man denken. Leider ist es oft so, dass wir unseren Selbstwert eher von außen beziehen. Ich vergleiche das gerne mit einem Leuchtturm, der von außen angestrahlt wird und nicht von innen heraus leuchtet. Genauso habe ich es viele Jahre lang gehalten, ohne mir dessen bewusst zu sein. Mein Selbstwertgefühl baute ich nur auf beruflichem und finanziellem Erfolg auf. Es ging mir gut, denn ich bekam ja ein "Wertgefühl" vermittelt, weil andere mich aufgrund meiner Leistung und meines Status toll fanden. In mir drin aber war ich immer noch das kleine Mädchen, das glaubte, den Erfolg nicht zu verdienen.

CONSULTING.de: Sie sagen, ein Mangel an Selbstwert kann sich sogar auf den Kontostand auswirken?

Daniela Landgraf: Letztlich ja, auch wenn es nicht auf den ersten Blick erkennbar ist. Bei mir war es so, dass ich mich unbewusst selbst torpedierte, indem ich zum Beispiel meine Immobilien an Mietnomaden und Messies vermietete. Hinterfragen Sie sich mal selbst: Wie selbstsicher treten Sie in Verhandlungen auf, bei Gesprächen mit Kunden, Vorgesetzten oder Kooperationspartnern? Haben Sie Hemmungen, ein angemessenes Gehalt oder Honorar für Ihre Leistung zu verlangen? All das hat mit unserem Selbstwert zu tun. Manche Menschen glauben, sie müssten ihre Selbstzweifel mit teuren Statussymbolen übertünchen und verschulden sich dabei. Der Kontostand wird dann tatsächlich zum Spiegel unseres Selbstwertgefühls.

CONSULTING.de: Sind wir mit dann also mit besserem Selbstwertgefühl auch erfolgreicher?

Daniela Landgraf: Wer seine Werte, Wünsche und Ziele kennt, wer sich seiner Stärken bewusst ist und seinen Lebensweg so geht, wie es für ihn richtig ist, der kann von innen heraus strahlen – und hat auch mehr Erfolg. Das hat mehrere Gründe. So müssen sich Menschen mit einem gesunden Selbstwertgefühl anderen gegenüber nicht profilieren. Sie wirken authentisch und selbstsicher, ohne dabei überheblich zu sein. Sie interessieren sich für ihr Gegenüber und hören ihren Geschäftspartnern, Mitarbeitern und Kunden lieber zu, als sich übertrieben selbst darzustellen. Somit bringen sie wichtige Eigenschaften mit, um bei Geschäftsabschlüssen oder als Führungskraft erfolgreich zu sein.

CONSULTING.de: Klingt gut! Was können wir denn tun, wenn es uns an Selbstwertgefühl mangelt? Wo können wir ansetzen?

Daniela Landgraf: Nur das Verändern der Gedanken verändert das Leben. Das geht nicht von heute auf morgen, sondern ist ein Prozess, der sich lohnt. Im ersten Schritt animiere ich die Menschen gerne, sich auf ihre Stärken und Talente zu besinnen. Oft halten wir es nämlich für selbstverständlich, was wir alles können. Manchmal glauben wir in unseren Talenten sogar eine Schwäche zu erkennen! Ich habe zum Beispiel lange gedacht, ich sei chaotisch. Dabei war das nur ein Ausdruck meiner Kreativität – also eine echte Stärke, die ich heute nutze, um Bücher zu schreiben oder andere Menschen als Speakerin zu inspirieren. Seit ich mir dessen bewusst bin, kann ich stolz sein auf meine vermeintliche Schwäche. Wir können die Dinge also ganz bewusst für uns umdeuten. Etwa mit einem Stärken-Aktivierungsbuch.

CONSULTING.de: Wie funktioniert das genau?

Daniela Landgraf: Wenn eine konkrete Situation nicht so gelaufen ist wie erhofft, reflektieren wir darüber in einem Notizheft. Nehmen wir einen Streit mit einem Kunden: War das wirklich so eine Katastrophe? Oder könnte das reinigende Gewitter auf lange Sicht sogar die Zusammenarbeit verbessern? Haben wir uns geschickt verhalten, indem wir zurückhaltend agiert haben? Oder besonders offensiv? Welche Stärken haben uns dabei geholfen? Auf diese Weise können wir uns und unsere Talente besser kennenlernen.

Daniela Landgraf, geboren 1972, ist erfolgreiche Keynote-Speakerin, Trainerin, Autorin und Coach. Als Kind der Finanzbranche war sie dieser fast 25 Jahre lang treu – als Beraterin, Vertriebsleiterin, Dozentin, Trainerin, Coach und als IHK-Prüferin. Sie kann auf zahlreiche Qualifikationen blicken, z.B. Finanzfachwirtin (IHK), Betriebswirtin, Personal Coach (IHK), Train the Trainer (IHK), Heilpraktikerin für Psychotherapie, Professional Speaker GSA (SHB) und viele andere. Seit einigen Jahren coacht sie auch Führungskräfte und Mitarbeiter aus anderen Branchen und steht mit ihren Impulsvorträgen regelmäßig auf der Bühne. Sie ist Autorin mehrerer Bücher, unter anderem von: "Raus aus der Krise – Rein ins Leben. Der Weg zur mentalen inneren Stärke" (Jünger Medien Verlag, Juli 2019) und "Selbstwert ist Geld wert. Doch was bist Du Dir wert?" (Jünger Medien Verlag, Dezember 2018).

Veröffentlicht am: 12.09.2019

Berater gesucht?

Berater anfragen

CONSULTING.DE NEWSLETTER

THEMESPECIAL

Studentische Unternehmensberatung

Editorial von Prof. Horst Müller-Peters, Herausgeber CONSULTING.de

Studentische Unternehmensberater schlagen erfolgreich die Brücke zwischen akademischer Ausbildung und praktischer Anwendung. Vor allem in betriebswirtschaftlichen Fragen, zunehmend aber auch zu anderen Themen greifen Unternehmen gerne auf diese Form der Unterstützung zurück. Der Nutzen ist vielfältig: Unternehmen profitieren von besonders engagierten und oft auch kreativen Beraterteams bei überschaubarer Kostenstruktur. Studenten erwerben unschätzbare Berufserfahrung auf hohem und forderndem Niveau – Consultant statt Pizzabote.

Editorial weiterlesen und sämtliche Beiträge online abrufen.
Das gesamte Magazin als eBook (PDF) downloaden

INTERVIEW

Berater sind die mit dem größten Handgepäck

Jannik Giesen war zu Studienzeiten als Berater und schließlich als Geschäftsführer bei OSCAR tätig. Er profitiert von seinen Erfahrungen als studentischer Consultant bis heute, sieht aber einen klaren Unterschied zwischen seiner früheren und heutigen Tätigkeit.

Jetzt abonnieren!

Der Newsletter von CONSULTING.de bietet regelmäßig aktuelle Nachrichten, Themenspecials, Fachbeiträge, Stellenanzeigen und mehr im kostenlosen E-Mail-Abo.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

NACHRICHTEN

[Studie von McKinsey](#)

Autobauer: Mit neuen Modellen und neuer Technik in die Zukunft

11.09.2019 - Wie gewaltig der Umbruch in der Autoindustrie ist, wird man wohl erst in ein paar Jahren in der Retrospektive sehen und beurteilen können. Aber der Blick nach Frankfurt zur IAA zeigt: Ob man es... [weiterlesen](#)

[Expansion](#)

Roland Berger investiert in seine Energie-Kompetenz

10.09.2019 - Roland Berger baut sein Geschäft in den USA weiter aus: Ab sofort verstärkt das Team von Enovation Partners die Unternehmensberatung. Damit vergrößert Roland Berger sein Competence Center Energy &... [weiterlesen](#)

[Personalie](#)

adesso: Oliver Schobert wird Chief Sales Officer

09.09.2019 - adesso ernennt Oliver Schobert zum Chief Sales Officer (CSO). Schobert wird sich in Zukunft auf das Corporate Account Management in der adesso-Unternehmensgruppe konzentrieren. In der neu geschaffenen... [weiterlesen](#)

KOLUMNEN

[Edgar Ehlers](#)

Agilität: die häufigsten Fehler

04.09.2019 - Mit den Trends ist das so eine Sache: Einmal publik gemacht, wollen möglichst viele Menschen auf sie aufspringen. Ähnlich verhält es sich mit Agilität am Arbeitsplatz: Die Zahl der Agile Coaches, die... [weiterlesen](#)

[Dr. Dominik von Au](#)

Vom analogen Vater zur digitalen Tochter - Warum Familienunternehmen auf die NextGen setzen sollten

04.09.2019 - Der digitale Wandel stellt traditionelle Familienunternehmen vor große Herausforderungen. Das muss nicht unbedingt sein, denn gerade diese Firmen haben eine Trumpfkarte in der Hand, die andere nicht... [weiterlesen](#)

STELLENANGEBOTE

Digital Research Consultant / Project Manager (w/m/d)

27.08.2019 - Wenn Sie sich für