

## Raus aus dem Geld-Zeit-Gefängnis

Den Wunsch nach finanzieller Freiheit – wer hegt ihn nicht insgeheim? Häufig wird der Begriff gleichgesetzt mit Glück, Freude, Zufriedenheit. Für viele Menschen bedeutet finanzielle Freiheit, dass sie sich alle Wünsche erfüllen können – unabhängig von Geld und Zeit, denn sie bräuchten ja keiner verpflichtenden Arbeit mehr nachzugehen. Manchmal steht hinter der Vorstellung von finanzieller Freiheit auch ein ganz anderer Wunsch: endlich den Traumjob machen zu können, den man schon immer machen wollte, ohne Angst davor zu haben, seinen finanziellen Verpflichtungen nicht mehr nachkommen zu können.



Wenn finanzielle Freiheit wirklich ein Garant für ein glückliches Leben wäre, müssten dann nicht alle vermögenden Menschen vor Freude strahlen? Viele tun das jedoch nicht – und das liegt oft an zwei weiteren Faktoren: der Zeit und der inneren Zufriedenheit. Letztere hängt wiederum mit den Lebensumständen und der inneren Einstellung zusammen.

Geld und Zeit: Beides ist messbar, doch beides hat auch für jeden Menschen einen anderen Wert. So hat der Manager eines großen Unternehmens wahrscheinlich mehr Geld als Zeit und der Empfänger von Sozialleistungen wahrscheinlich mehr Zeit als Geld. Sowohl Geld als auch Zeit haben mit Glück zu tun – oder auch mit dem Gegenteil davon. Denn für sich allein macht keiner der beiden Faktoren glücklich. Und: Wenn von beidem zu wenig da ist, führt das oft zu einer tiefgreifenden Unzufriedenheit. Zwei Beispiele hierzu:

### Beispiel 1: Kredite

Mit einem Kredit wollen wir uns häufig genau die Wünsche erfüllen, die mit dem aktuellen Kontostand noch nicht möglich sind – sei es das neueste Handy, das tolle Auto, die Traumwohnung oder das Traumhaus. In der Folge müssen wir Raten bezahlen, die das monatlich zur Verfügung stehende Einkommen massiv einschränken. Noch schlimmer: Die finanziellen Verpflichtungen nehmen uns die Bewegungsfreiheit. Wenn beispielsweise der Wunsch nach einem Berufswechsel aufkommt, verzichten wir lieber darauf, aus Angst, nicht mehr genug Liquidität zu haben. Was, wenn die Heizung oder das Dach kaputtgehen? Dann müssen weitere Kredite aufgenommen werden oder ein Nebenjob, um die Raten noch bezahlen zu können. Je mehr finanzielle Verpflichtungen vorhanden sind, desto mehr verlieren wir von unserer frei verfügbaren Zeit. Die Möglichkeit, mit der Familie oder mit Freunden einfach eine gute Zeit zu haben, fehlt auf einmal. So ist manches Traumhaus im Nachhinein zum Alptraum geworden.

Natürlich ist hier der Einzelfall zu beachten. Es gibt absolut sinnvolle Kredite, die uns ermöglichen, zum Beispiel Vermögensaufbau mit Immobilien oder anderen Sachwerten zu betreiben oder mit der Firma zu expandieren.

### Beispiel 2: Ungeliebter Job

Manche von uns leben ihr eigentliches Leben nur am Wochenende oder im Urlaub. Der Sonntagabend ist dann schon der Horror, weil am Montag eine neue Arbeitswoche anfängt. Der Mittwoch wird bejubelt, da es das „Bergfest“ ist. Und am Freitag können diejenigen endlich wieder aufatmen. Im schlimmsten Fall wird eine Strichliste geführt, wie viel Zeit sie noch auf der Arbeit verbringen müssen, bis sie endlich in Rente gehen dürfen.

Was für eine Verschwendung von wertvoller Lebenszeit! Leider fehlt diesen Menschen oft der Mut, etwas an ihrer beruflichen Situation zu verändern, aus Angst, danach nicht mehr genug Geld zur Verfügung zu haben. Teilweise ist die Sorge auch wirklich berechtigt.

Das ist es, was ich als Geld-Zeit-Gefängnis bezeichne. Wir sind gefangen in unserer Angst, nicht genug Geld zu verdienen, und wir haben zu wenig Zeit, die Dinge zu machen, die uns wirklich glücklich machen.

### Wer wenig Selbstwert hat, blockiert sich oft selbst

Was hat das Ganze mit dem Thema Selbstwert zu tun? Nun, wenn wir nicht genügend Vertrauen in uns selbst haben, dass wir die Herausforderung schon stemmen werden, dann halten uns diese Selbstzweifel davon ab, etwas zu verändern. Manchmal ist es auch die Sucht nach Lob und Anerkennung im Job, die wir brauchen, um uns wertvoll zu fühlen. So lange es gut läuft und wir gesundheitlich fit sind, ist alles in Ordnung. Doch oft wirken sich lange Arbeitszeiten, Stress und Verantwortung auf die Gesundheit aus. Statt auf den Körper zu hören, werden dann ein paar Pillen eingeworfen und weiter geht es. Hinter diesem Verhalten steckt die Sorge, was von unserem Selbstwertgefühl übrigbleibt, wenn der Job nicht mehr Mittelpunkt unseres Lebens ist.

Selbstwert bedeutet unter anderem, sich seiner eigenen Wünsche bewusst zu werden und sich zu erlauben, sie zu fühlen. Meistens gibt es Wege, sie wenigstens ein Stück weit möglich zu machen. Doch das bedeutet auch, etwas loszulassen. Alles hat seinen Preis. Wenn ich mein Leben verändern möchte, heißt das, Entscheidungen zu treffen und den Mut zur Umsetzung zu haben.

Habe ich also zu hohe finanzielle Belastungen, um mir etwa den Wunsch nach einem anderen Beruf zu erfüllen, sollte es der erste Schritt sein, diese Belastungen zu reduzieren. Manchmal muss man dafür auch sein „Traumhaus“ oder „Traumauto“ wieder aufgeben, um andere Träume leben zu können. Dieses Loslassen fällt dem einen oder anderen sehr schwer. Viel zu oft hängen wir an materiellen Dingen und vergessen dabei die wichtigste Person in unserem Leben: uns selbst.

Menschen mit einem gesunden Selbstwertgefühl haben häufig eine große innere Zufriedenheit – unabhängig vom Kontostand und den äußeren Rahmenbedingungen. Mit diesem inneren Reichtum passiert dann das, was sich andere so sehr wünschen: Er manifestiert sich im Außen in Form von Erfolg und Glück.

*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).*

Weitere Informationen finden Sie hier: <https://danielalandgraf.com/>