

Money Coach Ivonne Senn über Geld und Gefühle – und die Annäherung an den eigenen Kontoauszug

„Treat Your Money like Your Lover“ heißt Ihr neues Buch, Ivonne Senn. Was ist damit gemeint? Was hat Geld mit einem Geliebten oder Liebhaber gemeinsam?

Für Viele ist Geld ein notwendiges Übel: man braucht es, will sich aber nicht damit beschäftigen. Diese Vernachlässigung führt dann leicht dazu, dass man zu wenig verdient, am Ende des Monats nichts übrig hat oder auch trotz eines vollen Kontos nicht glücklich ist. Um gut mit unserem Geld umgehen zu können, müssen wir eine gute Beziehung zu ihm aufbauen. Wir mögen es nicht, wollen es nicht, kümmern uns nicht darum – und erwarten trotzdem, in finanzieller Sorglosigkeit leben zu können? Das funktioniert nicht, genauso wie in allen anderen Beziehungen.

Was ist der Grund dafür, dass so viele sich davor scheuen, sich mit ihrem Geld zu befassen?

Für viele von uns ist Geld so etwas wie eine „Macht“, über die sie keine Kontrolle haben und die sie nicht verstehen. Hinzu kommt, dass Geld auf der einen Seite nun mal mit Zahlen zu tun hat – was es für viele nicht sympathischer macht. Je weniger ich etwas verstehe, desto mehr scheue ich mich davor, mich damit zu beschäftigen. Und wenn ich schon nicht auf meinen Kontoauszug sehen mag, dann habe ich schon erst gar keine Lust, mich mit komplizierten Dingen wie Altersvorsorge oder Geldanlagen zu befassen.

Und warum ist dieses Phänomen bei Frauen sogar noch größer?

Uns Frauen fehlen weibliche Vorbilder im Umgang mit Geld. Es ist noch nicht allzu lange her, dass eine Frau ohne Zustimmung ihres Mannes kein eigenes Konto eröffnen, kein eigenes Geld verdienen durfte. Geld war „Männersache“, und das ändert sich erst langsam. Dann kommt dazu, dass Mädchen und Frauen oft glauben, mit Zahlen nicht gut umgehen zu können. Und als dritten Grund sehe ich oft das mangelnde Selbstwert-Gefühl der Frauen. Sie wollen niemandem etwas wegnehmen, nicht zu gierig erscheinen.

Wie sind Sie selbst dazu gekommen, Money Coach zu werden?

Ich habe in meinem Leben fast alle Fehler mit Geld gemacht, die man machen kann. Irgendwann fürchtete ich, Haus und Hof zu verlieren. Meine Rettung war ein Coach aus den USA. Mit ihrer Hilfe habe ich innerhalb eines halben Jahres mein gesamtes Finanzleben umgekrempelt. Dabei ist mir klar geworden, dass ich mit meinen Problemen nicht allein bin. In Deutschland gab es bis dahin niemanden, der diese Art von Hilfe anbot, also wollte ich zumindest versuchen, meine Erfahrungen weiterzugeben.

Was sind die größten Irrtümer oder Missverständnisse in Sachen Finanzen?

Der größte Irrtum ist meiner Meinung nach, dass Geld rational ist. Ab dem Moment, in dem unsere Grundbedürfnisse nach Nahrung, Obdach und Kleidung gedeckt sind, wird nämlich alles, was wir mit Geld tun oder lassen, von Gefühlen begleitet. Das Gute daran ist: Wenn wir unsere Gefühle im Zusammenhang mit Geld erkennen und verstehen, können wir unsere Probleme sehr schnell und einfach lösen.

Das größte Missverständnis, was mir in meiner Arbeit begegnet, ist der Satz: „Ich kann nicht mit Geld umgehen.“ Das ist eine tolle Entschuldigung, sich nicht mit dem Thema zu beschäftigen. Aber wahr ist es deshalb noch lange nicht. Es gibt drei Dinge, die wir mit Geld tun können: es einnehmen, es ausgeben und es sparen. Wenn man diese drei Dinge schon einmal in seinem Leben gemacht hat, kann man mit Geld

umgehen. Man tut es vielleicht nur nicht so, wie man gerne würde. Und an diesem Punkt setzt die Arbeit mit mir dann an: Warum tun wir es nicht – und wie können wir das ändern?

Gibt es so etwas wie (drei) goldene Regeln, wenn es um das eigene Geld geht? Eine Art Leitlinie, die mich vor dem Schlimmsten bewahrt?

Ich erlebe immer wieder, dass sich alles zum Guten fügt, sobald wir eine gesunde Beziehung zu unserem Geld aufgebaut haben. Ich möchte Ihnen gerne drei „goldene“ Regeln mit auf den Weg geben, die als Basis für diese neue Beziehung dienen:

1. Sei lieb zu dir. Der einzige Grund, warum wir nicht mit Geld umgehen können, ist, dass wir es nicht gelernt haben. Also sei lieb zu dir, wenn du jetzt anfängst, etwas daran zu ändern. Lerne Stück für Stück dazu, freue dich über jeden kleinen Fortschritt.
2. Sei neugierig. Dein Umgang mit Geld kann dir ganz viel über dich verraten. Sei neugierig und versuche, herauszufinden, warum du dich in bestimmten Situationen auf gewisse Weise verhältst. Bist du gestresst, genervt, neidisch? Fühlst du dich missverstanden, ausgeschlossen, wertlos? Schau dir an, welche Situationen dich überfordern, und nimm dir dann den dritten Tipp zu Herzen:
3. Sei mutig. Als Selbstständige musst du z.B. nicht sofort alle Zahlen aus deiner BWA verstehen. Frag deinen Steuerberater, welches die wichtigsten Kennzahlen sind und was sie bedeuten. Du musst nicht sofort alle deine Kontostände kennen und auf den Cent genau sagen können, wohin dein Geld geht. Gewöhne dich erst einmal daran, einmal in der Woche auf deinen Kontoauszug zu schauen. Du wirst sehen, je mehr du verstehst, desto mutiger wirst du, und desto schneller siehst du Veränderungen in deinen Finanzen.

Ändert sich das Verhältnis von Frauen zum Geld in den letzten Jahren, wie beobachten Sie das in Ihrer Arbeit?

Auf jeden Fall ändert sich das Verhältnis von Frauen zu Geld nach und nach. Wir haben erkannt, dass wir in diesem Bereich aufholen müssen, wenn wir nicht im Alter mittellos dastehen wollen. Ich sehe in meiner Praxis, dass Frauen nicht mehr schweigen, sondern über Geld reden wollen. Sie wollen den Stress und die Angst loswerden, die mit dem Thema einhergehen. Und sie haben erkannt, dass sie ihre eigenen Vorbilder im Umgang mit Geld werden müssen.

Warum hatten Sie das Gefühl, ein Buch schreiben zu wollen? Wen und was wollen Sie mit „Treat Your Money like Your Lover“ erreichen?

Die Grundlage für das Buch war einer meiner Vorträge. Die Reaktionen waren so überwältigend, dass ich Workshops dazu angeboten habe. Eine ZuhörerIn sagte mal: „Ich liebe es, wie du über so unangenehme Dinge wie Geld und Selbstliebe redest“, und das ist auch mein Ziel mit diesem Buch: Ich möchte den Menschen zeigen, dass Geld kein unangenehmes Thema sein muss. Im Gegenteil! Das Beschäftigen damit kann leicht sein und Spaß machen. Mein Buch ist für Frauen und für Männer, für junge Leute am Anfang ihrer Karriere wie für Rentner und alle dazwischen. Kurz: Es ist für jeden, der zumindest ein kleines Unwohlsein bei dem Gedanken an Geld empfindet. Denn bei all diesen Dingen geht es eigentlich nicht wirklich ums Geld. Sondern darum, uns selbst zu verstehen, mit uns und unseren Eigenheiten Frieden zu schließen und uns selbst lieben zu lernen.

Das Interview ist zum honorarfreien Abdruck im Zusammenhang mit Ivonne Senns Buch „Treat Your Money Like Your Lover“ freigegeben. Kürzungen und Änderungen bedürfen allerdings der Genehmigung durch den Verlag.

Kontakt: ragna.sieckmann@luebbe.de