

Der Tanz mit dem Geld.

Wie geht man als Paar damit um?



Stress mit Geld in der Partnerschaft? Viele Paare scheitern am Thema Geld oder handhaben es eher zufällig. Unsichere Gefühle oder Ausweichstrategien? So manche Beziehung ist deswegen kaputt gegangen und in der Trennung entstehen noch mehr schlechte Gefühle.

Spannend wird es also, wenn zwei Menschen ein PAAR werden und wie sie mit Geld in der Beziehung umgehen.

Gemeinsames oder getrenntes Konto?

Unterschiedliche Prioritäten, Wünsche, wofür sie ihr (gemeinsames?) Geld ausgeben und sparen wollen, und wie spricht man darüber ohne Vorwürfe. Oder am besten gar nicht und hofft, dass es sich irgendwie löst? Oder man geht, wenn die Konflikte überhand nehmen...



Wenn Geld dafür ein Spiegel ist, wie wir in verschiedenen Bereichen unseres Lebens agieren, dann spiegelt es in der Partnerschaft - Ehe ist auch ein wirtschaftlicher Vertrag - Machtthemen, (Un)abhängigkeit, Wertschätzung, Zeit versus Geld, wer bringt was in die Beziehung ein, wer zahlt was. Wird alles offen gelegt? Wie sieht der (gemeinsame?) Vermögensaufbau aus im Sinne von Pensionsvorsorge, Haus, Hobbies, Studium der Kinder, und vieles mehr.



Wie sieht es in der Phase der Verliebtheit aus und wenn ein gemeinsames Leben aufgebaut wird, der Alltag, das wirtschaftliche Überleben und gut leben Thema werden. Welche (gesellschaftlichen) Erwartungen haben Sie einander gegenüber?

In verschiedenen Lebensphasen gibt es andere Ziele und eventuell unterschiedliche Rollen. So können sich, wenn der Mann älter ist und früher in Pension geht, die Frau noch im Beruf ist, die Aufgaben in der Familie verändern. Oder wenn die Kinder flügge werden.

Wie wäre es, je nach Lebensphase, Lösungen zu entwickeln, die sich für beide gut anfühlen? Zum Beispiel nach den 9 Geldbereichen, die in 3 Untergruppen (Herz, Bauch, Kopf) unterteilt sind: Budgetieren, Verdienen, Ausgeben, Glaubenssätze, Wissen, Risikomanagement, Planen, Vermögensaufbau, Balan-



Wer sind wir wirklich? Wie wirkt es sich aus, wenn Sparefroh auf LebensgenießerIn trifft, Vogel Strauss auf AufdeckerIn, MaximiererIn auf MinimiererIn: Über den 8 Geldarchetypen-Test kann man die unterschiedlichen Talente und Herausforderungen in Sachen Geld darstellen, wodurch das Paar Wertschätzung und Verständnis für einander entwickeln kann.

6 Schritte in Richtung Entspannung:

- Beschließen Sie, dass über Geld sprechen, Sie nicht zu einem geldgierigen, sondern verantwortungsbewussten Menschen macht.**
- Machen Sie gemeinsam einen regelmäßigen Termin, zu dem Sie über Geld sprechen (alle 1-2 Wochen zB), den Sie zu einem schönen Ritual gestalten, sich Zeit für einander nehmen, es sich dabei gemütlich machen. Ruhe, keine Kinder, Kerze, Blume, gutes Essen, schöner Ort, ...**
- Erzählen Sie sich, wie Sie sich in Sachen Geld in Ihrer Kindheit gefühlt haben, was die Geldgeschichte der Eltern war und erforschen Sie, wie sich dies heute auswirkt, die Gefühle, Ängste, Sicherheiten, was Sie über Geld glauben: Folgen Sie heutigen Gefühlen und reisen Sie damit in die Vergangenheit.**
- Schauen Sie sich Ihre Geldbörse an, welche Geschichte diese über Ihren Umgang mit Geld erzählt. Ersetzen Sie diese, wenn sie schon unansehnlich ist und ordnen Sie alles, damit Geld gerne darin wohnt.**
- Finden Sie heraus, wie Sie Einnahmen und Ausgaben sinnvoll erfassen können, um Muster zu erkennen.**
- Wenn Sie mehr ausgeben, als Sie einnehmen, spüren Sie nach, wonach Sie sich eigentlich sehnen (statt diesen Wunsch über Kaufen zu kompensieren)**



Wo vorher Unsicherheit, Strategielosigkeit und Scham war, ist nun Platz für Klarheit, Freude und Ordnung in den eigenen Gelddingen. Und letztendlich geht es darum, sich gemeinsam entspannt zu fühlen. Hilfreich sind strukturierte Dialoge wie bei den „Imago Paardialogen“, die als Rahmen für ein erfreuliches Gespräch dienen, bei dem beide ihren Raum bekommen, sich auszudrücken.



Ursula Scarimbolo

Praxis für Integrative Psychotherapie,
Imago Paartherapie &
GeldCoaching.

Tel: 0664 / 112 77 37
ursula@HealthyMoneyAcademy.com
www.HealthyMoneyAcademy.com
www.meta-morphosis.at

Bei meinem Vortrag am 7.5. haben Sie die Möglichkeit, sich interaktiv mit dem Thema zu beschäftigen und weitere Lösungsansätze mitzunehmen.
siehe Kalendarium (S.15)

