

Sorgenfrei Geld ausgeben – so geht's

Tipps zum Thema Geld ausgeben? Mögen dir albern erscheinen. **Tatsächlich haben viele Personen aber ein schlechtes Gewissen, wenn sie ihr hart verdientes Geld in Konsum stecken.** Schließlich drehen sich die meisten Ratgeberartikel rund um Finanzen entweder darum, wie du möglichst effektiv sparst oder ein Vermögen aufbaust. Das Problem mit vielen dieser Artikel ist, dass sie uns unterbewusst ein Schuldgefühl vermitteln: Kaufen ist böse, egal ob es sich um teure Markenklamotten, schicke Autos oder leckeren Cappuccino handelt.

Schlechte Gefühle an der Kasse

Solche Ratschläge zwingen dich dazu, dein Kaufverhalten ständig zu hinterfragen. Gleichzeitig erzeugt es ein schlechtes Gefühl beim Geldausgeben. Mehr Geld zu haben, löst nicht zwangsläufig dieses Problem. **Denn Umfragen haben gezeigt, dass sich selbst sehr reiche Menschen Sorgen ums Geld machen.**

Ja, Geld ist wichtig, aber es sollte dir nicht den Schweiß auf die Stirn treiben, wenn du auf ein Preisschild schaust. Wenn es dir auch so geht, solltest du deine Einstellung zu Geld überdenken. Dabei helfen zwei Tipps.

Die geniale 2x-Regel

Die 2x-Regel funktioniert folgendermaßen: **Immer wenn du Geld in Konsum steckst, musst du die gleiche Summe investieren.** Wenn du dir also einen neuen Pullover für 200 Euro leisten willst, kaufst du dir für die gleiche Summe etwa Anteile an Fonds oder [ETFs](#). **Alternativ kannst du das Geld**

auch [für wohltätige Zwecke spenden](#). Das bringt dich dazu, Käufe neu zu bewerten. Ist dir eine bestimmte Sache wirklich so viel wert, wenn du das Doppelte aufwenden musst? Falls nicht, kaufe es nicht. Diese Taktik erlaubt es dir, dich gut zu fühlen, wenn du dir selbst etwas gönnst.

Erfahrung statt Produkte

Materielle Dinge haben keinen großen Wert. Sie verschaffen dir allenfalls beim Auspacken und eine gewisse Zeitspanne danach ein Gefühl von Glück. Dein Gehirn passt sich aber an. **Neue Dinge verlieren dadurch schnell ihren Glanz, wir gewöhnen uns an sie.** Darum überschüttet uns die Industrie ständig mit neuen Produkten, die für neue Kicks sorgen sollen. Und wir fallen drauf rein. Anstatt also dein Geld für Produkte auszugeben, die vermeintlich nach kurzer Zeit schon veraltet sind, solltest du es besser in andere Dinge stecken.

Die Autoren von [Happy Money: The Science of Happier Spending](#) haben herausgefunden, dass folgende Dinge am ehesten das allgemeine Glück erhöhen.

- Erfahrungen, wie beispielsweise Reisen
- Gesundheit und Wohlbefinden, etwa Sport, hochwertige Lebensmittel und Massagen
- Ausgaben für andere, etwa Spenden und Geschenke
- Bildung

Demnach kann der tägliche [Cappuccino](#), auch wenn er sehr teuer ist, trotzdem in Ordnung sein, wenn er deine Laune steigert und dir ermöglicht, bei der Arbeit die bestmögliche Leistung zu erbringen. **Letztendlich solltest du Geld als ein Werkzeug betrachten, das dir ermöglicht das Leben zu leben, dass du dir wünschst.** Und wenn dazu ein Cappuccino von Starbucks gehört – bitte schön. Am schwierigsten ist in der Tat, herauszufinden, was dich wirklich glücklich macht.