
Maike Backhaus

Geldanlage für Einsteigerinnen

Ein Ratgeber von Frauen für Frauen



Wolters Kluwer | Steuertipps

Geldanlage für Einsteigerinnen

Ein Ratgeber von Frauen für Frauen

Maike Backhaus

© 2025 Wolters Kluwer Steuertipps GmbH

Postfach 10 01 61 · 68001 Mannheim
Telefon 0621/8626262
Telefax 0621/8626263
www.steuertipps.de

1. Auflage

Stand: Oktober 2025

Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung sowie Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Alle Angaben wurden nach genauen Recherchen sorgfältig verfasst; eine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben ist jedoch ausgeschlossen.

Zum Zwecke der besseren Lesbarkeit verwenden wir allgemein die grammatisch männliche Form. Selbstverständlich meinen wir aber bei Personenbezeichnungen immer alle Menschen unabhängig von ihrer jeweiligen geschlechtlichen Identität.

Redaktion: Dr. Torsten Hahn, Benedikt Naglik, Maike Backhaus

Geschäftsführer: Christoph Schmidt, Stefan Wahle

Layout und Umschlaggestaltung: futurweiss kommunikationen, Wiesbaden

Bildquelle: Carla Lenné

Printed in Poland

ISBN 978-3-96533-475-5

Steuertipps auf Social Media:



Schön, dass du da bist!

Dieses Buch ist für dich – und für viele andere Frauen, die ähnliche Fragen haben wie du.

Geld ist nicht alles, aber ohne Geld ist vieles schwerer. Gerade für Frauen. Obwohl wir heute so gut ausgebildet sind wie nie zuvor, verdienen wir im Schnitt weniger, arbeiten häufiger in Teilzeit und unterbrechen unsere Erwerbsbiografien öfter – meist aus familiären Gründen. Die Folge: geringere Renten, weniger Vermögen, mehr finanzielle Abhängigkeit.

Dieser Ratgeber will das ändern.

Ich habe ihn geschrieben, weil ich selbst erlebt habe, wie herausfordernd es sein kann, sich in der Welt der Finanzen zurechtzufinden – besonders als Frau. In Gesprächen mit Freundinnen, Kolleginnen und Leserinnen wurde mir klar: Es fehlt nicht an Interesse, sondern oft an einem verständlichen Einstieg. An einem Ort, der nicht belehrt, sondern begleitet. Genau das möchte ich dir mit diesem Ratgeber bieten.

Dabei ist dieser Ratgeber nicht nur aus meiner Perspektive entstanden. In ihn sind die Erfahrungen, Fragen und Geschichten vieler Frauen eingeflossen – aus ganz unterschiedlichen Lebenssituationen. Ihre Stimmen haben den Inhalt geprägt und bereichert. Es ist ein Ratgeber von Frauen für Frauen.

Besonders freue ich mich über das einleitende Kapitel von Larissa Ginzinger und Dr. Leah Zimmerer. Die beiden forschen an der Universität Mannheim zu geschlechtsspezifischen Unterschieden an Kapitalmärkten – und sie schaffen es, spannende wissenschaftliche Erkenntnisse so verständlich und lebensnah zu erklären, dass du sofort Lust bekommst, dich mit deinen eigenen Finanzen auseinanderzusetzen. Ihr Beitrag zeigt, warum finanzielle Eigenverantwortung

für Frauen so wichtig ist, was hinter Begriffen wie »Gender Pay Gap« und »Motherhood Penalty« steckt, wie Unterschiede in der Risikoaversion Investitionsentscheidungen prägen – und dass Frauen keineswegs die schlechteren Investorinnen sind.

Du wirst beim Lesen ab und zu auf konkrete Firmennamen und Anlageprodukte stoßen. Diese Beispiele sollen dir helfen, dir ein Bild zu machen und Möglichkeiten besser zu verstehen. Sie sind keine Empfehlungen zum Kauf: Lass dich inspirieren, informiere dich – und triff deine eigenen Entscheidungen. Du kannst das.

Wenn du dich zum ersten Mal mit dem Thema Geldanlage beschäftigst und dich fragst, wie du sinnvoll sparen, investieren oder vorsorgen kannst, dann findest du hier den Einstieg, den du brauchst. Ohne Fachchinesisch, ohne erhobenen Zeigefinger – sondern auf Augenhöhe.

Denn Finanzen sind Frauensache. Nicht, weil wir es müssen, sondern weil wir es können! Und weil es sich lohnt: Für mehr Unabhängigkeit, mehr Sicherheit und mehr Freiheit, das Leben zu so zu gestalten, wie du es dir wünschst.

Vielleicht hast du bisher gezögert, dich mit Geldanlage zu beschäftigen. Vielleicht dachtest du, das sei nur etwas für Profis oder Menschen mit viel Geld. Dieser Ratgeber wird dir zeigen: Du kannst das auch.

Viel Spaß beim Lesen – und noch mehr beim Umsetzen!

Herzlichst,

deine Maike Backhaus

Inhalt

1	WARUM FINANZEN FRAUENSACHE SIND – UND WARUM DU DAS SCHAFFST!	13
1.1	Warum sollte Frau sich mit Geldanlage und Vermögensaufbau beschäftigen?	13
1.1.1	Der Gender Pay Gap – und weshalb er dich motivieren sollte, deine Finanzen in die Hand zu nehmen	15
1.1.2	Die Motherhood Penalty – Karriere, Kinder und die Folgen für das Einkommen	19
1.1.3	Finanzielle Eigenverantwortung beginnt heute	22
1.1.4	Zusammenfassung	25
1.1.5	Literaturverzeichnis	26
1.2	Warum Frauen seltener investieren – und was dahinter steckt ..	28
1.2.1	Zahlen und Fakten – Wie legen Frauen in Deutschland ihr Geld an?	30
1.2.2	Risikoaversion oder Risikobewusstsein? Was die Forschung über das Investitionsverhalten von Frauen sagt.	32
1.2.3	Wenn Finanzbildung fehlt – und warum das kein Zufall ist	36
1.2.4	Können Frauen wirklich schlechter investieren? Forschung und Fakten	42
1.2.5	Zusammenfassung	44
1.2.6	Literaturverzeichnis	46
1.3	»Rosa« Geldanlagen – Finanzprodukte speziell für Frauen? ...	49
1.3.1	Was versteht man unter »rosa« Geldanlagen?	50
1.3.2	Vorteile und Nachteile von rosa Geldanlagen	50
1.3.3	Fazit: Rosa Geldanlagen als Einstieg, nicht als Lösung ...	51
1.3.4	Literaturverzeichnis	52

2	GRUNDLAGEN SCHAFFEN – DEIN FINANZIELLES FUNDAMENT	53
2.1	Bestandsaufnahme – Wo stehst du heute?	53
2.1.1	Einkommen, Ausgaben, Vermögen, Schulden: Der ehrliche Kassensturz	54
2.1.2	Ausgaben tracken und verstehen: Wo geht dein Geld hin?	56
2.1.3	Die 50-30-20-Regel	57
2.1.4	Dein Verhältnis zu Geld: Glaubenssätze erkennen und positiv verändern	60
2.1.5	Finanzielle Ziele definieren: Was willst du erreichen?	61
2.2	Dein Notfallfonds – Dein Sicherheitsnetz	64
2.3	Schulden verstehen und abbauen	66
2.3.1	Gute und schlechte Schulden	67
2.3.2	Strategien zum Schuldenabbau	67
3	VERMÖGEN AUFBAUEN – ANLAGEPRODUKTE UND PRAXISNAHE ANLAGESTRATEGIEN	71
3.1	Tagesgeld: Dein erster Schritt bei der Geldanlage	71
3.1.1	Was ist Tagesgeld?	72
3.1.2	Warum Tagesgeld eine gute Wahl ist	72
3.1.3	Ziel dieses Artikels	72
3.1.4	Tagesgeld einfach erklärt	73
3.1.5	Geldanlage mit Tagesgeld	78
3.1.6	Vorteile von Tagesgeld	80
3.1.7	Risiken von Tagesgeld	81
3.1.8	Zusammenfassung	83
3.2	Festgeld: Sicher anlegen mit Plan	84
3.2.1	Was ist Festgeld?	85
3.2.2	Warum Festgeld eine gute Wahl ist	85
3.2.3	Ziel dieses Artikels	85
3.2.4	Festgeld einfach erklärt	86
3.2.5	Geldanlage mit Festgeld	91
3.2.6	Vorteile von Festgeld	93
3.2.7	Risiken von Festgeld	95
3.2.8	Zusammenfassung	96
3.3	Aktien verstehen: Dein Einstieg mit System, Strategie und Selbstvertrauen	97
3.3.1	Was sind Aktien?	98
3.3.2	Warum Aktien eine gute Wahl sind	98

3.3.3	Ziel dieses Artikels	99
3.3.4	Aktien einfach erklärt.	100
3.3.5	Aktien als Investment.	108
3.3.6	Mitarbeiteraktien: Wenn dein Arbeitgeber dich am Unternehmen beteiligt.	109
3.3.7	Vorteile von Aktien.	112
3.3.8	Risiken von Aktien	113
3.3.9	Wie wichtig sind Dividenden wirklich?	115
3.3.10	Zusammenfassung	116
3.4	Geldanlage in ETFs: Dein Weg zu finanzieller Unabhängigkeit	117
3.4.1	Was ist ein ETF?	118
3.4.2	Warum ETFs eine gute Wahl sind	118
3.4.3	Ziel des Kapitels	119
3.4.4	ETFs einfach erklärt	120
3.4.5	ETFs als Investment	124
3.4.6	Vorteile von ETFs	126
3.4.7	Risiken von ETFs	127
3.4.8	Zusammenfassung	128
3.5	Anleihen: Deine sichere Brücke zur Geldanlage.	128
3.5.1	Was sind Anleihen?	129
3.5.2	Warum Anleihen eine gute Wahl sind.	129
3.5.3	Ziel dieses Artikels	130
3.5.4	Anleihen einfach erklärt	130
3.5.5	Anleihen als Investment.	137
3.5.6	Vorteile von Anleihen	138
3.5.7	Risiken von Anleihen.	139
3.5.8	Zusammenfassung	141
3.6	Gold als sichere Wertanlage: Dein Leitfaden für den Einstieg . .	142
3.6.1	Was ist Gold?	142
3.6.2	Warum Gold eine gute Wahl ist	143
3.6.3	Ziel dieses Kapitels	143
3.6.4	Gold einfach erklärt	144
3.6.5	Gold als Investment	155
3.6.6	Vorteile von Gold	157
3.6.7	Risiken von Gold.	157
3.6.8	Zusammenfassung	158

3.7	Immobilien: Viel mehr als nur ein Dach über dem Kopf	159
3.7.1	Wie kann man in Immobilien investieren?	160
3.7.2	Warum Immobilien eine gute Wahl sind	160
3.7.3	Ziel des Kapitels	161
3.7.4	Immobilie kaufen und selbst nutzen	162
3.7.5	Immobilie kaufen und vermieten	167
3.7.6	Kosten und Finanzierung eines Immobilienkaufs	174
3.7.7	Wichtige Hinweise zum Immobilien-Kaufvertrag	176
3.7.8	Andere Möglichkeiten, in Immobilien zu investieren	179
3.7.9	Finde deine passende Immobilienstrategie	187
3.8	Kryptowährungen verstehen: Dein Guide für den Einstieg	188
3.8.1	Was sind Kryptowährungen?	189
3.8.2	Warum Kryptowährungen keine gute Wahl für Einsteigerinnen sind	189
3.8.3	Kryptowährungen einfach erklärt	192
3.8.4	Zusammenfassung	195
3.9	Nachhaltige Geldanlage: Dein Geld für eine bessere Welt	195
3.9.1	Was ist eine nachhaltige Geldanlage?	196
3.9.2	Warum nachhaltige Geldanlagen eine gute Wahl sind	197
3.9.3	Ziel dieses Artikels	197
3.9.4	Nachhaltige Geldanlagen einfach erklärt	198
3.9.5	Nachhaltig investieren	204
3.9.6	Vorteile nachhaltiger Geldanlagen	206
3.9.7	Risiken nachhaltiger Geldanlagen	207
3.9.8	Zusammenfassung	209
3.10	Automatisierung von Spar- und Investitionsprozessen	210
3.10.1	Warum Automatisierung dir hilft	211
3.10.2	Daueraufträge clever nutzen	211
3.10.3	Sparpläne für ETFs & Co.	211
3.10.4	Automatisierung mit Tools und Apps	212
3.10.5	Rebalancing automatisieren – oder bewusst selbst steuern?	213
3.10.6	Regelmäßige Finanz-Check-ins	214
3.10.7	Stolperfallen vermeiden	215
3.10.8	Zusammenfassung: Weniger Aufwand, mehr Wirkung	216
3.10.9	Checkliste: Automatisierung deiner Finanzen	216

3.11	Finanzstrategien für Frauen mit Familienverantwortung	218
3.11.1	Zwischen Care-Arbeit und Kapitalaufbau.	219
3.11.2	Finanzielle Realität von Müttern und pflegenden Angehörigen	219
3.11.3	Budgetplanung mit Familienfokus	221
3.11.4	Versicherungen und Notfallpläne.	222
3.11.5	Langfristiger Vermögensaufbau trotz Teilzeit und Karrierepausen	223
3.11.6	Finanzen in der Partnerschaft: Gleichberechtigung am Konto	224
3.11.7	Checklisten	228
3.12	Finanzielle Unabhängigkeit nach Trennung oder Scheidung . . .	230
3.12.1	Was sind Zugewinn und Zugewinnausgleich?	231
3.12.2	Wer bekommt Unterhalt, wie lange und wie viel?	235
3.12.3	Was ist der Versorgungsausgleich?	237
3.12.4	Wer berechnet das alles?	238
3.12.5	Dein finanzieller Neustart	239
4	STEUERN VERSTEHEN – STEUERLICHE GRUNDLAGEN ZUR GELD- ANLAGE	245
4.1	Grundlagen: Abgeltungsteuer und Anlage KAP.	246
4.1.1	Was ist die Abgeltungsteuer?	246
4.1.2	Was ist die Anlage KAP?	248
4.2	Besonderheiten bei einzelnen Anlageformen	249
4.2.1	Vorabpauschale bei ETF und Investmentfonds	249
4.2.2	Anrechnung ausländischer Quellensteuer	252
4.2.3	Kryptowährungen & Steuern: Was du als Einsteigerin wissen musst	257
4.3	Tipps zur Steueroptimierung und Nutzung von Freibeträgen . .	260
4.3.1	Freistellungsauftrag und Sparer-Pauschbetrag optimal nutzen	260
4.3.2	Verlustverrechnung gezielt einsetzen.	261
4.3.3	Zeitpunkt der Veräußerung clever wählen	262
4.3.4	Steueroptimierung bei Ehepaaren und Familien	262
5	LANGFRISTIG PLANEN – ALTERSVORSORGE AUFBAUEN UND RENTENLÜCKE SCHLIESSEN	265
5.1	Ausgangssituation	266
5.2	Das Drei-Säulen-Modell.	267

5.3	Die Rentenlücke und wie du sie erkennst	268
5.3.1	Wie viel Geld brauchst du im Alter?	268
5.3.2	Wie viel Geld bekommst du?	268
5.3.3	Wie groß ist deine Rentenlücke?	269
5.4	Überblick über die gesetzliche und berufsständische Altersversorgung	270
5.4.1	Gesetzliche Rentenversicherung	270
5.4.2	Beamtenversorgung	270
5.4.3	Berufsständische Versorgungswerke	271
5.4.4	Landwirtschaftliche Alterskasse	271
5.5	Strategien zur Schließung der Rentenlücke	271
5.5.1	Wenn dein Einkommen nicht reicht	272
5.5.2	Absicherung deiner Risiken	272
5.5.3	Finanzpolster für Notfälle	272
5.5.4	Schulden tilgen vor Altersvorsorge	273
5.5.5	Welche Vorsorgeprodukte gibt es?	273
5.6	Private Vorsorgemöglichkeiten	273
5.6.1	Staatlich geförderte Betriebsrente	273
5.6.2	Staatlich geförderte Riester-Rente	275
5.6.3	Staatlich geförderte Rürup-Rente (Basisrente)	276
5.6.4	Private Renten- und Lebensversicherungen	277
5.6.5	Wertpapiere	278
5.6.6	Investmentfonds	279
5.6.7	Sparanlagen bei Banken	281
5.6.8	Immobilien	282
5.6.9	Staatliche Sparförderung	283
5.7	Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung & Co. – Was du zusätzlich bedenken solltest	285
5.7.1	Vorsorgevollmacht	285
5.7.2	Patientenverfügung	286
5.7.3	Betreuungsverfügung	286
5.8	Vorsorgestrategien für unterschiedliche Lebenssituationen	287
5.8.1	Lisa, 25 Jahre, Berufseinsteigerin, ledig	287
5.8.2	Nadine, 32 Jahre, verheiratet, zwei Kinder, Teilzeit	288
5.8.3	Aylin, 35 Jahre, selbstständig, keine Kinder	288
5.8.4	Vesna, 40 Jahre, Beamtin, verheiratet, ein Kind	289
5.8.5	Miriam, 45 Jahre, geschieden, zwei Teenager, Vollzeit	289

6	DEIN WEG – ANLAGEZIELE UND WIE DU SIE ERREICHST	291
6.1	Das magische Dreieck	291
6.1.1	Das magische Dreieck: Risiko, Rendite, Liquidität	292
6.1.2	Welche Anlageklasse passt zu welchem Ziel?	292
6.1.3	Die richtige Mischung macht's	293
6.1.4	Die Auswahl der passenden Anlageprodukte	294
6.2	Ein Depot, das zu deinem Leben passt	295
6.2.1	Wie riskant darf es sein?	295
6.2.2	Wie stellt man ein Depot zusammen?	297
6.2.3	Diversifikation und Korrelation	297
6.2.4	Beispiel-Portfolios für Einsteigerinnen	301
6.2.5	Faustregel »100 minus Lebensalter«	303
6.2.6	Geld anlegen, aber bequem: Das »Pantoffel-Portfolio«	308
6.2.7	Robo-Advisor: Dein digitaler Vermögensverwalter	312
6.2.8	Extra-Tipp für Anlegerinnen mit wenig Zeit	316
6.2.9	Depot-Vorschläge für verschiedene Lebenssituationen	317
6.3	Rebalancing: So bleibt dein Depot im Gleichgewicht	322
6.3.1	Warum ist Rebalancing wichtig?	323
6.3.2	Wie läuft das Rebalancing konkret ab?	324
6.3.3	Was kostet die Umschichtung?	325
6.3.4	Emotionen und Geldanlage: Eine gefährliche Mischung	326
6.3.5	Rebalancing-Checkliste	329
6.4	Checklisten für die ersten Schritte und regelmäßige Überprüfungen	331
6.4.1	Die ersten Schritte bei der Geldanlage	331
6.4.2	Tagesgeld	333
6.4.3	Festgeld	333
6.4.4	Aktien	333
6.4.5	ETF	334
6.4.6	Anleihen	334
6.4.7	Offene Immobilienfonds	334
6.4.8	Gold/Edelmetalle	335
6.4.9	Immobilien	335
6.4.10	Immobilienfonds	335
6.4.11	Krypto	336
6.4.12	Nachhaltige und ethische Investments	336
6.4.13	Rebalancing deines Portfolios	336

6.5	Finanzielle Bildung vertiefen	338
6.5.1	Dranbleiben und Spaß dabei haben	339
6.5.2	Gute Quellen für Finanzwissen.	342
6.5.3	Austausch mit anderen: Netzwerke und Communities.	346
6.6	Wann professionelle Hilfe sinnvoll ist	349
6.6.1	Wann ist professionelle Unterstützung sinnvoll?	349
6.6.2	Welche Arten von Finanzberatern gibt es?	350
6.6.3	Wie findet man die richtige Beratung?	351
6.7	Dein persönlicher Finanzplan – Zusammenfassung und nächste Schritte	353
6.7.1	Was du jetzt schon erreicht hast	354
6.7.2	Dein individueller Finanzfahrplan	354
6.7.3	Prioritäten setzen: Was du als Nächstes angehst.	355
6.7.4	Routinen etablieren	356
6.7.5	Wie geht es weiter?	357

GLOSSAR	359
--------------------------	------------

INDEX	379
------------------------	------------

1 Warum Finanzen Frauensache sind – und warum du das schaffst!

von Larissa Ginzinger und Dr. Leah Zimmerer

Hinweis: Eigentlich arbeiten wir nicht mit Literaturverzeichnissen – aber in diesem Bereich machen wir eine Ausnahme. Der Text enthält viele Forschungsergebnisse und Statistiken, die natürlich nachvollziehbar sein sollen. Deshalb findest du an einigen Stellen Hinweise auf die Quellen. Am Ende der Kapitel findest du dann jeweils das Literaturverzeichnis.

1.1 Warum sollte Frau sich mit Geldanlage und Vermögensaufbau beschäftigen?

Dieses Kapitel erklärt dir, warum finanzielle Eigenverantwortung so wichtig ist. Wir sprechen über den sogenannten Gender Pay Gap – also die Einkommenslücke zwischen Männern und Frauen –, darüber, welche Rolle die Motherhood Penalty – die finanziellen Nachteile für Frauen durch Familiengründung, Care-Arbeit und Teilzeit – in diesem Zusammenhang spielt, und darüber, warum es sich lohnt, möglichst früh mit dem Vermögensaufbau zu beginnen.

In diesem Kapitel lernst du:

- **Der Gender Pay Gap – und weshalb er dich motivieren sollte, deine Finanzen in die Hand zu nehmen:** Was der Gender Pay Gap ist und welche Folgen er für Einkommen, Vermögensaufbau und Rente hat.
 - **Die Motherhood Penalty – Karriere, Kinder und die Folgen für das Einkommen:** Wie Kinder, Teilzeit und Erwerbsunterbrechungen die Erwerbstätigkeit von Frauen prägen und ihr Einkommen beeinflussen.
 - **Finanzielle Eigenverantwortung beginnt heute:** Warum der beste Zeitpunkt, Verantwortung für deine Finanzen zu übernehmen, heute ist.
-

Finanzielle Unabhängigkeit ist ein zentrales Fundament für ein selbstbestimmtes Leben. Doch die Realität zeigt: Frauen verdienen im Durchschnitt weniger als Männer, unterbrechen ihre Erwerbstätigkeit häufiger für Kindererziehung oder Pflege und bauen dadurch weniger Vermögen auf und haben niedrigere Rentenansprüche.

Gerade deshalb gilt: Frauen sind gefordert, die Verantwortung für ihre Finanzen möglichst frühzeitig selbst in die Hand zu nehmen. Wer ohnehin weniger Einkommen erzielt, sollte nicht auch noch auf die Chancen von Kapitalerträgen verzichten und sein Geld sinnvoll für einen langfristigen Vermögensaufbau anlegen.

Dieses Kapitel zeigt dir, warum finanzielle Eigenverantwortung so wichtig ist – und warum der beste Zeitpunkt, deine Finanzen selbst in die Hand zu nehmen, heute ist.

In den folgenden Abschnitten schauen wir uns drei zentrale Themen an:

Wir beginnen mit dem **Gender Pay Gap**, also der durchschnittlichen Einkommenslücke zwischen Männern und Frauen. Du erfährst, wie groß diese Lücke in Deutschland und Europa ist, wie sie sich über die Zeit entwickelt hat und welche Folgen sie für dein Einkommen, deinen Vermögensaufbau und deine Rente hat.

Danach betrachten wir die sogenannte »**Motherhood Penalty**«. Sie beschreibt, wie Familiengründung, Care-Arbeit und Teilzeit die Erwerbstätigkeit von Frauen verändern – und welche Konsequenzen das für Einkommen und Vermögensaufbau hat.

Zum Abschluss des Kapitels geht es darum, warum es sich lohnt, möglichst früh aktiv zu werden. Wir sprechen über den **Zinseszins-effekt** – also darüber, dass dein Geld nicht nur Erträge erwirtschaftet, sondern auch diese Erträge wiederum neue Erträge erzeugen. Je länger dein Geld für dich arbeitet, desto stärker wirkt dieser Effekt.

1.1.1 Der Gender Pay Gap – und weshalb er dich motivieren sollte, deine Finanzen in die Hand zu nehmen

Der Gender Pay Gap bezeichnet die durchschnittliche prozentuale Lohnlücke zwischen Frauen und Männern. Auch wenn Frauen in Deutschland heute ähnlich gut oder sogar besser ausgebildet sind als Männer, verdienen sie im Schnitt weniger. Diese Einkommensdifferenz ist nicht nur ein abstrakter statistischer Wert, sondern wirkt sich ganz konkret auf das Leben von Frauen aus – auf ihre finanzielle Unabhängigkeit, ihre Altersvorsorge und die Notwendigkeit ihres Vermögensaufbaus.

== Unbereinigter und bereinigter Gender Pay Gap

Unterschieden wird zwischen dem unbereinigten und dem bereinigten Gender Pay Gap (Blau & Kahn, 2000). Der unbereinigte Gender Pay Gap vergleicht den durchschnittlichen Bruttostundenlohn von Frauen und Männern ohne weitere Anpassungen und zeigt, wie groß die Lohnlücke insgesamt ist. Der bereinigte Gender Pay Gap berücksichtigt dagegen Unterschiede in Ausbildung, Berufserfahrung, Arbeitszeit und Branche und erfasst so den Teil der Lohnungleichheit, der nicht auf diese strukturellen Faktoren zurückgeführt werden kann. Er zeigt, wie groß die Lohnlücke bleibt, wenn Frauen und Männer mit vergleichbaren Voraussetzungen miteinander verglichen werden (Blau & Kahn, 2000).



Was ist der Gender Pay Gap?

- **Unbereinigt:** Wie viel verdienen Frauen im Durchschnitt pro Stunde im Vergleich zu Männern, ohne Unterschiede hinsichtlich Qualifikation, Berufserfahrung, Teilzeit/Vollzeit, Branche etc. zu berücksichtigen?
- **Bereinigt:** Wie groß ist die Lohnlücke, wenn Frauen und Männer mit vergleichbarer Ausbildung, Berufserfahrung, Arbeitszeit und Tätigkeit miteinander verglichen werden?

Der Gender Pay Gap in Deutschland

Für Deutschland weist das Statistische Bundesamt für das Jahr 2024 einen unbereinigten Gender Pay Gap von 16 % aus (Statistisches Bundesamt, 2025a). Das bedeutet: Frauen verdienen im Jahr 2024 im Durchschnitt 16 % weniger pro Stunde als Männer. Der bereinigte Gender Pay Gap lag im selben Jahr bei 6 % (Statistisches Bundesamt, 2025b). Diese Differenz zeigt, dass auch bei gleicher Qualifikation, Tätigkeit und Erwerbsbiografie Einkommensunterschiede bestehen bleiben.

Der Equal Pay Day macht auf die geschlechtsspezifischen Verdienstunterschiede aufmerksam. Er markiert symbolisch den Tag, bis zu dem Frauen rechnerisch ohne Bezahlung arbeiten würden, während Männer seit Jahresbeginn bereits entlohnt werden. Im Jahr 2025 fiel der Equal Pay Day in Deutschland auf den 7. März, ausgehend von dem unbereinigten Gender Pay Gap von rund 16 % des Jahres 2024 (Equal Pay Day, 2025; Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg, 2025).

Der unbereinigte Gender Pay Gap erwies sich in Deutschland lange Zeit als sehr stabil: Zwischen 2006 und 2015 bewegte er sich nahezu unverändert zwischen 22 und 23 %. Erst ab 2016 zeigt sich ein deutlicher Rückgang – von 21 % im Jahr 2016 auf 16 % im Jahr 2024 (Statistisches Bundesamt, 2025a). Der bereinigte Gender Pay Gap hat sich hingegen über die Zeit kaum verändert. Er lag 2006 bei 8 % und bewegt sich seither nahezu konstant zwischen 5 und 7 %, zuletzt bei 6 % im Jahr 2024 (Statistisches Bundesamt, 2025b).

Im europäischen Vergleich bildet Deutschland eines der Schlusslichter: Mit rund 18 % hatte Deutschland im Jahr 2023 (neuere Daten liegen auf EU-Ebene noch nicht vor) einen der EU-weit höchsten Verdienstabstände pro Stunde zwischen Frauen und Männern und lag deutlich über dem EU-Durchschnitt von 12 % (Statistisches Bundesamt, 2025c; Eurostat, 2024).

== Vom Gender Pay Gap zum Gender Pension Gap

Die Auswirkungen des Gender Pay Gap enden nicht beim monatlichen Einkommen. Über den gesamten Lebensverlauf hinweg führen sie – neben anderen Faktoren wie etwa Erwerbsunterbrechungen und Teilzeitphasen wegen Kindererziehung (vgl. Kapitel »Die Motherhood Penalty«) – dazu, dass Frauen deutlich weniger Vermögen aufbauen und im Alter geringere Rentenansprüche haben. Weniger Einkommen bedeutet weniger Rentenpunkte im deutschen Rentensystem, geringere betriebliche Altersvorsorge und häufig auch geringere private Vorsorgebeiträge. Der sogenannte Gender Pension Gap beschreibt die daraus resultierende Rentenlücke zwischen Frauen und Männern. Hinzu kommt, dass Frauen in Deutschland im Schnitt fast fünf Jahre länger leben als Männer (Statistisches Bundesamt, 2022) – der bis zum Renteneintritt gesparte Betrag muss also über einen längeren Zeitraum reichen bzw. höher sein.



Der Gender Pension Gap beschreibt die Rentenlücke zwischen Frauen und Männern. Er zeigt, wie sich geringere Einkommen, häufigere Erwerbsunterbrechungen, Teilzeitphasen und eine höhere Lebenserwartung von Frauen im Alter niederschlagen. Frauen erhalten dadurch durchschnittlich deutlich weniger Alterseinkommen als Männer – mit spürbaren Folgen für ihre finanzielle Sicherheit im Ruhestand.

In Deutschland betrug der Gender Pension Gap im Jahr 2024 rund 26 % – Frauen erhielten also im Durchschnitt mehr als ein Viertel weniger Alterseinkommen als Männer (Statistisches Bundesamt, 2025d). Damit lag Deutschland über dem Europäischen Durchschnitt von 24,5 % (Eurostat, 2025).

Die monetären Folgen des Gender Pension Gap sind erheblich und wirken sich auch auf die Armutsgefährdung aus: Im Jahr 2024 galten in Deutschland 21,6 % der Frauen ab 65 Jahren als armutsgefährdet; bei Männern lag die Quote bei 17,1 % (Statistisches Bundesamt, 2025e).