

Budget in Balance, Schulden vermeiden



**FINANZ
BILDUNG**
für alle.

Ein Angebot von Geld und Haushalt



Das Programm „Finanzbildung für alle“ des Deutschen Sparkassen- und Giroverbands wurde 2025 für sein vorbildliches Engagement zur Verankerung von „Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)“ in Deutschland von der Deutschen UNESCO-Kommission und dem Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend ausgezeichnet.

Mehr dazu unter:
www.geld-und-haushalt.de und www.bne-portal.de

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein guter Überblick über die eigenen Finanzen ist eine wichtige Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben. Wenn Sie wissen, wie viel Geld zur Verfügung steht, wie viel Sie wofür ausgeben und welche finanziellen Ziele Sie erreichen möchten, können Sie Ihre Möglichkeiten besser nutzen – und Risiken frühzeitig erkennen. Dieser Ratgeber unterstützt Sie dabei, Ihr Budget im Gleichgewicht zu halten und Schulden möglichst zu vermeiden.

Im ersten Kapitel erfahren Sie, wie Sie Ihre Einnahmen und Ausgaben ausbalancieren und sich ein tragfähiges Budget aufbauen. Dazu gehört es auch, Lebensrisiken sinnvoll abzusichern, Rücklagen für unerwartete Ausgaben zu bilden und Schritt für Schritt Vermögen aufzubauen. Außerdem lesen Sie, welche Rolle persönliche Einstellungen und Gewohnheiten im Umgang mit Geld spielen.

Nicht immer lassen sich größere Anschaffungen aus dem laufenden Budget bezahlen. Dann kann ein Kredit eine Möglichkeit sein – vorausgesetzt, er wird verantwortungsvoll genutzt. Im zweiten Kapitel erfahren Sie, worin sich verschiedene Kreditarten unterscheiden, was es mit der Bonität auf sich hat und worin der Unterschied zwischen guten und problematischen Schulden besteht.

Trotz guter Planung können finanzielle Schwierigkeiten entstehen. Deshalb widmet sich das dritte Kapitel der Frage, wie Sie Warnzeichen für eine mögliche Überschuldung frühzeitig erkennen. Sie erfahren, welche Schutzmöglichkeiten es gibt – etwa das Pfändungsschutzkonto – und welche Unterstützung Schuldnerberatungsstellen bieten. Auch die Verbraucherinsolvenz wird als möglicher Weg aus einer schwierigen finanziellen Situation erklärt.

Wir wünschen Ihnen eine informative Lektüre und viele hilfreiche Anregungen für einen bewussten Umgang mit Geld.

Geld und Haushalt – Beratungsdienst
der Sparkassen-Finanzgruppe 

Inhalt

I So bleiben Sie dauerhaft im Plus	4
<hr/>	
Einnahmen und Ausgaben in Balance halten	5
Vermögens- und Schuldenübersicht	10
Den inneren Geldkompass kennenlernen	11
Unterlagen sortieren, Zeit sparen	13
Schritt für Schritt zu gesunden Finanzen	17
II Kredite verantwortungsvoll nutzen	22
<hr/>	
Wofür ein Kredit sinnvoll ist – und wofür nicht	23
Die Bonität: ein individueller Wert für jede Person	25
Kreditarten – und worin sie sich unterscheiden	27
Wie der Einzelhandel mit Kreditangeboten den Konsum ankurbelt	32
III Raus aus den Schulden	36
<hr/>	
Verschuldet oder überschuldet?	37
Warnzeichen für Überschuldung	38
Das P-Konto	42
Pfändung, Zwangsvollstreckung, Gerichtsvollzieher – was passiert wann?	45
Schuldnerberatung	48
Letzte Rettung Privatinsolvenz	49
Endlich schuldenfrei – und jetzt?	51
IV Wichtiges auf einen Blick	52
<hr/>	
Glossar	53
Adressen & Links	57
Geld und Haushalt – unsere Angebote	58

So lernen Sie,
gut mit Geld umzugehen



S. 4

Was Ihnen hilft,
wenn es finanziell
eng wird



S. 36



S. 22

◀ Einen Kredit aufnehmen oder
vorher ansparen – was ist sinnvoller?

I So bleiben Sie dauerhaft im Plus

- 5 Einnahmen und Ausgaben in Balance halten
- 10 Vermögens- und Schuldenübersicht
- 11 Den inneren Geldkompass kennenlernen
- 13 Unterlagen sortieren, Zeit sparen
- 17 Schritt für Schritt zu gesunden Finanzen



Einnahmen und Ausgaben in Balance halten

Gut mit Geld umzugehen, bedeutet mehr als gerade so über die Runden zu kommen. Die Grundlage dafür ist, Einnahmen und Ausgaben im Blick zu behalten. Ausgangspunkt dafür ist ein ehrlicher Kassensturz: Nehmen Sie sich ein wenig Zeit, schauen Sie Ihre Kontoauszüge der vergangenen zwölf Monate genau durch und listen Sie erst einmal offen und ehrlich alle Einnahmen und Ausgaben auf. Auf der hinteren Umschlagseite finden Sie dafür eine hilfreiche Übersicht. Auf der nächsten Seite gibt es eine Schritt-für-Schritt-Anleitung. Sie können aber auch einfach so starten.



Rechnen Sie jährlich oder vierteljährlich anfallende Kosten wie beispielsweise viele Versicherungsbeiträge oder Rundfunkgebühren auf Monatsbasis um – dann bekommen Sie ein realistischeres Bild von Ihrer finanziellen Situation.



Überblick über die Einnahmen und festen Ausgaben

Zuerst stellen Sie alle Einnahmen zusammen: Gehalt, staatliche Leistungen wie Arbeitslosengeld, Elterngeld, Kindergeld oder Rente sowie Einnahmen aus eventuell vorhandenem Vermögen. Berücksichtigen Sie auch Einnahmen, die nicht jeden Monat eingehen.

Dann listen Sie alle festen Ausgaben auf, die Sie nicht ohne Weiteres von heute auf morgen ändern können: Dazu zählen Miete oder die Rate

für den Immobilienkredit, Vorauszahlungen für Wohnnebenkosten, Versicherungen, Vereinsmitgliedschaften, Abos, Raten für Kredite usw.

Wenn Sie die festen Ausgaben von den Einnahmen abziehen, sehen Sie, was Ihnen monatlich zum Leben bleibt. Hilfreich ist es, diesen Wert einmal durch 30 zu teilen. Dann wissen Sie, was Sie täglich im Durchschnitt ausgeben könnten, um im Plus zu bleiben. Das sind Ausgaben für den täglichen Bedarf, wie Ernährung und Kleidung, aber auch für Bildung und Freizeit – und idealerweise auch für eine regelmäßige Sparrate.

Vergleichen Sie Ihre Ausgaben mal mit anderen, ähnlichen Haushalten. So lässt sich am besten herausfinden, wo Sie mehr ausgeben, ohne dass es Ihnen bewusst ist. Eine kostenlose Vergleichsmöglichkeit gibt es unter www.referenzbudgets.de.



Schritt für Schritt: Ein Haushaltsbuch verschafft den Durchblick

Ein Haushaltsbuch ist sehr nützlich und sinnvoll: Wenn Sie es eine Weile regelmäßig führen, bekommen Sie einen umfassenden Überblick über Ihre Einnahmen und Ausgaben und entlarven so manche Ausgabe, die Sie nicht mehr auf dem Schirm hatten.

So führen Sie es:

- 1 Listen Sie zunächst alle Einnahmen auf. Vergessen Sie auch nicht die Einnahmen Ihres Lebenspartners/ Ihrer Lebenspartnerin und staatliche Zahlungen (z. B. Kindergeld oder die Steuererstattung).
- 2 Als nächstes führen Sie die festen Ausgaben auf. Das sind alle Ausgaben, die regelmäßig in gleicher Höhe anfallen, z. B. Miete/Immobilienkredit, Versicherungen, Abos.
- 3 Mit der Rechnung „Einnahmen minus feste Ausgaben“ ermitteln Sie nun den Geldbetrag, der Ihnen monatlich zur Verfügung steht. Das ist Ihr Geld zum Leben – also das, was Sie monatlich ausgeben können, ohne ins Minus zu rutschen.

Beispiel: Einnahmen und feste Ausgaben

EINNAHMEN		WOHNEN	
Lohn	1.855	Miete	615
Kindergeld	259	Strom	65
		Heizung	87
Summe in €	2.114	Summe in €	767
MEDIEN & HANDY		VERSICHERUNGEN	
Internet	27	Haftpflicht	8
Rundfunkbeitrag	18	Autoversicherung	45
Handy	30	Hausrat	7
Summe in €	75	Summe in €	60
KREDITE & RATEN		FREIZEIT & FAMILIE	
Rate Auto	230	Sportverein	15
		Nachhilfe	72
Summe in €	230	Summe in €	87
SPAREN & SONSTIGES		GELD ZUR VERFÜGUNG	
Kinder-Sparvertrag	85	Einnahmen	2.114
Hundsteuer	9	- feste Ausgaben	1.313
Summe in €	94	= Summe in €	801

Abbildungen aus „Das einfache Haushaltsbuch“ von Geld und Haushalt, Bestelladresse s. S. 59



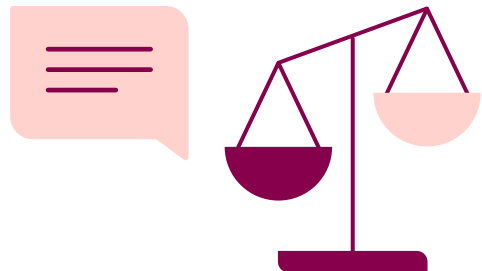
Beim Budget nachsteuern

Sie kommen mehr schlecht als recht über die Runden? Oder Sie möchten mehr sparen, aber wissen nicht recht wie, da das Geld dafür nicht reicht? Dann sollten Sie Ihre Ausgaben stärker unter die Lupe nehmen. Hinterfragen Sie als Erstes die größeren, regelmäßig wiederkehrenden Ausgabenposten, bei denen Sie vertraglich gebunden sind:

- Können Sie mit einem Wechsel des Strom-anbieters Geld sparen?
- Sind Ihre Versicherungen zu teuer bzw. brauchen Sie alle Zusatzversicherungen (s. S. 19–21)? Führen Sie einen Preisvergleich durch und kündigen Sie ggf. überflüssige Verträge.
- Stimmt das Preis-Leistungs-Verhältnis bei Ihrem Smartphone-, Internet- und Telefonie-Vertrag noch?
- Nutzen Sie die Mitgliedschaft im Fitnessstudio oder im Sportverein tatsächlich?
- Benötigen Sie mehrere Streaming-Dienste und lesen Sie die abonnierten Zeitungen oder Zeitschriften?

Veränderliche Ausgaben hinterfragen

Im zweiten Schritt nehmen Sie Ihre laufenden Ausgaben genauer unter die Lupe: Besonders bei den veränderlichen Ausgaben, also z. B. den Ausgaben für Essen und Trinken, für Kleidung, Freizeit oder Urlaub, gibt es in den meisten Haushalten noch Sparmöglichkeiten. Sparen Sie an der richtigen Stelle. Teilen Sie für sich ein, welche veränderlichen Ausgaben für Sie notwendig, angenehm oder möglicherweise verzichtbar sind.



Impulse für einen guten Umgang mit Geld

Nicht alle behalten ständig die Übersicht über ihre Finanzen. Ein paar Tipps helfen, die eigenen Gewohnheiten zu ändern oder zu hinterfragen:

- **Regelmäßig Haushaltsbuch führen** (mehr dazu s. S. 6/7 und Tabelle): so ist immer klar, wo Ihr Geld hingeflossen ist. Darüber hinaus hilft es, mögliche Sparpotenziale zu entdecken.
- **Kein Einkauf ohne Kassenbon (auch elektronisch):** so können Sie alle Ausgaben tatsächlich im Haushaltsbuch erfassen.
- **Mit Bargeld zahlen statt mit Karte oder mit dem Handy:** Psychologisch betrachtet sind Barzahlungen für viele Menschen „schmerzhafter“ (man spricht vom Bezahlschmerz, der tatsächlich messbar ist). Das fördert einen bewussteren Umgang mit Ausgaben.
- **Am Geldautomaten immer den gleichen Betrag abheben:** beispielsweise hundert Euro und konsequent bar zahlen. Der nächste Gang zum Geldautomaten ist das Signal, dass diese Summe schon ausgegeben wurde.
- **Wochenbudgets setzen:** z. B. den Wochenbetrag in einen Briefumschlag legen, beschriften und damit auskommen. Die Budgets für 4 Wochen dürfen die frei zur Verfügung stehenden Mittel nicht überschreiten (siehe „Cashstufing“ auf S. 18).
- **Sparbeträge gleich am Anfang des Monats per Dauerauftrag vom Konto „wegsparen“:** Wer nur das spart, was übrigbleibt, scheitert öfter.
- **Notreserven sind für Notfälle:** nicht für den täglichen Bedarf ausgeben, sondern nur, wenn ein Notfall eintritt.





Vermögens- und Schuldenübersicht

Viele Menschen haben einen bunten Strauß an verschiedenen Finanzprodukten: hier ein Bausparvertrag, dort ein Sparbuch, vielleicht noch eine Lebensversicherung oder ein paar Fondsanteile. Dabei verliert man schnell den Überblick. Wenn Sie sich ohnehin gerade mit Ihren Einnahmen und Ausgaben beschäftigen, machen Sie auch eine Bestandsaufnahme Ihres Vermögens und Ihrer Schulden. Nutzen Sie dafür die Ausklappseite am Ende der Broschüre und listen Sie dort übersichtlich alles auf.

Berücksichtigen Sie sowohl Geldwerte (Bargeld, Guthaben auf Girokonten, Tagesgeldkonten, Sparbüchern, Festgeldkonten usw.) als auch Sachwerte (Immobilien, Gold, Anteile an Unternehmen, z. B. in Form von Aktien usw.). Von Ihrem Vermögen müssen Sie dann alle Schulden abziehen. Dazu gehören laufende Kredite, eine eventuelle Kontoüberziehung (Dispo) auf dem Girokonto, ein Immobilienkredit oder Außenstände, die Sie bei Familie oder im Freundeskreis haben.

Wenn Sie sich mithilfe von Einnahmen- und Ausgabenüberblick (siehe Kapitel 1) sowie Vermögens- und Schuldenübersicht (als Ausklappseite ganz hinten) den nötigen Überblick über Ihre Finanzen verschafft haben, können Sie eine Sparrate ermitteln, die Sie möglichst regelmäßig beiseitelegen können. Wie Sie dabei am besten vorgehen, dazu folgt gleich mehr auf Seite 17. Kommt bei Ihnen allerdings heraus, dass die roten Zahlen überwiegen, lesen Sie mehr zum Thema Schulden und wie Sie sie in den Griff bekommen ab Seite 36.



In Deutschland wird viel gespart. Die Sparquote liegt im Durchschnitt bei gut 10 Prozent. Das deckt sich auch ungefähr mit den Empfehlungen von Expertinnen und Experten: Ein Zehntel des monatlichen Nettoeinkommens sollte man auf die Seite legen – von 1.500 Euro netto also 150 Euro.

Den inneren Geldkompass kennenlernen

In Partnerschaften und in der Familie ist der Umgang mit Geld häufig ein Auslöser für Konflikte: Knapp jedes dritte Paar in Deutschland streitet regelmäßig darüber. Dabei verdeckt der Zoff ums Geld oftmals tieferliegende Konfliktthemen und unterschiedliche Wertvorstellungen, die häufig gar nicht so bewusst sind. Für eine Person ist Freiheit das höchste Gut – und drückt sich darin aus, dass bestimmte Freiräume mit Geld erkaufte werden: Man möchte z. B. eine Putzhilfe einstellen, um mehr Freizeit zu haben. Für andere Menschen sind vielleicht Sicherheit und Planbarkeit immens wichtig – das Haushaltsbudget für eine Putzhilfe bis auf den letzten Euro auszureizen, scheint deshalb undenkbar.



Wie man mit Geld umgeht und was es einem bedeutet, hat viel mit der eigenen Biografie zu tun: Kinder orientieren sich zumeist daran, was ihre Eltern vorleben. So unterschiedlich die Biografien der Menschen, so unterschiedlich sind daher auch ihre Einstellungen zum Geld. Gelernte Verhaltensweisen wirken noch bis ins Erwachsenenalter nach. Später sammelt man eigene Erfahrungen, die das Denken über Geld prägen: Phasen mit unregelmäßigem Einkommen können zu vorsichtigem Konsumverhalten und hohem Sicherheitsbedürfnis führen.

Streit entsteht meist dann, wenn der eigene Geldkompass sich nicht mit dem des Partners bzw. der Partnerin oder der Familie deckt. Wenn Sie sich diese Unterschiede bewusst machen und wissen, wie sie entstanden sind, lässt sich leichter damit umgehen. Ein erster wichtiger Schritt ist es daher, mit dem Partner oder der Partnerin darüber zu sprechen, was Geld für jeden individuell bedeutet und wie mit Geld früher in der eigenen Familie umgegangen wurde.

Klare Absprachen zum Geld vermeiden Streit

Im besten Fall formulieren Sie gemeinsame Eckpunkte: Ausgaben von mehr als 300 Euro werden z. B. miteinander besprochen. Zu Verträgen, die die festen Ausgaben dauerhaft erhöhen, müssen beide zustimmen. Viele Paare und Familien nutzen – oft unbewusst – auch ihre unterschiedlichen Geldeinstellungen, um verschiedene Rollen einzunehmen: Der oder die Sparsame plant den Familienurlaub und legt das Budget fest – der bzw. die Großzügige sorgt während des Urlaubs für Abwechslung und neue Abenteuer. So wirken sich verschiedene Haltungen für alle positiv aus.



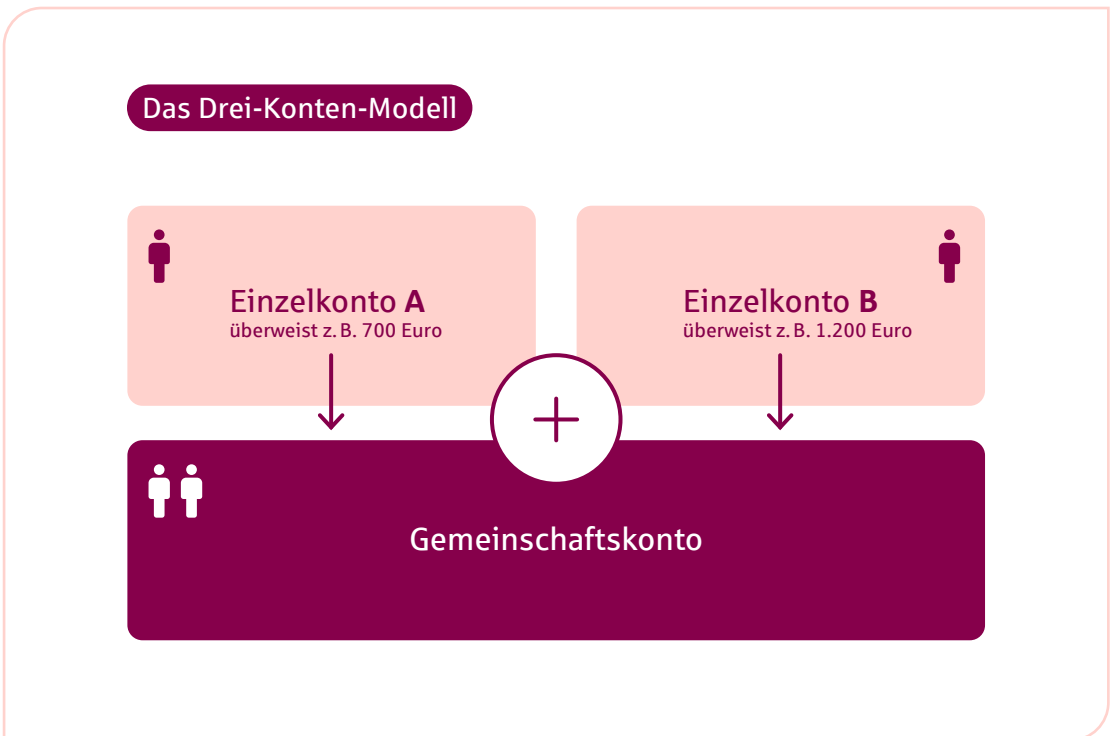
Geldgespräche sind wichtiger, je komplizierter die Verhältnisse sind

Schwierig können Geldgespräche bei Paaren werden, wenn nicht nur ein unterschiedlicher innerer Kompass vorhanden ist, sondern auch das Einkommen sehr ungleich verteilt ist oder Verpflichtungen aus vorangegangenen Beziehungen bestehen. Wie wird das Budget aufgeteilt, wenn beide unterschiedlich verdienen und eine Kinder mit in die Beziehung bringt und einer nicht? Die großen Geldthemen sind oft verknüpft mit Emotionen und deshalb besonders konfliktanfällig.

Sprechen Sie auch über die unterschiedlich verteilte Fürsorgearbeit in der Familie. Wenn sich ein Elternteil stärker um die Betreuung der Kinder kümmert, lohnt es sich, einen finanziellen Ausgleich zu schaffen. Das kann z. B. bedeuten, dass diejenige Person, die mehr verdient, für die Partnerin oder den Partner Geld in eine private Altersvorsorge einahlt.

Das Drei-Konten-Modell hilft, Geldkonflikte zu vermeiden

Nur selten verdienen Menschen in einer Beziehung gleich viel. Um die finanzielle Last bei den gemeinsamen Ausgaben, wie Miete, Lebensmittel oder Auto möglichst fair zu verteilen, hilft das Drei-Konten-Modell. Es teilt die Finanzen in mein, dein und unser Geld. So hat jede Person in der Partnerschaft ein eigenes Girokonto. Zusätzlich eröffnet das Paar ein gemeinsames Konto für die Gemeinschaftsausgaben. Jeder oder jede überweist vom persönlichen Girokonto einen Geldbetrag auf das Gemeinschaftskonto, von dem alle Haushaltsausgaben (Miete, Nebenkosten, tägliche Einkäufe) bezahlt werden. Der Geldbetrag sollte vorher besprochen werden und sich am jeweiligen Einkommen orientieren. Beide behalten für persönliche Ausgaben einen Rest auf dem eigenen Konto. Mit dem Drei-Konten-Modell behalten beide eine größere finanzielle Eigenständigkeit ohne viele Diskussionen um das Geld.

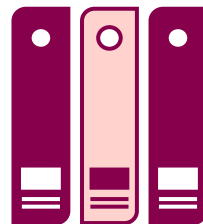




Unterlagen sortieren, Zeit sparen

Zählen Sie zu den Personen, die nicht immer alle Finanzunterlagen gut sortiert haben und sich nach etwas mehr Ordnung sehnen? Mit ein paar Tipps und Tricks fällt der Einstieg ins systematische Ablegen leichter. Denn wenn Sie Ihre Unterlagen griffbereit haben, können Sie auch lästige Aufgaben wie Steuererklärung oder Anträge beim Amt leichter und schneller erledigen.

Ein gutes Ordnungssystem muss zu Ihrem Leben passen. Die Basis für eine gute Ordnerstruktur umfasst alle wichtigen Bereiche Ihres Lebens, wie beispielsweise Persönliches, Gesundheit, Geld und Finanzen oder Freizeit. Im jeweiligen Ordner sind dann die zugehörigen Unterlagen thematisch und innerhalb der Themen am besten chronologisch sortiert.



Das 10-Ordner-System hilft Ihnen, alle relevanten Lebensbereiche abzudecken. Einen Vorschlag für dieses System können Sie sich gemeinsam mit Druckvorlagen für Ordneretiketten downloaden unter www.geldundhaushalt.de
→ **Finanzwissen** → **Besser haushalten**
→ „**Unterlagen ordnen, Zeit sparen**“

Keine Lust mehr zu suchen? Schritt für Schritt zu mehr Ordnung

Vorbereitung

- 1 Tragen Sie erst mal alle Unterlagen zusammen, sowohl Unsortiertes als auch bereits in Ordnern Abgelegtes. Legen Sie das nötige Büromaterial (Locher, Tacker, Ordner, Stifte, Trennstreifen) bereit.
- 2 Müssen Sie manche Unterlagen noch bearbeiten, so legen Sie diese in eine neue Ablage „Noch zu erledigen“. Öffnen Sie jetzt auch bisher ungeöffnete Briefe und lesen sie diese. Das Wichtigste kommt in dieser Ablage nach oben (Dringlichkeit, Frist).
- 3 Schnell entsorgen können Sie geöffnete Briefumschläge, Werbung oder unwichtige Notizen.
- 4 Bedenken Sie die Aufbewahrungsfristen für Ihre Dokumente. Eine gesetzliche Aufbewahrungsfrist für Privatpersonen gibt es zwar nicht, Fachleute empfehlen aber, Belege 3 Jahre lang aufzuheben, denn das ist die Verjährungsfrist für viele Alltagsgeschäfte. Wichtige persönliche Unterlagen wie eine Geburtsurkunde, das Stammbuch, die Steuer-Identifikationsnummer, Zeugnisse o. Ä. behalten Sie natürlich für immer.
- 5 Schreiben Sie die Namen Ihrer Ordnerkategorien erst mal auf einen Zettel oder kleine Etiketten und legen diese auf einer freien Fläche oder in Briefablagekörbchen bereit. Das erleichtert Ihnen die Übersicht, da Sie jedes Papier einer Ordnerkategorie zuordnen können.



Grob- und Feinsortierung der Unterlagen

- 6 Sie beginnen mit einer groben Vorsortierung. Ordnen Sie die Inhalte der bereits vorhandenen Ordner und auch Ihre zusammengetragene lose Sammlung stapelweise den einzelnen Kategorien zu. Lassen Sie in diesem Schritt das Datum der Dokumente außer Acht.
- 7 Erstellen Sie für wichtige oder umfangreiche Unterkategorien eigene Unterordner (bspw. Auto oder Haustier).
- 8 Alles stapelweise vorsortiert? Dann beginnt nun die Feinarbeit. Nehmen Sie sich jetzt eine Kategorie vor. Sortieren Sie alle Dokumente chronologisch nach Datum – das älteste kommt zuunterst, sodass das aktuellste Dokument immer oben liegt.
- 9 Beschriften Sie zu guter Letzt Ihre Ordner eindeutig, um auf den ersten Blick zu erkennen, was sich darin befindet. Nutzen Sie zur Strukturierung des Inhalts Trennstreifen mit den Namen der jeweiligen Unterkategorien.
- 10 Heften Sie nun die Unterlagen in die entsprechenden Ordner ab und sortieren Sie sie mit den beschrifteten Trennstreifen in die Unterkategorien. Das hilft Ihnen auch in Zukunft, die Unterlagen schnell wiederzufinden.



Fällt Ihnen beim Sortieren auf, dass wichtige Dokumente fehlen, fordern Sie diese am besten sofort bei der zuständigen Stelle an.

So bleiben Sie am Ball – Tipps für den Alltag nach dem Aufräumen

Ordnung in den Unterlagen gelingt nur, wenn Sie sie kontinuierlich pflegen. Schaffen Sie Routinen, damit sich Ihre Rechnungen, Unterlagen und Belege nicht wieder stapeln. Sortieren Sie alle wichtigen Unterlagen aus der Post direkt in die passenden Ordner oder lagern Sie diese in einem Ablagefach oder einem „Zu erledigen“-Korb zwischen. Wie oft Sie diesen Ablagekorb wegsortieren, hängt von der Menge der Post ab, die Sie bekommen. Spätestens einmal pro Quartal, besser einmal monatlich sollten Sie diese Ablage dann in die richtigen Ordner einsortieren. Einmal pro Jahr können Sie dann Ihre Ordnerstruktur prüfen und gegebenenfalls aktualisieren oder erweitern.

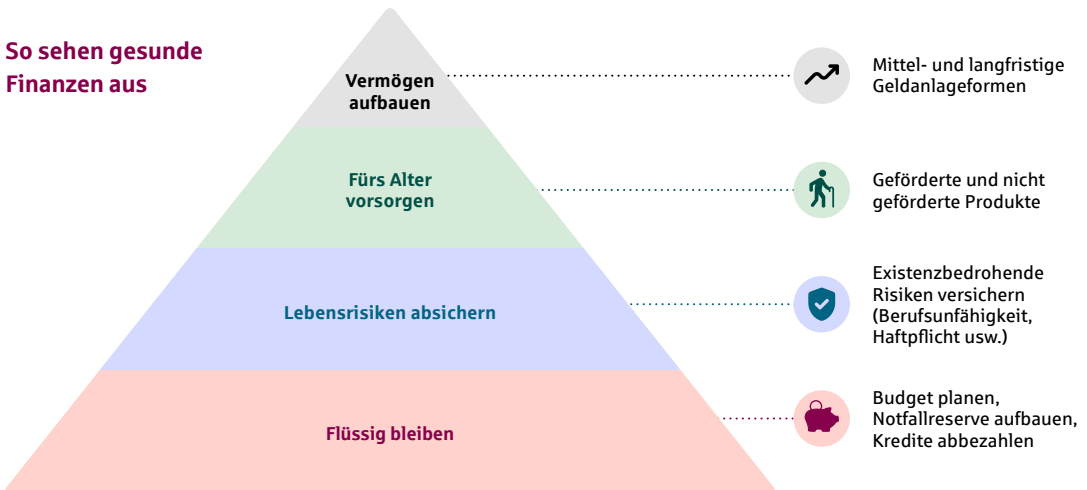
Im Notfall alles griffbereit

Ein ganz besonderer Ordner ist der Notfallordner. Darin finden alle wichtigen Dokumente Platz, die Sie für Ihre Angehörigen griffbereit halten, falls Sie wegen eines Notfalls etwa infolge eines Unfalls oder einer plötzlichen Erkrankung nicht mehr selbst entscheiden können. In diesen Ordner gehören beispielsweise die Kopie Ihres Personalausweises, Ihre Sozialversicherungsnummer und eine Kopie Ihrer Geburtsurkunde, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung, sofern vorhanden, eine Kopie Ihres Testaments, wichtige Gesundheitsinformationen (Allergien, Medikamente, Blutgruppe, Kopie Organspendeausweis und Impfpass), die Aufstellung der Bankkonten, Bankvollmachten oder auch die Zugänge zu digitalen Konten bzw. PC-Passwörter (digitaler Nachlass). Der Notfallordner sollte gut beschriftet und für Ihre Angehörigen leicht zu finden sein.



Schritt für Schritt zu gesunden Finanzen

So sehen gesunde Finanzen aus



Dank Haushaltsbuch und guter Budgetplanung haben Sie Ihre monatlichen Finanzen inzwischen gut im Griff? Dann können Sie nun einen Schritt weiter gehen und sich an den systematischen Aufbau Ihrer Finanzen wagen. Wie Sie dabei am besten vorgehen, zeigt die Pyramide „So sehen gesunde Finanzen aus“.

Reserve ansparen

Das erste Ziel lautet, stets flüssig zu bleiben. Auch wenn Sie noch so gut planen und normalerweise gut mit Ihrem Geld auskommen – leider passieren immer wieder unvorhergesehene Dinge, die ganz schön ins Geld gehen können. Der Laptop oder die Spülmaschine streiken – gut, wenn man für solche Fälle eine finanzielle Reserve aufgebaut hat. Sie sollte idealerweise zwei bis drei Netto-Monatsgehälter umfassen.

Und so gehen Sie vor: Sammeln Sie zunächst auf Ihrem Girokonto über die Monate eine Summe in Höhe Ihres normalen Monatsbudgets an – nicht mehr, denn auf einem Girokonto bekommen Sie auf Ihr Geld üblicherweise keine Zinsen. Wenn Sie das geschafft haben, dann überweisen Sie nun

das Geld, das Ihnen monatlich übrig bleibt, auf ein Tagesgeldkonto, um eine Reserve für Notfälle aufzubauen. Ziel ist es, dort insgesamt zwei bis drei Monatsgehälter zu parken. Wenn Sie Geld aus der Reserve entnommen haben, füllen Sie diese so schnell wie möglich wieder auf, bevor Sie weitere Sparziele angehen.

Für diese Reserve und schon jetzt geplante kleinere Anschaffungen sollten Sie auf sehr sichere Produkte setzen, die sofort verfügbar sind. Denn Ihre „Finanzfeuerwehr“ muss schnell ausrücken können, wenn es brennt. Das Geld sollte in voller Höhe ohne zusätzliche Kosten für Sie erreichbar sein. Ideales Finanzprodukt für die Reserve ist daher ein verzinstes Tagesgeldkonto bei Ihrer Bank oder Sparkasse. Das Geld von einem Tagesgeldkonto kann jederzeit bei Bedarf aufs Girokonto übertragen werden.



Cashstuffing

„Cashstuffing“ oder auch manchmal die „Umschlagmethode“ genannt, ist ein einfaches Verfahren, sich das Geld besser einzuteilen und ein besseres Gefühl für die Ausgaben zu bekommen. Beim Cashstuffing wird das Geld für die variablen Ausgaben wie Essen, Körperpflege, Kleidung, Freizeit usw. am Monatsanfang abgehoben und in verschiedene Umschläge oder Mappen gesteckt. Das Geld für die fixen Ausgaben wie Miete bleibt auf dem Konto. Ziel ist es, mit dem Geld in den verschiedenen Umschlägen einen besseren Überblick über die Ausgaben zu bekommen – und idealerweise noch Geld zum Sparen übrig zu behalten. Manche nutzen Cashstuffing auch, um Monat für Monat Geld abzuzweigen, um sich ihre Reserve aufzubauen.



Lassen Sie sich mit Spar-Challenges zum Sparen motivieren! Davon gibt es viele Varianten. Sie könnten z. B. für eine gewisse Zeit jedes 2-Euro-Stück oder jeden 5-Euro-Schein, die bei Ihnen im Geldbeutel landen, zurücklegen. Ein paar Ideen für Challenges finden Sie online unter www.geldundhaushalt.de
→ Finanzwissen → Familienfinanzen → Spar-Challenges: So macht Sparen Spaß!



Noch besser klappt es, wenn Sie sich im Freundeskreis oder in der Familie dazu verabreden.

Weitere Sparziele

Sie haben es geschafft und eine Reserve aufgebaut? Wenn Sie nun weiter sparen möchten, sollten Sie sich zuerst selbst motivieren. Setzen Sie sich ein Ziel! Am besten schreiben Sie sich Ihr Sparziel sichtbar auf oder hängen sich außerdem ein Bild davon in Sichtweite: das neue Sofa, das langersehnte E-Bike oder ein Foto von sich in 30 Jahren für die Altersvorsorge. Das klingt erst mal albern. Es hilft aber, den inneren Schweinehund zu überwinden. Wenn Sie den Sparbetrag außerdem sofort nach Gehaltseingang beiseitelegen, laufen Sie nicht Gefahr, das Geld aus Versehen auszugeben. Wichtig: Legen Sie das Geld für weitere Sparziele auf einem zusätzlichen Konto an, das Sie getrennt von Ihrer Reserve halten.

Wichtige Lebensrisiken absichern

Bevor Sie darangehen, Geld zurückzulegen, sollten Sie noch einmal kurz innehalten und Ihren Versicherungsschutz überprüfen. Vielleicht haben Sie hier noch eine Lücke, die Sie schließen sollten? Denn was ist, wenn Sie auf einmal wegen einer schweren Erkrankung längerfristig nicht arbeiten können oder einen hohen Schadensersatz leisten müssen, weil sie jemanden aus Unachtsamkeit verletzt haben? Dann ist das mühsam angesparte Geld nämlich schnell weg oder Sie sind bis ans Lebensende mit hohen Schulden belastet. Daher sollten Sie prüfen, ob Sie und Ihre Familie ausreichend versichert sind.

Einige sehr wichtige Risiken haben Sie gewiss abgesichert, denn der Gesetzgeber schreibt z. B. für jeden Auto-Halter bzw. -Halterin eine Kfz-Haftpflichtversicherung vor. Außerdem gibt es für alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Deutschland die Pflicht zur Kranken-, Pflege-, Arbeitslosen- und Rentenversicherung.

Das GAU-Prinzip beachten

Doch es gibt existenzbedrohende Risiken, für die hierzulande keine Versicherungspflicht besteht. Ihr wichtigstes Ziel sollte es daher sein, sich gegen diese Risiken abzusichern.



GAU

Größter anzunehmender Unfall

Orientierung bietet das GAU-Prinzip: Versichern sollte man sich gegen die größten anzunehmenden Unfälle, die das eigene Leben ins Wanken bringen und von denen man sich nur schwerlich finanziell erholen kann. Damit ist nicht eine Skibruchversicherung gemeint, die neue Bretter finanziert, wenn man die Skier ramponiert hat. Doch was ist, wenn man einen Skiunfall verursacht und eine andere Person dabei schwer verletzt? In solchen Fällen greift eine Privathaftpflichtversicherung. Sie gilt als die wohl wichtigste Versicherung, die

jede erwachsene Person in jeder Lebenslage haben sollte; Kinder sind bei ihren Eltern in der Regel familienversichert. Denn grundsätzlich haftet jede Person mit ihrem Gesamtvermögen bis zur Pfändungsgrenze für Schäden, die sie angerichtet hat.

Für Erwerbstätige zählt außerdem die Absicherung gegen Berufsunfähigkeit zu den ganz wichtigen Policen. Denn im Schnitt muss jeder vierte Mensch mindestens einmal im Laufe des Lebens den Beruf wegen Krankheit oder wegen eines Unfalls aufgeben. Die staatlichen Leistungen in Form einer Erwerbsminderungsrente oder der gesetzlichen Unfallversicherung reichen jedoch in aller Regel nicht aus, um den gewohnten Lebensstandard zu halten.

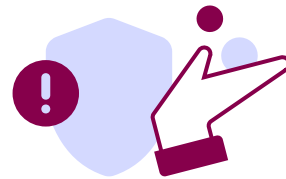


Weitere Versicherungen für besondere Lebenssituationen

Neben diesen genannten zentralen Versicherungen – Privathaftpflicht- und Berufsunfähigkeitsversicherung – kommen je nach Lebenslage noch weitere Versicherungen hinzu, die wichtig sind. Eine Familie mit kleinen Kindern, in der Vater oder Mutter beruflich kürzertritt und vor allem auf ein Einkommen angewiesen ist, sollte daher eine Risikolebensversicherung auf den Hauptverdiener oder die Hauptverdienerin abschließen. Stirbt diese Person, zahlt die Versicherung einen vorab vereinbarten Betrag. Das macht zwar den emotionalen Schaden nicht wett, sorgt aber dafür, dass die Familie zumindest finanziell abgesichert ist. Diese Versicherung ist dann besonders wichtig, wenn z. B. wegen eines Immobilienkaufs die

Familie einen Kredit abzuzahlen hat. Aber auch die Monatsmiete wird dann nicht zum finanziellen Kraftakt.

Eine Risikolebensversicherung ist – anders als eine Kapitallebensversicherung – ziemlich günstig. Das liegt daran, dass bei ihr nur das Todesfallrisiko abgedeckt ist. Eine Kapitallebensversicherung dagegen verknüpft den Risikoschutz mit einem Sparprozess. Verbraucherschutzorganisationen raten dazu, Risikoschutz und Vermögensaufbau zu trennen. Und für den Vermögensaufbau gibt es überdies auf lange Sicht deutlich rentablere und flexiblere Lösungen. Vorsicht daher vor gekoppelten Produkten, die Risiko- und Kapitallebensversicherung vereinen. Diese sind in der Regel keine gute Wahl.



Neben diesen genannten Versicherungen sind die meisten anderen Versicherungen zweitrangig oder nur in bestimmten Lebensphasen von Bedeutung. Wer etwa eine Immobilie besitzt, sollte eine Wohngebäudeversicherung abschließen – idealerweise mit Zusatzschutz gegen Elementarschäden wie Starkregen/Überschwemmung, Schneedruck, Erdbeben usw. Oft sind diese Versicherungen zudem Voraussetzung, um ein Immobiliendarlehen zu erhalten.

II Kredite verantwortungsvoll nutzen

- 23 Wofür ein Kredit sinnvoll ist – und wofür nicht
- 25 Die Bonität: ein individueller Wert für jede Person
- 27 Kreditarten – und worin sie sich unterscheiden
- 32 Wie der Einzelhandel mit Kreditangeboten den Konsum ankurbelt



Wofür ein Kredit sinnvoll ist – und wofür nicht

Wird das Geld knapp, kann man sich welches leihen, also einen Kredit aufnehmen. Das kann helfen, eine finanzielle Notlage zu überbrücken. Wichtig ist aber, genau zu schauen, wofür man sich Geld leiht – und im Zweifelsfall lieber auf eine Ausgabe zu verzichten.

Mögliche Geldgeberinnen und Geldgeber können Menschen aus dem persönlichen Umfeld, Banken sowie Geschäftspartner wie Elektromärkte sein. Die meisten Kreditgeber möchten an dem Geschäft etwas verdienen und erwarten daher einen Zins. Schulden zu begleichen, heißt im Finanzwesen „tilgen“.

Einen Kredit muss man sich leisten können. Denn die monatliche Rate belastet das Haushaltsbudget. Fast jede oder jeder Vierte hat keine Ersparnisse, um Monate zu überbrücken, in denen das Haupteinkommen wegfällt, beispielsweise durch eine vorübergehende Arbeitslosigkeit.



1/3

aller Deutschen hat am Ende des Monats kein Geld übrig.

Wer sich zu viel Geld leiht, tappt schnell in eine Schuldenfalle. Analysieren Sie also zuerst Ihre Lage. Verlassen Sie sich dabei nicht auf Ihr Bauchgefühl, sondern ermitteln Sie exakt, welchen Spielraum für einen Kredit Sie haben. Zwischen Einkommen und derzeitigen Ausgaben muss Platz für eine Kreditrate sein. Beginnen Sie mit einem ehrlichen Kassensturz. Haben Sie am Monatsende

alle Einnahmen verbraucht und kein Geld übrig, sollten Sie zunächst Ihre Ausgaben kontrollieren. Blättern Sie dazu nochmals zurück auf Seite 8. In diesem Fall werden Sie die zusätzliche Belastung nur schultern können, wenn Sie Ihre regelmäßigen Haushaltsausgaben dauerhaft reduzieren.



Anders sieht es aus, wenn Sie beispielsweise jeden Monat Geld übrighaben. Dann können Sie dieses Geld ansparen oder für Zins und Tilgung eines Kredits nutzen. In der Praxis sollten Sie noch einen Sicherheitspuffer als Reserve einbauen, falls sich Ihre Lebensumstände unerwartet ändern. Denn wenn Ihre Einnahmen sinken, müssen Sie Zins und Tilgung trotzdem bezahlen. Reizen Sie Ihr Budget daher nicht vollends aus.

Als Faustregel gilt: Die monatliche Belastung durch einen Kredit sollte nicht höher als die Hälfte des frei verfügbaren Budgets (Einnahmen minus feste Ausgaben = Geld zur Verfügung) sein.





Bei großen Investitionen helfen Kredite, das Ziel tatsächlich zu erreichen. Der Klassiker ist das eigene Haus. Gleiches gilt für Renovierungen und Sanierungen des Eigenheims, beispielsweise den Einbau einer neuen Heizung. Solche Investitionskredite haben den Vorteil, dass die Käuferinnen und Käufer jeweils langfristig einen Wert schaffen. Wenn alle Stricke reißen und eine finanzielle Schiefelage droht, bringt ein Verkauf zumindest einen Teil der Kosten wieder in die Haushaltskasse.

Gute Schulden – schlechte Schulden

Anders ist das bei Konsumschulden, beispielsweise für einen Urlaub. Drei Wochen in der Karibik gehen schnell vorüber. Die wichtigste Erinnerung daran sollte nicht ein Darlehen mit mehrjähriger Laufzeit sein. Hier gilt: Können Sie das Ziel durch Sparen nicht so rasch erreichen, liegt es über Ihren finanziellen Verhältnissen. Dann sollte die Reise woanders hingehen. Weitere Beispiele für Konsumschulden sind teure Elektronik wie Smartphones oder Konsolen.

In Notfällen hingegen kann ein Kredit im wahrsten Sinne des Wortes Leben retten: bei teuren, aber erforderlichen medizinischen Behandlungen, welche die Krankenkassen nicht oder nur teilweise übernehmen. Sind dafür nicht genügend finanzielle Mittel vorhanden, können Darlehen der letzte Ausweg sein.

Ebenfalls eine sinnvolle Hilfe können Kredite darstellen, wenn sie eine Ausbildung finanzieren. Hier gilt es allerdings, genau auf die Konditionen zu achten und darauf, ob der zu erwartende Verdienst in der Zukunft ausreichen wird, um das geliehene Geld zurückzuzahlen.

Unterscheiden Sie genau zwischen Investitionsschulden und Konsumschulden. Erstere werden manchmal als „gute Schulden“ bezeichnet, da sich aus ihnen über längere Sicht ein Mehrwert erzielen lässt oder zumindest nur ein geringer Wertverlust entsteht. Aber auch die muss man sich natürlich dauerhaft leisten können, um nicht in eine Schuldenfalle zu geraten. Konsumschulden hingegen gelten als „schlechte Schulden“, da der Nutzen der erworbenen Produkte und Dienstleistungen meist nur von kurzer Dauer ist. Konsumschulden sollten Sie daher möglichst ganz vermeiden.

Die Laufzeit des Kredits sollte immer kürzer sein als die Lebensdauer des Produkts, das mit dem geliehenen Geld finanziert wird.



Die Bonität: ein individueller Wert für jede Person

Sie erhalten bei Ihrer Bank oder Sparkasse keinen Kredit? Oder zumindest immer nur zu Konditionen, die deutlich schlechter sind als in den Werbebroschüren? Dann könnte das an Ihrer Bonität liegen. Unternehmen wie Schufa, Creditreform und CRIF – hier unter Schufa zusammengefasst – speichern Daten über die finanzielle Situation von Menschen. Das beginnt bereits, wenn Sie ein Girokonto eröffnen. Wichtiger sind aber Angaben zu Krediten, Überziehung des Dispositionskredits (s. S. 27) oder gar unbezahlte Rechnungen, gerichtliche Mahnverfahren und Inkassoverfahren. Auf Basis der Daten bewerten Unternehmen wie die Schufa die Kreditwürdigkeit – in Fachkreisen Bonität genannt – der Menschen im Land. Ihre Kreditwürdigkeit gibt grob gesprochen an, wie riskant es ist, Ihnen Geld zu leihen und wie groß die Wahrscheinlichkeit ist, dass Sie dieses Geld nicht zurückzahlen. Dieses Risiko fließt in die Berechnung der Konditionen eines Darlehens ein bzw. in die Entscheidung, ob Sie überhaupt einen Kredit erhalten.

Unternehmen, die einen Vertrag mit der Schufa haben, können diese Daten abfragen. Banken, Versandhäuser, Kreditkarten- und Leasinggesellschaften, einige Energieversorger und Telekommunikationsgesellschaften können darauf zugreifen und erhalten dann Informationen zu Kunden und Kundinnen und den individuellen Score, eine Bewertung. Bei der Schufa selbst kann der Score zwischen 100 und 999 Punkten liegen. Je niedriger dieser Wert ist, desto schlechter sind Preise und Tarife für die jeweilige Person, bis hin dazu, dass Geschäfte wie der Abschluss eines Handyvertrags nicht zustande kommen. Hinweise auf einen schlechten Score sind beispielsweise,

wenn Versandhäuser nur noch Vorkasse und Zahlung per Nachnahme akzeptieren – oder wenn Kreditzinsen immer deutlich höher sind als in der Werbung. Letztendlich gibt der Score an, wie wahrscheinlich es ist, dass jemand seinen finanziellen Verpflichtungen nachkommen wird.



Positive und negative Auswirkungen auf die Bonität

Die Schufa speichert Daten zu Vorgängen wie Krediten und Bürgschaften mindestens so lange, wie diese laufen. Negative Einträge, beispielsweise für einen Mahnbescheid, löscht sie in der Regel 18 Monate, nachdem diese erledigt wurden, in diesem Fall also die Schuld beglichen ist. Wichtig: Eine eventuelle Mahnung muss innerhalb von 100 Tagen beglichen worden sein, damit die Schufa den Negativeintrag innerhalb der 18-Monats-Frist löscht. Bei einer Restschuldbefreiung – dazu gehört unter anderem die Verbraucherinsolvenz – beträgt die Frist nur 6 Monate nach Erhalt. Es gibt auch Vorgänge, die sich positiv auf die Bonität auswirken. Das kann bei künftigen Krediten nützlich sein und die Konditionen verbessern.

Mit einem Account bei der Schufa lässt sich der eigene Schufa-Score abfragen: Dort ist vermerkt, wie hoch der Score in jeder einzelnen der zwölf Kategorien ist und welche Unternehmen zuletzt Daten über Sie abgefragt haben. Die Daten werden einmal im Quartal aktualisiert. Mit einem kostenpflichtigen Zugang sind die Daten tagesaktuell.

Bürgerinnen und Bürger haben außerdem gemäß Artikel 15 der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) ein Recht darauf, eine kostenlose Selbstauskunft bei der Schufa anzufordern. So erfahren Sie, welche Daten die Schufa über Sie gespeichert hat. Diese Auskunft heißt auf der Internetseite

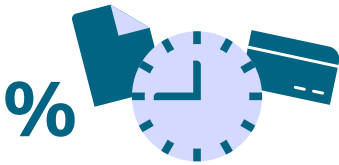
der Schufa „Datenkopie“. Die Auskunft enthält alle gespeicherten Einträge sowie sämtliche Anfragen von Vertragspartnerinnen und -partnern der Schufa in den vergangenen 12 Monaten. Sind die Daten unvollständig, veraltet oder falsch, sollten Sie eine Korrektur verlangen – und sicherheitshalber mit einer weiteren Selbstauskunft prüfen, ob diese auch erfolgt ist.

Die von Vermietern und Vermieterinnen häufig verlangte Bonitätsauskunft ist – anders als die Selbstauskunft – kostenpflichtig. Sie umfasst weniger Daten – insbesondere sind dort sensible Informationen über Sie, z. B. bei wem Sie einen Kredit aufgenommen haben, nicht enthalten.




–Kreditarten – und worin sie sich unter- scheiden

Wer sich Geld leihen möchte, sollte sich mit den verschiedenen Arten von Krediten auseinandersetzen. Denn je nach Bedarf eignet sich die eine oder andere Variante besser. Viel hängt dabei von den Kosten ab, die sich aus Zinssatz und eventuellen weiteren Kosten zusammensetzen – aber auch davon, ob der Vertrag eine oder mehrere Sondertilgungen erlaubt oder eine feste oder variable Laufzeit hat.



Dispokredit

Für ganz kurzfristigen Geldbedarf. Eigentümerinnen und Eigentümer eines Girokontos können ihr Konto überziehen, sofern ihr Kreditinstitut ihnen einen Kreditrahmen eingeräumt hat. Das bedeutet, sie können mehr Geld ausgeben, als sie auf diesem Konto für den täglichen Bedarf liegen haben. Wie viel maximal möglich ist, das legt die Bank fest. Das Konto überziehen sollten Sie allerdings, wenn überhaupt, nur kurzfristig. Denn die Zinsen für einen Dispokredit sind in der Regel sehr hoch. Wichtig: Bevor das Konto ins Minus rutscht, sollten Sie Geld aus Ihrer Notfallreserve (Tagesgeldkonto, s. S. 17) auf das Girokonto übertragen. Denn der vergleichsweise geringe Zinsgewinn auf dem Tagesgeldkonto gleicht die teuren Dispozinsen nicht aus. Für größere Beträge oder wenn Sie länger als nur für ein paar Tage Geld brauchen, ist ohnehin eine andere Kreditvariante sinnvoller, beispielsweise der Konsumentenkredit (s. S. 28).



Legen Sie ein Limit für den Dispokredit fest und hinterlegen Sie dieses bei Ihrer Bank oder Sparkasse. Dann können Sie das Girokonto zwar kurzfristig überziehen, aber nicht beliebig weit. Zahlungen sind ab Erreichen des Limits nicht mehr möglich.

Ratenkredit

Sinkende Last von Monat zu Monat. Bei dieser Variante zahlt der Schuldner oder die Schuldnerin mit jeder Rate den gleichen Betrag. Der besteht aus Zinsen und Tilgung. Während die Zinslast mit jeder Zahlung sinkt, steigt im Gegenzug der Anteil für die Tilgung. Im Laufe der Zeit wird die Schuld daher immer schneller beglichen.

Der Konsumentenkredit ist eine Variante des Ratenkredits. Er verspricht eine planbare Finanzierung einmaliger Anschaffungen. Dabei zahlt das Kreditinstitut den gewünschten Betrag komplett aus. Die Schuldnerinnen und Schuldner zahlen von da an eine monatliche Rate. Viele Angebote lassen zudem kostenfreie Sondertilgungen zu. Das bedeutet, wer während der Laufzeit des Darlehens zu Geld kommt, kann schneller einen Teil seiner Schuld begleichen oder das Darlehen sogar vorzeitig komplett zurückzahlen. Das spart Zinsen.



Ein Beispiel: Der Kredit beträgt 20.000 Euro bei einem Zins von 4 Prozent pro Jahr. Die Kreditnehmenden zahlen Monat für Monat 368,33 Euro für Zins und Tilgung an die Bank. Da die Schulden durch den Tilgungsanteil mit jeder Zahlung zurückgehen, der Zins sich aber immer auf den aktuellen Stand der Schulden bezieht, geht der Anteil der Zinszahlung am Gesamtbetrag ebenfalls zurück. Dadurch steigt gleichzeitig der Anteil der Tilgung an der Rate – eine Kettenreaktion. Nach 10 Monaten haben Schuldnerin und Schuldner zudem eine Sondertilgung in Höhe von 5.000 Euro geleistet. Das führt zu einem drastischen Sprung nach unten beim Zins und einem raschen Anstieg des Tilgungsanteils. In den folgenden Monaten tilgen sie dadurch mit jeder Rate noch schneller.

Beispielrechnung für Ratenkredit mit Sondertilgung

Monat	Restschuld in €	Monatliche Rate in €	Zinsanteil in €	Tilgungsanteil in €
	20.000,00			
1	19.698,34	368,33	66,67	301,66
2	19.395,67	368,33	65,66	302,67
3	19.091,99	...	64,65	303,68
4	18.787,30	...	63,64	304,69
5	18.481,59	...	62,62	305,71
6	18.174,87	...	61,61	306,72
7	17.867,12	...	60,58	307,75
8	17.558,35	...	59,56	308,77
9	17.248,55	...	58,53	309,80
10	11.937,72	5.368,33	57,50	310,83
11	11.609,18	368,33	39,79	328,54
12	11.279,55	368,33	38,70	329,63



Vorsicht, achten Sie aufs Kleingedruckte! Ist keine kostenfreie Sondertilgung vorgesehen, dürfen Banken oder Sparkassen eine Vorfälligkeitsentschädigung verlangen. Das ist ein Teil der Zinsen, der Ihnen entgeht, weil das Darlehen früher getilgt wird als geplant. Höher als 1 Prozent des zurückgezahlten Betrags darf die Entschädigung allerdings nicht ausfallen, bei einer Restlaufzeit von maximal 12 Monaten sogar nur 0,5 Prozent. Und mehr als der entgangene Zins darf ohnehin nicht in Rechnung gestellt werden.

Kreditkarte

Kurzfristig zinsfrei Schulden machen. Für meist geringe monatliche Kosten erhalten Kundinnen und Kunden bei ihrer Bank eine Kreditkarte. Damit können sie Transaktionen ähnlich wie mit ihrer Girocard tätigen. Im Gegensatz zu dieser werden bei der Kreditkarte allerdings nur einmal pro Monat die Zahlungen dem Girokonto belastet. Die Kreditkarte ermöglicht Ihnen daher ein kurzfristiges, zinsfreies Darlehen. Wichtig ist, dass Sie am Tag der Abrechnung genügend Geld auf dem Girokonto haben. Sonst kann es passieren, dass das Kreditinstitut die Karte sperrt. Im Onlinehandel zählen Kreditkarten zu den Zahlungsmitteln, die von den meisten Händlern akzeptiert werden. Unternehmen wie Hotels und Autovermietungen verlangen zudem häufig die Daten einer Kreditkarte als Sicherheit bei einer Buchung.

Rahmenkredit

Geld auf Abruf. Bei dieser seltenen Variante können Verbraucherinnen und Verbraucher Geld bis zu einem vorher vereinbarten Maximum abrufen. Sobald sie eine Teilsumme erhalten haben, tilgen sie Monat für Monat plus Zinsen, bis ihr Rahmenkreditkonto wieder auf null ist. Diese Variante kann sich eignen, wenn ab und zu finanzielle Engpässe auftreten, die Schulden aber absehbar wie vorgesehen zurückfließen. Weiterer Vorteil: Bei einem Rahmenkredit können Sie auch nur für wenige Tage Geld abrufen – und die Schuld rasch wieder tilgen. Ihren Ursprung hat diese Variante eigentlich im Firmenkundengeschäft. Mit solchen Kreditlinien sichern sich Unternehmen Liquidität.





Das Pfandleihhaus

Sicherheit gegen Kleinkredit. Pfandleihhäuser sind eine Variante, um sich kurzfristig Geld zu leihen. Dafür bringen Sie einen wertvollen Gegenstand wie eine Uhr, Schmuck, Kunst oder elektronische Geräte dorthin. Die Mitarbeitenden des Pfandleihhauses schätzen dessen Wert. Dann unterbreiten sie ein Angebot für einen Kredit. Meist liegt die Summe unter dem tatsächlichen Wert des geschätzten Gegenstands, dafür sind die Zinsen oft höher als beispielsweise bei einem Konsumentenkredit. Sind Kunde oder Kundin einverstanden, erhalten sie sofort Bargeld und einen Pfandschein. Dieser Kredit hat eine festgelegte Laufzeit von meist wenigen Monaten. In dieser Zeit haben Schuldnerinnen und Schuldner die Möglichkeit, das Geld plus Zinsen und weiteren Kosten zurückzuzahlen. Im Gegenzug erhalten sie ihren Wertgegenstand zurück. Gelingt ihnen das nicht, können sie die Laufzeit unter Umständen verlängern. Lösen sie ihr Pfand nicht aus, darf das Pfandleihhaus versteigern. Der Erlös deckt die Summe des Kredits sowie die Kosten. Bringt die Auktion mehr ein, steht diese Differenz der Person zu, der der Gegenstand ursprünglich gehört hat.

Friends & Family

Hilfe aus dem privaten Umfeld. Manchmal sind Familienmitglieder, Freundinnen und Freunde bereit, Geld zu verleihen – entweder ohne Zins oder gegen einen Zins. Wichtig ist, einen schriftlichen Darlehensvertrag aufzusetzen, die familiäre oder freundschaftliche Bindung sollte außerdem so stabil sein, dass dieser Vertrag nur Formsache ist. Dieser sollte Mindestangaben wie beispielsweise Darlehenssumme, Zins und Laufzeit enthalten. Ohne Vertrag können sonst die Finanzbehörden von einer steuerpflichtigen Schenkung ausgehen. Zinseinnahmen aus Krediten von Verwandten gehören ebenfalls zu Einnahmen, die man versteuern muss.

Leihen Sie sich Geld im Freundeskreis oder innerhalb der Familie, sollten Sie wie vereinbart zurückzahlen. Sonst sind Spannungen vorprogrammiert.

Vorteil dieses Verfahrens ist, dass Pfandleihhäuser Kredite schnell auszahlen, ohne die Bonität zu prüfen. Wird das Darlehen nicht zurückgezahlt, kommt es auch nicht zu einem negativen Eintrag bei der Schufa (s. S. 25), denn das Pfand ist die Sicherheit.

Wie bei jedem Darlehen gilt: erst vergleichen, dann zustimmen. Von Pfandleihhaus zu Pfandleihhaus können Kreditsumme, Zins und Gebühren variieren.





Grundsätzlich gilt: Wer auf regulärem Weg keinen Kredit erhält, muss seine Ausgaben in den Griff bekommen.

Halal

Schariakonform ohne Zinsen. Der Islam verbietet Zinsen. Damit Religionsangehörige sich dennoch ein Haus, Auto oder andere Gegenstände leisten können, haben auf islamisches Banking spezialisierte Finanzprofis eine Variante entwickelt, die halal ist. Das Wort bedeutet sinngemäß: im Rahmen des islamischen Rechts erlaubt. Ein Beispiel: Eine muslimische Familie möchte ein Haus erwerben, bringt aber nicht das benötigte Kapital auf. Leihen darf sie es aber aus Glaubensgründen nicht. Daher erwirbt die Bank das Gebäude und verkauft es gleich zu einem höheren Preis an die Familie weiter. Die zahlt den Preis in Monatsraten an die Bank. Dadurch wurden keine Zinsen erhoben, die Bank hat am Ende aber ebenfalls verdient. Das System hat gegenüber gängigen Krediten Vor- und Nachteile. So profitiert die Familie beispielsweise nicht von fallenden Zinsen, ist aber auch vor steigenden Zinsen sicher.



Vorsicht vor unseriösen Angeboten

Begriffe wie „kostenlose Kreditanfrage“, „Schufa-freier Sofortkredit“ und „goldene Mastercard“ klingen zwar verlockend. Dahinter stecken aber häufig Angebote, die leicht in die Schuldenfalle führen. Denn Zielgruppe sind in erster Linie Menschen, die ohnehin bereits finanzielle Probleme haben.

Beliebt ist es beispielsweise, eine überbeuerte Kreditkarte zu vermitteln. Die Unternehmen verlangen vorab Geld – und liefern dann eine Prepaid-Kreditkarte. Diese müssen Kundinnen und Kunden erst aufladen, bevor sie sie nutzen können. Selbst wenn für diese Karten zu Beginn keine weiteren Kosten anfallen, ändert sich das nach einiger Zeit. Hinzu kommen oft teure, überflüssige Versicherungsverträge. Häufig schmücken sich diese Anbieter auf ihren Internetseiten mit angeblichen Gütesiegeln sowie vermeintlich positiven Bewertungen. Sollte der Anbieter wider Erwarten tatsächlich einen Kredit gewähren, dann liegen die Zinsen deutlich über den marktüblichen, teilweise betragen sie mehr als das Doppelte.

Ebenfalls eine Variante sind Telefonanrufe, bei denen den Angerufenen vorgegaukelt wird, sie hätten eine Kreditkarte gewonnen. Dagegen hilft nur: nichts sagen, sofort auflegen. Andernfalls besteht die Gefahr, eine Karte per teurer Nachnahmesendung zu erhalten sowie – im Falle einer Rücksendung – Forderungen eines Inkassobüros. Ähnliches gilt für Internetseiten mit Angeboten wie „Kreditkarte ohne Schufa.“ Auch die sollten Sie ignorieren.



Wie der Einzelhandel mit Kreditangeboten den Konsum ankurbelt

Kein Geld? Der Einzelhandel bietet Lösungen. Aber wie die funktionieren und welche Fallstricke lauern, sollten Konsumentinnen und Konsumenten wissen, um nicht in die Schuldenfalle zu geraten.

Ratenkauf

Darlehen vom Einzelhandel. Zahlreiche Geschäfte bieten mittlerweile Ratenkauf an. Dabei stottern Kundinnen und Kunden den Kaufpreis in mehreren Raten plus Zins ab. Das klingt verlockend. Wichtig sind aber zwei Überlegungen: Ist das Angebot tatsächlich günstiger als ein Darlehen bei einem Kreditinstitut? Und muss der Kauf tatsächlich jetzt sein? Wenn absehbar ist, dass wenige Wochen später ohnehin genügend Geld auf dem Konto sein wird, ist es sinnvoller abzuwarten. Hinzu kommt: Wer ein Produkt direkt bezahlen kann, kann den Verkaufspreis besser verhandeln und zahlt dann weniger.

Null-Prozent-Finanzierung

Nichts ist umsonst. Eine Variante des Ratenkaufs ist die Null-Prozent-Finanzierung. Dabei akzeptiert der Einzelhandel Raten, ohne einen Aufschlag für Zinsen zu berechnen. Klingt gut, die Finanzierung ist aber häufig bereits in den Preis für die Ware mit eingerechnet. Das heißt, der Kaufpreis besteht aus dem Wert des Gegenstands plus einem Aufschlag. Wichtig ist daher, die Raten zusammenzuzählen, um den Endpreis zu bestimmen. Denn vielen Menschen spielen die oft niedrigen, monatlichen Zahlungen einen psychologischen Streich. Das Produkt sieht dadurch günstig aus. Wer hingegen die Summe der Raten mit den Preisen von anderen Angeboten vergleicht, findet unter Umständen günstigere Varianten.



Tatsächlich zieht die Null-Prozent-Finanzierung einen Vertrag mit einem Kreditinstitut nach sich. Dieses überweist den Preis an das Handelsunternehmen, Sie zahlen die Raten an das Kreditinstitut. Manche Angebote enthalten zusätzliche Fallen wie Versicherungsverträge, versteckte Zusatzkosten wie Kontoführungsgebühren oder einen – ungewollten und teuren – Rahmenkredit. Sprechen Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Geschäft gezielt darauf an, ob solche Produkte in der Finanzierung enthalten sind.

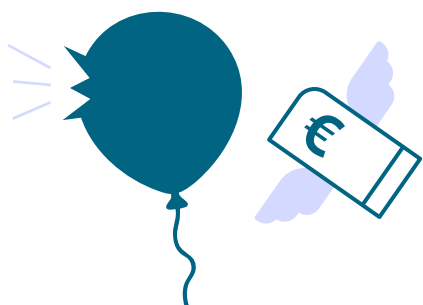
Eine weitere Falle droht, wenn Sie Ihren Dispokredit in Anspruch nehmen müssen, um die Raten zu begleichen. Denn dann wird aus der Null-Prozent-Finanzierung schnell eine Finanzierung mit hohen Zinsen. Für den Handel sind diese Angebote ein gutes Geschäft, denn mehr Menschen glauben, sich die Ware leisten zu können. Das steigert den Umsatz. Die Kreditinstitute erhalten neue Kunden und Kundinnen und deren Daten, die sie künftig passgenau bewerben können.



Sonderfall Autokauf

Bei größeren Beträgen, insbesondere beim Kauf von Kraftfahrzeugen, kommt es vor, dass das an das jeweilige Autohaus bzw. an den Hersteller gekoppelte Kreditinstitut niedrige Raten und keine Zinsen verlangt.

Dieses Angebot hat dann häufig eine kurze Laufzeit. Endet diese, ist das Auto aber noch lange nicht abbezahlt. Daher wird eine letzte, häufig sehr hohe Rate fällig. Diese heißt – da sie gewaltig aufgebläht ist – auch Ballonrate. Die Regel ist, dass Käuferinnen und Käufer diesen Betrag nicht aus eigener Kraft stemmen können und daher ein weiteres, verzinstes Darlehen aufnehmen müssen.



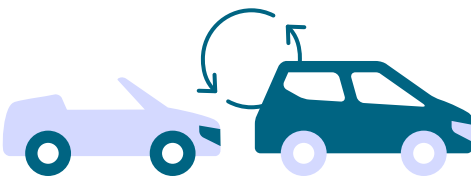
Wenn Sie das Geld für die geplante Anschaffung ohnehin auf dem Konto haben, sollten Sie keinen Kredit in Anspruch nehmen und lieber nach einem Rabatt auf die Ware fragen.



Leasing

Mieten statt kaufen. Neben Barzahlung und Kreditfinanzierung ist Leasing die dritte Variante, um an ein Fahrzeug zu kommen. Dabei bleibt das Fahrzeug im Eigentum des Leasingunternehmens. Die leasende Person zahlt monatliche Raten für eine fest vorgegebene Laufzeit. Endet diese, gibt er oder sie das Auto zurück. Unter Umständen müssen dann noch Schäden am Fahrzeug behoben werden, von Flecken auf den Sitzen bis zur Delle vom Einparken. Das bedeutet, der Leasingnehmer bzw. die Leasingnehmerin zahlt Monat für Monat einen fixen Betrag, ohne damit Eigentum zu erwerben. Das Verfahren eignet sich daher vor allem für Personen, die davon ausgehen, ihr Fahrzeug am Ende der Laufzeit zu wechseln. Meist ist es auch möglich, das Auto am Ende der Laufzeit zu kaufen. Das ist aber häufig teuer, da der Leasinggeber dafür in der Regel mindestens den Restwert eines gut erhaltenen Fahrzeugs ansetzt. Vorteil des Leasings ist, dass bei einem Fahrzeugwechsel wieder ein Neuwagen vor der Tür steht. Teure Reparaturen dürften während der Laufzeit des Vertrags kaum zu erwarten sein. Bei einer Finanzierung hingegen wird man Eigentümer bzw. Eigentümerin des Fahrzeugs. Ist der Kredit abbezahlt, kommen nur noch Reparaturkosten auf einen zu. Wer sein Auto pflegt und lange nutzen will, fährt damit meist günstiger.

Beim Leasing darf man das Auto nicht verändern, umlackieren oder bekleben, da es einem nicht gehört.



Buy now, pay later

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben. Es klingt verlockend: Ware gleich mitnehmen und erst nach 30 Tagen oder später dafür bezahlen. Bei solchen Angeboten besteht die Gefahr, dass Kundinnen und Kunden die Übersicht über ihre Finanzen verlieren. Weil der Zeitpunkt des Bezahlens erst in der Zukunft liegt, entsteht schneller ein Gefühl von „kostenlosem Konsum“. Gerade für Menschen mit wenig Spielraum beim Geld oder mit wenigen finanziellen Vorerfahrungen wie beispielsweise Jugendliche ist das ein ernst zu nehmendes Risiko. Ab November 2026 gelten für „buy now, pay later“ die gleichen Regeln wie für Verbraucherkredite. Das bedeutet, dass bei solchen Zahlungsmethoden die Kreditwürdigkeit geprüft wird.

30 Tage

später bezahlen – klingt oft verlockend, birgt aber die Gefahr, den Überblick über die Ausgaben zu verlieren.

Im Grunde genommen handelt es sich auch bei „buy now, pay later“, zu deutsch „kauf jetzt, zahle später“, um eine Art Kredit bzw. einen Zahlungsaufschub. Vor allem im Onlinehandel spielt es eine wichtige Rolle. Häufig sind es nicht die Handelsunternehmen selbst, sondern Zahlungsdienstleister, die versprechen, erst nach einer Weile den Betrag vom Konto abzubuchen. Manche bieten sogar an, den Zahlungsaufschub bei Bedarf zu verlängern, aber oft gegen hohe Kosten.

Für Käuferinnen und Käufer bleibt jedoch ein Risiko: Die Zahlung ist nur aufgeschoben, nicht aufgehoben. Wird sie fällig, und ist das Geld nicht auf dem Konto, fallen Gebühren, Mahnkosten und unter Umständen besonders hohe Zinsen an – und das für jede einzelne Transaktion. Die Anbietenden nehmen häufig für jeden einzelnen

Kauf einen fixen Mindestpreis, wenn sie nicht abbuchen können, statt die Forderungen zu bündeln. Wenn Sie also zehn Mal für jeweils 20 Euro eingekauft haben und dieser Festpreis 1,20 Euro beträgt, zahlen Sie bereits 12 Euro. Ein Anspruch auf Erinnerungs- und Mahnschreiben existiert nicht. Die Vertragspartner können auch gleich ein Inkassounternehmen einschalten – und dann wird es richtig teuer. Aber auch, wenn die Rechnung pünktlich beglichen wird, kann es teuer werden: Rutscht dadurch das Girokonto ins Minus, kostet das zumindest die Zinsen des Dispokredits. Daher ist es wichtig, stets im Blick zu behalten, wann welcher Betrag abgebucht werden soll.

Der Kauf auf Rechnung ist eine Variante von „buy now, pay later.“ Hier genügt es, die Zahlungsfrist einzuhalten. Ideal ist es, wenn das Handelsunternehmen selbst die Rechnung stellt und kein zwischengeschalteter Dienstleister. Eine andere Spielart ist ein Ratenmodell. Dabei handelt es sich um ein Darlehen des Zahlungsdienstleisters, das über mehrere Monate hinweg mit festen Raten zu tilgen ist. Manchmal fallen dafür Zinsen an, manchmal nicht, manchmal nur für einen bestimmten Zeitraum. Hier hilft nur ein Blick ins Kleingedruckte, um ganz sicher zu gehen. Wer nicht rechtzeitig zahlt, riskiert zudem, dass die eigene Kreditwürdigkeit sinkt (s. S. 25).



III Raus aus den Schulden

- 37 Verschuldet oder überschuldet?
- 38 Warnzeichen für Überschuldung
- 42 Das P-Konto
- 45 Pfändung, Zwangsvollstreckung, Gerichtsvollzieher – was passiert wann?
- 48 Schuldnerberatung
- 49 Letzte Rettung Privatinsolvenz
- 51 Endlich schuldenfrei – und jetzt?



Verschuldet oder überschuldet?

Wenn Sie gelegentlich Schulden machen, ist das in aller Regel kein Problem. Denn solange Sie alle Darlehen problemlos bedienen, besteht kein Grund zur Sorge. Dann sind Sie lediglich – wie viele andere Menschen auch – verschuldet. Wichtig ist, rechtzeitig zu erkennen, wann aus der Verschuldung eine Überschuldung wird. Denn dann wird es gefährlich. Überschuldet ist, wer die laufenden finanziellen Verpflichtungen nicht mehr erfüllen kann. Dazu zählen Raten für Kredite ebenso wie Miete, Strom-, Wasser-, Heiz- und Telefonkosten und vieles mehr.

i

„Ein Privathaushalt ist dann überschuldet, wenn Einkommen und Vermögen aller Haushaltsmitglieder über einen längeren Zeitraum trotz Reduzierung des Lebensstandards nicht ausreichen, um fällige Forderungen zu begleichen.“

Quelle: Dritter Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung

Wer in die Überschuldung gerät, sollte sich zwei Dinge bewusst machen: Erstens gibt es professionelle Hilfe für den Weg aus den Schulden. Zweitens stecken Sie nicht allein in dieser Falle. In den letzten Jahren lag die Überschuldungsquote in Deutschland bei etwa 10 Prozent. 30 bis 40 Prozent der Menschen haben am Monatsende immer mal wieder Zahlungsschwierigkeiten.

Die sechs häufigsten Auslöser für Überschuldung sind:

- Arbeitslosigkeit und reduzierte Arbeit
- Krankheit
- Niedriges Einkommen (Einkommensarmut)
- Scheidung oder Trennung
- Gescheiterte Selbstständigkeit
- Konsumverhalten





Warnzeichen für Überschuldung

Die meisten Menschen merken selbst, wenn es finanziell sehr eng wird. Folgende Alarmzeichen sollten Sie keinesfalls ignorieren, denn sie zeigen an, dass Sie auf dem Weg in die Überschuldung sind.

Wenn Ihnen der Onlinehandel nur noch bestimmte Zahlungsvarianten anbietet, kann das ein Zeichen für negative Schufa-Einträge sein (s. S. 25). Noch eindeutiger ist ein Blick auf Ihre Konten. Wenn das Girokonto Monat für Monat ins Minus rutscht und die Rücklagen (s. S. 17) aufgebraucht sind, kann das ebenfalls ein Indiz sein. Ganz sicher droht Gefahr, wenn Sie Kredite benötigen, um Zins und Tilgung von anderen Krediten zu bedienen. Das führt unweigerlich in eine Schuldenspirale.

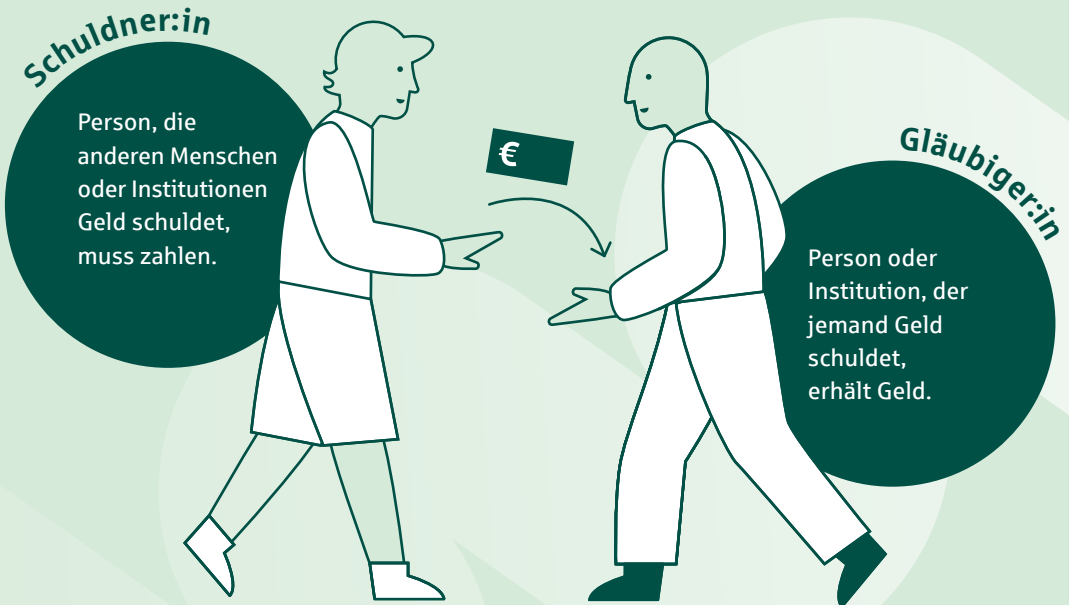
Am besten ist es natürlich, es gar nicht erst so weit kommen zu lassen. Dabei helfen unsere Tipps in Kapitel 1, insbesondere die zum Führen eines Haushaltsbuches und zum Bilden von Rücklagen. Erkennen Sie, dass Ihnen Überschuldung droht, ist es wichtig, rechtzeitig – das heißt, so schnell wie möglich – gegenzusteuern. Das kostet viele Betroffene erst einmal große Überwindung. Schließlich gehört dazu, sich einzugestehen, dass Sie Hilfe von anderen brauchen, um aus dieser Situation wieder herauszukommen. Sich Hilfe zu suchen, ist allerdings ein Zeichen von Stärke.

Gehen Sie daher als Erstes zu Ihrem Kreditinstitut. Denn das möchte natürlich sein Geld wiedersehen. Bankberater bzw. -beraterinnen haben durchaus Möglichkeiten, Zahlungsverpflichtungen zu stunden oder einen Plan zu erstellen, wie Sie aus der Falle wieder rauskommen.

Ein zweiter Weg führt in die Schuldnerberatung. Der Begriff ist nicht gesetzlich geschützt. Eine umfassende rechtliche, wirtschaftliche und persönliche Beratung und Vertretung gegenüber den Gläubigern bieten die Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstellen der Wohlfahrtsverbände, Kommunen und Verbraucherzentralen an. Ihr Beratungsangebot ist in der Regel kostenlos,

zum Teil werden lediglich geringfügige einmalige Verwaltungsgebühren (für Kopien etc.) erhoben, die aber keinesfalls höher als 50 Euro sein sollten. Betroffene sollten sich von diesen anerkannten Stellen beraten lassen. Nachteil: Je nach Wohnort können die Wartelisten für einen Termin teils lang sein.

Es sind zwar auch zahlreiche andere Anbieter unterwegs, die schnelle Hilfe versprechen, aber die sind meist privatwirtschaftlich organisiert und wollen Geld verdienen. Das kann teuer werden und nur weiter in die Schuldenfalle führen. Überdies besteht die Gefahr, unseriösen Anbietern auf den Leim zu gehen.



Die Schuldenspirale dreht sich – was jetzt helfen kann

Das Frühwarnsystem ist angesprungen, das Konto ist Monat für Monat überzogen, immer früher, immer höher.

- **Nehmen Sie einen Ratenkredit (s. S. 28) auf**, um die Schulden auf dem Girokonto zu tilgen. Die Zinsen dafür sind deutlich günstiger als für den Dispositionskredit.
- Lassen Sie gleichzeitig bei Ihrer Bank oder Sparkasse die **Überziehungsmöglichkeit auf Ihrem Girokonto auf null** setzen. Dann können Sie nicht mehr ins Minus rutschen.
- **Stellen Sie Ihre Kreditkarte auf Prepaid um**. Damit können Sie nur so viel bezahlen, wie Sie zuvor auf die Karte geladen haben. Das ergibt eine deutlich bessere Kostenkontrolle.
- Im nächsten Schritt gilt es, **die Ausgaben in den Griff zu bekommen**, am besten mithilfe eines Haushaltsbuchs (s. S. 6/7).
- **Verzichten Sie vorübergehend auf** Urlaub, Kneipe, Kino und Co. Das mag kurzfristig schmerzen, langfristig hilft es, die Finanzen in den Griff zu bekommen.
- **Prüfen Sie weitere Ausgaben** wie Smartphone-Tarife, Streamingdienste oder ungenutzte Abos. Steigen Sie, wenn möglich, vom Auto auf den ÖPNV um.
- **Teilen Sie Ihre Ausgaben in Gruppen ein**: notwendig, angenehm und überflüssig. So machen Sie sich unnötige Ausgaben bewusst, setzen Prioritäten und können leichter entscheiden, wo Sie sparen sollten.
- **Feste Budgets helfen, die Ausgaben im Blick zu behalten**. Aber Vorsicht, Augen zudrücken und doch mal mehr bezahlen, gilt nicht. Manche Käufe müssen dann eben einen Monat warten, bis das Budget den gewünschten Betrag enthält.
- **Zahlen Sie bar**. Psychologische Studien zeigen, dass Menschen bei Barzahlung bis zu 50 Prozent weniger ausgeben. Grund ist, dass sie das Geld anfassen und sehen, bevor sie es hergeben.



Im ersten Moment bedeuten diese Maßnahmen, das Leben drastisch umzustellen. Wenn Sie harte Entscheidungen treffen müssen, wofür Sie künftig Geld ausgeben, geht es um Ihre persönliche Lebensqualität. Überlegen Sie, welche Ausgaben Ihnen guttun und auf welche Sie eher verzichten können.

Sollte zu Ihren monatlichen Ausgaben ein Immobiliendarlehen gehören, reden Sie mit der Bank oder Sparkasse. Vielleicht können Sie vorübergehend die Tilgung (nicht den Zins) aussetzen oder die monatliche Belastung reduzieren. Manchmal ist diese Option sogar Bestandteil des Darlehensvertrags. Auch mit anderen Vertragspartnern können Sie so eine Lösung anstreben.

Wer in finanziellen Schwierigkeiten steckt, sollte bei den zuständigen Ämtern vorstellig werden und prüfen lassen, ob ein Anspruch auf staatliche Leistungen wie Bürgergeld oder Wohngeld besteht. Falls ja, nimmt das vorübergehend Druck weg. Aber selbst, wenn es mit diesen Hilfen finanziell besser aussieht, sollten Sie Ihre Ausgaben in den Griff bekommen, um langfristig liquide zu bleiben.

Briefe nicht ignorieren

Wird Schuldnern oder Schuldnerinnen alles zu viel, fangen sie oft an, ihre Post nicht mehr zu öffnen. Das ist verständlich und geht den meisten überschuldeten Menschen so, denn jedes Schreiben erhöht den Druck.

Wer die Briefe nicht liest, lässt das Problem aber immer größer werden. Denn Mahnungen, Zahlungsaufforderungen und gerichtliche Vorladungen, gelten als zugestellt, sobald sie im Briefkasten stecken. Daher gilt: alles öffnen, alles lesen, rechtzeitig reagieren. Wer sich dazu nicht mehr in der Lage sieht, sollte dringend eine Schuldnerberatung aufsuchen.



Das P-Konto

Geht auf dem Girokonto eine Pfändung ein, sperrt die Bank oder Sparkasse das Konto. Das soll sicherstellen, dass das Geld auch in voller Höhe an den Gläubiger bzw. die Gläubigerin geht und nicht vorher abgehoben wird. Dadurch ist das Konto einige Zeit komplett blockiert und auch Daueraufträge oder Lastschriften werden nicht mehr ausgeführt. Was Sie tun können: Die sofortige Umwandlung in ein P-Konto mit geschütztem Grundfreibetrag ist eine Möglichkeit. Eine andere Möglichkeit ist, der Bank oder Sparkasse sofort zu erlauben, den gepfändeten Betrag freizugeben, sodass das Konto wieder „frei“ ist. Dies kann dennoch einige Tage dauern.



Umstellung auf ein P-Konto

Wer eine Zwangsvollstreckung (s. S. 46) befürchtet, kann bei der Bank oder Sparkasse beantragen, das Girokonto in ein P-Konto umzuwandeln. Das sollte nicht mehr als 4 Geschäftstage dauern. Die Umstellung ist kostenlos, die Kontoführung hingegen nicht. Sie darf aber auch nicht teurer als bisher werden. Sobald das Konto umgewandelt ist, ist ein Sockelbetrag geschützt (siehe Kasten S. 44). In manchen Fällen muss noch ein Gericht oder im Fall von öffentlichen Gläubigern eine vollstreckende Behörde darüber entscheiden. Selbst im Fall einer Kontopfändung haben Sie weiterhin Zugriff in Höhe der Freibeträge und können beispielsweise Ihre Miete oder die Stromrechnung überweisen. Sie können aber auch abwarten, denn der Schutz gilt auch 1 Monat rückwirkend. Das heißt, alle eventuellen Pfändungen, die vor der Umwandlung in ein P-Konto eingegangen sind, sind unwirksam, wenn seitdem maximal 1 Monat vergangen ist.



Das P-Konto sollten Sie tatsächlich nur beantragen, wenn es absolut notwendig ist. Zwar haben Sie Anspruch auf unveränderte Bedingungen, häufig sind aber dennoch bestimmte Leistungen eingeschränkt, insbesondere solche, die ein Mindestmaß an Kreditwürdigkeit (s. S. 25) voraussetzen. Banken oder Sparkassen dürfen beispielsweise Inhaberinnen und Inhabern von P-Konten Kreditkarten verwehren. Ohne Kreditkarte kann es indes insbesondere beim Bezahlen im Internet und bei manchen Abos schwierig werden.

i Wenn staatliche Leistungen nachgezahlt werden (z. B. Bürgergeld oder Wohngeld), kann auf dem Konto plötzlich mehr Geld eingehen, als durch den Freibetrag geschützt ist. Um die Pfändung dafür abzuwenden, benötigen Sie eine Bescheinigung der Unpfändbarkeit, die Sie dann der Bank oder Sparkasse einreichen.

Darüber hinaus geht Ihre Bank oder Sparkasse davon aus, dass Sie sich in einer finanziellen Notlage befinden, wenn Sie Ihr Girokonto in ein P-Konto umwandeln – was nur sinnvoll ist, wenn das der Realität entspricht. Ebenfalls gut zu wissen: Bei einem P-Konto ist prinzipiell kein Dispositionskredit (Dispo) möglich. Es kann nie ins Minus rutschen. Ist es auf null, sind keine weiteren Zahlungen möglich. Sollte das Girokonto bereits im Minus sein, müssen Banken oder Sparkassen es dennoch auf Wunsch in ein P-Konto umwandeln. In diesem Fall bucht das Kreditinstitut den negativen Betrag auf ein Extrakonto. Diese Schulden bleiben bestehen und müssen zurückgezahlt werden – irgendwann. Die Bank oder Sparkasse darf dafür aber nicht auf die Freibeträge zugreifen.

P-Konto bietet Schutz für mehrere Monate

Sie können Guthaben, das Sie im laufenden Monat nicht genutzt haben, für bis zu 3 Monate übertragen. Insgesamt kann man also auf dem P-Konto ein Guthaben in 4-facher Höhe des Pfändungsfreibetrags ansparen. Dabei gilt, dass Abbuchungen vom Konto immer vom ältesten Guthaben (laut Buchungsdatum) erfolgen müssen („First in, first out“). Der für das Ansparen geschützte Zeitraum von 3 Monaten beginnt dann jeweils wieder neu und ist auf das neuere Guthaben anzuwenden. Fällt es Ihnen schwer, hierbei den Überblick zu behalten, heben Sie Geld am Monatsende lieber bar ab und teilen Sie es in verschiedene Budgets, z. B. mithilfe von Briefumschlägen, ein (siehe auch „Cashstuffing“ auf S. 18). Auch eine kleine Reserve können Sie in bar bereithalten.



P-Konten sind personengebunden. Sie können immer nur einen Inhaber oder eine Inhaberin haben. Bei Gemeinschaftskonten, beispielsweise von Eheleuten, sollten Sie zuvor Einzelgirokonto eröffnen und diese umwandeln, denn jede Person darf nur ein P-Konto haben. Banken oder Sparkassen melden daher die Umwandlung in der Regel an die Schufa, die dann abgleicht, ob bereits ein anderes P-Konto auf die gleiche Person gemeldet ist. Besteht bereits ein P-Konto bei einer anderen Bank, kann das strafbar sein. Darüber hinaus wirkt sich die Umwandlung in ein P-Konto nicht negativ auf die Bewertung der Kreditwürdigkeit durch die Schufa aus.

Wollen Sie mehr als den Grundbetrag schützen, benötigen Sie eine Bescheinigung, dass ein darüber hinausgehender Betrag geschützt werden kann. Das betrifft z. B. Renten und Kindergeld.

Wer kein P-Konto mehr benötigt, kann bei der Bank oder Sparkasse beantragen, es wieder in ein herkömmliches Girokonto umzuwandeln. Das vorherige Girokonto mit allen Konditionen tritt dann wieder in Kraft.

1.590 €

monatlich geschütztes Guthaben
auf dem P-Konto (ab 1. Juli 2026)



P-Konto – so viel Geld ist sicher

Das P-Konto bietet Schutz vor Kontopfändungen in mehreren Stufen:

Die Basis bildet ein Guthaben in einer Höhe von 1.590 Euro pro Monat (ab 1. Juli 2026).

Mit den entsprechenden P-Konto-Bescheinigungen für Leistungen wie Kindergeld oder Unterhaltsverpflichtungen kann es aber deutlich mehr werden. Für die erste weitere Person – beispielsweise Ehepartner oder Kind – kommen 597,42 Euro dazu, für jede weitere Person 332,83 Euro. Das betrifft auch Stiefkinder, Lebensgefährten usw. sowie Menschen, die Sozialleistungen oder Asylbewerberleistungen erhalten. Auch einige staatliche Einmalzuschüsse sind geschützt. Die einzelnen Freibeträge werden addiert und auf den nächsten Zehner gerundet. Bei einem Ehepartner und einem Kind wird demnach erst ab 2.520 Euro gepfändet.

Pfändung, Zwangsvollstreckung, Gerichtsvollzieher – was passiert wann?

Kommt ein Schuldner oder eine Schuldnerin den Zahlungspflichten nicht nach, bestehen für die Gläubigerseite zwei Möglichkeiten. Die freundliche Form ist eine Zahlungserinnerung – formal handelt es sich dabei schon um eine Mahnung. Das erste Schreiben kann allerdings auch schon „Mahnung“ heißen. Ein darin erhobener Posten „Mahnggebühren“ ist häufig unwirksam, wenn er den tatsächlichen Aufwand der Gläubigerseite wie Porto und Büromaterial überschreitet. Mit Zustellung der Mahnung gerät der Schuldner bzw. die Schuldnerin in Verzug. Nicht immer bedarf es allerdings einer Mahnung. Bei einer Rücklastschrift beispielsweise, wenn das Girokonto nicht gedeckt ist, tritt sofort Verzug ein. Auch klare Formulierungen in Rechnungen bezüglich der Fälligkeit können diesen Effekt haben. Ab Beginn des Verzugs werden zusätzlich zum geschuldeten Betrag Verzugszinsen fällig. Mit jedem Tag erhöht sich dadurch die Summe, die der Gläubigerseite zusteht.

Der nächste Schritt ist das gerichtliche Mahnverfahren. Theoretisch steht dieser Weg dem Gläubiger bzw. der Gläubigerin auch dann schon offen, wenn es zuvor keine Zahlungserinnerung oder Mahnung gegeben hat. Ab hier wird es für Schuldnerinnen und Schuldner richtig teuer. Denn jetzt werden zusätzlich Gerichtsgebühren fällig. Sind Rechtsanwälte oder Inkassobüros im Spiel, müssen diese ebenfalls vom Schuldner bzw. der Schuldnerin bezahlt werden. Wer bargeldlos zahlt, überliert oft die Bedingungen z. B. auf Kassenzetteln: Manche Unternehmen treten ihre Forderungen gleich an Inkassobüros ab.

Läuft das gerichtliche Mahnverfahren, verschickt das Gericht einen Mahnbescheid an den Schuldner oder die Schuldnerin mit einem Zahlungsziel von 2 Wochen. Erfolgt kein Widerspruch und werden auch die Schulden nicht bezahlt, wird der Gläubiger oder die Gläubigerin 15 Tage später den Vollstreckungsbescheid beantragen. Auch gegen den können Betroffene innerhalb einer Frist von 2 Wochen widersprechen. Andernfalls gilt die Forderung als akzeptiert.

Inkassounternehmen – die professionellen Schuldeneintreiber

Inkassounternehmen sind privatwirtschaftliche Unternehmen, die Gläubigern helfen, an ihr Geld zu kommen. Dafür erhalten sie gesetzlich geregelte Gebühren, die je nach Situation auf den Schuldner bzw. die Schuldnerin umgelegt werden können.



Zwangsvollstreckung – was gepfändet werden kann

Die Zwangsvollstreckung ist ein gesetzlich festgeschriebener und geregelter Prozess. Das Vollstreckungsgericht kann anordnen, Konten und Einkommen zu pfänden. Genügt das nicht, um die Schuld zu begleichen, kann aber auch ein Vollstreckungsbeamter (Gerichtsvollzieher) bei der verschuldeten Person klingeln. Die Aufgabe ist es entweder, eine Vermögensauskunft einzuholen (früher Offenbarungseid genannt) oder Vermögenswerte zu pfänden. Diese werden dann versteigert und von den dabei erzielten Einnahmen wird die Schuld beglichen.

Auf einen Blick:

die Möglichkeiten der Pfändung

- 1 Pfändung an der Einkommensquelle (Gehaltspfändung beim Arbeitgebenden)
- 2 Kontopfändung
- 3 Abgabe der Vermögensauskunft beim Gerichtsvollzieher
- 4 Sachpfändung durch Vollstreckungsbeamte (Gerichtsvollzieher)

In der Regel kündigen Vollstreckungsbeamte ihren Besuch an. Sollte das bei Ihnen der Fall sein, müssen Sie sie nicht hereinlassen. In diesem Fall wird aber meist ein richterlicher Beschluss erwirkt. Dann darf sogar ein Schlüsseldienst beauftragt werden, um Ihre Türe zu öffnen – und Sie müssen es bezahlen. Besser ist es, Ruhe zu bewahren und zu kooperieren.

Grundsätzlich dürfen alle Gegenstände gepfändet werden, die für den Lebensunterhalt nicht erforderlich sind. Dazu gehören Elektronik, Schmuck und Kunstwerke – auch Fahrzeuge, sofern diese nicht erforderlich sind, um den Beruf auszuüben. Geschützt sind lediglich einfache Möbel und Haushaltsgegenstände (nicht aber die teure Küchenmaschine), sowie Kleidung und persönliche Gegenstände. Bei Fernseher, Telefon und Radio besteht Anspruch auf einfache Geräte, der teure, wandfüllende Flatscreen hingegen ist pfändbar.



Unter Umständen kommt es zu einer Austauschpfändung. Das Luxusgut wird durch ein einfacheres Gerät ersetzt, das dem gleichen Zweck dient – also beispielsweise eine günstige Uhr aus der Fabrik anstelle der handgefertigten Variante oder ein Kleinwagen anstelle des SUV.

Ist klar, welche Gegenstände gepfändet werden sollen, wird ein Protokoll erstellt. Kleinere Objekte werden mitgenommen, größere werden mit einem Siegel markiert – umgangssprachlich mit dem Kuckuck.

Eine vorhandene Immobilie hingegen fällt in die Zuständigkeit des Vollstreckungsgerichts. Dieses kann die Zwangsversteigerung anordnen.

Sonderfälle

Zuweilen werden Gegenstände gepfändet, die dem Schuldner oder der Schuldnerin gar nicht gehören, beispielsweise in einer Wohngemeinschaft. Eine Drittwiderspruchsklage beim Vollstreckungsgericht hilft, die Gegenstände zurückzuerhalten.

Öffentliche Gläubiger wie gesetzliche Krankenkassen, Sozialbehörden, der Beitragsservice ARD, ZDF, Deutschlandradio und das Finanzamt schicken eigene Vollstreckungsbeamte, oft Mitarbeitende des Hauptzollamts.



Wegen Schulden ins Gefängnis?

Viele Menschen befürchten, wegen Schulden ins Gefängnis zu kommen. Das kann nur in drei Fällen passieren:

- 1 Falls Sie sich weigern, die Vermögensauskunft abzugeben: Hier folgt eine Erziehungshaft, die zum Ziel hat, diese Vermögensauskunft von Ihnen zu erhalten.
- 2 Wenn eine durch ein Gericht verhängte Geldstrafe nicht bezahlt wird, kann eine Ersatzfreiheitsstrafe verhängt werden. Häufiger passiert das durch Fahren ohne Fahrschein (Schwarzfahren). Durch Ratenzahlung, Stundung oder Arbeitseinsatz lässt sich die Gefängnisstrafe abwenden.
- 3 Gegenstände vor dem Besuch des Gerichtsvollziehers oder der Gerichtsvollzieherin beiseitezuschaffen oder als fremdes Eigentum auszugeben, ist strafbar. Es drohen bis zu 2 Jahre Gefängnis. Ähnliches droht denjenigen, die den Kuckuck von gepfändeten Gegenständen entfernen.



Schuldnerberatung

Wer in Deutschland Schulden hat, kann sich bei einer Schuldnerberatung Hilfe holen. Dort unterstützt Fachpersonal überschuldete Menschen sowohl mit juristischer als auch mit finanzieller Beratung auf dem Weg in ein schuldenfreies Leben.

Wenn Sie eine Schuldnerberatung aufsuchen, werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Ihre individuelle Situation erfassen, von Einnahmen und Ausgaben über Schulden und Vermögenswerte bis hin zu persönlichen Aspekten wie Arbeit und Familie, um sich ein gutes Bild über Ihren Fall zu verschaffen. Hier sollten Sie nichts verschweigen, denn diese Personen sind dazu da, Ihnen zu helfen – und das können sie nur mit vollständigen und korrekten Angaben. Am besten bringen Sie alles mit, was sich bei Ihnen im Zusammenhang mit Ihren Schulden angesammelt hat: Ordner, Kontoauszüge, offene und noch verschlossene Briefe, Rechnungen, Mahnungen, Vollstreckungsbescheide usw. Die Expertinnen und Experten suchen sich dann heraus, was sie brauchen.

Auf Basis dieser Daten analysieren sie Ihre finanzielle Lage und erstellen eine Liste aller Forderungen und der Höhe der jeweiligen Schulden.

Dann erhalten Sie Lösungsvorschläge. Im ersten Schritt geht es meistens darum, mithilfe eines Haushaltsplans die Balance aus Einnahmen und Ausgaben des täglichen Lebens herzustellen. Im nächsten Schritt wird ein Schuldentilgungsplan erarbeitet. Dazu gehört auch, mit der Gläubigerseite über Teilzahlungen, Stundungen oder Tilgungsaussetzungen zu verhandeln. Bei einer Schuldnerberatung bekommen Sie auch Hinweise, ob und wie Sie staatliche Hilfen beantragen können. In heiklen Fällen werden Schuldnerberatungen auf die Möglichkeit einer Privatinsolvenz hinweisen (s. S. 49) und diesen Weg empfehlen.

i
Eine örtliche Schuldnerberatungsstelle finden Sie über Ihre Stadt oder Gemeinde. Auf S. 57 finden Sie die Webadressen für Online-Beratungen und ein Adressverzeichnis aller Schuldnerberatungsstellen in Deutschland.

Letzte Rettung Privatinsolvenz

Ähnlich wie Unternehmen können auch Privatpersonen Insolvenz anmelden. Nach 3 Jahren plus Vorbereitungszeit sind sie dann schuldenfrei. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie Vermögen haben oder völlig mittellos sind.

Als betroffene Person müssen Sie zuerst versuchen, sich mit Gläubigerinnen und Gläubigern außergerichtlich zu einigen, wie Sie Ihre Schulden begleichen. Dabei müssen Sie sich zwingend von einer Insolvenzberatungsstelle, einem Rechtsanwalt bzw. einer Rechtsanwältin oder einer anderen geeigneten Person beraten lassen.

Erst wenn es nicht gelingt, sich zu einigen, können Schuldner oder Schuldnerinnen beim Insolvenzgericht einen Antrag auf Eröffnung des Verbraucherinsolvenzverfahrens stellen. Vorher müssen Sie Ihr Girokonto in ein P-Konto (s. S. 42) umwandeln.

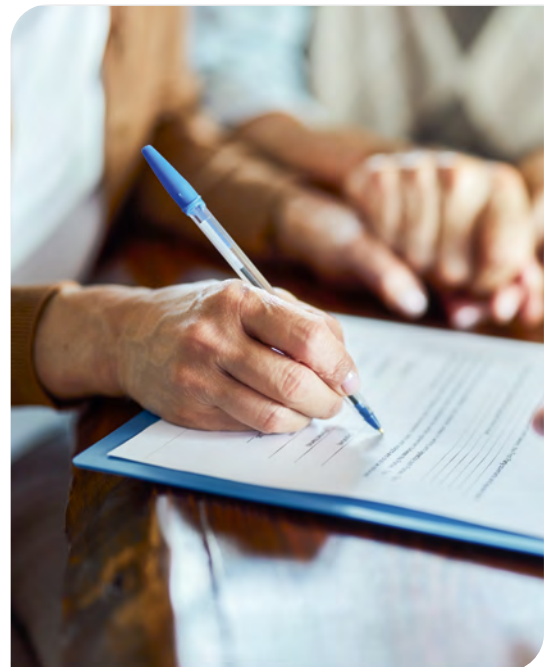


Die 3-Jahres-Frist beginnt zu laufen und die Schulden werden offiziell festgestellt. Pfändbare Vermögenswerte werden eingezogen und versteigert, auch die selbst genutzte Immobilie sowie Wertpapiere werden verkauft, die Erlöse plus eventuelle Bargeldreserven abzüglich eines Minimums gehen an die Gläubiger und Gläubigerinnen. Die Kautions für eine Mietwohnung ist in der Regel geschützt. Gleiches gilt für Genossenschaftsanteile, solange diese Voraussetzung dafür sind, dass Sie in einer Genossenschaftswohnung leben.

Die Wohlverhaltensphase

Daran schließt sich die Wohlverhaltensphase an. In dieser Zeit geht der pfändbare Teil des Einkommens an eine Treuhandstelle, den Insolvenzverwalter bzw. die Insolvenzverwalterin. Dieses Geld wird für die Schuldentilgung verwendet. Schuldner und Schuldnerinnen sind in dieser Zeit verpflichtet, mit der Treuhandstelle zusammenzuarbeiten („Mitwirkungspflicht“) sowie einer zumutbaren Arbeit nachzugehen.

Außerdem müssen Menschen, die das Verfahren durchlaufen, die Hälfte des Werts von Erbschaften und unüblichen Geschenken herausgeben, Gewinne aus Glücksspiel wie Lotterien ganz. Wer Wohnsitz oder Arbeitsplatz wechselt, muss dies melden. Vermögens- und Einkommensverhältnisse sind außerdem offenzulegen.



Nach Ende des Verfahrens wird geprüft, ob alle Schulden getilgt sind. Ist dies nicht der Fall, werden die restlichen Schulden erlassen, unabhängig davon, ob ein Teil davon getilgt wurde oder gar nichts. Ausgenommen sind unter Umständen Steuerschulden, beispielsweise wenn zuvor Steuern hinterzogen wurden. Auch Schulden aus nicht geleisteten Unterhaltsverpflichtungen können bestehen bleiben. Gleiches gilt, wenn man aufgrund einer Straftat schadenersatzpflichtig ist, beispielsweise nach Sachbeschädigung, Betrug oder Körperverletzung.

Eine Privatinsolvenz kostet Geld: für das Gericht, die Treuhandstelle und – falls hinzugezogen – den eigenen Anwalt bzw. die Anwältin. Diese Ausgaben werden aus den Mitteln bei der Treuhandstelle gedeckt, bevor die Ansprüche der Gläubigerseite bedient werden. Es kann vorkommen, dass im Rahmen der Privatinsolvenz nicht genügend Geld zusammenkommt, um die Kosten des Verfahrens

zu bezahlen. Dann bestehen diese Forderungen, und nur diese, nach der Restschuldbefreiung weiter. Auf Antrag können sie gestundet werden. Bis zu 4 Jahre lang muss man versuchen, diese Ansprüche zu bedienen.

Restschuldbefreiung gibt es nicht automatisch

Nicht immer läuft eine Privatinsolvenz rund. Unter bestimmten Umständen kann das Gericht die Befreiung von der Restschuld verweigern. Das kann geschehen, wenn Schuldnerinnen oder Schuldner ihren Pflichten nicht nachkommen, sich beispielsweise nicht um Arbeit bemühen oder mit dem Insolvenzverwalter nicht kooperieren. Auch wer sich Kredite oder Sozialleistungen mithilfe falscher Angaben erschleicht, hat schlechte Karten – ebenso Menschen, die Teile ihres Vermögens vor Beginn des Verfahrens versteckt oder im Verfahren nicht angegeben haben. Und wer gar gerade erst ein Insolvenzverfahren durchlaufen hat, hat ebenfalls keinen Anspruch.





Endlich schuldenfrei – und jetzt?

Sind die Schulden weg, steht dem Neustart nichts mehr im Wege. Aber der sollte gut geplant sein. Wer zuvor eine Schuldnerberatung (s. S. 48) aufgesucht hat, sollte das Angebot von Nachsorgegesprächen wahrnehmen. Mitarbeitende der Beratungsstellen können unter anderem frühzeitig erkennen, wenn Ihre Finanzen erneut in Schiefelage zu geraten drohen. Vieles ist aber Eigenverantwortung. Führen Sie ein Haushaltsbuch.

Erstellen Sie Budgets für diverse Ausgabenkategorien. Steuern Sie frühzeitig gegen, wenn Sie merken, dass Sie ins Minus rutschen. Nutzen Sie zum Beispiel Cashstuffing, um ein besseres Gefühl für Ihre Ausgaben zu bekommen. Kaufen Sie nichts auf Kredit, verwenden Sie nur eine Prepaid-Kreditkarte und vermeiden Sie teure Finanzierungsformen.

IV Wichtiges auf einen Blick

53 Glossar

57 Adressen & Links

58 Geld und Haushalt – unsere Angebote



Glossar

A

Auskunftei (z. B. → Schufa):

Auskunfteien sollen Kreditinstitute vor Kreditausfällen und Verbraucherinnen und Verbraucher vor Überschuldung schützen. Banken oder andere Vertragsparteien melden sowohl positive als auch negative Informationen ihrer Kundinnen und Kunden an Auskunfteien. Aus diesen Informationen wird dann eine Art Zeugnis über die → **Kreditwürdigkeit** erstellt. Bei der Erhebung und Speicherung der Informationen sind strenge gesetzliche Vorgaben zu beachten.

B

Ballonrate

Eine hohe Schlussrate am Ende der Laufzeit eines Kredits: Während der Kreditlaufzeit selbst sind niedrigere Raten zu zahlen. Die Ballonrate am Ende erhöht das finanzielle Risiko, wenn am Ende der Laufzeit nicht genügend Geld vorhanden ist.

Bonität (→ Kreditwürdigkeit)

Beschreibt, wie wahrscheinlich es ist, dass jemand seine Schulden zurückzahlt: Banken prüfen dafür unter anderem Einkommen, bestehende Schulden und → **Schufa**.

D

Darlehen (→ Kredit)

Geld, das man sich leiht und zu festen Bedingungen zurückzahlen muss: Die Rückzahlung erfolgt meist in Raten über eine festgelegte Laufzeit. In der Alltagssprache wird meist der Begriff → **Kredit** verwendet.

Dispositionscredit (kurz: Dispo)

Mit dem Dispo verfügt die bzw. der Kontoinhabende über mehr Geld, als Guthaben auf dem Konto vorhanden ist. Der Betrag des Dispositionscredits wird vorher festgelegt und heißt Kreditrahmen.

Drittwiderrspruchsklage

Eine Drittwiderrspruchsklage hilft, wenn jemand fremdes Eigentum pfänden will. Der Eigentümer bzw. die Eigentümerin kann so vor Gericht beweisen, dass die Sache ihm bzw. ihr gehört und damit nicht gepfändet werden kann.

G

Gerichtsvollzieher/Vollstreckungsbeamte

Beamtinnen und Beamte, die offene Forderungen durchsetzen, beispielsweise durch Pfändung. Sie werden unter anderem aktiv, wenn ein → **Gläubiger** einen → **Vollstreckungstitel** hat.

Gläubiger/Gläubigerin

Eine Person oder ein Unternehmen, der bzw. dem ein → **Schuldner** Geld schuldet. Das können Banken sein, aber auch Versandhäuser, Vermieter und Vermieterinnen oder Freunde, die einem Geld geliehen haben. Der Gläubiger hat gegenüber dem → **Schuldner** einen Anspruch auf Rückzahlung des geliehenen Betrags plus eventuell vorab vereinbarter → **Zinsen**.

I

Inkassounternehmen

Firmen, die im Auftrag von Gläubigern offene Forderungen eintreiben: Sie dürfen → **Mahnungen** verschicken, aber keine → **Zwangsvollstreckung** durchführen.

Insolvenz

Ein rechtliches Verfahren bei Zahlungsunfähigkeit oder Überschuldung: Bei Privatpersonen geht es meistens um eine → [Privatinsolvenz](#).

Insolvenzverwalter

Eine vom Gericht eingesetzte Person im Insolvenzverfahren, die das Vermögen des Schuldners bzw. der Schuldnerin als → [Treuhandstelle](#) verwaltet: Sie verteilt pfändbares Geld an die Gläubigerseite.

K

Kredit (→ Darlehen)

Geld, das man sich leiht und zu festen Bedingungen zurückzahlen muss: Die Rückzahlung erfolgt meist in Raten über eine feste Laufzeit.

Kreditkarte

Ein bargeldloses Zahlungsmittel, bei dem Ausgaben zunächst gesammelt und später, meist ein Mal pro Monat, über das Konto abgerechnet werden: Inhaber:innen einer Kreditkarte erhalten also einen kurzfristigen Kredit. Ein Sonderfall sind aufladbare Kreditkarten, bei denen erst Geld auf das Kreditkartenkonto überwiesen wird, damit die Karte als Zahlungsmittel funktioniert.

Kreditwürdigkeit

Die vermutete Zahlungsfähigkeit und Zahlungsbereitschaft von Personen: Sie wird auch als → [Bonität](#) bezeichnet. Sie zeigt, wie verlässlich jemand Kredite zurückzahlen kann. Eine gute Kreditwürdigkeit führt oft zu günstigen Konditionen, beispielsweise in Form niedriger → [Zinsen](#).

L

Laufzeit

Der Zeitraum, in dem ein → [Kredit](#) ganz oder teilweise zurückgezahlt wird: Oft ändern sich die Zinsen in diesem Zeitraum nicht. Längere Laufzeiten bedeuten meist höhere Gesamtkosten.

M

Mahnung

Eine Aufforderung, eine unbezahlte Rechnung zu bezahlen. Oft entstehen dabei zusätzliche Gebühren. Sie ist in den meisten Fällen Voraussetzung für den → [Verzug](#) des Schuldners bzw. der Schuldnerin.

Mahnverfahren, gerichtliches

Ein vereinfachtes Gerichtsverfahren zur Durchsetzung von Geldforderungen: Es kann zur → [Zwangsvollstreckung](#) führen.

P

Pfandleihhaus

Ein Geschäft, das kurzfristige Kredite gegen Wertgegenstände als Sicherheit vergibt: Werden Kredit und Zins nicht rechtzeitig zurückgezahlt, versteigert das Pfandleihhaus den Gegenstand und behält den Erlös daraus.

Pfändung

Das rechtlich abgesicherte Beschlagnahmen von Geld oder Gegenständen, um eine Schuld zu begleichen: Häufig betroffen sind Konto, Lohn und Wertgegenstände.

Privatinsolvenz

Ein Insolvenzverfahren für Privatpersonen, die nicht mehr in der Lage sind, ihre Schulden zu bezahlen, mit dem Ziel der → [Restschuldbefreiung](#). Es dauert in der Regel 3 Jahre.

P-Konto

Abkürzung für das Pfändungsschutzkonto mit gesetzlich vor → [Pfändung](#) geschütztem Freibetrag: Es sichert das Existenzminimum trotz Kontopfändung. Ein normales Girokonto kann auf Antrag in ein P-Konto umgewandelt werden.

R

Rahmenkredit

Ein flexibler Kredit mit festem Betrag als Kreditrahmen: Zinsen fallen nur auf den davon tatsächlich genutzten (Teil-)Betrag an.

Ratenkredit (→ Kredit)

Ein Kredit mit monatlichen oder vierteljährlichen Raten, bei denen entweder der Betrag oder der Anteil der Tilgung gleich bleibt.

Restschuldbefreiung

Der Erlass der verbleibenden Schulden nach Ende des Insolvenzverfahrens: Dies ermöglicht einen finanziellen Neuanfang.

Rücklastschrift

Rückbuchung einer Lastschrift, in der Regel, weil zu wenig Geld auf dem Konto ist: Dafür fallen meist Gebühren an.

S

Schufa

Eine → **Auskunftei**, die Daten zur Kreditwürdigkeit sammelt und bewertet: Weitere Auskunfteien in Deutschland sind unter anderem Creditreform, CRIF und Experian.

Schuldnerin/Schuldner

Eine Person oder ein Unternehmen, die bzw. das jemand anderem Geld schuldet und – meist zuzüglich → **Zinsen** – zurückzahlen muss: Das Gegenstück ist der → **Gläubiger**.

Schuldnerberatung

Kostenlose oder günstige Beratungsstelle bei finanziellen Problemen: Sie hilft bei Schuldenregulierung und drohender oder tatsächlicher Insolvenz.

Selbstauskunft

Eine Auskunft über die eigenen gespeicherten Bonitäts-Daten, z. B. bei der → **Schufa**.

Sondertilgung

Eine zusätzliche Tilgungsrate eines Kredits neben den normalen Raten: Sie kann Zinsen sparen, ist aber nicht immer kostenfrei erlaubt.

Stundung

Eine Vereinbarung, eine Zahlungsverpflichtung vorübergehend aufzuschieben: Die Schuld bleibt bestehen und wird später fällig.

T

Tilgung

Die vollständige Rückzahlung des geliehenen Betrags: Sie erfolgt meist in Raten über eine Laufzeit.

Treuhänder/Treuhandstelle

Eine Person, die Geld oder Dinge für jemand anderen verwaltet und darauf achtet, dass alles korrekt verwendet wird.

U

Überschuldung

Wenn die Schulden dauerhaft so hoch sind, dass Einkommen und Vermögen nicht ausreichen, um die Schulden zurückzuzahlen.

V

Verschuldung

Wer sich Geld geliehen hat, z. B. einen Kredit bei einer Bank oder Sparkasse aufgenommen hat, ist verschuldet.

Verzug

Wenn eine Zahlung trotz Fälligkeit nicht erfolgt: Ab dann können Zinsen und Gebühren anfallen. Meist – aber nicht immer – ist zusätzlich eine → **Mahnung** erforderlich, damit der Verzug einsetzt.

Vollstreckungsgericht

Ein Gericht, das für Zwangsvollstreckungen zuständig ist: Es ordnet zum Beispiel → **Pfändungen** an.

Vollstreckungstitel

Ein vollstreckbarer Titel ist ein offizielles Dokument. Es bestätigt eine Schuld. Damit kann der → **Gläubiger** Geld zwangsweise eintreiben, zum Beispiel durch → **Pfändung oder Zwangsvollstreckung**.

Vorfälligkeitsentschädigung

Kosten bei vorzeitiger Kreditrückzahlung: Sie entschädigen die Bank für entgangene Zinseinnahmen.

Z

Zins

Der Preis für geliehenes Geld. Er wird meist als Prozentsatz pro Jahr (% p.a.) angegeben.

Zwangsvollstreckung

Die staatliche Durchsetzung von Geldforderungen eines → **Gläubigers**.



Adressen & Links

Beratungsangebote

Verbraucherzentrale

Adressen der örtlichen Beratungsstellen unter www.vzbv.de → Über uns → Mitglieder im Bundesverband → Verbraucherzentralen

Stiftung Warentest

Produkttests und Informationen in den Zeitschriften „Stiftung Warentest“ und „Stiftung Warentest Finanzen“, erhältlich im Buch- und Zeitschriftenhandel, in Büchereien und unter www.test.de

Kredite

Verbraucherzentrale

Informationen und Vergleiche zur Kreditaufnahme unter www.verbraucherzentrale.de → Geld und Versicherungen → Kredit, Schulden, Insolvenz

Bafin

Informationsseite zu Krediten und Glossar www.bafin.de → Verbraucherinnen und Verbraucher → Themen und Finanzprodukte → Kredite und Immobilienfinanzierung

Kostenloses Verbrauchertelefon der Bafin
Tel. 0800 2 100 500,
Mo. bis Fr. von 8 Uhr bis 18 Uhr

Schulden

Schufa

Informationen über Ihre gespeicherten Daten: www.meineschufa.de

Schuldnerberatung online

www.caritas.de → Hilfe und Beratung → Online-Beratung → Schulden oder unter www.bag-sb.de/ratsuchende

Schuldnerberatungsstellen

Adressen unter www.meine-schulden.de → Hilfe finden → Schuldnerberatungsstellen

Verbraucherinsolvenz

Broschüre „Restschuldbefreiung – wirtschaftlicher Neustart“ des Bundesministeriums der Justiz und für Verbraucherschutz in gedruckter Form oder als PDF zum Download unter www.bmjv.de → Service → Broschüren und Infomaterial → Suchwort „Restschuldbefreiung“

Geld und Haushalt – unsere Angebote

**Sie wollen Ihre Kompetenzen im Umgang mit Geld verbessern?
Der Beratungsdienst Geld und Haushalt hilft Ihnen dabei. Nutzen Sie
unsere kostenfreien Angebote.**

Ratgeber

Unser Ratgeberangebot umfasst derzeit drei Publikationsreihen.

Ratgeber zu den verschiedenen Lebensphasen:

- Budgetkompass für Jugendliche
- Budgetkompass für junge Haushalte
- Budgetkompass für die Familie
- Budgetkompass fürs Älterwerden

Ratgeber zur Ausgabenkontrolle:

- Mein Haushaltsbuch
- Mein Haushaltskalender
- Das einfache Haushaltsbuch
(auch auf Englisch, Französisch, Arabisch, Russisch und Ukrainisch)
- Mein Taschengeldplaner

Ratgeber zum Umgang mit Geld:

- Rund ums Girokonto
- Nachhaltig leben
- Budget in Balance, Schulden vermeiden

Vorträge

Mit den Vortragsangeboten unterstützt Geld und Haushalt Schulen, Vereine, Träger der Erwachsenenbildung und sonstige gemeinnützige Einrichtungen bei der Finanzbildung. Es werden verschiedene Vortragsthemen rund um Fragen der Budget- und Finanzplanung sowie zu Verbraucher- und Rechtsfragen angeboten, darunter auch spezielle Vorträge für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren.

Onlineplaner

Referenzbudgets

Jeder private Haushalt kann mithilfe der Referenzbudgets die eigenen Ausgaben mit denen anderer Haushalte vergleichen, die in einer ähnlichen Lebens-, Wohn- und Einkommenssituation sind: www.referenzbudgets.de.


Web-Budgetplaner


Der Web-Budgetplaner ist ein Haushaltsbuch für PC und Smartphone. Einnahmen und Ausgaben können einfach erfasst, strukturiert und nach individuellen Vorgaben vielfältig ausgewertet werden: www.web-budgetplaner.de.

Finanzchecker

Mit der Smartphone-App für iOS und Android lassen sich Einnahmen und Ausgaben mobil erfassen und auswerten. Jugendliche und junge Erwachsene behalten so den Überblick über ihr Budget.



 /GeldundHaushalt

 /GeldundHaushaltTV

i

Bestellmöglichkeit:

Tel. 030 20455-818
www.geld-und-haushalt.de

Geld und Haushalt –
Beratungsdienst der
Sparkassen-Finanzgruppe
im Deutschen Sparkassen-
und Giroverband e.V.
Charlottenstraße 47
10117 Berlin



IMPRESSUM

Alle Angaben wurden sorgfältig ermittelt, für die Vollständigkeit oder Richtigkeit kann jedoch keine Gewähr übernommen werden.

© 2026 Deutscher Sparkassen- und Giroverband e.V., Berlin

Alle Rechte vorbehalten

Mit unseren Ratgebern stärken Sie Ihre Finanzkompetenz. Für die Nutzung der Inhalte sind Sie als Leserin bzw. Leser selbst verantwortlich. Die Inhalte stellen keine Beratung dar. Die Weitergabe der Ratgeber ist nur in Ihrem privaten Umfeld und nicht an Dritte gestattet. Die Ratgeber dürfen nicht gewerblich verwendet werden. Alle Ratgeber von Geld und Haushalt sind urheberrechtlich geschützt.

Herausgeber	Deutscher Sparkassen- und Giroverband e.V., Charlottenstraße 47, 10117 Berlin, vertreten durch die Verbandsleitung; Prof. Dr. Ulrich Reuter, Dr. Joachim Schmalzl, Karolin Schriever
Autoren	Jochen Bettzieche, Brigitte Wallstabe-Watermann
Vereinsregister	Amtsgericht Berlin Charlottenburg, VR 35468 B
Redaktion	Geld und Haushalt – Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe www.geld-und-haushalt.de/kontakt
Lektorat	Anja Nengelken, Berlin
Layout	wirDesign communication AG
Fotografie	iStock: Titel ArtistGNDphotography; S. 4 FG Trade; S. 5 bernardbodo; S. 8 sturti; S. 10 mixetto; S. 11 Goran13; S. 13 SolStock; S. 16 enigma_images; S. 19 supersizer; S. 20/21 supersizer; S. 22 gorodenkoff; S. 23 mixetto; S. 24 Milan_Jovic; S. 26 Oleh_Slobodeniuk; S. 27 Nikola Stojadinovic; S. 28 Delmaine Donson; S. 29 AnnaStills; S. 30 Anchiy; S. 31 ibnjaafar; S. 33 andreswd; S. 35 Maca and Naca; S. 36 Rockaa; S. 37 Morsa Images; S. 38 urbazon; S. 41 Kemal Yildirim; S. 42, S. 45 pixelfit; S. 43 martin-dm; S. 46/47 AndreyPopov; S. 48 ilona titova; S. 49 skynesher; S. 50 Drazen Zigic; S. 51 ArtistGNDphotography; S. 52 andreswd; S. 56 zeljkosantrac
Druck	DCM Druck Center Meckenheim GmbH, Werner-von-Siemens-Str. 13, 53340 Meckenheim
Redaktionsschluss	April 2026









Printed in Germany

I - 05/2026 € 610 014 047

Übersicht Einnahmen und Ausgaben

+ Einnahmen	Betrag
Arbeitseinkommen	
Renten	
Ausbildungsförderungen	
Sozialleistungen	
Kranken-/Pflegeleistungen	
Familienleistungen	

+ Summe Einnahmen	
--------------------------	--

- Feste Ausgaben	Betrag
 Wohnen	
 Medien & Handy	
 Versicherungen	
 Kredite & Raten	
 Freizeit & Familie	
 Sparen & Sonstiges	

= Einnahmen – feste Ausgaben = Geld zur Verfügung	
--	--

- veränderliche Ausgaben	Betrag

= Ergebnis (+/-)	
-------------------------	--

Übersicht Vermögen und Schulden

Geldvermögen	Aktueller Wert
Guthaben auf Girokonten, Bargeld	
Guthaben auf Fest- und Tagesgeldkonten	
Guthaben auf Sparbüchern und in Sparverträgen	
Rückkaufswerte von Lebensversicherungen	
Guthaben auf Bausparverträgen	
Sonstiges Geldvermögen	
Sachvermögen	Aktueller Wert
Immobilien	
Gold, Schmuck	
Auto	
Wertpapiere (Aktien, Anleihen, Fondsanteile etc.)	
Sonstiges Sachvermögen	
Summe Vermögen	
Schulden	Aktueller Wert
Kontoüberziehung (Dispo)	
Ratenkredit	
Immobilienkredit	
Privatkredit aus Freundeskreis oder Familie	
Arbeitgeberkredit	
Steuerschulden	
Sonstige Schulden	
Summe Schulden	
Summe Vermögen – Summe Schulden =	

