



Umgang mit Geld Lernen

METHODE 12 VON 13

Schwankendes Einkommen

Mit unregelmäßigen Einnahmen sicherer planen

DEIN LERNHEFT

- Einfach erklärt – ohne Vorwissen
- Alltagsbeispiel, Rechenübung und Vorlagen
- Reflexionsfragen und freiwillige Wochenaufgabe

SO NUTZT DU DIESES HEFT

Lies die Erklärung, probiere das Beispiel aus und trage nur Zahlen ein, die du teilen möchtest. Du kannst die Vorlagen kopieren und jederzeit neu beginnen.

Mein Name (freiwillig): _____

Startdatum: _____

EINFACH. PRAKTISCH. FÜR JEDEN ALLTAG.

Kostenlos • ohne Kaufpflicht • in deinem Tempo



1. Die Methode verstehen

Mit unregelmäßigen Einnahmen sicherer planen

EINFACH ERKLÄRT

Wenn dein Einkommen von Monat zu Monat schwankt, hilft ein vorsichtiger Grundplan. Plane unverzichtbare Kosten zunächst mit einem niedrigen, realistischen Betrag statt mit deinem besten Monat. Zusätzliche Einnahmen kannst du danach gezielt für offene Bedarfe oder einen Puffer verwenden.

DAS BRINGT DIR DIE METHODE

- Schwache Monate werden früh mitbedacht.
- Gute Monate können helfen, Engpässe vorzubereiten.

BEISPIEL AUS DEM ALLTAG

In drei Monaten kommen 1.200 €, 1.450 € und 1.100 € an. Für eine vorsichtige Beispielplanung nutzt Sam 1.100 €, nicht den Durchschnitt.

SO SIEHT DIE RECHNUNG AUS

1.100 € - 900 € notwendige Kosten = 200 € Spielraum

WICHTIG ZU WISSEN

Der niedrigste vergangene Monat ist nur ein Anhaltspunkt, keine sichere Zusage. Prüfe feste Zahlungstermine und Ansprüche auf Unterstützung.

BESONDERS HILFREICH

Bei wechselnden Stunden, Aufträgen, Saisonarbeit oder unregelmäßigen Nebeneinnahmen.



2. So gehst du vor

Vier Schritte und Platz für deinen persönlichen Start.

1

Sammele tatsächliche Einnahmen der vergangenen Monate.

2

Notiere deine unbedingt notwendigen monatlichen Kosten.

3

Lege eine vorsichtige Planungsbasis fest.

4

Ordne Geld aus stärkeren Monaten zuerst wichtigen Lücken und einem Puffer zu.

MEIN PLAN

Wie stark schwankten meine letzten Einnahmen?

Wie hoch sind meine unverzichtbaren Kosten?

Welche Rechnungen sind zuerst fällig?

Wofür würde ein kleiner Puffer helfen?



3. Übung: Jetzt bist du dran

Rechne zuerst mit dem Beispiel. Danach kannst du eigene Beträge einsetzen.

BEISPIELAUFGABE

Deine letzten Einnahmen waren 1.250 €, 1.050 € und 1.400 €. Du planst vorsichtig mit 1.050 € und hast unverzichtbare Kosten von 920 €.

MEINE ANTWORTEN

1. Wie hoch ist der Spielraum im vorsichtigen Plan?

2. Wie viel mehr kam im besten Monat als im vorsichtigen Plan?

3. Warum eignet sich der beste Monat nicht als sichere Basis?

ÜBERTRAGE DIE METHODE AUF DEINEN ALLTAG

Meine erste verfügbare Zahl:

Mein zweiter Wert / meine Ausgabe:

Mein Ergebnis / nächster Schritt:

Die Lösungen stehen auf Seite 7. Eigene Zahlen bleiben privat.



4. Mein Arbeitsblatt

Diese Tabelle kannst du mehrfach ausdrucken und von Hand ausfüllen.

MEINE EINNAHMEN IM ÜBERBLICK

Monat	Einnahmen netto	Notwendige Kosten	Unterschied
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08			
09			
10			

Mein wichtigstes Ergebnis / meine Summe:

Nur so viel eintragen, wie für dich hilfreich ist.



5. Mein Plan für den Alltag

Eine zweite Vorlage zum Anwenden und Kontrollieren.

MEIN PLAN FÜR SCHWACHE MONATE

Ausgabe / Rechnung	Fällig am	Unverzichtbar?	Betrag	Abgesichert?
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				
09				

MEIN NÄCHSTER SCHRITT



6. Rückblick & Wochenaufgabe

Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um dein eigenes Tempo.

MEINE FREIWILLIGE WOCHENAUFGABE

Notiere drei vergangene Einnahmemonate und erstelle einen vorsichtigen Beispielplan.

☐ ausprobiert ☐ angepasst ☐ lieber später

SIEBEN TAGE: MEIN KURZER CHECK-IN

Tag	Was habe ich gemacht?	Betrag / Notiz	Erledigt
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			

MEIN RÜCKBLICK

- **Welcher Monat war besonders schwierig?**

- **Welche Ausgaben sind wirklich unverzichtbar?**

- **Wo brauche ich einen Plan B oder Beratung?**

LÖSUNGEN ZUR ÜBUNG (SEITE 4)

1: 130 € | 2: 350 € | 3: Weil er nicht verlässlich jeden Monat erreicht wird