



Umgang mit Geld Lernen

METHODE 13 VON 13

Schuldenübersicht und Tilgungsplan

Bestehende Schulden ordnen und nächste Schritte 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

Bestehende Schulden ordnen und nächste Schritte planen

EINFACH ERKLÄRT

Eine Schuldenübersicht zeigt, bei wem du wie viel schuldest, welche Zahlung wann fällig ist und ob Zinsen oder Mahnkosten hinzukommen. Ein Tilgungsplan ordnet realistische Zahlungen. Zuerst sicherst du jedoch laufende notwendige Ausgaben und klärst besonders dringende Forderungen.

DAS BRINGT DIR DIE METHODE

- Alle Forderungen stehen an einem Ort.
- Fristen, Raten und offene Fragen werden sichtbar.

BEISPIEL AUS DEM ALLTAG

Pat hat eine offene Rechnung über 120 € ohne Zinsen. Sind nach notwendigen Ausgaben wirklich 20 € pro Monat übrig und wird die Rate akzeptiert, wären rechnerisch sechs Zahlungen nötig.

SO SIEHT DIE RECHNUNG AUS

$120 \text{ €} \div 20 \text{ €} = 6 \text{ Monatsraten (ohne Zusatzkosten)}$

WICHTIG ZU WISSEN

Zinsen, Gebühren, Mahnungen oder neue Forderungen verändern den Plan. Bei ernststen Zahlungsproblemen hilft eine anerkannte, möglichst kostenfreie Schuldnerberatung.

BESONDERS HILFREICH

Wenn mehrere Rechnungen, Raten oder Mahnungen unübersichtlich geworden sind.



2. So gehst du vor

Vier Schritte und Platz für deinen persönlichen Start.

1

Sammle Briefe, Verträge, Mahnungen und Kontoauszüge.

2

Liste Gläubiger, offenen Betrag, Zinsen, Fristen und bisherige Raten.

3

Sichere zuerst Wohnen, Energie, Essen und andere notwendige Ausgaben.

4

Kläre Unstimmigkeiten und vereinbare nur tragbare Zahlungen.

MEIN PLAN

Welche Forderungen sind eindeutig und welche unklar?

Welche Fristen stehen in den Schreiben?

Welche notwendigen Ausgaben müssen zuerst bezahlt werden?

Wo finde ich eine seriöse, kostenfreie Beratung?



3. Übung: Jetzt bist du dran

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

BEISPIELAUFGABE

Eine bestätigte, zinsfreie Forderung beträgt 240 €. Ein akzeptierter Ratenplan sieht monatlich 30 € vor. Es fallen keine weiteren Kosten an.

MEINE ANTWORTEN

1. Wie viele Monatsraten sind rechnerisch nötig?

2. Wie hoch ist die Restschuld nach drei Zahlungen?

3. Was muss geprüft werden, wenn zusätzliche Gebühren entstehen?

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 SCHULDENÜBERSICHT

Gläubiger	Offener Betrag	Zinsen / Kosten	Rate	Frist
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				
09				

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 TILGUNGSPLAN (NUR BESTÄTIGTE BETRÄGE)

Monat	Startschuld	Zahlung	Zusatzkosten	Restschuld
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				
09				
10				

MEIN NÄCHSTER SCHRITT



6. Rückblick & Wochenaufgabe

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

MEINE FREIWILLIGE WOCHENAUFGABE

Sortiere vorhandene Unterlagen und trage eine sichere Forderung mit Frist in die Tabelle ein.

☐ 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

- Welche Frist ist besonders wichtig?
- Welche Unterlagen oder Beträge muss ich klären?
- Welche Unterstützung könnte ich nutzen?

LÖSUNGEN ZUR ÜBUNG (SEITE 4)

1: 8 Monatsraten | 2: 150 € | 3: Der Plan und die tatsächliche neue Restschuld