Wenn Sparen nicht mehr reicht



Wie du mit steigenden Kosten umgehst, ohne dir für jede finanzielle Schwierigkeit selbst die Schuld zu geben.

Erfolgsebook

Wenn Sparen nicht mehr reicht

Wie du mit steigenden Kosten umgehst, ohne dir für jede finanzielle Schwierigkeit selbst die Schuld zu geben.

Erfolgseebook

Andreas Schulze Verlag

https://erfolgseebook.com

Leseprobe

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1 – Der Betrag an der Kasse
Kapitel 2 – Die Stimme, die mitrechnet
Kapitel 3 – Zwei Preise, zwei Erklärungen
Kapitel 4 – Der Preis der billigeren Wahl
Kapitel 5 – Die festen Zahlen im Schrank
Kapitel 6 – Der Plan, der nicht passt
Kapitel 7 – Eine Woche ohne Urteil
Kapitel 8 – Die Rechnung, die nicht auf der Liste stand
Kapitel 9 – Sparen ist nicht dasselbe wie Vorsorgen
Kapitel 10 – Der Vergleich mit anderen
Kapitel 11 – Das Erbe der Küche
Kapitel 12 – Die Scham, die niemand sieht
Kapitel 13 – Der Preis der Zugehörigkeit
Kapitel 14 – Die Rechnung des Umziehens
Kapitel 15 – Der kleine Puffer
Kapitel 16 – Das Gehalt, das nie verhandelt wurde
Kapitel 17 – Die kleine Belohnung
Kapitel 18 – Der Brief, der liegen blieb
Kapitel 19 – Die unsichtbaren Beträge
Kapitel 20 – Der Rat, der nicht passt
Kapitel 21 – Was genug ist
Kapitel 22 – Die Kollegin mit den Fragen
Kapitel 23 – Der Monat, in dem alles zusammenkam
Kapitel 24 – Die Schulden, über die niemand spricht
Kapitel 25 – Die Erhöhung, die nichts änderte
Kapitel 26 – Das geliehene Geld
Kapitel 27 – Der Thermostat und die Ohnmacht
Kapitel 28 – Der Impuls, der Geld kostet
Kapitel 29 – Die Frage nach dem Warum
Kapitel 30 – Der erste Schritt ohne Plan
Kapitel 31 – Die Ankündigung
Kapitel 32 – Der Anruf meiner Mutter
Kapitel 33 – Die Entscheidung
Kapitel 34 – Der erste Abend
Kapitel 35 – Der Zweifel
Kapitel 36 – Der Tag, an dem die Rechnung kam

Kapitel 37 – Die neue Sprache
Kapitel 38 – Der Rückschlag
Kapitel 39 – Die Entscheidung, die bleibt
Kapitel 40 – Die Prüfung
Kapitel 41 – Das Ergebnis
Kapitel 42 – Die neue Frage
Kapitel 43 – Der erste Monat in der neuen Rolle
Kapitel 44 – Der Filter
Kapitel 45 – Die alte Wohnung, der neue Blick
Kapitel 46 – Das Gehaltsgespräch
Kapitel 47 – Der Jahresblick
Kapitel 48 – Die Rückkehr von Mia
Kapitel 49 – Der kleinere Rahmen
Kapitel 50 – Die dritte Rate
Kapitel 51 – Der erste Wunsch
Kapitel 52 – Die Bemerkung im Flur
Kapitel 53 – Der Tag, an dem alles zu viel war
Kapitel 54 – Das Gespräch mit Marius
Kapitel 55 – Die Freundin, die sich nicht verändert hat
Kapitel 56 – Die Entscheidung, nicht zu helfen
Kapitel 57 – Die Hochzeit
Kapitel 58 – Der Fehler
Kapitel 59 – Die Konsequenz
Kapitel 60 – Der tiefste Punkt
Kapitel 61 – Die erste Woche nach der Pause
Kapitel 62 – Die Rechnung, die keine war
Kapitel 63 – Das Gespräch mit Frau Reimers über die Zukunft
Kapitel 64 – Das Essen mit Judith
Kapitel 65 – Der Brief von Jana
Kapitel 66 – Der unerwartete Anruf
Kapitel 67 – Der Umzug der Mutter
Kapitel 68 – Die stille Veränderung im Büro
Kapitel 69 – Die Steuererklärung
Kapitel 70 – Die Entscheidung über die Wohnung
Kapitel 71 – Der Besuch bei Mia
Kapitel 72 – Das Gespräch mit Tarek über die Angst
Kapitel 73 – Die erste eigene Entscheidung
Kapitel 74 – Der Tag, an dem nichts passierte
Kapitel 75 – Die Nachricht von Lena
Kapitel 76 – Die Renteninformation
Kapitel 77 – Die Begegnung mit Herrn Bauer
Kapitel 78 – Der Sommerabend
Kapitel 79 – Der Anruf vom Vater
Kapitel 80 – Die Formulare des Vaters
Kapitel 81 – Die Grenze nach dem Besuch
Kapitel 82
Kapitel 83 – Die neue Kollegin
Kapitel 84 – Der Herbstspaziergang
Kapitel 85 – Die Rechnung, die anders ankam
Kapitel 86 – Die Weihnachtsfeier
Kapitel 87 – Der Jahresrückblick

Kapitel 88 – Die Steuererstattung
Kapitel 89 – Der Besuch bei Jana
Kapitel 90 – Der neue Kollege
Kapitel 91 – Der Wochenendtrip
Kapitel 92 – Das zweite Treffen mit dem Vater
Kapitel 93 – Die unerwartete Reparatur
Kapitel 94 – Das Gespräch mit Judith über die Zukunft
Kapitel 95 – Die Entscheidung über den Vater
Kapitel 96 – Die stille Feier
Kapitel 97 – Das letzte Gespräch mit dem Vater
Kapitel 98 – Die letzte Rate
Kapitel 99 – Der Weg
Kapitel 100 – Der bleibende Gedanke
Nachwort
Sonderteil: Werkzeuge, Wege und Antworten für deinen Alltag
Vorwort
Kapitel S1 – Die ersten fünf Fragen
Kapitel S2 – Die wichtigsten Anlaufstellen
Kapitel S3 – Die Werkzeuge: Vorlagen, Apps und kostenlose Helfer
Kapitel S4 – Die Fragen, die du dir stellen darfst
Kapitel S5 – Die Antworten, die andere gefunden haben
Kapitel S6 – Schulden abbauen, ohne den Überblick zu verlieren
Kapitel S7 – Energie, Verträge und die Schlichtungsstelle
Kapitel S8 – Vorsorge, Bildung und die Frage nach dem Morgen
Kapitel S9 – Ämter, Anträge und der Widerspruch
Kapitel S10 – Die mentale Seite: Neid, Vergleich und der Satz „Bei anderen sieht es so einfach aus“
Kapitel S11 – Gemeinschaft: Tauschen, Teilen, Reparieren
Kapitel S12 – Der Umgang mit Mahnungen und Inkasso
Kapitel S13 – Die Nebenkostenabrechnung prüfen
Kapitel S14 – Die eigene Wohnung: Miete, Kaution und Mietpreisbremse
Kapitel S15 – Versicherungen prüfen: Was du brauchst und was du kündigen kannst
Kapitel S16 – Schulden bei mehreren Gläubigern: Die Reihenfolge der Zahlungen
Kapitel S17 – Wenn die Belastung zu groß wird: Gesundheit und finanzielle Sorgen
Kapitel S18 – Umzug, WG und Zusammenleben: Kosten teilen, Verantwortung klären
Kapitel S19 – Kinder, Familie und die Frage nach dem Bildungspaket
Kapitel S20 – Beruf und Einkommen: Weiterbildung, Nebenjob und die Frage nach mehr
Kapitel S21 – Digitales Banking, Onlinekonten und der sichere Umgang mit Finanz-Apps
Kapitel S22 – Lebensmittel, Haushalt und die Kunst, günstig gut zu leben
Kapitel S23 – Mobilität: Auto, Bahn, Fahrrad und die Frage nach dem Weg
Kapitel S24 – Budgetmethoden: Vom Umschlag bis zur 50-30-20-Regel
Kapitel S25 – Jobverlust, Kurzarbeit und die erste Zeit danach
Kapitel S26 – Über Geld sprechen: Partner, Familie und Freunde
Kapitel S27 – Altersvorsorge: Was du wissen musst, bevor du unterschreibst
Kapitel S28 – Geldanlage: Was sicher ist und was nicht
Kapitel S29 – Verbraucherrechte: Was dir zusteht und wie du es durchsetzt
Kapitel S30 – Steuern: Steuererklärung, Steuerklassen und die Frage nach dem Zurück
Kapitel S31 – Pfändung und Kontopfändung: Was tun, wenn das Konto gesperrt wird?
Kapitel S32 – Kredit und Ratenzahlung: Wann ein Kredit sinnvoll ist und wann nicht
Kapitel S33 – Wohnungsnot: Was tun, wenn die Wohnung gekündigt wird?
Kapitel S34 – Krankheit und finanzielle Sorgen: Wenn Gesundheit Geld kostet

Kapitel S35 – Trennung und Scheidung: Was mit dem Geld passiert
Kapitel S36 – Second Hand, Tausch und Reparatur: Die Kreislaufwirtschaft im Alltag
Kapitel S37 – Preisvergleiche und Angebote: Wie du erkennst, was wirklich günstig ist
Kapitel S38 – Verträge kündigen und wechseln: Der Weg aus der Vertragsfalle
Kapitel S39 – Verbraucherinsolvenz: Der Weg aus der Schuldenfalle
Kapitel S40 – Pflege und Pflegeversicherung: Wenn Angehörige Hilfe brauchen
Kapitel S41 – Ausbildung und Studium: Finanzierung, BAföG und die Frage nach dem Weg
Kapitel S42 – Armut im Alter: Wenn die Rente nicht reicht
Kapitel S43 – Haushaltsauflösung und Nachlass: Was tun, wenn jemand stirbt?
Kapitel S44 – Selbstständigkeit und Nebenerwerb: Was du wissen musst, bevor du startest
Kapitel S45 – Behörden digital: ELSTER, BundID und der Weg durch den Antragsdschungel
Kapitel S46 – Wenn das Geld nicht reicht: Prioritäten setzen und Existenzsicherung
Kapitel S47 – Die eigenen vier Wände: Kauf, Finanzierung und die Frage nach dem Risiko
Kapitel S48 – Versicherungen für den Notfall: Was wirklich schützt und was du sparen kannst
Kapitel S49 – Wenn der Strom abgestellt wird: Was tun bei Energieschulden?
Kapitel S50 – Die eigenen Finanzen im Alter: Rente, Pflege und die Frage nach der Würde
Kapitel S51 – Der Notqroschen: Warum ein Puffer wichtiger ist als eine hohe Rendite
Kapitel S52 – Der Dispokredit: Wenn das Konto überzogen ist
Kapitel S53 – Haushaltsführung: Routinen, die Zeit und Geld sparen
Kapitel S54 – Stromfresser finden: Die versteckten Kosten im Haushalt
Kapitel S55 – Schulden bei Freunden und Familie: Wenn Geld Beziehungen belastet
Kapitel S56 – Die Psychologie des Geldes: Warum wir kaufen, was wir nicht brauchen
Kapitel S57 – Gemeinsam statt einsam: Selbsthilfe, Nachbarschaft und Netzwerke
Kapitel S58 – Die eigene Gesundheit: Stress, Schlaf und die finanzielle Belastung
Kapitel S59 – Der Weg nach vorn: Kleine Schritte, große Wirkung
Nachwort zum Sonderteil
Haftungsausschluss zum Sonderteil

Vorwort

Es gibt Momente, in denen sich ein Betrag nicht nur auf einem Kassenbon verändert. Er verändert den Blick auf den eigenen Alltag. Ein Einkauf, der eben noch selbstverständlich war, wird plötzlich zu einer kleinen Rechnung mit offenem Ende. Du rechnest im Kopf, während du an der Kasse stehst. Du vergleichst, obwohl du nicht vergleichen wolltest. Du hörst Sätze wie „Das ist doch nicht so viel“ und weißt gleichzeitig, dass es für dich sehr wohl viel ist.

Dieses Buch erzählt von Nora. Sie ist vierunddreißig, arbeitet als Disponentin in einem Getränkehandel und lebt in einer Mietwohnung, deren Nebenkostenabrechnung sie seit dem letzten Winter anders ansieht als früher. Nora ist keine Figur, die besonders mutig oder besonders klug sein muss, um mit Geld umzugehen. Sie ist auch keine Figur, die alles falsch macht. Sie steht für eine Erfahrung, die viele Menschen teilen: Preise steigen, Entscheidungen werden enger, und irgendwann schleicht sich ein Gedanke ein, der zunächst harmlos klingt und dann immer schwerer wird: „Ich müsste das besser im Griff haben.“

Dieser Gedanke ist verständlich. Er ist nur nicht immer richtig. Zwischen einer Entscheidung, die du beeinflussen kannst, und einer Entwicklung, die größer ist als dein Haushaltsplan, liegt ein Unterschied. Wer diesen Unterschied nicht sieht, beginnt, jede Rechnung als persönliche Prüfung zu lesen. Wer ihn sieht, kann handeln, ohne sich dabei ständig zu verurteilen.

Du wirst in diesem Buch keine Erfolgsgarantie finden. Keine Zahl, die verspricht, dass du mit drei einfachen Regeln alle Sorgen hinter dir lässt. Keine Methode, die behauptet, dass finanzielle Schwierigkeiten immer eine Frage der Haltung seien. Mieten, Energiepreise, Löhne, Arbeitszeiten, Gesundheit, Sorgearbeit und die Bedingungen, unter denen Menschen leben, lassen sich nicht wegdenken. Ein Buch kann sie nicht auflösen. Es kann aber helfen, genauer hinzusehen. Es kann zeigen, wo Selbstvorwürfe den Blick verstellen. Und es kann Wege beschreiben, die im wirklichen Leben funktionieren, nicht nur auf einem leeren Blatt Papier.

Die Geschichte, die du hier liest, ist erfunden. Nora, ihre Kolleginnen, ihre Familie und die Orte, an denen sie sich bewegt, sind literarische Figuren und Schauplätze. Nichts davon ist als dokumentierter Fall gedacht. Was echt sein kann, ist die Frage, die hinter der Geschichte steht: Wie gehst du mit steigenden Kosten um, ohne dich dabei selbst zum Problem zu machen?

Vielleicht kennst du das Gefühl, beim Bezahlen kurz zu zögern. Vielleicht kennst du den Impuls, einen Einkauf zu rechtfertigen, obwohl niemand nach einer Rechtfertigung gefragt hat. Vielleicht hast du schon versucht, sparsamer zu sein, und festgestellt, dass Sparen an einem Punkt ankommt, an dem es nicht mehr weiterhilft. Genau dort beginnt dieses Buch. Nicht mit einem Vorwurf. Nicht mit einem Versprechen. Sondern mit einer genaueren Frage: Was ist eigentlich passiert, bevor du dir die Schuld gegeben hast?

Nora wird diese Frage nicht an einem einzigen Abend beantworten. Sie wird sie in ihrem Alltag finden, zwischen Kassenbons, Telefonaten, Überstunden und Gesprächen, die sie lieber vermeiden würde. Sie wird Fehler machen. Sie wird Dinge ausprobieren, die nicht funktionieren. Und sie wird an einen Punkt kommen, an dem sie nicht mehr nur nach dem billigeren Angebot sucht, sondern nach einer ehrlichen Antwort auf die Frage, was sie sich zumuten kann und was nicht.

Dieses Buch will dir keinen Spiegel vorhalten, in dem du kleiner wirkst, als du bist. Es will einen Spiegel zeigen, in dem du genauer erkennst, was zu dir gehört und was nicht. Selbstverantwortung ohne Selbstbeschuldigung. Klarheit ohne Härte. Handlungsspielraum dort, wo er tatsächlich existiert, und Ehrlichkeit dort, wo er endet.

Wenn du beim Lesen merkst, dass du dich in Nora wiedererkennst, ist das kein Zeichen von Schwäche. Es ist ein Zeichen dafür, dass du eine Situation genauer ansiehst, die viele Menschen lieber schnell wegschieben. Der erste Schritt besteht selten darin, sofort etwas zu ändern. Oft besteht er darin, den Satz „Ich bin schuld“ durch einen genaueren Satz zu ersetzen: „Ich muss verstehen, was hier wirklich passiert.“

Kapitel 1 – Der Betrag an der Kasse

Der Markt lag auf dem Weg zwischen Noras Arbeitsstelle und der Straßenbahnhaltestelle. Sie ging nicht gern dort einkaufen, aber der Laden hatte lange geöffnet, und nach einer Spätschicht war das kein kleiner Vorteil. An diesem Donnerstag hatte sie nur sieben Dinge auf dem Zettel: Brot, Butter, Tomaten, Waschmittel, Nudeln, Käse und eine Packung Kaffee. Den Kaffee hatte sie zuletzt vor drei Wochen gekauft. Sie erinnerte sich an den Preis, weil sie damals kurz überlegt hatte, ob sie die kleinere Packung nehmen sollte.

An der Kasse legte sie die Waren auf das Band. Die Kassiererin zog die Butter über den Scanner, dann die Tomaten, dann das Waschmittel. Nora sah auf das Display. Sie addierte

nicht bewusst. Sie wartete auf den Endbetrag, so wie sie auf das Ergebnis einer kleinen Prüfung wartete, die sie selbst nicht gestellt hatte. Als die Zahl erschien, blieb sie einen Moment länger stehen als nötig.

Achtundvierzig Euro und drei Cent.

Sie hatte mit einundvierzig gerechnet. Vielleicht mit zweiundvierzig. Sie öffnete die Geldbörse, obwohl sie schon wusste, dass genug darin war. Das war nicht das Problem. Das Problem war die Differenz zwischen dem, was sie erwartet hatte, und dem, was tatsächlich auf dem Display stand. Es war kein großer Betrag. Es war auch kein kleiner. Es war genau die Art von Betrag, die sich in einem Monat unsichtbar sammelt und am Ende als eine Zahl auftaucht, die niemand eingeplant hat.

„Alles so teuer geworden“, sagte die Kassiererin, ohne Nora anzusehen. Es klang nicht wie eine Erklärung. Eher wie ein Satz, der an diesem Tag schon oft gesagt worden war.

Nora nickte. Sie bezahlte, nahm den Kassenbon und schob die Waren in ihre Tasche. Draußen war es noch hell, aber die Luft hatte schon diese kühle Klarheit, die nach einem langen Tag unter einem Vordach entsteht. Sie stellte die Tasche ab und sah sich den Bon an. Sie ging die Positionen von oben nach unten durch. Brot, Butter, Tomaten. Sie hatte nichts Besonderes gekauft. Keine Süßigkeiten, kein Wein, kein Fertiggericht für den Abend, an dem sie zu müde zum Kochen war. Nur Dinge, die auf dem Zettel standen.

Trotzdem war der Betrag höher. Und in ihrem Kopf begann sofort eine Stimme zu rechnen.

Wenn sie statt der Butter die günstigere Marke genommen hätte, wären es vielleicht zwei Euro weniger. Wenn sie den Kaffee diesmal weggelassen hätte, wären es fast sechs Euro weniger. Wenn sie öfter Nudeln statt Käse essen würde, ließe sich der Einkauf weiter drücken. Die Stimme sprach ruhig. Sie klang nicht böse. Sie klang wie jemand, der nur helfen wollte. Und gerade deshalb war sie so schwer zu unterbrechen.

Nora ging los. Die Tasche hing an ihrer Schulter, der Bon steckte in ihrer Jackentasche. Sie dachte an ihren Kontostand, an die Miete, an die nächste Stromabrechnung. Sie dachte an die Frage, die ihre Schwester Judith ihr am Sonntag gestellt hatte: „Hast du eigentlich mal einen richtigen Haushaltsplan?“ Sie hatte damals gelacht und gesagt, sie habe einen Zettel. Judith hatte nicht gelacht.

An der Haltestelle stellte sie die Tasche auf die Bank und setzte sich daneben. Die Bahn kam nicht sofort. Nora nahm den Bon wieder heraus und legte ihn auf ihren Oberschenkel. Sie sah die einzelnen Posten an, als könnte sie darin eine Antwort finden. Aber der Bon sagte nur, was sie gekauft hatte. Er sagte nicht, warum sie sich plötzlich so fühlte, als hätte sie etwas falsch gemacht.

Sie steckte den Bon weg. Die Bahn kam, sie stieg ein, und für einen Moment war der Tag wieder nur ein Tag. Aber der Gedanke war da. Er ließ sich nicht mit der Tasche absetzen. Er fuhr mit.

Später, in ihrer Wohnung, legte sie die Waren in den Schrank. Sie strich den Bon glatt und legte ihn auf den Stapel neben der Tür, zu den anderen. Der Stapel war in den letzten Wochen gewachsen. Nicht weil Nora sammelte. Sondern weil sie angefangen hatte, Dinge aufzuheben, die sie früher sofort weggeworfen hätte.

Es war kein Beweis für Versagen, sondern der Anfang einer Rechnung, die sie lange nicht gestellt hatte.

Aus Kapitel 10 – Der Vergleich mit anderen

Am Montag brachte Elif eine Geburtstagstorte mit ins Büro. Sie hatte Geburtstag gehabt, und weil sie wusste, dass Nora keine großen Feiern mochte, hatte sie einfach einen Kuchen mitgebracht, den man in der Teeküche anschneiden konnte. Nora aß ein Stück und hörte den anderen zu. Jemand sprach über den Urlaub, den er im Sommer gebucht hatte. Jemand anders erzählte von einem neuen Sofa, das endlich geliefert worden war. Eine Kollegin sagte, sie habe sich einen Kurs für Italienisch gegönnt, abends nach der Arbeit.

Nora hörte zu und spürte, wie sich etwas in ihr zusammenzog. Sie gönnte den anderen ihre Dinge. Das war nicht das Problem. Das Problem war der Gedanke, der sich leise dazwischenschob: Wie schaffen die das? Sie verdienen nicht mehr als ich. Zumindest wusste sie es bei den meisten nicht. Und trotzdem saßen sie hier und sprachen über Urlaub, Sofas und Kurse, als wäre das ganz normal.

Sie dachte an ihre eigene Situation: die Nachzahlung, die Zahnarztrechnung, die Ratenzahlung, die sie gerade vereinbart hatte. Sie dachte an die zwei Wörter auf ihrem Blatt, „Sparen“ und „Vorsorgen“, und daran, dass sie immer noch nicht wusste, ob sie es durchhalten würde.

In der Mittagspause saß sie mit Elif draußen auf einer Bank. Elif aß einen Apfel und blätterte in ihrem Handy. Nora sagte: „Ich frage mich manchmal, wie andere das machen. Urlaub, neues Sofa, Sprachkurs. Und ich rechne jeden Monat, ob es für die Waschmittelpackung reicht.“

Elif sah sie an und lachte kurz. Nicht spöttisch, eher überrascht. „Du glaubst doch nicht, dass die alle keine Rechnungen haben?“

„Ich weiß es nicht“, sagte Nora.

Elif legte den Apfel weg. „Ich verdiene dasselbe wie du. Und ich habe letztes Jahr drei Monate gebraucht, um eine Rechnung für eine neue Brille abzubezahlen. Ich habe einen Kredit für mein Auto, der noch zwei Jahre läuft. Und ich habe im Winter die Heizung runtergedreht, weil ich die Nachzahlung nicht zahlen konnte. Ich habe nur nicht darüber gesprochen.“

Nora sah sie an. „Warum nicht?“

„Weil keiner darüber spricht“, sagte Elif. „Wir sprechen über Urlaub und Sofas, weil das nach außen gut aussieht. Aber wir sprechen nicht über die Raten, die wir abstottern, oder die Rechnungen, die wir aufschieben. Das ist langweilig und unangenehm. Und es macht verletzlich.“

Nora dachte an Judith, die gesagt hatte, sie habe monatelang jeden Euro zweimal umgedreht. Sie dachte an Tarek, der eine Brille in Raten bezahlt hatte. Sie dachte an sich selbst, wie sie im Laden stand und jede Packung drehte, während sie annahm, alle anderen gingen einfach durch die Gänge und nahmen, was sie wollten.

Am Abend schrieb sie einen Satz in ihr Heft: „Der Vergleich mit anderen ist ein Vergleich mit einer Fassade.“ Sie sah den Satz an und wusste, dass er stimmte. Aber sie wusste auch, dass es nicht reichte, es aufzuschreiben. Sie musste es glauben. Und das würde dauern.

Der Vergleich mit anderen zeigt dir nicht, wie es ihnen geht. Er zeigt dir nur, was sie zeigen wollen.

Die Leseprobe endet hier. Das vollständige E-Book findest du auf der Seite des Titels.

https://erfolgseebook.com

Mehr vom Andreas Schulze Verlag: https://erfolgseebook.com