

# Feinschliff «Verschuldung bei jungen Erwachsenen»

Sensibilisierung junger Erwachsener zum Thema Verschuldung



Felicia Harder, Oktober 2020



## Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	3
Einleitung.....	4
Eigenes Mindmap als Einstieg.....	5
Film «Jung und überschuldet».....	5
Was sind Gründe und Auslöser für eine Verschuldung?.....	6
Raus aus der Verschuldung!.....	7
Schulden vermeiden.....	8
Budgetplan für Schüler*innen monatlich.....	8
Verschuldung macht krank.....	10
Wo gibt es Hilfe?.....	11
Diskussion.....	12
Bibliografie.....	13
Abbildungen.....	14
Internetquellen.....	14

## Einleitung

Als Zusatz zu meiner Maturarbeit «Finanziell und psychisch angeschlagen», erstelle ich ein Unterrichtsmodul für ca. zwei Unterrichtslektionen. Da eine Verschuldung eine grosse Bandbreite an Auswirkungen und psychische Belastungen mit sich bringen und möglicherweise auch zu einer Sucht führen kann, möchte ich mit diesem Unterrichtsmodul jungen Erwachsenen den Umgang mit Geld näherbringen und so einen Beitrag leisten, dass sie nicht in eine Verschuldung geraten.

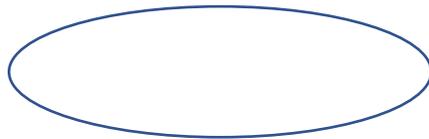
Mein Modul will jungen Erwachsenen zeigen, wo die Gefahren einer Verschuldung liegen. Es wird mit Hilfe theoretischer und praktischer Übungen dargestellt, was präventiv gegen eine Verschuldung unternommen werden kann.

Mein Unterrichtsmodul kann Lehrpersonen als Leitfaden dienen.

## Eigenes Mindmap als Einstieg

Was weisst du schon zum Thema Verschuldung (Gründe, Auswirkungen etc.)?

Auftrag: *Gestalte dazu in Einzelarbeit ein Mindmap und diskutiert anschliessend im Klassenverband eure Erkenntnisse:*



## Film «Jung und überschuldet»

SRF My School hat einen eindrücklichen Film über die 24-jährige Claudia und ihre Verschuldung produziert. Er gibt euch eine kurze Einführung und einen Überblick zum Thema Verschuldung.

Auftrag: *Schaut den Film im Klassenverband an und macht Notizen was ihr daraus lernen könnt.*

<https://www.srf.ch/sendungen/myschool/jung-und-ueberschuldet>



Notizen:

---

---

---

---

## Was sind Gründe und Auslöser für eine Verschuldung?

*Auftrag: Einzelarbeit - Lesen, anschliessend Diskussion in kleinen Gruppen (3-4 Personen) über eigene Erfahrungen und Gedanken*

Durch den Film hast du schon einige Gründe kennengelernt, vielleicht hast du bereits auch andere gekannt. Es gibt aber noch viele mehr (z.B. Steuererklärung nicht eingereicht, Jobverlust, Kreditaufnahme, teure Hobbies oder der Auszug von zuhause).

Drei verschiedene junge Erwachsene erzählen dir, warum sie Schulden gemacht haben.

**Lukas (19):** Mein Name ist Lukas, ich bin 19 Jahre alt. Vor kurzem bin ich von zu Hause ausgezogen. Diesen Sommer habe ich meine Lehre abgeschlossen. Pro Monat verdiene ich 3'800.00 Franken netto. Während meiner Lehre habe ich zwar gespart, aber nicht genug. Deshalb habe ich einen Kredit von 30'000 Franken für die Wohnungseinrichtung aufgenommen. Ein halbes Jahr später kaufte ich mir ein Auto bei einer Leasingagentur für ungefähr 60'000 Franken. Das Auto war mir sehr wichtig und es hat mir viel Lebensfreude bereitet. Der Preis war mir egal. Im gleichen Jahr bin ich zwei Mal in die Ferien gefahren, dies hat mich ca. 5000 Franken gekostet. Zwischendrin habe ich mir noch einen neuen, grossen Fernseher inklusive Playstation gekauft. Meine Kreditkartenschulden sind auf 12'000 Franken gestiegen. Dummerweise verursachte ich in einen Unfall und mein Auto erlitt einen Totalschaden... Da ich nicht so viel Geld habe, versuchte ich bei der Versicherung zu sparen. Das heisst, sie bezahlen mir nicht mein ganzes Auto. Jetzt stehe ich mit fast 100'000 Franken Schulden da. Um diese abzubezahlen brauche ich mit meinem Einkommen mehrere Jahre.

**Marie (17):** Ich bin Marie und wurde letztens 17. Shoppen ist mein Hobby. Sobald ich meinen Lohn erhalte, bestelle ich auf Zalando und anderen Plattformen Schuhe und Kleider. Mit meinem Nebenjob an der Kasse verdiene ich rund 250 Franken im Monat. Da ich noch keine Kreditkarte besitze, kaufe ich alles auf Rechnung. Letzte Woche habe ich alle meine Rechnungen zusammengezählt. Es waren 3'500 Franken. Auf meinem Konto sind nur 2'150 Franken. Ich habe mehr als tausend Franken Schulden. Um diese abzubezahlen, muss ich mehr arbeiten. Das fällt mir schwer, da ich noch Vollzeit zur Schule gehe.

**Alfred (18):** Vor rund sechs Monaten geriet ich am Hauptbahnhof in eine Schlägerei. Mein Freund wurde angegriffen. Ich wollte ihn verteidigen, deshalb habe ich dem Angreifer mit der Faust ins Gesicht geschlagen. Dabei habe ich ihm die Nase gebrochen. Ich muss mich jetzt vor Gericht rechtfertigen. Mein Anwalt informierte mich, dass Gerichtskosten und Schadenersatzzahlungen mehrere zehntausend Franken betragen könnten. Das werde ich nie bezahlen können, da ich Student bin und kein festes Einkommen habe.

# Raus aus der Verschuldung!

## Auftrag: Einzelarbeit - Lesen

Verschuldungssituationen sind komplex. Aus einer Verschuldung herauszukommen ist langwierig und schwierig. Je höher die Schulden desto schwieriger ist es. Wie wir bei Lukas gesehen haben, wird es mehrere Jahre dauern.

**Einsicht:** Einsicht ist der beste Anfang, um Schulden abzubauen. Der Konsum ist einzuschränken. Das geht einfach: Nicht immer alles kaufen, was du willst. Überleg dir: Brauche ich das wirklich? Kann ich es mir leisten? Diese Methode würde Marie helfen.

**Schuldnerberatung:** Sind die Schulden höher als dein Einkommen oder wurde das Geld bei Kredit- und Leasinginstitutionen ausgeliehen (wie bei Lukas), hilft ein Abzahlungsvertrag, der alle Schulden umfasst. Darin wird klar geregelt, wie viel Geld jeden zurückbezahlt werden muss.

Wichtig: auch wenn es schwer ist und Überwindung braucht, hole Hilfe bei Hilfsstellen. Diese gibt es in jeder grösseren Stadt. (Die Hilfsstellen werden später noch vorgestellt). Sie werden dir helfen, indem du mit ihnen einen Haushaltsplan oder ein Budget erstellst. Hierbei werden deine Ein- und Ausgaben gegenübergestellt. Das hilft zu kontrollieren, wie viel du jeden Monat einnimmst und ausgibst. (Auf der nächsten Seite findest du eine Vorlage. Nimm dir Zeit und fülle diese aus). Hilfsstellen können auch mit den Gläubigern<sup>1</sup> versuchen die Höhe der Rückzahlungsrate auf dein Budget anzupassen.

**Existenzminimum<sup>2</sup>:** Die härteste, aber die schnellste Variante ist der Weg über das Existenzminimum. Es wird ausgerechnet, wie viel du zum Leben brauchst (Grundbedarf sowie die nötigsten Auslagen für Miete, Krankenkasse und Beruf). Die Differenz zwischen diesen Kosten und dem Lohn wird verwendet, um die Schulden abzubezahlen.

Diesen Weg wählt auch das Betreibungsamt, wenn du gepfändet wirst.

---

<sup>1</sup> Gläubiger bedeutet, die Leute, denen du Geld schuldest.

<sup>2</sup> Erklärung Leben am Existenzminimum: <http://www.schulden-zh.ch/wp-content/uploads/2019/05/Merkblatt-auf-Homepage-Mit-Schulden-am-Existenzminimum-leben.pdf> (07.10.2020).

## Schulden vermeiden

*Auftrag: Um eine Verschuldung vorzubeugen, hilft ein Budgetplan. Fülle diesen für dich aus. Bei Unklarheiten fragst du deine Lehrperson oder informiere dich auf [www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch).*

Zusatz: Falls du bereits ein Einkommen erzielst und über 18 Jahre alt bist, ist es wichtig, dass du deine Steuererklärung richtig ausfüllst und rechtzeitig einreichst. Sonst wirst du vom Amt eingeschätzt und bezahlst zu hohe Steuern. Dies kann dich vor Verschuldung schützen.

*Auftrag (freiwillig): Informiere dich im Internet oder bei Fachpersonen, wie man eine Steuererklärung richtig ausfüllt.*

## Budgetplan für Schüler\*innen monatlich

### Budgetplan für Schüler\*innen monatlich

#### Einnahmen:

Eigenes Einkommen (Job, Ferienjob) \_\_\_\_\_

Andere Einnahmen (Geld von den Eltern,  
Ausbildungszulagen, Stipendien, Darlehen, Subventionen etc.) \_\_\_\_\_

**Totale Einnahmen (+)** \_\_\_\_\_

#### Ausgaben:

##### Schulkosten

Schulgebühr (Kopierbeitrag etc.) \_\_\_\_\_

Exkursionen, Klassenlager \_\_\_\_\_

Lehrmittel, Material etc. \_\_\_\_\_

##### Fixkosten

Krankenkasse (ab 18. Lebensjahr) \_\_\_\_\_

Steuern (ab 18. Lebensjahr/ Bundessteuern,

Kantonssteuern und Gemeindesteuern) \_\_\_\_\_

AHV und IV (falls Erwerbstätig) \_\_\_\_\_

ALV (falls Erwerbstätig) \_\_\_\_\_

EO (Militärersatz und Mutterschaft) \_\_\_\_\_

Handy

---

Fahrkosten (Auto, Zug-Abonnement)

---

### **Persönliche Ausgaben**

Taschengeld (Freizeit, Rauchen, Ausflüge etc.)

---

Kleider, Schuhe

---

Hygiene (Coiffeur, Körperpflege etc.)

Essen

---

### **Rückstellungen**

Jahresfranchise, Selbstbehalt

---

Zahnarzt, Optiker

---

### **Zusätzliche Ausgaben für auswärtiges Wohnen**

Miete, Wohnanteil

---

Nebenkosten (Elektrizität, Wasser, Internet, etc.)

---

Nahrungsmittel (Getränke, Essen)

---

Haushaltsmittel (Waschmittel, Putzmittel etc.)

---

### **Totale Ausgaben (-)**

---

### **Überschuss/ Fehlbetrag (+/-)<sup>3</sup>**

---

---

3 Vgl. [http://www.budgetberatung.ch/index.php?id=151&docID=1013&eID=dam\\_frontend\\_push](http://www.budgetberatung.ch/index.php?id=151&docID=1013&eID=dam_frontend_push) Vorlage angepasst von Felicia Harder (2020).

## Verschuldung macht krank

*Auftrag: Einzelarbeit - Lesen, anschliessend Diskussion in kleinen Gruppen (3-4 Personen) über eigene Erfahrungen*

Je nachdem, welche Art Mensch du bist, kann sich Verschuldung schwerwiegend oder schwache auswirken. Es ist wichtig, dass du versucht mental stark zu bleiben. Wie wir im Film gesehen haben, ist es eine grosse psychische Last und es kann dich in deinem Alltag einschränken.

Die psychische Last kann zu gesundheitlichen Problemen führen, wie zum Beispiel Magengeschwüren, Herzproblemen oder Suizidgedanken. Schamgefühle sind typisch. Betroffene getrauen sich oft nicht mehr aus dem Haus, weil sie sich das alltägliche Leben nicht mehr leisten können, weil sie ihre Probleme verheimlichen wollen. Sie ziehen sich immer mehr zurück, vermeiden sozialen Kontakt und fühlen sich einsam. Weitere Leute berichten, dass sie sich minderwertig fühlen oder ihr Suchtverhalten ansteigt. Sie beginnen z.B. zu trinken oder zu rauchen und versuchen so, die Langeweile und Einsamkeit zu vertreiben.

Aber es können nicht nur psychische Probleme auftreten. Eine Verschuldung kann auch deine Lebenssituation einschränken und belasten. Zum Beispiel wird es schwer mit einer Familienplanung, da man weiss, man kann dem Kind fast nichts Materielles bieten. Es kann gut sein, dass es zu familiären Konflikten kommt. Diese können ebenso psychisch belastend sein.

Bei der Wohnungssuche wirst du eingeschränkt. Viele Mieter verlangen einen leeren Betriebsregisterauszug<sup>4</sup>, teilweise wollen sogar die Arbeitgeber einen leeren Betriebsregisterauszug. Ohne Wohnung keine Arbeit, ohne Arbeit keine Wohnung. Man endet in einem Teufelskreis.

---

<sup>4</sup> Erklärung zu möglichen Einträgen im Betriebsregister: <http://www.schulden-zh.ch/wp-content/uploads/2019/05/Merkblatt-auf-Homepage-Der-Eintrag-im-Betriebsregister.pdf> (07.10.2020).



## Diskussion

*Auftrag: Als Abschluss erhalten die Lernenden die Möglichkeit sich untereinander auszutauschen und über das wichtige Thema zu diskutieren.*

Folgende Fragen dienen als Denkanstoss:

- ➔ Was hat mich am meisten berührt?
- ➔ Wie kann ich einem Freund oder einer Freundin helfen?
- ➔ Hat mich dieses Modul weitergebracht?

Ich gebe zu, du verstehst etwas vom Geldausgeben, Donald. Aber mußt du wirklich so schauderhaft verschwenderisch sein?

Ist es dir lieber, wenn du mir Jahrzehnte lang 30 Kreuzer in der Stunde geben mußt, oder wenn ich meine Arbeit schnell und gründlich verrichte?



## Bibliografie

Das Unterrichtsmodul stützt sich auf die Maturaarbeit von Felicia Harder «Finanziell und psychisch angeschlagen» (2020), Kantonsschule Uster, Betreuer: L. Janssen, Experte: M. Metzger

### Abbildungen

Abb. Titelseite: Junge Erwachsene zählen Geld

Aufgerufen am 04. Oktober 2020 von <<https://www.atebits.com/wp-content/uploads/2019/02/c-users-kathir-pictures-why-investing-for-young-a.jpeg>>.

### Internetquellen

Dachverband (2019/20). Budgetberatung. Aufgerufen am 10. Oktober 2020 von <[http://www.budgetberatung.ch/index.php?id=151&docID=1013&eID=dam\\_frontend\\_push](http://www.budgetberatung.ch/index.php?id=151&docID=1013&eID=dam_frontend_push)>.

Schuldenberatung Kanton Zürich (2019). Merkblatt: Der Eintrag im Betreibungsregister. Aufgerufen am 07. Oktober 2020 von <<http://www.schulden-zh.ch/wp-content/uploads/2019/05/Merkblatt-auf-Homepage-Der-Eintrag-im-Betreibungsregister.pdf>>.

Schuldnerberatung Kanton Zürich (2019). Merkblatt: Mit Schulden am Existenzminimum leben. Aufgerufen am 07. Oktober 2020 von <<http://www.schulden-zh.ch/wp-content/uploads/2019/05/Merkblatt-auf-Homepage-Mit-Schulden-am-Existenzminimum-leben.pdf>>.

SRF my School (2018). Jung und überschuldet. Aufgerufen am 04. Oktober 2020 von <<https://www.srf.ch/sendungen/myschool/jung-und-ueberschuldet>>.

