Verbraucherzentrale
Hamburg

Mein Kostencheck: Be smart

Schulden entstehen oft dadurch, dass man sich viele (kleine) Wünsche erfüllt, die einem ganz normal vorkommen. Neue Kopfhörer hier, ein paar angesagte Sneaker dort oder zwischendurch etwas Schönes für die Wohnung. Wer vieles in Raten abzahlt, verliert leicht die Kontrolle über seine Finanzen. Dabei ist die beim Geld besonders wichtig.

© Behörde für Justiz und Verbraucherschutz (BJV)

DAS SOLLTE MAN WISSEN

1. Shoppen und der Konsum von Dingen ist heutzutage fester Bestandteil des Alltags und gängige Freizeitbeschäftigung.
2. Doch wer kauft, muss sich genau überlegen, was wirklich bezahlt werden kann und was nicht.
3. Schuldenberge wachsen schnell an. Sie wieder abzutragen, ist oft mühevoll.

Stand: 08.09.2025

Ob mit oder ohne Eltern als Backup, wer unabhängig sein will, muss die eigenen Finanzen unter Kontrolle haben. Mit dem Auszug aus dem Kinderzimmer kommen neue Ausgaben auf einen zu, die bewältigt werden wollen – ob komplett oder teilweise.

Kassensturz machen

Wir raten zum Kassensturz. Was kommt rein? Was geht raus? Zwar dauert das am Anfang ein bisschen – vor allem dann, wenn es nicht nur um die Supermarkteinkäufe, sondern auch um laufende Kosten für Versicherungen, Abos oder andere Verträge geht. Doch der Aufwand lohnt sich! Diese Checkliste für die Budgetplanung kann beim Zusammenstellen helfen.

Regelmäßige Einnahmen durch...	Regelmäßige Ausgaben für...
Zahlungen von Eltern oder Großeltern	Miete oder Mietanteil
Kindergeld	Energiekosten (Strom, Gas, Wärme, Wasser)
Gehalt für Ausbildung oder Nebenjob	Telefonkosten
Geld vom Staat (z.B. BAföG, Wohngeld)	Rundfunkbeitrag
Stipendium	Lebens-, Genussmittel und Drogerieartikel
Bildungskredit	Freizeit und Reisen
Renten	Ausbildung und/oder Studium
Sonstiges	Mobilitätskosten (z.B. ÖPNV, Fahrrad, Auto)
	Versicherungen
	Sonstiges

Die zusammengetragenen Fakten helfen, alles unter einen Hut zu bringen und zu entscheiden, was man wirklich braucht und worauf man gut verzichten kann.

GUT ZU WISSEN

Vor allem Smartphones und die damit verbundenen Handytarife können mehr Kosten verursachen als dafür eigentlich im Budget vorgesehen sind. Wer versäumt, einen Vertrag rechtzeitig zu kündigen, muss weiterzahlen. Gerade beim Telefon lohnt es sich, regelmäßig zu schauen, ob es günstigere oder passendere Angebote gibt – mit mehr Datenvolumen zum Beispiel oder anderen Features, die einem wichtig sind. Wer Zeit ins Vergleichen und Wechseln investiert, kann jeden Monat Geld sparen.

Schulden vermeiden

Warum es so wichtig ist, bei seinen Finanzen den Überblick zu behalten? Nichts ist schlimmer als auf Pump zu leben und in die Schuldenfalle zu tappen. Kann man fällige Raten nicht mehr bezahlen, kommen erst die Mahnungen, dann die Mahngebühren und irgendwann womöglich Post vom Gericht mit einem Mahnbescheid.

Wer hoch verschuldet ist, sollte den Tatsachen ins Auge blicken und die Hilfe einer seriösen Schuldnerberatung in Anspruch nehmen. Denn nur selten findet man aus einer echten Schuldenmisere wieder selbst heraus. Schuldenberge entstehen nicht von heute auf morgen. Damit sie sich gar nicht erst anhäufen, gilt:

- Ordnung in den Finanzen halten und das Budget immer im Blick haben. Die Ausgaben müssen zu den Einnahmen passen.
- Geld für den Notfall auf die hohe Kante legen. mehr Infos
- Lockangeboten und besonders günstigen Kreditversprechen widerstehen. mehr Infos

UNSER RAT

In Sachen Geld ist Disziplin gefragt – besonders dann, wenn der monatliche Geldeingang nicht sonderlich üppig ausfällt. Gebt nicht mehr Geld aus, als ihr wirklich habt. Teilt euch die verfügbare Summe so ein, dass auch am Ende des Monats noch ein bisschen was übrig ist. Fragt euch vor jedem Einkauf, ob ihr die Dinge wirklich braucht, die ihr anschaffen wollt. Schulden machen, ist leider sehr leicht, sie wieder loszuwerden kann zum Problem werden.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/junge-leute/kosten