



SchuldenKlar

Schulden-Plan & Rückzahlungsfahrplan

Du bekommst wieder Kontrolle: Überblick über alle Schulden, klare Prioritäten und ein Rückzahlungsplan, der im Alltag funktioniert – ohne Scham, ohne Chaos.

So funktioniert SchuldenKlar

Du gehst in 10 Tagen durch 4 Schritte: Sammeln → Priorisieren → Planen → Absichern. Jeden Tag 10–20 Minuten. Danach hast du einen Plan, den du nur noch abarbeitest.

Dein Start

Name (optional): _____

Monat: _____

Ziel: „schuldenfrei bis“ _____

100% Überblick

Prioritäten-Logik

Notfall-Regeln

Plan in 1 Stunde

Die 4 Schritte

1) Sammeln (Tag 1–2)

- ☐ Alle Schulden auflisten (auch „kleine“)
- ☐ Zinsen, Rate, Laufzeit notieren
- ☐ Mahnstufen / Inkasso markieren

2) Priorisieren (Tag 3)

- ☐ Dringend: Miete, Energie, Krankenkasse
- ☐ Teuer: hohe Zinsen zuerst
- ☐ Stress: Mahnungen / Inkasso zuerst beruhigen

3) Planen (Tag 4–6)

- ☐ Budget festlegen (Fix + frei)
- ☐ Strategie wählen: Lawine oder Schneeball
- ☐ Zusatzrate definieren (realistisch)

4) Absichern (Tag 7–10)

- ☐ Notfall-Puffer starten (Mini)
- ☐ Automatische Zahlungen einrichten
- ☐ Monatsreview (10 Minuten) festlegen



Schritt 1: Deine komplette Schuldenliste

Trag hier alles ein. Wichtig: auch kleine Beträge, Ratenkäufe, Dispo, offene Rechnungen, Inkasso und „ich schieb's seit Monaten“-Themen.

Schulden-Tabelle (zum Ausfüllen)

Gläubiger / Anbieter	Restschuld	Zins / Gebühr	Rate/Monat	Fällig / Status
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / normal
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / Mahnung
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / Mahnung
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / Mahnung
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / Inkasso
_____	_____ €	_____ %	_____ €	__./__./__ / Inkasso

Markiere sofort „kritisch“, wenn ...

- ☐ Wohnung/Energie/Krankenversicherung betroffen
- ☐ Pfändung/Inkasso/gerichtlich droht
- ☐ Rückstände wachsen monatlich

Wichtige Unterlagen

- ☐ Verträge/Briefe/E-Mails sortieren (Ordner)
- ☐ Kontoauszüge der letzten 3 Monate
- ☐ Login-Daten (Bank/Portale) griffbereit

Sofort-Beruhigung (10 Minuten)

Wenn Mahnungen da sind

Ziel ist nicht „alles zahlen“, sondern „Druck rausnehmen“:
kurze Rückmeldung + realistische Rate anbieten.

Mini-Text (für Mail)

„Ich melde mich wegen der offenen Forderung. Ich kann
ab __./__./__ monatlich __ € zahlen. Bitte bestätigen Sie
die Ratenvereinbarung schriftlich.“



Schritt 2–4: Strategie & Rückzahlungsplan

Du wählst eine Strategie, definierst deine Zusatzrate und machst daraus einen Plan, der jeden Monat automatisch läuft. Wichtig: realistisch ist besser als „perfekt“.

Strategie A: „Schulden-Lawine“

Du zahlst zuerst die Schuld mit dem höchsten Zins. Spart Geld.

- ☐ Minimum überall zahlen
- ☐ Zusatzrate auf die teuerste Schuld
- ☐ Dann nächstes teures Ziel

Strategie B: „Schulden-Schneeball“

Du zahlst zuerst die kleinste Schuld. Gibt schnelle Erfolge.

- ☐ Minimum überall zahlen
- ☐ Zusatzrate auf die kleinste Schuld
- ☐ Motivation steigt – Tempo steigt

Dein Monatsbudget (realistisch)

Einnahmen	Fixkosten	Lebenshaltung	Schulden-Minimum	Zusatzrate
_____ €	_____ €	_____ €	_____ €	_____ €

Dein Rückzahlungsfahrplan (Top 3 Prioritäten)

Priorität	Schuld	Aktion	Minimum	Zusatzrate
#1	_____	Lawine / Schneeball	_____ €	_____ €
#2	_____	Danach	_____ €	_____ €
#3	_____	Danach	_____ €	_____ €

Notfall-Regel (wichtig!)

Wenn ein Monat eng wird: Mindestzahlungen sichern. Zusatzrate darf pausieren – aber der Plan bleibt aktiv.

- ☐ Minimum immer bezahlen
- ☐ Zusatzrate nur bei Luft
- ☐ Danach wieder normal weiter

Monatsreview (10 Minuten)

- ☐ 1x Konto checken: sind alle Raten raus?
- ☐ 1x Fortschritt notieren
- ☐ 1x nächstes Ziel festlegen

Review-Termin: _____