

FINANZEN IM GRIFF:
SPAREN

*Unterrichtsmaterial für die
Finanzbildung*



Isabelle Herz

FINANZEN IM GRIFF:
SPAREN

*Unterrichtsmaterial für die
Finanzbildung*

Vorwort

Im ersten Halbjahr 2025 haben die Deutschen 10,3% ihres Einkommens gespart, international gesehen ist das mehr als der globale Durchschnitt und doch ist es weniger als in den Jahren zuvor. Ein Grund dafür sind die gestiegenen Kosten. Damit bleibt weniger Geld zum Sparen übrig. Ein weiterer Grund sind auch vielfältigere Möglichkeiten des Sparens, denn Sparen ist heute deutlich mehr als das Sparbuch. Wie kann man dieses Finanzwissen lebendig vermitteln, damit Sparen nicht als langweilig und überflüssig gesehen wird?

Die Gilberto-Bosques-Volkshochschule in Berlin Friedrichshain-Kreuzberg hat in den Jahren 2024 und 2025 ein eigenes Finanzbildungsprogramm entwickelt. „GELD- Finanzbildung für alle“ richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene auf dem Weg in Ausbildung und Unabhängigkeit ebenso wie Menschen in wirtschaftlich prekären Lebenslagen. Durch Finanzbildung können die Menschen lernen, sich finanziell sicher einzurichten und Schuldenfallen zu entgehen. Die Themen reichen von Handyvertrag bis zum ETF. Die Volkshochschule kooperiert hierfür mit der Ellen-Key-Schule und verschiedenen Kiez-Treffs. Gefördert wurde das Projekt nach den Vorgaben des Erwachsenenbildungsgesetzes (EBIG) durch die Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie. Geleitet wurde das Projekt von Ditte Gurack, die die Programmbereiche Arbeit und Beruf sowie Grundbildung leitet.

Dank gilt zunächst der Autorin des Bandes, Isabelle Herz. Als Trainerin für Teams und Führungskräfte beschäftigt sie sich auch mit der finanziellen Sicherheit von Frauen und konnte ihre Expertise in das Material einfließen lassen. Weiterhin zu danken ist den Kooperationspartnern Dütti-Treff und Just-go-for-it, mit denen das Material ausprobiert und auf der Basis des Feedbacks auch optimiert wurde.

Finanzen im Griff: Sparen ist der sechste Band der Reihe Open Educational Resources X-Hain (OERXH), in der qualitativ hochwertige, digitale Materialien für die moderne Erwachsenenbildung zur Verfügung gestellt werden. Diese Materialien sind im Berliner Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg entstanden und der Idee der Open Educational Ressource verpflichtet: Unter den angegebenen Lizenzbedingungen können die Materialien kostenfrei für nichtkommerzielle Bildungszwecke eingesetzt werden.

Wir wünschen uns, dass Sie unsere Materialien erfolgreich in der Erwachsenenbildung einsetzen können, so dass Ihre Teilnehmer*innen ihre Finanzen besser im Griff haben.



Direktor der Gilberto-Bosques-Volkshochschule
Berlin Friedrichshain-Kreuzberg

Inhalt

1	EINFÜHRUNG IN DAS THEMA	7
	Warum ist Sparen wichtig?	7
	Ziele des Sparens	8
	Psychologische Hürden beim Sparen	8
2	GRUNDLAGEN DES SPARENS	11
	1. Sparquote – Wie und warum berechnen?	11
	2. Unterschied zwischen finanzieller Reserve für Notfälle, Sparzielen und Investitionen	11
	3. Exkurs: Warum, wann, wie und wie viel sparen?	12
3	STRATEGIEN UND METHODEN	15
	1. Einfache Sparmethoden	15
	2. Automatisches Sparen: Daueraufträge und Tools	15
	3. Sparen im Alltag	16
4	ÜBUNGEN UND AKTIVITÄTEN	19
	1. Arbeitsblatt: Mein persönlicher Sparplan	19
	2. Reflexion: Wofür spare ich?	19
	3. Selbsttest: Wo liegen meine Herausforderungen oder Blockaden?	20
	4. Rollenspiel: Verhandeln in verschiedenen Szenarien	20
5	ABSCHLUSS UND REFLEXION	25
	1. Reflexion: Wie finde ich die für mich passende Sparmethode?	25
	2. Inspiration durch persönliche Erfolgsgeschichten	25
	3. Checkliste: Meine ersten Schritte zum Sparen	26
	4. Feedbackrunde	26
6	ANHANG	29
	Anhang 1 Arbeitsblatt – Mein persönlicher Sparplan	29
	Anhang 2 Checkliste – Mein Weg zum erfolgreichen Sparen	31
	IMPRESSUM	34

Einleitung

Diese Zusammenstellung soll Ihnen als Kursleiter*in helfen, den Teilnehmer*innen die Bedeutung des Sparens näherzubringen und sie zu ermutigen, aktiv mit dem Thema zu arbeiten. Sparen ist nicht nur eine Frage des Einkommens, sondern vor allem eine Frage der Einstellung und der Prioritäten.

In den folgenden Inhalten finden Sie theoretische Grundlagen, praktische Methoden und interaktive Übungen, die sowohl finanzielle Grundlagen als auch psychologische Hürden berücksichtigen. Ziel ist es, den Teilnehmer*innen zu vermitteln, dass Sparen ein wichtiger Baustein für finanzielle Stabilität und Freiheit ist – unabhängig von den individuellen Lebensumständen.

Als Kursleiter*in haben Sie die Möglichkeit, die vorgestellten Inhalte flexibel an die Bedürfnisse Ihrer Gruppe anzupassen. Durch Diskussionen, Reflexion und Praxisnähe können die Teilnehmer*innen lernen, Sparen als eine persönliche und machbare Gewohnheit zu etablieren.

1 Einführung in das Thema

Ziel: Die Teilnehmer*innen verstehen, warum Sparen wichtig ist, wie sie ihre Ziele definieren können und welche psychologischen Hürden sie möglicherweise überwinden müssen.

Hinweis für Kursleiter*innen: Was bedeutet „Sparen“ in diesem Kontext? Erklären Sie den Unterschied zwischen den zwei Bedeutungen von „Sparen“, um Missverständnisse zu vermeiden:

- 1. Ansparen:** Geld bewusst zur Seite legen, um finanzielle Reserven aufzubauen oder Ziele zu erreichen. Das ist der Fokus dieses Abschnitts.
- 2. Kosten reduzieren:** Geld sparen, indem Ausgaben gesenkt werden, z. B. durch Rabatte oder günstigere Einkäufe.

Stellen Sie klar, dass der Schwerpunkt hier auf dem **Ansparen von Geld** liegt. Konkrete Tipps zur Kostenreduzierung, wie Rabatte oder Second-Hand, werden in einem späteren Abschnitt (Strategien und Methoden) thematisiert.

Warum ist Sparen wichtig?

Beginnen Sie mit einer offenen Frage an die Gruppe, z. B.: „Warum ist es wichtig, regelmäßig Geld zu sparen? Welche Gründe fallen Ihnen ein?“

Erarbeiten Sie anschließend mit den Teilnehmer*innen, dass Sparen aus verschiedenen Gründen essenziell ist:

- **Finanzielle Sicherheit:** Rücklagen helfen, unerwartete Ausgaben zu bewältigen, wie Reparaturen, medizinische Kosten oder Arbeitslosigkeit.
- **Freiheit und Unabhängigkeit:** Wer spart, kann sich Optionen offenhalten, z. B. einen Jobwechsel, Weiterbildungen oder eine Auszeit.
- **Erreichung von Zielen:** Sparen ermöglicht es, Wünsche zu verwirklichen, wie Reisen, ein Eigenheim oder größere Anschaffungen.
- **Stressreduktion:** Eine finanzielle Reserve verringert den Druck und sorgt für mehr Gelassenheit im Umgang mit Geld.

Ziele des Sparens

Kurz-, mittel- und langfristige Ziele – Erklären Sie die drei Zeithorizonte des Sparens anhand von Beispielen:

KURZFRISTIGE ZIELE

- Rücklagen für unerwartete Ausgaben, z. B. eine Autoreparatur oder Geschenke.
- Sparbetrag: wenige hundert Euro, Zeitraum: wenige Monate.

MITTELFRISTIGE ZIELE

- Geplante Anschaffungen, z. B. ein neuer Laptop, ein Urlaub oder die Tilgung kleinerer Schulden.
- Sparbetrag: einige Tausend Euro, Zeitraum: 1–3 Jahre.

LANGFRISTIGE ZIELE

- Finanzielle Unabhängigkeit, Altersvorsorge, oder größere Projekte wie ein Hausbau.
- Sparbetrag: mehrere Zehntausend Euro, Zeitraum: 5 Jahre oder mehr.

Lassen Sie die Teilnehmer*innen in kleinen Gruppen überlegen, welche Ziele sie aktuell haben, und besprechen Sie diese im Plenum.

Psychologische Hürden beim Sparen

Sparen ist oft keine Frage des Wissens, sondern der inneren Einstellung. Besprechen Sie mit den Teilnehmer*innen, welche psychologischen Hürden das Sparen erschweren können:

- **Sofortige Belohnung vs. langfristiger Nutzen:** Menschen bevorzugen häufig den schnellen Genuss (z. B. spontan shoppen), statt für langfristige Ziele zu sparen.
- **Angst vor Verzicht:** Sparen wird oft mit Einschnitten und weniger Lebensqualität verbunden.
- **Unrealistische Erwartungen:** Viele geben schnell auf, weil sie denken, dass kleine Beträge keinen Unterschied machen.
- **Keine klare Motivation:** Wer keine klaren Ziele hat, verliert schnell die Motivation, regelmäßig zu sparen.

Diskussion

Fragen Sie die Gruppe:

- „Haben Sie schon einmal versucht zu sparen und warum hat es (nicht) geklappt?“
- „Welche Hindernisse spüren Sie persönlich, wenn es ums Sparen geht?“

PSYCHOLOGISCHE HÜRDEN UND MONEY MINDSET

Neben den bereits erwähnten Hürden wie der Präferenz für sofortige Belohnungen oder der Angst vor Verzicht spielt das **Money Mindset** eine zentrale Rolle. Es beschreibt die persönlichen Überzeugungen und Einstellungen, die Menschen gegenüber Geld und Finanzen haben. Diese beeinflussen maßgeblich, wie sie mit Geld umgehen und ob sie erfolgreich sparen können.

WAS IST UNSER MONEY MINDSET?

- **Definition:** Das Money Mindset umfasst Ihre Glaubenssätze und Emotionen in Bezug auf Geld. Es kann positiv („Ich kann meine Finanzen kontrollieren“) oder negativ („Ich werde nie genug haben“) sein.
- **Quellen:** Diese Einstellungen werden oft durch Erfahrungen in der Kindheit, das soziale Umfeld oder kulturelle Einflüsse geprägt.

WIE BEEINFLUSST DAS MONEY MINDSET DAS SPARVERHALTEN?

Negatives Mindset

- „Sparen bringt nichts, weil ich sowieso nicht genug habe.“
- „Ich verdiene es, mich sofort zu belohnen, anstatt für später zu sparen.“

Positives Mindset

- „Auch kleine Beträge machen langfristig einen Unterschied.“
- „Ich habe Kontrolle über mein Geld und kann gezielt auf meine Ziele hinarbeiten.“

2 Grundlagen des Sparens

Ziel: Die Teilnehmer*innen lernen die grundlegenden Prinzipien des Sparens kennen, verstehen den Unterschied zwischen verschiedenen Sparzielen und erkennen, wie sie ihre Sparquote berechnen können.

1. Sparquote – Wie und warum berechnen?

Erklären Sie, was die Sparquote ist:

Definition: Der Prozentsatz des Einkommens, der regelmäßig gespart wird.

Formel: $\text{Sparquote} = (\text{Gespartes Einkommen} \div \text{Gesamteinnahmen}) \times 100$

Beispiel: Einnahmen 2.000€ netto, Monatlich gespart 200€

Sparquote: $(200 \div 2.000) \times 100 = 10\%$

WARUM IST DIE SPARQUOTE NÜTZLICH?

Sie gibt einen Überblick darüber, wie viel vom Einkommen tatsächlich zur Seite gelegt wird. Sie hilft, finanzielle Ziele zu setzen und Fortschritte zu messen.

Aktivität: Lassen Sie die Teilnehmer*innen ihre eigene Sparquote berechnen, falls sie bereits sparen. Wenn sie noch nicht sparen, können sie überlegen, welchen Prozentsatz sie gerne sparen würden.

2. Unterschied zwischen finanzieller Reserve für Notfälle, Sparzielen und Investitionen

Bringen Sie Struktur in das Thema Sparen, indem Sie die drei Hauptzwecke des Sparens klar definieren:

FINANZIELLE RESERVE FÜR NOTFÄLLE

Zweck: Rücklagen für unvorhergesehene Ausgaben wie Reparaturen, medizinische Kosten oder Jobverlust.

Ziel: 3–6 Monate der monatlichen Lebenshaltungskosten.

Beispiel: Wenn Ihre monatlichen Ausgaben 1.500€ betragen, sollte Ihre finanzielle Reserve zwischen 4.500€ und 9.000€ liegen.

MUTMACHENDE PERSPEKTIVEN

3–6 Monate an Lebenshaltungskosten können zunächst überwältigend wirken. Es ist jedoch hilfreich, das Ziel in kleine, machbare Schritte aufzuteilen. Starten Sie mit einer Basisreserve, z. B. 500–1.000 €. Schon dieser Betrag gibt Sicherheit. Sparen Sie regelmäßig, auch kleine Beträge wie 20–50 € monatlich, um Gewohnheiten zu entwickeln.

Feiern Sie Meilensteine, z. B. 1.000 € erreicht – das motiviert. Denken Sie langfristig: Es geht nicht darum, die Reserve sofort aufzubauen, sondern schrittweise.

SPARZIELE

Zweck: Kurz- und mittelfristige Wünsche oder Anschaffungen, z. B. Urlaub, Möbel oder ein neues Auto.

Ziel: Klare Beträge und Zeiträume definieren, um motiviert zu bleiben.

Beispiel: „Ich möchte in 12 Monaten 1.200 € für einen Urlaub sparen. Das bedeutet 100 € pro Monat.“

INVESTITIONEN

Zweck: Langfristiges Sparen mit dem Ziel, das Geld wachsen zu lassen, z. B. für die Altersvorsorge oder größere Projekte.

Ziel: Höhere Rendite durch Investitionen wie ETFs, Aktien oder Immobilien, oft mit einem Zeithorizont von 5–20 Jahren.

Wichtiger Hinweis: Investitionen sind kein Ersatz für Rücklagen, da sie mit Risiken verbunden sind.

3. Exkurs: Warum, wann, wie und wie viel sparen?

WARUM SPAREN?

- Rücklagen schaffen finanzielle Sicherheit.
- Sparen gibt Kontrolle und reduziert Stress.
- Es ermöglicht, Ziele zu erreichen und langfristig Vermögen aufzubauen.

WANN SPAREN?

- Am besten sofort nach dem Gehaltseingang („Pay yourself first“).
- Regelmäßig und langfristig, um eine Gewohnheit zu etablieren.

WIE SPAREN?

- Automatisch: Daueraufträge oder Sparpläne einrichten, um den Prozess zu automatisieren.
- Strukturiert: Sparziele und Prioritäten klar festlegen.

WIE VIEL SPAREN?

- Individuell abhängig von Einkommen und Lebenssituation.
- Faustregel: Mindestens 10 % des Einkommens sparen, falls möglich.

Interaktive Elemente

Kleingruppenübung

Lassen Sie die Teilnehmer*innen überlegen, wie hoch ihre finanzielle Reserve sein sollte.
Beispiel: Monatliche Ausgaben $\times 3$ oder $\times 6$.

Diskussion

Fragen Sie die Gruppe: „Sparen Sie aktuell für alle drei Kategorien (finanzielle Reserve, Sparziele, Investitionen)?“

„Falls nicht, welche Kategorie ist für Sie aktuell am wichtigsten und warum?“

Überleitung: „Nachdem Sie nun die Grundlagen des Sparens kennengelernt haben, schauen wir uns im nächsten Abschnitt konkrete Strategien und Methoden an, wie Sie Sparen effizient und alltagstauglich umsetzen können.“

3 Strategien und Methoden

Ziel: Die Teilnehmer*innen lernen verschiedene Sparstrategien und Methoden kennen, die sie je nach Lebenssituation und Vorlieben flexibel anwenden können.

1. Einfache Sparmethoden

Diese Methoden sind leicht umzusetzen und eignen sich für Einsteiger*innen:

- **Die 10-Euro-Regel**
Legen Sie bei jedem Geldeingang einen festen Betrag (z. B. 10€) zur Seite. Dieser kleine Betrag summiert sich über Zeit und ist leicht in den Alltag zu integrieren.
- **Wechselgeld sparen**
Sammeln Sie sämtliches Kleingeld in einem Sparglas.
- **Das 52-Wochen-Sparen**
Sparen Sie jede Woche einen Betrag, der der Wochennummer entspricht (z. B. in Woche 1: 1€, in Woche 2: 2€ oder entgegengesetzt mit 52€ beginnen, wenn man es angenehmer empfindet, dass der Betrag kleiner wird). Am Jahresende haben Sie 1.378€ gespart.

2. Automatisches Sparen: Daueraufträge und Tools

Automatisierung reduziert den Aufwand und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass gespart wird:

- **Daueraufträge**
Richten Sie einen festen Dauerauftrag ein, der direkt nach dem Gehaltseingang einen Betrag auf ein separates Sparkonto überweist („Pay yourself first“).
- **Rundungsfunktionen in Banking-Apps**
Nutzen Sie Tools, die bei jeder Kartenzahlung den Betrag aufrunden und die Differenz auf ein Sparkonto überweisen.

3. Sparen im Alltag

Praktische Spartipps, die direkt im Alltag umsetzbar sind:

- **Rabatte und Angebote nutzen**
Planen Sie größere Anschaffungen rund um Rabattaktionen und vergleichen Sie Preise.
- **Second-Hand und Tauschbörsen**
Kaufen Sie gebrauchte Kleidung, Möbel oder Technik. Oft finden sich hochwertige Produkte zu einem Bruchteil des Neupreises.
- **Gutscheine und Cashback nutzen**
Viele Anbieter geben Rabatte oder Cashback bei Einkäufen.
- **Selber machen statt kaufen**
DIY-Ideen wie selbstgemachte Geschenke oder Reparaturen können Kosten sparen.
- **Meal Prep und Einkaufsliste**
Planen Sie Mahlzeiten im Voraus und kaufen Sie gezielt ein, um Lebensmittelverschwendung und spontane, teure Einkäufe zu vermeiden.

INTERAKTIVE METHODE: GEMEINSAMES SAMMELN UND BEWERTEN VON SPARTIPPS

Ziel: Die Teilnehmer*innen tauschen sich über ihre Erfahrungen aus und entwickeln gemeinsam Ideen.

1. Gruppenarbeit

Teilen Sie die Teilnehmer*innen in Kleingruppen ein. Jede Gruppe sammelt Spartipps zu einem bestimmten Thema, z. B. „Sparen bei Lebensmitteln“ oder „Günstige Freizeitgestaltung“.

2. Präsentation

Jede Gruppe stellt ihre besten Tipps vor. Die Kursleiter*innen ergänzen gegebenenfalls weitere Ansätze.

3. Bewertung

Diskutieren Sie im Plenum, welche Tipps für die Gruppe am praktikabelsten oder überraschendsten sind.

Ideen für Spartipps unter diesem Link: karrierebibel.de/spartipps

Überleitung: „Nachdem Sie nun verschiedene Sparmethoden kennengelernt haben, werden wir uns im nächsten Abschnitt mit praktischen Übungen beschäftigen, um das Gelernte direkt anzuwenden und individuell anzupassen.“

4 Übungen und Aktivitäten

Ziel: Die Teilnehmer*innen wenden die erlernten Sparstrategien praktisch an und reflektieren ihre individuellen Ziele und Herausforderungen.

1. Arbeitsblatt: Mein persönlicher Sparplan

Die Teilnehmer*innen entwickeln einen eigenen Sparplan, der auf ihre Ziele und finanzielle Situation zugeschnitten ist. (siehe Anhang)

INHALTE DES ARBEITSBLATTS

Meine Einnahmen: _____

Meine monatlichen Ausgaben: _____

Ziel: Wie viel möchte ich sparen? _____

Zeitraum: Bis wann möchte ich mein Ziel erreichen? _____

Methode: Welche Sparmethode möchte ich ausprobieren?

(z. B. Dauerauftrag, 52- Wochen-Methode): _____

Erste Schritte: _____

ANLEITUNG

1. Die Kursleiter*innen erklären den Aufbau des Arbeitsblatts und geben Beispiele.
2. Die Teilnehmer*innen füllen das Arbeitsblatt individuell aus.
3. Freiwillige können ihren Sparplan im Plenum vorstellen und Feedback erhalten.

2. Reflexion: Wofür spare ich?

Ziel: Den Teilnehmer*innen helfen, klare und motivierende Sparziele zu formulieren.

ABLAUF

1. Fragen Sie die Teilnehmer*innen:
 - „Wofür möchten Sie in den nächsten Monaten sparen?“
 - „Welches Ziel inspiriert Sie langfristig?“

2. Lassen Sie die Teilnehmer*innen ihre Sparziele aufschreiben und diese nach Wichtigkeit priorisieren.
3. In Kleingruppen können sie ihre Ziele besprechen und sich gegenseitig motivieren.

3. Selbsttest: Wo liegen meine Herausforderungen oder Blockaden?

Ziel: Die Teilnehmer*innen reflektieren persönliche Hindernisse beim Sparen.

ABLAUF

1. Verteilen Sie einen kurzen Test mit Fragen wie:
 - „Wie oft gebe ich Geld spontan aus, ohne zu überlegen?“
 - „Fällt es mir schwer, auf etwas zu verzichten, um zu sparen?“
 - „Habe ich klare Sparziele, oder spare ich eher planlos?“
2. Die Teilnehmer*innen bewerten sich selbst auf einer Skala von 1 (stimme gar nicht zu) bis 5 (stimme voll zu). Geht auch mit Punktabfrage an einer Skala am Flipchart.
3. Besprechen Sie im Plenum: Welche Hindernisse sind häufig? Welche Strategien könnten helfen, diese zu überwinden?

4. Rollenspiel: Verhandeln in verschiedenen Szenarien

Ziel: Den Teilnehmer*innen praxisnah vermitteln, wie sie durch geschickte Verhandlungen bei Einkäufen oder Dienstleistungen sparen können.

EINFÜHRUNG IN DAS THEMA VERHANDELN

1. Warum Verhandeln wichtig ist

- Verhandeln ermöglicht es, Geld zu sparen und bessere Konditionen zu erhalten.
- Es ist keine Frage des Einkommens, sondern der Strategie und Vorbereitung.

2. Tipps für erfolgreiche Verhandlungen

- **Freundlich, aber bestimmt:** Bleiben Sie höflich, aber zeigen Sie klar, dass Sie einen besseren Preis anstreben.
- **Gut vorbereitet sein:** Informieren Sie sich vorab über Preise und Alternativen.
- **Argumente nennen:** z. B. „Ich habe diesen Artikel woanders günstiger gesehen.“
- **Schweigen nutzen:** Eine kurze Pause nach einem Angebot kann dem Händler signalisieren, dass Sie überlegen.
- **Nicht sofort zustimmen:** Zeigen Sie Interesse, aber lassen Sie Raum für Verhandlungen.

Beispieldialog: Flohmarkt

Situation: Der Käufer interessiert sich für eine gebrauchte Tasche, die für 20€ angeboten wird.

Käufer: „Die Tasche gefällt mir gut, aber 20€ sind etwas über meinem Budget. Würden Sie sie für 15€ abgeben?“

Verkäufer: „Das ist schon ein sehr guter Preis. Ich habe sie kaum benutzt.“

Käufer: „Ich verstehe, aber ich habe noch andere Ausgaben heute. Würden Sie 15€ akzeptieren, wenn ich sie sofort nehme?“

Verkäufer: „Hm... Okay, machen wir 17€.“

Käufer: „Wie wäre es, wenn wir uns in der Mitte bei 16€ treffen?“

Verkäufer: „Na gut, 16€ ist in Ordnung.“

SZENARIEN ZUM ÜBEN FÜR DAS ROLLENSPIEL

1. Flohmarkt

Hintergrund: Sie möchten einen gebrauchten Artikel kaufen (z. B. Kleidung, Bücher, Elektronik). Der Händler hat keinen festen Preis, ist aber verhandlungsbereit.

Typische Aussagen des Verkäufers

- „Das ist schon mein Mindestpreis.“
- „Für den Zustand ist das ein echtes Schnäppchen.“
- „Wenn Sie mehrere Sachen nehmen, kann ich etwas am Preis machen.“

Tipps für den Käufer

- Schauen Sie nach Mängeln und erwähnen Sie diese („Da ist ein kleiner Kratzer.“).
- Fragen Sie nach einem Rabatt für mehrere Artikel.

2. Küchenkauf

Hintergrund: Sie kaufen eine neue Küche und möchten den Preis oder Zusatzleistungen verhandeln.

Typische Aussagen des Verkäufers

- „Bei Küchen gibt es kaum Spielraum, die Preise sind schon sehr knapp kalkuliert.“
- „Das Modell ist sehr gefragt, da können wir leider nichts mehr machen.“
- „Ich kann Ihnen höchstens die Lieferung kostenlos anbieten.“

Tipps für den Käufer

- Fragen Sie nach zusätzlichen Leistungen wie Planung, kostenlose Lieferung oder Montage.

- Vergleichen Sie Preise bei anderen Anbietern und erwähnen Sie diese.
- Bleiben Sie geduldig und zeigen Sie, dass Sie auch ohne Kauf gehen könnten.

3. Reparaturdienst (Handwerker)

Hintergrund: Sie verhandeln mit einem Handwerker über die Reparatur einer Waschmaschine.

Typische Aussagen des Handwerkers

- „Das ist ein Standardpreis, da kann ich nichts machen.“
- „Die Ersatzteile sind sehr teuer.“
- „Ich gebe Ihnen Garantie auf die Reparatur, das rechtfertigt den Preis.“

Tipps für den Käufer

- Fragen Sie, ob es günstigere Ersatzteile gibt.
- Schlagen Sie vor, Barzahlung oder einen Festpreis für die gesamte Arbeit zu vereinbaren.
- Fragen Sie, ob es Rabatte für Neukunden gibt.

ABLAUF DES ROLLENSPIELS

1. Vorbereitung

- Teilen Sie die Gruppe in Paare oder kleine Gruppen ein. Jede Gruppe wählt ein Szenario (oder Sie teilen es zu).
- Geben Sie den Gruppen 5 Minuten Zeit, um sich auf ihre Rolle (Käufer/Verkäufer) vorzubereiten.

2. Verhandlungen

- Führen Sie die Verhandlungen durch (ca. 5 Minuten pro Paar). Jede Gruppe kann vor der Klasse präsentieren oder parallel arbeiten.

3. Reflexion

Nach den Verhandlungen reflektieren Sie gemeinsam:

- „Welche Argumente waren erfolgreich?“
- „Welche Strategien haben geholfen, den Preis zu senken?“
- „Wie hat sich die andere Rolle angefühlt?“

Überleitung: „Mit diesen Übungen haben Sie verschiedene praktische Ansätze zum Sparen kennengelernt. Im nächsten Schritt werden wir reflektieren, welche Methoden am besten zu Ihnen passen und wie Sie Ihre Erfolge langfristig sichern können.“

5 Abschluss und Reflexion

Ziel: Die Teilnehmer*innen reflektieren die erlernten Inhalte, finden die für sie passenden Sparmethoden und nehmen Inspiration für ihre Sparziele mit.

1. Reflexion: Wie finde ich die für mich passende Sparmethode?

LEITFRAGEN FÜR DIE TEILNEHMER*INNEN

- „Welche Sparmethode oder Strategie hat mich besonders angesprochen?“
- „Welche Methode könnte ich in meinen Alltag integrieren?“
- „Welche Hindernisse könnte ich haben, und wie könnte ich diese überwinden?“

VORGEHEN

- Lassen Sie die Teilnehmer*innen einzeln oder in Kleingruppen reflektieren und ihre Antworten notieren.
- Optional: Im Plenum kann jede*r eine Methode nennen, die sie/er ausprobieren möchte.

2. Inspiration durch persönliche Erfolgsgeschichten

Ziel: Die Teilnehmer*innen werden motiviert, indem sie von realen Erfolgen hören.

MÖGLICHKEITEN

1. Beispielgeschichten teilen

Erzählen Sie (oder laden Sie Teilnehmer*innen ein), persönliche Geschichten zu teilen, z. B.:

- „Wie ich mit der 10-Euro-Regel 500€ für einen Urlaub angespart habe.“
- „Wie ein Dauerauftrag mir geholfen hat, einen Notgroschen aufzubauen.“

2. Ermutigende Botschaft

- „Auch kleine Beträge machen einen großen Unterschied, wenn man dranbleibt.“
- „Sparen ist ein Prozess, der mit jedem Schritt leichter wird.“

3. Checkliste: Meine ersten Schritte zum Sparen

Verteilen Sie eine praktische Checkliste, die den Teilnehmer*innen hilft, das Gelernte im Alltag umzusetzen (siehe Anhang).

BEISPIEL

- **Klarheit schaffen**

- ☐ Meine Sparziele definieren (z. B. kurzfristig, mittelfristig, langfristig).
- ☐ Meine Sparquote berechnen und einen Zielbetrag festlegen.

- **Sparen starten**

- ☐ Eine Methode wählen (z. B. Dauerauftrag, 10-Euro-Regel, Umschlagmethode).
- ☐ Sparen automatisieren (z. B. mit einem Dauerauftrag).

- **Dranbleiben**

- ☐ Regelmäßig meine Fortschritte überprüfen (z. B. monatlicher Budget-Check).
- ☐ Kleine Erfolge feiern und mich motivieren.

4. Feedbackrunde

Ermöglichen Sie den Teilnehmer*innen, ihre Erfahrungen und Meinungen zu teilen.

FRAGEN FÜR DIE FEEDBACKRUNDE

- „Was habe ich heute über Sparen gelernt?“
- „Welche Methode werde ich ausprobieren?“
- „Welche Themen haben mich besonders interessiert?“
- „Welche Themenbereiche möchte ich vertiefen?“

ABSCHLUSS

Botschaft an die Teilnehmer*innen: „Sparen ist nicht immer leicht, aber es ist eine der besten Investitionen in Ihre eigene finanzielle Sicherheit und Freiheit. Beginnen Sie klein, bleiben Sie konsequent und feiern Sie Ihre Fortschritte. Jeder Schritt bringt Sie näher an Ihre Ziele.“

5 Anhang

ANHANG 1 | Arbeitsblatt – Mein persönlicher Sparplan

1. Meine aktuelle finanzielle Situation

Meine monatlichen Einnahmen (z. B. Gehalt, Kindergeld, Nebenjob): _____ €

Meine festen monatlichen Ausgaben (z. B. Miete, Versicherungen, Strom, Abos, Kredite): _____ €

Meine variablen monatlichen Ausgaben (z. B. Lebensmittel, Freizeit, Kleidung, sonstige Kosten): _____ €

Mein aktueller finanzieller Puffer (falls vorhanden): _____ €

Meine aktuelle Sparquote (falls bereits gespart wird): _____ €

2. Mein Sparziel

Wofür möchte ich sparen (z. B. Notfallreserve, Urlaub, größere Anschaffung, Altersvorsorge)? _____

Wie viel Geld benötige ich insgesamt? _____ €

Bis wann möchte ich mein Ziel erreichen? _____

Tipp: Teilen Sie größere Sparziele in Etappenziele auf, um motiviert zu bleiben!

3. Meine Sparstrategie

• Wie viel kann und möchte ich pro Monat sparen? _____ €

• Welche Sparmethode passt zu mir?

☐ Dauerauftrag auf ein Sparkonto

☐ Umschlagmethode

☐ 52-Wochen-Spar-Challenge

☐ 10-Euro-Regel (bei jedem Geldeingang 10€ sparen)

☐ Kleingeld-Challenge (gesammeltes Restgeld sparen)

☐ Sonstige: _____

4. Erste Schritte zur Umsetzung

Was kann ich heute tun, um mein Sparziel zu starten
(z. B. Dauerauftrag einrichten, ein Sparschwein aufstellen, ein Budget-Tool nutzen)?

Wie kann ich meine Ausgaben reduzieren, um mehr sparen zu können
(z. B. Abos überprüfen, Second-Hand statt Neukauf, Rabattaktionen nutzen)?

Wie werde ich meinen Fortschritt regelmäßig überprüfen
(z. B. monatlicher Budget-Check, Tracking-App, Haushaltsbuch)?

5. Motivation und Reflexion

Warum ist mir dieses Sparziel wichtig?

Was könnte mich beim Sparen demotivieren? Wie kann ich das vermeiden?

Wie belohne ich mich, wenn ich mein Sparziel erreiche?

Tipp: Kleine Belohnungen (z. B. eine besondere Aktivität) helfen, motiviert zu bleiben, ohne das Sparziel zu gefährden!

ANHANG 2 | Checkliste – Mein Weg zum erfolgreichen Sparen

1. Klarheit schaffen: Meine Sparziele und Strategie

MEINE SPARZIELE DEFINIEREN

- Kurzfristig (bis 1 Jahr): _____
- Mittelfristig (1–5 Jahre): _____
- Langfristig (über 5 Jahre): _____

MEINE AKTUELLE FINANZIELLE SITUATION ANALYSIEREN

- Monatliche Einnahmen: _____ €
- Monatliche Fixkosten: _____ €
- Variable Ausgaben: _____ €
- Bereits gespart: _____ €

MEINE SPARQUOTE BERECHNEN

- Sparquote = $(\text{Gespartes Einkommen} \div \text{Gesamteinnahmen}) \times 100$

- Ziel-Sparquote: _____ %

EINEN REALISTISCHEN ZIELBETRAG FESTLEGEN

- Zielsumme: _____ €
- Zeitraum: _____ Monate/Jahre
- Monatlicher Sparbetrag: _____ €

2. Sparen starten: Mein persönlicher Plan

EINE GEEIGNETE SPARMETHODE WÄHLEN

- ☐ Dauerauftrag auf ein Sparkonto
- ☐ Umschlagmethode
- ☐ 52-Wochen-Spar-Challenge
- ☐ 10-Euro-Regel (bei jedem Geldeingang 10€ sparen)
- ☐ Kleingeld-Challenge (gesammeltes Restgeld sparen)
- ☐ Sonstige: _____

SPAREN AUTOMATISIEREN

- Dauerauftrag eingerichtet: ☐ Ja ☐ Nein
- Sparbetrag vom Gehalt direkt weglegen („Pay yourself first“): ☐ Ja ☐ Nein

MEIN SPARGELD TRENNEN

- ☐ Eigenes Sparkonto eröffnet
- ☐ Sparumschläge für verschiedene Ziele angelegt
- ☐ Budget- oder Finanz-App eingerichtet

KOSTEN REDUZIEREN, UM MEHR SPAREN ZU KÖNNEN

- ☐ Verträge & Abos geprüft
- ☐ Ausgaben bewusst erfasst und analysiert
- ☐ Günstigere Alternativen für Einkäufe gefunden
- ☐ Preisvergleiche und Rabatte genutzt

3. Dranbleiben: Meine Spargewohnheiten festigen

REGELMÄSSIGE SPAR-ÜBERPRÜFUNG EINPLANEN

- ☐ Monatlicher Budget-Check: Einnahmen, Ausgaben, Sparfortschritt überprüfen
- ☐ Quartalsweise Reflexion: Funktioniert meine Methode?
Muss ich Anpassungen vornehmen?

SPAR-HINDERNISSE ERKENNEN UND LÖSUNGEN FINDEN

- Was könnte mich vom Sparen abhalten? _____
- Wie kann ich diese Hürden umgehen? _____

MEINE FORTSCHRITTE SICHTBAR MACHEN

- ☐ Sparbetrag in einer Tabelle/App eintragen
- ☐ Meilensteine markieren (z. B. 500€, 1.000€ erreicht)
- ☐ Erfolgsjournal führen (z. B. was mir das Sparen ermöglicht hat)

MOTIVATION DURCH KLEINE BELOHNUNGEN AUFRECHTERHALTEN

- ☐ Belohnung für erreichte Sparziele überlegen
(z. B. ein kleiner Ausflug oder eine besondere Aktivität)
- ☐ Erfolge mit Familie oder Freunden teilen

Tipp: „Sparen ist kein Sprint, sondern ein Marathon. Bleiben Sie flexibel und passen Sie Ihre Strategie an, wenn sich Ihre finanzielle Situation ändert. Dadurch vermeiden Sie Lifestyle Inflation¹. Kleine Beträge summieren sich über die Zeit – das wichtigste ist, einfach anzufangen!“

1 Lifestyle Inflation bezeichnet die Tendenz, mit steigendem Einkommen auch die eigenen Ausgaben zu erhöhen, anstatt den zusätzlichen Betrag zu sparen oder zu investieren. Dies kann dazu führen, dass trotz eines höheren Gehalts keine finanzielle Verbesserung eintritt, weil die höheren Einnahmen direkt für einen teureren Lebensstil ausgegeben werden.

IMPRESSUM

Herausgeber

Gilberto-Bosques-Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg
Frankfurter Allee 37
10247 Berlin
www.vhs-fk.de
info@vhs-fk.de

Projektleitung

Maik Walter, Gilberto-Bosques-Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg

Layout/Satz

Bettina Boos, hallo@tina8.de

Open Educational Resources X-Hain, Band 6

1. Auflage, 2025

© 2025 Gilberto-Bosques-Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg

Texte sind freigegeben unter der Creative-Commons-Lizenz CC BY-NC-ND 4.0

Texte: Isabelle Herz

Das Projekt wurde gefördert aus Mitteln der Projektförderung nach dem Erwachsenenbildungsgesetz des Landes Berlin.



Gilberto-Bosques-Volkshochschule
Friedrichshain-Kreuzberg

