

## **Budgetberatung: Wofür Geld ausgeben und wofür nicht? Hinter nüchternen Zahlen verbergen sich viele Emotionen.**

Viele kennen es: Es ist Mitte Monat und das Geld nimmt langsam ab. Miete, Krankenkasse, Strom – die Liste der Ausgaben ist lang und das Geld begrenzt. Ängste, auch schlaflose Nächte und nicht selten Streit ums Geld sind manchmal die Folgen.

Nüchtern betrachtet ist das Erstellen eines Budgets eine rein mathematische Aufgabe. Doch bei der Budgetberatung wird schnell klar, dass es nicht nur um Zahlen geht. Zwar ist Geld der Anlass für eine Beratung, fast immer stehen aber Schicksale und Emotionen dahinter: Ein Paar, das um eine gerechte Aufteilung der Einkünfte ringt; Eltern, die nach der Familiengründung mit Konflikten rund ums Haushaltsgeld kämpfen; eine alleinerziehende Mutter mit einer hohen Zahnarztrechnung oder ein Fünfzigjähriger, der neben den psychischen Folgen des Arbeitsplatzverlustes auch mit einer empfindlichen Lohneinbusse konfrontiert ist.

Der Umgang mit Geld ist so individuell wie wir Menschen. Umso wichtiger ist es, als Budgetberaterin eine neutrale Position einzunehmen und nicht zu werten. Vielmehr gilt es, sich einen Überblick über die Finanzen zu verschaffen. In manchen Gesprächen zeigt sich dabei ein grosser Schuldenberg. In solchen Fällen kann eine Schuldenberatung, z.B. bei der Caritas Regionalstelle Sargans, mögliche Lösungen aufzeigen. Aber es bleibt für längere Zeit schwierig.

Wie läuft eine typische Budgetberatung ab? Als Erstes werden sämtliche Einnahmen und Ausgaben detailliert und realitätsnah erfasst. Denn das Budget sollte nicht nur auf dem Papier ausgeglichen sein, sondern v.a. in der Praxis. Im zweiten Schritt werden Ausgaben und Einnahmen verglichen. Sind die Ausgaben höher, wird nach Einsparmöglichkeiten gesucht. Das bedeutet, Abstriche zu machen, mit weniger Geld auszukommen und oft schmerzlichen Verzicht. Sind die Ausgaben und Einnahmen deckungsgleich, muss das Geld auf alle Tage des Monats bzw. über das ganze Jahr verteilt werden. Hier sind insbesondere die unregelmässig anfallenden Kosten, wie z.B. die Krankenkassenfranchise, zu berücksichtigen. Optimal ist es, wenn ein Überschuss bei der Budgetplanung zur Verfügung steht, um ein finanzielles Polster aufzubauen. Denn gerade unvorhergesehene Ausgaben, wie z.B. Zahnarztkosten, tragen dazu bei, dass ein Budget überschritten wird und Schulden entstehen. Eine Budgetplanung ist grundsätzlich gut, aber ohne Kontrolle bringt selbst die beste Planung wenig. Deshalb ist es entscheidend, das Budget immer wieder zu überprüfen und anzupassen. Der Kirchliche Sozialdienst der Region Werdenberg bietet Sozial- und Budgetberatungen und unter gewissen Bedingungen Überbrückungshilfen an. Bei der Budgetberatung werden Entscheidungsgrundlagen erarbeitet, um sich innerhalb der bestehenden Grenzen bewusst für oder gegen eine gewisse Ausgabe zu entscheiden. Denn zu wissen, wie hoch die Belastungen tatsächlich sind, kann davor schützen, in eine Schuldenfalle zu geraten.