



# SOS-Schulden Notfallplan

In 4 Schritten ruhiger schlafen ..



## Vorwort

- - - - X

**Fehlendes Wissen im Umgang mit Schulden kann schnell zu einer ausweglosen Lage führen.** Die Vermeidung einer existenzgefährdenden Situation sowie die Stabilisierung Ihrer finanziellen Lage haben oberste Priorität.

**Entschuldung ist ein langwieriger Prozess, der am besten gemeinsam mit einem Experten durchlaufen wird.** Eine gut durchdachte Strategie und langjährige Erfahrung können den Prozess nicht nur erheblich beschleunigen, sondern auch viele Kosten und Nerven sparen.



Sollten wir noch kein Gespräch geführt haben, buchen Sie bitte einen Termin. In diesem Termin besprechen wir Ihre aktuelle Situation und klären die dringendsten Fragen.

**Buchungslink:** [www.schuldner-insolvenzberatung.berlin/sofortkontakt](http://www.schuldner-insolvenzberatung.berlin/sofortkontakt)

Der folgende Notfallplan gibt Ihnen einen Überblick über die wichtigsten Themen. Ich wünsche Ihnen, egal wie aussichtslos die Situation erscheinen mag, dass Sie den Blick für das Wesentliche nicht verlieren und gut durch die Krise gelangen. Schulden sind belastend, aber die meisten Menschen kommen gestärkt aus der Krise hervor.

Das habe ich aus eigener Erfahrung gelernt.

**Richard Mandel RA**

## Schritt 1: Stabilisierung und Reserven aufbauen.

- - - - - X

**Zahlungsstopp:** Stellen Sie fast alle Zahlungen ein. Miet-, Strom- und Lebenshaltungskosten sind weiterhin zu begleichen. Alle anderen Zahlungen stellen Sie rigoros ein.

**Ratenvereinbarungen:** Bei aktuellen Miet- oder Stromschulden vereinbaren Sie möglichst geringe Ratenzahlungen, um Stromsperren oder eine Räumungsklage zu vermeiden. Unter Umständen können Sie auch einfach den Stromanbieter wechseln und die Schulden “stehen” lassen.

**Kontenmanagement:** Wenn Ihr Konto im Minus ist, oder Sie Schulden bei der Bank haben (laufende Kredite), eröffnen Sie ein neues Konto bei einer anderen Bank. Leiten Sie Ihr Einkommen auf das neue Konto um und führen Sie es als Guthaben-, Basis- oder P-Konto (Kein Dispo!). Die Schulden bei der alten Bank lassen sie dort stehen.

**Sozialleistungen:** Beantragen Sie wenn möglich Sozialleistungen oder versuchen Sie, Ihr Einkommen zu steigern.

**Liquidität sichern:** Räumen Sie Ihre Konten leer und lassen Sie alle Lastschriften der letzten Monate zurückbuchen (Miete und Strom ausgenommen).

**Bargeldreserve:** Bauen Sie eine Bargeldreserve auf.

## Schritt 2: Sondierung – Überblick gewinnen?

- - - - - x

### A. Schuldenstand ermitteln

**Schuldenstand:** Erfassen Sie auf Papier oder Digital alle Schulden. Alle Gläubiger sind gleich und haben die gleichen Rechte; egal ob Freunde, Familie, Jobcenter, Finanzamt oder Krankenkasse. Ermitteln Sie auch potenzielle Schulden – Rechtsstreitigkeiten, Scheidung, Bürgschaften etc.

**Unterlagen sichten:** Öffnen Sie alle Briefe und sortieren Sie diese nach Gläubigern und Aktenzeichen.

**SCHUFA-Datenkopie:** Fordern Sie Ihre kostenlose SCHUFA-Datenkopie an, um alle Forderungen zu prüfen.

**Gläubigerverzeichnis:** Erstellen Sie ein Verzeichnis Ihrer Gläubiger und halten Sie es aktuell (siehe Anlage 2 mit Hinweisen).

**Ordner anlegen:** Briefe/ Unterlagen / Nachweise in der Reihenfolge des Gläubigerverzeichnisses ablegen.

**Alte Schulden:** Fordern Sie vom Gläubiger oder Inkasso eine aktuelle Forderungsaufstellung an. Berufen Sie sich präventiv auf Verjährung.

### B. Überblick über die Ausgaben verschaffen

Ermitteln Sie Ihre notwendigen Ausgaben (Lebenshaltung, notwendige Versicherungen, Miete, Transportkosten, Unterhalt, etc.), führen Sie eventuell ein Haushaltsbuch. Ratenzahlungen auf Schulden gehören nicht dazu.

### C. Einnahmen

Klären Sie Ihre Einnahmen und mögliche zusätzliche Einkommensquellen.

### D. Vermögenswerte

Erfassen Sie Ihr Vermögen, z. B. Immobilien, Sparverträge, Lebensversicherungen, Gartenlaube, KFZ, Sachwerte.

*Sie sind nicht alleine. Wir haben schon über 1000 Menschen aus genau Ihrer Lage geholt*



### Schritt 3: Bewertung der Situation.

- - - - X

**Verschuldung einschätzen:** Bestimmen Sie, ob Sie überschuldet oder nur verschuldet sind. Eine genaue Einschätzung sollte durch einen Fachmann erfolgen. Eine Überschuldung liegt vor, wenn Ihr Vermögen und Ihre laufenden Einnahmen nicht ausreichen, um die Schulden zu bezahlen.

**Individuelles Budget:** Legen Sie ein individuelles Budget fest, das zur Schuldentilgung aufgebracht wird. Dieses Budget berechnet sich folgendermaßen:

**Budget** = Einkommen - Miete - Nebenkosten - Strom -  
Lebenshaltungskosten

Alternativ:

**Budget** = Einkommen – Pfändungsfreibetrag

Der Pfändungsfreibetrag ist der Betrag des Einkommens, der vor einer Pfändung geschützt ist. Dieser ergibt sich aus der Pfändungstabelle sowie aus Rechtsprechung und Gesetz. Bei Lohn- und Gehaltspfändungen bestimmt der Arbeitgeber als Drittschuldner den Pfändungsfreibetrag nach den gesetzlichen Vorschriften. Für das P-Konto ist eine spezielle Bescheinigung notwendig, die von verschiedenen Stellen erstellt werden kann.

**Schnellschüsse vermeiden:** Schulden sollten grundsätzlich aus dem eigenen laufenden Einkommen getilgt werden. Vermögen oder Geld von Freunden und Familie sollte, wenn überhaupt, nur für eine echte Verhandlungslösung eingesetzt werden.

**Zwangsmaßnahmen entgegenwirken:** Schützen Sie Ihr Einkommen und Vermögen vor Pfändungen. Ein P-Konto ist eine von vielen Schutzmöglichkeiten.

## Schritt 4: Strategie entwickeln und handeln.

- - - - - X

### Variante 1: Verschuldung, aber nicht überschuldet

- Verhandeln Sie mit Gläubigern und bieten Sie Ratenzahlungen innerhalb Ihres Budgets an.
- Priorisieren Sie kleinere Schulden, um weitere Inkassokosten zu vermeiden.
- Größere Forderungen verhandeln Sie.
- Leisten Sie gezielte Zahlungen nur auf die Hauptschuld. Inkassokosten und Zinsen zahlen Sie nicht. Ist ein Titel ergangen, zahlen Sie den im Titel ausgewiesenen Betrag. Im Überweisungsbetreff schreiben Sie stets Zahlung auf die Hauptschuld und das Aktenzeichen.
- Bevor Sie neue Schulden machen, zahlen Sie lieber alte Schulden / Raten nicht

- **Widerspruch:** Erheben Sie Widerspruch / Einspruch bei Mahn- und Vollstreckungsbescheiden, besonders was Zinsen und Kosten angeht.

### Variante 2: Überschuldung

**Professionelle Hilfe suchen:** Eine Beratung ist notwendig, um die beste Lösung zu finden. Wenden Sie sich an eine professionelle Schuldnerberatung. Ohne Beratung ist eine Privatinsolvenz nicht möglich.

**Verhandlungslösung:** Eine Reduktion der Schulden durch Vergleich kann je nach Gläubiger, Einkommen, Alter und Art der Schulden möglich sein. Der Erlass von Schulden ist die beste Art, Schulden zu tilgen. Gute Vergleiche lassen sich in der Regel nur mit drohender Insolvenz schließen.

**Insolvenz:** In vielen Fällen ist eine Privatinsolvenz die richtige und beste Lösung. Für den Antrag ist eine spezielle Bescheinigung eines Rechtsanwalts, Notars, Steuerberaters oder einer Sozialen Schuldnerberatung nötig.

### Variante 3: Leben mit Schulden

Ein dauerhaftes Leben mit Schulden ist nur in wenigen Ausnahmefällen sinnvoll. Als Privatperson sind Sie nicht verpflichtet, Insolvenz anzumelden. Eine Insolvenzantragspflicht gilt nur für juristische Personen (UG, GmbH oder AG).

Kommt eine Insolvenz nicht in Frage und scheitert eine einvernehmliche Lösung haben Sie die Wahl zwischen Kampf, Flucht und Duldung

**Kampf:** Einspruch bei Vollstreckungsbescheiden einlegen, Gläubiger müssen dann Klage erheben, um einen Titel zu erlangen.

**Flucht:** Ohne Zustellung gibt es keinen Titel und ohne Titel auch keine Vollstreckung. Gerichtsvollzieher sind auf das Melderegister angewiesen. Vollstreckung im Ausland ist sehr schwierig.

**Duldung bzw. Erdulden:** Ist ihr Einkommen nicht pfändbar, kein Geldsegen zu erwarten und ihr Vermögen sicher verteilt / ausgegeben, können sie auch einfach abwarten und die Schreiben ignorieren.

## Weitere Hinweise

- - - - - x

### Do's & Don'ts

- Machen Sie keine freiwilligen Angaben über Ihr Einkommen, Ihren Arbeitgeber oder Vermögenswerte an Gläubiger oder Inkassounternehmen.
- Lassen Sie sich nicht von Inkasso-Mitarbeitern unter Druck setzen.
- Akzeptieren Sie Mahn- und Vollstreckungsbescheide nicht ohne Prüfung. Nutzen Sie den Widerspruch oder Teilwiderspruch, um der Forderung insgesamt oder den Zinsen und Kosten zu widersprechen.
- Leihen Sie sich kein Geld von Freunden und Familie!
- Setzen Sie Vermögen und Geld von Freunden und Familie nur für die endgültige Einigung mit allen Gläubigern ein.
- Zahlen Sie immer direkt auf die Hauptschuld und stellen Sie dies im Betreff klar
- Machen Sie keine Schulden, um Schulden zu zahlen.

### Bußgelder und Geldstrafen

Fordern Sie bei der Bußgeldstelle oder Staatsanwaltschaft eine Gesamtaufstellung Ihrer offenen Geldstrafen an. Schildern Sie Ihre finanzielle Situation; wenn möglich mit Nachweisen. Bieten Sie eine niedrige Ratenzahlung an und überweisen Sie die Rate sofort. Legen Sie den Zahlungsnachweis bei. In der Regel wird die Ratenzahlung geduldet / entsprochen. Solange die Rate gezahlt wird, müssen Sie keine Gebühren oder Zwangsmaßnahmen fürchten.

### Pfändung und Gerichtsvollzieher

Ein Gerichtsvollzieher ist weder Freund noch Feind. Er ist an Recht und Gesetz gebunden. Gerichtsvollzieher mögen es nicht, wenn man sich verweigert oder zu Terminen unentschuldigt nicht kommt. Durch einen aktiven, freundlichen Umgang mit dem Gerichtsvollzieher ist vieles leichter.

## Pfändungs- und Überweisungsbeschluss (PÜB)

Geldforderungen können durch die Pfändung des Bankkontos oder des Einkommens durchgesetzt werden. Der PÜB richtet sich dabei gegen die Bank, den Arbeitgeber oder die Rentenkasse und wird diesen zugestellt. Dagegen kann man zunächst wenig unternehmen. Wenn ein P-Konto eingerichtet ist, bleibt Ihnen der pfändungsfreie Betrag. Der Arbeitgeber führt automatisch nur den pfändbaren Teil des Einkommens ab. Sollte sowohl Ihr Konto als auch Ihr Gehalt gepfändet werden, ist eine Doppelpfändungsschutzklage möglich. Je nach Situation kann gegen den PÜB entweder gerichtlich vorgegangen oder dieser mit verschiedenen Maßnahmen umgangen werden.

## Sachpfändung

Sachpfändungen kommen selten vor und betreffen meist nur leicht verwertbare und wertvolle Gegenstände, wie zum Beispiel Goldmünzen oder Goldschmuck. Generell ist der Hausbesuch eines Gerichtsvollziehers sehr selten.

## Zwangshypothek

Haben Sie eine Immobilie, kann in das Grundbuch eine Zwangshypothek eingetragen werden. Aus der Hypothek kann grundsätzlich auch die Zwangsversteigerung betrieben werden, das hängt jedoch vom Rang der Hypothek ab.

## Eidesstattliche Versicherung

Durch die eidesstattliche Versicherung erhält der Gläubiger die Informationen, welcher er braucht, um Pfändungen vorzunehmen. Sie sind verpflichtet Ihren Arbeitgeber, Ihre Bankkonten und Ihr Vermögen offenzulegen. Die Angaben in der eidesstattlichen Versicherung müssen vollständig und richtig sein, sonst machen Sie sich strafbar. Wenn Sie nichts zu verbergen haben, gehen Sie zum Termin, und danach haben Sie Ruhe.

## **Sie möchten die eidesstattliche Versicherung nicht abgeben.**

**Bieten Sie eine Ratenzahlung an:** entweder vereinbaren Sie diese mit dem Gerichtsvollzieher oder mit dem Gläubiger. Bei hohen Forderungen reicht manchmal eine Rate von 50 EUR

Termin mehrfach verschieben bei kurzfristigen Absagen hilft nur ein ärztliches Attest.

**Abmelden und Wohnsitz wechseln;** dabei müssen Sie darauf achten in einen anderen Gerichtsbezirk zu wechseln

**HAFTBEFEHL:** Ja, den gibt es wirklich. Verweigern Sie die eidesstattliche Versicherung oder erscheinen Sie unentschuldigt nicht zum Termin, kann ein Haftbefehl beantragt werden. Dieser Haftbefehl hat nichts mit der Strafhaft zu tun; SIE werden nicht von der Polizei gesucht und Ihr Führungszeugnis bleibt auch sauber. In 99,9 % passiert nichts weiter. Nur wenn der Gläubiger die Vollziehung beantragt und einen hohen Vorschuss für die Kosten der Inhaftierung geleistet hat kommen Sie in sogenannte Beugehaft. Die Beugehaft können Sie durch Abgabe der Eidesstattlichen Versicherung abwenden oder jederzeit beenden.

Der Außendienst eines Inkassounternehmens will nichts Gutes. Reden Sie nicht mit diesen Leuten und lassen Sie sie keinesfalls in Ihre Wohnung. Nur der Gerichtsvollzieher hat das Recht, Ihre Wohnung zu betreten, und er kündigt seinen Besuch vorher schriftlich an.

### **Unechte Pfändung**

Bei Kreditverträgen ist häufig eine Abtretungserklärung enthalten. Sie treten hier einen pfändbaren Teil Ihres Gehalts als Sicherheit ab. Wenn dem Gläubiger Ihr aktueller Arbeitgeber unbekannt ist, nützt die Abtretung nichts. Daher sollten Sie keinesfalls Ihren Arbeitgeber bekannt geben.

**Pfändungsschutz und Einkommen:** Liegt kein Pfändungs- und Überweisungsbeschluss (PÜB) vor und haben Sie keine Gehaltsabtretungserklärung unterschrieben ist ihr Einkommen erst mal sicher. Das gilt jedoch nicht für Bescheide (Finanzamt, Jobcenter, gesetzliche Krankenkasse), diese sind immer vollstreckbar.

Die Pfändung des Einkommens erfolgt nach der Pfändungstabelle. Ihr Konto müssen Sie als Pfändungsschutzkonto führen. Der Pfändungsfreibetrag kann durch Bescheinigung und in manchen Fällen vom Gericht erhöht werden.

Ist Ihr Arbeitgeber beim Gläubiger und dem Gerichtsvollzieher bekannt, können Sie nichts tun außer den Arbeitgeber zu wechseln.

Als Selbständiger haben Sie mehr Optionen. Das kann zu einer Katz und Maus Spiel führen. Sichere Lösungen sind höchst individuell und können im SOS-Notfallplan nicht berücksichtigt werden.

Oft reicht die Einrichtung eines Bankkontos im EU-Ausland. Je nach Abkommen ist der Schutz unterschiedlich.

Vermögen und wertvolle Gegenstände können durch den Gerichtsvollzieher gepfändet werden.

### Ihr Verhalten bei Banken und Gläubigern ..

**Verhalten der Banken:** Banken werden Ihnen in der Regel nicht entgegenkommen, solange der Kreditvertrag noch besteht. Die Filiale hat dafür keine Kompetenz und wird maximal eine kurze Ratenpause anbieten. Nach der Kündigung gelangen Sie in die Rechtsabteilung, wo Vergleiche möglich sind.

**Verhandlungsstrategie:** Um eine Verhandlungslösung zu erreichen, müssen die Gläubiger verstehen, dass Sie nicht zahlen können. Dies wird durch einen vollständigen Zahlungsstopp signalisiert.

### Verhandlungsführung:

Verhandlungen müssen mit allen Gläubigern gleichzeitig geführt werden. Wenn Sie eine Zahlung an ein Inkassounternehmen leisten und diese beglichen wird, meldet das Unternehmen dies im System. Bestehen weitere Forderungen gegen Sie, wird das Inkasso versuchen, weitere Forderungen am Forderungsmarkt zu erwerben und durchzusetzen.

Lassen Sie die Verhandlung von einem Dritten führen, dem Sie vertrauen. Dritte sind glaubwürdiger und neutral. Als Schuldner sind Sie immer in der Defensive. Oft schwingen negative Emotionen mit, sodass kein Ergebnis erreicht werden kann. Ein Dritter hat immer ein anderes Standing und kann Pläne ohne Emotionen durchsetzen.

**Beratung bei höherer Verschuldung:** Wenn Ihre Schulden mehr als 20.000 EUR betragen, ist eine Beratung durch einen Schuldnerberater grundsätzlich immer sinnvoll.

## **Professionell verhandeln**

In den folgenden Fällen sollten Sie sich Hilfe suchen:

- Sie haben mehr als 12 Gläubiger

Die Schulden sind fällig und sie können diese nicht innerhalb von 12 Monaten ausgleichen.

## **So können Sie Verhandeln:**

Mindestens 2 Monate keine Zahlungen leisten – besser noch länger.  
Nicht auf Briefe und Anrufe reagieren.

Schreiben Sie alle Gläubiger an und bitten Sie um eine aktuelle Forderungsaufstellung. Teilen Sie mit, dass Sie ein Angebot machen werden.

Angebot machen. Ratenzahlung, Einmalzahlung oder Kombination aus beidem. Ihr Budget verteilen sie auf die einzelnen Gläubiger nach Quote. Bieten Sie eine Gesamtzahlung von etwa 50 % der Gesamtforderung.

Angebot an alle Gläubiger übermitteln und die Antwort abwarten.  
Zahlungen aufnehmen, wenn der Gläubiger zustimmt. Mit ablehnenden Gläubigern halten Sie den Dialog und bessern evtl. das Angebot nach.

## **Schulden, die man nicht loswird:**

Schadensersatz aus vorsätzlicher unerlaubter Handlung,  
Verurteilungen oder Strafbefehle wegen Straftaten nach der AO  
(Steuerhinterziehung), Bußgelder, Geldstrafen, Arbeitnehmerbeiträge zur Sozialversicherung. Diese Schulden können im Rahmen eines Insolvenzplanverfahrens nicht beseitigt werden.

Unproblematisch sind in der Regel einfache Steuerschulden,  
Gerichtskosten, Kosten bei der Kostenstelle der Justiz,  
Rückforderungen des Jobcenters von Sozialleistungen und  
Umsatzsteuern.

## Zahlungen und Schulden

- - - - - x

### **Zahlungen richtig leisten:**

Wenn Sie eine Zahlung leisten, stellen Sie bitte stets schriftlich klar, dass die Zahlung ausschließlich auf die **Hauptschuld** erfolgt. Nach § XXX BGB kann der Gläubiger bei unbestimmten Zahlungen Ihre Zahlung nach Belieben verbuchen. In diesem Fall wird der Gläubiger Ihre Zahlung in der Regel zuerst auf verjährte Forderungen, Zinsen oder Kosten anrechnen. Die Hauptforderung wird von der Inkasso-Industrie meist zuletzt getilgt, da dadurch mehr Geld verdient werden kann.

**Gezielte Zahlungen leisten:** Schreiben Sie in den Zahlungsbetreff **Zahlung auf die Hauptschuld** und nennen Sie das Aktenzeichen. Wenn Sie ohne den Hinweis zahlen, zahlen Sie am Ende deutlich mehr Zinsen und Kosten. Nach § 367 I BGB wird bei ungezielten Zahlungen erst mit Kosten und dann mit Zinsen verrechnet. Kosten und Zinsen fallen jedoch nur auf die Hauptschuld an § 289 BGB. Wenn möglich, zahlen sie die Hauptschuld vollständig auf einen Schlag. Die Kosten und Zinsen können Sie stehen lassen.

Und zu guter letzt ..

**Keine neuen Schulden machen:** Laufende Ausgaben und Kosten immer sofort zahlen. Schulden bauen Sie in dem für Sie möglichen Tempo ab.



**Insolvenz als Chance nutzen.**

**Buchungslink:** [www.schuldner-insolvenzberatung.berlin/sofortkontakt](http://www.schuldner-insolvenzberatung.berlin/sofortkontakt)