

SPES – Fragebogen

© Ordine/ECDN

November 2025

Frage	Antwort	Antwortkategorie
Reicht Ihr monatliches Einkommen aus, um alle wichtigen Haushaltsausgaben zu decken (Rechnungen, Ernährung, Mieten, Transport)?		0=immer ausreichend, keine Probleme 1=meistens ausreichend, manchmal Probleme 2=manchmal reicht es nicht, auf etwas muss verzichtet werden 3=oft unzureichend, nicht genug Geld da 4=völlig unzureichend, ständig finanzielle Notlage
Haben Sie ein stabiles Einkommen (z.B. Festanstellung, Renten etc.)?		0=sehr stabil, jeden Monat garantiert 1=insgesamt stabil, mit gelegentlichen geringfügigen Unsicherheiten 2=nicht sehr stabil, mit Perioden von Unsicherheiten 3=instabil, häufige Schwankungen 4=überhaupt nicht stabil, kein regelmäßiges Einkommen
Haben Sie in den zurückliegenden 12 Monaten erhebliche Einkommenseinbußen erlebt?		0=nein, nie 1=nur einmal 2=ein paar erhebliche Einbußen, aber habe diese gemanaged 3=einige größere Einbußen, die unbehaglich waren 4=Ja, drastische Einbrüche oder lange Zeiträume ohne Einkommen
Wie viele Personen (einschließlich Ihre Kinder) müssen Sie mit Ihrem Einkommen finanzieren – außer Ihnen selbst?		0= niemand 1=einen oder mehrere, ohne Schwierigkeiten 2=einige Probleme bei der Deckung der Kosten für alle 3=einige abhängige Familienangehörige, Bedürfnisse sind schwer zu erfüllen 4=Viele abhängige Familienangehörige, Einkommen völlig unzureichend
Reicht Ihr aktuelles Einkommen aus, um ein Leben zu führen, das Ihre Bedürfnisse und die Ihrer Familie abdeckt?		0=ja, absolut angemessen 1=gerade ausreichend, aber ohne Spielraum für unvorhergesehene Ereignisse 2=etwas unzureichend, ich muss oft auf wichtige Ausgaben verzichten 3=unzureichend, deckt nur die essentiellen Bedürfnisse ab 4=völlig unzureichend, deckt nicht einmal die Grundbedürfnisse ab
Führen Sie mit einem Haushaltsbuch oder einem Ausgabenprotokoll (z.B. einer App) Buch über Ihre Einnahmen und Ausgaben?		0=ja, detaillierte und ständige Kontrolle 1=ja, aber nur ungefähr oder gelegentlich 2=Nur teilweise, ich verliere die Kontrolle über einige Ausgaben 3=Ich behalte selten den Überblick, ich verliere leicht die Kontrolle. 4=nein, keine Kontrolle der Ausgaben
Ist Ihnen schon einmal passiert, dass Ihnen		0=nie

vor Monatsende das Geld ausgegangen ist?		1=selten, nur in Ausnahmefällen 2=geschieht manchmal in einigen Monaten 3=häufig, wiederkehrendes Risiko 4=fast immer, schaffe es nicht bis zum Monatsende
Wie gehen Sie mit unerwartet hohen Ausgaben um?		0=ich habe ausreichende Ersparnisse 1=Ich manage das mit Einschränkungen 2=Ich muss oft etwas verschieben oder um Hilfe bitten 3=mit großer Mühe 4=Ich schaffe es überhaupt nicht, ich nehme Schulden auf oder gebe auf
Kaufen Sie manchmal spontan etwas ein oder geben Sie Geld aus, das Sie sich eigentlich nicht leisten können?		0=Nein, ich halte mich immer an mein Budget 1=selten, nur bei kleinen Beträgen 2=Manchmal gebe ich spontan mehr aus, als ich sollte 3=Ich überziehe oft mein Budget 4=Ich lebe regelmäßig über meine Verhältnisse
Sind Sie in der Lage, regelmäßig einen Teil Ihres Einkommens als Ersparnisse beiseite zu legen?		0=Ja, regelmäßig jeden Monat 1= Ja, aber nur (gelegentlich)eine kleine Summe 2=Ich schaffe es selten, etwas zu sparen 3=Ich schaffe es fast nie, etwas zu sparen 4=Ich schaffe es nie, etwas zu sparen
Wie kompetent fühlen Sie sich in grundlegenden Finanzangelegenheiten?		0=sehr kompetent 1=ziemlich kompetent, ich beherrsche die Grundlagen 2=nicht besonders kompetent, einige Sachen sind mir unklar 3=wenig kompetent 4=überhaupt nicht kompetent
Haben Sie derzeit ausstehende Kredite oder Schulden (mit Ausnahme einer Hypothek für den Erstwohnsitz)?		0=Ich habe keine Schulden oder Kredite 1=ja, aber es handelt sich um einen kleinen Betrag, der leicht zu bewältigen ist 2=Ja, ein moderater Betrag mit einiger Mühe 3=Ja, eine große Menge mit erheblichen Schwierigkeiten 4=Ja, ein sehr hoher Betrag, den ich nicht aufbringen kann
Wie viel Prozent Ihres monatlichen Einkommens werden durch Ratenzahlungen (Schulden, Kredite, Kreditkarten usw.) aufgezehrt (Ohne Immobilienkredite)		0=0%, ich habe keine Ratenzahlungen 1=weniger als 10% meines Einkommens 2=Zwischen 10 und 30% meines Einkommens 3=über 30% meines Einkommens 4=über 50% meines Einkommens
Haben Sie in den letzten 12 Monaten jemals eine Kreditrate, Hypothekenzahlung oder Energie-/Wasserrechnung aufgrund von Geldmangel versäumt oder verspätet bezahlt?		0=nein, niemals 1=Ja, einmal 2=Ja, mehrmals 3=Ja, häufig 4=Ja, regelmäßig
Haben Sie Zahlungsaufforderungen, Mahnungen oder Inkassoforderungen von Ihren Gläubigern erhalten?		0=nein, keine Mahnungen 1=Ja, gelegentliche Mahnungen 2=häufige Mahnungen, juristische Drohungen 3= laufend Rechtsverfahren oder Pfändungen 4=ja, mehrere rechtliche Verfahren oder Zwangsvollstreckungen

Mussten Sie jemals einen neuen Kredit aufnehmen, um bestehende Schulden zu begleichen? (z. B. einen weiteren Kredit aufnehmen, um überfällige Raten oder frühere Schulden zu begleichen)?	0=nein, nie 1= ich habe es mal in Erwägung gezogen 2=ich habe es einmal getan 3=ich habe es mehr als einmal getan 4=Ja, ich nehme regelmäßig neue Schulden auf, um alte zu begleichen.
Haben Sie Kredite von inoffiziellen oder teuren Quellen in Anspruch genommen, um an Geld zu kommen? (z. B. Kredite von nicht autorisierten Privatpersonen, Kredithaie, Vorschüsse auf revolvingende Kreditkarten mit sehr hohen Zinsen)	0=nein, nie 1=ich habe nur bei Notfällen daran gedacht 2=ja, einmal in einer kritischen Situation 3=ja, mehrmals im Zeitverlauf 4=ja, ich habe derzeit Schulden bei nicht-regulierten Unternehmen
Wie oft fühlen Sie sich ängstlich oder besorgt wegen Ihrer finanziellen Situation?	0=nie oder selten 1=manchmal, aber ich beherrsche die Angst 2=oft, mit merkbaren Symptomen 3=fast jeden Tag dauerhafte Angstzustände 4=immer, die Angst paralyisiert mich und dominiert mein Leben
Hat Stress wegen finanzieller Schwierigkeiten Ihren Schlaf, Appetit oder Ihre Gesundheit beeinträchtigt?	0=nein, keine Auswirkung 1=milde oder gelegentliche Auswirkungen 2=moderate und wiederkehrende Auswirkungen 3=starke Auswirkungen mit offensichtlichen körperlichen/psychischen Symptomen 4=anhaltende schwächende Auswirkungen, die die Gesundheit beeinträchtigen
Fühlen Sie sich überfordert oder gefangen, wenn Sie an Ihre finanziellen Situation denken?	0= nein 1=Manchmal bin ich entmutigt, aber ich reagiere 2=Ich habe oft Schwierigkeiten, Lösungen zu finden 3=Nahezu ständig fühle ich mich festgefahren und machtlos. 4=Ich bin völlig überfordert und hoffnungslos
Hatten Sie schon Gefühle von Depression, tiefer Traurigkeit oder Hoffnungslosigkeit wegen Ihrer finanziellen Situation?	0=nein, bin generell guter Stimmung 1=gelegentlich Momente vorübergehender Traurigkeit 2=häufige Episoden von Niedergeschlagenheit 3=anhaltende depressive Zustände 4=Schwere Depressionen
Beeinträchtigen Sie finanzielle Sorgen in Ihrer Konzentration oder bei der Durchführung Ihrer Arbeit oder alltäglicher Verrichtungen?	0=überhaupt nicht 1=ein wenig, aber ich kann trotzdem arbeiten 2=Ja, mit den normalen Schwierigkeiten 3=Ja, beeinträchtigt ernsthaft die Arbeit oder das tägliche Leben 4=ja, ich bin fast völlig unfähig meine Arbeiten durchzuführen
Schämen Sie sich oder fühlen Sie sich schuldig, wenn Sie über Ihre finanzielle Situation sprechen oder um Hilfe bitten?	0=nein 1=ist mir etwas peinlich, aber ich kann darüber sprechen 2=Ich schäme mich und vermeide darüber zu reden 3=intensive Scham, ich spreche nie über meine finanzielle Situation 4=Lähmende Schuldgefühle isolieren mich völlig

<p>Geben Sie Geld für Glücksspiele aus (z.B. (Spielautomaten, Wetten, Rubbellose, kostenpflichtige Online-Spiele)?</p>		<p>0=nein, nie 1=Ja, sehr selten und nur kleine Beträge 2=Ja, relativ häufig , durchaus höhere Beträge 3=Ja, regelmäßig mit Auswirkungen auf unser Haushaltsbudget 4=Ja, zwanghaft mit erheblichen finanziellen Verlusten</p>
<p>Haben Sie jemals Geld, das für lebensnotwendige Ausgaben vorgesehen war, zum Glücksspiel oder für Wetten verwendet? (z. B. Geld für Miete, Rechnungen oder Lebensmittel, um Ihr Glück zu versuchen)</p>		<p>0=nein, nie 1= Ist in der Vergangenheit einmal passiert 2=Ja, manchmal habe ich Familiengeld fürs Spielen verwendet 3= Ja, das passiert mir regelmäßig 4= Ja, das passiert regelmäßig mit gravierenden finanziellen Konsequenzen</p>
<p>Haben Sie andere Abhängigkeiten oder Gewohnheiten, die mit hohen Kosten verbunden sind und Ihre Finanzen belasten (z. B. Alkohol-/Drogenkonsum, zwanghaftes Einkaufen, unkontrollierte Online-Ausgaben, Streaming-Abos)?</p>		<p>0=nein, habe keine teuren oder gefährlichen Angewohnheiten 1=Ja, aber mit vernachlässigbaren Kosten und unter Kontrolle 2=Ja, mit gelegentlichen Kosten, die Unannehmlichkeiten verursachen 3=ja, mit regelmäßigen Ausgaben, die die Finanzen beeinträchtigen 4=Ja, eine schwere Sucht, die erheblichen wirtschaftlichen Schaden bewirkt</p>
<p>Fällt es Ihnen schwer, den Drang zum Geldausgeben zu kontrollieren, wenn Sie gestresst oder schlecht gelaunt sind? (z. B. beim Einkaufen oder Glücksspiel, um sich besser zu fühlen)</p>		<p>0=nein, ich habe das völlig unter Kontrolle 1=ich gebe dem Drang zu kaufen selten nach 2=Manchmal mache ich deshalb kleine Käufe 3=Oft mache ich deshalb große Einkäufe 4=Es ist eine Gewohnheit von mir, die mich in Schwierigkeiten bringt</p>
<p>Hat je irgendjemand aus Ihrer näheren Umgebung (Familie, Freunde) Besorgnis über die Art und Weise, wie Sie Ihr Geld managen oder über Ihr Ausgaben und Spielverhalten ausgedrückt?</p>		<p>0=Nein, keiner hat je Bedenken geäußert 1=Jemand hat milde Kommentare abgegeben 2=Einige Angehörige/ Freunde haben mir gegenüber Zweifel geäußert 3=Menschen in meinem Umfeld haben mich auf wiederkehrende Probleme hingewiesen 4=Von mehreren Personen wurde Besorgnis geäußert</p>
<p>Haben Sie jemals gegenüber Familienmitgliedern/Freunden gelogen oder verschwiegen, wie viel Geld Sie für Glücksspiele, Einkäufe oder andere Aktivitäten ausgegeben haben?</p>		<p>0=nein, ich war immer offen 1=Ich habe manchmal Dinge heruntergespielt 2=Manchmal vermeide ich es, die Wahrheit über meine Ausgaben zu sagen 3=Ich verberge oft meine tatsächlichen Ausgaben 4=Ich lüge regelmäßig und lebe mit Schuldgefühlen</p>
<p>Gibt es jemanden (einen Freund oder Verwandten), der Ihnen bei plötzlichen finanziellen Schwierigkeiten vorübergehend helfen könnte (z. B. indem er Ihnen Geld leiht, Sie bei sich unterbringt oder Sie unterstützt)?</p>		<p>0=Ja, ich habe mehrere verlässliche Personen, auf die ich zählen kann 1=Ja, mindestens eine Person würde mir helfen 2=Vielleicht, aber ich habe Zweifel an ihrer tatsächlichen Verfügbarkeit 3=Es ist unwahrscheinlich, dass ich echte Unterstützung finden würde 4=Nein, ich habe niemanden</p>
<p>Gibt es jemanden, dem Sie vertrauen und mit dem Sie offen über Ihre finanziellen Probleme</p>		<p>0= Ja, ich kann mit Leuten meines Vertrauens offen darüber sprechen</p>

reden können?		1=Ja, mit einer Person , aber nicht ganz einfach 2=Ich vertraue mich selten anderen an und tue dies mit großer Vorsicht 3=Ich vermeide bei nahezu jedem, das Thema anzusprechen 4=Nein, ich habe noch nie mit jemandem anderen darüber gesprochen
Sind Sie bereits in Kontakt mit Beratungsdiensten die Ihnen finanziell oder sozial helfen? (z.B. Caritas, Diakonie, AWO, DRK, städtisches Sozialamt etc.)		0=Ja und ich erhalte bereits angemessene Unterstützung 1=Ja, aber die Hilfe, die ich erhalte , ist sehr begrenzt 2=Nein, aber ich wüsste wo ich hingehen müsste wenn ich Hilfe bräuchte 3=Nein, ich habe bislang keine Hilfe gesucht 4=Nein, ich wüsste nicht, wohin ich gehen könnte
Haben Sie das Gefühl, mit Ihren finanziellen Problemen allein gelassen zu sein, als müssten Sie alles ganz alleine bewältigen?		0=Nein, Ich fühle mich von meiner Familie, meinem sozialen Netzwerk unterstützt 1=manchmal fühle ich mich allein, aber ich habe Unterstützung 2=Ich fühle mich häufig ziemlich allein 3=Ja, ich stehe fast ganz allein vor dieser Situation 4=Ja, ich fühle mich völlig allein und verlassen

Statistik

1. Geschlecht: weiblich () männlich () keine Angabe (..)
2. Alter: <20 Jahre (..) 21-29 Jahre (..) 30-59 Jahre (..) 60-79 Jahre (..) >80 Jahre (..)
3. Status: Berufstätig (..) arbeitslos (..) Schüler/Student (..) Rentner (..)
4. Beruf: _____