Max Paradox

**PROBLEM? BLEIB LOCKER. DU SCHAFFST DAS!**

# Wir wollten doch nur diese Woche mehr einkaufen

Wie du dein Haushaltsbudget für Einkäufe bei schwankenden Preisen und einer wechselnden Zahl von Haushaltsmitgliedern im Griff behältst



# Wir wollten doch nur diese Woche mehr einkaufen

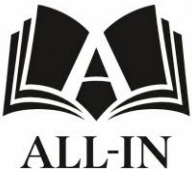
## Wie du dein Haushaltsbudget für Einkäufe bei schwankenden Preisen und einer wechselnden Zahl von Haushaltsmitgliedern im Griff behältst

Max Paradox

Rozwiąż swój problem z przymrużeniem oka

ISBN: 9788384909140

ALL-IN Rafał Płonkowski



# INHALTSVERZEICHNIS

INTRO ..... 5

Kapitel 1 - Warum Einkäufe immer mehr kosten, als wir geplant haben ..... 11

Kapitel 2 - Was kostet euer Haushalt wirklich? ..... 23

Kapitel 3 - Die Preise ändern sich schneller als unsere Gewohnheiten ..... 38

Kapitel 4 - Sparen, das überhaupt nicht spart ..... 51

Kapitel 5 - Der Supermarkt muss nicht für dich entscheiden ..... 66

Kapitel 6 - Ein gemeinsames Budget, unterschiedliche Gewohnheiten ..... 78

Kapitel 7 - Wenn der Einkaufsplan gegen den Alltag verliert ..... 93

Kapitel 8 - Wie du einen Einkaufswagen zusammenstellst, dessen Inhalt sich vielseitig verwenden lässt ..... 106

Kapitel 9 - Wie du ein Budget festlegst, das sich wirklich einhalten lässt ..... 120

Kapitel 10 - Vom Einkaufen zur Ausgabenkontrolle: Ein einfaches Abrechnungssystem ..... 134

Kapitel 11 - Kaufe nur so viel, wie ihr tatsächlich verbraucht ..... 149

Kapitel 12 - Wie du deine Einkäufe anpasst, wenn sich die Zahl der Haushaltsmitglieder verändert ..... 162

Kapitel 13 - Wie du deine Einkäufe zeitlich verteilst, damit du nicht alles auf einmal ausgibst ..... 177

Kapitel 14 - Wie du ein Geschäft findest, in dem sich Einkaufen wirklich lohnt.....188

Kapitel 15 - Was tun, wenn das Budget nicht mehr aufgeht?.....201

Kapitel 16 - Wie du einkaufst, wenn das Geld nicht für alles reicht .....215

Kapitel 17 - Unvorhergesehene Einkäufe: Was tun, wenn das Leben dein Budget nicht kennt?.....231

Kapitel 18 - Wie du Ordnung im Budget behältst, wenn die anfängliche Begeisterung nachlässt.....243

Kapitel 19 - Wenn du entscheiden musst: Wie du schwierige Kaufentscheidungen triffst ..... 257

Kapitel 20 - Dein Budget, deine Regeln: Wie du über Jahre vernünftig einkaufst.....271

# INTRO

Alles beginnt ganz harmlos. Im Kühlschrank geht die Milch zur Neige, vom Brot ist gerade noch so viel übrig, dass man vermuten könnte, jemand habe nachts heimlich eine gastronomische Tätigkeit aufgenommen, und im Küchenschrank liegt eine halbe Packung Nudeln, an die sich niemand mehr erinnern kann. Dazu müssen noch ein paar Zutaten fürs Mittagessen, etwas fürs Frühstück und die grundlegenden Lebensmittel besorgt werden, die schließlich immer im Haus sein sollten. Du fährst mit einem konkreten Plan zum Supermarkt. Maximal zweihundert Złoty ausgeben, nur das Nötigste kaufen und ohne überflüssige Ausgaben wieder nach Hause kommen.

Vierzig Minuten später stehst du an der Kasse, schaust auf den Betrag und fragst dich, ob du möglicherweise versehentlich die Ausstattung für einen zweiten Haushalt gekauft hast. Im Einkaufswagen liegt nichts besonders Luxuriöses. Kein Champagner, kein Kaviar und auch kein Komplettset zum Aufbau eines privaten Restaurants. Es sind ganz gewöhnliche Lebensmittel, etwas Gemüse, Milchprodukte, Fleisch, Haushaltsreiniger und ein paar Kleinigkeiten, die im Laden absolut unverzichtbar erschienen. Der Kassenbon vermittelt allerdings den Eindruck, dein Haushalt sei gerade in eine neue Steuerklasse aufgestiegen.

Und dann kommt dieser altbekannte Gedanke: Diese Woche wird der Einkauf eben etwas größer, aber nächste Woche kehren wir wieder zur Normalität zurück.

Dieser Satz besitzt eine erstaunliche Überlebensfähigkeit. Er wiederholt sich über Wochen, Monate und manchmal

sogar Jahre hinweg. Der größere Einkauf sollte eine einmalige Sache sein, die zusätzlichen Produkte sollten lange reichen und die Ausgaben sollten sich beruhigen, sobald die außergewöhnliche Situation vorbei ist. Währenddessen muss der Kühlschrank weiterhin gefüllt werden, die Haushaltsmitglieder essen nach wie vor, und die Preise scheinen an keinerlei Vereinbarung mit unserem Budget interessiert zu sein.

Das Problem besteht darin, dass Lebensmitteleinkäufe zu den variabelsten Bestandteilen unserer täglichen Ausgaben gehören. Wir kaufen nicht immer dieselben Dinge, in denselben Mengen und zu denselben Preisen. In einer Woche sind alle zu Hause, in der nächsten verreist jemand, jemand kommt zurück, es gibt Besuch oder der Tagesablauf verändert sich. Kinder essen während der Ferien anders als während des Schuljahres. Erwachsene haben unterschiedliche Arbeitszeiten, Verpflichtungen und Gewohnheiten. Manchmal kochen wir regelmäßig, manchmal verliert der sorgfältig geplante Mittagstisch bereits am Dienstag um siebzehn Uhr gegen die Realität.

Hinzu kommen die Preise. Ein Produkt, das wir bis vor Kurzem ganz selbstverständlich gekauft haben, kostet plötzlich mehr. Ein Sonderangebot verleitet dazu, gleich eine größere Menge mitzunehmen, die Verpackungsgröße verändert sich, und das vermeintlich günstigere Ersatzprodukt erweist sich als weniger wirtschaftlich, als es das Preisschild zunächst vermuten ließ. Manchmal haben wir das Gefühl, ungefähr genauso viel Geld auszugeben und trotzdem weniger Produkte nach Hause zu bringen. Oder es passiert genau das Gegenteil: Wir kaufen mehr, weil etwas im Angebot ist, und entdecken erst später, dass die

vermeintliche Ersparnis einen halben Küchenschrank belegt und inzwischen eigene Wohnbedürfnisse entwickelt.

Unter solchen Bedingungen funktioniert eine Einkaufsbudgetplanung nach dem Prinzip „Wir geben immer denselben Betrag aus“ nicht besonders lange. Ein fester Betrag kann ein sinnvoller Orientierungspunkt sein, aber er ist keine magische Grenze, nach deren Überschreitung plötzlich niemand mehr Lebensmittel benötigt. Wenn sich die Zahl der Haushaltsmitglieder verändert, verändern sich auch die Bedürfnisse. Wenn die Preise steigen, kann derselbe Warenkorb mehr kosten. So zu tun, als gäbe es diese Umstände nicht, verbessert unsere finanzielle Situation nicht. Es verbessert höchstens die Stimmung einer Tabellenkalkulation, die weiterhin Annahmen ausspuckt, die vor mehreren Monaten vielleicht noch funktioniert haben.

Auf der anderen Seite ist es ebenfalls keine Lösung, vollständig auf Regeln zu verzichten. Wenn wir jedes Mal nach unserer aktuellen Stimmung, unserem Hunger und der Attraktivität einer Verpackung einkaufen, lässt sich später nur schwer nachvollziehen, wohin das Geld eigentlich verschwunden ist. Die Ausgaben verteilen sich auf zahlreiche kleine Entscheidungen. Jede einzelne erscheint vernünftig, doch ihre Summe kann selbst jemanden überraschen, der sich für durchaus sparsam hält.

Meistens versuchen wir, dieses Problem auf zwei Arten zu lösen. Die erste besteht darin, den Gürtel enger zu schnallen. Wir setzen ein niedrigeres Limit, nehmen uns vor, weniger zu kaufen, und versprechen uns selbst mehr Disziplin. Einige Tage lang sieht alles gut aus. Dann stellt sich heraus, dass wichtige Grundprodukte fehlen, ein zusätzlicher Einkauf notwendig wird und ein Teil der zuvor geplanten Mahlzeiten nicht mehr funktioniert. Die

vermeintliche Ersparnis verursacht eine weitere Ausgabe, und irgendwann beginnt man zu vermuten, dass der eigene Kühlschrank eine Sabotageabteilung betreibt.

Die zweite Methode besteht darin, Vorräte anzulegen. Wenn die Preise weiter steigen könnten, lohnt es sich schließlich, Sonderangebote zu nutzen und den Vorrat aufzufüllen. Das kann durchaus sinnvoll sein, allerdings nur dann, wenn wir wissen, was wir tatsächlich benötigen, welche Mengen wir verbrauchen können und ob wir überhaupt genügend Platz zur Aufbewahrung haben. Andernfalls verwandeln wir unser Geld in Produkte, die geduldig auf ihren Einsatz warten, bis sie irgendwann ihr Mindesthaltbarkeitsdatum überschreiten. Es ist schwer, einen Einkauf als Ersparnis zu bezeichnen, wenn das gekaufte Produkt am Ende im Müll landet. Selbst dann, wenn wir an der Kasse einen beeindruckenden Rabatt erhalten haben.

Wir brauchen also einen anderen Ansatz. Einen, der nicht voraussetzt, dass jede Woche identisch verläuft, die Preise stabil bleiben und alle Haushaltsmitglieder exakt so viel essen, wie wir am Sonntag in unserem Wochenplan vorgesehen haben. Das Einkaufsbudget sollte uns dabei helfen, Entscheidungen zu treffen, statt uns dazu zu zwingen, so zu tun, als würde das Leben nach einer Tabelle funktionieren.

In diesem Buch betrachten wir den Einkauf als Bestandteil eines finanziellen Haushaltssystems, das sich beobachten, korrigieren und anpassen lässt. Du lernst, regelmäßige von außergewöhnlichen Ausgaben zu unterscheiden, die tatsächlichen Kosten deines Warenkorbs zu erkennen und einzuschätzen, ob ein Sonderangebot wirklich einen Vorteil bietet. Wir beschäftigen uns damit, wie du Einkäufe bei

unterschiedlicher Haushaltsgröße planst, Preisveränderungen berücksichtigst und Limits festlegst, die im Alltag tatsächlich funktionieren und nicht nur auf einem Blatt Papier gut aussehen.

Wir schauen uns auch an, was zwischen zwei Einkäufen passiert. Denn das Budget endet nicht in dem Moment, in dem du an der Kasse bezahlt hast. Entscheidend ist ebenso, was bereits zu Hause vorhanden ist, was tatsächlich verbraucht wird, was verdirbt und warum wir so häufig etwas erneut kaufen, das sich vermutlich irgendwo auf dem dritten Regal befindet, hinter einem Glas mit einem Inhalt unbekannter Identität.

Wir werden nicht so tun, als gäbe es einen einzigen perfekten Einkaufsbetrag für jeden Haushalt. Ein solches universelles Limit wäre ungefähr so nützlich wie ein einziges Paar Schuhe in einer Größe, die allen Einwohnern eines Landes passen soll. Entscheidend sind das Einkommen, der Wohnort, die Zahl der Personen, ihre Bedürfnisse, die Ernährungsgewohnheiten, die Verfügbarkeit von Geschäften und viele weitere Umstände. Statt deine Ausgaben mit denen anderer Menschen zu vergleichen, lernst du, deine eigenen zu beurteilen und Entscheidungen auf Grundlage tatsächlicher Zahlen zu treffen.

Wichtig wird auch sein, die Tatsache zu akzeptieren, dass nicht jeder Monat mit einem identischen Ergebnis abgeschlossen werden kann. Manchmal geben wir mehr aus, weil sich die Haushaltsmitglieder häufiger zu Hause aufgehalten haben. Ein anderes Mal müssen wir Vorräte auffüllen oder größere Mengen bestimmter Produkte kaufen, weil sie gerade aufgebraucht sind. Das bedeutet nicht automatisch, dass wir gescheitert sind. Das eigentliche Problem beginnt dann, wenn wir nicht wissen, warum wir

mehr ausgegeben haben, ob die Ausgabe gerechtfertigt war und welche Auswirkungen sie auf die kommenden Wochen haben wird.

Dafür brauchst du weder einen Doktortitel in Wirtschaftswissenschaften noch drei verschiedene Apps, fünf bunte Aktenordner oder eine Familienkonferenz, bei der jeder den Verbrauch des letzten Joghurts rechtfertigen muss. Du brauchst ein paar einfache Regeln, ein wenig Regelmäßigkeit und einen ehrlichen Blick darauf, wie dein Haushalt tatsächlich funktioniert.

Am wichtigsten ist, dass dir das Budget dabei hilft, die Kontrolle zurückzugewinnen, statt zu einer weiteren Verpflichtung zu werden, die sich im Alltag kaum durchhalten lässt. Es geht nicht darum, jeden einzelnen Złoty in Anwesenheit einer Untersuchungskommission zu verhören. Es geht darum, dass du weißt, wie viel du ausgeben kannst, wofür du dein Geld ausgibst und was du tun kannst, wenn die Realität wieder einmal beschließt, die Spielregeln zu ändern.

Denn eigentlich sollte der Einkauf wirklich nur diese eine Woche etwas größer ausfallen. Aber wenn diese Woche offenbar beschlossen hat, länger bei uns zu bleiben, wird es höchste Zeit, zu lernen, wie man mit ihr umgeht.

# Kapitel 1 - Warum Einkäufe immer mehr kosten, als wir geplant haben

Es gibt diesen einen Moment im Monat, in dem man langsam den Verdacht bekommt, dass das eigene Geld auf organisierte Weise verschwindet. Es gibt keine spektakulären Anschaffungen, niemand hat einen neuen Fernseher gekauft, es gab keinen spontanen Kurzurlaub und auch keine Badezimmer-Renovierung. Nichts ist passiert, was man als Hauptverdächtigen identifizieren könnte. Und trotzdem sieht das Bankkonto aus, als würde dort regelmäßig eine kleine Party veranstaltet, zu der der Kontoinhaber grundsätzlich nicht eingeladen wird.

Ein Blick auf die Transaktionsübersicht genügt. Montag - Supermarkt. Dienstag - Bäckerei. Mittwoch - Drogerie. Donnerstag - wieder Supermarkt, weil ein paar Dinge gefehlt haben. Freitag - Einkaufen nach der Arbeit, weil keine Zeit geblieben ist, vorher etwas vorzubereiten. Samstag - der größere Wocheneinkauf. Sonntag - noch ein kleiner Einkauf, der eigentlich der letzte sein sollte. Jede einzelne Zahlung erscheint vernünftig. Keine davon wirkt besonders gefährlich für das Haushaltsbudget. Erst wenn wir alle Beträge zusammenzählen, stellt sich heraus, dass die Vernunft offenbar in mehreren Raten gearbeitet hat.

Genau deshalb kann ein Einkaufsbudget schwieriger zu kontrollieren sein, als es zunächst scheint. Wir haben keine einzelne große Ausgabe, die sofort auffällt und sich leicht überwachen lässt. Stattdessen gibt es viele kleinere Entscheidungen, die unter unterschiedlichen Umständen, von verschiedenen Personen und häufig ohne Bewusstsein darüber getroffen werden, wie viel Geld bereits ausgegeben

wurde. Außerdem sind Einkäufe nichts, was man einfach aus dem Kalender streichen könnte. Sie müssen erledigt werden, selbst wenn wir keine Lust, keine Zeit und keine besondere Sympathie für die aktuellen Preise haben.

Die Falle des einzelnen Kassenbons

Einer der häufigsten Fehler besteht darin, Ausgaben anhand einzelner Einkäufe zu beurteilen. Wir kommen aus dem Supermarkt zurück, haben eine Tasche voller Produkte dabei und einen Kassenbon über 180 Złoty. Wir finden den Betrag ziemlich hoch, aber schließlich haben wir Lebensmittel für mehrere Tage gekauft. Am nächsten Tag geben wir weitere 40 Złoty für fehlende Produkte aus. Zwei Tage später kommen noch einmal 60 Złoty dazu. Diese Beträge betrachten wir nicht als Teil einer einzigen Ausgabe, weil jede Transaktion einen anderen Anlass hatte.

Das Haushaltsbudget interessiert sich allerdings nicht dafür, ob wir alles bei einem einzigen Besuch oder verteilt auf sechs verschiedene Geschäfte gekauft haben. Für unseren Geldbeutel zählt die Gesamtsumme. Das ist eine einfache Regel, deren Folgen trotzdem überraschen können. Wir haben das Gefühl, nur kleine Einkäufe zu erledigen, überschreiten aber gleichzeitig regelmäßig unser vorgesehenes Limit.

Stellen wir uns einen Haushalt vor, der monatlich ungefähr 1.000 Złoty für Einkäufe einplanen möchte. Der erste größere Einkauf kostet 320 Złoty. Es scheint, als wäre alles unter Kontrolle. Anschließend folgen drei kleinere Besuche im Wert von 70, 85 und 55 Złoty. Danach müssen Vorräte für 180 Złoty aufgefüllt werden, Lebensmittel für die Zubereitung des Mittagessens kosten weitere 90 Złoty und für Haushaltsreiniger werden noch einmal 120 Złoty ausgegeben. Damit liegen die Ausgaben bereits bei 990

Złoty, obwohl der Monat möglicherweise gerade erst zur Hälfte vorbei ist.

Niemand muss in dieser Situation besonders verschwenderisch sein. Das Problem besteht darin, dass wir zwar eine einzige Ausgabenkategorie geplant haben, in der Praxis aber viele voneinander unabhängige Entscheidungen getroffen haben, deren Gesamtkosten wir nicht im Blick behalten haben.

Die erste Veränderung sollte deshalb darin bestehen, Einkäufe nicht länger als einzelne Besuche im Geschäft zu betrachten. Wir müssen den gesamten Abrechnungszeitraum im Auge behalten. Wenn wir ein Wochenbudget festlegen, gehören sämtliche Einkäufe dieser Woche dazu. Wenn wir mit einem Monatsbudget arbeiten, addieren wir alle Ausgaben vom ersten bis zum letzten Tag des Monats, unabhängig davon, wie viele Kassenbons dabei zusammenkommen.

Dabei sollten wir bedenken, dass ein großer Kassenbon nicht automatisch ein größeres Problem bedeutet als fünf kleine. Manchmal sind größere Einkäufe sogar besser organisiert. Wir kaufen Lebensmittel für mehrere Tage, anstatt ständig wegen einzelner Produkte erneut loszufahren. Deshalb sollten wir größere Einkäufe nicht automatisch als schlecht und kleinere als ungefährlich einstufen. Entscheidend sind die Gesamtkosten des Zeitraums und der tatsächliche Inhalt des Einkaufswagens.

Wann ein Lebensmitteleinkauf plötzlich kein Lebensmitteleinkauf mehr ist

Eine weitere Quelle der Verwirrung ist die unklare Grenze zwischen verschiedenen Ausgabenarten. Wir gehen in den Supermarkt, um Lebensmittel für das Mittagessen zu kaufen,

nehmen aber nebenbei auch Spülmittel, Toilettenpapier, Zahnpasta, Batterien und ein Pflegeprodukt mit. Alles steht auf demselben Kassenbon. Zu Hause tragen wir den gesamten Betrag als Lebensmittelausgabe ein.

Einige Wochen später analysieren wir unser Budget und kommen zu dem Schluss, dass die Kosten für Lebensmittel dramatisch gestiegen sind. Dabei wurde ein Teil des Geldes für Produkte ausgegeben, die mit der Zubereitung von Mahlzeiten überhaupt nichts zu tun haben. Die Ausgaben sind real, aber sie wurden falsch zugeordnet.

Wir müssen dafür keine Dutzenden Kategorien einrichten und unsere Haushaltsfinanzen mit einer Genauigkeit verwalten, bei der sogar ein einzelnes Stück Butter einen eigenen Buchungsvorgang erhält. Es reicht, festzulegen, was zu unserem grundlegenden Einkaufsbudget gehört und welche Ausgaben wir getrennt beobachten möchten.

Eine praktische Aufteilung könnte folgendermaßen aussehen:

- Lebensmittel und Getränke - Produkte zur Zubereitung von Mahlzeiten und für den täglichen Verzehr.
- Haushaltsbedarf und Reinigungsmittel - Putzmittel, Waschmittel, Papierprodukte und andere Artikel zur Pflege des Haushalts.
- Körperpflege und Hygiene - grundlegende Kosmetikartikel, Zahnpasta, Shampoos und ähnliche Produkte.
- Zusätzliche Einkäufe - Süßigkeiten, Snacks, gelegentliche Produkte und Dinge, die nicht zum ursprünglichen Einkaufsplan gehörten.

Es gibt keine einzig richtige oder verpflichtende Aufteilung. In einem Haushalt werden Hygieneartikel

gemeinsam mit Lebensmitteln gekauft und aus einem einzigen Budget bezahlt. Eine andere Familie möchte die tatsächlichen Lebensmittelausgaben genauer beobachten und trennt deshalb Reinigungsmittel und Kosmetikprodukte. Beide Möglichkeiten sind sinnvoll, solange die Regeln konsequent eingehalten werden.

Das Schlechteste, was wir tun können, ist, die Zuordnung davon abhängig zu machen, wie das Ergebnis gerade aussieht. Wenn die Lebensmittelausgaben hoch sind, verschieben wir einige Produkte in die Kategorie Haushalt. Wenn dagegen die Ausgaben für Reinigungsmittel das Limit überschreiten, beginnen wir plötzlich, sie zu den Lebensmitteleinkäufen zu zählen. Auf diese Weise verwalten wir kein Budget, sondern betreiben kreative Buchführung, deren einziger Empfänger unser eigenes Gewissen ist.

Wichtig ist außerdem, Ausgaben für Lebensmittel von Ausgaben für Mahlzeiten außerhalb des Hauses zu unterscheiden, wenn wir wissen möchten, wie viel uns die Versorgung des eigenen Haushalts tatsächlich kostet. Eine während eines Ausflugs gekaufte Mahlzeit kann zwar das Ernährungsbudget belasten, hat aber einen anderen Charakter und andere Kosten als der Einkauf von Zutaten, aus denen wir mehrere Mittagessen zubereiten können. Wir dürfen beide Kategorien zusammenfassen, wenn das unserem Ziel entspricht. Wir sollten allerdings wissen, was wir damit eigentlich messen.

Warum die außergewöhnliche Woche den ganzen Monat dauert

Einkäufe im Haushalt haben noch eine weitere Besonderheit: Ihre Höhe verteilt sich nicht gleichmäßig. In einer Woche geben wir wenig aus, weil noch genügend Vorräte vorhanden sind. In der nächsten müssen wir

mehrere Produkte kaufen, die fast gleichzeitig aufgebraucht wurden. Danach ist es an der Zeit, Reinigungsmittel, größere Mengen Fleisch oder Produkte aufzufüllen, die wir nur gelegentlich kaufen.

Wenn wir ausschließlich eine einzelne Woche betrachten, können wir zu falschen Schlussfolgerungen kommen. Eine Woche mit 250 Złoty halten wir für vorbildlich, während die nächste mit 550 Złoty für uns zum Beweis wird, dass wir die Kontrolle verloren haben. Dabei könnte die zweite Woche lediglich den Einkauf von Produkten umfasst haben, die nur alle paar Wochen benötigt werden.

Stellen wir uns eine Familie vor, die zu Beginn des Monats einen größeren Vorrat an grundlegenden Produkten einkauft. In der ersten Woche gibt sie 600 Złoty aus. In der zweiten sind es 280 Złoty, in der dritten 310 Złoty und in der vierten 290 Złoty. Insgesamt ergibt das 1.480 Złoty. Würde die Familie die erste Woche als neuen Standard betrachten, könnte sie ihr geplantes Budget unnötig erhöhen. Würde sie diese Woche dagegen ausschließlich als misslungen bewerten, könnte sie beginnen, die Ausgaben in den folgenden Wochen zu stark einzuschränken, obwohl die Gesamtkosten gar nicht durch einen einmaligen Fehler entstanden sind.

Deshalb müssen wir zwischen regelmäßigen Einkäufen und dem gelegentlichen Auffüllen von Vorräten unterscheiden. Es geht nicht darum, für jede Produktgruppe ein eigenes Budget anzulegen. Viel wichtiger ist es, zu erkennen, warum eine bestimmte Woche teurer war.

Dabei helfen drei Fragen:

1. Haben wir mehr gekauft, weil wir mehr Produkte als gewöhnlich verbraucht haben?

2. Haben wir mehr bezahlt, weil die Preise gestiegen sind?
3. Haben wir mehr ausgegeben, weil wir unsere Vorräte auf einmal auffüllen mussten?

Natürlich können mehrere Antworten gleichzeitig zutreffen. Wenn sich in einer Woche mehr Personen im Haushalt aufhalten und gleichzeitig mehrere grundlegende Produkte zur Neige gehen, hat der höhere Kassenbon zwei nachvollziehbare Ursachen. Allein die Überschreitung des Wochenlimits sagt uns noch nicht, dass etwas schiefgelaufen ist.

Einkäufe, die niemand geplant hatte

Nicht alle Ausgaben entstehen aufgrund eines vorher festgestellten Bedarfs. Manche tauchen auf, weil uns während des Einkaufs etwas Attraktives ins Auge fällt, wir uns plötzlich an ein möglicherweise nützliches Produkt erinnern oder auf ein kurzfristiges Bedürfnis reagieren. Manchmal kaufen wir aus durchaus vernünftigen Gründen, aber in der falschen Menge. Ein anderes Mal entscheiden wir uns ausschließlich deshalb für ein Produkt, weil es gerade reduziert ist.

Besonders tückisch sind Einkäufe, die wir als Sparmaßnahmen betrachten. Wir entdecken ein Sonderangebot für ein Produkt, das wir regelmäßig verwenden, und kaufen gleich mehrere Packungen. Wenn wir diese tatsächlich innerhalb eines vernünftigen Zeitraums verbrauchen und der Preis günstig ist, kann das eine gute Entscheidung sein. Kaufen wir jedoch etwas nur deshalb, weil es weniger kostet, verwechseln wir einen niedrigen Preis mit einer niedrigen Ausgabe.

Ein Produkt, das von 18 auf 12 Złoty reduziert wurde, bedeutet nicht automatisch, dass wir 6 Złoty gespart haben.

Wir haben nur dann diesen Betrag gespart, wenn wir genau dasselbe Produkt ohnehin zum regulären Preis gekauft hätten. Wenn wir den Kauf vorher überhaupt nicht geplant hatten, haben wir zusätzliche 12 Złoty ausgegeben. Diesen Unterschied sollten wir uns bewusst machen.

Das bedeutet nicht, dass wir Sonderangebote grundsätzlich meiden sollten. Es bedeutet lediglich, dass wir prüfen müssen, ob sie einem tatsächlichen Bedarf entsprechen. Ein gutes Angebot verliert seinen Wert nicht dadurch, dass es ursprünglich nicht geplant war. Ob es sich wirklich lohnt, sollte sich jedoch daran zeigen, ob wir das Produkt später sinnvoll verwenden, und nicht daran, dass auf dem Regal ein rotes Preisschild klebt.

Wir sollten auch beachten, wie stark der Zeitpunkt einer Entscheidung unsere Ausgaben beeinflusst. Einkäufe unter Zeitdruck, nach einem langen Arbeitstag oder ohne eine konkrete Vorstellung davon, was wir essen möchten, führen häufiger zu zufälligen Entscheidungen. Das hat nichts mit mangelndem Charakter zu tun. Wenn wir müde sind, greifen wir leichter zu Lösungen, die sofort verfügbar sind, selbst wenn sie teurer oder weniger durchdacht sind. Planung soll Spontaneität nicht vollständig abschaffen. Sie soll vielmehr Situationen reduzieren, in denen jede einzelne Kaufentscheidung eine neue Überlegung über die gesamte Haushaltsversorgung erfordert.

Wer erledigt eigentlich die Einkäufe?

In einem Haushalt gibt normalerweise mehr als eine Person Geld aus. Selbst wenn eine Person für den größten Teil der Einkäufe verantwortlich ist, können die anderen Haushaltsmitglieder selbstständig Brot, Snacks, Getränke oder gerade benötigte Produkte kaufen. Dazu kommen Onlinebestellungen, Lieferdienste und gelegentliche

Besuche in Geschäften, die niemand als Teil des eigentlichen Wocheneinkaufs betrachtet.

Infolgedessen kennt die Person, die das Budget plant, möglicherweise nicht die tatsächliche Gesamtsumme. Sie sieht ihre eigenen Kassenbons und kommt zu dem Schluss, dass alles innerhalb der vorgesehenen Grenzen liegt. Währenddessen gibt jemand anderes jede Woche noch einige Dutzend Złoty zusätzlich aus.

Es ist wenig sinnvoll, dieses Problem dadurch lösen zu wollen, dass wir jede Transaktion anderer Personen kontrollieren. Wesentlich effektiver ist eine gemeinsame Vereinbarung: Alle Ausgaben, die zum Einkaufsbudget gehören, müssen an einer zentralen Stelle sichtbar sein. Sie müssen nicht unmittelbar nach jedem Einkauf eingetragen werden, sollten aber bei der Zusammenfassung berücksichtigt werden.

Wenn alle vom gemeinsamen Einkauf profitieren, sollte das Budget auch für alle verständlich sein. Es darf nicht ausschließlich im Kopf der Person existieren, die sich daran erinnert, dass diese Woche bereits zwei Packungen Kaffee gekauft wurden und eine dritte nicht notwendig ist. Die anderen Haushaltsmitglieder sind weder verpflichtet, Gedanken zu lesen, noch den aktuellen Inhalt des Kühlschranks auswendig zu kennen.

Sinnvoll ist außerdem eine Vereinbarung darüber, welche Einkäufe gemeinsam und welche privat sind. Wenn ein Haushaltsmitglied regelmäßig Produkte ausschließlich für sich selbst kauft, können diese Ausgaben getrennt erfasst werden. Das ist nicht immer notwendig, kann aber in manchen Haushalten verhindern, dass eine Person für sämtliche Ausgaben verantwortlich gemacht wird, obwohl nicht alle Bedürfnisse gemeinschaftlich sind.

Bevor du sparst, solltest du wissen, was du tatsächlich ausgibst

Die erste Aufgabe sollte nicht darin bestehen, das Budget zu senken. Zunächst müssen wir verstehen, wie wir unser Geld tatsächlich ausgeben. Das klingt wenig spektakulär, hilft aber dabei, einen der teuersten Fehler zu vermeiden: Ausgaben zu reduzieren, die gar nicht die eigentliche Ursache des Problems sind.

Notiere in den kommenden zwei bis vier Wochen sämtliche Einkäufe, die zu der von dir festgelegten Kategorie gehören. Ändere deine Gewohnheiten zunächst nicht nur deshalb, um ein schöneres Ergebnis zu erzielen. Wenn du normalerweise in mehreren Geschäften einkaufst, kannst du das weiterhin tun. Wenn zusätzliche Besuche dazukommen, werden auch diese erfasst. Es geht darum, die Realität kennenzulernen, nicht darum, einen Wettbewerb um den diszipliniertesten Verbraucher zu veranstalten.

Notiere bei jeder Transaktion das Datum, den Betrag und die allgemeine Art des Einkaufs. Einige einfache Kennzeichnungen reichen aus: Lebensmittel, Haushaltsbedarf, Hygiene und zusätzliche Einkäufe. Wenn du einen größeren Einkauf erledigst, kannst du vermerken, dass dabei Vorräte aufgefüllt wurden. Du musst weder den gesamten Kassenbon abschreiben noch den Preis jeder einzelnen Karotte analysieren.

Am Ende jeder Woche addierst du die Ausgaben. Achte darauf, wie oft du Geschäfte besucht hast, welchen Anteil zusätzliche Einkäufe ausmachen und welche Situationen ungeplante Ausgaben verursacht haben. Nach einigen Wochen wirst du Zusammenhänge erkennen, die bei einem einzelnen Einkauf kaum auffallen.

Vielleicht stellt sich heraus, dass häufige kleine Einkäufe das größte Problem sind. Vielleicht verschwindet ein großer Teil des Geldes in Sonderangeboten für Produkte, die später gar nicht verwendet werden. Es ist auch möglich, dass es überhaupt keinen besonders problematischen Mechanismus gibt und das bisherige Limit schlicht auf Grundlage veralteter Preise und anderer Bedürfnisse der Haushaltsmitglieder festgelegt wurde.

Jede dieser Situationen erfordert einen anderen Ansatz. Es hat keinen Sinn, zusätzliche Einkäufe einzuschränken, wenn der größte Teil des Budgets für grundlegende Produkte benötigt wird. Ebenso wenig sollten wir die Preise für sämtliche Ausgaben verantwortlich machen, wenn ein erheblicher Anteil auf Dinge entfällt, deren Kauf wir ursprünglich gar nicht geplant hatten.

Entscheidend ist, ehrlich mit den eigenen Zahlen umzugehen. Wenn wir mehr ausgeben, sollten wir wissen, warum. Wenn wir zu viel kaufen, müssen wir erkennen, welche Produkte und Entscheidungen das Problem verursachen. Wenn das Budget zu niedrig angesetzt ist, sollten wir diese Tatsache akzeptieren, statt uns jede Woche aufs Neue einzureden, dass es dieses Mal ganz bestimmt funktionieren wird.

Das Einkaufsbudget eines Haushalts ist keine Bewertung unseres Charakters. Es sagt nicht aus, ob du vernünftig, sparsam oder ausreichend organisiert bist. Es ist ein Werkzeug, das zeigen soll, wie der Alltag deines Haushalts in Zahlen aussieht.

Genau damit solltest du anfangen. Bevor du beschließt, weniger auszugeben, finde heraus, wofür du dein Geld tatsächlich ausgibst. Andernfalls kannst du einen ganzen Monat lang gegen das falsche Problem kämpfen und

anschließend mit großer Zufriedenheit feststellen, dass keine Ersparnisse entstanden sind, weil du von Anfang an den falschen Verdächtigen verfolgt hast.

# Kapitel 2 - Was kostet euer Haushalt wirklich?

Es gibt zwei Möglichkeiten, die Frage zu beantworten, wie viel die Einkäufe eines Haushalts kosten. Die erste ist schnell und meistens wenig hilfreich. Sie besteht darin, einfach einen Betrag zu nennen, der vernünftig klingt, zum Beispiel 1.200 Złoty im Monat. Die zweite Möglichkeit erfordert etwas mehr Nachdenken, bietet aber eine wesentlich bessere Grundlage: Wir überprüfen, wie viel Geld der Haushalt tatsächlich ausgibt, wie viele Personen von diesen Einkäufen profitieren und welche Umstände den endgültigen Betrag beeinflussen.

Der Unterschied ist entscheidend. Ein intuitiv festgelegter Betrag beschreibt unsere Vorstellung von den Ausgaben. Ein Betrag, der auf tatsächlichen Beobachtungen beruht, beschreibt die Realität. Und genau mit dieser Realität müssen wir später arbeiten.

Viele Menschen legen ihr Einkaufsbudget anhand persönlicher Überzeugungen, früherer Erfahrungen oder Beträge fest, an die sie sich aus den vergangenen Monaten erinnern. Manchmal dienen auch die Ausgaben von Freunden als Orientierung. Jemand erzählt, dass eine vierköpfige Familie mit einer bestimmten Summe auskommt, und wir nehmen an, dass das für uns ebenfalls möglich sein müsste. Dabei wissen wir nicht, welche Produkte diese Familie kauft, wo sie einkauft, wie viele Mahlzeiten sie zu Hause zubereitet, ob sie Haushaltsreiniger einrechnet und wie oft die Familienmitglieder außer Haus sind.

Der Vergleich einzelner Beträge ist deshalb äußerst irreführend. Zwei Familien mit derselben Personenzahl

können völlig unterschiedliche Bedürfnisse haben. Die eine verbringt den größten Teil des Tages außer Haus und bereitet hauptsächlich Abendessen zu. Die andere nimmt sämtliche Mahlzeiten zu Hause ein. Eine Familie kauft größere Mengen einmal pro Woche, eine andere füllt ihre Vorräte regelmäßig nach. In einem Haushalt gibt es Kinder in einem Alter, in dem sich der Appetit schneller verändern kann als die Kleidergröße. Der andere Haushalt besteht ausschließlich aus Erwachsenen.

Statt nach einem universellen Betrag zu suchen, sollten wir deshalb unseren eigenen Maßstab entwickeln.

Die Zahl der Haushaltsmitglieder ist erst der Anfang

Am einfachsten wäre es, davon auszugehen, dass die Einkaufskosten proportional zur Zahl der Personen steigen. Zwei Personen benötigen eine bestimmte Menge an Produkten, vier Personen doppelt so viel und sechs Personen dreimal so viel. Mathematisch sieht das wunderbar aus. Das häusliche Leben hat allerdings nicht immer Lust, mit einem derart eleganten Modell zusammenzuarbeiten.

In vielen Haushalten gibt es Ausgaben, die unabhängig von der Zahl der Bewohner gemeinsam anfallen. Wir kaufen schließlich nicht für jedes Familienmitglied eine eigene Flasche Spülmittel. Wir benötigen auch nicht vier separate Flaschen Öl, vier Packungen Salz oder vier Waschmittel, nur weil vier Personen unter einem Dach leben. Einige Produkte werden schneller verbraucht, wenn mehr Menschen im Haushalt leben, andere bleiben jedoch gemeinsame Kosten.

Ähnlich verhält es sich mit Lebensmitteln. Eine vierköpfige Familie verbraucht nicht zwangsläufig doppelt so viel wie ein Zweipersonenhaushalt. Viel hängt vom Alter, der Aktivität, den Vorlieben, der Anzahl der zu Hause zubereiteten

Mahlzeiten und davon ab, ob alle ähnliche Lebensmittel essen.

Deshalb sollten wir uns genauer ansehen, wer tatsächlich von den Einkäufen des Haushalts profitiert. Die offizielle Meldeadresse oder die Zahl der Personen in den Dokumenten sagt nicht alles aus. Entscheidend ist, wer sich tatsächlich im Haushalt aufhält und wie diese Personen dessen Vorräte nutzen.

Nehmen wir beispielsweise einen Haushalt, in dem zwei Erwachsene und ein Kind leben. Die Erwachsenen arbeiten außer Haus, das Kind verbringt einen Teil des Tages in der Schule. In einem anderen Haushalt leben ebenfalls zwei Erwachsene und ein Kind, aber alle verbringen den größten Teil ihrer Zeit zu Hause. Beide Haushalte haben drei Bewohner, doch ihre Einkaufsbedürfnisse können sich deutlich unterscheiden.

Noch interessanter wird es, wenn sich die Zahl der Personen, die sich regelmäßig zu Hause aufhalten, verändert. Ein Kind verbringt einen Teil der Woche beim anderen Elternteil. Ein Erwachsener arbeitet zeitweise außerhalb seines Wohnortes. Jemand kehrt für einige Wochen in das Elternhaus zurück. Es kommen Gäste, die länger bleiben. Jede dieser Situationen kann den Verbrauch von Produkten verändern, obwohl die offiziell angegebene Zahl der Haushaltsmitglieder gleich bleibt.

Ein guter Anfang ist deshalb eine kurze Beschreibung des eigenen Haushalts. Dafür brauchen wir weder ein offizielles Dokument noch ein detailliertes Ernährungsprofil. Es reicht, folgende Fragen zu beantworten:

- Wie viele Personen nutzen regelmäßig die gemeinsam gekauften Produkte?

- Wer hält sich den größten Teil des Tages zu Hause auf?
- Verändert sich die Zahl der Haushaltsmitglieder im Laufe der Woche oder des Monats?
- Wie viele Mahlzeiten bereiten wir durchschnittlich zu Hause zu?
- Hat jemand besondere Einkaufsbedürfnisse, die sich deutlich auf die Ausgaben auswirken?

Die letzte Frage ist wichtig, denn Bedürfnisse verteilen sich nicht immer gleichmäßig. Einige Produkte kaufen wir für alle, andere nur für eine bestimmte Person. Wenn ein Kind regelmäßig bestimmte Lebensmittel benötigt und einer der Erwachsenen andere Ernährungsgewohnheiten hat, sollten wir nicht so tun, als wäre jeder Einkaufswagen identisch.

Eine solche Bestandsaufnahme hilft uns zu verstehen, warum das Budget einer anderen Familie nicht unbedingt ein geeigneter Maßstab für unseren eigenen Haushalt ist.

Jeder Haushalt hat seinen eigenen Rhythmus

Die Zahl der Haushaltsmitglieder ist eine Sache. Genauso wichtig ist jedoch, wie ihre Anwesenheit im Laufe der Woche aussieht. Ein Haushalt funktioniert nicht unabhängig vom Kalender. Es gibt Tage, an denen alle zu Hause essen, und andere, an denen die meisten Mahlzeiten außer Haus stattfinden. Es gibt Schulwochen, Ferien, Urlaubszeiten und Monate, in denen sich der Arbeitsalltag aus beruflichen Gründen verändert.

Stellen wir uns eine Familie vor, deren Tagesablauf während des größten Teils des Jahres relativ stabil ist. Die Erwachsenen verlassen morgens das Haus, um zur Arbeit zu gehen, das Kind geht zur Schule, und ein gemeinsames Mittagessen findet hauptsächlich am Abend statt. Während der Ferien verändert sich die Situation. Das Kind verbringt

mehr Zeit zu Hause, es gibt zusätzliche Frühstücke, Mittagessen und Zwischenmahlzeiten. Plötzlich steigt der Verbrauch von Brot, Obst, Milchprodukten und anderen Lebensmitteln. Die Familie muss weder luxuriösere Produkte kaufen noch ihre Gewohnheiten grundsätzlich verändern. Es werden schlicht mehr Mahlzeiten zu Hause zubereitet.

Wenn wir in dieser Zeit versuchen, exakt dasselbe Budget einzuhalten, könnten wir zu dem Schluss kommen, dass unsere Einkäufe außer Kontrolle geraten sind. Tatsächlich haben sich jedoch die Bedingungen verändert, unter denen der Haushalt funktioniert.

Eine gute Möglichkeit, diesen Zusammenhang zu verstehen, besteht darin, die sogenannten Anwesenheitstage im Haushalt zu beobachten. Es geht nicht darum, jede einzelne Anwesenheit kompliziert zu berechnen. Wir wollen lediglich ungefähr feststellen, wie häufig die Haushaltsmitglieder die zu Hause zubereiteten Mahlzeiten nutzen.

Wir könnten beispielsweise feststellen, dass wir in einer gewöhnlichen Woche an fünf Tagen die meisten Mittagessen für drei Personen zubereiten und am Wochenende für die ganze Familie kochen. In einer anderen Woche sind dagegen alle sieben Tage zu Hause. Eine solche Woche benötigt ganz selbstverständlich größere Mengen an Lebensmitteln.

Wenn wir Zeiträume genauer miteinander vergleichen möchten, können wir einen einfachen Indikator verwenden: die Personentage. Ein Personentag bedeutet, dass eine Person an einem Tag die Haushaltsversorgung nutzt. Drei Personen, die sieben Tage lang zu Hause sind, ergeben 21 Personentage. Wenn eine Person davon zwei Tage verreist, bleiben 19 Personentage.

Das ist kein präzises Maß für den tatsächlichen Lebensmittelverbrauch. Ein Kind, ein Erwachsener und eine Person mit ganz anderen Bedürfnissen verbrauchen nicht dieselben Mengen. Außerdem berücksichtigt diese Kennzahl nicht die Unterschiede zwischen Mahlzeiten zu Hause und Essen außer Haus. Sie kann uns jedoch dabei helfen zu erkennen, dass zwei Wochen mit ähnlichen Ausgaben nicht unbedingt unter vergleichbaren Bedingungen stattgefunden haben.

Ein Beispiel: In der ersten Woche haben wir bei 21 Personentagen 500 Złoty ausgegeben. In der zweiten Woche waren es ebenfalls 500 Złoty, allerdings war eines der Haushaltsmitglieder den größten Teil der Woche abwesend. Die Zahl der Personentage lag deshalb nur bei 15. Im Verhältnis zur Anwesenheit der Haushaltsmitglieder war die zweite Woche also deutlich teurer. Es lohnt sich zu prüfen, ob das an einer größeren Vorratsauffüllung, anderen Produkten oder lediglich an einer ungleichmäßigen Verteilung der Einkäufe lag.

Wir müssen diese Berechnung nicht jede Woche durchführen. Die Kennzahl soll uns helfen, Unterschiede zu erklären, und nicht eine weitere Verpflichtung schaffen, die irgendwann ihr ganz eigenes Leben entwickelt.

Preis, Menge und Zusammensetzung des Einkaufswagens sind drei verschiedene Dinge

Wenn der Kassenbon höher ausfällt, sagen wir häufig einfach: Alles ist teurer geworden. Das kann stimmen, erklärt aber nicht immer die gesamte Veränderung. Die Kosten eines Einkaufs hängen von mindestens drei Faktoren ab: den Produktpreisen, den gekauften Mengen und der Zusammensetzung des Warenkorbs.

Der erste Faktor ist am offensichtlichsten. Wenn ein Produkt früher 5 Złoty gekostet hat und jetzt 6 Złoty kostet, zahlen wir für dieselbe Menge mehr. Der zweite Faktor betrifft Situationen, in denen wir mehr von einem Produkt kaufen als zuvor. Der dritte entsteht, wenn sich verändert, welche Produkte überhaupt in unserem Einkaufswagen landen. Wir können weniger günstige Produkte und dafür mehr teure kaufen, selbst wenn die Anzahl der Verpackungen ungefähr gleich bleibt.

Diese drei Mechanismen können gleichzeitig auftreten. Genau deshalb reicht es nicht aus, lediglich die Gesamtsumme eines Kassenbons zu vergleichen, um die Ursache gestiegener Ausgaben zu erkennen.

Nehmen wir an, wir haben in einem Monat eine bestimmte Auswahl an Produkten für 400 Złoty gekauft. Im nächsten Monat kostet ein ähnlicher Warenkorb 440 Złoty. Wir könnten vermuten, dass die Preissteigerungen dafür verantwortlich sind. Zunächst müssen wir allerdings überprüfen, ob wir tatsächlich dieselben Produkte und vergleichbare Mengen gekauft haben.

Wenn wir einige teurere Artikel hinzugefügt, größere Mengen Fleisch gekauft oder mehr Fertigprodukte mitgenommen haben, können wir die gesamte Differenz nicht den gestiegenen Preisen zuschreiben. Der Kassenbon zeigt, wie viel wir bezahlt haben, aber nicht, warum.

Hilfreich ist es, ausgewählte Produkte zu vergleichen, die wir regelmäßig kaufen. Wir müssen nicht das gesamte Sortiment eines Geschäfts überwachen. Einige grundlegende Produkte, die einen wichtigen Anteil unseres Einkaufswagens ausmachen, reichen aus. Wir können ihre Preise und Mengen notieren und dabei auch auf die Verpackungsgrößen achten.