

Vorwort

Finanzielle Resilienz: Ein Begriff, der erst auf den zweiten Blick seine ganze Tragweite offenbart. Denn es geht um weit mehr als das bloße Ansparen oder den Umgang mit dem eigenen Geld. Es geht um Stabilität in unsicheren Zeiten und um die Fähigkeit, finanzielle Rückschläge zu verkraften. Es geht um das Wissen, Ressourcen klug zu nutzen und die eigene wirtschaftliche Lebensrealität vorausschauend zu gestalten. Vor allem aber geht es um Freiheit! Die Freiheit, souverän durch das eigene Leben zu navigieren, ohne bei jeder unerwarteten Rechnung, jeder neuen Lebensphase, jeder beruflichen Veränderung oder jeder gesellschaftlichen Krise den Boden unter den Füßen zu verlieren.

In einer Zeit, in der die wirtschaftlichen Herausforderungen für viele Menschen in Deutschland zunehmen, sei es durch Inflation, demografische Umbrüche oder eine immer komplexer werdende Finanzwelt, wird die Fähigkeit, finanzielle Resilienz zu entwickeln und zu stärken, zu einer zentralen Zukunftskompetenz. Doch was bedeutet das konkret für den Alltag?

Welche Entscheidungen tragen langfristig zur finanziellen Widerstandsfähigkeit bei? Und wie kann man diese Fähigkeit in verschiedenen Lebensphasen gezielt aufbauen und stabilisieren?

Genau diesen Fragen widmet sich das vorliegende Buch »Finanzielle Resilienz in allen Lebenslagen«. Es nimmt Sie mit auf eine Reise von den Jugendjahren über das Erwachsenenleben bis hin zum Ruhestand. Diese altersgruppenbezogenen Themen werden eingerahmt durch zwei lebensphasenübergreifende Beiträge. Auf fundierte, alltagsnahe und praxisorientierte Weise wird beleuchtet, wie finanzielle Resilienz grundlegend und lebensphasenspezifisch aufgebaut und gestärkt werden kann.

Im ersten Kapitel legen Heide Preuße, Stefanie Bödeker & Birgit Bürkin die Grundlage mit der Betrachtung der Haushaltsführung. Sie zeigen, wie bereits im Alltag mit überschaubaren Maßnahmen Stabilität geschaffen werden kann. Im zweiten Kapitel widmet sich Jacob Risse einer der wichtigsten Zielgruppen, der Jugend, die synonym als unsere Zukunft verstanden werden kann. Er liefert nicht nur Impulse für Eltern, Lehrkräfte und Erziehungsberechtigte, sondern auch konkrete Best-Practice-Beispiele, wie finanzielle Bildung bereits im frühen Alter gelingen kann. Im dritten Kapitel öffnet Birgit Happel den biografischen Blick: Wie wirken

sich persönliche Lebenswege auf den Umgang mit Geld aus? Welche Chancen und Hürden zeigen sich im Rückblick auf die eigene finanzielle Entwicklung? Kapitel vier richtet sich an Menschen im Ruhestand und all jene, die sich darauf vorbereiten möchten. In diesem Kapitel formuliert Helmut Peters klare Tipps, wie finanzielle Resilienz auch im Alter erhalten oder sogar noch gestärkt werden kann. Im abschließenden Beitrag schafft Carmela Aprea eine verbindende Klammer und ordnet die Einzelbeiträge des Bandes in den weiteren Forschungskontext zur finanziellen Resilienz und zur Finanzbildung ein.

Dieses Buch ist kein trockener Ratgeber und kein Appell zum Verzicht. Es ist ein Handbuch zur Selbstermächtigung. Es lädt dazu ein, Verantwortung zu übernehmen, für sich selbst, für die eigene Zukunft und für die Menschen um uns herum. Es ist ein Plädoyer für eine Gesellschaft, in der finanzielle Resilienz kein Zufall, sondern ein erlernbares Gut ist.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen viele Aha-Momente, Erkenntnisse und vor allem den Mut, neue Wege zu gehen – für mehr Stabilität, mehr Selbstbestimmung und eine Zukunft, die Ihnen gehört.

Herzlichst, *Helmut Peters & Jacob Risse*

Danksagung

Ein herzliches Dankeschön gilt zunächst allen Autorinnen und Autoren dieses Werkes. Mit ihrem Engagement, ihrer Expertise und ihren vielfältigen Perspektiven haben sie dieses Buch zu dem gemacht, was es ist: ein facettenreicher, praxisnaher und zugleich wissenschaftlich fundierter Beitrag zur finanziellen Resilienz in allen Lebenslagen.

Wir danken dem Feldhaus Verlag für das Vertrauen in unser Projekt und die professionelle Begleitung auf dem Weg zur Veröffentlichung. Besonderer Dank gebührt Professor Dr. oec. Gerhard Raab, Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft Ludwigshafen, der durch seine Unterstützung und Vermittlung den Kontakt zum Verlag ermöglicht hat.

Ein tiefes Dankeschön geht auch an unsere Familien. Für ihre Geduld, ihr Verständnis und ihre Rückendeckung, besonders in intensiven Phasen, sind wir sehr dankbar. Ohne diese Unterstützung wäre dieses Buch in dieser Form nicht möglich gewesen.

5

Finanzielle Resilienz – eine lebensphasenorientierte Betrachtung

Carmela Aprea

Einleitung

In einer Welt voller Unsicherheiten – sei es durch wirtschaftliche Krisen, Veränderungen in Gesellschaft und Arbeitswelt oder persönliche Schicksalsschläge – wird die Fähigkeit, finanzielle Rückschläge zu bewältigen und sich davon zu erholen, zu einer zentralen Lebenskompetenz¹⁰⁵. Diese Fähigkeit bezeichnet man als finanzielle Resilienz. Sie beschreibt, wie gut Menschen in der Lage sind, mit finanziellen Herausforderungen umzugehen, sich anzupassen und langfristig stabile Lebensverhältnisse zu sichern. Dabei ist finanzielle Resilienz kein statischer Zustand, sondern ein dynamischer Prozess, der sich über die gesamte Lebensspanne hinweg entwickelt und verändert. Diese lebensphasenorientierte Perspektive, die den gesamten Band durchzieht, wird im letzten Beitrag erneut aufgegriffen. Die Zielsetzung des Beitrags besteht darin, eine verbindende Klammer zwischen den vorangehenden Kapiteln zu schaffen und diese in den weiteren Forschungskontext zur finanziellen Resilienz und zur Finanzbildung einzuordnen.

Basierend auf aktuellen Ansätzen der Resilienzforschung¹⁰⁶ liegt dem Beitrag eine interktionale Resilienzauffassung zugrunde. Diese versteht finanzielle Resilienz nicht als stabile Persönlichkeitseigenschaft, sondern als veränderliches Ergebnis des Zusammenspiels der finanziellen und psychischen Merkmale von Individuen mit ihren sozialen und strukturellen Lebenskontexten¹⁰⁷. Daraus ergibt sich ein erweiterter Handlungsrahmen: Finanzielle Resilienz kann durch geeignete Finanzbildungs- und Beratungsangebote sowie durch soziale Unterstützungsstrukturen systematisch gefördert werden. Diese Auffassung grenzt sich damit ausdrücklich von individualisierenden Konzepten der sogenannten Ego-Resilience ab, die Resilienz als angeborenes und folglich unveränderbares Charakteristikum von Menschen begreifen. Dadurch erlaubt sie eine differenzierte Betrachtung von Verantwortlichkeits- und Handlungsebenen und trägt dazu bei, individuelle Zu-schreibungen bei systemisch verursachten Risiken zu vermeiden – eine zentrale Kritik an früheren Resilienzkonzepten¹⁰⁸.

Darüber hinaus fußt der Beitrag auf entwicklungspsychologischen und ökonomischen Lebensphasenmodellen, so insbesondere auf dem Konzept der Entwicklungsaufgaben nach Havighurst (1972) sowie der Lebenszyklushypothese nach Modigliani und Brumberg (1954) bzw. deren verhaltensökonomischen Weiterentwicklungen durch Shefrin und Thaler (1988). Mit diesen Modellen lässt sich beschreiben, welchen typischen finanziellen Herausforderungen Menschen in verschiedenen Phasen ihres Lebens gegenüberstehen und was ihnen dabei hilft, vor diesem Hintergrund adäquate finanzielle Entscheidungen wie z. B. Arbeitsangebots-, Konsum-, Spar-, Investitions- oder Kreditentscheidungen zu treffen, um sich finanziell abzusichern und dadurch ihr finanzielles Wohlbefinden zu maximieren. In Anlehnung an diese Lebensphasenmodelle unterscheidet der Beitrag zwischen (1) Kindheit und Jugend sowie (2) frühem, (3) mittlerem und (4) höherem Erwachsenenalter. Für jede der vier Lebensphasen werden exemplarische Forschungsbefunde skizziert und mit Blick auf die finanzielle Resilienz sowie entsprechende Finanzbildungsmaßnahmen ausgewertet, wobei auch auf die Kapitel des vorliegenden Bandes Bezug genommen wird. Der Beitrag endet mit einem kurzen Fazit und Ausblick darauf, wie Praxis, Politik und Wissenschaft zusammenarbeiten können, um die finanzielle Resilienz der Menschen über alle Lebensphasen hinweg bestmöglich zu unterstützen.

5.1 Kindheit und Jugend: Der Grundstein finanzieller Resilienz

Finanzielle Resilienz wird nicht erst im Erwachsenenalter relevant, sondern hat ihre Wurzeln schon in den frühen Lebensphasen, also der Kindheit und Jugend, die üblicherweise die Altersspanne bis zum 18. Lebensjahr umfasst¹⁰⁹. Hierbei spielen das familiäre Umfeld und die finanzielle Sozialisation eine zentrale Rolle. Die entwicklungspsychologische Forschung legt nahe, dass bereits Kinder im Grundschulalter implizite Vorstellungen über Geld, Wert und Konsum entwickeln¹¹⁰. Sie beobachten, wie in der Familie über Geld gesprochen wird, so beispielsweise, ob es als Stressfaktor oder als Gestaltungsmittel wahrgenommen wird. Wie unter anderem eine Studie von Fletcher & Wright (2024) zeigt, ist zudem entscheidend, ob Kinder bereits in jungen Jahren Erfahrungen mit eigenen finanziellen Mitteln machen können – etwa durch regelmäßiges Taschengeld, kleine Kaufentscheidungen oder altersgemäße Sparziele. Sie lernen dabei nicht nur finanzielle Grundkonzepte, sondern auch Selbstkontrolle, Belohnungsaufschub und Verantwortung. Diese Fähigkeiten gelten als wichtige Grundlagen für stabile finanzielle Handlungskompetenz im Erwachsenenalter¹¹¹.

Darüber hinaus zeigen strukturelle Studien, dass nicht alle Kinder und Jugendlichen dieselben sozioökonomischen Ausgangsbedingungen für die Entwicklung dieser relevanten Fähigkeiten haben. Beispielsweise weist eine schwedische Studie¹¹² darauf hin, dass finanzielle Deprivation in der Kindheit nicht nur unmittelbare Einschränkungen mit sich bringt, sondern langfristige Folgen für psychische

Gesundheit, Bildungswege und ökonomische Stabilität hat. Die Forschenden sprechen von »Chain-of-Riskss«-Mechanismen, in denen soziale Benachteiligung kumuliert und sich über Generationen fortsetzt. Für Deutschland zeigen Schlimbach et al., 2024, dass Kinder aus einkommensschwachen Haushalten häufig von Angst, Scham oder Unsicherheit im Zusammenhang mit Geld berichten. Solche emotionalen Komponenten beeinflussen das spätere Verhalten in finanziellen Notlagen wiederum negativ. Die Befunde der strukturellen Studien unterstreichen damit eindrücklich, wie wichtig es für finanzielle Chancengleichheit und Teilhabe ist, dass qualitativ hochwertige Finanzbildung auch in Institutionen wie der Schule oder der Jugendarbeit angeboten wird, denn diese Institutionen erreichen potenziell alle Kinder und Jugendlichen, und somit auch solche, die unter ungünstigeren familiären Bedingungen aufwachsen.

In den frühen Lebensphasen geht es weniger um finanzielle Selbständigkeit oder um finanzielles Spezialwissen, sondern vielmehr um den Aufbau eines grundlegenden Verständnisses: Was ist Geld? Wie funktionieren Märkte? Warum sparen Menschen? Was ist ein Bedürfnis – und was nur ein Wunsch? Dabei sollte finanzielle Bildung in diesem Alter spielerisch und alltagsnah erfolgen. Schon anhand einfacher Budgetierungsaufgaben – etwa dem Verwalten des eigenen Taschengelds – können wichtige Fähigkeiten wie Selbstkontrolle, Planungskompetenz und Entscheidungsfähigkeit gefördert werden¹¹³. Ein elaboriertes Beispiel, wie Finanzbildungsmaßnahmen für Jugendliche aussehen können, liefert der Beitrag von Jacob Risse im Kapitel 2 dieses Buches. Wie der Autor hervorhebt, profitieren Kinder und Jugendliche von einem Umfeld, das den Umgang mit Geld nicht tabuisiert, sondern offen und reflektiert thematisiert. Zudem ist es wichtig, mit ihnen auf Augenhöhe zu kommunizieren und ihnen zu ermöglichen, in einem geschützten Rahmen Fehler zu machen und aus diesen zu lernen.

5.2 Frühes Erwachsenenalter: Finanzielle Resilienz in einer Phase von Transition und Vulnerabilität

Das frühe Erwachsenenalter, also die Zeit zwischen der Volljährigkeit und etwa dem 30. Lebensjahr¹¹⁴, stellt eine zentrale Phase der finanziellen Entwicklung dar, in der junge Menschen erstmals eigenständig finanzielle Entscheidungen treffen. Dazu zählen insbesondere die Ausbildungs- oder Studienwahl, der Eintritt in den Arbeitsmarkt, der Kauf eines eigenen Autos oder die erste eigene Wohnung sowie der Abschluss erster Versicherungen¹¹⁵. Auch langfristige finanzielle Verhaltensweisen werden in dieser Phase geprägt: Der Umgang mit Studienkrediten oder Konsumschulden, die Entscheidung für (oder gegen) den Aufbau eines Notgroschens und der Einstieg in die Altersvorsorge haben langfristige Auswirkungen auf finanzielle Sicherheit im mittleren und höheren Erwachsenenalter¹¹⁶. Zugleich ist diese Lebensphase von Übergangserfahrungen, instabilen Einkommensverhältnissen, begrenzten finanziellen Ressourcen und damit insgesamt von hoher Unsicherheit geprägt, was sie zu einem kritischen Prüfstein für finanzielle

Resilienz macht¹¹⁷. Erschwerend kommt hinzu, dass die finanzielle Kompetenz in dieser Altersgruppe besonders niedrig ausgeprägt ist. Selbst in Deutschland, wo die Gesamtbevölkerung in internationalen Vergleichsstudien verhältnismäßig gut abschneidet¹¹⁸, sind grundlegende finanzielle Kenntnisse – etwa zu Zinsen, Inflation oder Risiko – bei jungen Erwachsenen oft nur lückenhaft vorhanden¹¹⁹. Wie verhaltensökonomische Studien zeigen, neigen junge Erwachsene zudem dazu, Zukunftsrisiken systematisch zu unterschätzen¹²⁰. Dies erschwert informierte Entscheidungen in Bereichen wie Mietverträgen, Konsumfinanzierungen oder der Auswahl von Versicherungs- und Altersvorsorgeprodukten. Ferner weisen Angehörige dieser Altersgruppe eine hohe Ver- und Überschuldungsquote bei Telekommunikationsunternehmen sowie im Onlinehandel auf¹²¹.

Geringe finanzielle Ressourcen gepaart mit fehlender Finanzkompetenz und verzerrten Risikowahrnehmungen sind der Grund, weshalb junge Erwachsene nicht nur besonders anfällig für finanzielle Fehlentscheidungen sind, sondern ebenso für das Empfinden von finanziellem Stress. So zeigt beispielsweise die aktuelle Trendstudie »Jugend in Deutschland 2025«, dass finanzielle Sorgen angesichts von Inflation, teurem Wohnraum und Altersarmut zu hoher Unzufriedenheit der jungen Generation mit ihrer Lebenssituation führen¹²². Weitere Forschungsbefunde legen zudem nahe, dass die Herkunftsfamilie auch in dieser Lebensphase der zentrale soziale und finanzielle Schutzfaktor bleibt¹²³. Bedeutsam sind zudem informelle Netzwerke im erweiterten sozialen Nahbereich, zu dem neben dem Freundeskreis auch Menschen im Bildungs- und Arbeitskontext gehören¹²⁴ ebenso wie formelle Unterstützungsstrukturen, etwa durch BAföG, Wohnzuschüsse oder Schuldnerberatung¹²⁵. Ferner scheinen sich sozioökonomische Ungleichheiten weiterhin fortzusetzen. Wie etwa eine Studie des Pew Research Center (2024) zeigt, ist ein großer Teil junger Erwachsener noch nicht vollständig finanziell unabhängig. Nur 45 % geben an, ohne elterliche Unterstützung auszukommen. Dies verweist auf einen verzögerten Übergang zur finanziellen Eigenverantwortung, insbesondere in sozioökonomisch belasteten Haushalten. Zentrale Aspekte der Finanzbildung in dieser Lebensphase sind grundlegende Kompetenzen zu Budgetierung und Ausgabenkontrolle, zum Aufbau eines Notgroschens sowie zur Vermeidung übermäßiger Schulden. Relevant sind zudem erste Schritte in die Altersvorsorge (z. B. über ETF-Sparpläne oder betriebliche Angebote) einschließlich fundierter Kenntnisse über das Alterssicherungssystem in Deutschland. Fundierte Ideen zur didaktischen Umsetzung vor allem des letztgenannten Aspekts, finden sich ebenfalls im bereits zitierten Beitrag von Jacob Risse (Kapitel 2 in diesem Band). Ein weiteres zentrales Themenfeld im Rahmen von Finanzbildungsangeboten für junge Erwachsene ist der adäquate Umgang mit digitalen Finanztools sowie mit Finanzinformationen in den sozialen Medien¹²⁶.

5.3 Mittleres Erwachsenenalter: Finanzielle Resilienz im Spannungsfeld von Familiengründung und Management von Lebensrisiken

Die Lebensphase zwischen dem 30. und etwa dem 60. Lebensjahr wird als mittleres Erwachsenenalter bezeichnet. Sie ist meist durch die folgenden fundamentalen finanziellen und sozialen Veränderungen geprägt: Partner- und Elternschaft, gegebenenfalls Kauf von Wohneigentum, Kindererziehung und beruflicher Aufstieg. Zwar steigt in dieser Phase typischerweise das Einkommen und wird stabiler, gleichzeitig wachsen aber auch die finanziellen Verpflichtungen wie etwa die Sicherung des Familienunterhalts, die mittel- und langfristige finanzielle Vorsorge, die Bedienung von Krediten sowie unter Umständen auch die finanzielle Unterstützung von älteren Familienangehörigen¹²⁷. Dementsprechend finden sich viele Menschen in dieser Phase in einer finanziellen »Sandwich-Position« wieder. Ebenso verschränken sich hier häufig finanzielle mit sozialen, emotionalen oder gesundheitlichen Lebensrisiken, beispielsweise durch Jobverlust, Trennung bzw. Scheidung oder Krankheit¹²⁸. Zudem zeigen Studien zur Finanzstabilität, dass Menschen in diesem Lebensabschnitt besonders durch Einkommens- und Vermögensschocks aufgrund von makroökonomischen Krisen betroffen sind, vor allem dann, wenn Risiken sich akkumulieren, wie dies beispielsweise bei Alleinerziehenden, Menschen in prekären Beschäftigungsverhältnissen oder Arbeitslosen der Fall ist¹²⁹. Auch in der mittleren Lebensphase verstärken sich somit bestehende soziale Ungleichheiten. Wie Birgit Happel im Kapitel 3 dieses Bandes eindrücklich herausgearbeitet hat, gilt dies besonders für Frauen. Sie sind häufiger mehrfachen finanziellen Risiken ausgesetzt – vor allem durch strukturelle Ungleichheiten wie Lohnlücken, geschlechterstereotype Berufswahl und eine ungleiche Verteilung von Sorgearbeit. Viele Frauen arbeiten in Teilzeit, unterbrechen ihre Erwerbsbiografie für Kinder oder Pflege und erwerben dadurch geringere Rentenansprüche. Dementsprechend sind viele Frauen in dieser (und späteren) Lebensphase finanziell abhängig oder können keine ausreichende Vorsorge treffen. Der Beitrag von Birgit Happel verweist zudem auf die hohe Heterogenität der Lebenslagen auch innerhalb einer Altersgruppe. Dies legt es nahe, die lebensphasenorientierte Betrachtung durch eine biografische Perspektive zu ergänzen, wie sie von der Autorin vorgestellt wird.

Die hohe Risikoprävalenz im mittleren Erwachsenenalter geht häufig mit ausgeprägtem finanziellem Stressempfinden einher, oftmals ausgelöst durch hohe Ver- bzw. insbesondere Überschuldung. Wie aktuelle Literaturübersichten¹³⁰ verdeutlichen, geht dies nicht nur mit negativen Folgen für Psyche und Gesundheit der Betroffenen und ihren Angehörigen einher, sondern ist aufgrund niedrigerer Arbeitsproduktivität und höherer Gesundheitskosten auch mit Problemen für Unternehmen und Gesamtwirtschaft verbunden.

Die finanzielle Lage von privaten Haushalten in der mittleren Lebensphase beleuchtet auch der Beitrag von Heide Preuß, Stefanie Bödecker und Birgit Bürkin

in Kapitel 1 dieses Bandes. Dabei gehen die Autorinnen davon aus, dass Finanzbildung substanzell zur finanziellen Resilienz von privaten Haushalten beitragen kann. Diese Annahme wurde beispielsweise in einer Studie von Liu et al. (2024) bekräftigt, die zeigt, dass finanzielle Bildung mit der Fähigkeit korreliert, ökonomische Schocks – etwa durch Jobverlust oder Krankheit – besser zu absorbieren und sich schneller davon zu erholen. Wichtige Themen für die Finanzbildung in dieser Lebensphase sind beispielsweise strategische Haushaltsführung trotz steigender Ausgaben, klare Prioritäten zwischen Konsum, Rücklagen und Investitionen, Aufbau von Reserven gegen berufliche Ausfälle, flexible berufliche Strategien sowie regelmäßige Überprüfung und Anpassung der Altersvorsorge. Heide Preuß und Kolleginnen heben aber auch hervor, dass Finanzbildung nur ein Baustein für den Aufbau der finanziellen Resilienz von Haushalten sein kann und durch geeignete Informations- und Beratungsangebote flankiert werden muss. Insbesondere in finanziellen Notfall- und Krisensituationen ist davon auszugehen, dass Betroffene erst dann von Finanzbildungsmaßnahmen profitieren können, wenn ihre finanzielle und psychische Lage stabilisiert werden kann¹³¹.

5.4 Höheres Erwachsenenalter: Finanzielle Resilienz angesichts von Konsolidierung und Renteneintritt

Das höhere Erwachsenenalter, das etwa ab dem 60. Lebensjahr beginnt, ist erneut von tiefgreifenden ökonomischen und sozialen Veränderungen geprägt. Die Kinder sind meist aus dem Haus, die Schulden (z. B. Immobilienkredit) idealerweise abbezahlt, und das Einkommen hat seinen Höhepunkt erreicht. Zudem steht die Beendigung der Erwerbstätigkeit bevor oder altersbedingte gesundheitliche Einschränkungen führen zu einer Neujustierung der Lebensführung, auch im finanziellen Bereich. Vor dem Hintergrund des demographischen Wandels und damit einhergehenden Herausforderungen für die umlagefinanzierten gesetzlichen Altersvorsorgesysteme rückt die Frage nach der finanziellen Resilienz in dieser Lebensphase verstärkt in den Fokus¹³².

Kurz vor oder mit dem Eintritt in den Ruhestand stehen viele ältere Erwachsene vor der Herausforderung, ihre finanziellen Ressourcen zu konsolidieren und langfristig abzusichern. Diese Phase ist von einer Reihe komplexer Entscheidungen geprägt, die maßgeblich für die finanzielle Resilienz im Alter sind¹³³. Dazu zählen etwa der gewählte Zeitpunkt des Rentenbezugs, die Einschätzung und Anpassung laufender Ausgaben, um Engpässe zu vermeiden, sowie der Umgang mit Altersvorsorgevermögen – etwa durch Entnahmepläne oder eine Umschichtung in risikoärmere Anlagen. Hinzu kommen Entscheidungen zur Vorsorge im Krankheitsfall sowie, zur Bildung von Rücklagen für weitere unerwartete Belastungen (z. B. Reparaturen, Pflege), zur Wohnsituation (Verbleib im Eigenheim, altersgerechter Umbau oder Umzug in betreutes Wohnen) sowie zur Nachlassplanung und Vermögensweitergabe.

Wie in den anderen Lebensphasen ist auch die Lebenssituation älterer Menschen durch Heterogenität gekennzeichnet. Einerseits profitieren viele Personen von jahrzehntelanger Erwerbstätigkeit und einem gesicherten Rentenzugang, andererseits ist ein wachsender Anteil älterer Menschen von Altersarmut betroffen. Laut dem 6. Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung¹³⁴ ist knapp jeder sechste Mensch über 65 in Deutschland armutsgefährdet – mit steigender Tendenz. Dabei weisen insbesondere Frauen, Personen mit unterbrochenen Erwerbsbiografien und solche mit Migrationshintergrund ein höheres Risiko für Altersarmut auf¹³⁵. Die Ursachen liegen häufig in niedrigeren Erwerbseinkommen, Teilzeitarbeit, fehlender betrieblicher Altersvorsorge sowie Sorgearbeit, die nicht rentenwirksam ist. Ferner kommt auch in dieser Lebensphase erschwerend hinzu, dass – ähnlich wie im frühen Erwachsenenalter – die Finanzkompetenz von älteren Menschen eher niedrig ausgeprägt ist¹³⁶. Wie eine Studie von Lusardi et al. (2018) zeigt, nimmt die finanzielle Entscheidungsfähigkeit im Alter tendenziell ab. Zudem schätzen nicht alle älteren Menschen ihre Rentenansprüche, ihre Lebenserwartung, künftige Ausgaben oder Pflegebedarfe richtig ein. Dadurch werden Vorsorgebeiträge zu niedrig angesetzt oder der Ruhestand zu früh anvisiert.

Die Phase des höheren Erwachsenenalters wird im Beitrag von Helmut Peters im Kapitel 4 dieses Bandes ausführlich thematisiert. Vor dem Hintergrund der aktuellen Situation von älteren Menschen in Deutschland werden in diesem Kapitel Empfehlungen abgeleitet, wie Individuen mit der veränderten finanziellen Situation im Ruhestand umgehen können. Die Bedeutung solcher individuellen Verhaltensanpassungen ist kaum zu überschätzen. Wie eine aktuelle Studie von Grages und Och (2024) zeigt, spielen für Menschen mit geringem Einkommen jedoch auch soziale Ressourcen in Form von familiärer, zivilgesellschaftlicher und öffentlicher Unterstützung (Geld- und Sachleistungen) eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Altersarmut.

5.5 Fazit und Ausblick

Basierend auf einer interaktionalen Resilienzauffassung, welche finanzielle Resilienz als veränderliches Ergebnis des Zusammenspiels der Merkmale von Individuen mit ihren Lebenskontexten versteht, sowie ausgehend von entwicklungspsychologischen und ökonomischen Lebensphasenmodellen, die beschreiben, welchen typischen finanziellen Herausforderungen Menschen in verschiedenen Phasen ihres Lebens gegenüberstehen und was ihnen dabei hilft, adäquate finanzielle Entscheidungen zu treffen, wurden in diesem Beitrag für die Kindheit und Jugend sowie das frühe, das mittlere und das höhere Erwachsenenalter exemplarische Forschungsbefunde skizziert und mit Blick auf die finanzielle Resilienz sowie entsprechende Finanzbildungsmaßnahmen ausgewertet, wobei auch auf die Kapitel des vorliegenden Bandes Bezug genommen wurde. Die Ausführungen sollten deutlich gemacht haben, dass die einzelnen Lebensphasen Übergänge darstellen, die sich substantiell im Hinblick auf finanzielle Herausforderungen und

damit verbundene finanzielle Risiken unterscheiden. Zudem legen die skizzierten Befunde nahe, dass Finanzkompetenz und finanzielle Resilienz nicht nur eine Frage individueller Persönlichkeitsmerkmale sind, sondern eng mit familiären, sozialen und strukturellen Rahmenbedingungen verwoben sind.

Um die finanzielle Resilienz von Menschen über alle Lebensphasen hinweg wirkungsvoll zu stärken, bedarf es eines koordinierten Zusammenwirkens von Praxis, Politik und Wissenschaft. Für die einzelnen Lebensabschnitte sollten phasenspezifische Maßnahmen evidenzbasiert entwickelt und implementiert werden, die sowohl individuelle Kompetenzen fördern als auch strukturelle Rahmenbedingungen verbessern. Die Wissenschaft kann hier durch fundierte Analysen von Risikolagen, Lebensverläufen und Bildungsbedarfen Orientierung bieten sowie die Wirksamkeitsevaluation der Maßnahmen begleiten. Die Praxis – insbesondere Bildungsakteure, Sozialberatung und Finanzdienstleistungen – kann zielgruppenadäquate Unterstützungsangebote gestalten und erproben. Die Politik ist gefordert, die dafür notwendigen institutionellen und finanziellen Rahmenbedingungen zu schaffen sowie soziale Ungleichheiten abzubauen, die finanzielle Resilienz systematisch untergraben. Nur durch eine enge Verzahnung dieser drei Ebenen lassen sich resilienzfördernde Bedingungen schaffen, die Menschen in ihrer finanziellen Selbstbestimmung, Handlungsfähigkeit und Sicherheit nachhaltig stärken – unabhängig von Alter, Geschlecht oder sozialer Herkunft.