wohnungsnot.org

Selbstcheck „Wie sicher wohnst du gerade?“

Fragen, Auswertung und fachliche Grundlagen

Ausführliche Dokumentation des Fragebogens · Stand: 30. Oktober 2026

Dieses Dokument legt offen, wie der Selbstcheck auf wohnungsnot.org funktioniert: welche Fragen er stellt, wann welche Frage erscheint, wie die Antworten ausgewertet werden und welche Hinweise und Hilfestellen daraufhin angezeigt werden. Beschrieben ist die Fassung, die im Oktober 2026 auf der Startseite eingesetzt ist. Alle Fragen, Antwortmöglichkeiten und Ergebnistexte sind wörtlich wiedergegeben. Der Programmcode enthält zusätzlich eine längere Fassung mit mehr Fragen, die derzeit nicht eingesetzt ist; sie ist hier nicht beschrieben.

Inhalt

1 Zweck und Grenzen
2 Fachliche Grundlagen
3 Ablauf im Überblick
4 Die Fragen im Einzelnen
5 Auswertung: die vier Stufen
6 Empfehlungen im Ergebnis
7 Zeitstrahl im Ergebnis
8 Sicherheit und Datenschutz
9 Verlinkte Hilfestellen
10 Grenzen und offene Punkte
11 Quellen

1 Zweck und Grenzen

Der Selbstcheck richtet sich an Menschen, die unsicher sind, wie es um ihre Wohnsituation steht. Er soll in wenigen Fragen helfen, die eigene Lage einzuordnen, und zeigt, welche Beratungsstelle zuständig ist und was als Nächstes sinnvoll ist.

- **Kein Test, keine Beratung.** Der Selbstcheck ist kein geprüftes Messinstrument und ersetzt keine Rechts- oder Sozialberatung. Das Ergebnis gibt nur wieder, was angegeben wurde. Dieser Hinweis steht auch unter jedem Ergebnis.
- **Umfang.** Je nach Antworten werden drei bis sechs Fragen gestellt. Jede Frage kann übersprungen werden; übersprungene Fragen werden nicht als Antwort gewertet. Fehlen allerdings die Kernfragen, gibt es keine Einordnung „Sicher“ (Abschnitt 5). Antworten lassen sich jederzeit ändern.
- **Keine Speicherung.** Die Auswertung läuft vollständig im Browser. Antworten werden weder gespeichert noch an einen Server oder Dritte übertragen. Nach dem Schließen oder Neuladen der Seite sind sie gelöscht.
- **Ansprache.** Der Selbstcheck spricht die Nutzenden mit „du“ an. In diesem Dokument sind Fragen und Ergebnistexte deshalb in der Du-Form zitiert.

2 Fachliche Grundlagen

Mit oder ohne Wohnung

Die erste Unterscheidung folgt der Wohnungsnotfalldefinition der BAG Wohnungslosenhilfe (2025, S. 1). Maßgeblich ist, ob eine Person über eigenen, mietrechtlich abgesicherten Wohnraum verfügt: einen eigenen Mietvertrag, einen Untermietvertrag oder Eigentum. Untermiete ohne Vertrag zählt nicht. Wer bei Bekannten, im Wohnwagen oder in der Laube, in einer Pension, einer Notunterkunft oder einer Einrichtung lebt, gilt nach dieser Definition als wohnungslos, auch wenn ein Dach über dem Kopf vorhanden ist. Das gilt auch für Menschen, die demnächst ohne Wohnung aus Klinik oder Haft entlassen werden (ebd., S. 2 f., Kategorien A.1 und A.2). Auch mit eigener Wohnung kann ein Wohnungsnotfall vorliegen: wenn der Verlust der Wohnung unmittelbar bevorsteht, etwa wegen einer Kündigung, einer Räumungsklage oder Gewalt (B.1, B.2), oder wenn die Wohnverhältnisse unzumutbar sind (C.1 bis C.7). Zu den unzumutbaren Wohnverhältnissen zählt die BAG W außergewöhnlich beengten Wohnraum, fehlende Sanitäranlagen, gesundheitsgefährdende Mängel wie Feuchtigkeit, Schimmel oder unzureichende Heizung, eine Wohnkostenbelastung von mehr als 40 Prozent des Nettoeinkommens, fehlende Barrierefreiheit sowie häusliche Gewalt und Konflikte in der Nachbarschaft (ebd., S. 2 f.).

Hier weicht der Selbstcheck in zwei Richtungen bewusst ab. Weil er allein auf Selbstauskunft beruht, wertet er nur die stärkste Ausprägung von Mängeln als Notfall-Kriterium: wenn die Wohnung krank macht oder Heizung, Bad oder Küche fehlen. Enge, Schimmel, Kälte und hohe Wohnkosten zählen als Warnzeichen (Abschnitt 5). Strenger als die BAG W ist er bei Mietschulden: Zwei oder mehr offene Monatsmieten gelten schon ohne Kündigung als Notfall-Kriterium, weil die Vermieterin oder der Vermieter dann fristlos kündigen darf (§ 543 Abs. 2 Satz 1 Nr. 3 BGB; vgl. Gränitz, 2022, S. 210). Die BAG W nennt Mietschulden nicht als eigenen Notfall, sondern erst die Kündigung (2025, S. 3, B.1).

Grauzone und sechs Bereiche

Den Begriff der Grauzone prägt die Soziologin Saskia Gränitz. Sie verortet die Grauzone der Wohnungsnot zwischen dem als gesichert wahrgenommenen Wohnen und der Zone der Wohnungs- und Obdachlosigkeit und unterscheidet darin sechs Dimensionen: ungesichertes, ungenügendes, depriviertes, beengtes oder überbelegtes, pauperisierendes und bedrohtes Wohnen (Gränitz, 2022, S. 206–210; ausführlich Gränitz, 2025, S. 148–150). In Anlehnung daran fragt der Selbstcheck nach sechs Bereichen: Platz, Zustand, Umgebung, Absicherung, Kosten und Bedrohung. Die Bereichsnamen sind vereinfachte Übersetzungen dieser Begriffe. Deprivation meint bei Gränitz sozialräumliche Nachteile wie Randlagen, schlechte Anbindung oder Lärm (2022, S. 208), aber auch ein bedrohliches Wohnumfeld, etwa Diskriminierung oder Gewalt in der Nachbarschaft (2025, S. 149). Der Selbstcheck fragt im Bereich Umgebung nur nach Letzterem: ob man sich in der Gegend sicher fühlt.

Der Selbstcheck verwendet den Begriff Grauzone enger als Gränitz. Bei ihr gehört auch bedrohtes Wohnen, etwa nach einer Kündigung, zur Grauzone. Der Selbstcheck folgt an dieser Stelle der BAG W und ordnet solche Lagen als Notfall ein. Die Grenze der BAG W verläuft damit, wie Laube zeigt, „nicht am Rand der Grauzone, sondern mitten hindurch“ (Laube, 2026, S. 14). Die Stufe „Grauzone“ bedeutet im Selbstcheck deshalb: noch kein Notfall nach BAG W, aber Anzeichen prekären Wohnens.

Welche Antworten als Warnzeichen zählen und damit die Grenze zwischen „Sicher“ und „Grauzone“ ziehen, legt der Selbstcheck selbst fest. Eine Abstufung nach Stärke gibt es dabei nicht: Ein Bereich wird genannt oder nicht. Gränitz versteht die Dimensionen als Kontinuen und legt ausdrücklich nicht fest, wo Wohnungsnot beginnt oder welche Merkmale zusammenkommen müssen (2025, S. 151). Die Notfall-Kriterien folgen weitgehend der BAG W (Abschnitt 5).

Druck, Gewalt und Abhängigkeit

Die Frage nach Druck oder Gewalt am Schlafplatz, die Antwort „Mein Wohnen hängt an einer Person, mit der es nicht gut läuft“ und die Frage „Wenn du raus müsstest: Wüsstest du, wohin?“ stützen sich auf Befunde der Masterarbeit „Prekäre Wohnbiographien von Frauen*“ (Laube, 2026). Laube zeigt, dass Frauen* aus ökonomischer Abhängigkeit in Beziehungen und Unterkünften bleiben, solange eine eigene Wohnung fehlt (S. 48, 56, 79 f.), und dass informelle Schlafplätze teils sexuelle Gegenleistungen verlangen (S. 62, 69). Auch die BAG W beschreibt beim Mitwohnen starke Abhängigkeiten und die Erpressung von (sexuellen) Gegenleistungen (2025, S. 3) und zählt häusliche Gewalt und Konflikte in der Nachbarschaft zu den Wohnungsnotfällen (ebd., S. 2 f., C.7). Gränitz rechnet funktionale Wohnarrangements, die bis zu Ausbeutung und Gewalt reichen können, zum ungesicherten Wohnen (2025, S. 148). Dass ein auslaufendes Wohnverhältnis erst dann zur Not wird, wenn keine andere Wohnung in Sicht ist, beschreibt Gränitz (2022, S. 207, 210; 2025, S. 150).

Der Tipp bei der Antwort „Nur für kurze Zeit, bei Familie oder Freund*innen“ stützt sich ebenfalls auf Laube: Je länger die Wohnungsnot dauert, desto weniger Unterkunftsmöglichkeiten bietet das eigene soziale Netz, und auch längeres Unterkommen bei anderen hat innere Kosten wie Anpassungsdruck und Dankbarkeitsverpflichtung (Laube, 2026, S. 61 f.).

Rechtsgrundlagen

Die Hinweise im Ergebnis nennen jeweils die einschlägigen Paragrafen, damit jede Aussage nachprüfbar ist. Rechtsstand ist der 1. Oktober 2026.

3 Ablauf im Überblick

Die ersten beiden Fragen entscheiden, auf welchem von drei Wegen der Selbstcheck weitergeht. Am Ende steht bei allen Wegen dieselbe Frage nach Druck oder Gewalt, danach das Ergebnis. Schaubild 1 auf der folgenden Seite zeigt den vollständigen Ablauf.

Weg	Für wen	Fragen nach Frage 1 und 2
Weg A mit eigener Wohnung	Eigener Mietvertrag und dort wohnend, oder Zusammenleben mit Partner*in oder Familie	„Wie ist deine Wohnung?“, „Ist etwas davon passiert?“, bei Bedarf „Wüsstest du, wohin?“, „Druck oder Gewalt?“
Weg B ohne eigene Wohnung	Bei Bekannten, in Unterkunft, Pension, Frauenhaus, Wohnwagen, Laube, Klinik oder Haft	„Wie lange kannst du dort noch bleiben?“ (nicht bei Klinik oder Haft), „Wüsstest du, wohin?“, „Druck oder Gewalt?“
Weg C ohne Wohnung	Draußen, im Auto oder mal hier, mal da	Hinweis „Für heute Nacht“, dann „Druck oder Gewalt?“

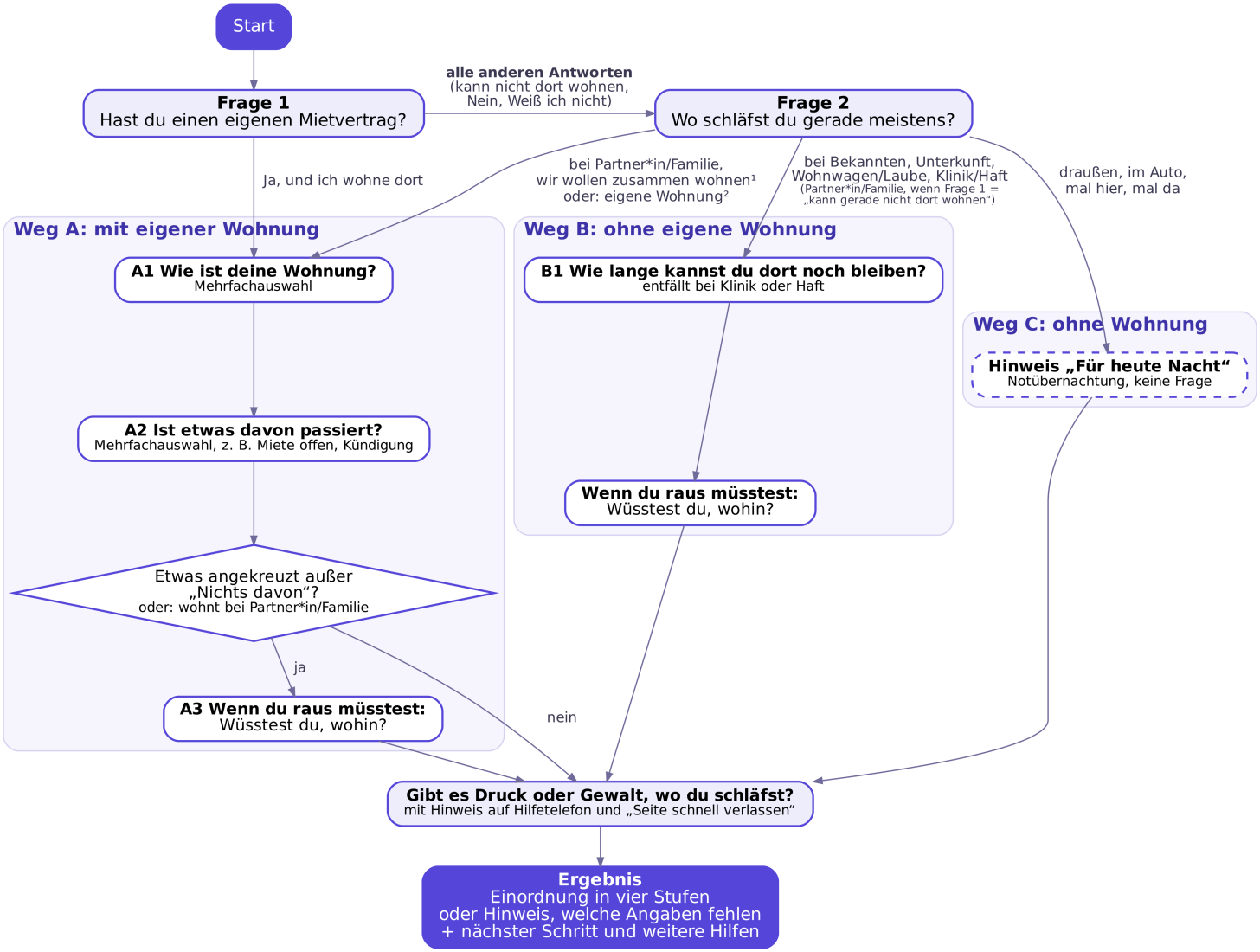


Schaubild 1: Welche Frage wann gestellt wird. ¹ Nur wenn bei Frage 1 nicht „Ja, aber ich kann gerade nicht dort wohnen“ gewählt wurde; sonst Weg B. ² Diese Antwort wird nur angeboten, wenn bei Frage 1 „Weiß ich nicht“ gewählt wurde.

4 Die Fragen im Einzelnen

Für jede Frage sind angegeben: wann sie erscheint, der Hinweistext unter der Frage, alle Antwortmöglichkeiten im Wortlaut und was jede Antwort für die Auswertung bedeutet. Die sechs Bereiche und die Begriffe „Warnzeichen“ und „Notfall-Kriterium“ sind in Abschnitt 5 erklärt.

Frage 1 Hast du einen eigenen Mietvertrag?

Erscheint: immer, als erste Frage

Hinweis unter der Frage: *Auch ein Untermietvertrag oder Eigentum zählt. Ohne eigenen Vertrag zählt es nicht, etwa bei Untermiete ohne Vertrag oder in Hotel, Pension oder Unterkunft.*

Antwort	Was daraus folgt
Ja, und ich wohne dort	Weg A. Frage 2 entfällt.
Ja, aber ich kann gerade nicht dort wohnen	Weiter mit Frage 2. Einordnung mindestens „Notfall mit Wohnung“. Empfehlung „Hilfe, wenn du nicht nach Hause kannst“.
Nein	Weiter mit Frage 2.
Weiß ich nicht	Weiter mit Frage 2. Dort wird zusätzlich „In meiner eigenen Wohnung“ angeboten.

Frage 2 Wo schläfst du gerade meistens?

Erscheint: wenn bei Frage 1 nicht „Ja, und ich wohne dort“ gewählt wurde

Antwort	Was daraus folgt
Bei Partner*in oder Familie. Wir wollen zusammen wohnen.	Weg A (die Fragen beziehen sich auf diese Wohnung). Hat die Person bei Frage 1 angegeben, gerade nicht in ihrer Wohnung wohnen zu können: Weg B.
Bei Familie oder Bekannten, weil ich nichts anderes habe	Weg B. Einordnung „Notfall ohne Wohnung“.
In einer Unterkunft, Pension oder im Frauenhaus	Weg B. Einordnung „Notfall ohne Wohnung“.
Im Wohnwagen, in einer Laube oder Ähnlichem	Weg B. Einordnung „Notfall ohne Wohnung“.
In Klinik oder Haft. Ich werde bald ohne Wohnung entlassen.	Weg B ohne die Frage nach der Bleibedauer. Einordnung „Notfall ohne Wohnung“. Empfehlung „Die Zeit nach der Entlassung planen“.
Draußen, im Auto oder mal hier, mal da	Weg C. Einordnung „Notfall ohne Wohnung“. Empfehlung „Ein Schlafplatz für heute Nacht“.
In meiner eigenen Wohnung (nur nach „Weiß ich nicht“ bei Frage 1)	Weg A.

Ausnahme: Wer bei Frage 1 „Ja, aber ich kann gerade nicht dort wohnen“ gewählt hat, wird als „Notfall mit Wohnung“ eingeordnet, auch wenn es auf Weg B weitergeht. Nur wer draußen schläft, wird dann als „Notfall ohne Wohnung“ eingeordnet.

Werden Frage 1 und Frage 2 übersprungen, geht es auf Weg A weiter. Die Einordnung „Sicher“ gibt es dann aber nicht, weil die Wohnsituation offen ist (Abschnitt 5).

Weg A: mit eigener Wohnung

A1 Wie ist deine Wohnung?

Erscheint: Weg A · Mehrfachauswahl

Hinweis unter der Frage: *Kreuze an, was stimmt.*

Antwort	Was daraus folgt
Zu wenig Platz	Bereich Platz. Warnzeichen. Empfehlung „Wohnberechtigungsschein“.
Schimmel, Kälte oder andere Schäden	Bereich Zustand. Warnzeichen. Empfehlung „Mängel melden“.
Sie macht krank, oder Heizung, Bad oder Küche fehlen	Bereich Zustand. Notfall-Kriterium. Empfehlung „Mängel melden“.
Die Miete ist zu teuer für mich	Bereich Kosten. Warnzeichen. Empfehlung „Wohngeld prüfen“.
Ich fühle mich in der Gegend nicht sicher	Bereich Umgebung. Warnzeichen. Empfehlung „Wenn die Gegend bedrohlich ist“.
Sie passt nicht zu meiner Gesundheit, zum Beispiel wegen Treppen	Notfall-Kriterium. Empfehlung „Wohnberatung bei Barrieren“.
Nichts davon	Keine Wirkung. Hebt die anderen Kreuze auf.

A2 Ist etwas davon passiert?

Erscheint: Weg A · Mehrfachauswahl

Hinweis unter der Frage: *Kreuze an, was stimmt.*

Antwort	Was daraus folgt
Eine Monatsmiete ist offen	Bereich Kosten. Warnzeichen. Empfehlung „Schuldnerberatung“. Zeitstrahl ab Station 2.
Zwei Monatsmieten oder mehr sind offen	Bereich Kosten. Notfall-Kriterium (strenger als die BAG W, siehe Abschnitt 2). Empfehlung „Schuldnerberatung“. Zeitstrahl ab Station 3.
Streit mit Vermieterin oder Vermieter, oder eine Abmahnung	Warnzeichen. Der Bereich Bedrohung wird dafür nicht genannt. Empfehlung „Beratung beim Mieterverein“.

Antwort	Was daraus folgt
Ich habe eine Kündigung bekommen	Bereich Bedrohung. Notfall-Kriterium. Empfehlung „Kündigung prüfen lassen“, bei offener Miete zuerst die Fachstelle. Zeitstrahl ab Station 4.
Post vom Gericht: Räumungsklage oder Räumungstermin	Bereich Bedrohung. Notfall-Kriterium. Empfehlung „Jetzt schnell handeln: Fachstelle für Wohnungsnotfälle“. Zeitstrahl ab Station 5.
Mein Vertrag endet bald, zum Beispiel eine Zwischenmiete	Bereich Absicherung. Warnzeichen. Zusammen mit „Ich suche schon lange“ oder „Ich wüsste nicht, wohin“ bei A3: Notfall-Kriterium. Empfehlung Fachstelle.
Mein Wohnen hängt an einer Person, mit der es nicht gut läuft	Bereich Absicherung. Warnzeichen. Empfehlung „Beratung bei Trennung“.
Nichts davon	Keine Wirkung. Hebt die anderen Kreuze auf.

Werden mehrere Punkte angekreuzt, bestimmt der dringendste die Hauptempfehlung (Reihenfolge in Abschnitt 6). Bei offener Miete wird der Bereich Kosten immer genannt, auch ohne die Angabe „zu teuer“ bei A1.

A3 Wenn du raus müsstest: Wüsstest du, wohin?

Erscheint: Weg A, wenn bei A2 etwas anderes als „Nichts davon“ angekreuzt wurde oder die Person bei Partner*in oder Familie wohnt; auf Weg B immer

Antwort	Was daraus folgt
Ja	Keine Wirkung.
Nur für kurze Zeit, bei Familie oder Freund*innen	Keine Wirkung auf die Einordnung. Im Ergebnis erscheint der Tipp: „Bei Familie oder Freund*innen kannst du meist nur für kurze Zeit unterkommen. Mit der Zeit nutzen sich die Beziehungen ab. Such deshalb schon jetzt nach einer Lösung, die länger hält.“
Nein. Ich suche schon lange und finde nichts.	Warnzeichen. Zusammen mit „Mein Vertrag endet bald“: Notfall-Kriterium. Empfehlung „Wenn du nichts findest“.
Nein. Ich wüsste nicht, wohin.	Wie oben.

Weg B: ohne eigene Wohnung

B1 Wie lange kannst du dort noch bleiben?

Erscheint: Weg B, außer bei „In Klinik oder Haft“

Antwort	Was daraus folgt
So lange ich will	Empfehlung „Fachstelle für Wohnungsnotfälle“.
Noch Wochen oder Monate	Empfehlung „Fachstelle für Wohnungsnotfälle“.

Antwort	Was daraus folgt
Nur noch wenige Tage	Dringlichere Empfehlung „Bevor du dort raus musst“ mit Hinweis auf eine Notübernachtung.
Weiß nicht. Es kann jederzeit vorbei sein.	Dringlichere Empfehlung „Bevor du dort raus musst“ mit Hinweis auf eine Notübernachtung.

Auf Weg B ist die Einordnung immer „Notfall ohne Wohnung“. Die Bleibedauer bestimmt, wie dringlich der nächste Schritt formuliert ist. Danach folgt die Frage „Wenn du raus müsstest: Wüsstest du, wohin?“ wie unter A3.

Weg C: ohne Wohnung

Hinweis „Für heute Nacht“ (keine Frage, wird vor der letzten Frage eingeblendet):

> *Deine Stadt muss dir einen Schlafplatz geben, auch heute noch (Ordnungsrecht der Länder). Tagsüber hilft das Sozialamt, abends eine Notübernachtung.*

Dazu ein Link zum Wo+Wie-Hilfefinder der BAG Wohnungslosenhilfe mit dem Hinweis „Postleitzahl eingeben, dann ‚Notübernachtung‘ wählen.“ und der Zeile „Noch eine kurze Frage, dann siehst du dein Ergebnis.“

Alle Wege: letzte Frage

S Gibt es Druck oder Gewalt, wo du schläfst?

Erscheint: immer, als letzte Frage

Hinweis unter der Frage: *Auch durch Nachbar*innen. Oder du musst für den Schlafplatz etwas tun, das du nicht willst.*

Antwort	Was daraus folgt
Nein	Keine Wirkung.
Manchmal	Warnzeichen. Sicherheitshinweis oben im Ergebnis. Empfehlung „Hilfe bei Druck und Gewalt“ an erster Stelle.
Ja	Notfall-Kriterium. Sicherheitshinweis oben im Ergebnis. Empfehlung „Hilfe bei Druck und Gewalt“ an erster Stelle.
Möchte ich nicht sagen	Keine Wirkung.

Unter dieser Frage steht immer: *„Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: 116 016, Tag und Nacht. In Gefahr: 110. Oben rechts kannst du die Seite schnell verlassen.“*

5 Auswertung: die vier Stufen

Aus den Antworten ordnet der Selbstcheck die Lage einer von vier Stufen zu. Fehlen dafür wichtige Angaben, zeigt er keine Einordnung (siehe „Wann es keine Einordnung gibt“). Die Stufen werden im Ergebnis als Skala gezeigt, die eigene Stufe ist mit „Du“ markiert. Die Prüfung läuft in einer festen Reihenfolge; die erste zutreffende Bedingung entscheidet.



Schaubild 2: Wie die Stufe bestimmt wird. Notfall-Kriterien, Warnzeichen und Kernfragen werden nur auf Weg A geprüft.

Die sechs Bereiche

Auf Weg A werden die Antworten zu A1 und A2 den sechs Bereichen nach Gränitz zugeordnet. Trifft mindestens eine Antwort aus der rechten Spalte zu, wird der Bereich im Ergebnis genannt („Unsicher ist es bei: …“) und zählt als Warnzeichen. Eine Abstufung nach Stärke gibt es nicht. Einige dieser Antworten sind zusätzlich Notfall-Kriterien (siehe unten).

Bereich	Bereich wird genannt bei
Platz	Zu wenig Platz
Zustand	Schimmel, Kälte oder andere Schäden; Sie macht krank, oder Heizung, Bad oder Küche fehlen
Umgebung	Ich fühle mich in der Gegend nicht sicher
Absicherung	Mein Wohnen hängt an einer Person; Mein Vertrag endet bald
Kosten	Die Miete ist zu teuer für mich; Eine oder mehrere Monatsmieten sind offen
Bedrohung	Kündigung erhalten; Post vom Gericht: Räumungsklage oder Räumungstermin

„Streit mit Vermieterin oder Vermieter, oder eine Abmahnung“ zählt als eigenes Warnzeichen, der Bereich Bedrohung wird dafür aber nicht genannt.

Notfall-Kriterien und Warnzeichen

Die Notfall-Kriterien orientieren sich an den Fallgruppen der BAG W „unmittelbar von Wohnungslosigkeit bedroht“ und „in unzumutbaren Wohnverhältnissen“ (2025, S. 2 f.): Kündigung und Post vom Gericht entsprechen B.1, ein auslaufender Vertrag ohne Aussicht auf eine andere Wohnung B.2, eine Wohnung, die krank macht oder in der Heizung oder Bad fehlen, C.3 und C.4, eine Wohnung, die nicht zur Gesundheit passt, C.6, Druck oder Gewalt C.7. Dass auch eine fehlende Küche als Notfall zählt, folgt Gränitz (2022, S. 208; 2025, S. 148). Zwei offene Monatsmieten gehen über die BAG W hinaus (siehe Abschnitt 2).

Notfall-Kriterien (Weg A)	Warnzeichen (Weg A)
• Zwei Monatsmieten oder mehr offen • Kündigung erhalten • Post vom Gericht: Räumungsklage oder Räumungstermin • Vertrag endet bald und „Ich suche schon lange“ oder „Ich wüsste nicht, wohin“ • Wohnung macht krank, oder Heizung, Bad oder Küche fehlen • Wohnung passt nicht zur Gesundheit • Druck oder Gewalt: „Ja“	• mindestens ein genannter Bereich (siehe Tabelle oben) • Streit mit Vermieterin oder Vermieter, oder eine Abmahnung • „Ich suche schon lange“ oder „Ich wüsste nicht, wohin“ • Druck oder Gewalt: „Manchmal“

Ergebnistexte der vier Stufen

Stufe	Wann	Text im Ergebnis
Sicher	Weg A ohne Notfall-Kriterium und ohne Warnzeichen, Kernfragen beantwortet	*„Dein Wohnen ist gerade sicher. Wenn sich etwas ändert, mach den Check einfach noch einmal.“*
Grauzone	Weg A ohne Notfall-Kriterium, mit mindestens einem Warnzeichen	*„Noch kein Notfall. Aber an manchen Stellen ist dein Wohnen unsicher.“*
Notfall mit Wohnung	Weg A mit mindestens einem Notfall-Kriterium	*„Du hast eine Wohnung, aber sie ist in Gefahr oder schadet dir. Beratungsstellen sind für dich zuständig.“*
	Frage 1: „Ja, aber ich kann gerade nicht dort wohnen“ (außer bei Weg C)	*„Du hast eine Wohnung, kannst aber gerade nicht dort wohnen. Beratungsstellen sind für dich zuständig.“*
Notfall ohne Wohnung	Weg B oder Weg C	*„Du hast keine eigene Wohnung. Beratungsstellen sind für dich zuständig, auch wenn du ein Dach über dem Kopf hast.“*

Bei der Stufe „Sicher“ werden keine Empfehlungen angezeigt.

Wann es keine Einordnung gibt

„Sicher“ heißt: Der Selbstcheck hat keinen Hinweis auf eine Gefährdung gefunden. Das lässt sich nur sagen, wenn auch danach gefragt wurde. Die Stufe „Sicher“ wird deshalb nur vergeben, wenn die Kernfragen beantwortet sind:

Kernfrage 1, Wohnsituation: Frage 1 „Hast du einen eigenen Mietvertrag?“ oder Frage 2 „Wo schläfst du gerade meistens?“.

Kernfrage 2, Bedrohung: A2 „Ist etwas davon passiert?“, also ob Miete offen ist, eine Kündigung oder Post vom Gericht da ist oder der Vertrag bald endet.

Fehlt eine davon, zeigt das Ergebnis weder die Skala noch eine Stufe. Stattdessen nennt es, was fehlt, zum Beispiel: *„Für eine Einordnung fehlt noch, ob etwas passiert ist, zum Beispiel eine Kündigung. Unter ‚Antworten ändern‘ kannst du das nachholen.“* Wurde gar keine Frage beantwortet, steht dort: *„Du hast keine Frage beantwortet. Darum gibt es hier keine Einordnung. Du kannst deine Antworten jederzeit ändern oder neu beginnen.“*

Die Stufen „Grauzone“, „Notfall mit Wohnung“ und „Notfall ohne Wohnung“ werden dagegen auch bei wenigen Antworten vergeben. Sie beruhen auf einem konkreten Hinweis, etwa einer Räumungsklage. Ein einziger solcher Hinweis reicht, damit Einordnung und Hilfestellen angezeigt werden. Wer in einer akuten Lage nur einen Teil der Fragen beantwortet, bekommt also trotzdem Hilfe. Die Frage nach Druck oder Gewalt zählt nicht zu den Kernfragen. Sie darf übersprungen werden, ohne dass die Einordnung entfällt.

Warum keine Mindestzahl an Antworten? Je nach Weg werden nur drei bis sechs Fragen gestellt. Eine feste Quote würde entweder schon bei zwei übersprungenen Fragen jede Einordnung verhindern oder ein „Sicher“ auf sehr wenigen Angaben erlauben. Entscheidend ist, ob die Fragen beantwortet sind, die eine Gefährdung ausschließen.

6 Empfehlungen im Ergebnis

Bei den Stufen „Grauzone“, „Notfall mit Wohnung“ und „Notfall ohne Wohnung“ zeigt das Ergebnis unter der Einordnung einen Abschnitt „Dein nächster Schritt“ und darunter bis zu zwei weitere Empfehlungen unter „Auch hilfreich“. Bei der Stufe „Sicher“ und wenn keine Einordnung möglich ist, erscheinen keine Empfehlungen. Der Tipp bei der Antwort „Nur für kurze Zeit, bei Familie oder Freund*innen“ (A3) erscheint unabhängig von der Stufe. So ist eine Empfehlung aufgebaut:

- **Titel und Begründung:** Eine Zeile „Weil …“ nennt die Antwort, die zu der Empfehlung geführt hat.
- **Erläuterung:** Ein bis zwei Sätze, mit Paragrafen. Unter „Auch hilfreich“ entfällt die Erläuterung, wenn eine Kontaktstelle angezeigt wird.
- **Kontakte:** Beim nächsten Schritt die ersten beiden Kontaktstellen aus der Tabelle unten. Unter „Auch hilfreich“ nur eine: die erste, die im Ergebnis noch nicht vorkommt. Keine Stelle erscheint zweimal; die als „ersatzweise“ genannten Stellen rücken nur nach, wenn die vorderen schon gezeigt werden.
- **Mitnehmen:** Wo es sinnvoll ist, eine Liste der Unterlagen für den Termin.

Ist die Fachstelle für Wohnungsnotfälle gemeint, steht zusätzlich: „Die Fachstelle sitzt meist beim Sozialamt oder Wohnungsamt. Frag im Bürgerbüro nach der Stelle für Wohnungsnotfälle.“

Reihenfolge

Die Empfehlungen werden in der folgenden festen Reihenfolge geprüft. Die erste zutreffende wird zum „nächsten Schritt“. Aus jedem Themenfeld wird nur eine Empfehlung gezeigt; trifft eine zweite aus demselben Feld zu, entfällt sie. So steht etwa nie zweimal die Fachstelle im Ergebnis.

Nr.	Bedingung	Empfehlung	Angezeigte Begründung
Alle Wege			
1	Weg C (draußen, im Auto, mal hier, mal da)	Ein Schlafplatz für heute Nacht	„Weil du draußen oder mal hier, mal da schläfst.“
2	Frage 1: kann gerade nicht dort wohnen	Hilfe, wenn du nicht nach Hause kannst	„Weil du gerade nicht in deiner Wohnung sein kannst.“
3	Druck oder Gewalt: „Manchmal“ oder „Ja“	Hilfe bei Druck und Gewalt	„Weil es Druck oder Gewalt gibt, wo du schläfst.“
Weg B			
4	In Klinik oder Haft	Die Zeit nach der Entlassung planen	„Weil du bald ohne Wohnung entlassen wirst.“
5	Bleiben nur noch wenige Tage oder jederzeit vorbei	Bevor du dort raus musst	„Weil du dort nur noch wenige Tage bleiben kannst.“ / „Weil es dort jederzeit vorbei sein kann.“

Nr.	Bedingung	Empfehlung	Angezeigte Begründung
6	Weg B	Fachstelle für Wohnungsnotfälle	bei Familie oder Bekannten: „Weil du ohne eigenen Vertrag bei anderen wohnst.“ Wohnwagen oder Laube: „Weil du in einer Notlösung ohne Wohnung schläfst.“ Unterkunft: „Weil du untergebracht bist, aber keine eigene Wohnung hast.“ Sonst: „Weil du keine eigene Wohnung hast.“
Weg A			
7	Post vom Gericht	Jetzt schnell handeln: Fachstelle für Wohnungsnotfälle	„Weil eine Räumungsklage oder ein Räumungstermin da ist.“
8	Kündigung und Miete offen	Fachstelle für Wohnungsnotfälle	„Weil du eine Kündigung wegen offener Miete hast.“
9	Kündigung, Wohnen hängt an einer Person	Beratung bei Trennung	„Weil es bei der Kündigung um eine Trennung geht.“
10	Kündigung, Vertrag endet bald	Fachstelle für Wohnungsnotfälle	„Weil dein Vertrag oder deine WG endet.“
11	Kündigung oder Post vom Gericht	Kündigung prüfen lassen	„Weil du eine Kündigung bekommen hast.“
12	Streit oder Abmahnung, keine Kündigung	Beratung beim Mieterverein	„Weil es Streit gibt.“
13	Streit oder Abmahnung und Vertrag endet bald	Befristung prüfen lassen	„Weil dein Vertrag oder deine WG endet.“
14	Vertrag endet bald	Fachstelle für Wohnungsnotfälle	„Weil du bald raus musst.“
15	Miete offen	Schuldnerberatung	„Weil Miete offen ist.“
16	Wohnen hängt an einer Person	Beratung bei Trennung	„Weil dein Wohnen an einer Person hängt.“
17	Wohnung macht krank, Grundausstattung fehlt	Mängel melden	„Weil die Wohnung krank macht oder Grundlegendes fehlt.“
18	Wohnung passt nicht zur Gesundheit	Wohnberatung bei Barrieren	„Weil die Wohnung nicht zu deiner Gesundheit passt.“
19	Miete zu teuer oder Miete offen	Wohngeld prüfen	„Weil die Wohnkosten dich stark belasten.“

Nr.	Bedingung	Empfehlung	Angezeigte Begründung
20	Schimmel, Kälte, Schäden	Mängel melden	„Weil die Wohnung Mängel hat.“
21	Zu wenig Platz	Wohnberechtigungsschein	„Weil es zu eng ist.“
22	In der Gegend nicht sicher	Wenn die Gegend bedrohlich ist	„Weil du dich in der Gegend nicht sicher fühlst.“
Alle Wege, zum Schluss			
23	„Ich suche schon lange“ / „Ich wüsste nicht, wohin“	Wenn du nichts findest	„Weil du schon lange suchst.“ / „Weil du nicht wüsstest, wohin.“
24	Stufe „Notfall mit Wohnung“	Fachstelle für Wohnungsnotfälle	„Weil deine Lage als Wohnungsnotfall zählt.“
25	Stufe „Grauzone“	Sozialberatung	„Weil dein Wohnen an manchen Stellen unsicher ist.“

Themenfelder: Wohnungsnot (Nr. 1, 5, 6, 7, 8, 10, 14, 24) · Gewalt (2, 3) · Miete und Mietrecht (11, 12, 13, 17, 20) · Schulden (15) · Trennung (9, 16) · Wohnkosten (19) · Barrieren (18) · Wohnungssuche (21, 23) · Umgebung (22) · Entlassung (4) · Sozialberatung (25).

Inhalt der Empfehlungen

Die Erläuterungen sind wörtlich wiedergegeben. Die genannten Kontaktstellen sind in Abschnitt 9 beschrieben. Beim Wo+Wie-Hilfefinder steht im Ergebnis statt der Beschreibung ein Suchhinweis: bei „Ein Schlafplatz für heute Nacht“ „Postleitzahl eingeben, dann ‚Notübernachtung‘ wählen.“, bei „Die Zeit nach der Entlassung planen“ „Beratung in der Stadt, in der du danach wohnen willst.“, bei „Jetzt schnell handeln“ und den Fachstellen-Empfehlungen für Menschen mit Wohnung „Postleitzahl eingeben, dann ‚Drohender Wohnungsverlust‘ wählen.“, sonst „Postleitzahl eingeben, dann ‚Beratung‘ wählen.“

Empfehlung	Erläuterung im Ergebnis	Kontaktstellen	Mitnehmen
Ein Schlafplatz für heute Nacht	Deine Stadt muss dir einen Schlafplatz geben, auch heute noch (Ordnungsrecht der Länder). Tagsüber hilft das Sozialamt, abends eine Notübernachtung. In Tagesaufenthalten gibt es Essen, eine Dusche und oft eine Postadresse.	Wo+Wie-Hilfefinder	Ausweis und Bescheide, falls du welche hast.
Hilfe, wenn du nicht nach Hause kannst	Bei Gewalt kann das Gericht dir die Wohnung allein zuweisen (§ 2 GewSchG). Das Hilfetelefon hilft dir dabei, Tag und Nacht. Geht es nicht um Gewalt, hilft die Fachstelle für Wohnungsnotfälle.	Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen, Frauenhaus-Suche; ersatzweise Hilfetelefon Gewalt an Männern, Wo+Wie-Hilfefinder	–

Empfehlung	Erläuterung im Ergebnis	Kontaktstellen	Mitnehmen
Hilfe bei Druck und Gewalt	Niemand muss Gewalt aushalten, nur um einen Schlafplatz zu haben. Beim Hilfetelefon kannst du anonym sprechen, Tag und Nacht. Bei Gewalt kann das Gericht dir die Wohnung allein zuweisen (§ 2 GewSchG).	Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen, Frauenhaus-Suche; ersatzweise Hilfetelefon Gewalt an Männern, Opfer-Telefon des Weissen Rings	–
Die Zeit nach der Entlassung planen	Sprich jetzt mit dem Sozialdienst der Klinik oder der Haft. Die Klinik muss deine Entlassung mit dir planen (§ 39 Abs. 1a SGB V). In der Jugendhilfe kann die Hilfe nach dem 18. Geburtstag weitergehen (§ 41 SGB VIII).	Wo+Wie-Hilfefinder	–
Bevor du dort raus musst	Melde dich jetzt bei der Fachstelle für Wohnungsnotfälle, nicht erst, wenn du gehen musst. Sie hilft bei der Suche. Kannst du deine Notlage nicht allein lösen, hast du oft Anspruch auf Hilfe (§ 67 SGB XII). Hast du gar keinen Schlafplatz mehr, muss deine Stadt dir einen geben (Ordnungsrecht der Länder). Abends hilft eine Notübernachtung.	Wo+Wie-Hilfefinder	Ausweis und Bescheide, falls du welche hast.
Fachstelle für Wohnungsnotfälle (Weg B)	Die Fachstelle hilft dir auch, wenn du ein Dach über dem Kopf hast. Kannst du deine Notlage nicht allein lösen, hast du oft Anspruch auf Hilfe (§ 67 SGB XII). Dazu ein Satz passend zum Schlafplatz. Bei Familie oder Bekannten: „Bei anderen unterzukommen hält oft eine Weile. Mit der Zeit wird es meist schwieriger.“ Im Wohnwagen oder in der Laube: „Ein Wohnwagen oder eine Laube ist keine Wohnung, auch wenn es ein Dach gibt.“ In einer Unterkunft: „Frag auch dort, wo du jetzt bist, nach Hilfe bei der Suche.“ Sonst: „Sie hilft bei der Suche nach einer Wohnung und oft mit einer Postadresse.“	Wo+Wie-Hilfefinder	Ausweis und Bescheide, falls du welche hast.
Jetzt schnell handeln: Fachstelle für Wohnungsnotfälle	Im Brief vom Gericht steht eine kurze Frist. Öffne ihn, allein oder mit jemandem zusammen. Bei Mietschulden kann eine fristlose Kündigung noch unwirksam werden: wenn die ganze offene Miete spätestens zwei Monate nach Zustellung der Klage bezahlt ist, auch durch das Amt (§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB).	Wo+Wie-Hilfefinder	Brief vom Gericht, Kündigung, Mietvertrag und Kontoauszüge.

Empfehlung	Erläuterung im Ergebnis	Kontaktstellen	Mitnehmen
Fachstelle für Wohnungsnotfälle (Kündigung wegen Mietschulden)	Die Fachstelle spricht mit deiner Vermieterin oder deinem Vermieter. Sie klärt, ob das Jobcenter oder das Sozialamt die Mietschulden übernimmt. Das Jobcenter zahlt meist als Darlehen, das Sozialamt als Darlehen oder Zuschuss (§ 22 Abs. 8 SGB II, § 36 SGB XII). Wird die ganze offene Miete rechtzeitig bezahlt, kann eine fristlose Kündigung unwirksam werden (§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB).	Wo+Wie-Hilfefinder	Kündigung, Mietvertrag, Kontoauszüge und Bescheide.
Fachstelle für Wohnungsnotfälle (Vertrag endet)	Melde dich, bevor du raus musst, nicht erst danach. Die Fachstelle hilft bei der Suche und wenn nötig mit einem Schlafplatz. Eine Befristung gilt oft nur mit einem Grund (§ 575 BGB). Das prüft der Mieterverein.	Wo+Wie-Hilfefinder, Mieterverein in deiner Nähe	–
Kündigung prüfen lassen	Viele Kündigungen sind angreifbar. Zieh nicht aus und unterschreib nichts, bevor jemand die Kündigung geprüft hat. Räumen darf nur die Gerichtsvollzieherin oder der Gerichtsvollzieher, und nur mit einem gerichtlichen Titel, meist einem Urteil (§ 885 ZPO). Für Eigenbedarf gelten strenge Regeln (§ 573 BGB).	Mieterverein in deiner Nähe, Beratungshilfe beim Amtsgericht	Kündigung, Mietvertrag und Briefe von der Vermieterin oder dem Vermieter.
Beratung beim Mieterverein	Solange keine Kündigung da ist, ist noch fast alles offen. Unterschreib nichts und zieh nicht aus, bevor du beraten wurdest. Für Eigenbedarf gelten strenge Regeln (§ 573 BGB).	Mieterverein in deiner Nähe, Beratungshilfe beim Amtsgericht	–
Befristung prüfen lassen	Ein befristeter Mietvertrag gilt oft nur mit einem Grund (§ 575 BGB). Das prüft der Mieterverein.	Mieterverein in deiner Nähe	–

Empfehlung	Erläuterung im Ergebnis	Kontaktstellen	Mitnehmen
Schuldnerberatung	Ohne Kündigung: „Noch ist keine Kündigung da. Jetzt ist am meisten möglich. Die Schuldnerberatung macht mit dir einen Plan, oft kostenlos.“ Mit Kündigung oder Klage: „Die Schuldnerberatung macht mit dir einen Plan für alle Schulden. Viele Stellen sind kostenlos.“ Dazu: Fehlt an zwei Terminen hintereinander zusammen mehr als eine Monatsmiete, darf die Vermieterin oder der Vermieter fristlos kündigen (§ 543 Abs. 2 Satz 1 Nr. 3 BGB). Das Jobcenter oder das Sozialamt kann Mietschulden übernehmen (§ 22 Abs. 8 SGB II, § 36 SGB XII).	Schuldnerberatung in deiner Nähe, Online-Schuldnerberatung	Mietvertrag, Kontoauszüge, Mahnungen und Bescheide.
Beratung bei Trennung	Wer nicht im Mietvertrag steht, darf oft nicht bleiben. Lass dich beraten, bevor es eng wird. Getrennt sein musst du dafür noch nicht. Bei Gewalt kann das Gericht dir die Wohnung allein zuweisen (§ 2 GewSchG). Für Ehepaare gilt auch § 1361b BGB.	Beratungsstellen für Familien und Paare, Online-Sozialberatung; ersatzweise Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	–
Mängel melden	Deine Vermieterin oder dein Vermieter muss Mängel beheben (§ 535 BGB). Bis dahin darfst du vielleicht weniger Miete zahlen (§ 536 BGB). Lass dich beraten, bevor du weniger zahlst. Sonst entstehen schnell Mietschulden.	Mieterverein in deiner Nähe, Beratungshilfe beim Amtsgericht	–
Wohnberatung bei Barrieren	Eine Wohnberatungsstelle hilft, die Wohnung anzupassen. Mit Pflegegrad gibt die Pflegekasse Geld für den Umbau (§ 40 Abs. 4 SGB XI). Für eine barrierefreie Wohnung hilft ein Wohnberechtigungsschein.	Wohnberatungsstellen, Wohnberechtigungsschein	–
Wohngeld prüfen	Wohngeld gibt es auch mit Arbeit oder Rente. Du bekommst es erst ab dem Monat, in dem du den Antrag stellst (§ 25 Abs. 2 WoGG). Reicht es trotzdem nicht, kann das Jobcenter einen Teil der Wohnkosten zahlen, auch zusätzlich zum Lohn (§ 22 SGB II).	Wohngeld-Rechner, Online-Sozialberatung	–

Empfehlung	Erläuterung im Ergebnis	Kontaktstellen	Mitnehmen
Wohnberechtigungsschein	Mit einem Wohnberechtigungsschein kannst du eine Sozialwohnung mieten. Manche Städte helfen schneller, wenn eine Wohnung zu voll ist.	Wohnberechtigungsschein	–
Wenn die Gegend bedrohlich ist	In Gefahr ruf 110. Wirst du bedroht oder angegriffen, helfen Opferberatungen, auch ohne Anzeige. Wirst du bei der Wohnungssuche oder im Mietverhältnis benachteiligt, berät die Antidiskriminierungsstelle.	Opfer-Telefon des Weissen Rings, Beratung bei Diskriminierung	–
Wenn du nichts findest	Wer lange nichts findet, scheitert meist am Wohnungsmarkt, nicht an sich selbst. Ein Wohnberechtigungsschein und die Fachstelle öffnen Türen zu Wohnungen, die nicht im Internet stehen.	Wohnberechtigungsschein, Wo+Wie-Hilfefinder	–
Fachstelle für Wohnungsnotfälle (allgemein)	Die Fachstelle hilft auch, wenn du noch eine Wohnung hast. Die Beratung ist kostenlos. Kannst du deine Notlage nicht allein lösen, hast du oft Anspruch auf Hilfe (§ 67 SGB XII).	Wo+Wie-Hilfefinder	–
Sozialberatung	Sie hilft bei Fragen zu Wohnen, Geld und Ämtern, auch bevor etwas passiert. Sie ist kostenlos, online auch anonym.	Online-Sozialberatung, Wo+Wie-Hilfefinder	–

7 Zeitstrahl im Ergebnis

Geht es um Mietschulden oder eine Kündigung, erscheint im Ergebnis zusätzlich ein aufklappbarer Bereich „Wie es weitergehen kann“. Darin steht der Zeitstrahl vom ersten Mietrückstand bis zur Räumung. Darüber steht: „Hier stehst du ungefähr. Bis zu einer Räumung dauert es meist noch Monate. An jeder Station lässt sich noch etwas tun.“ Die Station, die zur eigenen Lage passt, ist bereits markiert („Du stehst ungefähr hier“), mit einer Einschätzung, wie viel Zeit meist noch bleibt. Der Zeitstrahl wird nur auf Weg A gezeigt und nur, wenn die Person in ihrer eigenen Wohnung lebt (Frage 1 „Ja, und ich wohne dort“ oder Frage 2 „In meiner eigenen Wohnung“).

Angabe bei A2	Markierte Station	Zusätzlicher Hinweis
Post vom Gericht, mit offener Miete	5 Räumungsklage	–

Angabe bei A2	Markierte Station	Zusätzlicher Hinweis
Post vom Gericht, ohne Angabe zur Miete	5 Räumungsklage	„Geht es um Mietschulden, kann eine Nachzahlung die fristlose Kündigung noch unwirksam machen (§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB).“ und „Auf die Klage zu antworten, ist jetzt das Wichtigste. Die Frist steht im Brief.“
Post vom Gericht, Grund ist Vertragsende oder eine Person	5 Räumungsklage	Statt des Satzes darüber: „Bei dir geht es nicht um Mietschulden. Ab der Kündigung läuft vieles trotzdem ähnlich.“ Dazu: „Auch für dich gilt: Ohne gerichtlichen Titel keine Räumung (§ 885 ZPO). Das Gericht kann dir mehr Zeit geben (§ 721 ZPO, § 765a ZPO). Die Nachzahlung bis zwei Monate nach der Klage hilft aber nur bei Mietschulden (§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB).“ und „Auf die Klage zu antworten, ist jetzt das Wichtigste. Die Frist steht im Brief.“
Kündigung, mit offener Miete	4 Kündigung	–
Kündigung, ohne Angabe zur Miete	4 Kündigung	„Geht es um Mietschulden, kann eine Nachzahlung die fristlose Kündigung noch unwirksam machen (§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB).“ und „Eine Kündigung allein beendet nichts. Bis zu einem Urteil dauert es meist Monate.“
Kündigung, Grund ist Vertragsende oder eine Person	kein Zeitstrahl	Der Zeitstrahl beschreibt den Ablauf bei Mietschulden und passt hier nicht.
Zwei Monatsmieten oder mehr offen	3 Zwei Monatsmieten	–
Eine Monatsmiete offen	2 Eine Monatsmiete	–
alles andere	kein Zeitstrahl	–

Die Stationen des Zeitstrahls

Nr.	Station	Zeitpunkt (typisch)	Rechtsgrundlagen
1	Es wird knapp	bevor Miete offen ist	Wohngeldgesetz (WoGG)
2	Eine Monatsmiete ist offen	Monat 1	§ 22 Abs. 8 SGB II · § 36 SGB XII
3	Zwei Monatsmieten sind offen	Monat 2: erste Schwelle	§ 543 Abs. 2 Satz 1 Nr. 3 BGB · § 569 Abs. 3 Nr. 1 BGB

Nr.	Station	Zeitpunkt (typisch)	Rechtsgrundlagen
4	Die Kündigung kommt	meist ab Monat 2 oder 3	§§ 543, 573 BGB · Beratungshilfegesetz
5	Die Räumungsklage	meist Monat 4 bis 8	§ 22 Abs. 9 SGB II · § 36 Abs. 2 SGB XII · §§ 114 ff. ZPO · § 721 ZPO
6	Die Schonfrist	bis zwei Monate nach Zustellung der Klage	§ 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB
7	Das Räumungsurteil	nach dem Urteil	§ 721 Abs. 3 und 5 ZPO
8	Der Räumungstermin wird angekündigt	mindestens drei Wochen vorher	§ 128 Abs. 2 GVGA · § 765a ZPO

Der vollständige Zeitstrahl mit allen Erläuterungen steht auch auf der Seite „Ablauf bei Mietschulden“ (wohnungsnot.org/ablauf-mietschulden).

8 Sicherheit und Datenschutz

- **Sicherheitshinweis bei Gewalt.** Wer bei der letzten Frage „Manchmal“ oder „Ja“ angibt, sieht ganz oben im Ergebnis: *„Zuerst deine Sicherheit: Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: 116 016, Tag und Nacht. In Gefahr: 110.“*
- **Notruf 110 ohne Anruf-Link.** Telefonnummern lassen sich auf dem Handy antippen und direkt anrufen. Die 110 ist davon bewusst ausgenommen, damit niemand versehentlich einen Notruf auslöst. Sie steht in allen Listen an letzter Stelle.
- **Seite schnell verlassen.** Ein Button, der auf jeder Seite oben rechts mitschwebt, und die Esc-Taste ersetzen die Seite sofort durch die Startseite von WetterOnline (wetteronline.de). Alle Links zu anderen Websites (Hilfestellen, Quellen, Gesetzestexte) öffnen in einem gemeinsamen Hilfe-Tab; der Button schließt diesen Tab mit. Mit der Esc-Taste lassen manche Browser das Schließen nicht zu. Klicks innerhalb von wohnungsnot.org legen normale Einträge im Browserverlauf an. So funktioniert der Zurück-Button innerhalb der Seite, etwa vom Datenschutz zurück zur Startseite. Das heißt aber auch: Wer nach dem schnellen Verlassen auf „Zurück“ tippt, kommt wieder auf wohnungsnot.org und kann die zuvor besuchten Seiten aufrufen. Die Verlaufsliste des Browsers selbst kann eine Website nicht löschen; dafür hilft nur der private Modus. Wer über eine Suchmaschine oder einen Link kommt, sieht deshalb oben den Hinweis „Sicherer surfen“, der ein privates Fenster empfiehlt.
- **Keine Speicherung, keine Übertragung.** Antworten bleiben im Browser und sind nach dem Schließen gelöscht. Es gibt keine Cookies, keine Analysewerkzeuge und keine eingebetteten Inhalte von Drittanbietern. Der Browser merkt sich für die Dauer der Sitzung nur zwei technische Angaben: ob der Hilfe-Tab offen ist und ob der Hinweis „Sicherer surfen“ ausgeblendet wurde. Beides wird beim Schließen des Tabs gelöscht.
- **Drucken.** Das Ergebnis lässt sich ausdrucken, etwa um es zu einem Beratungstermin mitzunehmen.

9 Verlinkte Hilfestellen

Der Selbstcheck verweist ausschließlich auf bundesweite, kostenlose oder kostengünstige Angebote. Örtliche Kontaktdaten sind derzeit nicht hinterlegt. Beim nächsten Schritt zeigt das Ergebnis nur Name und Telefonnummer, beim Wo+Wie-Hilfefinder zusätzlich einen Suchhinweis. Die Beschreibung aus der letzten

Spalte erscheint unter „Auch hilfreich“ und, für einen Teil der Stellen, im Abschnitt „Wo es Hilfe gibt“ auf der Startseite. Dort stehen außerdem die Frauenberatungsstellen (bff Frauen gegen Gewalt), auf die der Selbstcheck selbst nicht verweist.

Angebot	Träger / Nummer	Website	Beschreibung auf der Website
Wo+Wie-Hilfefinder	BAG Wohnungslosenhilfe	woundwie.de	Hilfe in deiner Nähe: Beratung, Notübernachtung, Postadresse. Postleitzahl eingeben.
Mieterverein in deiner Nähe	Deutscher Mieterbund	mieterbund.de	Postleitzahl eingeben. Beratung für Mitglieder, frag nach dem Beitrag.
Wohnberechtigungsschein	Verwaltungsportal des Bundes	verwaltung.bund.de	Wohnort eingeben. Dort steht, wo du ihn beantragst.
Wohngeld-Rechner	Bundesministerium für Wohnen	bmwsb.bund.de	Zeigt in wenigen Minuten, ob du Wohngeld bekommen kannst.
Schuldnerberatung in deiner Nähe	BAG Schuldnerberatung	meine-schulden.de	Postleitzahl eingeben und „kostenfrei“ anklicken.
Online-Schuldnerberatung	Caritas	caritas.de	Anonym und kostenlos, ohne Termin.
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	116 016	hilfetelefon.de	Tag und Nacht, kostenlos, anonym, auch in 18 Fremdsprachen. Auch für Menschen im Umfeld.
Frauenhaus-Suche	Zentrale Informationsstelle Autonomer Frauenhäuser	frauenhaus-suche.de	Frauenhäuser in ganz Deutschland, viele mit Angabe freier Plätze. Ruf vorher an.
Hilfetelefon Gewalt an Männern	0800 123 99 00	maennerhilfetelefon.de	Montag bis Donnerstag 8 bis 20 Uhr, Freitag 8 bis 15 Uhr. Kostenlos und anonym.

Angebot	Träger / Nummer	Website	Beschreibung auf der Website
Opfer-Telefon des Weissen Rings	116 006	weisser-ring.de	Nach Gewalt oder einer Straftat. Täglich 7 bis 22 Uhr, kostenlos.
Online-Sozialberatung	Caritas	caritas.de	Fragen zu Geld, Ämtern und Wohnen. Anonym und kostenlos.
Beratungsstellen für Familien und Paare	Familienportal des Bundes	familienportal.de	Beratung in deiner Nähe, auch bei Trennung.
Beratungshilfe beim Amtsgericht	Amtsgericht	–	Rechtsberatung für wenig Geld, höchstens 15 €. Antrag beim Amtsgericht.
Wohnberatungsstellen	BAG Wohnungsanpassung	wohnungsanpassung-bag.de	Hilfe, wenn die Wohnung nicht zu Krankheit oder Behinderung passt.
Beratung bei Diskriminierung	Antidiskriminierungsstelle des Bundes	antidiskriminierungsstelle.gov.de	Beratung bei Diskriminierung, auch bei der Wohnungssuche.

10 Grenzen und offene Punkte

- **Selbstauskunft.** Das Ergebnis beruht allein auf den Angaben der Person. Der Selbstcheck prüft keine Unterlagen und kennt die Umstände des Einzelfalls nicht.
- **Nicht validiert.** Die Einordnung folgt fachlichen Definitionen, ist aber kein geprüftes Messinstrument. Die Grenzen zwischen den Stufen sind vereinfacht.
- **Eigene Festlegungen.** Welche Antworten als Warnzeichen und welche als Notfall-Kriterium gelten, legt der Selbstcheck selbst fest. Er stützt sich dabei auf die BAG W und Gränitz, weicht aber an den in Abschnitt 2 genannten Stellen bewusst ab.
- **Befunde zu Frauen*.** Die Befunde zu Gewalt und Abhängigkeit, auf die sich der Selbstcheck stützt, stammen aus Interviews mit Frauen* (Laube, 2026). Der Selbstcheck richtet sich an alle; für Männer nennt er das Hilfetelefon Gewalt an Männern.
- **Keine örtlichen Kontakte.** Der Selbstcheck nennt keine Fachstelle vor Ort, sondern verweist auf bundesweite Suchportale und auf das Bürgerbüro.
- **Rechtsstand.** Die Rechtshinweise geben den Stand vom 1. Oktober 2026 wieder. Spätere Gesetzesänderungen sind nicht berücksichtigt.

11 Quellen

Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe. (2025). Wohnungsnotfalldefinition der Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe e. V. https://www.bagw.de/fileadmin/bagw/media/Doc/POS/POS_25_Wohnungsnotfalldefinition_der_BAG_W.pdf

Gränitz, S. (2022). Zwischen Wohnen und Nicht-Wohnen: Dimensionen der neuen Wohnungsnot. WSI-Mitteilungen, 75(3), 205–212. https://doi.org/10.5771/0342-300X-2022-3-205

Gränitz, S. (2025). Wohnungsnot und Autoritarismus: Subjektanalytische Zugänge zur psychosozialen Bewältigung prekären Wohnens. Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-49851-1

Laube, L. (2026). Prekäre Wohnbiographien von Frauen*: Biographische Übergänge, Bewältigungsstrategien und strukturelle Bedingungen [Unveröffentlichte Masterarbeit]. Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn.