

# LEBENS*lauf*

Tipps und Infos für Berufstätige und Jobsuchende



## IMPRESSUM

Herausgeber:  
ZUKUNFT klipp + klar  
Informationszentrum der  
deutschen Versicherer  
Postfach 08 04 31  
10004 Berlin

## BESTELL-HOTLINE

Telefon: 08 00/742 43 75

## BERATUNGS-HOTLINE

Telefon: 08 00/33 99 399  
oder 08 00/263 72 43  
(freecall: 08 00/ANFRAGE)  
[www.klipp-und-klar.de](http://www.klipp-und-klar.de)

Eine Einrichtung des GDV  
[www.gdv.de](http://www.gdv.de)

Redaktion:  
Pleon GmbH

Gestaltung:  
Pleon GmbH

Fotos:  
Matthias Jung

Druck und Vertrieb:  
Verlag Versicherungs-  
wirtschaft GmbH  
Klosestraße 22  
76137 Karlsruhe  
Telefax: 07 21/35 09-204

Stand: September 2008  
4. aktualisierte Auflage

# INHALT

## DIE ARBEITSWELT IM WANDEL

## WER WIRD WAS WARUM

## VOM KLAPPSTUHL IN DEN CHEFSSEL

## TIME-OUT

## STRESS, LASS NACH

## SICHER IST SICHER

**6** DES BÜRGERS ZIERDE  
Vom Broterwerb zum Markenzeichen

**8** ... UND DIE GESCHICHTE GEHT WEITER  
Blick ins Virtual Office

**14** BERUF ODER BERUFUNG?  
Träumen, testen, Tatsachen schaffen

**16** VIELE JOBS FÜRS LEBEN  
Gehen oder bleiben?

**20** DER KARRIERE DEN KICK GEBEN  
Durchstarten mit System

**22** TIME TO SAY GOODBYE  
Arbeiten, wo andere Urlaub machen

**26** WISSEN, WAS RECHT IST  
Verhandeln, fordern und gewinnen

**30** GESCHMISSEN, GEKÜNDIGT, GEFEUERT  
Auszeit nutzen, Einstieg planen

**34** UNTERNEHMEN FAMILIE  
365 Tage im Einsatz

**36** REIF FÜR DIE INSEL  
Aussteigen – und trotzdem drinbleiben

**40** KLIMAKATASTROPHE IM BÜRO  
Was tun bei Krisen, Kritik und Konkurrenz?

**42** JOB AROUND THE CLOCK?  
Gut gemixt ist halb gewonnen

**46** SCHÖNES LEBEN  
Versicherungen für heute und morgen

# LEBENSlauf

Tipps und Infos für Berufstätige und Jobsuchende

Werkeln, schaffen, schuften, malochen, rackern, hantieren, sich betätigen, beschäftigt sein: arbeiten. Mit rauchendem Kopf oder schwieligen Händen. Nachts, tagsüber und manchmal sogar rund um die Uhr. In Fabriken, Hochhäusern und auf Baustellen. Allein, zu zweit oder im Team. Früher, heute – und in Zukunft.

# DIE ARBEITSWELT IM WANDEL

- 6 DES BÜRGERS ZIERDE  
Vom Broterwerb zum Markenzeichen
- 8 ... UND DIE GESCHICHTE GEHT WEITER  
Blick ins Virtual Office





# DES BÜRGERS ZIERDE

## VOM BROTERWERB ZUM MARKENZEICHEN

Arbeit: Für manche Menschen ist sie ein notwendiges Übel. Anderen bereitet sie größtes Vergnügen. Fast alle aber sind froh, wenn sie welche haben. Fast 40 Millionen Erwerbstätige gab es laut Statistischem Bundesamt 2007 in Deutschland. Damit sind jedoch längst nicht alle Menschen erfasst, die arbeiten. Denn erstens sind viele Jobs bei den Sozial- und Finanzbehörden nicht gemeldet. Zweitens gehen viele Deutsche Tätigkeiten nach, die nicht unbedingt als Arbeit gelten: Beispiele dafür sind die Hausfrauen und -männer – oder Menschen, die viele Stunden am Tag damit verbringen, Angehörige zu pflegen.

### NICHT NUR ZUM SPASS

Eine mögliche Definition von Arbeit ist, darunter ganz allgemein alle menschlichen Tätigkeiten zu verstehen. Dann sind aber auch Zeitung lesen oder der Besuch im Fitness-Studio Arbeit. Eine andere Begriffsbestimmung: Arbeit sind Tätigkeiten, die nicht allein dem Vergnügen dienen. Häufig handelt es sich dabei um Erwerbsarbeit – also um bezahlte Arbeit. Und die kann ganz unterschiedlich aussehen. Schon allein deshalb, weil Arbeit nach heutigem Verständnis sowohl körperlicher als auch geistiger Art sein kann. Die folgenden Kapitel richten sich an alle diese „Arbeiter“.

Einige Aspekte werden den Handwerker mehr interessieren, andere sind vielleicht für den Angestellten von größerer Bedeutung. Aber auch diejenigen, die gerade Arbeit suchen, finden hier viele Tipps und Infos.

### POLITISCHE MÜSSIGGÄNGER

Gearbeitet haben die Menschen schon immer: zunächst, um ihr Bedürfnis nach Nahrung und Kleidung zu befriedigen. Doch bald nutzen sie die Arbeit auch, um sich sozial abzugrenzen. In der Antike beispielsweise schickt es sich für reiche Menschen nicht, zu arbeiten. Was allerdings keineswegs bedeutet, dass sie völlig untätig sind: Sie dürfen Dramen aufführen oder politische Ämter ausüben – Aufgaben, die wir heute durchaus als Arbeit verstehen.

### WER ERFOLG HAT, IST AUERWÄHLT

Das Verständnis von Arbeit wandelt sich endgültig mit dem Aufblühen der Städte: Für das erfolgreiche, selbstbewusste Bürgertum wird Fleiß zur moralischen Kategorie. Das Loblied auf die Arbeit, auf Mäßigkeit und Ordnung ist eine Möglichkeit, sich gegen den Adel abzugrenzen, dem die Bürger sich bis dahin unterordnen mussten. Dessen luxuriöses Leben wird angeprangert, Adlige gelten als untätig und verschwendungssüchtig. Die Reformation besiegelt diese Entwicklung.

Denn dem protestantischen Glauben zufolge zeigt Erfolg, dass ein Mensch von Gott auserwählt ist. Die Bürger arbeiten nicht mehr nur, um ihre Existenz abzusichern. Leistung bedeutet nun gesellschaftliche Anerkennung.

### KÖSTLICHE MÜHE

Auch wenn sich die Welt in den folgenden Jahrhunderten rasant verändert: Der Mensch schätzt die Arbeit weiterhin. Sie ist, wie Schiller Ende des 18. Jahrhunderts in seinem „Lied von der Glocke“ schreibt, „des Bürgers Zierde“. Und der Arzt Emil Kraepelin behauptet fast hundert Jahre später sogar: „Köstlich wird unser Leben erst dann, wenn es Mühe und Arbeit gewesen ist.“

Bis heute spielt Arbeit in unserer Gesellschaft eine zentrale Rolle. Ihren Sinn sehen viele Menschen nicht allein im Geldverdienen. Vielmehr ist der Job auch Ausdruck des persönlichen Lebensstils – genauso wie Mode oder Musikgeschmack. Im besten Fall bietet die Arbeit die Möglichkeit, die eigenen Talente weiterzuentwickeln. Selbstvertrauen und sozialer Status sind unmittelbar mit Arbeit und Einkommen verbunden. Die Ansprüche, die Menschen an ihren Beruf stellen, sind also deutlich gestiegen. Aber natürlich darf darüber nicht vergessen werden, dass es nach wie vor viele Jobs gibt, die weit davon entfernt sind, zur individuellen Entfaltung beizutragen.

### DIE PLAGGE „ARBEIT“

In den meisten Sprachen hatte der Begriff Arbeit ursprünglich einen negativen Sinn. Das lateinische Wort für arbeiten, laborare, bedeutet so viel wie „unter einer schweren Last schwanken“. Das germanische Verb arbejo bezeichnete neuen Forschungen zufolge „ein verwaistes und daher aus Not zu harter Arbeit gezwungenes Kind“. Daraus ist das althochdeutsche Wort arabeit hervorgegangen. Es steht für „Mühsal, Plage, Leid“.



# ... UND DIE GESCHICHTE GEHT WEITER

## BLICK INS VIRTUAL OFFICE

### STRUKTURWANDEL IN DEUTSCHLAND

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts ist Deutschland eine Agrargesellschaft. Jeder Zweite arbeitet in der Landwirtschaft. Mit der fortschreitenden Technologisierung ändert sich das. Immer mehr Menschen sind nun in der verarbeitenden Industrie tätig. Nach und nach werden die Maschinen jedoch weiterentwickelt, sodass sie viele Tätigkeiten übernehmen können.

Seit den 70er Jahren des 20. Jahrhunderts zeichnet sich deshalb ein weiterer Umschwung ab: Industrie und Handwerksunternehmen verlieren als Arbeitgeber an Bedeutung. Betriebe, die Dienstleistungen anbieten, spielen dagegen eine immer wichtigere Rolle. Hinzu kommt, dass sich mit der Informations- und Kommunikationstechnologie ein neuer Wirtschaftssektor etabliert. Und es gibt weitere Branchen, die noch wachsen – beispielsweise der Bereich alternative Energien. Vor allem in Ostdeutschland sind sehr viele neue Arbeitsplätze in Firmen entstanden, die Solar- oder Windkraft entwickeln und bauen. So entfallen laut Bundesverband Erneuerbare Energie (BEE) im Osten bereits rund 40.000 Arbeitsplätze auf die Wärmeerzeugung durch erneuerbare Energien.

Wie sich Wirtschaft, Technik und Politik in Zukunft entwickeln werden, lässt sich nicht vorhersagen – dafür sind die Veränderungen zu komplex. Was jedoch erkennbar ist, sind einige grundlegende Tendenzen. Schon seit Jahren ist der Wandel zur Dienstleistungsgesellschaft offensichtlich. Rund 72 Prozent aller Erwerbstätigen arbeiteten 2007 im Dienstleistungsbereich: Hundert Jahre vorher waren es gerade einmal 13 Prozent. Doch wer davon ausgeht, dass diese Menschen hauptsächlich kleinere Serviceleistungen für Privatleute bieten, der irrt. Viele von ihnen beschäftigen sich mit Planung, Produktion und Verteilung von Gütern. Experten sprechen deshalb von einer industriellen Dienstleistungsgesellschaft.

### EINE MINUTE BIS NEW YORK

Eine weitere Tendenz ist die Globalisierung: Dank Kommunikationsmedien wie Telefon, E-Mail und Internet sind Kollegen in New York oder Tokio häufig nicht einmal eine Minute weit entfernt. Weltweit ausgetauscht werden heute auch Güter und Dienstleistungen. Die Folge: Was es in deutschen Warenhäusern zu kaufen gibt, ist nur noch selten made in Germany.

Vor allem, weil die Kosten für Arbeitskräfte in vielen Ländern weitaus günstiger sind als in Deutschland. Eine andere Konsequenz der Globalisierung: Arbeitnehmer großer Unternehmen müssen lernen, mit Menschen aus vielen verschiedenen Kulturen zusammenzuarbeiten. Dazu ist sogar ein eigenes Berufsbild entstanden: Der Diversity-Manager hat die Aufgabe, zwischen den verschiedenen Mentalitäten zu vermitteln.

### IM MORGENMANTEL VOR DEM COMPUTER

Die Kommunikationstechnologien haben die Wirtschaft jedoch nicht nur internationaler gemacht. Sie bieten auch die Möglichkeit, die Arbeitswelt individueller zu gestalten. Viele Tätigkeiten sind nicht mehr an bestimmte Orte und Zeiten gebunden. Ob Sie als Sachbearbeiter, Grafiker oder Richter arbeiten: Viele Bürojobs lassen sich zu einem großen Teil auch von zu Hause aus erledigen.

In der Europäischen Union arbeiten schon heute mehr als 20 Millionen Menschen nicht mehr am Unternehmenssitz. Einige von ihnen – die so genannten neuen Nomaden – haben gar keine feste Adresse mehr, sondern sind nur noch über E-Mail erreichbar. Doch auch wenn es zunächst verlockend klingt, im Morgenmantel zu arbeiten: Die Anforderungen an diese Art der Tätigkeit sind sehr hoch. Der neue Nomade muss sich beispielsweise weitgehend selbst motivieren, weil ihm das direkte Feedback durch Kollegen oder Vorgesetzte fehlt. Die Gefahr ist groß, sich selbst auszubeuten und am Ende rund um die Uhr vor dem Computer zu sitzen.

### LEBENSLANGE PROBEZEIT

Ein weiteres, wesentliches Merkmal der immer flexibler werdenden Arbeitswelt: Der Job fürs Leben wird zur Seltenheit. Unternehmen stellen heute nur noch dann Arbeitskräfte ein, wenn sie wirklich Bedarf haben. Der Anteil der Arbeitnehmer mit einem befristeten Arbeitsvertrag hat sich in den letzten Jahren auf fast 15 Prozent vergrößert. Über ein Viertel der Beschäftigten arbeitete 2007 in Teilzeit. Die meisten Menschen finden diese Entwicklungen beängstigend oder sogar frustrierend.

Eine unbefristete Stelle gilt immer noch als das Non-plus-ultra. Dabei birgt das projektbezogene Arbeiten auch viele Chancen – wenn Sie bereit sind, sich ständig weiterzubilden und keine Angst vor Veränderungen haben. In der Arbeitswelt der Zukunft müssen Sie sich nicht mehr darauf festlegen, in den nächsten vierzig Jahren Tag für Tag von acht bis fünf zu arbeiten. Wer mag, kann vielleicht eine Zeit lang sehr viel und dann drei Monate gar nicht arbeiten. Es wird darum gehen, die eigene Leistung zu verkaufen – ob für einen Tag, eine Woche oder sechs Monate.





## „ARBEIT MUSS SICH LOHNEN“

INTERVIEW MIT HOLGER SCHÄFER VOM INSTITUT DER DEUTSCHEN WIRTSCHAFT (IW) IN KÖLN

### GIBT ES HEUTE WENIGER ARBEITSSTELLEN ALS FRÜHER?

Das ist nur scheinbar so. Tatsächlich ist die Zahl der Stellen und damit auch die der Beschäftigten gestiegen. Heute sind über zwei Millionen mehr Menschen berufstätig als noch vor zehn Jahren. Allerdings ist auch der Bedarf an Arbeitsstellen gewachsen: Zwar haben wir seit Jahrzehnten eine nahezu konstante Bevölkerungszahl. Doch der Anteil der Menschen, die arbeiten möchten, hat zugenommen – darunter sind vor allem deutlich mehr Frauen als früher.

### UND DIE HOHE NACHFRAGE STEHT IN KEINER RELATION ZUR VORHANDENEN ARBEIT ...

Eigentlich gibt es genug Arbeit. Spontan fallen jedem von uns vermutlich so viele Aufgaben ein, dass wir damit drei Menschen beschäftigen könnten: vom Blumengießen über Babysitting bis hin zur Steuerabrechnung. Und den Unternehmen geht es da nicht anders. Diese Arbeit zu vergeben, ist allerdings teuer. Ein Betrieb oder auch eine Einzelperson muss schließlich nicht nur das Gehalt bezahlen. Hinzu kommen die Lohnnebenkosten – und die sind in kaum einem anderen Land so hoch wie in Deutschland. Was davon beim Arbeitnehmer ankommt, ist im internationalen Vergleich aber gerade mal Mittelmaß.

### GIBT ES DESHALB SO VIEL SCHWARZARBEIT?

Kaum ein Berufstätiger versteht, warum er 60 Prozent einer Gehaltserhöhung an den Staat geben soll. Bei Schwarzarbeit hingegen erübrigen sich Steuern und Sozialleistungen. Trotz des meist geringeren Verdienstes haben Arbeitnehmer also letztlich mehr Geld in der Tasche als bei einer angemeldeten Tätigkeit. Schwarzarbeit lässt sich deshalb auf Dauer nur bekämpfen, wenn Arbeitgeber und Arbeitnehmer weniger Abgaben zahlen müssen. Grundsätzlich muss aber ein Umdenken stattfinden, was die Höhe des Einkommens angeht.

### DAS HEISST, WIR HABEN ZU HOHE ANSPRÜCHE?

In gewisser Weise schon. Im Moment definieren die sozialen Leistungen einen Mindestlohn, auf den jeder Anspruch hat. Das führt letztlich dazu, dass Menschen für weniger Geld gar nicht erst anfangen zu arbeiten. Und das können wir uns definitiv nicht leisten: Arbeit muss einfach wieder mehr wert sein.

### ... DENN DIE SOZIALEN LEISTUNGEN SIND TEUER.

Das ist noch das kleinste Problem. In den nächsten Jahren werden wir einfach auf jeden Berufstätigen angewiesen sein. Im Moment ist es so, dass wir noch mehr Arbeitnehmer als Rentner haben. Wenn allerdings die heute 40-Jährigen in Rente gehen, wird sich das ändern, weil seit den 70er Jahren zu wenig Kinder geboren wurden.

### WELCHE AUSWIRKUNGEN HAT DAS AUF DIE ARBEITNEHMER HEUTE?

Für diejenigen, die kurz vor der Rente stehen, keine gravierenden. Die heute etwa 20-Jährigen müssen sich jedoch darauf einstellen, dass sie den Ruhestand der Vorgängergeneration finanzieren werden – selbst aber keine Rente mehr erhalten, die diesen Namen noch verdient. Das ließe sich übrigens auch nicht ändern, wenn die Geburtenraten auf einmal stiegen. Die bereits entstandene Lücke ist zu groß. Für die Zukunft wäre es das Beste, wenn sich jeder Berufstätige ausschließlich selbst um seine Altersvorsorge kümmert. Auch hier gilt: Arbeiten muss sich lohnen.

### ZUR PERSON:

**Holger Schäfer** studierte Ökonomie an der Universität Bremen. Danach arbeitete er an der Hochschule Harz im Bereich Wirtschaftswissenschaften. Seit 2000 ist Schäfer Referent für Arbeitsmarktökonomie beim Institut der deutschen Wirtschaft in Köln. Er hat zahlreiche Schriften zu den Themen Arbeitsmarkt, Beschäftigungsverhältnisse und Demografie veröffentlicht.



Ganz sicher Baggerfahrer. Vielleicht doch lieber Pilot.  
Oder Bundeskanzler. Schauspieler, Abenteurer, Erfinder?  
Bäcker, Kaufmann, Arzt. Den richtigen Beruf zu finden,  
ist gar nicht so einfach. Aber wer sagt denn, dass der  
Traumjob ein ganzes Leben lang gleich aussehen muss?

# WER WIRD WAS WARUM

- 14 BERUF ODER BERUFUNG?  
Träumen, testen, Tatsachen schaffen
- 16 VIELE JOBS FÜRS LEBEN  
Gehen oder bleiben?





# BERUF ODER BERUFUNG?

## TRÄUMEN, TESTEN, TATSACHEN SCHAFFEN

Zwischen 350 verschiedenen Ausbildungsberufen und rund 4.000 Studiengängen können Schulabgänger in Deutschland wählen. Eine verwirrende Fülle, die viele Jugendliche überfordert. Einige zögern die Berufswahl hinaus. Andere entscheiden sich für das erstbeste Angebot. Doch auch wer geplant vorgeht, findet den Traumjob häufig nicht auf Anhieb: Jeder vierte Azubi oder Student in Deutschland bricht seine Ausbildung ab.

### QUO VADIS?

Nicht selten stehen am Beginn des neuen Lebensabschnitts falsche Erwartungen: Der angehende Reiseverkehrskaufmann geht davon aus, dass er direkt viele Länder bereisen wird; die Jurastudentin freut sich darauf, mit ihrem Professor Fälle aus der Praxis zu diskutieren. Schulabgänger unterschätzen außerdem die Bedeutung ihrer persönlichen Interessen.

Eine Übersicht zu Studiengängen und Ausbildungsberufen bietet die Informationsbroschüre „Studien- und Berufswahl“. Sie wird von der Bund-Länder-Kommission für Bildungsplanung und Forschungsförderung (BLK) und der Bundesagentur für Arbeit herausgegeben und erscheint jährlich im August oder September in einer aktualisierten Version. Sie erhalten den Führer für 6,50 Euro im Buchhandel. Weitere Informationen und Adressen rund um das Thema Berufswahl finden Sie in den Broschüren „Jetzt geht's los. Tipps und Infos für Schulabgänger“ oder „Startklar. Tipps und Infos für Uni-Absolventen“ aus der Reihe ZUKUNFT klipp+klar.

Wer sich für eine Lehre zum Steuerfachgehilfen entscheidet, weil die Eltern es wollen, hat nicht die besten Karten, mit dem Beruf auch zufrieden zu sein. Wer ein Maschinenbaustudium wählt, weil die Fachrichtung gerade gefragt ist, vergisst, dass der Arbeitsmarkt bis zum bestandenen Examen schon wieder völlig anders aussehen kann.

### DEN TRAUMJOB SUCHEN UND FINDEN

Doch wie finde ich den Beruf, der wirklich zu mir passt? Wichtigste Voraussetzung ist, sich über die eigenen Fähigkeiten und Interessen klar zu werden. Und wenn Sie bereits wissen, was Sie gerne werden möchten: Machen Sie sich ein Bild davon, wie der Beruf wirklich ist – beispielsweise indem Sie ein Praktikum machen.

Verschiedene, für Privatleute kostenlose Praktikumsbörsen gibt es im Internet, beispielsweise unter:

[www.praktikum.de](http://www.praktikum.de)  
[www.praktikum-online.de](http://www.praktikum-online.de)  
[www.praktikum-service.de](http://www.praktikum-service.de)  
[www.praktikum.info](http://www.praktikum.info)

### FRAUEN AUF DEN BAU, MÄNNER AN DEN HERD

Auch wenn es keine reinen Männer- und Frauenberufe mehr gibt, lassen sich viele Menschen bei der Berufswahl doch von klassischen Rollenmustern beeinflussen. In den Ingenieurstudiengängen sind gerade einmal 22 Prozent aller Studierenden weiblich. Umgekehrt ernten Männer vor allem in helfenden und sozialen Berufen schiefe Blicke. Männliche Hebammen gelten beispielsweise nach wie vor als Exoten – obwohl es den Ausbildungsberuf Entbindungspfleger schon seit über 20 Jahren gibt.



### EIN FASS VOLL REBSAFT

Als Böttchermeister stelle ich vor allem Fässer für Weine und Spirituosen her. Das Holz dafür suchen wir in den umliegenden Wäldern aus, trocknen es im Freien und bringen es in Form. Unsere Kunden sind Getränkehersteller, die den Anspruch haben, einen guten Tropfen auf den Markt zu bringen.

Ich bin jetzt seit über 50 Jahren in diesem Beruf. Mein Vater hat nach dem Krieg als Böttcher angefangen, und ich habe schnell festgestellt, wie sehr ich diese Arbeit mag. Besonders schön finde ich, dass mein Sohn, der jetzt 38 Jahre alt ist, mit genauso viel Freude bei der Sache ist. Mittlerweile leitet er unseren Sechs-Mann-Betrieb. Wir sind gut beschäftigt und uns wird auch in Zukunft die Arbeit nicht ausgehen. Weil die Leute bei ihren Getränken Wert auf Qualität legen, ist die Nachfrage nach unseren Fässern eher noch gestiegen. Für junge Menschen, die handwerklich geschickt sind, ist der Böttcherberuf also bestimmt eine gute Wahl. Leider ist es für uns nicht leicht, Auszubildende zu finden. Viele wollen sich heute die Hände nicht mehr schmutzig machen. Doch wenn man sich einmal für den Beruf entschieden hat, bleibt man gerne dabei. Ich sehe das in unserem jungen Team – da kann sich keiner vorstellen, etwas anderes zu machen.

Karl Assmann, 63 Jahre, Eußenheim





VON DER KLINIK ZUM KÄSE

Zunächst habe ich eine Ausbildung zur Arzthelferin gemacht und anschließend viereinhalb Jahre in einer Kurklinik gearbeitet. In dieser Zeit habe ich meinen späteren Ehemann kennen gelernt. Der war damals noch Maschinenbauer und im Nebenberuf Landwirt aus Leidenschaft. Wir haben ein paar Jahre später geheiratet und ich bin zu ihm auf den Bauernhof gezogen. Dort war es für mich zuerst nicht immer leicht – ich konnte ja noch nicht einmal Heu von Stroh unterscheiden. Meinen Job in der Klinik habe ich aufgegeben, um mehr Zeit für meine Kinder zu haben.

Zum Käse bin ich eigentlich durch Zufall gekommen: Ein befreundeter Gastwirt hat mir auf einem Ausflug Ziegenkäse auf Crackern angeboten. Als er sah, wie begeistert ich von dem Geschmack war, fragte er nur: „Was macht ihr eigentlich mit den sechs Ziegen auf eurem Hof?“ Kurz darauf bekam ich auf einer Landwirtschaftsmesse ein Buch in die Hände, das die Zubereitung von Käse erklärt. Tja, und das waren dann gewissermaßen die Anstöße. Ich habe mir eine Grundausstattung gekauft und damit eigenen Ziegenkäse hergestellt. Das nahm sehr schnell sehr viel Zeit in Anspruch.

Immer mehr Leute wollten plötzlich meinen Käse kaufen. Darum habe ich meinen Mann vor die Wahl gestellt: Ich mache das hier hauptberuflich, wenn du deine Stelle als Maschinenbauer aufgibst und dich ganz um die Landwirtschaft kümmerst. Wir haben uns für diesen Weg entschieden und jetzt, nach elf Jahren, haben wir 250 Ziegen und stellen Weichkäse, Frischkäse, Joghurt und unseren „Moserella“ her.

Regina Moser, 39 Jahre, Ahausen

Alle paar Jahre ein neuer Job, oft sogar in einer anderen Stadt: Noch nie war die Bereitschaft zur Mobilität so wichtig wie in den letzten Jahren. Wer heute im Berufsleben erfolgreich sein will, tut gut daran, wenn er sich bei der Suche nach einem Arbeitsplatz nicht zu sehr auf eine Region fixiert. Sozialwissenschaftler sprechen in diesem Zusammenhang vom modernen „Jobnomaden“. Gemeint sind damit jene Menschen, die ihren Wohnort dem Arbeitsplatz anpassen oder als Pendler lange Arbeitswege in Kauf nehmen. Allerdings schafft Mobilität auch Chancen. Gerade für junge Menschen stellen die Unverbindlichkeit und die Dynamik dieser Lebensweise einen gewissen Reiz dar. Denn sie sind häufig noch ungebunden und können durch einen Orts- oder Arbeitsplatzwechsel wertvolle Erfahrungen sammeln – sowohl privat als auch beruflich.

# VIELE JOBS FÜRS LEBEN

## GEHEN ODER BLEIBEN?

### DEN ABSPRUNG WAGEN

Die Entscheidung für einen Jobwechsel sollte nicht übers Knie gebrochen werden. Aber auch ewiges Hinauszögern ist nicht sinnvoll: Setzen Sie sich selbst eine Frist. Beschließen Sie beispielsweise, in den kommenden sechs bis acht Wochen zu entscheiden, ob Sie wirklich kündigen wollen. Es hilft, schriftlich festzuhalten, welche Gründe für und gegen einen Jobwechsel sprechen. Beziehen Sie Alternativen in Ihre Überlegungen ein. Vielleicht gibt es innerhalb des Unternehmens Möglichkeiten, sich zu verändern. Sie sind sich sicher, dass Sie kündigen möchten? Dann behalten Sie diese Absicht vorerst für sich. Die Bewerbung aus ungekündigter Stellung heraus verschafft eine bessere Verhandlungsposition.

**Tipp:** Wenn Sie eine betriebliche Altersversorgung abgeschlossen haben, verfallen die von Ihnen gezahlten Beiträge nicht. Wer zum Zeitpunkt des Wechsels 30 Jahre oder älter ist und fünf Jahre in dem Betrieb tätig war, hat außerdem Anspruch auf die Arbeitgeberbeiträge. Der Vertrag kann entweder auf einen neuen Arbeitgeber übertragen oder vom Versicherten selbst erfüllt wer-

den. Mehr Informationen dazu enthält die Broschüre *Die betriebliche Altersversorgung* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

### NEUER JOB, NEUES GLÜCK

Vielleicht hätten Sie doch Ihren Jugendtraum verwirklichen und Schauspieler statt Lehrer werden sollen? Viele Menschen hängen ab und zu solchen Tagträumen nach. Aber was ist, wenn die Gedankenspiele nicht mit der Mittagspause enden? Einige Menschen wechseln dann nicht nur ihren Arbeitgeber, sondern gleich den Beruf. Ein mutiger Schritt, zu dem manche auch aus ganz anderen Gründen gezwungen werden: etwa wenn sie wegen eines Unfalls nicht mehr in der Lage sind, ihren erlernten Job auszuüben. Oder wenn die Einstellungs-chancen in einer bestimmten Branche extrem schlecht sind.

### IDEEN VERWIRKLICHEN

Der eigene Chef sein: Davon träumen viele. Bevor Sie jedoch den Schritt in die Selbstständigkeit wagen, sollten Sie sich kritisch fragen, ob Sie gewillt sind, mehr zu arbeiten und mit ungewissem Einkommen sowie mehr Verantwortung zu leben. Können Sie diese Punkte mit Ja beantworten, kann

es mit der Planung losgehen. Zunächst einmal benötigen Sie eine erfolgversprechende Geschäftsidee und einen guten Finanzplan, um Ihrem Vorhaben ein solides Fundament zu geben. Brauchen Sie für die Geschäftsgründung Geld von der Bank, müssen Sie einen Businessplan erarbeiten, in dem Sie Ihre Idee und Geschäftsstrategie plausibel darlegen. Einen Eigenkapitalanteil von wenigstens 15 Prozent sollten Sie allerdings selbst mitbringen, damit die Belastung nicht zu groß ausfällt. Auch die Bundesagentur für Arbeit hilft beim Start in die Selbstständigkeit. In der Zeit nach der Existenzgründung können Sie einen so genannten Gründungszuschuss – im Höchstfall bis zu 23.800 Euro – erhalten. Er soll vor allem in der Anfangsphase Ihren Lebensunterhalt und Ihre soziale Absicherung gewährleisten.

Wichtige Tipps und ausführlichere Informationen zum Thema Selbstständigkeit finden Sie in unserer Broschüre *Aufbruch. Tipps und Infos für Existenzgründer* aus der Reihe ZUKUNFT klipp + klar.



Stück für Stück ein wenig höher, den Gipfel fest im Blick und bei jedem Etappenziel den Proviant auffüllen: Karriere machen ist ein bisschen wie Bergsteigen. Was Gipfelstürmer sonst noch brauchen: die Bereitschaft, auch mal einen Umweg zu machen, dazu einen kühlen Kopf, Mut – und die richtige Schutz-ausrüstung.

# VOM KLAPPSTUHL IN DEN CHEFSESSEL

- 20 DER KARRIERE DEN KICK GEBEN  
Durchstarten mit System
- 22 TIME TO SAY GOODBYE  
Arbeiten, wo andere Urlaub machen
- 26 WISSEN, WAS RECHT IST  
Verhandeln, fordern und gewinnen





# DER KARRIERE DEN KICK GEBEN

## DURCHSTARTEN MIT SYSTEM

Zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein: Manchmal reicht das schon aus, um den ersehnten Job zu bekommen. Doch in der Regel ist Karriere nichts, was irgendwie passiert. Im Gegenteil: Nur wer weiß, was er will, kann seinen Berufsweg planen – und gegensteuern, wenn er vom Kurs abkommt.

### GEWUSST WAS

Sie sind sich nicht sicher, wo Sie in fünf oder zehn Jahren beruflich stehen wollen? Es kann helfen, sich zu überlegen, was Sie sich für Ihre gesamte Zukunft wünschen. Vielleicht stellen Sie dabei fest, dass die beruflichen Pläne mit den privaten Zielen kollidieren. Wenn Sie ein eigenes Unternehmen aufziehen wollen oder eine Führungsposition anstreben, können Sie beispielsweise nicht damit rechnen, viel Zeit für ein Hobby zu haben. Und wer mit Kindern leben möchte, steht vor der Herausforderung, Beruf und Familie zu vereinbaren. Mehr zum Thema Elternzeit erfahren Sie im vierten Kapitel.

Und Tipps, wie Sie Job und Familie unter einen Hut bringen können, gibt Ihnen die Broschüre *Menschenkin-der. Tipps und Infos für Eltern* aus der Reihe ZUKUNFT klipp + klar.

### BILDUNGSLÜCKEN STOPFEN

Das A und O bei der Karriereplanung sind realistische Ziele. Wer sich vornimmt, von jetzt auf gleich Chef zu werden, wird höchstwahrscheinlich scheitern. Das Ziel von Anfang an im Auge zu behalten, ist dennoch wichtig – und dann Schritt für Schritt die notwendigen Qualifikationen zu erwerben. Dabei ist nicht nur Fachwissen gefragt: Wer mehr Verantwortung übernehmen will, benötigt viele Kompetenzen, wie etwa Mitarbeiterführung oder Fremdsprachen. Informieren Sie sich über geeignete Weiterbildungsangebote in Ihrem Unternehmen. Die Industrie- und Handelskammern, Volkshochschulen sowie Berufsverbände bieten ebenfalls Seminare an.

Je nachdem, in welchem Bundesland Sie arbeiten, haben Sie jährlich Anspruch auf bis zu fünf Tage Bildungsurlaub. Ihr Arbeitgeber muss Sie für diese Zeit freistellen, Ihr Gehalt wird dennoch weitergezahlt. Unter [www.iwwb.de](http://www.iwwb.de) > *Informationsservice/Links* > *Bildungsurlaub* finden Sie genauere Informationen zu den unterschiedlichen Regelungen.

### LASSEN SIE SICH HELFEN

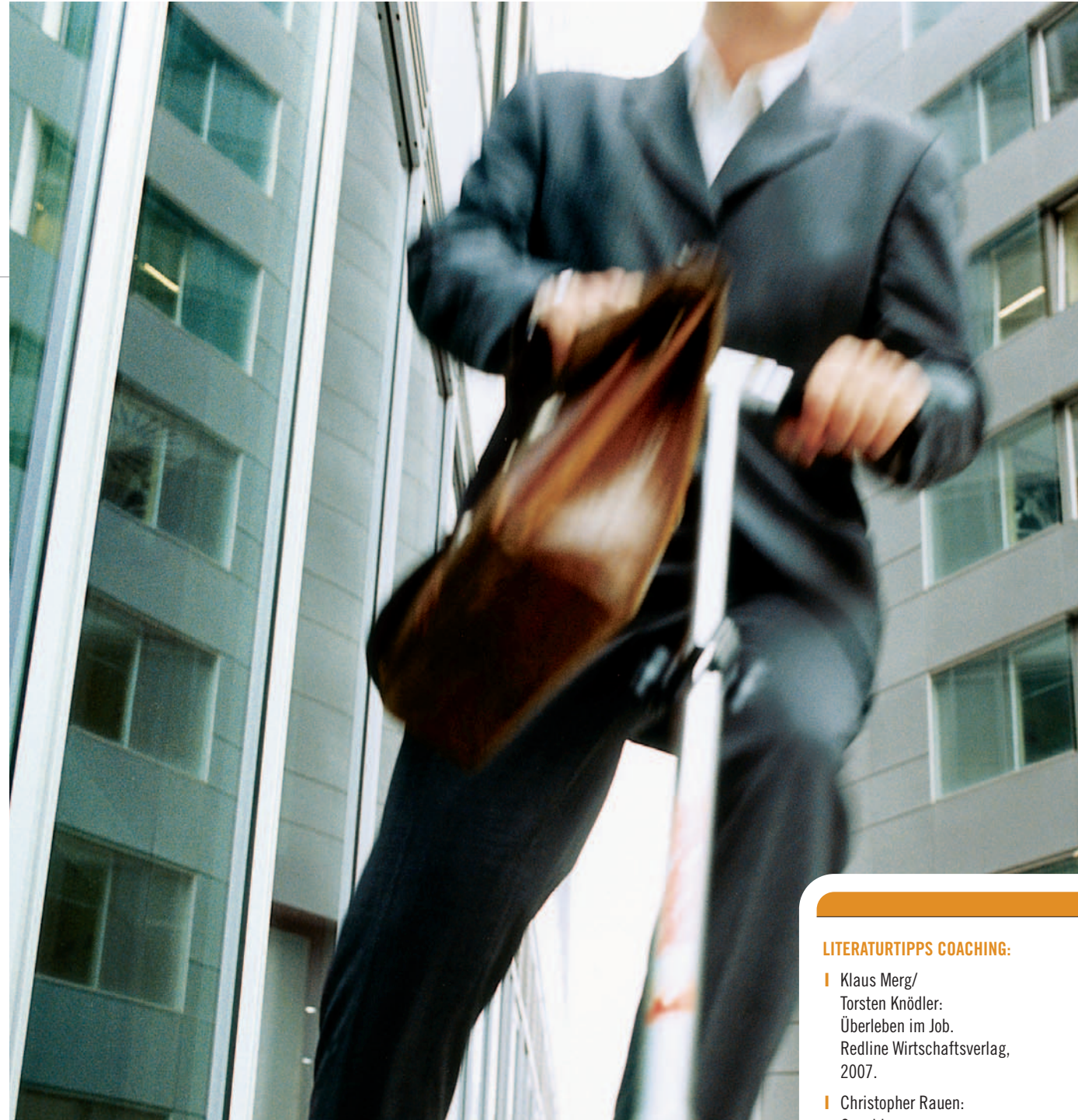
Die Karriere aktiv in die Hand zu nehmen, muss nicht bedeuten, ganz auf sich allein gestellt zu sein. Viele Betriebe stellen Neulingen erfahrene Mitarbeiter zur Seite – so genannte Mentoren. Sie sind Ansprechpartner und geben konstruktives Feedback. Wenn es in Ihrer Firma noch kein Mentorenprogramm gibt, dann ist es kein großer Aufwand, selbst eines zu organisieren. Sie können aber auch auf das Know-how von Profis zurückgreifen. Ein Coach nimmt Ihre Karriereplanung genau unter die Lupe. Eine Leistung, die ihren Preis hat: Die Stundensätze liegen in der Regel zwischen 100 und 300 Euro.

### TUE GUTES UND REDE DARÜBER

Sie haben gerade an einer Fortbildung teilgenommen? Dann könnten Sie den Kollegen die Seminarunterlagen zur Verfügung stellen. Oder noch besser: Organisieren Sie eine Inforunde, in der Sie die wichtigsten Ergebnisse vorstellen. Auch Ihrem Chef sollten Sie vermitteln, was Ihnen das Seminar gebracht hat. Für Sie bedeutet das zwar zunächst zusätzlichen Aufwand – der macht sich auf Dauer jedoch bezahlt. Studien belegen, dass Arbeitnehmer von ihren Kollegen und Vorgesetzten nur zu zehn Prozent nach ihrer täglichen Leistung beurteilt werden. Die restlichen 90 Prozent machen Engagement und Auftreten aus.

### KONTAKTE KNÜPFEN

Je mehr Menschen von Ihren Talenten und Fähigkeiten erfahren, desto besser. Um Kontakte zu knüpfen, können Sie sich einem Netzwerk anschließen. Solche Zusammenschlüsse gibt es beispielsweise für bestimmte Berufsgruppen, Berufseinsteiger oder Existenzgründer. Suchen Sie im Internet nach einem solchen Zusammenschluss oder informieren Sie sich bei Ihrem Berufsverband.



### LITERATURTIPPS COACHING:

- | Klaus Merg/  
Torsten Knödler:  
*Überleben im Job.*  
Redline Wirtschaftsverlag,  
2007.
- | Christopher Rauen:  
*Coaching.*  
Hogrefe Verlag, 2008.

### LITERATURTIPPS SELBSTMARKETING:

- | Conrad Seidl/  
Werner Beutelmeyer:  
*Die Marke Ich.*  
Redline Wirtschaftsverlag,  
2006.
- | Keith Ferrazzi/Tahl Raz:  
*Geh nie alleine essen!*  
Börsenmedien Verlag, 2007.
- | Rahild Neuburger:  
*Das große Buch der besten  
Karrierestrategien.*  
Compact Verlag, 2008.



ING 737-800

### BEWERBUNG: ANDERE LÄNDER, ANDERE SITTEN

- I Erkundigen Sie sich frühzeitig, ob Ihr Beruf im Gastland anerkannt wird. Um eine Arbeitserlaubnis zu bekommen, müssen Sie unter Umständen Berufserfahrung nachweisen, einen Anpassungslehrgang oder eine Eignungsprüfung absolvieren.
- I Ihre Bewerbung sollte unbedingt in der entsprechenden Landessprache verfasst sein. Am besten, Sie lassen die Unterlagen noch einmal von einem Muttersprachler gegenlesen.
- I Zeugniskopien werden in den meisten Ländern erst beim Vorstellungsgespräch vorgelegt. Für die Bewerbung sind Referenzen wichtig, also Empfehlungsschreiben von Arbeitgebern.
- I Berufsbezeichnungen wie Tischlermeister oder Diplom-Betriebswirt sind nicht überall auf der Welt verständlich. Eine Entsprechung in der jeweiligen Landessprache zu finden, ist häufig schwer. Geben Sie die deutsche Berufsbezeichnung an und erklären Sie kurz Aufgaben und fachliche Qualifikation.



## TIME TO SAY GOODBYE

### ARBEITEN, WO ANDERE URLAUB MACHEN

Ein fremdes Land entdecken, Menschen mit einer anderen Mentalität und Kultur kennen lernen: Wer neue Eindrücke sammeln möchte, für den ist ein Job im Ausland genau das Richtige. Viele wollen mit dem vorübergehenden Umzug in die Ferne auch ihre Karrierechancen in Deutschland verbessern: Unternehmen sehen es gerne, wenn Bewerber Erfahrungen in fremden Ländern gesammelt haben. Zwei oder drei Jahre sind der übliche Zeitraum für einen solchen Aufenthalt. Dauert er länger, fällt es unter Umständen schwer, in Deutschland wieder Fuß zu fassen. Doch dieses Ziel haben gar nicht alle Menschen: Manch einer findet im Ausland seinen Traumjob und kommt überhaupt nicht mehr zurück.

#### URLAUBSZIELE IM ALLTAGSTEST

Beste Voraussetzung dafür, sich in einem anderen Land wohl zu fühlen, ist die Neugierde. So können Sie den Menschen leichter aufgeschlossen begegnen und sich auch mit befremdlichen Verhaltensweisen arrangieren.

Oftmals treffen Sie in Ihrem Gastland schon äußere Umstände an, die Sie sich anders vorgestellt haben. So sind in vielen anderen Ländern die

Gehälter niedriger als in Deutschland – aber nicht immer die Lebenshaltungskosten. Ein tropisches Klima kann im Urlaub toll sein, Ihnen aber auf Dauer vielleicht schwer zu schaffen machen. Und wenn Sie eine Familie haben, müssen sich auch Ihr Partner und die Kinder in der neuen Heimat wohl fühlen.

#### LERNEN SIE SPRECHEN

Je besser Sie sich vorbereiten, umso geringer ist der so genannte Kulturschock. Viele Firmen finanzieren ihren Mitarbeitern vor dem Auslandsaufenthalt Sprachunterricht und Kurse, in denen sie mehr über die Sitten und Gebräuche des Gastlandes erfahren. Auch wenn Sie auf eigene Faust ins Ausland gehen, sollten Sie sich entsprechend vorbereiten.

Das muss nicht teuer sein. Versuchen Sie es doch mal mit einem „Tandem“: Das ist ein Modell, bei dem sich zwei Menschen aus unterschiedlichen Ländern regelmäßig treffen, um mehr über die Kultur oder die Sprache des jeweils anderen zu erfahren. Tandempartner

finden Sie beispielsweise über einen Aushang in einem Goethe-Institut. [www.goethe.de](http://www.goethe.de)

#### ÜBER DEN ARBEITSMARKT INFORMIEREN

Wenn Sie nicht von Ihrem Unternehmen ins Ausland geschickt werden, dann informieren Sie sich vorher ganz genau über die Einstellungschancen in Ihrem Wunschland.

Viele deutsche Fachkräfte sind im Ausland sehr gefragt: Mehr darüber erfahren Sie bei der Zentralstelle für Arbeitsvermittlung (ZAV). Mal haben Grundschullehrer in Texas besonders gute Chancen, dann Krankenschwestern in Schweden oder Zimmerleute in Norwegen. Informationen über die aktuelle Lage des jeweiligen Arbeitsmarktes erhalten Sie auch bei der entsprechenden Botschaft.

*Bundesagentur für Arbeit  
Zentralstelle für Arbeitsvermittlung (ZAV)  
Villemombler Straße 76  
53123 Bonn  
Hotline: 01 80/5 22 20 23  
Infohotline-Ausland@  
arbeitsagentur.de*





## >> ARBEITEN, WO ANDERE URLAUB MACHEN

### DENKMALPFLEGER NACH VENEDIG

Wenn Sie Deutschland nur für einen kurzen Zeitraum verlassen wollen, können Sie sich auch nach einem Austauschprogramm oder Stipendium umsehen. Die gibt es längst nicht mehr nur für Studenten. Die InWent – Internationale Weiterbildung und Entwicklung gemeinnützige GmbH – beispielsweise bietet eine ganze Reihe von Auslandsprogrammen für junge Berufstätige an. So können Nachwuchskräfte aus Landwirtschaft und Gartenbau in den USA ein Praktikum absolvieren, bei dem sie ihr Fachwissen vertiefen. Andere Stipendien werden speziell für bestimmte Berufsgruppen ausgeschrieben. Beispielsweise organisiert der Zentralverband des Deutschen Handwerks für Handwerker, die in der Denkmalpflege tätig sind, Stipendien in Venedig.

*InWent – Internationale Weiterbildung und Entwicklung gemeinnützige GmbH*  
Weyerstraße 79–83  
50676 Köln  
Telefon: 0221/2098-0  
Fax: 0221/2098-111  
E-Mail: [info@inwent.org](mailto:info@inwent.org)  
[www.inwent.org](http://www.inwent.org)

### SONDERFALL AUSLANDS- ENTSENDUNG

Sie werden von Ihrem Arbeitgeber ins Ausland geschickt, um dort für ihn zu arbeiten und danach wieder an den deutschen Arbeitsplatz zurückzukehren? Dann spricht man von einer Auslandsentsendung – und die unterliegt auch im Ausland dem deutschen Sozialversicherungsrecht. Das gilt allerdings nur dann, wenn

- | der Arbeitgeber weisungsbefugt bleibt, er also bestimmt, welche Tätigkeiten Sie ausüben;
- | das Gehalt aus Deutschland gezahlt wird;
- | der Einsatz befristet ist.

### BÜROKRATISCHE HÜRDEN NEHMEN

Sie möchten für längere Zeit ins Ausland gehen? Dann erwarten Sie je nach Land unterschiedliche bürokratische Hürden. Relativ klar geregelt sind die Bedingungen für einen Arbeitsaufenthalt innerhalb der Europäischen Union. Hier gilt die so genannte Freizügigkeit: Sie können in jedem Land arbeiten und brauchen dafür keine besondere Erlaubnis. Allerdings müssen Sie in den meisten EU-Staaten nach spätestens drei Monaten eine Aufenthaltserlaubnis beantragen. Die gilt zunächst für fünf Jahre und kann danach verlängert werden.

Wenn es Sie in ein Land außerhalb Europas zieht, brauchen Sie in der Regel ein Einwanderungsvisum und eine Arbeitserlaubnis. Diese wird in einigen Staaten nur dann erteilt, wenn Ihr Beruf gebraucht wird. Da die Bestimmungen sehr unterschiedlich sind, sollten Sie sich individuell informieren – auch hier hilft die Zentralstelle für Arbeitsvermittlung. Erfolgversprechend für die

Jobsuche ist es außerdem, in Tageszeitungen oder Internet-Stellenbörsen des Gastlandes nach einer Stelle zu suchen.

### GENUG ZEIT EINPLANEN

Sie haben den Job im Ausland und wissen, wann Sie beginnen. Machen Sie sich ruhig einige Wochen vorher auf den Weg in die neue Heimat. Es lohnt sich, zunächst eine kleine Rundreise zu unternehmen, um Land und Leute kennen zu lernen. Die Wohnungssuche kann Ihnen ein so genannter Relocation-Service abnehmen. Das sind private Anbieter, die nicht nur Ihren Umzug organisieren, sondern sich auch um Zollbestimmungen kümmern und Ihnen auf Wunsch Behördengänge abnehmen. Diese Dienstleistung hat allerdings ihren Preis – den Sie unbedingt vertraglich festsetzen sollten.

### STEUERN UND VERSICHERUNGEN

Steuern müssen Sie in dem Land zahlen, in dem Sie die meiste Zeit des Jahres leben und arbeiten. Das so genannte Doppelbesteuerungsabkommen verhindert,

dass Sie von zwei Finanzbehörden zur Kasse gebeten werden. Vom deutschen Pflichtversicherungssystem sind Sie im Ausland befreit. Sie sollten sich also frühzeitig um eine entsprechende Absicherung kümmern. Bedenken Sie dabei, dass Sie sich nach einer eventuellen Rückkehr wieder in Deutschland versichern müssen – und Leistungen einbüßen, falls Sie in der Zwischenzeit ein ausländisches Versicherungssystem in Anspruch genommen haben. Unter Umständen kann es daher besser sein, private Versicherungen abzuschließen.

### INTERNET-STELLENBÖRSEN FÜR DIE JOBSUCHE IM AUSLAND:

- [www.jobpilot.de](http://www.jobpilot.de)
- [www.stepstone.de](http://www.stepstone.de)
- [www.monster.de](http://www.monster.de)
- [www.jobware.de](http://www.jobware.de)



# WISSEN, WAS RECHT IST

## VERHANDELN, FORDERN UND GEWINNEN

Zur Karriereplanung gehört auch, dass Sie über Ihre Rechte als Arbeitnehmer Bescheid wissen: Wie viele Tage Urlaub stehen mir zu, wann habe ich Anspruch auf ein Arbeitszeugnis? Und denken Sie auch an die Dinge, die nicht vorhersehbar sind. Wer weiß, wie man sich bei einer Kündigung am besten verhält, kann im Ernstfall sofort die notwendigen Schritte unternehmen.

### VON ANFANG AN AUF DER SICHEREN SEITE

Schon vor dem ersten Tag im neuen Job einigen Sie sich mit Ihrem Chef über die Rahmenbedingungen Ihrer künftigen Tätigkeit im Arbeitsvertrag. Den sollten Sie sorgfältig prüfen – am besten gemeinsam mit einem Rechtsanwalt, wenn Sie Zweifel haben. In das Dokument gehören Standards wie Aufgabenbereich, Arbeitszeit und Jahresurlaub. Natürlich können Sie auch weitere Details aufnehmen lassen: etwa Vereinbarungen über eine betriebliche Altersvorsorge. Weitere Informationen zum Arbeitsvertrag gibt es in der Broschüre *Startklar. Tipps und Infos für Uni-Absolventen* aus der Reihe ZUKUNFT klipp + klar.

### ABGANG NACH PLAN

Wollen Sie Ihren Job kündigen, müssen Sie sich an die im Vertrag festgelegte Kündigungsfrist halten. Wollen Sie das Unternehmen vor dem Ablauf der Kündigungsfrist verlassen, etwa weil Sie eine neue Stelle antreten, können Sie mit Ihrem Arbeitgeber einen sogenannten Aufhebungsvertrag vereinbaren. Darin wird das Beschäftigungsverhältnis im gegenseitigen Einvernehmen beendet. Vorsicht, falls Ihr Arbeitgeber Sie kündigt: In diesem Fall sollten Sie auf keinen Fall einen Aufhebungsvertrag unterschreiben. Denn damit nehmen Sie sich das Recht, gegen die Entlassung zu klagen, und riskieren eine Sperrzeit des Arbeitslosengelds.

### RECHTMÄSSIGE KÜNDIGUNGEN

Wenn Sie entlassen werden, haben Sie das Recht, die Gründe für Ihre Entlassung zu erfahren. Generell lässt das Kündigungsschutzgesetz nur drei Möglichkeiten zu: Ihr Chef kann Ihnen aus so genannten personenbedingten Gründen kündigen – etwa wenn Sie sehr häufig und lange krank sind. Außerdem gibt es verhaltensbedingte Kündigungen.

Dazu zählen wiederholtes unentschuldigtes Fehlen oder beharrliche Arbeitsverweigerung. Drittens kann eine Kündigung aus betrieblichen Gründen zulässig sein, beispielsweise wenn Aufträge massiv zurückgehen oder der Betrieb stillgelegt wird.

### SEIN RECHT EINFORDERN

Wenn Ihr Arbeitgeber keinen triftigen Grund für die Kündigung nennt oder die Begründung Ihrer Meinung nach haltlos ist, können Sie binnen drei Wochen Kündigungsschutz-Klage vor dem Arbeitsgericht einreichen. Dann wird ein so genannter Güutetermin vereinbart. Das ist eine Verhandlung, bei der eine gütliche Einigung erzielt werden soll. Wenn dies nicht gelingt, werden weitere Gerichtstermine notwendig. Damit ein längeres Verfahren für Sie nicht teuer wird, empfiehlt es sich, mit einer Rechtsschutzversicherung vorzusorgen. Sie übernimmt nicht nur die Anwalts-, sondern auch die Gerichtskosten.

Mehr dazu erfahren Sie in der Broschüre *Im Streitfall hilft die Rechtsschutzversicherung* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar. Natürlich können Sie auch versuchen, sich außergerichtlich mit Ihrem Arbeitgeber zu einigen.

### ABFINDUNGEN ERSTREITEN – ODER VERHANDELN

Eine Abfindung entschädigt den Arbeitnehmer dafür, dass er seinen Arbeitsplatz verloren hat. War die Kündigung rechtmäßig, besteht allerdings kein Anspruch auf eine solche Zahlung. Anders sieht es aus, wenn ein Arbeitgeber seinen Angestellten ohne rechtmäßigen Grund kündigt. Wer sich nicht sicher ist, ob seine Kündigung wirksam ist, sollte auf jeden Fall vorsorglich eine Kündigungsschutz-Klage einreichen. Das Gericht stellt dann fest, ob die Entlassung gegen das Kündigungsschutz-Gesetz verstößt. Ist das der Fall, besteht das Arbeitsverhältnis fort. Das Verhältnis von Arbeitgeber und Arbeitnehmer ist dann allerdings häufig getrübt.

Deshalb kann das Gericht den Arbeitsvertrag auf Antrag des Arbeitnehmers auflösen und den Arbeitgeber zu einer Abfindung verurteilen. Als grobe Faustregel für eine solche Zahlung gilt: mindestens ein halber Bruttomonatslohn pro Arbeitsjahr.

Bei Führungskräften kann die Summe auch höher sein. Arbeitnehmer erhalten, je nach Alter, maximal 18 Monatsgehälter. Das gilt aber nur, wenn das Arbeitsgericht die Summe festsetzt – bei einer außergerichtlichen Einigung hängt der Betrag vor allem vom Verhandlungsgeschick des Gekündigten ab.

Kay Stolle, Rechtsanwalt, Leipzig

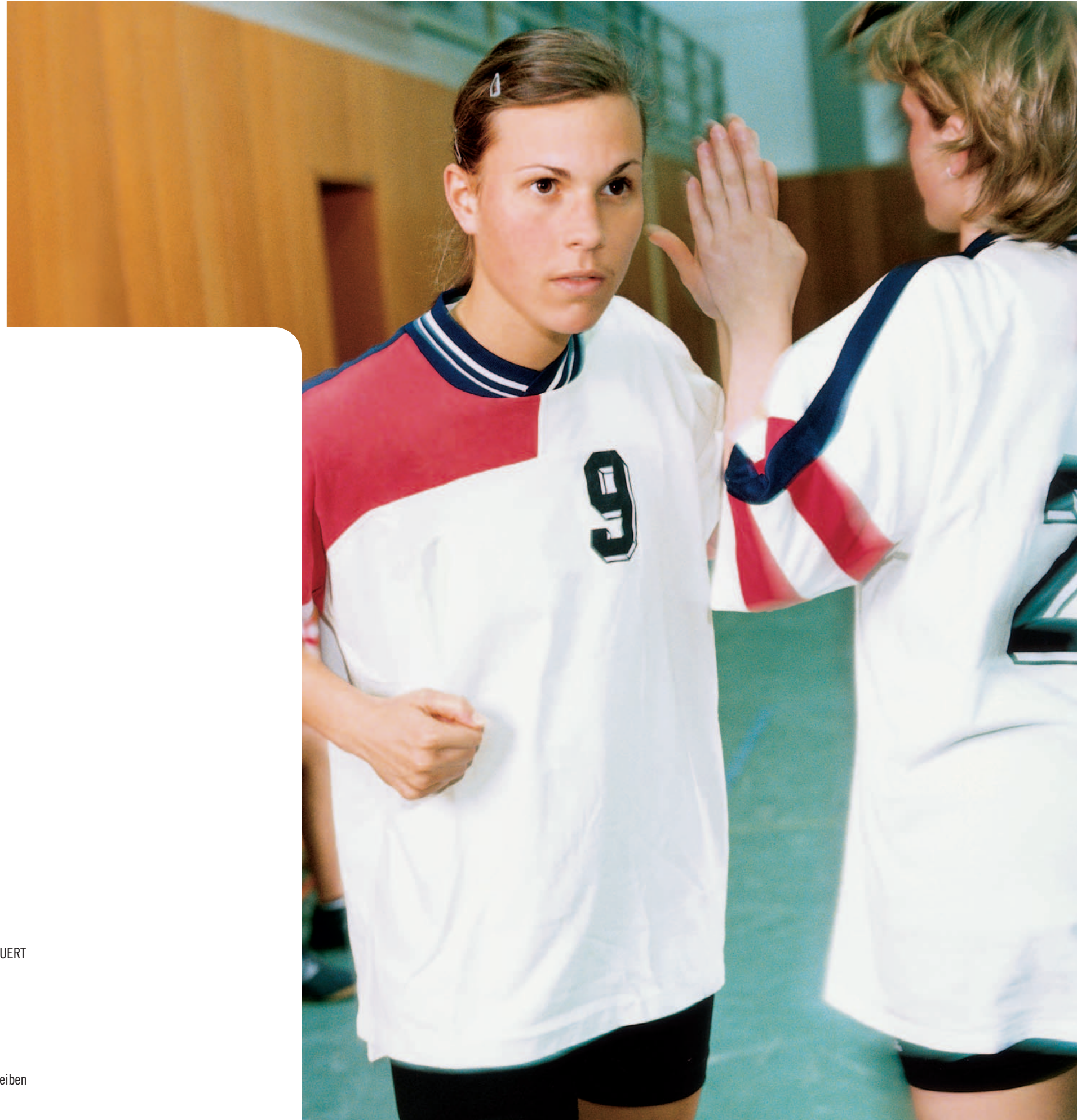




Der Wecker klingelt um sechs Uhr, eine Tasse Kaffee, die Haustür fällt zu. Immer der gleiche Weg, ein weiterer, langer Arbeitstag. Zwischendurch ein kleiner Plausch mit den Kollegen, abends Stau: Routine. Wenn die auf einmal wegfällt, ist vieles komplizierter, manches einfacher – und alles anders.

# TIME-OUT

- 30 GESCHNISSEN, GEKÜNDIGT, GEFEUERT  
Auszeit nutzen, Einstieg planen
- 34 UNTERNEHMEN FAMILIE  
365 Tage im Einsatz
- 36 REIF FÜR DIE INSEL  
Aussteigen – und trotzdem drinbleiben





## KARRIERESTART MIT HINDERNIS

Am Anfang lief einfach alles perfekt: Bereits während des Studiums hatte ich einen super Aushilfsjob in einer Firma für Facility Management gefunden und dort meine Diplomarbeit geschrieben. Nach dem Studium wurde ich mit Handkuss übernommen. Tolles Team, spannende Aufgaben: Ich war glücklich. Nach einem Jahr gab es dann leider eine Flaute in der Baubranche - und damit auch in meiner Firma. Das Wort Insolvenz lag in der Luft. Arbeitslos, das kann mir doch nicht passieren, dachte ich. Und dann passierte es doch. Zuerst war ich wie gelähmt. Aber dann habe ich mich zusammengerissen und Bewerbungen verschickt. Nach ein paar Monaten klappte es: Es war zwar nicht der Traumjob, aber für den Übergang konnte ich zufrieden sein.

Philipp Hacker, 34 Jahre, Köln



# GESCHMISSEN, GEKÜNDIGT, GEFEUERT

## AUSZEIT NUTZEN, EINSTIEG PLANEN

Knapp 3,2 Millionen Arbeitslose gab es im August 2008 in Deutschland. Die Arbeitslosenquote betrug 7,6 Prozent. Das ist eine Verbesserung zum Vorjahr um immerhin 1,2 Prozent. Und laut Bundesagentur für Arbeit wird sich dieser positive Trend vorerst fortsetzen. Nach ihrer Einschätzung könnte Ende des Jahres die Drei-Millionen-Marke erstmals seit mehr als eineinhalb Jahrzehnten unterschritten werden. Von Arbeitslosigkeit immer noch stärker betroffen sind die östlichen Bundesländer, aber auch dort hat sich die Situation in den letzten Monaten verbessert. Die Bundesagentur für Arbeit warnt jedoch vor zu viel Optimismus, denn auch wenn sich die Zahlen langsam erholen, ist Arbeitslosigkeit immer noch ein ernstes Problem.

### ... UND RAUS BIST DU?

Eben noch der gefragte, von Chef und Kollegen geschätzte Mitarbeiter, und dann plötzlich die Kündigung. Ein Szenario, das heute keineswegs mehr die Ausnahme ist. Leistung schützt nicht immer vor Arbeitslosigkeit,

und auch eine gute Ausbildung ist keine Garantie für einen Job: Arbeiter müssen ebenso ihren Hut nehmen wie Akademiker. Viele Menschen verunsichert diese Situation sehr. Ein Haus bauen, eine Familie gründen oder eine längere Reise planen? Lieber nicht, wenn man nicht weiß, was die nähere Zukunft bringen wird.

### DEN SCHOCK ÜBERWINDEN

Die meisten Menschen, die ihre Arbeit verlieren, stehen unter großem Druck. Familie, Freunde und nicht zuletzt sie selbst erwarten, dass sich die Situation bald wieder ändert. Ist die Jobsuche nicht erfolgreich, zweifeln Arbeitslose häufig an ihren Fähigkeiten – und geraten nicht selten in den Verdacht, sich nicht genügend anzustrengen. Viele Menschen ohne Arbeit ziehen sich deshalb aus der Gesellschaft zurück. Doch auch wenn es

schwer fällt: Es ist wichtig, Kontakte zu ehemaligen Kollegen, Freunden und Bekannten aufrechtzuerhalten. Solche Beziehungen spielen nämlich bei der Jobsuche eine große Rolle: Nach Angaben des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) wurde im ersten Halbjahr 2008 mehr als jede vierte zu besetzende Stelle über persönliche Kontakte vergeben.

### ALLES FAULENZER, ODER WAS?

Jeder zweite Arbeitslose bleibt länger als ein Jahr ohne Job. Nicht selten ist zu hören, viele davon seien nicht engagiert, wollten sich drücken. Die Realität sieht häufig anders aus: Fast 70 Prozent aller Langzeitarbeitslosen haben kaum eine Chance, eine Stelle zu bekommen – weil sie keine Ausbildung vorweisen können, zu alt oder zu krank sind. Kann es wirklich verwundern, dass viele Arbeitslose keine Tätigkeiten annehmen, für die das Gehalt kaum höher oder sogar niedriger ist als die staatliche Unterstützung?

### WEITERE INFOS

Literaturtipps und Adressen rund um das Thema Arbeitslosigkeit erhalten Sie beim Informationszentrum der deutschen Versicherer, Telefon 08 00/33 99 399, oder im Internet unter [www.klipp-und-klar.de](http://www.klipp-und-klar.de)  
> Lebensphasen > Berufstätige  
> Auszeit nutzen.





## &gt;&gt; AUSZEIT NUTZEN, EINSTIEG PLANEN

**ARBEITSLOSENGELD I**

Finanziell sind Sie nach einer Kündigung zunächst durch das Arbeitslosengeld I abgesichert – aber nur, wenn Sie mindestens 360 Tage innerhalb der letzten zwei Jahre versicherungspflichtig beschäftigt waren. Das Arbeitslosengeld I müssen Sie unmittelbar nach der Kündigung bei der zuständigen Arbeitsagentur beantragen.

Spätestens am ersten Tag der Beschäftigungslosigkeit müssen Sie sich persönlich bei der für Ihren Wohnort zuständigen Agentur für Arbeit arbeitslos melden. Bei befristeten Verträgen sollten Sie dies bereits drei Monate vor dem Ende der Tätigkeit tun. Stellen Sie den Antrag verspätet, wird das Arbeitslosengeld I gekürzt. Normalerweise beträgt es etwa 60 Prozent des letzten Nettogehaltes – mit Kind 67 Prozent. Wer noch keine 58 Jahre alt ist und nach dem 1. Januar 2008 seinen Job verliert, erhält das Geld je nach Beschäftigungsdauer für maximal 18 Monate; über 58-Jährige erhalten es für maximal 32 Monate.

**ARBEITSLOSENGELD II**

Haben Sie bereits Arbeitslosengeld I bezogen oder noch keine zwölf Monate gearbeitet, können Sie Arbeitslosengeld II beantragen. Diese Leistung hat am 1. Januar 2005 die frühere Arbeitslosenhilfe

abgelöst. Dies waren 53 bis 57 Prozent des letzten Nettogehaltes. Heute fällt die Unterstützung deutlich niedriger aus: Sie beträgt seit dem 1. Juli 2008 bundeseinheitlich 351 Euro. Zusätzlich werden noch die Kosten für Miete und Heizung, soweit sie angemessen sind, übernommen. Wer das Arbeitslosengeld II beziehen möchte, muss zuvor sein eigenes Vermögen aufbrauchen.

Dazu gehören Sparguthaben und Fonds, aber unter Umständen auch Schmuck oder Gemälde – und gegebenenfalls müssen Sie auch Ihre Lebens- oder private Rentenversicherung auflösen. Ausgenommen sind Riester- und Basisrenten für die Altersvorsorge und Freibeträge, die sich beispielsweise nach Ihrem Alter oder der Anzahl Ihrer Kinder richten. Auch Vorsorgeverträge, die als betriebliche Altersversorgung geschlossen wurden, sind geschützt.

Wenn Sie befürchten, dass Sie in nächster Zeit arbeitslos werden könnten, empfiehlt es sich, keine großen Ersparnisse anzuhäufen. Investieren können Sie beispielsweise in eine Eigentumswohnung. Denn selbst genutzte Immobilien – ausgenommen sind Luxuswohnungen – werden bei der Berechnung der Freibeträge nicht berücksichtigt. Das Gleiche gilt für ein angemessenes Auto.

**EIN JOB – WOHER NEHMEN?**

Nie zuvor gab es so viele Möglichkeiten, an Jobs zu kommen: Tages- und Wochenzeitungen veröffentlichen regelmäßig Stellenanzeigen, und in Internet-Jobbörsen gibt es stündlich neue Angebote. Hinzu kommen Messen und Recruitment-Veranstaltungen. Doch das macht die Situation für Arbeitssuchende nicht unbedingt leichter – denn 200 Bewerbungen pro Ausschreibung sind heute keine Seltenheit mehr. Hier einige Tipps, wie Sie beste Voraussetzungen schaffen, um im Wettbewerb um freie Stellen erfolgreich zu sein:

**STELLEN SUCHEN**

- | Antworten Sie nur auf Stellenangebote, die Ihrem Profil wirklich entsprechen.
- | Bewerben Sie sich initiativ bei Unternehmen, in denen Sie gerne arbeiten würden. Auch wenn gerade keine Stelle frei ist: Vielleicht erinnert man sich zu einem späteren Zeitpunkt an Sie.
- | Geben Sie selbst eine Anzeige auf – am besten in Fach- oder Verbandszeitschriften. Vor allem kleinere Unternehmen antworten gerne auf ein Gesuch.
- | Formulieren Sie für jedes Unternehmen ein individuelles Anschreiben. Dass Ihre Unterlagen ansprechend aussehen müssen und keine Fehler enthalten dürfen, versteht sich von selbst.

- | Nutzen Sie die Möglichkeit, auf Kontaktveranstaltungen mit den Personalverantwortlichen ins Gespräch zu kommen. Der persönliche Auftritt wirkt häufig überzeugender als die umfangreichste Bewerbungsmappe.
- | Machen Sie Praktika, nehmen Sie Jobs auf Zeit an oder erledigen Sie auf freier Basis Aufträge für Unternehmen – von einem solchen Intermezzo bis zu einer Festanstellung ist es häufig nur ein kleiner Schritt.

**FLEXIBEL SEIN**

- | Legen Sie sich bei Ihrer Stellensuche nicht auf einen Ort fest. Wenn Sie bereit sind, auch in eine andere Stadt zu ziehen, steigen die Chancen erheblich.
- | Überlegen Sie, welche Kompetenzen und Fähigkeiten Sie haben. Vielleicht gibt es noch andere Berufe, die für Sie geeignet wären. Mehr über einen Berufswechsel erfahren Sie auf Seite 17 dieser Broschüre.
- | Überlegen Sie, ob die Selbstständigkeit eine Alternative für Sie wäre. Mehr dazu erfahren Sie in der Broschüre *Aufbruch. Tipps und Infos für Existenzgründer* aus der Reihe ZUKUNFT klipp + klar.



# UNTERNEHMEN FAMILIE

## 365 TAGE IM EINSATZ

Als Hausmann oder Hausfrau für die Familie da zu sein – das bedeutet zwar eine Auszeit vom Beruf, ist aber ganz und gar keine Erholungsphase. Die Familienmanager arbeiten nicht selten rund um die Uhr, ohne einen Cent dafür zu bekommen. Sie müssen nicht nur kochen können, Wäsche waschen und Termine koordinieren, sondern sind häufig auch Profis in Buchhaltung und Krankenpflege.

### WER BEKOMMT DEN JOB: MAMA ODER PAPA?

Die Familienarbeit folgt meist dem klassischen Muster: Meist sind es die Mütter, die Elternzeit beantragen, während der Vater sich um das Einkommen kümmert – obwohl viele Hausfrauen eine sehr gute Ausbildung haben und sich jeder zweite Vater als kinderlieb und häuslich bezeichnet.

### BERUF & FAMILIE GEMEINNÜTZIGE GMBH

Grüneburgweg 105  
60323 Frankfurt a. M.  
Telefon: 0 69/66 07 56-444  
Fax: 0 69/66 07 56-244  
E-Mail: [info@beruf-und-familie.de](mailto:info@beruf-und-familie.de)

Weitere Fragen zum Thema Elternzeit beantwortet das Service-Telefon des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Es ist montags bis donnerstags von 7 bis 19 Uhr erreichbar unter 0 18 01/90 70 50.

Das 2007 in Kraft getretene Gesetz zum Elterngeld und zur Elternzeit (BEEG) gibt Eltern nun die Möglichkeit, die Hausarbeit untereinander aufzuteilen: Mutter und Vater können dabei gleichzeitig in Elternzeit gehen. Jedem Elternteil stehen drei Jahre Elternzeit zu, die in zwei Zeitabschnitte aufgeteilt werden kann. Während dieser Zeit darf jeder zwischen 15 und 30 Wochenstunden arbeiten. So können Sie das Einkommen der Familie gemeinsam sichern. Der Arbeitgeber muss einem Antrag auf Teilzeitarbeit zustimmen – allerdings nur, wenn der Betrieb mindestens 15 Beschäftigte hat.

Natürlich kann auch weiterhin ein Elternteil die drei Jahre Elternzeit pro Kind ganz oder teilweise für sich beanspruchen. Es besteht allerdings die Möglichkeit, ein Jahr zwischen dem dritten und achten Geburtstag des Kindes zu nehmen – vorausgesetzt, der Arbeitgeber ist damit einverstanden. Die Mutterschutzfrist wird grundsätzlich auf die mögliche dreijährige Gesamtdauer der Elternzeit der Mutter angerechnet. Sieben Wochen vor Beginn der Elternzeit muss der Elternteil einen schriftlichen Antrag bei seinem Arbeitgeber stellen. In einigen Ausnahmefällen ist eine kürzere Frist möglich. Mit der schriftlichen Anmel-

dung muss die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer auch verbindlich festlegen, für welche Zeiträume innerhalb von zwei Jahren die Elternzeit genommen werden soll. Vorzeitig abbrechen oder verlängern können Sie die vereinbarte Elternzeit nur, wenn Ihr Arbeitgeber zustimmt.

### MOTIVATION FAMILIE

Flexible Arbeitszeitmodelle, Möglichkeiten zur Telearbeit, Kinderbetreuung: Einige Unternehmen bieten Eltern eine Reihe von Möglichkeiten, um Beruf und Familie miteinander zu vereinbaren. Bei der gemeinsamen Beruf & Familie GmbH können Sie sich darüber informieren, ob es in Ihrer Region Firmen mit besonderen Modellen gibt. Die Regel sind solche Modelle allerdings nicht. Eine Umfrage des Münchner Instituts für Betriebliche Mitbestimmung von 2008 ergab, dass gerade einmal 10,3 Prozent der Unternehmen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Kindern aktiv fördern. Und das, obwohl inzwischen bekannt ist, dass Mütter und Väter, die auch Zeit für ihre Kinder haben, bei der Arbeit besonders motiviert sind und sich stark an das Unternehmen gebunden fühlen. Weitere Informationen zum Thema finden Sie unter [www.beruf-und-familie.de](http://www.beruf-und-familie.de)



### RÜCKKEHR IN DEN JOB

Wenn Sie nach der Elternzeit in Ihren Job zurückkehren wollen, sollten Sie dies schon vor der Familienpause mit Ihrem Arbeitgeber besprechen. Nach dem Ende der Elternzeit haben Sie einen Anspruch darauf, an einem gleichwertigen Arbeitsplatz beschäftigt zu werden. Lassen Sie sich unbedingt ein Zwischenzeugnis ausstellen, in dem Ihre Tätigkeit genau beschrieben wird. Weitere Fragen zum Thema Elternzeit beantwortet das Service-Telefon des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Es ist montags bis donnerstags von 9 bis 18 Uhr erreichbar unter 01801/90 70 50 (3,9 Cent pro Minute).





# REIF FÜR DIE INSEL

## AUSSTEIGEN – UND TROTZDEM DRINBLEIBEN

Sie haben es satt, jeden Tag den gleichen Job zu machen? Sie brauchen neue Motivation oder wollen sich neu orientieren? Und dafür reichen zwei oder drei Wochen Urlaub nicht aus? Dann befinden Sie sich in guter Gesellschaft: Drei Viertel der Deutschen würden gerne eine längere Auszeit einlegen. Aber vielen fehlt der Mut – obwohl es durchaus Möglichkeiten gibt, diesen Traum zu verwirklichen.

### RUHE FINDEN

Einige Unternehmen bieten ihren Mitarbeitern ein so genanntes Sabbatical an. Das Wort kommt vom hebräischen Schabbat – das ist der Tag der jüdischen Woche, der im Zeichen der Ruhe und geistigen Erneuerung steht. Es ist eine Auszeit mit Job-zurück-Garantie. Die meisten Menschen steigen für zwei oder drei Monate aus. Manche nehmen sich aber auch ein ganzes Jahr frei. Wie sie diese Zeit nutzen, ist ihnen überlassen.

### ZEIT SAMMELN

Eine gesetzliche Grundlage für das Sabbatical gibt es in Deutschland seit 1998: Das damals verabschiedete Arbeitsteilzeitgesetz erlaubt so genannte Arbeitszeitkonten.

Auf denen können Arbeitnehmer Überstunden ansparen, um irgendwann mehrere Wochen auf einmal „abzufeiern“. Stunden sammeln können Mitarbeiter aber auch, indem sie voll arbeiten, aber nur einen Teil des Gehaltes beziehen.

**Tipp:** Halten Sie die Vereinbarungen auf jeden Fall in einem Beurlaubungsvertrag fest. Darin sollte auch geregelt sein, ob Ihr Arbeitgeber während Ihrer Auszeit Kranken-, Renten- und Arbeitslosenversicherung zahlt.

### AUS DER WELT ZURÜCKZIEHEN

Sie wollen ohne Telefon und Fernseher über sich selbst und Ihr Leben sinnieren? Dann könnten Sie über eine Auszeit im Kloster nachdenken. Klären Sie vorher, was der Orden von Ihnen erwartet, ob beispielsweise gewünscht ist, dass Sie am religiösen Leben teilnehmen. Mehr Informationen zu den einzelnen Angeboten finden Sie in der Broschüre *Atem holen*, herausgegeben von der Deutschen Ordensobernkonzferenz. Sie können sie schriftlich gegen Briefmarken im Wert von 1,80 Euro unter folgender Adresse bestellen:

*Haus der Orden*  
Postfach 16 01  
53006 Bonn  
Fax: 0228/684 4944  
E-Mail: [info@orden.de](mailto:info@orden.de)

### LERNPAUSE

So mancher nutzt die Auszeit auch, um zielstrebig etwas für die weitere Karriere zu tun: Berufseinsteiger mit Hochschulabschluss können beispielsweise einen Vertrag aushandeln, der es ihnen erlaubt, für eine Promotion zu pausieren. Ein großes Angebot an Kursen für Nicht-akademiker haben beispielsweise die Industrie- und Handelskammern. Und das Angenehme mit dem Nützlichen können Sie in einem Sprachkurs verbinden: Wollen Sie beispielsweise Spanisch lernen, so nehmen Sie den Unterricht einfach in Barcelona oder Madrid – und lernen so auch gleich Land und Leute kennen. Mehr Informationen über Sprachkurse bekommen Sie beim Fachverband Deutscher Sprachreise-Veranstalter e.V. unter [www.fdsv.de](http://www.fdsv.de).

### JEDERZEIT WIEDER!

Ich bin Lehrerin und habe vor einigen Jahren ein zwölfmonatiges Sabbatical eingelegt. Genutzt habe ich diese Zeit für eine Weltreise – so etwas wollte ich unbedingt machen, so lange ich noch jung bin. Unser Direktor und die Kollegen haben meinen Wunsch nach einer Auszeit ganz positiv aufgenommen, zumal ich schon Jahre vorher in die Planung eingestiegen bin.

Drei Jahre lang gab es nur zwei Drittel meines eigentlichen Gehalts – die ersten zwei Jahre davon habe ich in Vollzeit unterrichtet, während des letzten bin ich durch die Weltgeschichte getourt. Island, Südafrika, China, Vietnam, Australien, die Fidschi-Inseln, am Schluss noch die USA – das waren Eindrücke, die mir immer im Gedächtnis bleiben werden. Ich habe jede Menge tolle neue Kontakte geknüpft, ganz andere Lebensphilosophien und Alltagsgewohnheiten kennen gelernt. Das ist ein Erfahrungsschatz, von dem ich wohl mein Leben lang profitieren werde, auch im Beruf. Schwer fiel mir anfangs, in den Tag hineinzuleben, denn vom deutschen Alltag war ich das einfach nicht gewohnt. Nach der Rückkehr habe ich mich dagegen für meinen Geschmack fast zu fix eingelebt – man ist einfach unheimlich schnell wieder im alten Trott.

Zum Glück bin ich bei der Arbeit mit offenen Armen empfangen worden. Unsere Schulsekretärin meint, ich sei viel ruhiger seit meiner Weltreise. Ob ich's nochmal machen würde? Na klar, aber bis dahin dauert es wohl noch ein bisschen – ich liebe meinen Beruf und möchte die Kraft, die mir das Sabbatical gegeben hat, jetzt gerne für den Unterricht nutzen. Aber wer weiß, wann es mich wieder in die Ferne zieht ...

Hanna Liebig, 38 Jahre, Köln



An das eine denken, das andere nicht vergessen. Mit Kollegen streiten. Wieder einigen und nicht den Überblick verlieren. Bis morgen fertig sein. Dann eine Stunde joggen, ein Bad nehmen – und endlich mit der Katze spielen, die Lieblings-CD hören oder sich mit einem Krimi aufs Sofa legen. Aufatmen.

# STRESS, LASS NACH

- 40 KLIMAKATASTROPHE IM BÜRO  
Was tun bei Krisen, Kritik und Konkurrenz?
- 42 JOB AROUND THE CLOCK?  
Gut gemixt ist halb gewonnen





# KLIMAKATASTROPHE IM BÜRO

## WAS TUN BEI KRISEN, KRITIK UND KONKURRENZ?

15 Prozent ihrer Arbeitszeit verbringen die Deutschen damit, Konflikte auszu-tragen – das hat das Herstein Management Institut herausgefunden. In den meisten Fällen geht es um zwischenmenschliche Probleme. Dabei entscheidet gerade das Betriebsklima darüber, ob sich Menschen an ihrem Arbeitsplatz wohl fühlen.

### REDEN IST GOLD

Die Kollegin streitet am Telefon ständig lautstark mit ihrem Freund. Der Kollege liebt Durchzug – auch, wenn Sie Erkältung haben. Und der Chef ist immer dann nicht zu erreichen, wenn es brenzlich wird. In solchen Fällen nützt es überhaupt nichts, den Ärger hinunterzuschlucken. Sprechen Sie Konflikte offen an, aber bleiben Sie dabei sachlich und höflich. Vielen Menschen ist gar nicht bewusst, wie sie sich bei einem Streit verhalten. Sie sagen schnell mal Dinge, die sie hinterher bereuen ...

### DREI SIND KEINER ZU VIEL

Natürlich kann es auch passieren, dass Sie sich mit einem Kollegen einfach nicht einigen können. In einem solchen Fall ist es hilfreich, einen Mediator einzuschalten. Diese Aufgabe übernimmt am besten ein Mitarbeiter, zu dem alle Beteiligten Vertrauen haben. Er hört

sich zunächst beide Seiten an und fasst das Problem sachlich zusammen.

Anschließend moderiert er als neutraler Beobachter das Gespräch; er kann aber auch Lösungsvorschläge anbieten. Auf jeden Fall sollten Sie die Ergebnisse in einem Protokoll festhalten – und sich nach spätestens einem Monat erneut treffen, um zu prüfen, ob die Vereinbarungen eingehalten wurden.

### GEZIELTE SCHIKANE

Streitereien und Konflikte gibt es in jedem Büro. Doch manchmal ist die Lage ernster: Rund 1,5 Millionen leiden in Deutschland nach Schätzungen der Gewerkschaften unter Mobbing. Das Wort kommt vom englischen „to mob“ und bedeutet so viel wie anpöbeln oder über jemanden herfallen. Mittlerweile wird der Begriff geradezu inflationär gebraucht. Das liegt auch daran, dass die Verhaltensweisen, die beim Mobbing eine große Rolle spielen, bereits bei kleinen Konflikten eingesetzt werden: Andere Menschen zu ignorieren, einzuschüchtern, auszgrenzen oder zu benachteiligen, gehört zu den Taktiken, von denen jeder ab und zu Gebrauch macht. Eine einzelne Streiterei oder Beleidigung ist deshalb aber noch lange kein Mobbing. Psychologen verstehen unter Mobbing Situationen, in denen Menschen systematisch über längere Zeit hinweg gezielt schikaniert werden. Da ist

der Handwerker, der auf Weisung seines Chefs Lampen hinter Rohre schrauben muss. Oder die Kindergärtnerin, deren Kollegin überall herumerzählt, sie sei schon mehrmals bei Diebstählen erwischt worden. Ein solcher Psychoterror hinterlässt Spuren: Viele Mobbing-Opfer haben Schwierigkeiten einzuschlafen oder leiden unter Magen- und Kopfschmerzen. Im schlimmsten Fall verlieren sie sogar den Lebensmut: Der Hamburger Psychiater Dieter Groebelinghoff schätzt, dass rund 1.000 Deutsche jährlich Selbstmord begehen, weil sie die Anfeindungen und Verleumdungen ihrer Kollegen nicht mehr ertragen.

### RECHTSWEG NICHT AUSGESCHLOSSEN

Wenn Sie gemobbt werden, sollten Sie sich unbedingt zur Wehr setzen. Erste Anlaufstellen können Ihr Vorgesetzter und, falls vorhanden, die Beschwerdestelle und der Betriebsrat sein. Doch nicht immer ist ein solches Problem innerhalb des Unternehmens zu lösen. Dann lassen Sie sich am besten von einem Rechtsanwalt beraten. Bislang ist Mobbing selbst zwar nicht unmittelbar strafbar, aber Sie können beispielsweise Anzeige wegen Beleidigung, übler Nachrede, sexueller Belästigung oder Körperverletzung erstatten, wenn es im Rahmen des Mobbings zu solchen Taten

kommt. Im öffentlichen Dienst haben Sie die Möglichkeit, eine Dienstaufsichtsbeschwerde einzureichen. Grundsätzlich können Sie gegen Mobber auch mit einer Zivilklage vorgehen. Ein mögliches Ziel ist, das weitere Mobbing zu unterbinden. Weiterhin kann gemäß des im Jahr 2002 geänderten § 253 Absatz 2 des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB) jeder, der körperlich oder gesundheitlich verletzt oder dessen Freiheit oder sexuelle Selbstbestimmung beschnitten wurde, ein angemessenes Schmerzensgeld fordern. Ein solcher Anspruch ist unter Umständen auch gegen den Arbeitgeber denkbar, wenn er beispielsweise nicht genug unternommen hat, um Sie vor Mobbing zu schützen. Laut § 75 des Betriebsverfassungsgesetzes („BetrVG“) hat der Arbeitgeber auch dafür Sorge zu tragen, dass kein Angestellter diskriminiert oder in der Entfaltung seiner Persönlichkeit unterdrückt wird. Hält er sich nicht daran, sind gerichtlich durchsetzbare Sanktionen möglich. Weitere umfassende Rechte der Arbeitnehmer zum Schutz vor Mobbing können sich auch aus dem Mitte 2006 eingeführten Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG) ergeben. Grundsätzlich sind danach ungerechtfertigte Benachteiligungen beispielsweise aus Gründen der Herkunft, des Geschlechts oder des Alters untersagt.

### LITERATURTIPPS: STREIT VERMEIDEN UND SCHLICHTEN

- | Joseph Duss von Werdt: Einführung in Mediation. Carl-Auer-Systeme Verlag, 2008.
- | Hans Erlenmeyer/ Ralf Hangebrauck: Mediation. Niederle Media, 2008.
- | Bernd Nolte/ Konrad Fischer: Mediation konkret: Konstruktive Lösungen bei Konflikten in Unternehmen. Wiley-VCH, 2006.
- | Susanne Klein: Wenn die anderen das Problem sind. Gabal Verlag, 2007.

### LINKS ZUM THEMA MOBBING:

- [www.mobbing-am-arbeitsplatz.de](http://www.mobbing-am-arbeitsplatz.de)
- [www.mobbing-web.de](http://www.mobbing-web.de)
- [www.antimobbing.de](http://www.antimobbing.de)



# JOB AROUND THE CLOCK?

## GUT GEMIXT IST HALB GEWONNEN

### WORK-LIFE-BALANCE IM INTERNATIONALEN VERGLEICH

Jeder zweite Europäer ist der Meinung, dass er mehr Energie in seinen Job als in seine Freizeit investiert. Das Verhältnis zwischen Arbeit und Freizeit ist in den Ländern jedoch sehr unterschiedlich. In Westeuropa steht bei jedem Dritten die Arbeit an erster Stelle; in den Vereinigten Staaten sogar bei jedem Zweiten. Großen Wert auf ihre Freizeit legen die Briten: Zwei Drittel finden sie wichtiger als den Job. Bei der Frage, wie sie ihre Freizeit am liebsten verbringen, sind sich die Menschen verschiedener Nationalitäten wieder einig: Die meisten entspannen zu Hause – vor dem Fernseher, mit einem Buch oder bei Musik.

Ein schnelles Auto, das tolle Haus und luxuriöse Kurztrips: Wer viel arbeitet, kann sich viel leisten. Doch Geld allein macht nicht glücklich – und Wohlstand, der durch einen unverhältnismäßig großen Arbeitsinsatz erreicht wird, schmälert die Lebensqualität.

### ZU VIEL STRESS MACHT KRANK

Es muss gar nicht immer der nine-to-five-Job sein. Manchmal Stress zu haben, kann sogar wahre Höhenflüge auslösen. Wer unter Strom steht, vollbringt nicht selten Höchstleistungen. Ganz anders sieht es bei Menschen aus, die permanent gestresst sind. Laut der Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz litten 2005 bereits 22 Prozent aller europäischen Arbeitnehmer unter stressbedingten Gesundheitsproblemen – Tendenz steigend. Die häufigsten Beschwerden sind dabei Darm-, Nacken- und Rückenleiden.

### ARBEITEN, UM ZU LEBEN?

Einige Menschen sind ihrer Arbeit regelrecht verfallen. Psychologen schätzen, dass etwa 200.000 bis 300.000 Menschen in Deutschland zu den so genannten Workaholics zählen.

Die Gründe dafür sind unterschiedlich: Einige Menschen lieben ihren Job einfach über alles. Andere verbringen viel Zeit im Büro, um privaten Konflikten aus dem Weg zu gehen. Aber auch die ökonomische Entwicklung der letzten Jahre spielt eine Rolle: In einigen Firmen ist das Arbeiten rund um die Uhr regelrecht erwünscht. Dabei sind richtige Workaholics für ein Unternehmen aber eher eine Belastung. Denn sie glauben daran, dass nur sie in der Lage sind, eine Aufgabe perfekt zu erledigen. Das führt dazu, dass sie Kollegen und Mitarbeiter unterschätzen – und dauerhaft demotivieren.

### HILFE FÜR WORKAHOLICS

Wer arbeitssüchtig ist, muss seine Einstellung zur Arbeit grundlegend ändern. Hilfreich ist dafür der Austausch mit anderen im Kreis beispielsweise der Anonymen Arbeitssüchtigen, einer Selbsthilfegruppe für Menschen mit Arbeitsproblemen oder Arbeitssucht. Nähere Informationen zu den Anonymen Arbeitssüchtigen (AAS) finden Sie unter [www.arbeitssucht.de](http://www.arbeitssucht.de).

### RUNTERFAHREN, NICHT STEHEN BLEIBEN

Die Balance zwischen Beruf und Privatleben zu finden, ist nach Meinung von Experten eine Aufgabe, die sich immer wieder neu stellt. Ganz wichtig: Nehmen Sie die Freizeit genauso ernst wie Ihre Arbeit. Vielen Menschen fällt es sehr schwer, abzuschalten. Ihre Gedanken kreisen auch nach Feierabend ständig um unerledigte Aufgaben und schwelende Konflikte. Wer seine Freizeit aktiv gestaltet, vermeidet das. Probieren Sie Entspannungstechniken wie Yoga oder Autogenes Training aus. Oder überlegen Sie ganz einfach, was Ihnen gut tut: Das kann ein Spaziergang oder ein Besuch in der Sauna sein – aber auch eine ausgedehnte Shopping-Tour oder eine lange Kinonacht.

### WENN STRESS GEFÄHRLICH WIRD

Mediziner sprechen seit einem Vierteljahrhundert vom Burn-out-Syndrom. Aber das Phänomen – ein krankhafter Erschöpfungszustand – ist so alt wie die Menschheit. Anders als noch vor ein paar Jahren kommen mittlerweile Menschen aus allen Berufszweigen zu uns. Die Patienten sind den gestiegenen beruflichen oder privaten Anforderungen häufig nicht mehr gewachsen. Sie sind weniger belastbar, ständig müde, leicht reizbar und verlieren schließlich den Glauben an sich selbst. Zuletzt sind die Patienten nicht nur erschöpft, sondern auch verbittert – das zusammen macht das Burn-out-Syndrom aus. Vor den Kollegen wird die Erschöpfung meist allerdings bis zuletzt geheim gehalten.

Man unterscheidet „echte Ausbrenner“, das sind Menschen, bei denen schlechte Bedingungen ausschlaggebend sind, von den „Verschlissenen“. Diese haben ein geringes Durchsetzungsvermögen: Aus Angst, Sympathien zu verspielen, lehnen sie keine Aufgabe ab. Ein Burn-out zieht häufig körperliche Beschwerden nach sich: Schwachpunkte wie Wirbelsäule oder Gelenke machen Probleme. Doch statt einen Arzt aufzusuchen, versuchen die Betroffenen, allein zurechtzukommen: Viele greifen zu Alkohol oder Tabletten.

Ein Patient muss erst einmal begreifen: Ich bin krank. Erst dann ist er für eine Behandlung zugänglich und kann die Ursachen ergründen – gegebenenfalls gemeinsam mit einem Arzt. Denn meistens tragen seelische Zustände genauso zum Burn-out bei wie äußere Faktoren.

**Professor Dr. Volker Faust,**  
Universitätsklinikum Ulm – Zentrum für  
Psychiatrie Die Weißenau, Ravensburg





Die eigene Arbeitskraft ist das wichtigste Gut – und sie ist nicht zu ersetzen. Schlimm, wenn sie gefährdet ist: etwa durch eine Krankheit oder einen Unfall. Damit Sie dann nicht aus der Bahn geworfen werden, ist es wichtig, sich rechtzeitig abzusichern. Und auch an die Altersvorsorge sollten Sie schon denken, wenn die Rente noch in weiter Ferne liegt. Denn um im Alter den gewohnten Lebensstandard halten zu können, müssen Sie frühzeitig privat vorsorgen.

# SICHER IST SICHER

46 SCHÖNES LEBEN  
Versicherungen für heute und morgen





# SCHÖNES LEBEN

## VERSICHERUNGEN FÜR HEUTE UND MORGEN

### WAS SIE HABEN: DIE SOZIALVERSICHERUNG

Zum Sicherheitsnetz in der Bundesrepublik Deutschland gehören Sozial- und Individualversicherungen. Die Sozialversicherung ist für Arbeiter, Angestellte und Auszubildende Pflicht und schützt im Alter, bei Krankheit, Arbeitslosigkeit, Unfall sowie bei Erwerbsminderung. Doch damit ist lediglich eine Grundabsicherung gewährleistet. Gleichzeitig muss jeder Arbeitnehmer selbst Vorsorge treffen und sich mit Hilfe von privaten Versicherungen gegen verschiedene Risiken absichern. Mehr Informationen dazu finden Sie auch in der Broschüre *Sozial- und Individualversicherung in Deutschland* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

### DIE GESETZLICHE KRANKENVERSICHERUNG

Die meisten Bundesbürger – nämlich etwa 56 Millionen – sind als Vollversicherte Mitglied der gesetzlichen Krankenversicherung. Im Gegensatz zu den anderen Zweigen der Sozialversicherung gilt hier eine Besonderheit: Arbeiter oder Angestellte, die mit ihrem Verdienst oberhalb der so genannten Beitragsbemessungsgrenze liegen – zurzeit sind das 4.012,50 Euro im Monat (Stand 2008) –, sind nicht mehr versicherungspflichtig.

Sie können sich entweder privat krankenversichern oder freiwillig Mitglied der gesetzlichen Krankenversicherung bleiben. Beamte, Freiberufler und Selbstständige haben die Möglichkeit, sich unabhängig vom Einkommen privat zu versichern.

Der medizinische Fortschritt, die hohen Arbeitslosenzahlen und die steigende Lebenserwartung der Menschen lassen die Kosten im Gesundheitssystem immer weiter steigen – und damit die Belastungen für die Beitragszahler. Im Zuge mehrerer Gesundheitsreformen sind die Leistungen der gesetzlichen Kassen erheblich verringert worden. So gibt es beispielsweise für Brillen in der Regel keine Zuschüsse mehr.

Die privaten Kassen bieten Zusatzversicherungen für die verschiedensten Leistungen an – beispielsweise für eine Chefarztbehandlung. Wofür Sie sich versichern möchten und ob Sie eine Selbstbeteiligung wünschen, bestimmen Sie dann individuell.

### DIE GESETZLICHE PFLEGEVERSICHERUNG

Seit 1995 gibt es die gesetzliche Pflegeversicherung. Sie schützt automatisch alle gesetzlich Krankenversicherten. Wer privat krankenversichert ist, muss sich dagegen auch privat pflegeversichern. Die Pflegeversicherung erstattet Kosten für die Betreuung pflegebedürftiger Menschen.

### DIE GESETZLICHE ARBEITSLOSENVERSICHERUNG

Jeder Arbeitssuchende, der innerhalb der letzten zwei Jahre vor der Arbeitslosmeldung mindestens 360 Tage versicherungspflichtig beschäftigt war, hat Anspruch auf Arbeitslosengeld I. Die Leistungen richten sich nach der Dauer der vorherigen Tätigkeit und der Höhe des letzten Nettogehaltes. Zurzeit gibt es maximal bis zu zwölf Monate Arbeitslosengeld. Nach dieser Zeit kann nach geltendem Recht ein Antrag auf Arbeitslosengeld II gestellt werden. Ab dem fünfzigsten Lebensjahr kann die Förderdauer allerdings auch höher liegen. Mehr zum Thema erfahren Sie auf Seite 32 dieser Broschüre.

### DIE GESETZLICHE UNFALLVERSICHERUNG

Der Arbeitgeber zahlt die Beiträge für die gesetzliche Unfallversicherung. Sie erbringt Leistungen bei Berufskrankheiten und für die Folgen eines Unfalls, der während oder auf dem Weg zur Arbeit passiert. Unfälle in der Freizeit sind also nicht abgesichert – hier ist zusätzliche private Vorsorge notwendig. Träger der gesetzlichen Unfallversicherung sind in erster Linie die Berufsgenossenschaften.

### DIE GESETZLICHE RENTENVERSICHERUNG

Finanzielle Absicherung im Alter, im Fall der Erwerbsminderung oder für die Hinterbliebenen im Todesfall – das übernimmt zu einem Teil die gesetzliche Rentenversicherung. Sie funktioniert besonders gut, wenn viele Berufstätige für wenige Rentner aufkommen. Die Realität sieht allerdings längst anders aus: Während in den 60er Jahren des 20. Jahrhunderts auf einen Rentner fünf Beitragszahler kamen, sind es heute nur noch zwei. Experten rechnen damit, dass in knapp 30 Jahren jeder Beitragszahler für einen Rentner aufkommen muss. Wie dramatisch diese Verschiebung auch sein wird, eines ist sicher:

Es gibt eine wachsende Versorgungslücke zwischen Arbeits- und Alterseinkommen. Da schon jetzt absehbar ist, dass der Unterschied zwischen Rente und letztem Gehalt immer größer wird, ist private Vorsorge unverzichtbar.

Die neue Erwerbsminderungsrente hat 2001 das alte System der Berufs- und Erwerbsunfähigkeitsrente abgelöst – seitdem sind die Leistungen erheblich verringert. Die Höhe der Rente hängt davon ab, wie viele Stunden der Versicherte noch arbeiten kann. Dabei gilt: Wenn Sie Ihren ursprünglichen Beruf nicht mehr ausüben können, sind Sie verpflichtet, jede andere Tätigkeit anzunehmen. Nur wer weniger als drei Stunden am Tag arbeiten kann, erhält die volle Erwerbsminderungsrente. Das sind je nach individueller Erwerbsbiografie etwa 38 Prozent des letzten Bruttoeinkommens. Ist der Versicherte in der Lage, drei bis sechs Stunden täglich zu arbeiten, erhält er die halbe Erwerbsminderungsrente. Es sei denn, es besteht keine Aussicht auf einen Teilzeit-Arbeitsplatz: Dann gibt es auch in diesem Fall die volle Rente.

Alle diese Regelungen gelten aber nur für Arbeitnehmer, die mindestens fünf Jahre lang versicherungspflichtig gearbeitet haben. Berufseinsteiger sind häufig nicht abgesichert.

### WAS SIE UNBEDINGT BRAUCHEN: DIE PRIVATE VORSORGE

Schon jetzt ist abzusehen, dass bei den Leistungen der Sozialversicherung weitere Abstriche notwendig werden. Um die bereits bestehende Versorgungslücke zu schließen und noch wegfallende Leistungen zu ersetzen, ist private Vorsorge wichtiger denn je.

### DIE BERUFSUNFÄHIGKEITSVERSICHERUNG

Unabhängig davon, wie gefährlich ein Beruf erscheint: Niemand ist davor geschützt, seinen Job früher als beabsichtigt aufgeben zu müssen. Jeder vierte Arbeitnehmer wird im Laufe seines Lebens berufsunfähig (Quelle: VDR – Verband Deutscher Rentenversicherungsträger). Und die Leistungen der gesetzlichen Erwerbsminderungsrente reichen bei Weitem nicht aus, um den gewohnten Lebensstandard beizubehalten. Deshalb empfiehlt es sich unbedingt, eine Berufsunfähigkeitsversicherung abzuschließen.



## &gt;&gt; VERSICHERUNGEN FÜR HEUTE UND MORGEN

Diese gibt es einzeln oder im Paket mit einer Renten- oder Lebensversicherung. Mit Einzel- oder so genannten selbstständigen Policen bleiben Sie flexibler. Kombinierte Lösungen haben den Vorteil, dass Ihre Altersvorsorge gesichert bleibt. Denn im Falle der Berufsunfähigkeit zahlt die Versicherung die Beiträge für die Lebens- oder Rentenversicherung bis zum Ende der vertraglich festgelegten Laufzeit weiter – und natürlich, wenn vereinbart, die vorgesehene Berufsunfähigkeitsrente.

**DIE PRIVATE ALTERSVORSORGE**

Je früher Sie den Grundstein für Ihre private Rente legen, desto besser. Um den Spielraum für die Vorsorge zu erweitern, hat der Gesetzgeber mit dem so genannten Alterseinkünftegesetz die schrittweise nachgelagerte Besteuerung beschlossen. Zwar werden damit die Renten steuerpflichtig – auf der anderen Seite bedeutet das jedoch, dass die Freibeträge für die Altersvorsorge steigen.

Die Bundesregierung hat die steuerlichen Rahmenbedingungen für die Altersvorsorge grundlegend überarbeitet. Nun gibt es ein Dreischichten-Modell, das die Vorsorgemöglichkeiten neu gliedert: Basisvorsorge, kapitalgedeckte Zusatzvorsorge, übrige Vorsorge. Mehr dazu erfahren Sie auch in der Broschüre *Altersvorsorge mit Sicherheit – Die neue Rente* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

**DIE BASISRENTE**

Zur ersten Schicht gehört neben der gesetzlichen Rentenversicherung die neue Basisrente. Dies ist eine Leibrentenversicherung, die der Gesetzgeber steuerlich besonders fördert.

Für die Basisvorsorge – diese umfasst die gesetzliche Rentenversicherung und die Basisrente – sind zunächst 60 Prozent der Beiträge steuerfrei. Allerdings nur bis zu einer Höchstgrenze: 2008 können Singles maximal 13.200 und Verheiratete 26.400 Euro geltend machen. Ab 2025 gilt die Regelung dann für 100 Prozent der Beiträge – maximal sind jährlich 20.000 beziehungsweise 40.000 Euro steuerfrei.

**DIE RIESTER-RENTE**

Zur zweiten Schicht der Altersvorsorge gehört die Riester-Rente. Dies ist eine private, kapitalgedeckte Altersvorsorge. Abhängig von der Höhe der Beiträge zahlt Ihnen der Gesetzgeber eine Grundzulage, zudem gibt es eine Kinderzulage. Darüber hinaus können Sie unter bestimmten Umständen Ihre Ausgaben für die Riester-Rente als Sonderausgaben steuerlich geltend machen. Das Finanzamt prüft, ob sich über die Zulagenförderung hinaus ein Steuervorteil ergibt (Günstigerprüfung).

**DIE BETRIEBLICHE ALTERSVORSORGE**

Jeder Arbeitnehmer hat Anspruch darauf, dass ein Teil seines Gehalts in Beiträge zur betrieblichen Altersversorgung umgewandelt wird. Diese Vorsorge gehört ebenfalls zur zweiten Schicht. Im Jahr 2008 sind bis zu 2.544 Euro steuerlich absetzbar. Dieser Höchstbetrag steigt um weitere 1.800 Euro, wenn Ihr Arbeitgeber die Versorgungszusage nach dem 31. Dezember 2004 abgegeben hat.

Die steuerlichen Vergünstigungen sind unabhängig davon, welche Form der betrieblichen Altersversorgung gewählt wird. Insgesamt gibt es fünf Durchführungswege. Arbeitnehmer und Arbeitgeber entscheiden sich häufig für die Direktversicherung: Der Arbeitgeber schließt dabei für Sie eine Kapitallebensversicherung oder eine private Rentenversicherung ab. Zusätzlich können Sie verlangen, dass die Vorsorge den Voraussetzungen der Riester-Rente entspricht. Mehr Informationen dazu finden Sie in der Broschüre *Die betriebliche Altersversorgung* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

**DIE PRIVATE RENTEN-VERSICHERUNG**

Zur dritten Schicht bei der Altersvorsorge gehört unter anderem die private Rentenversicherung. Sie garantiert eine lebenslange monatliche Rente. Die Höhe lässt sich individuell festlegen. Seit Januar 2005 gibt es für die Rentenzahlungen weitere steuerliche Vergünstigungen: Mussten Sie zum Beispiel bislang bei einem Rentenbeginn mit 65 Jahren 27 Prozent der Rente mit dem persönlichen Steuersatz versteuern, gilt das nun nur noch für 18 Prozent.

**DIE KAPITALLEBENS-VERSICHERUNG**

Für seit Januar 2005 abgeschlossene Kapitallebensversicherungen – ebenfalls Bestandteil der dritten Schicht – gelten neue steuerliche Regelungen. Bei einer Laufzeit von mindestens zwölf Jahren und Auszahlung des Kapitals nach Vollendung des 60. Lebensjahres ist die Hälfte der Erträge steuerpflichtig.

Die Kapitallebensversicherung eignet sich besonders, wenn Sie eine Familie haben. Denn diese Versicherung garantiert nicht nur eine zusätzliche Vorsorge für das Alter, sondern sichert im Todesfall auch die Angehörigen finanziell ab. Für Berufsanfänger mit niedrigem Einkommen, die bereits eine Familie zu versorgen haben, empfiehlt sich eine Risikolebensversicherung. Diese ist vergleichsweise günstig und kann außerdem bei steigendem Einkommen in eine Kapitallebensversicherung umgewandelt werden. Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre *Lebensversicherung – Ihre private Vorsorge* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.



## &gt;&gt; VERSICHERUNGEN FÜR HEUTE UND MORGEN

**WAS SONST NOCH WICHTIG IST:  
SICHER DURCH DEN ALLTAG**

Damit Sie Tag für Tag gut abgesichert sind, gibt es Versicherungen, die Sie aus jedem Fall brauchen. Je nachdem, wie weit oder eng Sie Ihr persönliches Sicherheitsnetz knüpfen wollen, können Sie darüber hinaus aus einer breiten Palette den für Sie maßgeschneiderten Versicherungsschutz auswählen.

**DIE PRIVATE HAFTPFLICHT-  
VERSICHERUNG**

Wenn Sie beispielsweise als Radfahrer einen schweren Verkehrsunfall verursachen oder durch Ihre Unachtsamkeit ein Brand ausbricht, kann das schnell teuer werden. Denn für den entstandenen Schaden müssen Sie aufkommen – unter Umständen Ihr Leben lang. Sie haften mit Ihrem gesamten Vermögen, auch dem zukünftigen. Dagegen sichert Sie eine private Haftpflichtversicherung ab, denn sie übernimmt alle Schadenersatzansprüche. Und das sogar, wenn Sie die erforderliche Sorgfalt außer Acht gelassen haben.

Als Selbstständiger sollten Sie außerdem über eine Berufs- und Betriebshaftpflicht nachdenken. Mehr dazu erfahren Sie in der Broschüre *Mehr Sicherheit für Betriebe und Freiberufler* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

**DIE PRIVATE UNFALL-  
VERSICHERUNG**

Für die finanziellen Folgen von Unfällen, die Ihnen während der Arbeit oder auf dem Weg von und zu Ihrer Arbeitsstelle passieren, gibt es zwar gesetzlichen Schutz. Doch bereits ein kleiner Umweg – etwa zur Bank oder am Kindergarten vorbei – kann dazu führen, dass die Versicherung nicht mehr greift.

Auch beim Freizeitsport sichert die gesetzliche Unfallversicherung Sie nicht ab. Und das Gleiche gilt für die Hausarbeit. Dabei ist gerade dort das Verletzungsrisiko hoch. Eine private Unfallversicherung empfiehlt sich daher auch für Hausfrauen und -männer.

Sie kommt für die Folgen eines Unglücks auf: beispielsweise für den behindertengerechten Umbau der Wohnung oder teures Pflegepersonal. Die private Unfallversicherung gilt weltweit und rund um die Uhr. Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre *Die Unfallversicherung – Ihr Schutz für alle Fälle* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

**DIE KRANKENTAGEGELD-  
VERSICHERUNG**

Selbstständige brauchen auf jeden Fall eine Krankentagegeldversicherung. Denn wenn sie krank werden, haben sie in der Regel auch kein Einkommen mehr. Die Krankentagegeldversicherung fängt diese Verdienstauffälle auf. Der Versicherte erhält das Geld im Falle einer Krankheit – ganz gleich, ob er zu Hause oder im Krankenhaus behandelt wird. Nähere Informationen zu den für Selbstständige relevanten Versicherungen finden Sie in der Broschüre *Mehr Sicherheit für Betriebe und Freiberufler* aus der Reihe Versicherungen klipp + klar.

Folgende Broschüren der Reihe „ZUKUNFT klipp + klar“ können über die **Hotline 08 00/742 43 75** oder über die Website **www.klipp-und-klar.de** bestellt werden:

- | **Jetzt geht's los**  
Tipps und Infos für Schulabgänger
- | **Startklar**  
Tipps und Infos für Uni-Absolventen
- | **Aufbruch**  
Tipps und Infos für Existenzgründer
- | **Einzelausgabe**  
Tipps und Infos für Singles
- | **Zeit zu zweit**  
Tipps und Infos für Paare
- | **Menschenkinder**  
Tipps und Infos für Eltern
- | **Fortschritt**  
Tipps und Infos für Berufsausstieger

Aus der Reihe „Versicherungen klipp + klar“ können Sie folgende Broschüren bestellen:

- | Sozial- und Individualversicherung in Deutschland  
**Versicherungen – staatlich und privat**
- | Mehr Sicherheit für Betriebe und Freiberufler  
**Versicherungen für Selbstständige**
- | Sicherheit für ein langes Leben  
**Die neue Rente**
- | Vorsorgen mit staatlichen Zulagen  
**Die Riester-Rente**
- | Vorsorgen mit steuerlicher Förderung  
**Die Basisrente**
- | Attraktiv für Arbeitgeber und Arbeitnehmer  
**Die betriebliche Altersversorgung**
- | Altersvorsorge und Risikoschutz  
**Lebensversicherung – Ihre private Vorsorge**
- | Risikoschutz und Existenzsicherung  
**Die private Berufsunfähigkeitsversicherung**
- | Mit Sicherheit zum Eigenheim  
**Versicherungen für Bauherren**
- | Einbruchschutz für Haus und Wohnung  
**Sicher ist sicher**
- | Recht gehabt und auch bekommen  
**Im Streitfall hilft die Rechtsschutzversicherung**
- | Richtig versichert in den Urlaub  
**Reisen ohne Risiko**
- | Gut gesichert Gutes tun  
**Sicherheit im Ehrenamt**
- | Vorsehen statt Nachsehen  
**Die Unfallversicherung – Ihr Schutz für alle Fälle**
- | Leichtsinn und Missgeschick  
**Private Haftpflichtversicherung – für den Schaden geradestehen**
- | Gut abgesichert unterwegs  
**Versicherungen rund ums Auto**



ZUKUNFT KLIPP + KLAR

Informationszentrum der deutschen Versicherer

**ZUKUNFT**  
*klipp+klar*