

HEYNE <

Thomas Rosky studierte Philosophie, Archäologie und Kunstgeschichte in Trier, Freiburg und Madrid. Nach der Promotion arbeitete er in einer Literaturagentur, bevor er sich selbstständig machte. Seit vielen Jahren ist er als Autor und Lektor von Ratgebern und Sachbüchern tätig. Seine Themenschwerpunkte liegen in den Bereichen Gesellschaft, Psychologie und Kultur.

Thomas Rosky

Hartz IV

Alles, was Sie
wissen müssen

So setzen Sie Ihre Ansprüche durch

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Der Nachdruck des Textes von Reinhard Tausch erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH aus dem Buch: Reinhard Tausch, »Hilfen bei Stress und Belastung. Was wir für unsere Gesundheit tun können.« Copyright © 1993/1996

Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH, Reinbeck bei Hamburg

Die im Text erwähnten Namen *ebay* und *PayPal* sind eingetragene Markenzeichen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Taschenbucherstausgabe 03/2016

Copyright © 2016 by Wilhelm Heyne Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie Werbeagentur, Zürich

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-453-60349-3

www.heyne.de

»Jeder Mensch hat das Recht auf Arbeit,
auf freie Berufswahl, auf angemessene
und befriedigende Arbeitsbedingungen
sowie auf Schutz gegen Arbeitslosigkeit.«

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, Art. 23,1

Inhalt

Einführung	13
Meinungen und Kommentare zu Hartz IV	23
Hartz IV und die neue Grundsicherung	27
Wer hat Anspruch auf Arbeitslosengeld II (ALG II)?	28
Was heißt »erwerbsfähig«?	28
Was heißt »hilfebedürftig«?	29
Wer gehört denn nun konkret zum berechtigten Personenkreis?	30
Wer ist vom Bezug der Hartz-IV-Leistungen grundsätzlich ausgeschlossen?	32
Die »Bedarfsgemeinschaft« – ein zentraler Begriff im SGB II	33
Die sogenannte »Einstehensgemeinschaft«	34
Was ist eine Haushaltsgemeinschaft?	36
Bedarfs-, Haushalts- und Wohngemeinschaften	37
Wer bekommt wie viel?	41
Die Regelleistung	41
Was zur Regelleistung hinzukommt	43
<i>Leistungen für Unterkunft und Heizung</i>	44
<i>Leistungen für Mehrbedarfe bei Lebensunterhalt und Ernährung</i>	57
<i>Leistungen für einmaligen Bedarf</i>	62
<i>Bildungspaket für Kinder und Jugendliche</i>	63

<i>Kranken- und Pflegeversicherung</i>	64
<i>Rentenversicherung</i>	65
<i>Mögliche Leistungen in Form von Darlehen</i>	66
Wie Sie Ihr Einkommen und Vermögen sichern und Freibeträge nutzen	70
Was gilt als Einkommen, was als Vermögen?	71
<i>Was zum Einkommen zählt</i>	71
<i>Was u.a. nicht zum Einkommen gehört</i>	71
<i>Was zum Vermögen zählt</i>	74
Welche Freibeträge stehen Ihnen zu?	77
Vermögensfreibeträge	85
Weitere Freibeträge	86
Haushaltseinkommen mit ALG II: Musterrechnungen	88
Der Antrag auf ALG II	94
Wo Sie den Antrag erhalten	94
Was Sie vorab beachten sollten	96
So füllen Sie den Antrag auf ALG II (richtig) aus	102
<i>Persönliche Daten des Antragstellers/der Antragstellerin</i>	103
<i>Persönliche Verhältnisse der mit dem Antragsteller/der Antragstellerin in einer Bedarfsgemeinschaft lebenden weiteren Personen</i>	106
<i>Leistungen für besondere Mehrbedarfe</i>	108
<i>Einkommensverhältnisse des Antragstellers/der Antragstellerin und der in der Bedarfsgemeinschaft lebenden Personen</i>	109

<i>Vermögensverhältnisse des Antragstellers/der Antragstellerin und der in der Bedarfsgemeinschaft lebenden</i>	
<i>Personen</i>	110
<i>Vorrangige Ansprüche</i>	112
<i>Ansprüche gegenüber Dritten</i>	113
<i>Angaben zur Sozialversicherung</i>	114
<i>Wohnverhältnisse bzw. angemessene Kosten für Unterkunft und Heizung</i>	115
<i>Angaben überprüfen und unterschreiben</i>	116
Was kann ich von der Behörde erwarten, was erwartet die Behörde von mir?	117
Schwarz auf weiß – die Eingliederungsvereinbarung ...	119
<i>Einige Maßnahmen im Detail</i>	122
Eine unselige Pflicht: Sie müssen jede zumutbare Arbeit annehmen!	125
Sonderfall: Ein-Euro-Jobs	127
Leistungskürzungen	130
Wie Sie sich wehren können	134
Der Widerspruch	134
<i>Beantragen Sie eine einstweilige Anordnung</i>	135
Der nächste Schritt – die Klage	136
Hartz IV: die wichtigsten Begriffe von A bis Z	139
Die Situation des Hartz-IV-Empfängers	151
Trotzdem fit bleiben – was Sie tun können	157
Nutzen Sie die Energien, die in Ihnen stecken	170

Hilfen bei Stress und Belastung	
Was wir für unsere Gesundheit tun können	175
Weiterführende Literatur zum mentalen Training:	180
Tipps für den kleinen Geldbeutel	185
Das soziale Konzept der »Tafel«	185
<i>Wie die »Tafeln« entstanden</i>	<i>186</i>
<i>Entwicklung der »Tafel«</i>	<i>187</i>
<i>Organisation und Finanzierung der »Tafel«</i>	<i>189</i>
Kleiderkammern	190
Günstig kaufen und verkaufen im Internet –	
eine kurze Einführung in eBay	192
<i>Voraussetzungen</i>	<i>193</i>
<i>Anmeldung</i>	<i>193</i>
<i>Einloggen/Ausloggen</i>	<i>194</i>
<i>Auktionen verwalten mit »Mein eBay«</i>	<i>194</i>
<i>Auf einen Artikel bieten und kaufen</i>	<i>195</i>
<i>Einen Artikel verkaufen</i>	<i>201</i>
Anhang	205
Musterbriefe	206
Literaturhinweise und -empfehlungen	219
Informationen der Bundesagentur	220
Nützliche Internetadressen	220
Gerichtsurteile zu Hartz IV	221
Von A bis Z	222

Interviews mit Betroffenen

Für dieses Buch wurden mündlich und per E-Mail mehrere Interviews mit Hartz-IV-Betroffenen geführt, aus denen im Text zitiert wird. Im kompletten Wortlaut sind die Interviews auf den nachstehend genannten Seiten zu finden.

Interview mit Fred K., 45 Jahre alt, ausgebildeter Industriekaufmann	39
Interview mit Claudia M., 28 Jahre alt, Grafikerin	67
Interview mit Susanne K., 27 Jahre alt, ehemalige Hartz-IV-Empfängerin	144
Interview mit Natascha W., 23 Jahre alt, Hartz-IV-Empfängerin	166

Einführung

Für mittlerweile rund sechs Millionen Menschen in Deutschland ist es zur alltäglichen Realität geworden: das Leben mit Hartz IV. Vor mehr als zehn Jahren, am 1.1.2005 trat es in Kraft, das »Vierte Gesetz für moderne Dienstleistungen am Arbeitsmarkt«, das bis heute nicht nur von Gewerkschaften und Wohlfahrtsverbänden heftigst kritisiert und bekämpft wird.

Das auch unter Ökonomen umstrittene Gesetz hat die Ungleichheit weiter verstärkt und zu sozialer Benachteiligung, ja zum Anstieg der Armut in Deutschland geführt, sagen die Kritiker. Doch durch Druck die Bereitschaft zu arbeiten – gerade auch im Hinblick auf die schwer vermittelbaren Langzeitarbeitslosen – weiter zu erhöhen, war auch eines der Ziele der im Februar 2002 eingesetzten Kommission, der unter anderem Wirtschaftsmanager, Politiker, Sozialwissenschaftler und Gewerkschaftsführer angehörten.

Diese sogenannte Hartz-Kommission unter Vorsitz von Peter Hartz sollte Vorschläge ausarbeiten, um die bis dahin so behäbige Bundesanstalt für Arbeit zu reformieren und die Arbeitsmarktpolitik effizienter zu gestalten. Ob dies gelungen ist, darf zumindest bezweifelt werden. Seit Inkrafttreten des Hartz-IV-Gesetzes wurde das Gesetz unzählige Male geändert und ergänzt, sodass nicht nur die Leistungsempfänger, sondern auch die Mitarbeiter der Arbeitsagenturen und Kommunen, die ständig neu geschult werden müssen, bisweilen schon einmal den Überblick verlieren. Die Sozialgerichte mussten zusätzliches Personal einstellen, denn die Anzahl der wegen Hartz IV eingereichten Klagen lag zeitweise bei über 140 000 im Jahr.

Die bislang umfassendste Reform des Hartz-IV-Gesetzes wurde ausgelöst durch ein Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 9. Februar 2010. Es erklärte die Berechnung der Hartz-IV-Sätze für verfassungswidrig und verlangte eine komplette Neukalkulation. Die Richter kritisierten, dass die Berechnung der Regelsätze nicht transparent genug und insbesondere die Sätze für Kinder nicht nachvollziehbar seien.

Ende März 2011 beschloss die Bundesregierung eine Neuregelung und Erhöhung der Regelsätze sowie ein umfassendes Bildungspaket für Kinder und Jugendliche. Diese Neuregelungen sowie alle aktuellen Änderungen des Hartz-IV-Gesetzes der letzten Jahre sind in dieses Buch eingeflossen, das Sie umfassend und auf dem neuesten Stand informiert und berät.

Gesetzliche Grundlagen

Die Einführung von Hartz IV steht für den bisher größten und umstrittensten Umbau des Sozialstaats in der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland. Dafür wurde eigens ein neues Sozialgesetzbuch geschaffen: das SGB II (die sogenannte Grundsicherung für Arbeitssuchende). In dieser »Grundsicherung für Arbeitssuchende« wurden Arbeitslosenhilfe und Sozialhilfe zusammengelegt. Für all diejenigen, die zwischen 15 und 65 Jahre alt und hilfebedürftig und erwerbsfähig sind, ist diese Grundsicherung gedacht. Sie alle haben Anspruch auf das Arbeitslosengeld II (ALG II) – allerdings nur in Höhe der bisherigen Sozialhilfe. Hilfebedürftige, die als nicht erwerbsfähig gelten und ihren Lebensunterhalt nicht ohne Hilfe bestreiten können, haben grundsätzlich Anspruch auf Leistungen nach SGB XII (Sozialhilfe): auf »Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung« oder auf »Hilfe zum Lebensunterhalt« (siehe Seite 29). Noch etwas hat sich entscheidend geändert:

Hatte man früher einen eher zwanglosen Draht zum Arbeitsamt und den dortigen Sachbearbeitern, wird einem heute mit härtesten Sanktionen gedroht, wenn man eine »zumutbare« Arbeit nicht annimmt. Man nennt das: »die Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt erleichtern«. Hauptsache, man arbeitet irgendetwas, das ist gut für die Statistik, denn so sinken die Arbeitslosenzahlen – und das wiederum ist gut für die Politiker. Dabei haben sich Hartz-Kommission und Bundesregierung, was die Zumutbarkeitsregel betrifft, an den Reformen in anderen europäischen Ländern (z.B. in Großbritannien, Dänemark und Österreich) orientiert.

Der Fallmanager

Auch die Sachbearbeiter werden stärker in die Mangel genommen. Sie sollen plötzlich alle – von heute auf morgen – zu kompetenten »Fallmanagern« geworden sein, die jeden einzelnen Arbeitslosen individuell beraten. Jeder Arbeitslose hat von nun an einen solchen »persönlichen Ansprechpartner« (im Behördenjargon kurz »pAp« genannt), der ihn regelmäßig betreut, auch bei persönlichen und sozialen Problemen, die ihn daran hindern, einen Job zu finden. Weil das so zeitaufwendig ist, hat die Behörde, die sich heute Arbeitsagentur nennt, beschlossen, dass sich ein Ansprechpartner in Zukunft um etwa 75–150 Kunden kümmert, im Gegensatz zu früher, wo ein Vermittler für etwa 800 Arbeitssuchende zuständig war.

Der Fallmanager ist also nicht nur Sachbearbeiter, er sollte möglichst auch über pädagogische und psychologische Fähigkeiten verfügen. Was eigentlich auch schon früher im günstigsten, aber seltensten Falle so war. Ich erinnere mich beispielsweise an meinen damaligen Arbeitsberater, der mir mit seiner Ironie, Schnoddrigkeit und Einfühlung sehr imponiert, mich nachhaltig positiv beeinflusst und mich angetrieben hat,

meine Fähigkeiten und Talente doch endlich zu nutzen. Es ist die menschliche Komponente in einer solchen Beziehung, die einem weiterhilft.

Der heutige Fallmanager, der das von oben vorgegebene Prinzip des »Förderns und Forderns« verinnerlicht hat, sitzt natürlich von vornherein am längeren Hebel. Das Androhen verschärfter Sanktionen und eine stärkere Kontrolle Ihrer Jobsuche geben ihm leider auch ein gewisses autoritäres Image, was eine vertrauensvolle, ehrliche Beziehung nicht unbedingt fördert.

Das heißt nicht, dass Sie sich gegen Ihrer Meinung nach unzumutbare Jobzuweisungen nicht auch wehren können. Ganz im Gegenteil, es wird Ihrem Selbstbewusstsein guttun, wenn Sie einen eigenen Standpunkt vertreten und begründen. Schließlich suchen *Sie* eine Arbeit, nicht Ihr Arbeitsberater.

Gründe der Arbeitslosigkeit

Die Gründe für ein Abrutschen in die Arbeitslosigkeit sind vielfältig, angefangen von der 37-jährigen ehemals erfolgreichen Existenzgründerin, die durch die Insolvenz und Zahlungsunfähigkeit eines ihrer wichtigsten Auftraggeber tief in die roten Zahlen geriet und aufgeben musste, über den Jugendlichen, der nach seiner Ausbildung keinen adäquaten Arbeitsplatz findet, bis hin zum heute 55-Jährigen, der einer Massenentlassung seiner Firma zum Opfer fiel, aufgrund seines Alters schwer vermittelbar war und seit mittlerweile fünf Jahren arbeitslos ist. Die Gründe der Arbeitslosigkeit sind komplexer Natur, und viele Arbeitslose sind unverschuldet in diese Situation geraten und bemühen sich nach Kräften, eine Arbeit zu finden. Kein Hartz-IV-Empfänger ist glücklich mit sich und seiner Lage. Und Hartz IV kann jeden treffen. Unsere Arbeitswelt ist im Umbruch. Lebenslange Beschäfti-

gungsverhältnisse in ein und derselben Firma sind mittlerweile eine Ausnahme. Ein Arbeitsleben ohne Brüche und Überbrückungsphasen wird es in Zukunft kaum noch geben.

Wie bedrückend diese Situation sein kann, und wie sehr es einen Menschen belastet, bei 404 Euro im Monat – so hoch ist der Regelsatz des ALG II – jeden Euro zu zählen, um einigermaßen zu überleben, das kann natürlich nur jemand nachempfinden, der selbst schon einmal längere Zeit in einer solchen Lage war. Alle anderen, insbesondere Politiker, die Arbeitslosigkeit und finanzielle Not nur aus der Theorie kennen und ein monatliches Einkommen von 14 000 Euro beziehen, sollten ihre Worte wägen.

Psychologische Aspekte

Sehr wahrscheinlich werden Sie sich als Hartz-IV-Empfänger manchmal auch selbst bemitleiden, zu Selbstzweifeln neigen und sich vielleicht sogar Vorwürfe machen, die Situation selbst verschuldet zu haben. Das ist eine normale Reaktion, und das geht den allermeisten Ihrer Leidensgenossen genauso. Doch gilt es – und dazu soll dieses Buch Sie anregen und motivieren –, sich selbst wieder zu vertrauen und die Initiative über das eigene Leben zu behalten bzw. zurückzugewinnen. Gehen Sie in die Offensive, nicht nur, was das Leben mit Hartz IV, sondern auch, was die Jobsuche angeht. Sehen Sie Ihre Arbeitslosigkeit positiv, als Chance, neu anzufangen. Werden Sie offensiv, was Ihr schmales Salär angeht. Stehen Sie dazu. »Armut drückt zwar, aber schändet nicht«, besagt ein deutsches Sprichwort. Dennoch ist ein leerer Geldbeutel eines der größten gesellschaftlichen Tabus. Darüber wird nicht gern gesprochen – als wäre es eine ansteckende Krankheit. Nutzen Sie frohen Mutes und guten Gewissens die Angebote der Tafel oder der Caritas, falls Sie mit dem Regelsatz nicht auskom-

men. Für welche Bedarfe Sie neben dem Regelsatz zusätzliche Gelder beantragen können, erfahren Sie in diesem Buch.

Nutzen Sie Ihre freie Zeit (endlich haben Sie einmal Zeit nur für sich!), um sich ernsthaft Gedanken über ihre Stärken und Fähigkeiten zu machen, denn die haben Sie zweifellos. Hören Sie in erster Linie auf sich, und nicht auf das, was andere Ihnen raten. Was wollen Sie selbst, was erwarten und erhoffen Sie sich vom Leben? Gehen Sie aktiv und zielstrebig Tätigkeiten nach, die Sie wirklich interessieren, auch wenn Sie vielleicht im Moment kein Geld damit verdienen. Mehr über diese sogenannte intrinsische Motivation, die das Leben so lebenswert macht, erfahren Sie im hinteren Teil dieses Buches (ab Seite 162).

Aber auch wenn Sie regelrecht entmutigt sind (Ihr Selbstbewusstsein ist im Keller), scheuen Sie sich nicht davor, Ihre Verfassung so zu sehen, wie sie ist. Reden Sie darüber mit Ihrem »Fallmanager«, und lassen Sie sich helfen, wenn nötig auch mit Hilfe einer Verhaltenstherapie oder einer Selbsthilfegruppe. Dazu haben Sie das Recht. Der Fallmanager ist Ihnen gegenüber verpflichtet, Sie auch bei persönlichen Problemen, die Sie bei der Arbeitssuche behindern, umfassend zu unterstützen und Ihnen weiterzuhelfen. Aber behalten Sie sich vor, sich die Gruppe oder den Therapeuten auszusuchen. Sie brauchen eine wohlwollende und Ihnen guttuende Atmosphäre, um ein Vertrauensverhältnis aufzubauen und sich weiterzuentwickeln.

Was bringt Hartz IV?

Ob Hartz IV eine positive Wirkung auf die Arbeitsmarktsituation hat, ist bis heute unklar. Es steht außer Frage, dass einige Menschen einen gewissen Druck von außen brauchen, um sich zu regen. Es gibt allerdings auch solche, die darauf kontraproduktiv reagieren, was nichts mit einem schlechten Charakter, sondern mit Eigenständigkeit zu tun hat. Doch hohe

Arbeitslosigkeit ist natürlich in erster Linie auf die Arbeitsmarktlage und nicht auf die mangelnde Leistungsbereitschaft oder Arbeitsmoral der Arbeitssuchenden zurückzuführen. Wie unausgegoren die Hartz-IV-Reform ist, zeigen die nachträglich vorgenommenen Änderungen, die zahlreichen Urteile der verschiedenen Sozialgerichte und die mager ausfallende Bilanz der Ein-Euro-Jobs, die zeitgleich mit Hartz IV eingeführt worden sind. So musste die Bundesagentur für Arbeit inzwischen eingestehen, dass die gemeinnützigen Ein-Euro-Jobs nur sehr selten zu einer dauerhaften neuen Arbeit verhelfen. Von Eingliederung in den Arbeitsmarkt kann also keine Rede sein. Und nicht nur die Gewerkschaften bemängeln die verschärften Zumutbarkeitskriterien der Bundesagentur, die Langzeitarbeitslose dazu verpflichten, selbst sehr niedrig bezahlte Arbeit weit unterhalb ihrer Qualifikation »zu fast jedem Preis« anzunehmen. Die Bilanz der Arbeitsmarktrefor- men, auch über zehn Jahre nach Einführung von Hartz IV, fällt immer noch gemischt aus. Während Politik und Wirtschaft den wirtschaftlichen Aufschwung und die verbesserte Beschäftigungslage direkt auf die Wirkung der Hartz-IV-Reform zurückführen, sind die Kritiker der Meinung, für diesen Kausalzusammenhang fehlten eindeutige Belege.

In einer Analyse kommt der DGB zu dem Schluss, dass »die Chancen für Hartz-IV-Empfänger am Arbeitsmarkt weiterhin sehr ungünstig« sind und es nicht gelungen sei, die Zahl der auf Hilfen zur Sicherung des Existenzminimums angewiesenen Menschen spürbar zu reduzieren (DGB-Analyse »Zehn Jahre Hartz IV: Ein Grund zum Feiern?«, 25.12.2014, www.dgb.de).

Für ein neues Verständnis von Arbeit

Wir wissen nicht, wie sich die Situation auf dem Arbeitsmarkt weiterentwickeln wird. Doch mit Übergangslösungen ist kei-

nem Hartz-IV-Empfänger wirklich gedient. Es geht darum, langfristig einen befriedigenden Job zu finden, der zu den eigenen Fähigkeiten passt. Auch wenn es notwendig sein wird, im Moment einer Übergangslösung zuzustimmen – entscheidend ist ein grundsätzliches Nachdenken über Arbeit, nicht nur vonseiten der Behörden, sondern auch vonseiten des Arbeitssuchenden. Arbeit und Zufriedenheit dürfen sich nicht ausschließen. Ganz im Gegenteil. Nur die Arbeit, in der man aufgeht und die man gerne tut, führt zu einem wirklich lebenswerten Leben. Arbeit hat elementare Bedeutung für die eigene Identität und das Selbstwertgefühl. Wie diese Arbeit aussieht, welche Voraussetzungen sie hat, auch darüber gibt dieses Buch Auskunft. In einem Gespräch mit dem Münchner Psychoanalytiker Dr. Rolf Schmidts gehe ich der Frage nach, was Arbeitslosigkeit in psychologischer Hinsicht bedeutet und welche Rolle Motivation und soziale Vernetzung spielen, um gesund zu bleiben. Auch praktische Tipps und Anregungen zur Erkennung der eigenen Fähigkeiten und der jedem innewohnenden Kreativität werden nicht fehlen. Man kann selbst etwas tun, um seine Situation zu verbessern!

Und warum nicht von erfolgreichen Menschen lernen? Genauso wie man von den über 100-Jährigen etwas über Gesundheit lernen kann, so kann man auch von erfolgreichen Menschen etwas über Erfolg lernen. Interessant ist, dass alle diese Menschen die Rolle der Leidenschaft betonen. Ihre übereinstimmende Empfehlung: »Wähle einen Beruf, den du liebst und der dir etwas bedeutet. Dann hast du auch Erfolg«, sollte Politiker und Fallmanager zum Nachdenken bringen (siehe dazu auch das Kapitel *Nutzen Sie die Energien, die in Ihnen stecken*). Es kann durchaus dauern, bis man diesen Beruf gefunden hat. Viele große Karrieren sind nicht geradlinig verlaufen. Der Regisseur Robert Altman hat als Hundetätowierer angefangen,

Joanne K. Rowling, die Autorin von *Harry Potter*, hat fünf lange Jahre von Sozialhilfe gelebt, bevor ihr mit einer Erzählung, die sie eigentlich nur für ihren fünfjährigen Sohn geschrieben hatte, der Durchbruch gelang. Mein Großvater erzählte mir als Kind immer voller Stolz von einem großen Fabrikator, das er als Schlosser gefertigt hatte und für das er sehr viel Anerkennung erhielt. Auch das ist eine Erfolgsgeschichte, und auch sie hat mit Leidenschaft zu tun. Es gab und gibt auch in Ihrem Leben Situationen, in denen Sie Lob und Anerkennung für eine Leistung empfangen haben. Erinnern und vergegenwärtigen Sie sich diese Momente – auch wenn sie vielleicht schon länger zurückliegen. Hier sollten Sie anknüpfen. Fähigkeiten und Talente wollen trainiert werden. Positive Imaginationen sind ganz wichtig, um wieder Tritt zu fassen und offensiv zu werden. Es gibt sehr verschiedene Wege, dieses Ziel zu erreichen und sich selbst zu motivieren. Um Ihnen eine Auswahl zu bieten, lasse ich zu diesem Thema zwei Experten mit ganz unterschiedlichen Ansätzen zu Wort kommen: den Unternehmer Georg Kiefner und den Psychologen Reinhard Tausch.

Was leistet dieses Buch?

Dieses Buch will Sie in verständlicher Weise durch den Hartz-IV-Dschungel führen. Es soll Ihnen zeigen, welche Ansprüche Sie haben, welche Leistungen Ihnen konkret zustehen und wie Sie sie durchsetzen können. Es soll Ihnen auch zu einem souveränen, selbstbewussten Umgang mit den Behörden verhelfen. Detaillierte Tipps und Hinweise werden Sie dabei unterstützen, den über 20-seitigen Antrag auf ALG II auszufüllen. Das Leben mit Hartz IV ist nicht auf den Umgang mit der Arbeitsagentur beschränkt. Es erwarten Sie Tipps und Anregungen zur Jobsuche und Hinweise, wie Sie auch mit knapper Kasse gut leben können.