Grundsicherungsgeld > Umfang und Höhe

Das Wichtigste in Kürze

Das Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) soll das menschenwürdige Existenzminimum abdecken. Als Bedarfe werden unter anderem eine Pauschale für den Lebensunterhalt, der sog. Regelsatz, angemessene Kosten der Unterkunft und Heizung und etwaige Mehrbedarfe berücksichtigt. Zusätzlich gibt es Leistungen für Bildung und Teilhabe und in vielen Fällen werden die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung übernommen. Bei der Berechnung des Anspruchs auf Grundsicherungsgeld werden anrechenbares Einkommen und Vermögen berücksichtigt.

Berechnung des Grundsicherungsgelds

Die Höhe des Grundsicherungsgelds wird so berechnet, dass zunächst die **Bedarfe** der sog. Bedarfsgemeinschaft ausgerechnet werden. Davon werden dann die anrechenbaren **Einkommen** und **Vermögen** der Menschen in der Bedarfsgemeinschaft abgezogen. Näheres unter Grundsicherungsgeld > Einkommen und Vermögen.

Das Grundsicherungsgeld kann gekürzt werden. Die Kürzungen heißen Leistungsminderungen. Sie betragen 30 % des sog. Regelsatzes und werden eingesetzt, wenn Termine beim Jobcenter nicht wahrgenommen oder bestimmte Pflichten verletzt werden. Beispiele für Pflichten sind die Teilnahme an einem Bewerbungstraining, ein 1-€-Job oder der Nachweis einer individuell vom Jobcenter festgelegten Anzahl von Bewerbungen.

Der Anspruch auf den Regelsatz entfällt unter Umständen komplett, solange eine konkret verfügbare Arbeit verweigert wird. Es besteht dann aber weiterhin ein Anspruch auf Leistungen für die Kosten der Unterkunft.

Näheres unter Grundsicherungsgeld > Kooperationsplan und Leistungsminderungen.

Bei sog. fehlender Mitwirkung oder fehlender Erreichbarkeit wird ggf. auch das gesamte Grundsicherungsgeld einschließlich der Kosten der Unterkunft gestrichen. Fehlende Mitwirkung liegt z.B. vor, wenn Kontoauszüge nicht rechtzeitig eingereicht werden. Fehlende Erreichbarkeit liegt unter anderem vor, wenn sich eine Person zu weit vom Jobcenter entfernt aufhält oder wenn 3 Termine nicht wahrgenommen wurden.

Umfang des Grundsicherungsgelds

Als Bedarfe werden berücksichtigt:

- Regelbedarfe (= Pauschale für den Lebensbedarf), Näheres unter Regelsätze
- Kosten der Unterkunft und Heizung (KDU) für eine Mietwohnung, selbstbewohnte Eigentumswohnung oder ein selbstbewohntes eigenes Haus
- Beiträge zur gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung
- Bedarf für Bildung und Teilhabe von Kindern und Jugendlichen (BuT), Näheres unter Teilhabe- und Bildungspaket
- Mehrbedarfe in besonderen Lebenssituationen, z.B. für Alleinerziehende oder bei kostenaufwändiger Ernährung
- Einmalige Bedarfe, z.B. für die Erstausstattung nach der Geburt eines Kindes oder bei Bezug der ersten Wohnung

Wie hoch ist das Grundsicherungsgeld?

Die Höhe des Grundsicherungsgelds hängt von den Umständen des Einzelfalls ab, z.B.

- von der Zahl der Menschen in der sog. Bedarfsgemeinschaft.
- vom Alter der Menschen in der Bedarfsgemeinschaft.
- vom anrechenbaren Einkommen und Vermögen, Näheres unter Grundsicherungsgeld > Einkommen und Vermögen.
- von den üblichen Wohnkosten am jeweiligen Wohnort und den konkreten tatsächlichen Kosten der Unterkunft, z.B. fällt das Grundsicherungsgeld in München oder Hamburg deutlich höher aus als in Chemnitz oder Plauen, weil die Mieten dort sehr viel niedriger sind.

Das Grundsicherungsgeld ist so hoch wie die Sozialhilfe. Nur die Einkommensfreibeträge sind höher. Das Sozialamt stockt das Grundsicherungsgeld **nicht** auf, auch nicht bei sog. Leistungsminderungen. Näheres unter Grundsicherungsgeld > Kooperationsplan und Leistungsminderungen.

Wenn die Kosten der Unterkunft bestimmte örtlich festgelegte Grenzen überschreiten, müssen Empfänger von Grundsicherungsgeld sie senken z.B. durch Umzug oder Vermietung. Ansonsten werden in der Regel nach 6 Monaten nur noch die **angemessenen** Kosten der Unterkunft als Bedarf berücksichtigt. Näheres unter Kosten der Unterkunft > Angemessenheit.

Im 1. Jahr mit Grundsicherungsgeld, der sog. Karenzzeit, sind höhere Leistungen möglich, weil in dieser Zeit unter Umständen bis zu 1,5

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

mal so hohe Kosten der Unterkunft berücksichtigt werden können wie danach. Näheres unter Grundsicherungsgeld > Karenzzeit.

Regelsätze

Die pauschalierten **Regelbedarfe** sollen den Großteil der Lebenshaltungskosten abdecken, insbesondere die Kosten für Ernährung, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Haushaltsenergie ohne Heizkosten (meist elektrischer Strom, teils Gas zum Kochen), Bedarfe des täglichen Lebens und Teilnahme am kulturellen Leben. Für die Regelbedarfe werden sog. **Regelsätze** festgesetzt.

Die Regelsätze werden jeden 1. Januar an die Preise für sog. **regelbedarfsrelevante** Güter und Dienstleistungen sowie die Entwicklung der Nettolöhne und Nettogehälter angepasst. Dabei können die Regelsätze nur steigen, nicht sinken. Wenn sich rechnerisch eine Senkung der Regelsätze ergeben würde, bleiben die Regelsätze so hoch wie zuvor.

Das Statistische Bundesamt ermittelt, wie sich die Preise, Löhne und Gehälter verändert haben. Dafür werden die regelbedarfsrelevanten Preise, Löhne und Gehälter der Monate April, Mai und Juni des vorletzten Jahres mit denen des letzten Jahres vor der Anpassung verglichen. Die Regelsätze werden dann so weit erhöht, als hätten die Preise, Löhne und Gehälter sich danach genauso stark weiter erhöht.

Diese Regelung soll vorausschauend sein, denn es ist verfassungswidrig, wenn die Regelsätze bei Preissteigerungen nicht schnell genug erhöht werden. Bei der hoher Inflation kann das nur durch vorausschauende Anpassungen gewährleistet werden.

Die folgenden seit dem 1.1.2024 geltenden Regelsätze gelten auch 2026:

Regel-bedarfsstufe	Regelsätze für	Höhe
1	Volljährige Alleinstehende oder Alleinerziehende	563 €
2	Volljährige Ehe- oder Lebenspartner in einer Bedarfsgemeinschaft jeweils	506 €
3	Volljährige in Einrichtungen (nach SGB XII) sowie nicht-erwerbstätige Erwachsene unter 25 Jahren im Haushalt der Eltern jeweils	451 €
4	Jugendliche vom 14. bis zum 18. Geburtstag jeweils	471 €
5	Kinder vom 6. bis zum 14. Geburtstag jeweils	390 €
6	Kinder bis zum 6. Geburtstag jeweils	357 €

Kosten der Unterkunft und Heizung

Welche Kosten das Jobcenter für eine Mietwohnung, Eigentumswohnung oder ein eigenes Haus übernimmt und was bei Umzügen gilt, steht unter Kosten der Unterkunft und Grundsicherungsgeld > Kosten der Unterkunft.

Wann die Kosten zu hoch sind und wann Empfänger von Grundsicherungsgeld deswegen z.B. umziehen oder einen Teil aus ihrem Regelsatz und / oder Schonvermögen bezahlen müssen, steht unter Kosten der Unterkunft > Angemessenheit.

Leistungen zur Bildung und Teilhabe

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die Grundsicherungsgeld bekommen, erhalten **Leistungen für Bildung und Teilhabe**, z.B. für den persönlichen Schulbedarf, die Fahrt zur Schule, für Schulausflüge und Klassenfahrten, Mittagsverpflegung, Lernförderung oder Beiträge zu Sportvereinen oder Musikunterricht. Näheres unter Teilhabe- und Bildungspaket.

Sozialversicherung

Krankenversicherung und Pflegeversicherung

Das Jobcenter übernimmt beim Bezug von Grundsicherungsgeld in vielen Fällen die Beiträge zur gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung. Wer Grundsicherungsgeld bezieht und nicht erwerbsfähig ist, z.B. Kinder und Jugendliche vor dem 15. Geburtstag, ist oft über die Familienversicherung kranken- und pflegeversichert.

Wer Grundsicherungsgeld bezieht und nicht gesetzlich krankenversichert ist, erhält die Kosten einer privaten Basis-Krankenversicherung voll erstattet. Die privaten Krankenkassen müssen ihren Versicherten einen Basistarif anbieten. Näheres unter Private Krankenversicherung > Basistarif.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Wer eigentlich seinen Lebensunterhalt sichern kann, aber wegen der Beitragszahlungen zu Kranken- und Pflegeversicherung hilfebedürftig wird, kann beim Jobcenter einen Zuschuss – maximal in Höhe des halben Basistarifs – beantragen.

Diesen Zuschuss erhalten auch Privatversicherte, die Grundsicherungsgeld beziehen und als Nicht-Erwerbsfähige **nicht** familienversichert sind.

Dass nur der halbe und nicht der ganze Basistarif als Zuschuss gewährt werden kann, liegt daran, dass Menschen mit Anspruch auf Grundsicherungsgeld oder Sozialhilfe nur die Hälfte des Basistarifs bezahlen müssen. Die Jobcenter tragen also die gesamten anfallenden Kosten für die Kranken- und Pflegeversicherung.

Freiwillig gesetzlich Versicherte können einen Zuschuss in Höhe ihres Beitrags für die Kranken- und Pflegeversicherung erhalten. Das gilt, wenn zu wenig Einkommen vorhanden ist, um die Beiträge als Freibetrag vom anzurechnenden Einkommen abziehen zu können.

Unfallversicherung

Leistungsbeziehende sind bei Terminen im Jobcenter sowie auf dem Hin- und Rückweg unfallversichert. Zudem sind sie unfallversichert, wenn sie an Terminen oder Maßnahmen teilnehmen, die vom Jobcenter veranlasst wurden. Das können z.B. Arztbesuche, Vorstellungsgespräche oder Maßnahmen zur Eingliederung in Arbeit sein.

Rentenversicherung

Beiträge zur Rentenversicherung werden nicht bezahlt, aber die Zeiten des Bezugs von Grundsicherungsgeld werden vom Jobcenter an die Rentenversicherung gemeldet. Dort wird geprüft, ob die Zeiten angerechnet werden. Deshalb ist es auch wichtig, sich bei Arbeitslosigkeit ohne Bezug von Arbeitslosengeld oder Grundsicherungsgeld bei der Agentur für Arbeit arbeitslos zu melden. Denn auch diese Zeiten können unter bestimmten Voraussetzungen als Anrechnungszeiten für die Rente gelten.

Mehrbedarfe

Der Mehrbedarf kommt bei bestimmten Zielgruppen zu den Regelleistungen der Tabelle (siehe oben) hinzu, z.B. bei Schwangeren, Alleinerziehenden, bestimmten Menschen mit Behinderungen oder bei kostenaufwendiger Ernährung. Näheres unter Mehrbedarfszuschläge.

Einmalige Leistungen

Einmalige Leistungen sind

- Erstausstattung für die Wohnung einschließlich Haushaltsgeräte,
- Erstausstattung für Bekleidung und Erstausstattung bei Schwangerschaft und Geburt und
- Anschaffung und Reparaturen von orthopädischen Schuhen, Reparaturen von therapeutischen Geräten und Ausrüstungen sowie die Miete von therapeutischen Geräten.

Näheres unter Sozialhilfe und Grundsicherungsgeld > Einmalige Leistungen.

- Bei Bezug von Grundsicherungsgeld werden Sie auf Antrag vom Rundfunkbeitrag befreit, Näheres unter Rundfunkbeitrag Befreiung Ermäßigung, und erhalten ggf. eine Telefongebührenermäßigung.
- Ihre Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts dürfen nicht gepfändet werden. Näheres zum automatischen Pfändungsschutz auf Ihrem Konto unter Basiskonto Pfändungsschutzkonto.

Praxistipp

Spezielle Informationen zum Grundsicherungsgeld erhalten Sie beim Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, Telefon: 030 221 911 003, Mo–Do 8–17 Uhr, Fr 8–12 Uhr.

Wer hilft weiter?

- Die Jobcenter sind zu Auskünften verpflichtet.
- Unabhängige Sozialberatung gibt es z.B. bei Vereinen, Verbänden oder Kirchen.

Verwandte Links

Grundsicherungsgeld

Grundsicherungsgeld > Einkommen und Vermögen

Grundsicherungsgeld > Kosten der Unterkunft

Grundsicherungsgeld > Kooperationsplan und Leistungsminderungen

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Rechtsgrundlagen: SGB II

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg