Sozialhilfe

Das Wichtigste in Kürze

Sozialhilfe umfasst hauptsächlich Leistungen für Menschen, die nicht erwerbsfähig und nicht in der Lage sind, für ihren Lebensunterhalt selbst aufzukommen. Sozialhilfeleistungen gibt es nur, wenn die hilfebedürftige Person den Bedarf für ihren Lebensunterhalt nicht bestreiten kann: weder selbst, noch durch Leistungen von Sozialversicherungsträgern, noch durch andere Sozialleistungen, noch durch die Hilfe von Dritten (z.B. Angehörigen), oder wenn ihr das nicht zuzumuten ist.

Wer mindestens 3 Stunden am Tag arbeiten kann und noch nicht im Rentenalter ist, hat **keinen** Anspruch auf Sozialhilfe, sondern auf Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld). Die Zahlungen sind aber gleich hoch.

Hinweis: Das Sozialamt darf Ihnen die Sozialhilfe nicht mit Verweis auf einen möglichen Anspruch auf Wohngeld verweigern, siehe Praxistipp unten.

Umfang

Die Sozialhilfe umfasst folgende Leistungen (§ 8 SGB XII)

- Hilfe zum Lebensunterhalt (§§ 27 ff. SGB XII)
  Wenn umgangssprachlich von "Sozialhilfe" gesprochen wird, ist meist die Hilfe zum Lebensunterhalt gemeint. Ihre Höhe errechnet sich aus den Regelsätzen plus weiteren Leistungen.
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (§§ 41 ff. SGB XII)
- Hilfen zur Gesundheit, siehe Gesundheitshilfe (§§ 47 ff. SGB XII)
- Hilfe zur Pflege (§§ 61 ff. SGB XII) (z.B. Hilfe zur häuslichen Pflege und Pflegegeld der Sozialhilfe)
- Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten (§§ 67 ff. SGB XII)
- Hilfe in anderen Lebenslagen (§§ 70 ff. SGB XII)

Sozialhilfe umfasst auch die jeweils notwendige Beratung und Unterstützung.

Seit 1.1.2020 ist die Eingliederungshilfe **nicht** mehr Teil der Sozialhilfe, sondern im SGB IX geregelt.

Krankenschutz und Zuzahlungen

Nicht krankenversicherte Sozialhilfeempfänger bekommen die gleichen Leistungen wie "Kassenpatienten". Näheres unter Gesundheitshilfe.

Sozialhilfeempfänger werden im Rahmen ihrer Belastungsgrenzen zu Zuzahlungen herangezogen. Näheres zur Befreiung von Zuzahlungen unter Zuzahlungsbefreiung Krankenversicherung und unter Zuzahlungsbefreiung für chronisch Kranke.

Art der Leistung

Die Leistungen der Sozialhilfe werden als Dienstleistung (insbesondere Beratung), Geldleistung oder Sachleistung erbracht. Die Geldleistung hat in der Regel Vorrang vor der Sachleistung und vor Gutscheinen, sofern die Gutscheine oder die Sachleistung nicht effektiver oder wirtschaftlicher sind oder Hilfeempfänger dies wünschen.

Beratung, Aktivierung und Stärkung der Selbsthilfe sollen darauf hinwirken, die Notlage zu überwinden.

Vorrang ambulant vor (teil-)stationär

In der Regel sollen die Leistungen der Sozialhilfe **ambulant** und so weit wie möglich außerhalb von Heimen gewährt werden. Dies gilt nur dann nicht, wenn eine geeignete (teil-)stationäre Hilfe zumutbar und eine ambulante Hilfe mit unverhältnismäßigen Mehrkosten verbunden ist. Vorrang vor stationären Leistungen haben in der Regel auch teilstationäre Hilfen.

Voraussetzungen für Sozialhilfe

Wer **nicht** in der Lage ist, aus eigenen Kräften und mit eigenen Mitteln seinen Lebensunterhalt zu bestreiten oder sich in besonderen Lebenslagen selbst zu helfen, hat unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Sozialhilfe.

Näheres zu Einkommen und Vermögen im Zusammenhang mit Leistungen der Sozialhilfe unter

- Sozialhilfe > Einkommen
  und

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

- Sozialhilfe > Vermögen.

Rechtsgrundlage für die Sozialhilfe ist das 12. Sozialgesetzbuch (SGB XII).

Hinweis: Menschen, die Sozialhilfe beziehen und noch nicht im Rentenalter sind, können in der Regel entweder weniger als 3 Stunden pro Tag arbeiten, oder sind z.B. in einer Werkstatt für behinderte Menschen tätig. Denn wer länger **unter den üblichen Bedingungen des allgemeinen Arbeitsmarkts** arbeiten kann, hat Anspruch auf die vorrangigen Leistungen nach dem SGB II, erhält also Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld).

Mitwirkungspflicht für Sozialhilfeempfänger

Sozialhilfeempfänger haben eine Mitwirkungspflicht, d.h. unter anderem:

- Sie müssen ihr Einkommen und Vermögen, bestimmte Ausgaben und diesbezügliche Änderungen angeben.
- Sie müssen zustimmen, dass andere Personen (z.B. Familienmitglieder, Banken, Ärzte, Sachverständige) dem Sozialamt Auskünfte geben, wenn es das verlangt.
- Sie müssen sich ärztlich und psychologisch untersuchen lassen, wenn das Sozialamt es verlangt und vorhandene Atteste und Bescheide zur Entscheidung nicht ausreichen.

Wenn Menschen diese Mitwirkungspflichten nicht einhalten, kann das Sozialamt ihnen die Leistungen ablehnen oder entziehen. Näheres unter Fehlende Mitwirkung.

Es gehört nicht zu den Mitwirkungspflichten, einen **Hausbesuch** durch Mitarbeitende oder Beauftragte des Sozialamts zu dulden. Diese können den Zutritt zur Wohnung auch nicht erzwingen, unabhängig davon, ob der Besuch angemeldet ist oder nicht.

Trotzdem kann es dazu kommen, dass Hilfebedürftige keine oder zu niedrige Leistungen bekommen, wenn sie einen Hausbesuch nicht dulden und deshalb ein für die Leistung erheblicher Umstand nicht geklärt werden kann. Im Zweifel müssen die Hilfebedürftigen nämlich die für sie günstigen Umstände beweisen. Wenn das ohne Hausbesuch nicht möglich ist, müssen sie zum Beweis den Hausbesuch dulden, nötigenfalls sogar unangekündigt, oder eine Kürzung oder Streichung der Leistungen hinnehmen.

Antrag auf Sozialhilfe

Für die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung ist ein Antrag beim Sozialamt erforderlich. Ansonsten ist **kein** Antrag nötig, sondern die Sozialhilfe setzt ein, sobald dem Träger der Sozialhilfe oder den von ihm beauftragten Stellen bekannt wird, dass die Voraussetzungen für die Leistung vorliegen. Es reicht also aus, wenn z.B. Nachbarn, Familienmitglieder oder der behandelnde Arzt mitteilen, dass eine Person Sozialhilfe benötigt.

Praxistipps zum Sozialhilfeantrag

- Sie können eine Vertrauensperson zu Terminen im Sozialamt mitnehmen, einen sog. "Beistand".
- Am einfachsten ist es, den Antrag vor Ort im Sozialamt zu stellen.
- Das Sozialamt kann die Voraussetzungen schneller prüfen, wenn Sie gleich bei der ersten Vorsprache folgende Unterlagen mitbringen:
    - Gültigen Personalausweis oder Pass
    - Mietvertrag
    - Kontoauszüge der letzten 3 Monate
    - Einkommensunterlagen, z.B. letzte Lohnbescheinigung, aktueller Renten-, Arbeitslosengeld-, Grundsicherungsgeld-, Bürgergeld-, Wohngeldbescheid, Unterhaltsurteil etc.
    - Bei neu eingetretener Arbeitslosigkeit: Kündigungsschreiben des Arbeitgebers und Nachweis der Arbeitslosenmeldung
    - Unterlagen über vorhandenes Vermögen, z.B. Sparbücher
    - Policen für Hausrat-, Glas-, Haftpflicht-, Unfall-, Lebens- und Sterbeversicherung
    - Nebenkostenabrechnung
    - Schwerbehindertenausweis, Mutterpass
    - Daten, Adressen und Einkommensnachweise der Ehegatten und Kinder
    - Bescheid der Pflegekasse über ihren Pflegegrad oder einen Nachweis, dass Sie Pflegeleistungen beantragt haben
    - Nachweis über etwaige Mietschulden oder Energieschulden (z.B. Stromschulden)

Nachrangigkeit und Unterhaltspflicht

Die Sozialhilfe ist gegenüber anderen Sozialleistungen **nachrangig**, egal ob es sich um beitragsfinanzierte Sozialversicherungsleistungen (z.B. Arbeitslosengeld oder Rente) oder steuerfinanzierte Sozialleistungen (z.B. Grundsicherungsgeld, Wohngeld oder BAföG) handelt. Das heißt: Sozialhilfe gibt es nur, wenn eine Person ihren Lebensunterhalt nicht aus diesen Leistungen sichern kann.

Manche Sozialleistungen können **neben** der Sozialhilfe bezogen werden, **ohne** von dieser abgezogen zu werden, z.B. Mutterschaftsgeld und Landespflegegeld, Näheres unter Sozialhilfe > Einkommen.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Die Sozialhilfe tritt auch **erst dann** ein, wenn die betroffene Person weder selbst noch mit Hilfe Dritter den Lebensunterhalt bestreiten kann, **oder** wenn ihr das nicht zuzumuten ist.

- Nicht zumutbar ist z.B., das komplette Vermögen aufzubrauchen, weshalb es ein sog. Schonvermögen gibt, z.B. ein selbstbewohntes Haus oder ein angemessenes Auto. Näheres unter Sozialhilfe > Vermögen.
- Bei Einkommen gibt es Freibeträge. Näheres unter Sozialhilfe > Einkommen.
- Erwerbseinkommen von Schülern, Studierenden und Auszubildenden sowie Aufwandsentschädigungen von Ehrenamtlichen werden oft nur teilweise oder gar nicht angerechnet. Näheres unter Sozialhilfe > Einkommen.

Bei der Sozialhilfe wird nicht nur das eigene Einkommen und Vermögen angerechnet, sondern auch das folgender Personen, **unabhängig** davon, ob sie der bedürftigen Person gegenüber unterhaltspflichtig sind oder nicht:

- Partner in einer eheähnlichen oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft
- Mitglieder der sog. Haushaltsgemeinschaft

Um Sozialhilfe bekommen zu können, müssen Hilfebedürftige **nicht** erst ihnen zustehende Unterhaltsansprüche (z.B. gegen Kinder, Eltern oder Ehegatten) geltend machen. Der Unterhalt wird nur dann auf die Sozialhilfe angerechnet, wenn er auch wirklich gezahlt wird. Wird er nicht gezahlt, kann das Sozialamt den Unterhalt aber unter Umständen in Höhe der Sozialhilfe von Unterhaltspflichtigen einfordern, insbesondere wenn es sich um Eltern und Kinder mit einem Jahreseinkommen ab 100.000 € handelt oder (auch bei niedrigerem Einkommen) um ehemalige bzw. derzeitige Ehe- oder eingetragene Lebenspartner (sog. Unterhaltsrückgriff). Näheres unter Unterhaltspflicht > Sozialhilfe und Grundsicherungsgeld.

Sonderregelungen

Für Schwangere und bei Kinderbetreuung bis zum 6. Lebensjahr

Das Einkommen und Vermögen der Eltern/des Elternteils bleiben **unberücksichtigt** bei

- einer Schwangeren, die bei ihren Eltern oder einem Elternteil lebt,
  oder
- einer Person, die ihr Kind bis zum vollendeten 6. Lebensjahr betreut und bei ihren Eltern oder einem Elternteil lebt.

Für Auszubildende

Informationen zur ausnahmsweise zu gewährenden Sozialhilfe während einer schulischen oder beruflichen Ausbildung oder einem Studium gibt es unter Auszubildende Sozialhilfe.

Für Ausländer und Deutsche im Ausland

Ausländer, die sich in Deutschland aufhalten, haben bei Bedürftigkeit Anspruch auf Hilfe zum Lebensunterhalt, Hilfe bei Krankheit einschließlich Hilfe vom Sozialamt bei Schwangerschaft, Entbindung und Mutterschaft sowie Hilfe zur Pflege (§ 23 Abs. 1 Satz 1 SGB XII). Aber wer Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz bezieht, bekommt **keine** Sozialhilfe (§ 23 Abs. 2 SGB XII).

Anspruch auf **alle weiteren Leistungen** der Sozialhilfe erhalten hilfebedürftige Ausländer mit einer Niederlassungserlaubnis oder einem befristeten Aufenthaltstitel, wenn sie sich voraussichtlich dauerhaft in Deutschland aufhalten. Auch Ausländer aus der EU, dem Europäischen Wirtschaftsraum und der Schweiz können Anspruch auf Sozialhilfeleistungen haben. Näheres und Ausnahmen unter Ausländer aus Drittstaaten > Aufenthalt - Arbeit und EU > Aufenthalt - Arbeit - Sozialleistungen.

Ausländer, die eingereist sind, um Sozialhilfe zu erlangen, oder die nur ein Aufenthaltsrecht zur Arbeitssuche haben, sowie deren Familienangehörige, bekommen meist **keine** Sozialhilfe (§ 23 Abs. 3 SGB XII).

Deutsche im Ausland erhalten in der Regel **keine** Leistungen der Sozialhilfe (§§ 24, 132, 133 SGB XII).

Praxistipps

- Die Broschüre "Sozialhilfe" des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales können Sie unter www.bmas.de > Suchbegriff: "A207" kostenlos bestellen oder herunterladen.
- Das Sozialamt darf Ihnen die Sozialhilfe nicht mit Verweis auf einen möglichen Anspruch auf Wohngeld verweigern. Sollte es das trotzdem tun, verweisen Sie auf das Urteil des Bundessozialgerichts vom 6.7.2021, Az: B 8 SO 2/20 R. Sie finden es unter www.bsg.bund.de > Suchbegriff: B 8 SO 2/20 R > Entscheidung 23.03.2021 und können dem Sozialamt einen Ausdruck der Entscheidung mitbringen.

Wer hilft weiter?

- Zuständig sind die örtlichen Sozialämter und die überörtlichen Träger der Sozialhilfe. Gemeinden sind nicht Träger der Sozialhilfe, können aber als erste Anlaufstelle genutzt werden und wissen, wie und wo die Ansprechpartner erreichbar sind.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

- Sehr viele Beratungsstellen informieren über Fragen der Sozialhilfe und angrenzende Gebiete. Menschen mit Behinderungen bekommen kompetente Hilfe bei der unabhängigen Teilhabeberatung.

Überblick über die Leistungen

Die wichtigsten Leistungen der Sozialhilfe finden Sie unter folgenden Links:

Auszubildende Sozialhilfe

Bestattungskosten Sozialhilfe

Blindenhilfe

Gesundheitshilfe

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Hilfe vom Sozialamt bei Schwangerschaft, Entbindung und Mutterschaft

Hilfe in anderen Lebenslagen

Hilfe zum Lebensunterhalt

Hilfe zur häuslichen Pflege

Hilfe zur Pflege

Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten

Hilfe zur Weiterführung des Haushalts

Kranken- und Pflegeversicherung Sozialhilfe

Krankenhilfe

Mehrbedarf bei kostenaufwändiger Ernährung - Krankenkostzulage

Mehrbedarfszuschläge

Mietschulden

Pflegegeld Sozialhilfe

Regelsätze

Rückzahlung der Sozialhilfe

Schulden

Sozialhilfe > Altenhilfe

Sozialhilfe > Alterssicherung

Sozialhilfe > Einkommen

Sozialhilfe und Grundsicherungsgeld > Einmalige Leistungen

Sozialhilfe > Kosten der Unterkunft KdU

Sozialhilfe > Taschengeld

Sozialhilfe > Vermögen

Sterilisation

Stromkosten Stromschulden

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Verwandte Links

Grundsicherung für Arbeitsuchende

Grundsicherungsgeld

Sozialamt

Basiskonto Pfändungsschutzkonto

Rechtsgrundlagen: SGB XII

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg