

## I.33

### Arbeit und Beruf

# Beruf, Einkommen, Vorsorge – Wie sichere ich meinen Lebensunterhalt?

Dr. Christine Koch-Hallas



In dieser Unterrichtseinheit setzen sich die Schülerinnen und Schüler mit der Frage auseinander, wie sie ihren Lebensunterhalt heute und in Zukunft sichern können. Sie analysieren Lebenshaltungskosten, Konsumverhalten sowie den Zusammenhang zwischen Einkommen, Lebensstil und finanziellen Möglichkeiten. Darüber hinaus beschäftigen sie sich mit sozialer Absicherung sowie Altersvorsorge und bewerten deren Bedeutung für die persönliche Lebensplanung. Abschließend entwickeln sie einen individuellen Zukunftsplan zur finanziellen und beruflichen Orientierung.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Dauer:</b>	3 Unterrichtsstunden
<b>Kompetenzen:</b>	Handlungskompetenz, Reflexionskompetenz, Sachkompetenz
<b>Inhalt:</b>	Lebenshaltungskosten und Konsum, Einkommen und Berufswahl, Lebensstandard und soziale Absicherung, finanzielle und berufliche Zukunftsplanung

---

## Auf einen Blick

### 1. Stunde

**Thema:** Was kostet mein Leben? – Grundlagen Finanzplanung

**M 1** Realitätscheck – Was kostet mein Leben?

**M 2** Kosten im Blick – Konsum im Alltag reflektieren

**Inhalt:** Die Lernenden erhalten einen Überblick über die Kosten des täglichen Lebens und den bewussten Umgang mit Konsum.

### 2. Stunde

**Thema:** Arbeit, Einkommen und Lebensstandard

**M 3** Beruf, Einkommen und Lebensqualität

**M 4** Mein Monatsplan – Was am Ende übrig bleibt

**Inhalt:** Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit den Auswirkungen der Berufswahl auf Einkommen, Lebensstandard und Lebensqualität auseinander.

### 3. Stunde

**Thema:** Altersvorsorge und Absicherung von Risiken

**M 5** Die eigene Altersvorsorge planen

**M 6** Mein persönlicher Zukunftsplan – So sichere ich meinen Lebensunterhalt

**Inhalt:** Die Lernenden befassen sich mit der Bedeutung von Vorsorge und der Sicherung des Lebensunterhalts im Alter.

### Erklärung zu den Symbolen

	Dieses Symbol markiert differenziertes Material. Wenn nicht anders ausgewiesen, befinden sich die Materialien auf mittlerem Niveau.				
	leichtes Niveau		mittleres Niveau		schwieriges Niveau

## Kosten im Blick – Konsum im Alltag reflektieren

M 2

Mithilfe des Stationenlernens werden Zusammenhänge zwischen Einkommen, Ausgaben und Konsumverhalten deutlich.

### Aufgaben

- Bilden Sie Gruppen. Jede Gruppe startet an einer Station und rotiert nacheinander durch alle vier Stationen zum Thema „Kosten im Alltag“. Bearbeiten Sie die Aufgaben an den jeweiligen Stationen und tragen Sie Ihre Ergebnisse in die Tabellen ein.
- Fassen Sie Ihre wichtigsten Ergebnisse aus den vier Stationen in einer Übersicht zusammen:
  - Welche Kosten sind fix, welche variabel?
  - Welche Ausgaben sind notwendig, welche optional oder reduzierbar?
  - Wo könnten Sie als Gruppe Einsparpotenziale erkennen?
- Präsentieren Sie Ihre Ergebnisse der Klasse. Diskutieren Sie mit den anderen Gruppen, ob die Einsparungsideen übereinstimmen und ob es unterschiedliche Prioritäten bei den Ausgaben gibt.



### Station 1: Handyvertrag prüfen

Fiktive Rechnung für Januar 2026:

Grundgebühr: 25 Euro  
 Internet/Daten (5 GB inkl., 500 MB extra): 5 Euro  
 Zusatzoption „Streaming-Flat“: 7 Euro

Übertragen Sie die monatlichen Kosten in die Tabelle. Überlegen Sie, welche Maßnahmen helfen könnten, die Kosten zu reduzieren.

Kostenart	Fix (Euro)	Variabel (Euro)	Sparpotenzial
Grundgebühr			
Internet/Daten			
Zusatzoption			
Gesamt			

## M 4

## Mein Monatsplan – Was am Ende übrig bleibt

Ein übersichtlicher Monatsplan gibt Auskunft über Einnahmen und Ausgaben, zeigt Sparmöglichkeiten auf und verdeutlicht, wie viel Geld am Ende des Monats zur Verfügung steht.

### Aufgaben

1. Tragen Sie alle regelmäßigen Einnahmen für den Monat in den Monatsplan ein (z. B. Ausbildungsvergütung, Nebenjob, Unterstützung von Eltern oder Familienangehörigen) und berechnen Sie die Summe aller Einnahmen.
2. Tragen Sie alle monatlichen Ausgaben ein und berechnen Sie die Gesamtsumme der Ausgaben.
3. Berechnen Sie den Restbetrag am Monatsende und überlegen Sie gemeinsam, wie Sie Ihren Monatsplan verbessern könnten, um mehr Geld übrig zu haben.
4. Erstellen Sie einen optimierten Monatsplan mit konkreten Sparstrategien oder kleinen Investitionsideen.

### Hinweise für die Bearbeitung

- Zahlen sorgfältig eintragen und Summen genau berechnen.
- Prüfen, wo Einsparungen möglich sind, um am Monatsende mehr Geld übrig zu haben.
- Tabellen und Felder übersichtlich ausfüllen, damit Einnahmen, Ausgaben und Restbetrag klar erkennbar sind.
- Verbesserungsideen schriftlich festhalten.
- Optional: Farben, Pfeile oder Symbole nutzen, um Einnahmen, Ausgaben und Restbetrag anschaulich zu machen.
- Ergebnisse gemeinsam besprechen und Berechnungen gegenseitig überprüfen.



© miodrag ignjatovic/E+/Getty Images

## M 5 Die eigene Altersvorsorge planen

Die Altersvorsorge soll sicherstellen, dass Menschen auch ohne Arbeitseinkommen im Alter über genügend finanzielle Mittel verfügen, um ihren Lebensunterhalt zu decken. Allerdings müssen die meisten Menschen im Alter mit deutlich weniger Geld auskommen.

### Aufgaben

1. Lesen Sie den Informationstext zu den drei Säulen der Altersvorsorge und füllen Sie die Tabelle aus.
2. Erläutern Sie, warum die gesetzliche Rente allein nicht immer ausreicht und welche Faktoren die Höhe der gesetzlichen Rente am stärksten beeinflussen.
3. Lesen Sie die zwei Lebensläufe.  
Berechnen Sie die voraussichtliche Bruttorente für beide Szenarien mit der vereinfachten Formel:  $\text{Monatliches Bruttoeinkommen} / 100 \times \text{Arbeitsjahre}$ . Zu bedenken ist, dass hiervon noch Steuern sowie Kranken- und Pflegeversicherung abgezogen werden.<sup>1</sup> Vergleichen Sie die Bruttorenten.
4. Stellen Sie Überlegungen an, wofür Menschen im Alter in der Regel weniger und wofür sie mehr ausgeben.
5. Denken Sie noch mal an Gina aus dem Video in M 4 (<https://raabe.click/zeit-armtrotzarbeit>). Überlegen Sie, welche Spielräume Gina langfristig hat, um ihre Lebenssituation im Alter zu verbessern.
6. Beschreiben Sie, welche Schlüsse Sie für sich aus den Informationen ziehen und welche Maßnahmen Sie schon heute für Ihre Altersvorsorge umsetzen könnten.

### Die drei Säulen der Altersvorsorge

#### Gesetzliche Rentenversicherung

Die gesetzliche Rentenversicherung ist die staatliche Grundabsicherung im Alter. Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer<sup>2</sup> und auch bestimmte Selbstständige zahlen während ihres Berufslebens verpflichtend Beiträge ein. Das Geld wird nach dem Umlageverfahren verteilt, das heißt, die jetzigen Renten werden von aktuellen Zahlungen finanziert. Anders gesagt, die heutigen Arbeitnehmenden finanzieren die heutigen Rentnerinnen und Rentner. Die gesetzliche Rente beträgt aktuell (Stand 2026) etwa 48 Prozent des durchschnittlichen Bruttolohns. Die Höhe der Rente hängt allerdings maßgeblich davon ab, wie lange und wie viel man eingezahlt hat.

#### Betriebliche Altersvorsorge

Die betriebliche Altersvorsorge ist eine zusätzliche Altersvorsorge über die Arbeitgebenden. Ein Teil des Gehalts wird für das Alter angespart, oft unterstützt durch die Arbeitgebenden. Die Auszahlung erfolgt im Rentenalter zusätzlich zur gesetzlichen Rente.

#### Private Altersvorsorge

Die private Altersvorsorge organisiert jede Person freiwillig auf eigene Initiative. Man spart oder investiert eigenes Geld, z. B. über ETF-Sparpläne, individuellen Aktienkauf oder andere Anlageformen. Grundkenntnisse über Geldanlagen sind hierfür sehr wichtig. Auch der Erwerb von Wohneigentum zur Vermietung kann Teil der Altersvorsorge sein.

1. Wer im Jahr 2026 in Rente geht, muss 84 Prozent der Bruttorente besteuern. Wer im Jahr 2058 oder später in Rente gehen wird, muss seine Rente voll versteuern.
2. Dazu zählen keine Beamten, Richterinnen und Richter sowie Berufssoldatinnen und -soldaten.