A^3 Auszeit – Aktiv – Arbeit

A^3 arbeitet präventiv mit gesundheitlich belasteten Leistungsbeziehenden, um den Einstieg in Langzeitarbeitslosigkeit zu verhindern. In drei hessischen Landkreisen begleiten Lotsinnen und Lotsen unterschiedliche Zielgruppen über Auszeiten, individuelle Förderpläne und enge Betreuung. Ziel ist es, Gesundheit zu stabilisieren und berufliche wie gesellschaftliche Teilhabe zu stärken.

Auf einen Blick

Bundesland
Hessen

Förderaufruf
1. Förderaufruf

Zeitraum
November 2019 – April 2025

Zielgruppe(n)
Menschen mit körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen

Grundsätzliche Verstetigung
ja, differenziert

Verstetigung vor Ort
ja, teilweise

Beschreibung
Das Projekt Auszeit – Aktiv – Arbeit (A^3) wird von drei Landkreisen an drei Standorten in Hessen durchgeführt. Gearbeitet wird mit drei unterschiedlichen Zielgruppen: Alleinerziehende, psychisch Erkrankte und Herz-Kreislauf-/orthopädisch Erkrankte mit jeweils multiplen Vermittlungshemmnissen. Die Teilnehmenden sind in der Regel erwachsene Männer und Frauen ab einem Alter von 25 Jahren.

Eine Projektgruppe besteht aus 15 Personen, so sollen in fünf Jahren 165 Menschen je Standort erreicht werden. Die Verweildauer einer teilnehmenden Person im Projekt beträgt maximal 24 Monate. In dieser Zeit wird eine annähernd valide Aussage über den Projekterfolg gewährleistet. Für die Teilnehmenden soll Folgendes erreicht werden:

1. Die Verbesserung oder Erhaltung der Erwerbsfähigkeit

2. Die Verbesserung oder Ermöglichung der beruflichen Teilhabe

3. Die Verbesserung oder Ermöglichung der gesellschaftlichen Teilhabe

Um diese Ziele zu erreichen, gibt es verschiedene, aufeinanderfolgende Phasen:

Phase 1 – „Clearing/Teilnehmenden-Gewinnung“: Socialcoaches führen Informationsgespräche mit potenziellen Projektteilnehmenden als Einzelgespräche oder im Gruppensetting. Sie finden bewusst außerhalb der Jobcenter in eigenen Projekträumlichkeiten statt, in Ausnahmefällen auch im sozialen Umfeld der Kundinnen und Kunden.

Phase 2 – „Auszeit“: In einer achtwöchigen Gruppenphase wird durch die Socialcoaches ein gruppendynamischer Prozess initiiert. Externe Kursleitungen bieten Aktivitäten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Kreativität an. Hier werden Selbsthilfepotentiale aktiviert und Situationsveränderungen spürbar gemacht.

Phase 3 – „Resümee“: Unter Berücksichtigung der Erkenntnisse aus der Auszeit wird ein Förderplan aufgestellt, um individuelle Hilfen zu erarbeiten. Die Socialcoaches achten auf die Realisierbarkeit der Ziele und die Förderung der Eigenverantwortlichkeit und Selbständigkeit.

Phase 4 – „Durchführung der Hilfen“: Die Teilnehmenden setzen ihre Ziele in die Praxis um und die Socialcoaches unterstützen dabei je nach Bedarf.

basierend auf den Informationen des Projekts aus April 2026

Inhaltsverzeichnis

Auf einen Blick 1
Inhaltsverzeichnis 3
Auswertung von Jobcenter Landkreis Fulda 4
Ansatz 1: Auszeit-Coaching-Ansatz 4
Auswertung von Kommunales Jobcenter Vogelsbergkreis 6
Ansatz 1: Schlagwort 1 – Auszeit-Coaching-Ansatz 6
Auswertung von Landkreis Hersfeld-Rotenburg 8
Ansatz 1: Methodischer Ansatz "Auszeit" 8
Ansatz 2: Begleitung durch einen SocialCoach 10

Jobcenter Landkreis Fulda (Koordination)

Ansatz 1: Auszeit-Coaching-Ansatz

Beschreibung	Der Auszeit-Coaching-Ansatz kombiniert eine achtwöchige Gruppenauszeit mit individueller, systemischer Begleitung durch feste SocialCoaches. Die Auszeit findet außerhalb des Jobcenters statt und bietet gesundheitsfördernde und lebenspraktische Angebote zur Stabilisierung und Aktivierung. SocialCoaches werden früh eingebunden, bauen Vertrauen auf und begleiten aufsuchend durch alle Phasen. Grundlage sind Empowerment, Freiwilligkeit und individuelle Ziele; Verstetigung gelingt nur als ganzheitliche Kombination.
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Verstetigung vor Ort	**bereits realisiert** Der Ansatz 1 wird im Kreisjobcenter Fulda als A^3 im Jobbüro verstetigt und fest verankert. Er beruht weiter auf ganzheitlichem Coaching durch SocialCoaches mit Einzelbegleitung, Gruppenangeboten und Zielplanung. Der Fokus liegt auf Frauen mit Migrationshintergrund. Jährlich starten neun Kleingruppen mit 12-monatiger Phasenstruktur; die Finanzierung erfolgt über SGB-II-Regelinstrumente.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Für eine bundesweite Verstetigung sind zusätzliche Personalmittel in den Jobcentern erforderlich. Die Wirksamkeit beruht unter anderem auf niedrigen Fallzahlen je SocialCoach, was im Regelgeschäft mit Fallzahlen von 1:230 Kundinnen und Kunden pro VZÄ nicht zu erreichen ist.

Ansatz 1: Auszeit-Coaching-Ansatz	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Verbesserung der beruflichen Teilhabe (Spezifisches Zielfeld)	**Positiv**
Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe (Spezifisches Zielfeld)	**Positiv**
Erwerbsfähigkeit erhalten und verbessern (Spezifisches Zielfeld)	**Eher positiv**
Wirkung auf Personen	
Integration in Beschäftigung	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
verbesserte Qualifikation und Arbeitszufriedenheit von Beschäftigten	**Eher positiv**
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Umsetzung vor Ort	**bereits realisiert**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam

Kommunales Jobcenter Vogelsbergkreis

Ansatz 1: Schlagwort 1 – Auszeit-Coaching-Ansatz

Beschreibung	Der Auszeitcoaching-Ansatz verbindet eine achtwöchige Gruppenauszeit außerhalb des Jobcenters mit individueller, systemischer Begleitung durch einen festen SocialCoach. Die Auszeit bietet gesundheitsfördernde, soziale und lebenspraktische Angebote zur Stabilisierung und Aktivierung. Der SocialCoach begleitet aufsuchend, niedrigschwellig und ressourcenorientiert durch alle Phasen. Grundlage sind Empowerment, Freiwilligkeit und individuelle Zielarbeit. Wirkung erzielt der Ansatz nur als Ganzes.
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Verstetigung vor Ort	**auf jeden Fall geplant** Der Vogelsbergkreis führt A^3 ab Herbst 2024 als Sozialraumcoaching fort. Er übernimmt Standort außerhalb des Jobcenters, Freiwilligkeit, regionale Durchführung und eine verkürzte Auszeit von 4 Wochen an 3 Tagen, ergänzt um ein Sportangebot. Die SocialCoaches betreuen 12 bis 15 Monate intensiv und 8 bis 10 Monate nach. Geplant sind 12 Auszeiten pro Jahr.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Für die bundesweite Verstetigung gelten klare Erfolgsfaktoren. Dazu zählen intensive Betreuung, geringe Fallzahlen und ein Standort außerhalb des Jobcenters. Gesundheit steht stärker im Fokus und erfordert Mittel für Stabilisierung und Angebote zur Gesundheitsförderung. Maßnahmen bündeln arbeitsmarktliche und gesundheitsbezogene Bausteine.

Ansatz 1: Schlagwort 1 – Auszeit-Coaching-Ansatz	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Verbesserung der beruflichen Teilhabe (Spezifisches Zielfeld)	**Eher positiv**
Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe (Spezifisches Zielfeld)	**Positiv**
Erwerbsfähigkeit erhalten oder verbessern (Spezifisches Zielfeld)	**Eher positiv**
Wirkung auf Personen	
Integration in Beschäftigung	**Eher positiv**
Verbesserung der Erwerbs- bzw. Beschäftigungsfähigkeit	**Eher positiv**
Verbesserung der Gesundheit	**Eher positiv**
Verbesserung der sozialen Teilhabe	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
verbesserte Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen	**Keine**
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**ja, wie erprobt**
Umsetzung vor Ort	**auf jeden Fall geplant**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam

Landkreis Hersfeld-Rotenburg

Ansatz 1: Methodischer Ansatz "Auszeit"

Beschreibung	Der Ansatz Auszeit stärkt die vorhandenen Ressourcen der Teilnehmenden und aktiviert gezielt deren Selbsthilfepotenziale. SocialCoaches planen und führen die Auszeit mit Angeboten der Volkshochschulen im Landkreis Hersfeld Rotenburg durch und nehmen aktiv teil. So erleben Teilnehmende die Auszeit auf Augenhöhe und bauen Vertrauen auf. Die Auszeit dauert acht Wochen in Gruppen zu 15 Personen auf dem Jugendhof in Rotenburg an der Fulda, bewusst außerhalb des Jobcenters.
Grundsätzliche Verstetigung	**modifiziert** Der Ansatz Auszeit wird für die Verstetigung verkürzt und regionalisiert. Pro Quartal wird eine dreiwöchige Auszeit in gestaffelter Tagevariante 4 - 3 - 2 in einer Region angeboten, an der regionale Coaches gemeinsam arbeiten. So entsteht fokussierte interdisziplinäre Begleitung ohne großen Mehraufwand. Die frühere Dauer von acht Wochen weicht drei Wochen, da mehr Intensität ohne zusätzliche Mittel und Fachkräfte nicht möglich ist.
Verstetigung vor Ort	**wahrscheinlich geplant** Ein Gruppenraum im Regionalteam mit Materialien und Küche steht bereit. Drei regional zuständige Coaches und eine Reha Fallmanagerin mit sozialpädagogischer Expertise und Sozialraumkenntnis sind gesetzt. Das Jobcenter übernimmt den Hessenmobil Pass für Fahrkosten. Ergänzend können Volkshochschule, Fallmanagerinnen und Fallmanager mit besonderen Fähigkeiten sowie die HAGE einbezogen werden.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Erfolg in der Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen hängt an einem guten Personalschlüssel. Die Quoten in § 44c Abs. 4.1 und 4.2 mit 1 zu 75 bei U25 und 1 zu 150 bei Ü25 gelten als zu hoch für intensive Begleitung. Auch mit § 16k ist ein Gruppenangebot wie die Auszeit nicht abbildbar. Bei 1 zu 150 bleibt etwa eine Stunde je Monat. Empfohlen wird ein persönliches Budget von 100 bis 250 Euro pro Jahr für SGB II Leistungsberechtigte, verwaltet durch Jobcenter.

Ansatz 1: Methodischer Ansatz "Auszeit"	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Partizipation und Empowerment der Leistungsempfänger vor, während und nach der Leistungserbringung verbessern (Motivation und Wissen)	**Eher positiv**
Verbesserung der Begleitung von Leistungsempfängern im Vorfeld, während und nach der Leistungsinanspruchnahme (Steuerung und Koordination)	**Positiv**
Wirkung auf Personen	
Integration in Beschäftigung	**Eher positiv**
Verbesserung der Erwerbs- bzw. Beschäftigungsfähigkeit	**Positiv**
Verbesserung der Gesundheit	**Positiv**
Verbesserung der sozialen Teilhabe	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**modifiziert**
Umsetzung vor Ort	**wahrscheinlich geplant**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam

Ansatz 2: Begleitung durch einen SocialCoach

Beschreibung	Das Projekt setzt auf engmaschige, individuelle Begleitung durch einen SocialCoach, der als Lotse alle Phasen koordiniert und zielgerichtete Hilfen umsetzt. Die Arbeit auf Augenhöhe startet mit Beziehungsaufbau und der Teilnahme der SocialCoaches an der Auszeit. Zunächst werden gemeinsam persönliche Ziele entwickelt, anschließend gehen die SocialCoaches konsequent darauf ein. So wächst das Vertrauen stetig und die Unterstützung passt sich laufend an.
Grundsätzliche Verstetigung	**modifiziert** Die Begleitung durch einen SocialCoach wird verstetigt. Das Fallmanagement übergibt geeignete Fälle. Die Teilnahme dauert bis zu 12 Monaten. In einem Clearing werden Wohnen, Alltag, Beziehungen, Gesundheit und Arbeit je Person betrachtet. Danach folgt eine warme Rückgabe mit Abschlussbericht und Empfehlungen. Der in rehapro genutzte Personalschlüssel lässt sich nicht fortführen.
Verstetigung vor Ort	**auf jeden Fall geplant** Vor Ort ist die Verstetigung bereits teilweise umgesetzt. Finanzierung und Stellen im Stellenplan sind abgesichert. Geeignete Beratungsräume ermöglichen vertrauensvolle Gespräche. Leistungsberechtigte mit multiplen Vermittlungshemmnissen haben leichten Zugang. Klare Übergaberegeln vom Fallmanagement an den SocialCoach gelten. Der Ansatz ist in einen regionalen Fachdienst eingebunden und baut auf tragfähigen Netzwerken auf.
Bundesweite Verstetigung	**auf jeden Fall** Für wirksames SocialCoaching braucht es bundesweit feste, realistische Fallzahlen. Die in § 44c im Zweiten Buch Sozialgesetzbuch genannten Schlüssel von 1 zu 75 für unter 25 und 1 zu 150 für über 25 reichen für intensive Arbeit nicht aus. Auch mit § 16k fehlt eine Vorgabe zu Fallzahlen. Empfohlen werden Schlüssel von etwa 1 zu 30 bis 1 zu 25. Je enger die Begleitung, desto höher die Integrationschancen.

Ansatz 2: Begleitung durch einen SocialCoach	Wirkung
Wichtigste Ziele	
Partizipation und Empowerment der Leistungsempfänger vor, während und nach der Leistungserbringung verbessern (Motivation und Wissen)	**Positiv**
Verbesserung der Begleitung von Leistungsempfängern im Vorfeld, während und nach der Leistungsinanspruchnahme (Steuerung und Koordination)	**Positiv**
Wirkung auf Personen	
Integration in Beschäftigung	**Eher positiv**
Verbesserung der Erwerbs- bzw. Beschäftigungsfähigkeit	**Eher positiv**
Verbesserung der Gesundheit	**Positiv**
Verbesserung der sozialen Teilhabe	**Positiv**
Wirkung auf Organisationen	
Verstetigung	
Grundsätzliche Verstetigung	**modifiziert**
Umsetzung vor Ort	**auf jeden Fall geplant**
Bundesweit empfohlen	**auf jeden Fall**

Nicht zutreffend = dem Ansatz nicht zugeordnet, Keine = nicht wirksam, Eher positiv = teilweise wirksam, Positiv = sehr wirksam