

Sabbatjahr Ausstieg auf Zeit

Abstand gewinnen, vom Beruf, vom Alltagstrott – das ist das Ziel des Sabbatjahres. Ein Ausstieg auf Zeit, um den Kopf frei zu bekommen für neue Einsichten und Kraft zu schöpfen für neue Aufgaben. Lothar Kopp, Referent der Bundeszentrale für Politische Bildung in Berlin, hat es ausprobiert. Dr. Marion Zeiz bereitet die Möglichkeit für Mitarbeiter der Öffentlichen Versicherung vor. Beide beantworten Fragen unserer Leser.



Lothar Kopp und Jason betrachten den Sonnenuntergang in der Prärie.



Unendliche Weiten erwarteten die Familie in der Wüste in Arizona.



Almut und Jason Malone unterwegs auf Shamrock mit dem Ponygefährt.



Etwas Mut muss man haben, um ein Sabbatjahr zu machen – und um eine Sonnenbrille aus Las Vegas zu tragen.



Aufgeregt flattern die Gese auf der Farm über den hohen Schnee.



Lothar Kopp, seine Frau Almut Malone und Sohn Jason auf Oahu Hawaii.

Wer eine Auszeit nehmen will, muss früh anfangen zu planen

Von der Finanzierung über die Wahl des Landes bis zur Wohnungskündigung



Beantworteten die Fragen unserer Leser: Dr. Marion Zeiz (links), Projektleiterin Beruf und Familie 21 bei der Öffentlichen Versicherung in Braunschweig, und Lothar Kopp, Referent der Bundeszentrale für politische Bildung in Berlin. Kopp verlebte mit seiner Familie ein Sabbat-Jahr in den USA. Foto: Rudolf Flentje

Welche unterschiedlichen Möglichkeiten gibt es eigentlich, eine Auszeit vom Beruf zu nehmen?

Dr. Marion Zeiz: Die Varianten sind sehr unterschiedlich. Bei der Öffentlichen Versicherung wird zum Beispiel darüber diskutiert, dass es möglich sein soll, die Lebensarbeitszeit zu verkürzen. Das heißt, dass die Mitarbeiter vielleicht nicht arbeiten müssen, bis sie 67 Jahre alt sind, sondern die Möglichkeit haben, vorher eine bezahlte Freistellung wahrzunehmen. Andere Möglichkeiten können sein, dass jemand für eine befristete Zeit nur Teilzeit oder gar nicht arbeiten will. Man muss also in dieser Zeit nicht komplett aufhören zu arbeiten.

Gibt es Agenturen oder andere Organisationen, die solche Sabbatjahre anbieten?

Lothar Kopp: Nein, so etwas gibt es nicht. Man muss das selbst organisieren. Das ist sehr viel Arbeit, Sie müssen wirklich an vieles denken, aber es geht, es lohnt sich. Wenn man zum Beispiel in die USA gehen will, braucht man ein Visum, wenn man dort arbeiten will eine Greencard. Außerdem müssen Sie sich überlegen, was Sie in dieser Zeit mit Ihrer Wohnung machen. Wenn Sie nicht untervermieten dürfen, lohnt es sich oft, zu kündigen und die Möbel bei einer Spedition einzulagern. Dann müssen Sie aber wieder daran denken, etwas zu mieten, bevor Sie zurückkommen, sonst haben Sie kein Dach über dem Kopf. Wenn Sie Kinder haben, müssen Sie sie hier von der Schulpflicht befreien und im Ausland wieder anmelden. Und wenn Sie im Sabbatjahr arbeiten wollen, müssen Sie sich natürlich auch darum kümmern. Sie sollten wirklich alles in trockenen Tüchern haben, wenn die Auszeit beginnt. Sie können

nicht dann erst anfangen, zu organisieren.

Ich bin selbständige Yoga-Lehrerin und interessiere mich für ein Sabbatjahr im Ausland. Welche Krankenversicherung brauche ich dafür?

Dr. Marion Zeiz: Der Krankenversicherungsschutz gesetzlich Versicherter gilt zu 100 Prozent nur in Deutschland. In den Ländern der EU und des Europäischen Wirtschaftsraums haben Versicherte nur für vorübergehende Aufenthalte Anspruch auf Leistungen der Krankenversicherung, der aber zum Teil eingeschränkt ist. Wenn Sie gesetzlich kranken-

versichert sind, brauchen Sie eine private Krankenzusatzversicherung fürs Ausland. Die normale Auslandsreise-Krankenversicherung, die viele Menschen für ihren Urlaub abschließen, ist zeitlich begrenzt. Die reicht also nicht aus, wenn Sie zum Beispiel ein halbes Jahr ins Ausland gehen wollen. Privat Versicherte haben einen erweiterten Schutz, sollten aber unbedingt ihre Krankenversicherung daraufhin überprüfen und sich gegebenenfalls mit einer Auslands-Krankenversicherung zusätzlich absichern.

Wie könnte ich ein Sabbatjahr finanzieren?

Dr. Marion Zeiz: Wie man eine Auszeit finanziert, muss man immer mit dem Arbeitgeber aushandeln, das kann auch eine Betriebsvereinbarung sein. Es gibt unterschiedliche Modelle. Man kann es zum Beispiel so regeln, dass Zeitwertkonten eingerichtet werden, auf das der Arbeitnehmer Teile seines Gehaltes, das

er gerade nicht unbedingt benötigt, einzahlt. Das kann das Geld für Überstunden, Weihnachts- oder Urlaubsgeld, ein Bonus, Urlaub oder einfach ein Anteil des normalen monatlichen Gehalts sein. Damit wird später die Freistellung bezahlt.

Lothar Kopp: Ich habe mich mit meinem Arbeitgeber darauf geeinigt, dass ich über einen Zeitraum von vier Jahren nur 75 Prozent meines Gehalts bekomme. In den ersten drei Jahren habe ich aber trotzdem voll gearbeitet, so dass ich im vierten Jahr dann mein Sabbatjahr gemeinsam mit meiner Familie in den USA verbringen konnte und trotzdem weiter Gehalt bekommen habe. Man muss natürlich immer gucken, inwieweit das möglich ist. Oft ist es leichter, wenn beide Ehepartner arbeiten, dann kann man sich das eher leisten, als wenn nur einer das Geld verdient.

Ich möchte für einige Zeit in die USA gehen. Haben Sie einen Tipp, wo ich mich über mein Wunschland informieren kann?

Lothar Kopp: Informationen sind ganz wichtig, wenn Sie längere Zeit in einem anderem Land leben möchten. Eine sehr gute Anlaufstelle ist zum Beispiel die Kulturabteilung der US-Botschaft am Pariser Platz in Berlin. Und Sie können sich an alle möglichen Freundschafts-Vereine und Gesellschaften wenden. Auf jeden Fall kann ich Sie nur ermutigen, Ihren Plan umzusetzen. Das ist so toll! Man bekommt nach einiger Zeit einfach etwas Abstand zum eigenen Land und zu seiner Arbeit. Und es hat wirk-

lich jeder etwas davon, nicht nur Sie und Ihre Familie, sondern auch Ihr Arbeitgeber. Denn es ist viel besser, wenn Sie voller Energie und mit neuen Ideen nach einem Jahr wieder an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren. Es gehört natürlich auch etwas Mut dazu, aber es lohnt sich auf jeden Fall.

SABBAT-TAGEBUCH

Lebenstraum verwirklicht, Globus umrundet



Lothar Kopp's Kolumne

Fazit der Weltreise: Kein Kofferverlust, eine einzige Flugverspätung bei 66 000 Flugkilometern, ausgerechnet im letzten Teilstück Frankfurt – Berlin. Wir sind zuhause.

Ein Jahr Pause von Deutschland tat gut. Lebenstraum verwirklicht, den Globus umrundet. Mein Dasein mal anders verbracht, anders gearbeitet, anders gelebt. Mit Abstand und aus anderen Perspektiven betrachtet man die Heimat neu.

Ziele erfüllt, bekannte und neue Kulturen durchstreift, andere Erdregionen erlebt, erlaufen, erfahren. Das Paradies war nicht dabei, habe es auch nicht gesucht. Unbekanntes kennen gelernt, Ideen getankt, das eigene Koordinatensystem neu justiert. Außer in Deutschland kann ich mir ein Leben nach dieser Planetenumrundung nur in den USA, Kanada und Australien vorstellen.

Ich frage mich: Warum und wofür leben wir eigentlich? Was bleibt von dem, was wir beobachteten? Übernehmen wir etwas von unseren Erfahrungen in anderen Kulturen, Erlebnissen mit anderen Mentalitäten, Erkenntnissen über andere Gesellschaften in unseren alten Neualtag?

Ehrlich gesagt: wenig. Bestenfalls noch mehr Freundlichkeit Menschen gegenüber, vor allem fremden und andersartigen. Mehr Gelassenheit, nicht Gleichgültigkeit, bei den täglichen, oft künstlichen Aufregtheiten, bei denen sich Menschen wichtig nehmen oder für unersetzlich halten. Sollen sie, die Friedhöfe sind voll von solchen Leuten. Ich vermute, wirklich glücklich von denen waren die wenigsten. Da geht es mir besser.

Und mir ist bewusster denn je: Die deutsche Heimat, in der so viele so oft und so laut jammern, ist nicht das schlechteste Land zum Arbeiten, bunt und vielfältig in seiner Kultur und Tradition, klimatisch vergleichsweise angenehm. Schön und lebenswert ist es allemal. Und vielleicht werden wir Deutsche ja auch irgendwann doch noch entspannter und zufriedener. Ich bin mit Sicherheit dabei.

Gottes blauer Planet dreht sich weiter, mit oder ohne uns. Lebenszeit ist ein kostbares Gut, das nicht verschwendet werden sollte, außer für die eigene Familie. Und mehr Zeit sollte man denen widmen, die einem wirklich wichtig sind. Sicher, dazu bedarf es keiner Weltreise. Manchmal jedoch ist es wie mit gutem Wein: Erkenntnisse reifen langsam. Auf unser aller Mutter Erde ist die Mitte Europas, mithin Deutschland, nicht der schlechteste Platz zum Leben.

Redaktion: Constanze Urbschat