



Gründungszuschuss beantragen

Die wichtigsten Fragen und Antworten für den Weg aus der Arbeitslosigkeit in die Selbstständigkeit

startplan UG | Leitfaden | Stand 21.09.2026

Wer aus der Arbeitslosigkeit gründet, kann mit dem Gründungszuschuss eine der wirksamsten Starthilfen nutzen: sechs Monate Arbeitslosengeld in bisheriger Höhe plus 300 € im Monat, danach auf Antrag weitere neun Monate je 300 €. Ob die Agentur für Arbeit zustimmt, entscheidet sich an wenigen Punkten - an der richtigen Reihenfolge der Schritte und an einem Businessplan, der die Tragfähigkeit Deiner Idee belegt. Dieser Leitfaden beantwortet die Fragen, die in Erstgesprächen regelmäßig aufkommen.

1. Das Wichtigste in Kürze

1. **Der Antrag kommt vor dem Start.** Maßgeblich ist der Tag, an dem Du die selbstständige Tätigkeit aufnimmst.
2. **150 Tage Restanspruch:** Am Tag des Starts stehen Dir noch mindestens 150 Tage Arbeitslosengeld zu.
3. **Hauptberuflich:** Die Selbstständigkeit ist auf mindestens 15 Stunden pro Woche angelegt.
4. **Tragfähigkeit:** Eine fachkundige Stelle Deiner Wahl bestätigt sie auf Grundlage Deines Businessplans.
5. **Ermessen:** Die Agentur entscheidet im Einzelfall. Ein gut begründeter Antrag ist deshalb Dein stärkstes Argument.

2. Voraussetzungen

Was ist der Gründungszuschuss?

Der Gründungszuschuss nach § 93 SGB III unterstützt Menschen, die ihre Arbeitslosigkeit durch eine hauptberufliche Selbstständigkeit beenden. Er sichert in den ersten Monaten Lebensunterhalt und soziale Absicherung, während Dein Unternehmen die ersten Umsätze aufbaut. Zuständig ist die Agentur für Arbeit an Deinem Wohnsitz [1, 2, 5].

Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein?

1. Du hast bis zur Aufnahme der Selbstständigkeit Anspruch auf Arbeitslosengeld.
2. Am Tag des Starts beträgt Dein Restanspruch noch mindestens 150 Tage.
3. Eine fachkundige Stelle bestätigt die Tragfähigkeit Deines Vorhabens.
4. Du legst dar, dass Du die nötigen Kenntnisse und Fähigkeiten mitbringst, zum Beispiel mit Zeugnissen, Beschäftigungsnachweisen oder Zertifikaten [1, 2].

Was bedeutet hauptberuflich?

Die Bundesagentur für Arbeit legt mindestens 15 Stunden pro Woche zugrunde, und andere Beschäftigungen dürfen zeitlich nicht überwiegen [2]. Der Gründungszuschuss ist also für Gründungen gedacht, von denen Du leben willst. Wer zunächst nebenberuflich startet, hat andere Wege, die wir im Erstgespräch gemeinsam betrachten.

Habe ich einen Rechtsanspruch?

Nein, der Gründungszuschuss ist eine Ermessensleistung. Die Agentur muss ihr Ermessen aber fehlerfrei ausüben. Seit 2023 gilt zudem der Vorrang der Vermittlung in eine Stelle nicht mehr gegenüber dem Gründungszuschuss (§ 4 Abs. 2 Satz 3 SGB III). Der bloße Hinweis auf offene Stellen reicht für eine Ablehnung damit nicht aus. Entscheidend ist, ob Deine Gründung die Arbeitslosigkeit dauerhaft beendet - und genau das zeigt ein guter Antrag [2, 3].

Was gilt, wenn ich mein Arbeitsverhältnis selbst beende?

Dann kommt es auf die Reihenfolge an. Nach den Weisungen der Bundesagentur wird regelmäßig nicht gefördert, wer ein Arbeitsverhältnis ausschließlich wegen der geplanten Gründung kündigt oder aufhebt. Außerdem setzt der Zuschuss voraus, dass zum Start ein tatsächlicher Zahlungsanspruch auf Arbeitslosengeld besteht. Eine Sperrzeit kann deshalb den Beginn der Förderung verschieben oder eine Förderung ausschließen [2, 3]. Wenn Du aus einer Anstellung heraus gründen willst, kläre die Schritte deshalb vor der Kündigung.

Ich habe schon einmal eine Gründungsförderung erhalten. Geht das erneut?

Grundsätzlich ja, wenn seit dem Ende der letzten Förderung einer Selbstständigkeit nach dem SGB III mindestens 24 Monate vergangen sind. Aus besonderen persönlichen Gründen kann die Agentur von dieser Frist absehen, etwa wenn die frühere Selbstständigkeit nicht an der Geschäftsidee gescheitert ist (§ 93 Abs. 4 SGB III). Auch dann entscheidet die Agentur nach Ermessen [2, 3].

Gibt es besondere Regeln für Menschen mit Behinderungen?

Ja. Für Menschen mit Behinderungen im Sinne des § 19 SGB III, also Rehabilitandinnen und Rehabilitanden der Agentur für Arbeit, ist der Gründungszuschuss auch mit weniger als 150 Tagen Restanspruch oder ganz ohne Anspruch auf Arbeitslosengeld möglich. Die Höhe wird dann fiktiv bemessen (§ 116 Abs. 7 SGB III) [2, 4].

3. Antrag und Unterlagen

Wann stelle ich den Antrag?

Vor dem Tag, an dem Du die Selbstständigkeit aufnimmst [2, 5]. Die Gewerbeanmeldung und die Anmeldung beim Finanzamt gelten dabei nur als vorbereitende Schritte. Vorbereitungen mit Außenwirkung, etwa ein unterschriebener Mietvertrag für Geschäftsräume, können dagegen schon als Start gewertet werden [2]. Stelle den Antrag deshalb, bevor Du solche Verträge schließt.

Welche Unterlagen verlangt die Agentur für Arbeit?

1. Businessplan mit Beschreibung von Angebot, Zielgruppe, Markt und Wettbewerb
2. Lebenslauf
3. Kapitalbedarfs- und Finanzierungsplan
4. Umsatz- und Rentabilitätsvorschau
5. Nachweise über Deine Kenntnisse und Fähigkeiten
6. Stellungnahme einer fachkundigen Stelle zur Tragfähigkeit [1, 2]

Wer ist eine fachkundige Stelle?

Das Gesetz nennt insbesondere Industrie- und Handelskammern, Handwerkskammern, berufsständische Kammern, Fachverbände und Kreditinstitute. Nach den Weisungen der Bundesagentur kommen auch steuer- und unternehmensberatende Berufe in Betracht, deren Schwerpunkt auf der Existenzgründungsberatung liegt. Die Stelle wählst Du selbst, die Kosten der Stellungnahme trägst Du [1, 2].

Was macht einen Businessplan überzeugend?

Aus der Beratungspraxis: Die Agentur prüft, ob Deine Gründung den Lebensunterhalt dauerhaft trägt. Überzeugend ist deshalb ein Plan, der drei Zahlen sauber herleitet. Die erste ist der Betrag, den Du monatlich privat brauchst, einschließlich Kranken- und Altersvorsorge. Die zweite ist der Umsatz, der dafür nötig ist, und die dritte der Weg, auf dem Deine ersten Kunden kommen. Eine Umsatzvorschau, die ab dem ersten Monat volle Auslastung annimmt, weckt Zweifel. Eine Vorschau, die Anlaufzeit, Preise und Kundenzahl nachvollziehbar verbindet, schafft Vertrauen.

Kann ich mich bei der Vorbereitung begleiten lassen?

Ja. Die Agentur für Arbeit kann ein Coaching zur Heranführung an eine selbstständige Tätigkeit über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) fördern (§ 45 Abs. 1 Satz 1 Nr. 4 SGB III). Mit einem solchen Gutschein und der vorherigen Zustimmung Deiner Vermittlungsfachkraft wird das Coaching für Dich bis zu 100 % gefördert. Auch der Gutschein ist eine Ermessensleistung [6]. In diesem Coaching erarbeiten wir Deinen Businessplan und bereiten den Antrag auf den Gründungszuschuss gemeinsam vor.

4. Höhe und Dauer

Wie hoch ist der Gründungszuschuss?

Die Förderung läuft in zwei Phasen (§ 94 SGB III) [3]:

1. **Phase 1, sechs Monate:** Arbeitslosengeld in der zuletzt bezogenen Höhe plus 300 € monatlich.
2. **Phase 2, neun Monate:** 300 € monatlich, auf gesonderten Antrag.

Rechenbeispiel: 1.600 € Arbeitslosengeld	Monate	pro Monat	Summe
Phase 1: Arbeitslosengeld plus 300 €	6	1.900 €	11.400 €
Phase 2: 300 €	9	300 €	2.700 €
Gesamt	15		14.100 €

Beispiel zur Veranschaulichung. Maßgeblich ist der Bescheid Deiner Agentur für Arbeit.

Was brauche ich für die zweite Phase?

Für die weiteren neun Monate stellst Du einen eigenen Antrag. Darin legst Du mit geeigneten Unterlagen eine intensive Geschäftstätigkeit und hauptberufliche unternehmerische Aktivitäten dar, in der Regel mit einem schriftlichen Bericht über Aktivitäten, Einnahmen und Ausgaben. Auch diese Phase ist eine Ermessensleistung, und bei begründeten Zweifeln kann die Agentur eine erneute fachkundige Stellungnahme verlangen [2, 3].

Verbraucht der Zuschuss meinen Anspruch auf Arbeitslosengeld?

Teilweise. Die Tage, für die Du in Phase 1 den Zuschuss in Höhe Deines Arbeitslosengeldes erhältst, werden von Deinem Restanspruch abgezogen (§ 148 Abs. 1 Nr. 8 SGB III). Die zweite Phase mindert den Anspruch nicht [3].

Muss ich den Zuschuss versteuern?

Der Gründungszuschuss ist nach § 3 Nr. 2 Buchstabe a EStG steuerfrei. Er gehört nach dem Gesetzeswortlaut auch nicht zu den Leistungen, die dem Progressionsvorbehalt unterliegen [7]. Für Deine persönliche Situation ist Deine Steuerberatung die richtige Ansprechpartnerin.

5. Soziale Absicherung

Kann ich in der Arbeitslosenversicherung bleiben?

Ja, auf Antrag (§ 28a SGB III). Voraussetzung ist eine Selbstständigkeit von mindestens 15 Stunden pro Woche. Außerdem hattest Du unmittelbar vor dem Start Anspruch auf eine Entgeltersatzleistung wie Arbeitslosengeld, oder Du warst in den letzten 30 Monaten mindestens zwölf Monate versicherungspflichtig. Den Antrag stellst Du spätestens innerhalb von drei Monaten nach Aufnahme der Tätigkeit. Einzelheiten, etwa bei einer anderweitigen Versicherungspflicht, prüft die Agentur mit dem Antrag [3, 8].

Was ist mit Kranken- und Rentenversicherung?

Mit dem Start regelst Du Deine Absicherung bei Krankheit und im Alter neu. Selbstständige sind nicht automatisch rentenversicherungspflichtig [5]. Kläre Beiträge und Tarif vor dem Start mit Deiner Krankenkasse, denn diese Kosten gehören in Deinen Finanzplan.

6. Dein nächster Schritt

Im unverbindlichen Erstgespräch klären wir, wie Dein Weg zum Gründungszuschuss aussieht, welche Unterlagen Du brauchst und ob ein Coaching mit AVGS für Dich infrage kommt. Das Gespräch führen wir telefonisch, online oder persönlich.

Telefon: 02431 9743102 | **E-Mail:** info@startplan.de | **Web:** www.startplan.de

startplan UG (haftungsbeschränkt), Südpromenade 25, 41812 Erkelenz

Hinweis: Dieser Leitfaden gibt die Rechtslage und die Weisungen der Bundesagentur für Arbeit mit Stand 21.09.2026 wieder. Die Entscheidung trifft Deine Agentur für Arbeit im Einzelfall. Der Leitfaden ist keine Rechts- oder Steuerberatung.

Quellen

Alle Quellen abgerufen am 10.09.2026, Rechtsstand am 21.09.2026 erneut geprüft.

Nr.	Quelle	Fundstelle
1	Bundesagentur für Arbeit: Gründungszuschuss beantragen	https://www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/arbeitslosengeld/gruendungszuschuss-beantragen
2	Bundesagentur für Arbeit: Fachliche Weisungen §§ 93, 94 SGB III (Stand 13.09.2023)	https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok_ba024940.pdf
3	SGB III, §§ 4, 93, 94, 148 (dejure.org)	https://dejure.org/gesetze/SGB_III/93.html (sowie /4.html, /94.html, /148.html)
4	Bundesagentur für Arbeit: Fachliche Weisungen Reha (gültig ab 01.03.2026), § 116 SGB III	https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok_ba034060.pdf
5	Bundesagentur für Arbeit: Wegweiser Gründungszuschuss (April 2023)	https://www.arbeitsagentur.de/datei/dok_ba035285.pdf
6	Bundesagentur für Arbeit: Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein; SGB III § 45 (dejure.org)	https://www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/aktivierungs-vermittlungsgutschein-avgs ; https://dejure.org/gesetze/SGB_III/45.html
7	EStG § 3 Nr. 2 und § 32b (dejure.org)	https://dejure.org/gesetze/EStG/3.html ; https://dejure.org/gesetze/EStG/32b.html
8	Bundesagentur für Arbeit: Freiwillige Arbeitslosenversicherung; SGB III § 28a (dejure.org)	https://www.arbeitsagentur.de/freiwillige-arbeitslosenversicherung ; https://dejure.org/gesetze/SGB_III/28a.html