

SPIEGEL Plus > Job & Karriere

[Bildungsurlaub in Deutschland](#)

Bis zu zehn Tage extra frei und kaum einer nutzt sie

<https://www.spiegel.de/karriere/bildungsurlaub-in-deutschland-bis-zu-zehn-tage-extra-frei-und-kaum-einer-weiss-es-a-93c28f7a-a24b-4a36-a005-303a1c2ef2d8>

www.spiegel.de/karriere/bildungsurlaub-in-deutschland-bis-zu-zehn-tage-extra-frei-und-kaum-einer-weiss-es-a-93c28f7a-a24b-4a36-a005-303a1c2ef2d8 

Ob an der Volkshochschule oder auf Mallorca: Auch dieses Jahr stehen Millionen Beschäftigten **bis zu zehn** zusätzliche Urlaubstage bei vollem Gehalt **zu**. Bildungsurlauber berichten, was **sie** erlebt haben – **und** wie man den Chef überzeugt.

— Franca Quecke; Florian Gontek

Es gibt gute Nachrichten für alle, die sich fürs neue Jahr vorgenommen haben, endlich etwas Neues **zu** lernen, seien es eine Fremdsprache, Präsentationstechniken oder richtig abzuschalten: Ihnen kann dafür **extra** Urlaub zustehen.

Denn rund 27 Millionen Arbeitnehmer haben in Deutschland gesetzlichen Anspruch auf Bildungsurlaub. Paragliding bei Fulda, Yoga auf Mallorca, Excel-Kompaktkurs an der Volkshochschule Düsseldorf, Delfintherapie auf La Gomera; all das ist möglich.

Bis zu zehn Tage kann man einreichen, je nach Bundesland. »Davon Gebrauch machen aber nur etwa zwei Prozent der Arbeitnehmer. Vor allem aus der Sorge: Was könnte mein Chef oder meine Chefin denken?«, sagt Lara Körber, 35, Mitgründerin von Bildungsurlauber.de. Es ist die Angst vor Arbeitgebern, die erst einmal Fehlzeit statt Förderung sehen – **und** die Sorge vieler Mitarbeitender, wegen der Wahl des Bildungsurlaubs stigmatisiert **zu** werden.

2019 hatte Körber das erste Mal vom gesetzlichen Anspruch auf Weiterbildung gehört, seit 2020 informiert **sie** auf ihrer Internetseite **und** vermittelt Bildungsurlaube. Ihr Geld verdient **sie** mit Provisionen der Anbieter. 450.000 Besucher **und** Besucherinnen besuchen den Auftritt mittlerweile jährlich, sagt Körber, Tendenz steigend.

Die Regelungen für Bildungsurlaub sind von Bundesland **zu** Bundesland sehr verschieden. Was überall gleich ist: Jeder Bildungsurlaub besitzt ein didaktisches Konzept, das aber nicht direkt mit dem Beruf zusammenhängen muss. Der Mehrwert für den Job kann sich auch erst mittelfristig einstellen. Fachliche, genauso wie gesundheitliche **und** persönliche Entwicklung, sich mal ganz neuen Themen widmen, das solle Bildungsurlaub ermöglichen, sagt Lara Körber. **Und** : »Weiterbildung darf auch Spaß machen. Diese Message haben wir in unserer deutschen Arbeitskultur allerdings noch nicht verankert.«

Wir haben mit vier Beschäftigten über ihren letzten Bildungsurlaub gesprochen: Was haben **sie** gelernt? Hier erzählen **sie** von verständnislosen Chefs, Achtsamkeitsübungen auf der Sprungchance **und** fehlenden Hinweisen im Intranet.

Bildungsurlaub: Burn-out-Prophylaxe mit Pferden in Brandenburg

*Claudia, 49, arbeitet seit 22 Jahren als Sekretärin in der Pflegedienstleistung **einer** Klinik in Thüringen.*

»Ich arbeite als Sekretärin in **einer** Klinik **und** kümmere mich überwiegend um die Betreuung unserer Azubis **und** Praktikanten. Vor einem Jahr war ich deshalb schon einmal auf dem Reiterhof in Brandenburg, für den Bildungsurlaub ›Anleiten **und** Motivieren mit Pferden‹. Ich dachte, mithilfe des Seminars könnte ich lernen, die Kiddies besser an die Hand **zu** nehmen. Damals stand ich unter dem Druck, ich müsste meinen Job noch besser machen, mehr als hundert Prozent geben.

In diesem Jahr war ich dann wieder auf dem Reiterhof, nur diesmal hieß das Seminar: ›Stressbewältigung **und** Burn-out-Prophylaxe‹. Burn-out hatte ich **zu** dem Zeitpunkt schon, mittlerweile bin ich krankgeschrieben.

›Ich habe schon vieles als Reaktion auf meinen Bildungsurlaub erlebt, von scheelen Blicken bis hin zu genervten Kommentaren.‹

An dem Kurs haben die unterschiedlichsten Menschen teilgenommen, 14 insgesamt, ab 30

Jahren **bis** Mitte 60. Viele von ihnen arbeiten in sozialen Einrichtungen, als Betreuer, Fürsorger, eine leitet ein Frauenhaus, zwei sind Berufseinsteigerinnen aus dem Umweltamt, zwei im Bankenwesen tätig. Tagsüber mussten wir etwa in Gruppen erarbeiten, wie wir Stress erleben – **und** mit welchen Strategien wir ihn vermeiden können. Mich hat beeindruckt, wie intensiv wir uns kennengelernt, ausgetauscht **und** die eigenen Probleme offengelegt haben. Es war keine Psychotherapie, trotzdem hat es sich manchmal so angefühlt. Abends saßen wir zusammen am Lagerfeuer, jetzt haben wir eine gemeinsame WhatsApp-Gruppe.

2015 hat eine Kollegin Bildungsurlaub gemacht, so bin ich überhaupt darauf gekommen. Seitdem habe ich bereits vier Mal an einem teilgenommen, immer in Deutschland. Mein Mann **und** ich haben auch mal darüber gesponnen, auf Fuerteventura einen Surf- **und** Spanischkurs **zu** absolvieren – hatten dann aber doch Hemmungen. Die Klinik ist ein großer Arbeitgeber, für die sind Bildungsurlaube kein Problem. Mein Mann arbeitet allerdings in einem kleineren Heizungsbetrieb. Da verstehe ich es schon, wenn der Chef nicht allzu begeistert vom Surfkurs ist.

Andererseits geht es beim Bildungsurlaub auch darum, etwas für die eigene Persönlichkeitsentwicklung **zu** tun. Ich habe schon vieles als Reaktion auf meinen Bildungsurlaub erlebt, von scheelen Blicken **bis** hin **zu** genervten Kommentaren. Trotzdem glaube ich, man muss im Laufe des Arbeitslebens einfach lernen, so etwas **zu** ertragen. Manche Kollegen sagen auch: ›Das würde ich auch gern mal machen, aber...‹. Ich denke mir dann jedes Mal: ›Ja, dann mach doch!‹«

Bildungsurlaub: Spanisch lernen **und** Wandern in Andalusien

*Andrea, Anfang 60, arbeitet als Flugbegleiterin in einem Luftfahrtunternehmen. Der letzte Bildungsurlaub: Spanisch-Superintensivkurs **und** Wandern in der Sierra de Grazalema in Andalusien.*

›Mittlerweile habe ich an mehr als **zehn** Bildungsurlauben teilgenommen: Ich war zweimal in England, in Frankreich, sechsmal in Spanien **und** zweimal an der Nordsee, beim letzten Mal dort habe ich bei Nonnen gewohnt. Nur einmal hat mein Arbeitgeber einen Urlaub abgelehnt – weil ich die fristgerechte Abgabe um einen Tag verpasst hatte.

›Es ist oft Bequemlichkeit, solche Weiterbildungsmöglichkeiten nicht wahrzunehmen.‹

Seit mehr als 30 Jahren arbeite ich als Flugbegleiterin. Weil ich jedes Mal mit anderen Kolleginnen **und** Kollegen fliege, bleibt nicht mehr Arbeit an ihnen hängen, selbst wenn ich Bildungsurlaub nehme. Erzähle ich von meinen Reisen, sind die Kollegen eher interessiert, nicht neidisch. In unserer Branche ist es üblich, dass Bildungsurlaub rege genommen wird. Manche sagen allerdings, es sei ihnen ja **zu** anstrengend, das **zu** organisieren. Ich glaube, dass es oft Bequemlichkeit ist, solche Weiterbildungsmöglichkeiten nicht wahrzunehmen.

Als Flugbegleiterin ist es ja sinnvoll, Sprachen gut **zu** beherrschen. Klar hätte ich auch einen Kurs an der Volkshochschule absolvieren können. Aber ich mag es **zu** reisen, lerne gern neue Landschaften **und** Städte kennen – Sprachen lernt man dabei ganz nebenbei.

Aber mir ist bewusst, dass man sich Bildungsurlaub auch finanziell leisten können muss. Ich behandle es deshalb wirklich wie Urlaub. Mein Ehemann ist verstorben; wenn jetzt mal eine Freundin absagt, habe ich niemanden, die mit mir in den Urlaub fährt. Bildungsurlaube sind

für mich deshalb auch soziale Aktivitäten: Man lernt immer unterschiedliche Leute kennen **und** kommt schnell ins Gespräch. Mit ein paar Seminarteilnehmern habe ich mich schon so gut verstanden, dass wir uns gleich für den nächsten Bildungsurlaub verabredet haben **und** weiter in Kontakt stehen.«

Bildungsurlaub: Snowboarden am Großglockner

*Jannis Mehler, 31, arbeitet als Teamlead mit technischer Führung bei Continental. Ende Januar 2022 hat er seinen ersten Bildungsurlaub genommen – fünf **Tage** Skifahren am Großglockner. Erfahren hat er davon per Onlinewerbung.*

SPIEGEL: Herr Mehler, Snowboarden im Bildungsurlaub – ist das wirklich notwendig?

Jannis Mehler: Das habe ich mich beim ersten Mal auch gefragt – **und** was mein Chef wohl darüber denkt, wenn ich ihn beantrage. Fleiß ist eine Tugend, so bin ich auf dem Dorf aufgewachsen. Außerdem bin ich ja noch relativ jung **und** will was erreichen, Leistungsdruck mache ich mir also selbst schon genug. Gleichzeitig gefällt mir das Konzept von Bildungsurlaub: Man kann ja auch in einem normalen Urlaub Erfahrungen mitnehmen, die wertschöpfend für das private **und** das berufliche Leben sind. Ein Bildungsurlaub schafft das noch einmal deutlich gezielter. Ich habe zuerst zwei anderen zuständigen Kolleginnen von dem Bildungsurlaub erzählt, **bis** ich meinen Chef gefragt habe. Alle drei waren begeistert. Mit weiteren Kollegen habe ich später ganz offen darüber gesprochen, was **und** warum ich das mache.

»**Mich selbst, aber auch mein neues Team nicht zu überfordern, war mir deshalb wichtig zu lernen.**«

SPIEGEL: Was haben **Sie** gelernt?

Mehler: Vormittags hatten wir Seminare, in denen es etwa um Achtsamkeit, Anzeichen von Burn-out **und** Depressionen **und** Stressresistenz ging. Ich habe kurz vor dem Urlaub die neue Rolle des Teamleads übernommen. Mich selbst, aber auch mein neues Team nicht **zu** überfordern, war mir deshalb wichtig **zu** lernen. Am Nachmittag ging es dann auf die Piste, um die Impulse **und** Inhalte **zu** verinnerlichen.

SPIEGEL: Wie verinnerlicht man denn Arbeitsinhalte auf **einer** Skipiste?

Mehler: An einem Tag haben wir vormittags darüber gesprochen, wie man in den Flow kommt, also hoch konzentriert arbeitet **und** sich von außen nicht ablenken lässt. Am Nachmittag bin ich mit meinem Snowboard **zu einer** Sprungschanze gefahren, dort wollte ich runter. Ich war vorher recht lange am Knie verletzt, deshalb hat mich das große Überwindung gekostet. Mit Achtsamkeitsübungen habe ich versucht, neutral in die Situation **zu** gehen **und** gleichzeitig die Konzentration **zu** steigern – um den Rahmen dafür **zu** schaffen, in den Flow **zu** kommen. Den Sprung habe ich erfolgreich geschafft, obwohl der für mich vermutlich spektakulärer aussah als für andere. Aber ich habe gelernt: Es funktioniert. Ruhig **zu** bleiben, das kann ich mir mit gewissen Stressresilienz-Techniken aufbauen – **und** auch in meinem Arbeitsalltag anwenden. So kann ich auch herausfordernde Situationen meistern **und** sensibler auf drohende Überlastungen in meinem Umfeld reagieren.

Bildungsurlaub: »Auf **zu** neuen Ufern« auf der Nordseeinsel Schiermonnikoog

Frank Bockhorn, 55, arbeitet im Bereich E-Commerce bei einem internationalen Modekonzern.

»Erst vergangenen November habe ich an meinem ersten Bildungsurlaub teilgenommen: ›Zukunftswerkstatt – auf **zu** neuen Ufern‹ auf der Nordseeinsel Schiermonnikoog. Es ging darum, eigene innere Ressourcen **zu** finden **und** neue Ziele abzustecken: Wo stehe ich privat, wo beruflich, wo will ich eigentlich noch hin? Wir waren 16 Teilnehmer, alle waren ungefähr in meinem Alter. Einige steckten in **einer** ähnlichen Sinnkrise wie ich: Was mache ich jetzt noch die letzten **zehn bis** 15 Jahre **bis** zur Rente? In dem Seminar habe ich mich intensiv mit meiner Vergangenheit auseinandergesetzt **und** gelernt, wie ich daraus Kraft ziehen kann. **Und** dass ich manchmal ruhig etwas gelassener sein kann.

»Unternehmen haben scheinbar nicht so viel davon, außer dass die Mitarbeiter vielleicht zufriedener sind.«

Meine direkten Vorgesetzten sitzen in China. Als ich **sie** über den Bildungsurlaub informiert habe, war die erste Rückfrage: ›Was soll das denn?‹ Ich wurde darauf hingewiesen, dass mein Urlaub schon aufgebraucht sei. Es hat eher für Unverständnis gesorgt, dass es in Deutschland das Recht auf fünf weitere bezahlte Urlaubstage gibt, auch bei meinen internationalen Kollegen. Das verstehe ich auch, immerhin stehe ich dann als Ansprechpartner für die Zeit nicht zur Verfügung.

Das Seminar war eben Persönlichkeitsbildung, keine berufliche Weiterbildung. Unternehmen haben scheinbar nicht so viel davon, außer dass die Mitarbeiter vielleicht zufriedener sind. Trotzdem ärgert es mich, dass Arbeitgeber, Betriebsräte **und** Personalabteilungen nicht mehr über Bildungsurlaub aufklären. Wie kann es sein, dass ich 25 Jahre in den unterschiedlichsten Positionen **und** Unternehmen tätig war – **und** von dem Konzept erst in diesem Jahr erfahren habe? Weil ich es eigentlich **kaum** glauben kann, habe ich **extra** noch mal bei uns im Intranet nachgeschaut: kein einziger Hinweis, weder von der Unternehmensführung noch vom Betriebsrat. Gerade in Zeiten, in denen viel über Stressresilienz **und** Burn-out geredet wird, ist das für mich absolut unverständlich.«

Einzelabbildung



© SPIEGEL-Verlag Rudolf Augstein GmbH & Co. KG

93c28f7a-a24b-4a36-a005-
303a1c2ef2d8

208345025 Poly_spon-93c28f7a-a24b-4a36-a005-
303a1c2ef2d8

DIGASV 03.01.2023,
10:05:00