

Pressemitteilung

## Freelancer-Kompass 2026: Jeder zweite Selbstständige sorgt sich um seinen Ruhestand, trotz hoher Eigenleistung

- 76 Prozent sehen keine passenden politischen Rahmenbedingungen für Freiberufler
- Scheinselbstständigkeit bleibt größtes Rechtsrisiko
- Durchschnittlich 1.170 Euro legen Freelancer monatlich für ihre Altersvorsorge zurück

**Nürnberg, 3. März 2026** – Es wird Zeit, dass sich die Politik endlich kümmert: Ergebnisse aus dem Freelancer-Kompass 2026 machen deutlich, dass es Freelancern vor allem an Planungssicherheit fehlt. Sei es Altersvorsorge oder Scheinselbstständigkeit, 76 Prozent kritisieren die politischen Bedingungen für Selbstständige. Gleichzeitig sorgt sich jeder Zweite (55 Prozent) um die eigene finanzielle Situation im Alter. Der Freelancer-Kompass ist die größte Erhebung zum Thema Selbstständigkeit im deutschsprachigen Raum.

Freelancer finanzieren ihre soziale Absicherung eigenständig. Im Durchschnitt legen sie 1.170 Euro pro Monat für ihre Altersvorsorge zurück, der Median liegt bei 800 Euro. Trotz dieser vergleichsweise hohen Eigenleistung blickt gut jeder Zweite mit Sorge auf den Ruhestand. Sechs Prozentpunkte mehr als 2025. Im Vorjahr gaben dies noch 49 Prozent der Freelancer an. 80 Prozent der Befragten können sich nun sogar vorstellen, über das offizielle Renteneintrittsalter hinaus weiterzuarbeiten.

Diese Zahlen sind auch mit Blick auf die aktuelle rentenpolitische Debatte relevant. Während in Berlin über Modelle wie eine „Aktivrente“ diskutiert wird, die längeres Arbeiten attraktiver machen soll, bleiben Selbstständige von entsprechenden Regelungen bislang unberücksichtigt. Zugleich sieht der Koalitionsvertrag vor, Selbstständige künftig stärker in das Rentensystem einzubeziehen. Für Freelancer stellt sich damit die Frage, wie Eigenverantwortung, freiwillige Vorsorge und staatliche Integration sinnvoll miteinander verbunden werden können. Denn: Wer eigenverantwortlich vorsorgt, ist zugleich auf verlässliche rechtliche Rahmenbedingungen angewiesen. Genau hier sehen viele Freelancer jedoch erhebliche Defizite, insbesondere bei der Bewertung ihrer Selbstständigkeit.

### Rechtliche Unsicherheit belastet wirtschaftliche Perspektive

Als größtes strukturelles Problem nennen Freelancer die Regelungen zur Scheinselbstständigkeit. 62 Prozent sehen hier erhebliche rechtliche Unsicherheiten. Jeder Vierte berichtet, dass Projekte nicht zustande kamen, um mögliche Risiken zu vermeiden.

Auch Sozialversicherungspflicht (33 Prozent), fehlende Interessenvertretung (31 Prozent), Steuerrecht und Altersvorsorge (jeweils 30 Prozent) zählen zu den Bereichen, in denen die Befragten deutliche Defizite sehen.

Bereits im Freelancer-Kompass 2025 forderten 79 Prozent klare Regelungen und mehr Rechtssicherheit. Auch 2026 bleibt der Reformdruck hoch. 67 Prozent geben an, dass politische Unsicherheit ihnen mit Blick auf ihre Auftragslage starke oder sehr starke Sorgen bereitet.

„Wer sich selbstständig macht, entscheidet sich bewusst für unternehmerisches Risiko und Eigenverantwortung. Dieser Mut braucht jedoch verlässliche rechtliche Rahmenbedingungen“, sagt **Thomas Maas, CEO bei freelancermap**. „Wenn Selbstständigkeit im Rahmen von Einzelfallprüfungen immer wieder neu bewertet wird, entsteht Unsicherheit, die wirtschaftliche Entscheidungen erschwert. Dass sich gut drei Viertel unzureichend vertreten fühlen und

gleichzeitig mehr als die Hälfte um ihren Ruhestand sorgt, ist ein deutliches Signal. Wir brauchen klare Positivkriterien für Selbstständigkeit, eine Reform des Statusfeststellungsverfahrens und weniger Bürokratie. Nur so entsteht echte Planungssicherheit.“

## **Bürokratie als zusätzlicher Belastungsfaktor**

Neben rechtlicher Unsicherheit nennen viele Freelancer bürokratische Anforderungen als weiteres zentrales Problem. Besonders belastend empfinden sie Steuererklärungen (52 Prozent), Buchhaltung (42 Prozent), Verträge und rechtliche Formalitäten (37 Prozent), Sozialversicherungen (25 Prozent) sowie Registrierungsspflichten (15 Prozent).

Der Freelancer-Kompass 2026 zeigt: Die politische Unsicherheit ist kein neues Phänomen. Sie ist strukturell. Ohne klare gesetzliche Definitionen, weniger Bürokratie und eine realitätsnahe Regulierung droht die dauerhafte Schwächung einer zentralen Gruppe der projektbasierten Wissensökonomie.

+++

## **Zum Freelancer-Kompass und der Methodik**

Seit über zehn Jahren liefert der Freelancer-Kompass die umfassendste Datengrundlage zur Selbstständigkeit im deutschsprachigen Raum. Die Studie beleuchtet Arbeitsbedingungen, Preis- und Einkommensentwicklungen, Akquise-Strategien, Zufriedenheit sowie fachliche und strukturelle Herausforderungen – und berücksichtigt dabei stets auch die Perspektive der Unternehmen.

Für die kommende Ausgabe 2026 wurde die Methodik erstmals weiterentwickelt: Statt einer einmal jährlich erhobenen Großumfrage mit über achtzig Fragen setzt freelancermap nun auf mehrere thematische Erhebungswellen, die ein noch präziseres Bild der aktuellen Situation von Freelancer ermöglichen. Die hier genannten Ergebnisse stammen aus der dritten Befragung, die vom 12. Januar bis 8. Februar unter mehr als 1.300 Teilnehmenden durchgeführt wurde.

Der vollständige Freelancer-Kompass 2026 erscheint Anfang März und fasst alle Befragungswellen zusammen. Eine Übersicht der Ergebnisse steht unter [www.freelancermap.de/freelancer-kompass](http://www.freelancermap.de/freelancer-kompass) bereit.

+++



[Portrait Thomas Maas, CEO freelancermap](#) (Bildnachweis: freelancermap)

## **Über Thomas Maas**

Thomas Maas führt seit 2011 freelancermap, die größte Plattform für Freelancer im deutschsprachigen Raum. Als Stimme der Branche setzt er sich dafür ein, dass Freelancing als Rückgrat der Arbeitswelt von morgen endlich den verdienten gesellschaftlichen Stellenwert erhält. Mit dem jährlichen Freelancer-Kompass, der umfassendsten Studie zur Situation und den Trends im Freelancing, bringt er die Herausforderungen und Chancen der Branche ins Rampenlicht und gibt dem öffentlichen Diskurs über die Zukunft der Arbeit neue Impulse.

## Über freelancermap

freelancermap ist mit mehr als 340.000 Mitgliedern die größte Freelancing-Plattform im deutschsprachigen Raum, auf der Freiberufler:innen und Unternehmen komfortabel zueinanderfinden können. Der 2005 gegründete Branchen-Pionier hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Zusammenarbeit von Freelancern und Auftraggeber:innen zu vereinfachen und Freelancing zum Rückgrat der Arbeitswelt von morgen zu machen. Mit über 5.000 neuangemeldeten Mitgliedern pro Monat wächst freelancermap beständig und wurde mehrfach von FOCUS BUSINESS als Top-Karriereportal und dem Deutschen Institut für Service Qualität als bestes Online-Portal in der Kategorie Spezialjobbörsen ausgezeichnet. Zusätzlich liefert freelancermap jährlich mit dem [Freelancer-Kompass](#) repräsentative Trends und Entwicklungen der Freelancer-Branche.

## Pressekontakt

Alexander Becker | Agentur Frau Wenk GmbH | [presse@freelancermap.de](mailto:presse@freelancermap.de)