

Alleinerziehende in der Berufs- und Laufbahnberatung

Herausforderungen



Lebenssituation

Die meisten alleinerziehenden Mütter und Väter befinden sich in komplexen Lebenssituationen mit grossen Mehrfachbelastungen. Anders als Eltern in Paarfamilien sind sie oftmals sowohl **Hauptbetreuende** als auch **Haupternährerin** oder -ernährer der Familie. Viele müssen sich deshalb beruflich verändern.

- So müssen Alleinerziehende nach einer Trennung oder Scheidung wieder in den Beruf einsteigen oder von einer kleinen Teilzeitbeschäftigung zu einem grösseren Arbeitspensum wechseln.
- Berufstätige Alleinerziehende müssen sich neu orientieren, um die Betreuung der Kinder besser mit der Erwerbstätigkeit vereinbaren oder mehr verdienen zu können oder beides.

Gesellschaftliche Rahmenbedingungen

Dass alleinerziehende Mütter und Väter vor ausserordentliche Herausforderungen gestellt sind, ist zum einen den allgemeinen Hürden bei der **Vereinbarung** von Familie und Beruf geschuldet. Hinzu kommen spezifische familienrechtliche **Unterhaltsregelungen** für Einelternfamilien, welche die Alleinerziehenden belasten.

- In Einelternfamilien muss die hauptbetreuende Elternperson für den finanziellen Unterhalt der Familie aufkommen, wenn die andere Elternperson keine oder keine ausreichenden Unterhaltsbeiträge für ihre Kinder zahlen kann.
- Die meisten Alleinerziehenden - 84 Prozent - sind Mütter (Bundesamt für Statistik: Familien in der Schweiz. Statistischer Bericht 2017). Die spezifischen Hindernisse für Frauen im Beruf wie zum Beispiel Benachteiligungen beim Lohn oder geringere Karrierechancen treffen Einelternfamilien deshalb ganz besonders.

Zeit und Geld

Mehrfachbelastungen und knappe zeitliche und finanzielle **Ressourcen** machen die berufliche Veränderung für Alleinerziehende zu einer grossen Herausforderung.

- Alleinerziehende sind in der Regel berufstätig. Rund 70 Prozent der Mütter arbeiten Vollzeit oder mit einem Teilzeitpensum von mindestens 50 Prozent, bei den Vätern sind es etwa 82 Prozent (Bundesamt für Statistik, 2018). Zur Erwerbsarbeit hinzukommen die Betreuung der Kinder und die damit verbundenen vielfältigen Aufgaben und Verpflichtungen. All dies lässt oft kaum Zeit für persönliche Vorhaben.
- Auch die finanziellen Mittel sind häufig stark limitiert. Dies wiederum schränkt die Möglichkeiten für Aus- und Weiterbildung zusätzlich ein. Dabei ist der Druck zur Veränderung gross, da der Familienunterhalt sichergestellt werden muss.

Handlungsspielraum

Die zur Verfügung stehenden Geld- und Zeitressourcen bestimmen, wie gross oder wie klein der individuelle Handlungsspielraum für eine berufliche Veränderung ist. Je nach dem sind grössere oder kleinere **Veränderungsschritte** möglich. Entscheidend ist hier die **Phase**, in der sich die alleinerziehende Person befindet:

- In einer ersten Phase geht es darum, die Existenz der Familie zu sichern.
- Erst wenn eine gewisse wirtschaftliche und berufliche Stabilität erreicht ist, können neue Berufsideen und Berufsmöglichkeiten angegangen werden.

Schwerpunkte der Beratung



Vorbereitung

Eine vertiefte Vorbereitung auf die Berufs- und Laufbahnberatung lohnt sich. Je besser die **Beraterin**, der Berater und die **Klientin**, der Klient auf das erste Beratungsgespräch vorbereitet sind, desto gezielter kann die Fachperson auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse der beratenen Person eingehen.

- Der **Klient**, die Klientin setzt sich in der Beratung intensiv mit den eigenen Interessen, Kompetenzen, Ressourcen, Lebenssituation und Zielen auseinander. Es empfiehlt sich, sich frühzeitig im Vorfeld der Beratung Gedanken zu diesen Themen zu machen.
- Hilfreich ist, Gedanken und Ideen schriftlich festzuhalten, egal in welcher Form. Wichtig ist, überhaupt mit Aufschreiben zu beginnen und alle Einfälle zu notieren.
- Wertvoll kann in dieser Phase auch der Austausch mit vertrauten Menschen sein. Ohnehin ist es wichtig, das eigene Umfeld über die beruflichen Pläne zu informieren.
- Für die **Fachperson** der Berufs- und Laufbahnberatung sind fundierte Kenntnisse der Lebenslage von Einelfamilien und die vertiefte Auseinandersetzung mit den vielfältigen Aufgaben alleinerziehender Eltern von Vorteil.

Ressourcen und Kompetenzen

Alleinerziehende kennen ihre Berufskompetenzen oft zu wenig, insbesondere wenn es Lücken in ihrer Laufbahn gibt. Bei der Zusammenstellung des **Kompetenzprofils** leistet die Fachperson deshalb wertvollen Support. Zudem sind die Themen **Zeit und Geld** bei der Erfassung der vorhandenen Ressourcen von entscheidender Bedeutung.

- Die Fachperson weist auf die arbeitsrelevanten Kenntnisse und Fähigkeiten hin, die die beratene Person auch in der Familienarbeit oder in einer ehrenamtlichen Tätigkeit erworben hat, macht sie auf vorhandene Stärken aufmerksam machen und zeigt auf, wie sie diese beim Bewerben selbstbewusst einbringen kann.
- Die konkrete Auseinandersetzung mit dem Thema Zeit und Geld kann neue Ideen bringen, um die engen Ressourcen auszuweiten. Auf jeden Fall bringt sie Klarheit im Hinblick auf die aktuelle Situation und den individuellen Handlungsspielraum für Veränderung.

Veränderungsschritte

Aufgrund ihrer Lebenssituation können Alleinerziehende ihre Berufswünsche oft nicht direkt angehen. Sie müssen sie zurückstellen und sich vorerst in kleinen Schritten anderen Zielen zuwenden. Oftmals müssen sie sich auch ganz von Hoffnungen und Träumen verabschieden. Das alles ist schwierig und erfordert viel Geduld. Die Fachperson ist hier gefordert:

- Sie zeigt auf, welche Schritte in der jeweiligen Lage realisierbar sind und welche nicht.
- Sie kann helfen, allfällige Enttäuschung aufzufangen, den Appetit auf kleine Schritte wecken und ermutigen, sich auf neues Terrain vorzuwagen, dran-zubleiben und nicht aufzugeben – auch wenn der Weg lange ist.

Umsetzung

In der Phase der Umsetzung sind Fachwissen und Begleitung durch die Fachperson ebenfalls gefragt.

- Sie kann zum Beispiel die Klientin, den Klienten bei Kontakten mit der Arbeitswelt unterstützen, die Einblicke ins gewünschte Berufsfeld geben.
- Solche Aktivitäten erweitern das Blickfeld, machen Mut und bringen neue Kontakte.

Weitere Infos unter www.svamv-fsfm.ch