

# IV. Familie und Beruf



## IV.1. Mit Kind(ern) in Arbeit: Chance – Herausforderung – Risiko?

Mit Kindern berufstätig zu sein, wird Sie vor viele Herausforderungen stellen.

Kinder zu erziehen und gleichzeitig einer Arbeit oder einer Ausbildung nachzugehen oder an einer Fördermaßnahme teilzunehmen, ist nicht immer einfach.

Bevor Sie in Ihre individuelle Berufsplanung einsteigen, sollten Sie sich grundsätzlich zu folgenden Themen Gedanken machen:

- Viele Frauen übernehmen die Haus- und Familienpflichten (Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen) alleine, Alleinerziehende sowieso. Es droht Doppelbelastung durch Familie und Beruf. Können/wollen Sie sich neu organisieren und die Haus- und Familienarbeit mit Ihrer Lebenspartner\*in partnerschaftlich teilen? Auch die Kinder können altersgerecht Aufgaben übernehmen.
- Es sind immer noch hauptsächlich Mütter, die Elternzeit in Anspruch nehmen und danach in Teilzeit arbeiten, um die Kinder oder zu pflegende Angehörige versorgen zu können. Frauen, die eigentlich mehr arbeiten wollen und müssten, beschränken

sich daher eher auf Minijobs und Teilzeitarbeit und sind Zuverdiener statt Hauptverdiener. Die Folgen können zum Beispiel sein kein selbstversorgendes Einkommen und weniger Rente. Alle Männer können (lernen) einen Haushalt (zu) führen und Kinder (zu) betreuen und übernehmen vielleicht auch gerne ihren Teil der Elternzeit als Chance, sich für eine bestimmte Zeit ganz der Familie widmen zu können. Sie haben die Möglichkeit, für sich in Ihrer Partnerschaft gleiche Rechte und gleiche Chancen in Familie und Beruf zu fordern und zu verhandeln.

- Frauen, die sich beruflich weiterentwickeln möchten, riskieren durch Teilzeitarbeit, bei Fortbildungschancen, Einkommenssprüngen und Karrieremöglichkeiten übergangen zu werden.
- Je länger Ihre berufliche Auszeit ist, desto schwieriger wird auf Grund der schnellen fachlichen und technischen Entwicklung in allen Branchen der berufliche Wiedereinstieg sein.

Wir Mitarbeitende des KreisJobCenters unterstützen Sie gerne dabei, passende Lösungen für Ihre individuelle Lebenssituation zu

finden, und stehen für ein telefonisches oder persönliches Gespräch zur Verfügung.

## Ihre Kontakte

### Ihr Fallmanagement

oder

### Beraterin für den Wiedereinstieg

#### Christina Endrulat

Telefon: 06421 405-7118

E-Mail: [EndrulatC@marburg-biedenkopf.de](mailto:EndrulatC@marburg-biedenkopf.de)

oder

### Ihre Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

#### Beate Stendenbach

Telefon: 06421 405-7224

E-Mail:

[StendenbachB@marburg-biedenkopf.de](mailto:StendenbachB@marburg-biedenkopf.de)

oder

### KuK (Kind und Karriere) Center

Telefon: 06421 4870893

## IV.2. So kann ich Beruf und Familie besser vereinbaren!

Am besten beginnen Sie schon während der Elternzeit mit der Planung Ihres beruflichen Wiedereinstiegs. Wir unterstützen Sie dabei gerne! Beziehen Sie Ihre Familie und vor allem Ihre Arbeitgeber\*in mit in Ihre Planungen ein. Überlegen Sie, welche Arbeitszeit am besten zu Ihren beruflichen und familiären Pflichten, Ihrer Kinderbetreuung und Ihrer Mobilität passt.

Bleiben Sie während der Elternzeit in Kontakt zu Ihren Kolleg\*innen und Vorgesetzten und

### Mögliche Fragen für Ihren Wiedereinstieg:

- ✓ Wie organisiere ich (mit dem anderen Elternteil) eine Kinderbetreuung und was mache ich, wenn ich keinen (ausreichenden) Platz bekomme?
- ✓ Die Wunscharbeitszeit von vielen Müttern zwischen 9 und 12 Uhr gibt es kaum noch. Wie organisiere ich mich mit Arbeitszeit, Kinderbetreuung, Randzeitenbetreuung, Schicht- und Wochenenddiensten und meiner Mobilität?
- ✓ Wie schütze ich mich vor Doppelbelastung und wen kann ich mir als Hilfe holen?
- ✓ Traue ich mir zu, trotz Familienpflichten eine Arbeit, Ausbildung oder Qualifizierungsmaßnahme zu beginnen?



halten Sie sich fachlich auf dem Laufenden. Sorgen Sie frühzeitig (Anmeldung mindestens ein Jahr vorher) für eine sichere Kinderbetreuung, die auch Ferien- und Notfallbetreuung umfasst. Klären Sie mit Ihrer Partner\*in, in welchem Umfang sie sich mit um die Kinderbetreuung kümmern wird. Binden Sie Großeltern, Babysitter, Freunde und andere mit ein.

Sie sind nicht alleine zuständig für die Versorgung von Haushalt und Familie. Organisieren Sie Ihren Alltag neu und verteilen Sie Aufgaben an Partner\*in und Kinder.

### Ihr Berufstätigkeit als Chance:

Bei allem möglichen Organisationsstress ist es auch wichtig, sich darüber Gedanken zu machen, welche Vorteile sich für Sie, Ihre Partner\*in und die einzelnen Familienmitglieder durch Ihren beruflichen Wiedereinstieg ergeben. Wie gehen Sie als Familie mit den damit einhergehenden Veränderungen um? Kann die Familie Ihren Wiedereinstieg als Chance für alle sehen?

Planen Sie gemeinsam die einzelnen Schritte des beruflichen Wiedereinstiegs und sorgen dafür, dass die Interessen von Ihnen, Ihrer Familie und Ihrer Partnerschaft berücksichtigt werden? Wie verteilen Sie die Aufgaben in Ihrer Familie? Wie schaffen Sie Freiräume für Erholung und Entspannung und gemeinsame Zeit für alle?

### IV.3. So möchte ich arbeiten!

Flexible Arbeitszeitmodelle helfen Ihnen, Beruf und Familienpflichten besser miteinander zu vereinbaren. Es gibt folgende Arbeitszeitmodelle in zahlreichen Variablen:

**Vollzeit und Teilzeit unflexibel:** Arbeitsbeginn und Arbeitsende sind festgelegt.

**Gleitende Arbeitszeit:** Neben der vereinbarten Kernarbeitszeit können Arbeitsbeginn und Arbeitsende im Rahmen der festgelegten Arbeitszeit individuellen Bedürfnissen ent-

## TIPP < < < < < <

Diese Gedanken sollten Sie vermeiden:

- ✓ Ich muss alles alleine machen.
- ✓ Ich muss alles perfekt machen.
- ✓ Ich habe ein schlechtes Gewissen, weil ich weniger Zeit für meine Familie habe.

sprechend selbst gestaltet werden und die Arbeitszeit wird über Zeitkonten erfasst.

**Arbeit mit Zeitkonten flexibel:** Hier sind individuelle Regelungen möglich wie zum Beispiel die Festlegung von Obergrenzen für Zeitguthaben und Zeitschulden.



**Vertrauensarbeitszeit:** Ziele und Ergebnisse der zu leistenden Arbeit werden mit dem Arbeitgeber vereinbart. Wann und wie viel die Beschäftigten arbeiten, um diese Ergebnisse zu erzielen, bleibt ihnen überlassen.

**Jobsharing:** Teilung einer Vollzeitstelle mit einer anderen Person.

**Homeoffice:** Ein Teil oder die ganze Arbeitszeit wird von zu Hause aus geleistet.

## TIPP < < < < < <

Diese Gedanken sollten Sie stärken:

- ✓ Ich freue mich auf meine Arbeit und darauf, neue Impulse außerhalb meiner Familie zu bekommen.
- ✓ Ich freue mich auf ein eigenes Gehalt und auf Kolleg\*innen und Vorgesetzte, die mir Anerkennung und Wertschätzung entgegenbringen.
- ✓ Berufstätigkeit tut mir gut.
- ✓ Happy wife, happy life!
- ✓ Ich bin Vorbild für meine Kinder.

## IV.4. Netzwerken

In beruflichen und privaten Netzwerken können Frauen sich gegenseitig unterstützen, um ihre beruflichen oder privaten Ziele zu erreichen.

Brauchen Sie als berufstätige Mutter ein Netzwerk? Auf jeden Fall!

- Sie müssen kurzfristig Überstunden leisten und brauchen jemanden, der Ihr Kind vom Kindergarten abholt und betreut?
- Sie müssen samstags arbeiten und haben keine Kinderbetreuung?
- Sie sind krank und können nicht einkaufen für sich und Ihre Kinder?
- Sie suchen jemanden, mit dem Sie sich austauschen können über Ihre Situation? Binden Sie nicht nur mögliche Partner\*innen oder die Großeltern in Ihr Unterstützungsnetzwerk ein. Freund\*innen, Nachbarn oder andere Eltern aus dem Kindergarten haben möglicherweise ein genauso starkes Interesse an einem gemeinsamen Netzwerk wie Sie.



## IV.5. Kinderbetreuung

Kinderbetreuung sollte günstig, wohnortnah, kindgerecht, wenig störanfällig und ausreichend sein, damit Eltern mit einem guten Gefühl arbeiten gehen können. Eine gute und ausreichende Kinderbetreuung ist nicht nur wichtig, um mit Kindern berufstätig sein zu können. Kinder brauchen andere Kinder für ihre Entwicklung, auch schon in jungen Jahren, und haben das Recht, die Entwicklungs- und Fördermöglichkeiten einer professionellen Kinderbetreuung nutzen zu können.



### IV.5.1. Ihr Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung!

Jedes Kind hat ab dem zweiten Lebensjahr bis zur Einschulung einen Rechtsanspruch auf Kita- oder Kigabetreuung mit mindestens 20 Wochenstunden Betreuung.

**Das Recht auf einen Betreuungsplatz ist unabhängig von den Einkommensverhältnissen der Eltern und davon, ob diese berufstätig oder arbeitslos sind.**

Eltern müssen zunächst selbstständig nach einem Betreuungsplatz suchen und es besteht kein Anspruch auf einen Platz in der Wunsch-Kita. Finden die Eltern keinen Betreuungsplatz, muss die Kommune einen wohnortnahen Platz zur Verfügung stellen. Das heißt, der Kindergarten muss mit öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb von 30 Minuten erreichbar sein und die Entfernung darf höchstens 5 Kilometer betragen.

Bei einem Ablehnungsbescheid durch das Jugendamt können Eltern Widerspruch einlegen, um den Betreuungsplatz gerichtlich einzufordern oder Kostenerstattung für alternative Betreuungsmodelle zu fordern. Für die Umsetzung des Rechtsanspruchs auf einen Betreuungsplatz ist die jeweilige Kommune zuständig.

Möchten Sie Ihr Kind, das noch kein Jahr alt ist, betreuen lassen, so steht Ihnen ein Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung unter folgenden Voraussetzungen zu:

- Sie arbeiten, treten in Kürze eine Arbeitsstelle an oder sind aktiv auf der Suche nach einer Arbeitsstelle.
- Sie machen eine Ausbildung oder nehmen an einer beruflichen Bildungsmaßnahme teil.
- Sie beziehen Leistungen zur Eingliederung in Arbeit im Sinne des SGB II.

### IV.5.2. Betreuungsangebote für Ihr Kind

#### Kita – Kinderkrippe

**Alter:** 0 – 3 Jahre

**Träger:** Universitätsstadt Marburg, alle Gemeinden im Landkreis, kirchliche und freie Träger, gemeinnützige Vereine, Betriebskrippen wie zum Beispiel bei UKGM, CSL Behring, Philipps-Universität

**Betreuungsgebühren:** unterschiedlich

**Betreuungszeiten:** in der Regel 7 – 17 Uhr, nach Bedarf und freien Plätzen

#### Kindergarten/Kindertagesstätte

**Alter:** 3 Jahre bis Schuleintritt

**Träger:** Universitätsstadt Marburg, alle Gemeinden im Landkreis, kirchliche und freie Träger, gemeinnützige Vereine, Betriebskindergärten wie zum Beispiel bei CSL Behring, Philipps-Universität

**Betreuungsgebühren:** unterschiedlich

**Betreuungszeiten:** in der Regel 7 – 17 Uhr, nach Bedarf und freien Plätzen

#### Kindertagespflege durch Tagesmutter

**Alter:** 0 – 3 Jahre

**Träger:** ausgebildete und vom Jugendamt nach § 43 SGB VIII zugelassene Tagesmütter, die in ihrem Haushalt bis zu 5 Kinder betreuen. Kontakt über die Kommunen, Tagesmütter Marburg und Landkreis e.V. oder [www.tagesmuetter-marburg-landkreis.de](http://www.tagesmuetter-marburg-landkreis.de)

**Betreuungsgebühren:** in Stadt und Landkreis unterschiedlich

**Betreuungszeiten:** unterschiedlich, teilweise nach Absprache möglich

#### Betreuung vor und nach der Schule

**Alter:** In der Regel für das Grundschulalter, wenige Angebote in weiterführenden Schulen im Rahmen Ganztagschule. Unterschieden wird in Ganztagschule, Mittags- und Hausaufgabenbetreuung bis 14 Uhr, Hortbetreuung bis 15 Uhr und vieles mehr.

**Träger:** Kommunen oder Fördervereine

**Betreuungsgebühren:** unterschiedlich

**Betreuungszeiten:** unterschiedlich

**Für Kund\*innen des KreisJobCenters ist die Vorschulbetreuung und Betreuung in der Schule auf Antrag bei der wirtschaftlichen Jugendhilfe gebührenfrei.**

#### Suche Kinderbetreuungseinrichtungen

**Stadt Marburg:** [www.marburg.de](http://www.marburg.de)

**Landkreis Marburg-Biedenkopf:**

[www.marburg-biedenkopf.de/kitas](http://www.marburg-biedenkopf.de/kitas)

### IV.5.3. Unser KuK (Kind und Karriere)Center

Das **KuKCenter** ist ein kostenloses Unterstützungsangebot des KreisJobCenters für Familien im SGB-II-Bezug und soll dabei unterstützen, Beruf, Kinderbetreuung und andere Familienaufgaben besser vereinbaren zu können.

Es besteht seit 2011, wird aus kommunalen Mitteln finanziert und durch die Praxis GmbH im Auftrag des KreisJobCenters durchgeführt. Das **KuKCenter** besteht aus zwei Angeboten:



#### KuK Kinderhaus – Kinderbetreuung für den Notfall

Sie möchten kurzfristig einen Vorstellungstermin wahrnehmen oder eine Arbeit, Ausbildung oder Qualifizierung beginnen und haben noch keine Kinderbetreuung? Sie brauchen eine Ferienbetreuung?



Das **KuK Kinderhaus** betreut notfallmäßig Kinder zwischen 1 und 12 Jahren von Eltern, die eine Ausbildung, eine Arbeit, ein Praktikum oder eine Qualifizierungsmaßnahme beginnen oder sonstige berufliche Termine wahrnehmen müssen und noch keine Kinderbetreuung in einer öffentlichen Einrichtung haben. Hier können Sie Ihr Kind betreuen lassen, bis es einen Betreuungsplatz in einer öffentlichen Einrichtung oder bei einer Tagespflegeperson bekommt.

Während der Schulferien bietet das **KuK Kinderhaus** zudem eine Ferienbetreuung für Kinder von 1 bis 12 Jahre an. Qualifizierte Erzieher\*innen/Fachkräfte freuen sich auf Ihre Kinder.

Die Betreuung im **KuK Kinderhaus** ist kostenlos, freiwillig und findet in großen hellen Räumen mit interessantem Außengelände statt. Sie wird über das Fallmanagement beim **KuKCenter** angemeldet.

#### KuKCenter – KuK Kinderhaus Öffnungszeiten

Regelöffnungszeiten: 7 – 17 Uhr  
Randzeitenbetreuung: 6 – 19 Uhr  
nach Absprache möglich

#### Adresse

Temmlerstraße 15  
35039 Marburg

#### Kontakt

Telefon: 06421 4870901  
Mobil: 0151 12629841

E-Mail: [kukkinderhaus@praxisgmbh.de](mailto:kukkinderhaus@praxisgmbh.de)

## KuK hin – Mobile Familienbegleiterinnen

Die Familienbegleiterinnen von **KuK hin** bieten kostenlos folgende Unterstützungsmöglichkeiten an:

- Notfallbetreuung für Ihr krankes Kind in Ihrer Familie, während Sie arbeiten, in Ausbildung sind oder eine Maßnahme besuchen.
- Sie helfen Ihnen, die weitere Betreuung zu sichern und in Notlagen zu organisieren.
- Notfallbetreuung bei wichtigen kurzfristigen beruflichen Terminen wie Prüfungsterminen, Bewerbungsgesprächen und Praktika.
- Unterstützung bei der Organisation der Kinderbetreuung und der Ferienbetreuung.
- Informationen und Beratung zu Fragen der Alltagsbewältigung, der Gesundheit, der Erziehung und kostengünstigen Ernährung.
- Informationen zum Beratungsangebot in Marburg und im Landkreis.

### KuKCenter – KuK hin

#### Adresse

Temmlerstraße 15  
35039 Marburg

#### Kontakt

Telefon: 06421 4870893

Mobil: 0151 14232865

(Stadtallendorf, Biedenkopf, Kreisgebiet, Marburg)

oder 0175 9378667

(Marburg, Kreisgebiet)

E-Mail: [kukhin@praxisgmbh.de](mailto:kukhin@praxisgmbh.de)

## IV.5.4. Ferienbetreuung

Für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist eine zuverlässige und bezahlbare Kinderbetreuung auch in den Ferien wichtig. Die Krippen und Kindergärten haben in der Regel in den Schulferien geöffnet. Ausnahmen sind Schließungen für eine Woche in den Weihnachtsferien und drei Wochen in den Sommerferien. Viele Kindergärten bieten für Berufstätige eine Notfallbetreuung in den Ferien an. Auch für die Grundschüler wird teilweise Ferienbetreuung angeboten, bitte fragen Sie in der zuständigen Schule nach. Zusätzlich gibt es Ferienfreizeitangebote der jeweiligen Jugendförderung und diverser kirchlicher Einrichtungen, Vereine oder Betriebe. Wenn



möglich, sollte die Ferienbetreuung direkt nach Veröffentlichung der Angebote gebucht werden, die Plätze sind schnell vergeben.

**Tipp:** Ein Teil der BuT-Leistungen kann für Ferienfreizeiten ausgegeben werden.

## Der Ferienlotse

Für alle, die eine Ferienbetreuung für ein Kind im Grundschulalter suchen, hat das KreisJobCenter Marburg die Onlineplattform „Ferienlotse“ entwickelt.

Diese ermöglicht es Ihnen, sich schnell und einfach einen Überblick über die Ferienbetreuungsangebote und Ferienspiele im Landkreis Marburg-Biedenkopf und in der Stadt Marburg zu verschaffen und die Anbieter zu kontaktieren. Mit den verschiedenen Suchfunktionen können Sie zum Beispiel nach dem Wohnort, Arbeitsort, Alter des Kindes oder Zeitraum der Betreuung suchen. Überlegen Sie auch, welche Orte auf der Strecke zwischen Wohn- und Arbeitsort liegen, und erweitern Sie die Suche nach dem Veranstaltungsort entsprechend.

Die Anbieter bieten meist Vergünstigungen zum Beispiel für Geschwisterkinder oder bei geringem Einkommen an. Erfragen Sie dies direkt bei dem Anbieter.

Für die Bezieher\*innen von Leistungen nach dem SGB II, von Wohngeld, Kinderzuschlag oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz besteht die Möglichkeit der Bezuschussung nach dem Bildungs- und Teilhabepaket.

**Sie finden den Ferienlotsen unter**  
[www.kjc-ferienlotse.de](http://www.kjc-ferienlotse.de)

## Infos und Beratung zur Pflege

Pflegestützpunkt Standort Marburg  
Am Grün 16, 35037 Marburg  
Telefon: 06421 405-7402  
E-Mail: [pflegestuuetzpunkt@marburg-biedenkopf.de](mailto:pflegestuuetzpunkt@marburg-biedenkopf.de)

### **Pflegestützpunkt Standort Ost – Stadtallendorf**

Niederkleiner Straße 5  
35260 Stadtallendorf  
Telefon: 06428 4472161  
E-Mail: [pflegestuuetzpunkt-ost@marburg-biedenkopf.de](mailto:pflegestuuetzpunkt-ost@marburg-biedenkopf.de)

### **Pflegestützpunkt Standort West – Biedenkopf**

Mühlweg 1½, 35216 Biedenkopf  
Telefon: 06461 793118  
E-Mail: [pflegestuuetzpunkt-west@marburg-biedenkopf.de](mailto:pflegestuuetzpunkt-west@marburg-biedenkopf.de)

### **Für Menschen aus der Stadt Marburg BiP – Beratungszentrum mit integriertem Pflegestützpunkt**

Am Grün 16, 35037 Marburg  
Telefon: 06421 201-1844  
E-Mail: [pflegebuero@marburg-stadt.de](mailto:pflegebuero@marburg-stadt.de)

**Weitere Infos:** Bundesministerium für  
Familie, Senioren, Frauen und Jugend:  
[www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de)

## Infos und Beratung rund um die Pflege

Die Berater\*innen in den Pflegestützpunkten

- informieren zum Beispiel über die Leistungen der Pflegekasse wie die Beantragung von Pflegestufen und die Finanzierung von Pflege- und Versorgungsleistungen,
- helfen beim Ausfüllen von Anträgen,
- unterstützen Sie bei der Suche nach örtlichen Entlastungs- und Unterstützungsangeboten und
- unterstützen Sie bei der Vereinbarkeit von Beruf und Pflege.

Sie können die Leistungen des Pflegestützpunktes in Anspruch nehmen, wenn Sie selbst pflegebedürftig oder behindert sind, Behinderung oder Pflege drohen oder wenn Sie pflegende Angehörige sind. Die Beratung ist neutral und kostenlos.

### **Infos und Tipps:**

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:  
[www.perspektiven-schaffen.de](http://www.perspektiven-schaffen.de) oder [Hier](#)

## Ihr Kind braucht Sie zu Hause?

Möglicherweise haben Sie ein Kind mit Beeinträchtigungen und/oder Pflegestufe und suchen Möglichkeiten, den Anforderungen, die die Pflege Ihres Kindes an Sie stellt, nachzukommen und den Wunsch nach der Aufnahme einer Arbeit oder Ausbildung umzusetzen. In Abhängigkeit von der Pflegestufe Ihres Kindes können Sie von Vermittlungsaktivitäten freigestellt werden. Sprechen Sie mit uns über Ihre Lebenssituation, wir werden einen gemeinsamen Weg finden!



Familienfreundliche  
Maßnahme

## IV.8. Gütesiegel „Familienfreundliche Maßnahme“

Sollten Sie auf Grund Ihrer Belastung durch Familienpflichten besorgt sein, dass Sie keine der Ihnen angebotenen Fördermaßnahmen besuchen können, sprechen Sie bitte Ihre Fallmanager\*in auf Maßnahmen mit dem Gütesiegel „Familienfreundliche Maßnahme“ an. Zu Ihrer Unterstützung können wir Ihnen dort folgende Entlastung bieten:

- Zu Beginn der Maßnahme wird bezüglich der Vereinbarkeit von Maßnahme und Familienaufgaben beraten und ein Kinderbetreuungs- und Pflegefahrplan erstellt.
  - Die Anfangszeiten sind variabel zwischen 8 und 9 Uhr.
  - Die Wochenarbeitszeit kann reduziert werden.
  - Fehlzeiten durch zum Beispiel Schulferien oder Erkrankung der Kinder können über Zeitkonten ausgeglichen werden.
  - Weniger Kurszeiten in den Schulferien.
- Parallel zu unserem breiten Angebot an Integrationsmaßnahmen, Arbeitsgelegenheiten und bedarfsspezifischen Unterstützungsangeboten bieten wir Ihnen die Möglichkeit, an Maßnahmen speziell für Frauen teilzunehmen. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Fallmanager\*in oder auf unseren Internetseiten unter [www.kreisjobcenter.marburg-biedenkopf.de](http://www.kreisjobcenter.marburg-biedenkopf.de)

## IV.9. Sie sind alleinerziehend?

Familie und Berufstätigkeit zu bewältigen, ist für Alleinerziehende im besonderen Maße eine Herausforderung. Während sich Eltern abwechseln und gegenseitig unterstützen können bei der Organisation der Vereinbarkeit von Fa-



milie und Beruf, der Erziehung der Kinder und der Bewältigung der Alltagsaufgaben, lastet auf Alleinerziehenden in der Regel der Großteil der Arbeit und der Verantwortung alleine. Um dieser großen Herausforderung gerecht zu werden, ist es sinnvoll, sich Unterstützung von außen zu sichern. Scheuen Sie sich nicht, Verwandte, Freunde, andere Eltern oder andere Alleinerziehende oder soziale Einrichtungen mit diversen Unterstützungs- und Beratungsangeboten in Anspruch zu nehmen. Sprechen Sie auch mit uns über Ihre beruflichen Pläne und mögliche Probleme bei deren Umsetzung. Wir werden versuchen, gemeinsam mit Ihnen einen Weg zu finden. Es ist uns ein großes Anliegen, mit Ihnen zusammen eine nachhaltige Arbeit zu finden, die Sie mit Ihren Familienaufgaben bewältigen können. Auch eine Ausbildung und Qualifizierung sind für Alleinerziehende mit guter Planung möglich. Sprechen Sie uns an!

### Nur Mut!

Zu Beginn der Arbeitssuche haben Alleinerziehende oft sicherlich berechtigte Ängste, ob sie der auf sie zukommenden Belastung gewachsen sind und ob sie ihre Kinder gut werden versorgen können. Auch eingeschränkte Betreuungsangebote für Kinder, deren schwierige Versorgung bei Notfällen oder in den Ferien oder die Anforderungen des Arbeitsmarktes in Bezug auf zeitliche Flexibilität bei den Arbeitszeiten erhöhen den Stress von Alleinerziehenden.

Trotz allem weisen Alleinerziehende ein hohes Maß an Zufriedenheit auf. Sie sind meist hoch motiviert, der eigenen Familie ein geregelt Einkommen zu sichern, Vorbild zu sein

und den Kindern einen besseren Lebensstandard zu ermöglichen. Auch die Kinder profitieren von der Berufstätigkeit der Mütter (siehe auch Harvard Studie).

Allein verantwortlich für eine Familie zu sein, kann auf dem Arbeitsmarkt ein Handicap sein. Lassen Sie sich nicht entmutigen! Werben Sie bei potenziellen Arbeitgeber\*innen mit Ihren besonderen Fähigkeiten wie zum Beispiel Organisationsfähigkeit, gutes Zeitmanagement oder die Fähigkeit, auf plötzliche und besondere Herausforderungen reagieren zu können. Wer es schafft, Kinder alleine großzuziehen, ist auf jeden Fall ein Gewinn für jeden Betrieb!

### IV.10. Tipps und Infos zum Thema „Familie und Beruf“

[www.perspektiven-schaffen.de](http://www.perspektiven-schaffen.de)

Perspektive Wiedereinstieg: sehr gute Internetplattform des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

[www.wiedereinstiegsrechner.de](http://www.wiedereinstiegsrechner.de)

Möglichkeiten der Berechnung Ihres voraussichtlichen Brutto- und Nettolohnes.

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Starke-Familien-Checkheft: alle Familien auf einen Blick.

[www.vamv.de](http://www.vamv.de)

Verband alleinerziehender Mütter und Väter Bundesverband e.V.: viele Infos für Alleinerziehende.

[www.vbm-online.de](http://www.vbm-online.de)

Verband berufstätiger Mütter: viele Infos wie zum Beispiel das VBM-Dschungelbuch.

[www.marburg.de](http://www.marburg.de)

Broschüre „Rat & Hilfe für (allein)erziehende Mütter und Väter in Marburg“.

[www.dw-marburg-biedenkopf.de](http://www.dw-marburg-biedenkopf.de)

Broschüre „Was geht mit wenig Geld?“

[www.kreisjobcenter.marburg-biedenkopf.de](http://www.kreisjobcenter.marburg-biedenkopf.de)

Informieren Sie sich über die Unterstützungsangebote des Kreisjobcenters, zum Beispiel über die Angebote des KuKCenters.

[www.kjc-ferienlotse.de](http://www.kjc-ferienlotse.de)

Ferienangebote für Grundschul Kinder im Landkreis Marburg-Biedenkopf