

durchstarten



Familie und Beruf

WIEDEREINSTIEG

Neu starten: bestens
vorbereitet zurück in den Beruf

VEREINBARKEIT

Alles geregelt: Arbeit und
Familie im Einklang

ALLEINERZIEHEND

Unterstützung finden: von
Ausbildung bis Kinderbetreuung



**Bundesagentur
für Arbeit**

FAMILIE UND BERUF – BEIDES IST MÖGLICH

Es gibt Zeiten im Leben, in denen die Familie im Mittelpunkt steht. Vielleicht haben Sie einen Angehörigen gepflegt oder Ihre Kinder betreut und sich deshalb eine Weile aus dem Berufsleben zurückgezogen. Jetzt planen Sie, wieder einzusteigen? Bestens! Denn ein Wiedereinstieg bringt viele Vorteile. Dieses Themenheft möchte Sie auf Ihrem Weg zurück in die Arbeitswelt motivieren und unterstützen – mit Informationen, Tipps und Erfolgsgeschichten von Wiedereinsteigerinnen.

IMPRESSUM

Herausgeber

Bundesagentur für Arbeit, Nürnberg

Verlag

Meramo Verlag GmbH,
Gutenstetter Straße 8d, 90449 Nürnberg
Tel. 0911 937739-0
Fax 0911 937739-99
E-Mail: redaktion@meramo.de

Redaktion Berufsfeldmedien

Gesamtleitung: Rainer Möller
Chefredaktion: Andreas Seidl
Redaktion: Evelyn Schulz
Art Direktor: Nero A. Kaiser
Stellv. Art Direktor: Viviane Schadde
Gestaltung: Claudia Costanza, Nicole Weber
Titelfoto: Martin Rehm
Wir fotografierten bei IRS in Nürnberg und bedanken uns für die freundliche Unterstützung.

Autorinnen

Gabriele Müller, Sabine Schrader, Veronika Wiggert

Druck

Alpha print Medien AG, Darmstadt

Redaktionsschluss

Mai 2015

Haftungsausschluss

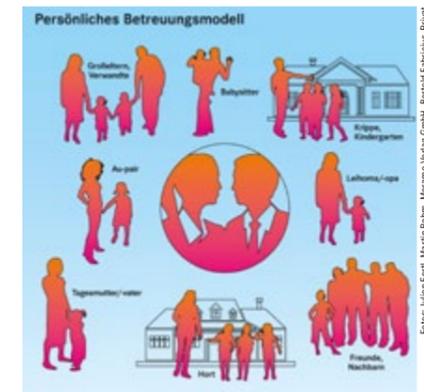
Für die Richtigkeit der Eintragungen kann – auch wegen der schnellen Entwicklung in Gesellschaft, Wirtschaft und Technik und der großen regionalen Unterschiede – keine Haftung übernommen werden. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Agentur für Arbeit, ob in der Zwischenzeit in einzelnen Punkten Änderungen eingetreten sind.

Copyright

© Bundesagentur für Arbeit
Alle Rechte vorbehalten. Der Nachdruck, auch auszugsweise, sowie jede Nutzung der Inhalte bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. In jedem Fall ist eine genaue Quellenangabe erforderlich. Bilder dürfen grundsätzlich nicht genutzt werden. Mit Namen gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wieder.

Bestellungen

Das Heft kann über den Bestellservice der Bundesagentur für Arbeit im Internet bezogen werden: www.ba-bestellservice.de



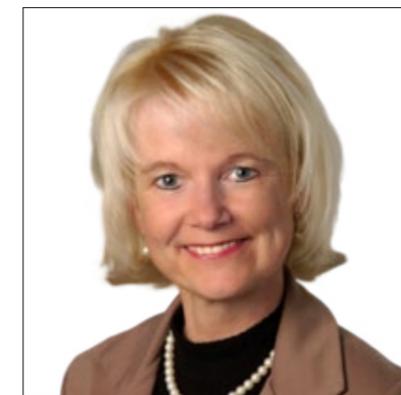
Kinderbetreuung

Welches Modell passt zu uns? **20**



Wiedereinstieg

Selbstbewusst und gut beraten zurück in den Beruf **4**
alleingelassen **24**



Porträts

Vier Frauen und ein Mann erzählen von ihrem Wiedereinstieg **6**

Interview

„Beruf ist mehr als Existenzsicherung“ **18**

Alleinerziehend

... aber nicht alleingelassen **24**

Weitere Themen

Praxistipps
Stolpersteine umgehen **11**

Häufige Fragen
zu Elterngeld,
Pflegezeit & Co. **12**

Wiedereinstiegsscheck
Tipps und
Denkanstöße **14**

MEIN WIEDEREINSTIEG, MEINE VORTEILE

Die Familienarbeit war erfüllend und sinnvoll. Doch jetzt möchten Sie beruflich wieder durchstarten. Eine gute Entscheidung, denn der Wiedereinstieg in den Beruf bringt Ihnen viele Vorteile. Hilfreiche Angebote unterstützen Sie auf Ihrem Weg zurück auf den Arbeitsmarkt.

eine Familie am Laufen halten? Das kann Knochenarbeit und Vollzeitjob sein. Wenn Sie sich über einen längeren Zeitraum der Betreuung ihrer Kleinkinder oder der Pflege eines Familienangehörigen gewidmet haben, haben Sie wertvolle Arbeit geleistet. Gleichzeitig mussten Sie vielleicht beruflich zurückstecken, sind aus Ihrem erlernten Beruf ausgestiegen oder konnten Ihre Ziele nicht weiterverfolgen. Sollten Sie nun an einen Wiedereinstieg ins Berufsleben denken, dann seien Sie versichert: Es lohnt sich. Mit der Rückkehr ins Erwerbsleben eröffnen sich neue Chancen und es bringt Freude, die eigenen Talente einzubringen. Zudem können Sie auf vielfältige Angebote zurückgreifen, die Ihnen diesen Schritt erleichtern, etwa auf das Programm „Perspektive Wiedereinstieg“ (siehe Kasten). Und sollten Sie sich nicht sicher sein, ob Sie in der Arbeitswelt überhaupt noch gefragt sind, dann bedenken Sie: In der Familienpause haben Sie Kompetenzen bewiesen, die auch viele Unternehmen schätzen, etwa die Fähigkeit zu organisieren und flexibel auf Unvorhergesehenes zu reagieren.

Mehr Geld für jetzt und später

Klar ist: Finanziell bringt der (erneute) Einstieg ins Erwerbsleben deutliche Vorteile mit sich. Die Berufstätigkeit führt dazu, dass Sie wieder über einen eigenen Verdienst verfügen – das gibt Sicherheit und eine gewisse Unabhängigkeit. Zudem fließt mehr Geld in die Familienkasse. Eine Erwerbstätigkeit wirkt sich außerdem positiv auf Ihre Rentenansprüche aus. Doch es gibt noch weitere Vorteile: Wenn Sie bereits vor der familienbedingten Phase gerne gearbeitet, viel Zeit und Energie in den Beruf gesteckt haben, werden Sie den Anschluss wiederfinden und können erneut Ihre fachlichen Kompetenzen einbringen.

Beratung beim Wiedereinstieg

Grundsätzlich ist es ratsam, den Wiedereinstieg frühzeitig und sorgfältig zu planen. Dabei können Sie von Hilfeleistungen,



Zurück im Beruf und immer noch genug Zeit für die Familie – ist der Wiedereinstieg sorgfältig geplant, geht beides.

Unterstützungsangeboten und Netzwerken profitieren. Die Agenturen für Arbeit vor Ort bieten Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteigern vielfältige Beratungsangebote an, etwa in Form von Vorträgen oder Kursen. Hier erfahren Sie zum Beispiel, ob eine Weiterbildung sinnvoll sein könnte, welche Arbeitgeber infrage kommen und wie Sie sich bewerben. Wer noch keine abgeschlossene Berufsausbildung hat, für den stellt eine Ausbildung in Teilzeit eine Möglichkeit dar, am Arbeitsmarkt Fuß zu fassen. In jedem Fall ist es hilfreich, sich zu vernetzen. Im Austausch mit anderen ist es oft leichter, sich seiner Wünsche bewusst zu werden. Hierzu finden Sie beispielsweise im Internet entsprechende Plattformen.



Eltern wollen ihre Kinder gut betreut wissen, während sie arbeiten.

Regelungen für eine bessere Vereinbarkeit

Gesetzliche Regelungen, aber auch spezielle Förderprogramme tragen dazu bei, dass sich Beruf und Familie in Deutschland immer besser vereinbaren lassen. So schreibt etwa das neue Pflegestärkungsgesetz vor, dass Familienangehörige nach einer sechsmonatigen Pflegeauszeit einen Rechtsanspruch darauf haben, ihre Tätigkeit wieder voll aufnehmen zu können. Wer einen pflegebedürftigen Angehörigen bis zu zwei Jahre zu Hause pflegt, darf auf Basis der aktuellen Gesetzeslage seinen Beruf in Teilzeit ausüben. Mindestens fünfzehn Wochenstunden sind Pflicht, die Lohnansprüche werden entsprechend gekürzt.

Väter und Mütter, die ihr Kind bis zu dessen drittem Lebensjahr selbst betreuen möchten, haben Anspruch auf Elternzeit. In dieser Zeit ruht das Beschäftigungsverhältnis, bleibt aber weiterhin bestehen. Anschließend können Beschäftigte auf ihren ursprünglichen oder einen vergleichbaren Arbeitsplatz zurückkehren. Zudem haben Beschäftigte nach der Elternzeit unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Teilzeitarbeit. Mehr dazu lesen Sie auf den Seiten 12 und 13.



Talente einbringen, berufliche Wertschätzung erfahren: Arbeit ist mehr als finanzielle Absicherung.

Kinder haben und eine Ausbildung machen

Auch junge Erwachsene, die Familienarbeit leisten und bisher nur gering oder gar nicht qualifiziert sind, können auf eine besondere Förderung zählen. So haben das Bundesministerium für Arbeit und Soziales sowie die Bundesagentur für Arbeit die Initiative „Erstausbildung junger Erwachsener“ ins Leben gerufen: Mit der sogenannten „Spätstarter-Initiative“ werden junge Männer und Frauen gefördert. Die Initiative motiviert dazu, eine Aus- oder Weiterbildung zu beginnen, die zu einem anerkannten Berufsabschluss führt. Nähere Informationen zu allen genannten Themen erhalten Sie bei Ihrer Agentur für Arbeit. ◀

links

Perspektive Wiedereinstieg

Das gemeinsame Portal des Bundesfamilienministeriums und der Bundesagentur für Arbeit bietet Tipps sowie Adressen von Beratungs- und Anlaufstellen. Es ist Bestandteil des gleichnamigen Aktionsprogramms, das Männer und Frauen nach einer familienbedingten beruflichen Auszeit mit einem Trainings- und Coachingplan beim Wiedereinstieg begleitet. Über die entsprechenden Maßnahmen informieren die Agenturen für Arbeit und Jobcenter.
www.perspektive-wiedereinstieg.de

VERLÄSSLICHE STRUKTUREN

Als Alleinerziehende den Alltag meistern – das bedeutet, sich immer wieder neuen Herausforderungen zu stellen. Wie das gelingt, weiß Maryam Ijjaz (38).

Maryam Ijjaz (38),
Altenpflegerin,
Nürnberg



Altenpflegerin Maryam Ijjaz mag ihren Beruf. Auch im Therapiebad des Pflegeheims versorgt sie die Senioren.

Vor rund zehn Jahren trennte sich Maryam Ijjaz von ihrem Ehemann. Seitdem ist sie allein für ihre Tochter und ihren Sohn verantwortlich. Bevor ihre Kinder zur Welt kamen, arbeitete die Altenpflegerin in Vollzeit in einem Nürnberger Pflegeheim. Nach der Geburt ihrer Kinder setzte sie beruflich aus. In diese Zeit fiel auch die Trennung von ihrem Mann. Plötzlich war Maryam Ijjaz alleinerziehend – und ohne Arbeit.

„Die Rückkehr in meinen Beruf war dann ein wichtiges Thema, um mich und meine Kinder finanziell abzusichern.“ Ihr Ziel: eine Vollzeitstelle, jedoch mit anderen Arbeitszeiten als vor der Auszeit. „An den Nachmittagen wollte ich für die Kinder da sein.“ Sie suchte das Gespräch mit ihrem alten Arbeitgeber – und dieser hatte Verständnis für ihren Wunsch. Es wurde vereinbart, dass sie ausschließlich Früh- und Nachtdienste übernehmen würde. „Als dies geregelt war, habe ich mir die notwendigen Strukturen aufgebaut.“

Viele Bausteine

Wichtig dabei waren zwei Plätze in einer örtlichen Kindertagesstätte. Maryam Ijjaz entschied sich für eine Einrichtung, die auch einen Hort mit Nachmittagsbetreuung anbietet. Dort sind ihre heute 10 und 9 Jahre alten Kinder gut versorgt. Kommt sie von der Nachtschicht um sechs Uhr morgens nach Hause, macht sie die beiden für die Schule fertig. Hat sie Früh- und Nachtdienste, verlässt sie um halb sieben Uhr morgens gemeinsam mit ihnen die Wohnung, um zur Arbeit zu gehen. In jedem Fall kann die 38-Jährige sie um 16 Uhr vom Hort abholen.

Der Tagesablauf und die entsprechende Aufteilung zwischen Familie und Beruf sind also genau geplant. Und wenn

Unvorhergesehenes eintritt? Dann setzt sie zunächst auf das Verständnis von Kollegen und Vorgesetzten. Sind zeitliche Konflikte abzusehen, spricht sie sich mit Arbeitskollegen ab, organisiert kurzfristig einen Dienstaustausch oder Ersatz. Zudem kann sie auf die Unterstützung anderer Eltern bauen. So besuchen ihre Kinder regelmäßig Freunde in deren zu Hause und verbringen dort ihre Freizeit: „Hier habe ich mich ganz gezielt mit den anderen Eltern zusammengesetzt, sodass die Nachmittagsbetreuung sichergestellt ist, wenn Bedarf besteht.“

praxistipps

Kontakt halten während der Elternzeit

Um beim Wiedereinstieg schneller Anschluss zu finden, sollten Sie bereits während der Elternzeit Kontakt zur Firma halten:

- Schauen Sie bei Ihren Kollegen vorbei, besuchen Sie Firmenfeiern.
- Informieren Sie sich über firmeneigene Newsletter oder Mitarbeiterzeitschriften.
- Bieten Sie bei Arbeitsspitzen Ihre Unterstützung an.
- Arbeiten Sie regelmäßig stundenweise.
- Suchen Sie frühzeitig das Gespräch mit Ihrem Arbeitgeber, um konkrete Vereinbarungen über den Wiedereinstieg zu treffen.

FAMILIENFREUNDLICHE QUALIFIKATION

Auf eine abgeschlossene Berufsausbildung möchte Olfa Ouhaibi (36) nicht verzichten. Die Mutter von zwei Kindern absolviert daher eine Ausbildung zur Feinwerkmechanikerin – in Teilzeit.

Olfa Ouhaibi (36),
Auszubildende,
Hamburg



Ausbildung und Familie in Einklang bringen – um dieses Ziel zu erreichen, entschied sich Olfa Ouhaibi für eine Teilzeitberufsausbildung zur Feinwerkmechanikerin. Um 7.30 Uhr morgens muss die alleinerziehende Mutter, die ihre Ausbildung am Institut für Experimentalphysik der Universität Hamburg absolviert, in der Werkstatt sein. Ihr Ausbildungstag endet um 14.30 Uhr. Sie fängt morgens etwas später an als die anderen Auszubildenden und geht etwas früher.

„Morgens, bevor die Schule beginnt, sind die Kinder in der Frühbetreuung. Nachmittags hole ich sie von der Schule ab“, erzählt die 36-Jährige. Die Nachmittage und Wochenenden sind für die Kinder reserviert. An den Abenden sitzt sie oft über ihren Büchern und lernt für die Ausbildung. „Wenn ich die Ausbildung in Vollzeit machen würde, bliebe kaum

Zeit für meinen Sohn und meine Tochter. Doch so kann ich mit ihnen Hausaufgaben machen und mich um sie kümmern.“ Mit ihrer Ausbildung hat Olfa Ouhaibi begonnen, als der damals dreijährige Sohn in den Kindergarten kam. „Zum Glück gab es keine Probleme mit der Eingewöhnung. Er hat sich gut in die Gruppe integriert“, erinnert sie sich. Die Kinder sind inzwischen sechs und sieben Jahre alt.

Professionelle Beratung

Weil Olfa Ouhaibi Abitur hat, würde sich ihre Ausbildung eigentlich von dreieinhalb auf zweieinhalb Jahre verkürzen. Da sie diese aber in Teilzeit absolviert und nur 30 Stunden pro Woche am Ausbildungsplatz ist, dauert es dreieinhalb Jahre bis zu ihrem Abschluss. Vor dem Beginn der Ausbildung hat sich die Hamburgerin mit tunesischen Wurzeln sechs Jahre lang ausschließlich um ihre Kinder gekümmert. Ihr Studium der Elektrotechnik hatte sie abgebrochen, als sie Mutter wurde. „Jetzt, wo die Kinder älter sind, kam für mich nur eine Ausbildung in Frage, weil sie besser mit den familiären Aufgaben zu vereinbaren ist“, sagt sie.

Über das Modell Teilzeitberufsausbildung hat sie sich bei der Servicestelle Ausbildung in Teilzeit, kurz SAiT, informiert. Die Hamburger Einrichtung berät Interessierte kostenlos und individuell und begleitet sie auf dem Weg zu einem Berufsabschluss. „Bei meinen Bewerbungen um einen Ausbildungsplatz wurde ich von den Mitarbeitern sehr gut unterstützt. Außerdem gibt es dort immer einen Ansprechpartner, wenn es mal Probleme gäbe“, sagt Olfa Ouhaibi. Bisher war das nicht der Fall – die zweifache Mutter ist hochmotiviert. Wenn sie ihre Ausbildung abgeschlossen hat, möchte sie in Vollzeit in ihren Beruf einsteigen.



Präzises Arbeiten: Olfa Ouhaibi wird Feinwerkmechanikerin.

links

Die **Teilzeitberufsausbildung** bietet jungen Eltern die Chance, eine Ausbildung zu absolvieren und dies mit familiären Aufgaben zu vereinbaren. Möglich wird das durch eine flexible Gestaltung der Arbeitszeit: Sie beträgt wöchentlich zwischen 20 und 30 Stunden. Auszubildende können finanzielle Unterstützung erhalten.
www.jobstarter.de > *Ausbildung gestalten > Ausbildung in Teilzeit.*

ZWEIMAL ELTERNZEIT, EIN NEUANFANG

Zweimal hat Frank Block (35) ein Jahr lang Elternzeit genommen, um sich um seine Kinder zu kümmern. Diese Erfahrung hat auch seine berufliche Weiterentwicklung beeinflusst.

Frank Block (35),
angehender
Psychologe,
Bremen



Foto: Privat

Vor acht Jahren nahm Frank Block seine erste familienbedingte berufliche Auszeit. Die Zeit zu Hause nutzte der Industriekaufmann, der damals als kaufmännischer Mitarbeiter bei der Deutschen Milchkontor GmbH in Bremen im Marketingbereich beschäftigt war, auch beruflich: Er qualifizierte sich zum Industriefachwirt. Seine Frau konnte nach der Geburt der Tochter ihr Studium fortsetzen. „Als ich nach der Elternzeit an meinen Arbeitsplatz zurückkehrte, gab es keine Probleme. In der Zeit meiner Abwesenheit hatte sich glücklicherweise nicht allzu viel verändert.“ Um weiterhin Zeit für die Familie zu haben, arbeitete er ein Jahr lang zunächst nur 23 Stunden pro Woche. „Durch ist mir der Übergang von der Vollzeit-Familienarbeit zurück in den Beruf sehr leicht gefallen.“

Arbeiten im Home-Office

Drei Jahre später wurde Frank Block erneut Vater – und entschied sich wiederum für eine einjährige Elternzeit. Beim zweiten Wiedereinstieg vereinbarte er mit seinem



Foto: Privat

Seine Kinder aufwachsen zu sehen, ist Frank Block wichtig. Beruflich hat er deshalb einen neuen Weg eingeschlagen.

Arbeitgeber, einen halben und einen ganzen Tag pro Woche im Home-Office zu arbeiten. „Über Internet und Handy war ich erreichbar, konnte mich aber auch um die Kinder kümmern.“ Die mittlerweile siebenjährige Tochter und der inzwischen vierjährige Sohn besuchten Betreuungseinrichtungen. Die Mutter der Kinder startete in ihr Referendariat als Berufsschullehrerin.

Trotz des stressigen Jobs im Marketing hat der heute 35-Jährige alles daran gesetzt, dass das Familienleben nicht zu kurz kommt. „Ich bin meistens pünktlich nach Hause gegangen, um mit der Familie zu Abend zu essen und die Kinder ins Bett zu bringen. Danach habe ich oft noch zwei bis drei Stunden im Home-Office weitergearbeitet.“

Die intensiven Erfahrungen als Familienvater, aber auch die Anforderungen der Arbeitswelt haben ihn inzwischen bewegen, sich beruflich neu zu orientieren. Mittlerweile studiert Frank Block Psychologie an der Universität Bremen. „Wie es anschließend weitergeht, steht noch nicht ganz fest. Gut vorstellen kann ich mir, in der betrieblichen Burn-out-Prophylaxe zu arbeiten, oder mit Kindern und Jugendlichen, die psychologische Hilfe benötigen.“ <

links

Immer mehr Männer nehmen Elternzeit. Der **Verein Väter e.V.** macht auf seiner Internetseite angehenden Vätern Mut, liefert Tipps, zeigt motivierende Beispiele, listet regionale Projekte und bietet Workshops an. www.vaeter.de

ZURÜCK IN DEN BERUFSALLTAG

Christine Winter (44) hat eine berufliche Auszeit genommen, um ihren Vater zu pflegen. In Teilzeit ist sie wieder in ihren alten Beruf zurückgekehrt.

Christine Winter (44),
Altenpflegerin,
Nürnberg



Foto: Privat

Wenn die Eltern alt werden, übernehmen in vielen Fällen Fachkräfte in Heimen oder von ambulanten Pflegediensten deren Betreuung. Eine davon ist Christine Winter, die als Altenpflegerin tätig ist. Nach Ende ihrer Schicht kümmert sich die 44-Jährigen um einen weiteren, sehr persönlichen Pflegefall: Vor acht Jahren hat sich der Gesundheitszustand ihres Vater immer weiter verschlechtert. „Den pflegerischen Aufwand konnte meine Mutter nicht allein stemmen. Ich habe deshalb meine Erwerbstätigkeit unterbrochen, um meine Eltern zu unterstützen. Dass ich wieder in meinen Beruf zurück wollte, stand für mich allerdings immer fest.“

Die Rückkehr planen

Zwei Monate dauerte Christine Winters Unterbrechung. Den Zeitraum konnte sie durch Urlaub und Überstunden ausgleichen. In dieser Zeit hat sie den Alltag ihrer Eltern zusammen mit ihrer Mutter bewältigt, sich aber gleichzeitig Gedanken um die Rückkehr in den Beruf gemacht. Eines war klar: Da ihr Vater weiterhin pflegebedürftig war und ihre Mutter Hilfe bei seiner Versorgung benötigen würde, verabredete sie mit ihrem Arbeitgeber eine reduzierte Stundenzahl. In 30 Wochenstunden übernimmt sie heute wechselnd Früh- und Spätschichten. Das ermöglicht es ihr, sich bestimmte Vor- und Nachmittage für die Eltern frei zu halten. „Dadurch kann ich mich um Arztbesuche meines Vaters kümmern oder mit ihm zusammen Behördengänge erledigen.“ Damit dies klappt, bespricht sie ihre privaten Termine regelmäßig mit der Stationsleitung, die die Einsatz- und Schichtdienste plant. Christine Winter übermittelt möglichst frühzeitig ihre Einsatzwünsche, damit der Ablauf im Heim stets reibungslos funktioniert. Bei dringenden Notfällen zu Hause kann sie sich auf ihre Kollegen und Kolleginnen verlassen. Sie ist daher auch gerne bereit, Schichten für andere zu übernehmen. „Der gute Zusammenhalt in unserem Team ist mir eine große Hilfe. Das hat es mir erleichtert, in den Beruf zurückzukehren“, sagt sie. <



Foto: Jessica Braun

Christine Winter weiß, was bei der Pflege zu beachten ist. Sie kümmert sich auch um einen familiären Pflegefall.

links

Seit 1.1.2015 gelten im Bereich der Pflege neue gesetzliche Regelungen. Das neue **Gesetz zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf** bietet Sicherheit, Flexibilität und hilft, einen individuellen Rahmen zu schaffen. Informationen und Anträge finden Sie unter www.pflegestaerkungsgesetz.de.

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend informiert in der **Broschüre „Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf – Neue gesetzliche Regelungen seit 1. Januar 2015“** umfassend über Voraussetzungen und Möglichkeiten zur Inanspruchnahme der neuen Leistungen und beantwortet häufig gestellte Fragen. www.bmfsfj.de > Service > Publikationen > Thema Familie > Suchwort Pflege.

INTERVIEW



Foto: Martin Behm

JULIANE ACHATZ

„EIN GLEITENDER WIEDEREINSTIEG KANN HILFREICH SEIN“

Wer nach einer Phase der Familienarbeit wieder ins Berufsleben einsteigen möchte, hat vielleicht Zweifel, ob der Schritt zurück reibungslos klappen kann. Die Sozialwissenschaftlerin Juliane Achatz arbeitet am Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg. Im Interview erklärt sie, welche Hürden es beim Wiedereinstieg geben kann und wie sie sich umgehen lassen.

Welche Schwierigkeiten können auftreten, wenn man wieder in den Beruf einsteigen möchte?

Juliane Achatz: Insbesondere bei Frauen, die mehrere Kinder haben, summiert sich oft die Zeit, in denen sie nicht berufstätig waren. Das kann dazu führen, dass berufliches Know-how verloren geht. Es gibt Bereiche, in denen der technische Wandel die Aufgabenstellungen sehr schnell verändert. Das ist beispielsweise in der IT- und Kommunikationsbranche der Fall.



Foto: Martin Behm

Zuversichtlich wiedereinsteigen - Beratung und Coaching können helfen, mögliche Stolperfallen zu umschiffen.

Was raten Sie in diesem Fall?

Juliane Achatz: Wenn das berufliche Wissen nicht mehr dem aktuellen Stand entspricht, kann eine Weiterbildung eine Lösung sein. Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger sollten sich in einer solchen Situation beraten lassen, zum Beispiel von den Agenturen für Arbeit vor Ort und den Jobcentern. Auch auf der Internetseite www.perspektive-wiedereinstieg.de findet man Beratungsstellen in seiner Stadt. So kann man in Erfahrung bringen, welche Möglichkeiten in der eigenen, ganz persönlichen Situation bestehen, um sich weiterzuqualifizieren, was eine Weiterbildung kostet und ob sie finanziell gefördert werden kann.

Nach einer Phase der Familienarbeit kann sich auch die Frage stellen, ob man überhaupt im alten Beruf bleiben möchte und welche Alternativen es gibt.

Juliane Achatz: Um eine neue Zielrichtung zu entwickeln, helfen Beratungsgespräche oder Coachings weiter. Zudem sollte man darüber Bescheid wissen, welche Qualifikationen potenzielle Arbeitgeber im jeweiligen räumlichen Umfeld nachfragen, und welcher Bedarf an Arbeitskräften überhaupt besteht. Auch dies lässt sich im Rahmen einer Beratung in Erfahrung bringen.

Es kann vorkommen, dass nach einer beruflichen Auszeit das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten schwindet und das Gefühl entsteht, auf dem Arbeitsmarkt nicht mehr gefragt zu sein. Wie motiviert man sich dann?

Juliane Achatz: Mein persönlicher Rat ist es, diese Sorgen nicht allzu groß werden zu lassen. Um Zweifel an seinen eigenen Kompetenzen erst gar nicht entstehen zu lassen, halte ich alle Modelle des gleitenden Wiedereinstiegs für empfehlenswert. So ermöglichen manche Arbeitgeber ihren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen zum Beispiel, durch eine stundenweise Tätigkeit im Unternehmen schon während der Familienphase beruflich am Ball zu bleiben und den Anschluss nicht zu verlieren.

Angenommen, der Wiedereinstieg in den Job ist geglückt, wie wirkt sich dies auf das Familienleben aus?

Juliane Achatz: Wenn einer der Partner zu Hause geblieben ist, um Erziehungsarbeit zu leisten oder die Pflege von Familienangehörigen zu übernehmen, hat sich meist eine bestimmte Routine im Familiensystem herausgebildet. Beim Wiedereinstieg müssen die Aufgaben neu verteilt werden, beispielsweise, indem man ältere Kinder miteinbezieht und ihnen kleine Pflichten überträgt. Manchmal kann es eine Weile dauern, bis sich alles eingepasst hat. ◀

praxistipps

Stolpersteine aus dem Weg räumen

Sind Sie bereit für den Wiedereinstieg? Hier finden Sie einige Tipps, mit denen Sie möglichen Zweifeln begegnen können:

- Erinnern Sie sich an die Anfangszeit Ihres Berufslebens: Damals war vieles neu. Mit der Zeit sind Sie sicherer geworden. Vertrauen Sie darauf, dass es bei Ihrem Wiedereinstieg ähnlich sein wird. Nur wird es diesmal nicht so lange dauern. Schließlich bringen Sie Erfahrung mit.
- Fragen Sie Ihren Arbeitgeber nach einer erneuten Einarbeitung. Viele Firmen bieten Wiedereingliederungsprogramme an. Nutzen Sie diese.
- Legen Sie einen klar definierten Aufgabenbereich fest. So wissen Sie genau, was zu Ihren Tätigkeiten gehört und was nicht. Das gibt Sicherheit.
- Bitten Sie Kollegen und Kolleginnen um Hilfe.
- In der Familienzeit haben Sie wahrscheinlich Fähigkeiten wie Organisationstalent, Stressresistenz und Flexibilität unter Beweis gestellt. Nutzen Sie diese nun für Ihre Arbeit.
- Planen Sie den Wiedereinstieg sorgfältig, vor allem die Kinderbetreuung oder die Versorgung von pflegebedürftigen Angehörigen.
- Verteilen Sie die Aufgaben in Haushalt und Familie neu, damit Sie entlastet werden.
- Sehen Sie neue Herausforderungen als Chance und geben Sie sich Zeit, bis sich alles eingespielt hat.
- Lassen Sie sich umfassend beraten. Eine professionelle Beratung hilft Ihnen, Ihre Situation einzuschätzen.

info

Sie möchten in die Arbeitswelt zurückkehren? Viele nützliche **Tipps und Informationen** finden Sie unter www.arbeitsagentur.de > *Veröffentlichungen* > *Themenhefte „durchstarten“* > *Familie und Beruf*.
Auch Links und Adressen zu Beratungsstellen finden Sie dort.

OFT GESTELLTE FRAGEN

Wer wieder einsteigt, hat viele Fragen. Auf den folgenden Seiten erhalten Sie Antworten sowie Adressen und Anlaufstellen.

ELTERNZEIT

Habe ich nach der Elternzeit einen Anspruch auf Rückkehr an meinen alten Arbeitsplatz?

Ja. Sie haben einen Anspruch auf Ihren vorherigen Arbeitsplatz. Ist das aus betrieblichen Gründen nicht möglich, muss Ihnen der Arbeitgeber eine gleichwertige Beschäftigung innerhalb der Firma anbieten.

Darf mir das Unternehmen während der Elternzeit kündigen?

Nein. Ab dem angemeldeten Zeitpunkt der Elternzeit besteht ein besonderer Kündigungsschutz. Die Firma darf das Arbeitsverhältnis nicht auflösen. In berechtigten Ausnahmefällen kann eine Kündigung durch eine Arbeitsschutzbehörde des jeweiligen Bundeslandes jedoch für zulässig erklärt werden.

Habe ich Anspruch auf Teilzeit?

Nach der Elternzeit wird das vorige Arbeitsverhältnis wieder aufgenommen. Ein Anspruch auf einen Teilzeitarbeitsplatz kann bestehen, wenn das Arbeitsverhältnis bereits länger als sechs Monate bestanden hat und der Arbeitgeber in der Regel mehr als 15 Beschäftigte hat. Den Wunsch und die geplante Stundenzahl müssen Sie dem Arbeitgeber mindestens ein Vierteljahr vor Aufnahme der Tätigkeit mitteilen, ebenso wie die gewünschte Verteilung der Stunden. Gemäß Gesetz müssen Teilzeitregelungen gemeinschaftlich getroffen werden, wobei sowohl die Ansprüche der Arbeitnehmerin bzw. des Arbeitnehmers als auch die Belange des Betriebes berücksichtigt werden müssen.

Kann ein Arbeitgeber den Wunsch nach einer Teilzeitstelle ablehnen?

Ja. Die Firma kann aus betrieblichen Gründen ablehnen. Wenn sich keine Einigung erzielen lässt, muss im Zweifel ein Arbeitsgericht eine Entscheidung treffen.

Ich kann/möchte nach der Elternzeit/Pflegezeit nicht mehr Vollzeit arbeiten. Welche Möglichkeiten außer Teilzeit gibt es noch?

Es gibt zahlreiche Modelle, die es erleichtern, Beruf und Familie miteinander zu vereinbaren. Egal ob Teilzeit, Gleitzeit, Homeoffice oder Jobsharing: Informieren Sie sich, welche Modelle Ihr Arbeitgeber anbietet und was für Sie infrage kommt.

ELTERNGELD

Was ist das Elterngeld?

Elterngeld ist eine gesetzliche Leistung. Es wird bis zu 14 Monate gezahlt, in der Regel 65 Prozent des früheren Nettogehalts des Elternteils, das wegen der Kinderbetreuung nicht mehr berufstätig sein kann. Elterngeld muss schriftlich bei der zuständigen Elterngeldstelle beantragt werden. Jedes Bundesland hat dafür eigene Stellen eingerichtet.

Elterngeld für Alleinerziehende: Gelten hierfür besondere Regeln?

Für Alleinerziehende gelten grundsätzlich dieselben Voraussetzungen wie für Elternpaare. Ein Elternteil kann für maximal zwölf Lebensmonate des Kindes Elterngeld erhalten. Wird das Elterngeld zum Ausgleich für wegfallendes Erwerbseinkommen bezogen, können Alleinerziehende auch die zusätzlichen zwei Partnermonate nutzen und somit allein für die vollen 14 Monate Elterngeld erhalten – vorausgesetzt, das Kind lebt nur in der Wohnung des Elternteils, dem die elterliche Sorge oder zumindest das alleinige Aufenthaltsbestimmungsrecht zusteht.

ELTERNGELD PLUS

Was ist das Elterngeld Plus?

Das Elterngeld Plus ist eine Ergänzung zu Elterngeld und Elternzeit. Es trat am 1. Juli 2015 in Kraft. Es soll Mütter und Väter unterstützen, die während der Elternzeit in Teilzeit arbeiten. Wenn beide Elternteile 25 bis 30 Stunden in der Woche erwerbstätig sind, gibt es einen zusätzlichen Partnerschaftsbonus in Form von vier zusätzlichen Monaten Elternzeit. Somit fördert das Elterngeld Plus nicht nur den schnellen Wiedereinstieg in den Beruf, sondern auch die gemeinsame Teilzeitarbeit. Das Elterngeld Plus kann ab dem 15. Lebensmonat beantragt werden. Alle Monate müssen am Stück genommen werden.

Hat das Elterngeld Plus Auswirkungen auf die Elternzeit?

Die Elternzeit wird dadurch flexibler. Wie bisher können Eltern bis zum dritten Geburtstag eines Kindes eine unbezahlte Auszeit vom Job nehmen. Zudem können künftig 24 statt bisher 12 Monate zwischen dem dritten und dem achten Geburtstag des Kindes genommen werden.

Ich bin alleinerziehend. Kann ich Elterngeld Plus beanspruchen?

Ja. Alleinerziehende können Elterngeld Plus und Partnerschaftsbonus in gleichem Maße nutzen. Galten beim Elterngeld noch die Kriterien der Alleinsorge bzw. des alleinigen Aufenthaltsbestimmungsrechts, so wurden diese beiden Voraussetzungen nun gestrichen. Sie können diese Monate zusätzlich erhalten, wenn die Voraussetzungen für den steuerlichen Entlastungsbetrag für Alleinerziehende erfüllt sind.

BETREUUNGSGELD

Was ist das Betreuungsgeld?

Diese Sozialleistung wird Familien ausbezahlt, die ihre Kinder im zweiten und dritten Lebensjahr selbst zu Hause betreuen und nicht in eine öffentlich geförderte Einrichtung zur Fremdbetreuung geben. Es wird unabhängig von der Erwerbstätigkeit der Eltern gezahlt. Seit 1. August 2014 beträgt es pro Kind 150 Euro monatlich. Zuständig für die Gewährung von Betreuungsgeld sind die Betreuungsgeldstellen. Das sind je nach Bundesland verschiedene Institutionen. Eine Übersicht über die Stellen finden Sie hier: www.bmfsfj.de > Familie > Leistungen und Förderung > Betreuungsgeld > Betreuungsgeldstellen.

Habe ich Anspruch auf Betreuungsgeld?

Ja, wenn Ihr Kind zum Stichtag 1. August 2012 geboren wurde. Es wird vom Beginn des 15. Lebensmonates an bis zum Ende des 36. Lebensmonates gezahlt. Das Betreuungsgeld gibt es pro Kind maximal 22 Monate lang.

links

Beratung durch die Elterngeldstellen

Es gibt vielfältige Möglichkeiten, Familienzeit und Beruf aufzuteilen und miteinander zu vereinbaren – bei gleichzeitiger finanzieller Entlastung. Eine „Standardlösung“ gibt es nicht! Lassen Sie sich von Ihrer zuständigen Elterngeldstelle beraten, um die beste Lösung für sich und Ihre Familie zu finden. Eine Übersicht über die Elterngeldstellen nach Bundesländern finden Sie unter www.bmfsfj.de > Familie > Leistungen und Förderungen > Das Elterngeld > Elterngeldstellen, Aufsichtsbehörde.

Wirkt sich der Bezug von anderen Sozialleistungen auf das Betreuungsgeld aus?

Übersteigt das Betreuungsgeld 300 Euro im Monat, wird es auf Arbeitslosengeld I und Bafög angerechnet. Die Leistungen werden dann entsprechend gekürzt. Auf ALG II wird es in voller Höhe angerechnet, das bedeutet, es wird vom ALG II abgezogen.

PFLEGEZEIT

In meiner Familie gibt es plötzlich einen Pflegefall, um den ich mich kümmern möchte. Wie kann ich dies mit meiner beruflichen Tätigkeit vereinbaren?

Um die Pflege in einem akuten Fall zu organisieren, können Sie als Angehörige/r bis zu zehn Arbeitstage ohne Ankündigungsfrist der Arbeit fernbleiben. Sie erhalten dafür eine Lohnersatzleistung: das Pflegeunterstützungsgeld. Sie können es bei der Pflegeversicherung Ihres Angehörigen beantragen.

Wegen der Pflege eines Angehörigen beabsichtige ich, mein Arbeitsverhältnis für eine gewisse Zeit zu unterbrechen. Gibt es darauf einen Rechtsanspruch?

Ja. Beschäftigte haben einen Anspruch darauf, bis zu sechs Monate teilweise oder ganz auszusteigen, wenn sie einen pflegebedürftigen Angehörigen in häuslicher Umgebung pflegen. Zudem können sie für diese Zeit ein zinsloses Darlehen beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFZA) beantragen, um Einkommensverluste abzumildern. Das Darlehen kann beim BAFZA beantragt und muss nach Ende der Pflegezeit in Raten zurückgezahlt werden.

In meinem Fall reichen sechs Monate Freistellung nicht aus. Kann ich dennoch Beruf und Pflege miteinander vereinbaren?

Seit dem 1. Januar 2015 haben Sie einen Rechtsanspruch auf teilweise Freistellung über einen Zeitraum von bis zu 24 Monaten und auf das zinslose Darlehen. In diesem Zeitraum können Sie Ihre Arbeitszeit auf 15 Stunden pro Woche reduzieren, um nahestehende Angehörige zu pflegen. Ihre Arbeitszeit können Sie flexibel aufzuteilen: Die geforderte Mindestarbeitszeit muss im Durchschnitt eines Jahres vorliegen.

Ich möchte einen nahen Angehörigen in seiner letzten Lebensphase begleiten.

Für diesen Fall können Sie drei Monate lang weniger arbeiten oder ganz pausieren, auch wenn sich der Angehörige in einem Hospiz befindet. <

IHR PERSÖNLICHER WIEDEREINSTIEGS-CHECK

Bald wird es ernst: Sie steigen wieder ein. Je nachdem, ob Sie zu Ihrem ehemaligen Arbeitgeber zurückkehren oder bei einem neuen Unternehmen anfangen, gilt es, einige Punkte neu zu überdenken. Hier finden Sie situationsbezogen wertvolle Denkanstöße.

Ich plane den Wiedereinstieg bei meinem **alten** Arbeitgeber.

Möchte ich in Teilzeit arbeiten?

Denkbar sind Varianten mit bis zu 35 Stunden pro Woche oder staffelbare Modelle mit nur wenigen Stunden am Tag.

Kommt Homeoffice für mich infrage?

Gut vernetzt in Ruhe zu Hause arbeiten, kann Vorteile haben. Allerdings erfordert dies eine gewisse Selbstdisziplin. Und: Ein ausgewogenes Verhältnis zwischen persönlicher Anwesenheit im Betrieb und Homeoffice ist wichtig, gerade beim Wiedereinstieg.

Wie teile ich die Arbeitszeit auf?

Ob Frühschicht, drei volle Tage pro Woche oder jeden Nachmittag: Überlegen Sie mit Ihrem Arbeitgeber, welche Arbeitszeitmodelle möglich sind.

Welcher Aufgabenbereich gefällt mir?

Haben Sie einen konkreten Bereich vor Augen? Gibt es dort offene Stellen? Jetzt ist ein guter Zeitpunkt, neue Aufgaben anzupacken.

Benötige ich eine Einarbeitungsphase?

Weil sich in kurzer Zeit viel verändern kann, sollten Sie Ihren Arbeitgeber um Hilfe bei der Eingliederung bitten. Auch eine Weiterbildung kann sinnvoll sein, um Kenntnisse aufzufrischen.

Komme ich mit meinen Finanzen klar?

Eine Teilzeitstelle bedeutet zwar geringere Kinderbetreuungskosten, doch auch weniger Einkommen und später einen geringeren Rentenanspruch.



Ich plane den Wiedereinstieg bei einem **neuen** Arbeitgeber.

Wo kann ich mich beraten lassen?

In den Agenturen für Arbeit finden regelmäßig kostenlose Informations- und Beratungsveranstaltungen für Wiedereinsteiger und Wiedereinsteigerinnen statt. Erkundigen Sie sich vor Ort nach den Terminen.

Wie finde ich einen neuen Arbeitgeber?

Zunächst können Sie sich bei der Bundesagentur für Arbeit online arbeitssuchend melden. Dann können Sie in der JOBBÖRSE nach Unternehmen und freien Stellen suchen und sich bewerben.

Ich würde gerne die Branche wechseln.

Ob der eigene Beruf auch in anderen Branchen gefragt ist, lässt sich zum Beispiel bei Kammern und Berufsverbänden erfragen.

Sind Initiativbewerbungen ratsam?

Hier gilt der Grundsatz: exakt zugeschnitten auf das Unternehmen und möglichst konkret auf infrage kommende Einsatzfelder. Recherchieren Sie nach Firmen online, in Tageszeitungen sowie Fachmagazinen und fragen Sie auch in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis nach.



Ich suche ein familienfreundliches Unternehmen.

Familienbewusste Unternehmen haben sich häufig auditieren lassen und können ein Qualitätssiegel vorweisen, etwa „berufundfamilie“. Nehmen Sie das als Anhaltspunkt bei Ihrer Suche.

Ich denke über eine Weiterbildung nach.

In KURSNET sind mehr als 1.500.000 Bildungsangebote gelistet. Suchen Sie dort nach passenden Weiterbildungsangeboten: www.kursnet.arbeitsagentur.de. Lassen Sie sich auch beraten, ob für Sie eine Förderung in Frage kommt.

Ich überlege, ob ich den Sprung in die Selbstständigkeit wage.

Erste Informationen liefert Ihnen das durchstarten Themenheft „Existenzgründung“. Sie erhalten es kostenlos in Ihrer Agentur für Arbeit und können es als PDF online unter www.arbeitsagentur.de > Veröffentlichungen > Themenhefte durchstarten > Existenzgründung lesen.

links

Im **BiZ** Ihrer Agentur für Arbeit finden Sie die **durchstarten Infomappen**. Darin finden Sie Brancheninfos, Weiterbildungsmöglichkeiten und vieles mehr, was Ihnen den Wiedereinstieg erleichtert.

Ihr Bewerberprofil können Sie in der JOBBÖRSE unter www.jobboerse.arbeitsagentur.de veröffentlichen.

VEREINBARKEIT **HINTERGRUND**

Themenheft 2015/2016 Familie und Beruf

Stabiles Bauwerk: Wer Beruf und Familie organisieren muss, sollte zusätzlich zur Betreuungseinrichtung auf ein unterstützendes Netzwerk aus Familie und Freunden setzen.



FLEXIBEL ZU SEIN IST DAS A UND O

Immer mehr berufstätige Mütter und Väter beweisen es: Familie und Beruf lassen sich vereinbaren. Voraussetzungen sind eine gute Organisation und viel Flexibilität.

Absprachen treffen

Doch nicht nur Krankheiten, sondern auch Schließ- und Ferienzeiten von Schule, Kindergarten und Krippe erfordern viel Organisation und Flexibilität bei berufstätigen Eltern: Die allermeisten Beschäftigten haben nicht so viel Urlaubsanspruch, um damit alle Schulferien abdecken zu können. Daher empfiehlt es sich, offen mit dem Arbeitgeber über familienbedingte Engpässe zu sprechen und Absprachen mit den Kollegen zu treffen. Eventuell lässt sich die Arbeitszeit flexibler gestalten. Vielleicht kann man sich auch für die Zeit der Abwesenheit ein Projekt mit einem Kollegen teilen. Oder man arbeitet in dieser Zeit von zu Hause aus. Was die Ferienzeiten der Betreuungseinrichtungen betrifft, bieten sich Ferienprogramme für Schul- und Vorschulkindern. Wer keine Großeltern oder andere Familienangehörige vor Ort hat, kann sich Leihgroßeltern vermitteln lassen. Es gibt viele ältere Menschen, die sich als Oma oder Opa einbringen möchten. Die örtlichen Jugendämter sind eine erste Anlaufstelle bei der Suche.

Die passende Betreuung finden

Wie gut sich Familie und Beruf vereinbaren lassen, hängt in hohem Maße von den Kinderbetreuungseinrichtungen ab. Bei der Wahl der Einrichtung sollte man nicht nur die



Muriel Singer mit ihren Kindern. Beim gemeinsamen Spiel können die drei entspannen.

Öffnungs- und Schließzeiten, sondern auch die Anfahrtswege im Blick haben. Am besten ist es natürlich, wenn die Wege zwischen Wohnung, Kita und Arbeitsplatz möglichst kurz beziehungsweise die Einrichtungen problemlos zu erreichen sind. Wer etwa bei Bedarf auf das Fahrrad umsteigen kann, der ist weder von Staus noch von S-Bahn-Verspätungen betroffen. Generell sollte man das Bringen und Abholen des Kindes nicht zu knapp kalkulieren. Und wenn die Zeit einfach mal nicht reicht? Dann ist ein gutes Netzwerk Gold wert, findet Muriel Singer. „Wenn ich merke, dass ich es nicht rechtzeitig schaffe, kann ich die Mütter anderer Kinder fragen, ob sie meinen Sohn oder meine Tochter mitnehmen. Das entlastet mich.“

Warum es sich dennoch lohnt

Beruf und Familie in Einklang zu bringen, ist bestimmt nicht immer leicht. Es erfordert von allen Beteiligten, dass gewisse Dinge so akzeptiert werden müssen, wie sie sind: dass Mama und Papa arbeiten und dann eben nicht da sind. Dass man sich morgens zügig fertig machen muss, damit man pünktlich in der Schule, im Kindergarten und in der Arbeit ist. Dass man sich nach der Arbeit wieder schnell auf den Weg macht. Dass man auch mal erschöpft ist. Und trotzdem

lohnt es sich, wieder in den Beruf einzusteigen – nicht nur finanziell. Muriel Singers Fazit: „Seitdem ich wieder arbeite, treffe ich neue Menschen, mache neue Erfahrungen. Das bereichert mich sehr.“ ◀

links

Wichtig für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist eine **gute Kinderbetreuung**. Hier finden Sie Informationen und Anlaufstellen:

Das Portal www.fruehe-chancen.de gibt unter anderem einen Überblick über Betreuungsformen und bietet eine regionale Suchfunktion.

Der Bundesverband für Kindertagespflege bietet unter www.bvktp.de Informationen zur Betreuung von Kindern unter drei Jahren durch Tagesväter und -mütter.

INTERVIEW



Foto: Privat

ANDREA HILGER

„BERUFSTÄTIGKEIT IST MEHR ALS EXISTENZSICHERUNG“

Andrea Hilger unterstützt als Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) bei der Arbeitsagentur Aachen-Düren Frauen und Männer, die nach einer Familienphase wieder in den Beruf zurückkehren möchten. Im Interview erläutert sie, worauf es bei der Vereinbarkeit ankommt.

Können Sie anhand von Praxisbeispielen deutlich machen, wie die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gelingen kann?

Andrea Hilger: Da fallen mir spontan zwei Beispiele ein. Zum einen das der 19-jährigen alleinerziehenden Mutter Anne mit ihrem zweijährigen Sohn Timo. Anne macht eine Teilzeitberufsausbildung zur Rechtsanwaltsfachangestellten. Sie geht zweimal wöchentlich zum Berufskolleg, und dreimal wöchentlich ist sie von 8 bis 14 Uhr in der Anwaltskanzlei. Die Betreuung von Timo hat eine Tagesmutter aus der Nachbarschaft übernommen. Diese arbeitet sehr flexibel und kann auch in Notfällen außerhalb der geplanten Betreuungszeiten einspringen. Dann fällt mir die Berufsrückkehrerin Margit, 35 Jahre, zwei Kinder, ein. Margit ist Diplom-Ingenieurin und hat die Chance, in Teilzeit bei einem Start-Up-Unternehmen einzusteigen. Als Arbeitszeit wurde ausgehandelt, dass Margit an drei Tagen in der Woche Vollzeit arbeitet, bei flexibler Zeiteinteilung. Ihr Mann hat seine Wochenarbeitszeit um einen Tag verkürzt und arbeitet einen Tag von zu Hause aus.



Foto: Martin Rehm

Neben einer guten Betreuungseinrichtung ist oft auch die Unterstützung der Familie ein sehr wichtiger Faktor. Jedoch leben immer mehr Menschen von ihren Familien entfernt und sind auf sich allein gestellt. Welche Hilfen bietet hier die Bundesagentur für Arbeit?

Andrea Hilger: Da gibt es zahlreiche öffentliche Stellen, die Unterstützung bieten, zum Beispiel die Gleichstellungsbüros der Kommunen, das Amt für Familie, die Jugendämter sowie Wohltätigkeitsverbände. Aber auch die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt unterstützen Eltern dabei, eine individuell passende Lösung zu finden, wie Beruf und Familie zu vereinbaren sind. Gerade beim Wiedereinstieg können sie konkret

Nach dem Wiedereinstieg entspannt in die Zukunft blicken: Wer sich vorab beraten lässt, erhält Tipps und Informationen, wie die Vereinbarkeit gelingen kann.

beraten. Sie kennen den regionalen Arbeitsmarkt und wissen, welche Arbeitszeitmodelle Arbeitgeber nachfragen. Sie können Arbeitgeber benennen, die besonders familienfreundlich sind. Ihre Tipps und Erfahrungen zum Thema Bewerbungsstrategien helfen anderen dabei, auch über ausgeschriebene Stellen hinaus in Kontakt mit potenziellen Arbeitgebern zu kommen.

Betrifft die Vereinbarkeit von Familie und Beruf nur Frauen?

Andrea Hilger: Nein! Allein jede zehnte Einzelelternfamilie, die bei der Bundesagentur für Arbeit arbeitslos

info

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

BCA sind Ansprechpartnerinnen in allen Fragen der Frauenförderung, der Gleichstellung von Männern und Frauen am Arbeitsmarkt sowie der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Angesiedelt in den Agenturen für Arbeit und den Jobcentern, beraten und unterstützen sie Männer und Frauen unter anderem beim beruflichen Wiedereinstieg nach einer Familienphase.

Informationen finden Sie online unter www.arbeitsagentur.de > *Bürgerinnen und Bürger* > *Chancengleichheit*. Hier können Sie auch auf die Broschüre „Zurück in den Beruf – Fit für den Wiedereinstieg“ zugreifen. Sie steht als PDF zum Download zur Verfügung: www.arbeitsagentur.de > *Bürgerinnen und Bürger* > *Chancengleichheit* > *Wiedereinstieg in den Beruf* > *Broschüren*.

gemeldet ist, besteht aus einem Vater und seinem Kind beziehungsweise seinen Kindern. Der Anteil der Männer, die eine Beschäftigung in Teilzeit suchen, ist im Vergleich zum letzten Jahr um fast 20 Prozent gestiegen. Ein Arbeitsmodell der Zukunft für Familien könnte die vollzeitnahe Teilzeitbeschäftigung von Mutter und Vater sein.

Auch wenn die Vereinbarkeit von Familie und Beruf Eltern manchmal sehr viel abverlangt: Warum lohnt es sich, trotzdem wieder in den Beruf einzusteigen?

Andrea Hilger: Die Rückkehr in den Beruf sichert die Existenz der Familie und die Rentenansprüche der Mütter und Väter, auch dann, wenn es zu einer Trennung kommt. Aber Beruf ist in der Regel weit mehr als nur Existenzsicherung. Der Beruf ermöglicht es, Talente einzubringen und Wertschätzung durch andere zu erfahren. Diese Gründe nennen viele Eltern als wichtigen Ausgleich und Ergänzung zum Familienleben. <

KINDER- BETREUUNG, DIE (ZU) UNS PASST

Wer wieder in den Beruf einsteigt, steht schnell vor der Frage: Wer kümmert sich um mein Kind, während ich arbeite? Eltern können heute unter vielfältigen Formen von Kinderbetreuung wählen. Entscheidend dabei ist: Die Betreuung sollte zum Kind und zur Familie passen.

Um die optimale Lösung für Eltern und Kinder zu finden, sollte man sich im Vorfeld fragen: Kommt eine Betreuung zu Hause oder außer Haus infrage? Diese Entscheidung ist vor allem im Hinblick auf die Persönlichkeit des Kindes wichtig. Aber auch die allgemeine Familiensituation ist dabei im Blick zu behalten.

Ist das Kind eher schüchtern, zurückhaltend, anhänglich? **Tagesmütter und -väter**, auch Kindertagespflege genannt, sind in diesem Fall eine sehr gute Wahl. Tageseltern versorgen nicht mehr als fünf Kinder unter drei Jahren, meistens bei sich zu Hause. Die Betreuungszeit ist oft flexibel buchbar. Allerdings können die monatlichen Beiträge im Vergleich zu einer Krippe höher ausfallen. Allgemein verbindliche Gebührensätze gibt es nicht, aber die Stundensätze einer Tagesmutter bzw. eines Tagesvaters können zwischen acht und zwölf Euro liegen. Und: Im Krankheitsfall der Tagesmutter bzw. des Tagesvaters muss man unter Umständen flexibel reagieren und nach Alternativen suchen. Adressen von Tageseltern vermitteln die örtlichen Jugendämter.

Weitere Möglichkeiten der Zu-Hause-Betreuung stellen **Großeltern, andere Verwandte** oder stundenweise auch **Babysitter** dar. Die Vorteile der Betreuung durch die Familie liegen auf der Hand: im Regelfall kostenlos, flexibel, persönlich und ohne große Umstellung für das Kind. Gut zu wissen: Seit 2009 können Großeltern einen gesetzlichen



Foto: Julien Ferti

Anspruch auf eine Freistellung von bis zu drei Jahren geltend machen, wenn ein Elternteil des Enkels minderjährig ist und die Schule besucht oder eine Ausbildung macht. Der Enkel muss im Haushalt der Großeltern leben.

Krippe und Kita

Wenn das Kind gesellig ist, Spaß an neuen Erfahrungen hat und/oder sich bereits recht gut von seinen Eltern löst, kann eine Außer-Haus-Betreuung die richtige Wahl sein. Die gängigste Form ist die **Kinderkrippe**, die manchmal auch mit einem Kindergarten und/oder Hort zur Kindertagesstätte kombiniert ist. In einer Kinderkrippe werden in der Regel pro Gruppe zwölf Kinder unter drei Jahren von drei Betreuerinnen und Betreuern versorgt. Plätze in Krippen und Kindertagesstätten sind meist kostengünstiger als Plätze in der Kindertagespflege und sind zudem sehr begehrt. Eine frühzeitige Anmeldung des Kindes ist also unbedingt erforderlich. Kinder ab drei Jahren besuchen bis zum Schuleintrittsalter einen **Kindergarten**. Hier werden sie in Gruppen von etwa 25 Kindern betreut.

Schulkinder sind zum Beispiel in der Mittagsbetreuung oder im Hort gut aufgehoben. Wichtig ist, ein Modell zu finden, mit dem sich Eltern und Kinder wohlfühlen.

Übrigens: In Deutschland heißen je nach Region unterschiedliche Einrichtungen **Kindertagesstätte (Kita)**. Neben normalen Kindergartengruppen gibt es dort oft auch Krippen- und Hortgruppen.

Eine weitere familienähnliche und flexible Betreuung ist das Modell **Au-pair**. Die jungen Erwachsenen kommen aus einem anderen Land, wohnen in der Familie und betreuen den Nachwuchs. Im Gegenzug erhalten sie Verpflegung, Unterkunft, Versicherung, ein Ticket für den öffentlichen Nahverkehr, einen Sprachkurs sowie ein Taschengeld von mindestens 260 Euro im Monat. Vorteil: Das Kind bleibt in seiner gewohnten Umgebung. Ist es krank, ist die Betreuung gesichert. Ein Nachteil ist dabei der ständige Wechsel, denn in der Regel bleibt ein Au-pair nur ein Jahr bei der Familie. Nicht jedes Kind kommt damit zurecht, von lieb gewonnenen Personen Abschied nehmen zu müssen. Die Kosten eines Au-pairs können bei etwa 420 Euro pro Monat liegen. Informationen rund um das Thema Au-pair bietet der Bundesverband Au-Pair Society e.V. unter www.au-pair-society.org.

links

Ausbau der Kindertagesbetreuung

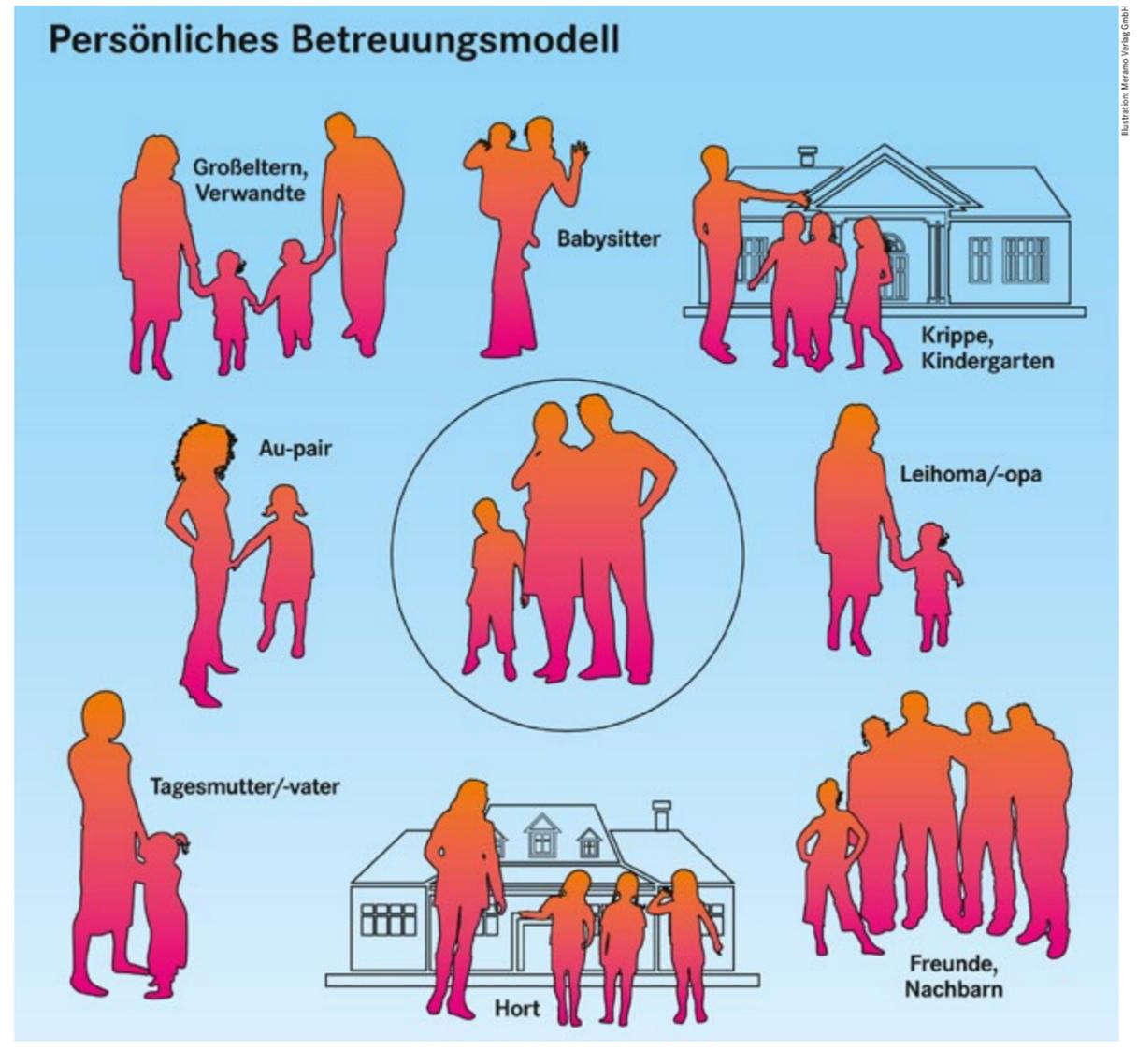
Seit 1. August 2013 hat jedes Kind, das das erste Lebensjahr vollendet hat, einen Rechtsanspruch auf Förderung in einer Einrichtung oder Kindertagespflege. Zum Stichtag 1. März 2014 wurden bundesweit über 660.000 Kinder unter drei Jahren in Kindertageseinrichtungen oder in der öffentlich geförderten Kindertagespflege betreut. Im Vergleich zum Vorjahr ist dies ein Anstieg um knapp 65.000 Kinder. Zwischen 2006 und 2014 stieg die Betreuungsquote um 18,7 Prozent.

Zum Stand des Ausbaus informiert der jährlich veröffentlichte **Bericht zum Kinderförderungsgesetz** („KiföG-Bericht“). Sie können ihn herunterladen unter www.bmfsfj.de > Service > Publikationen > alle Publikationen, Suchwort „Kinderförderungsgesetz“.

Betreuungsformen für Schulkinder

Für Schulkinder gibt es in Deutschland, neben zum Beispiel Familien- und Au-pair-Betreuung, vielfältige Betreuungsmöglichkeiten. Die **Mittagsbetreuung** in der Schule oder ein Platz in einem **Hort** sind hier zu nennen. Beide Betreuungsformen sind sehr begehrt. Oft gibt es nicht genügend Plätze, gerade in Großstädten. Der Unterschied zwischen Mittagsbetreuung und Hort besteht darin, dass die Kinder, die einen Hort besuchen, bis zum späten Nachmittag bleiben und dort auch ihre Hausaufgaben machen. Aber nicht jedes hat nach der Schule noch Energie für eine Fremdbetreuung. Gerade Grundschulkindern kann der Übergang vom Kindergarten in die Schule anfangs schwerfallen. Dann lohnt es sich, für den weiteren Tagesverlauf nach der Schule nach alternativen Lösungen zu suchen. Gerade in den Fällen, in denen eine stundenweise Betreuung für Kinder benötigt wird, können die Angebote von **Nachbarschaftshilfen** helfen: Kirchen, Wohlfahrtsverbände, Städte und Gemeinden auf ehrenamtlicher Basis wertvolle Unterstützung. Informationen und Adressen zum Thema Nachbarschaftshilfe finden Sie unter www.netzwerk-nachbarschaft.net. Darüber hinaus bieten die **lokalen Bündnisse für Familie** an vielen Orten in Deutschland Unterstützung: www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de >

infografik



Stellen Sie sich aus den verschiedenen Betreuungsformen Ihr persönliches Modell zusammen.

Betreuungsmodelle kombinieren

Unabhängig von der jeweiligen Betreuungsform ist es wichtig, sich zusätzlich ein stabiles Betreuungs-Netzwerk für unvorhergesehene Ereignisse aufzubauen. Sich nur auf Kita, Krippe oder Tageseltern zu verlassen, kann problematisch sein.

Stellen Sie sich die unterschiedlichen Formen der Betreuung am besten als Baukasten vor. Die einzelnen Modelle, die sich darin befinden, können frei miteinander kombiniert werden – beispielsweise: Vertrauensvolle Eltern eines anderen Kita-Kindes nehmen das eigene Kind zur Einrichtung mit. Die Großeltern holen das

Schulkind von der Schule ab und bringen es zum Musikunterricht oder zur Ballettstunde. Das Kindergartenkind wartet bei der netten älteren Dame von nebenan, bis die Eltern nach Hause kommen. Oder der Teenager von nebenan bietet sich als Babysitter an, holt das Kind vom Kindergarten ab und geht mit ihm noch auf den Spielplatz. Durch das Ausschöpfen sämtlicher Betreuungsmöglichkeiten ist man flexibel und knüpft zudem Kontakte. Das gilt in besonderem Maße für Alleinerziehende. Für sie heißt es noch mehr als für andere, auf flexible Kombinationsvarianten zu setzen. <

checkliste

Welche Betreuung passt zu uns?

Hier finden Sie einige Punkte, die Sie bei der Auswahl einer passenden Betreuungsform beziehungsweise -einrichtung bedenken sollten:

- Kümmern Sie sich so früh wie möglich um einen Betreuungsplatz. Trotz des guten Voranschreitens des Krippenausbaus haben viele Einrichtungen Wartelisten.
- Erkundigen Sie sich bei Ihrem Jugendamt, welche Betreuungsformen bei Ihnen vor Ort angeboten werden.
- Wie lange möchten Sie Ihr Kind betreuen lassen? Immer nachmittags? Ganztags? An vier Tagen pro Woche? Beachten Sie, dass die Öffnungszeiten zu Ihren Arbeitszeiten bzw. Betreuungswünschen passen sollten.
- Lassen Sie sich von Ihrer Wunscheinrichtung die genauen monatlichen Kosten mitteilen. Sie sind regional unterschiedlich. Sprechen Sie mit dem Jugendamt über eine mögliche Gebührenbefreiung oder -ermäßigung. Auch manche Arbeitgeber beteiligen sich an den Betreuungskosten.
- Bedenken Sie die Lage der Einrichtung: Sie sollte nicht zu weit von Ihrer Wohnung und Ihrer Arbeitsstätte entfernt sein. Prüfen Sie die Bring- und Abholzeiten: Herrscht dann besonders viel Verkehr? Müssen Sie lange nach einem Parkplatz suchen? Können Sie öffentliche Verkehrsmittel benutzen?

- Verabreden Sie sich mit der Leitung der Einrichtung zu einem Gespräch, lassen Sie sich die Räume zeigen und das Konzept erläutern. Prüfen Sie, ob die Einrichtung zu Ihren Vorstellungen passt.
- Bevor Sie sich entscheiden: Lassen Sie sich Zeit, um alles in Ruhe zu überdenken. Holen Sie sich bei Bedarf den Rat von Menschen, denen Sie vertrauen. Sprechen Sie auch mit Eltern, deren Kinder die Einrichtung bereits besuchen.
- Sorgen Sie zusätzlich zur gewählten Einrichtung für weitere Betreuungsmöglichkeiten für Randzeiten und Notfälle. Vernetzen Sie sich mit Familie, Freunden, anderen Eltern, Nachbarn.
- Bleiben Sie auch dann interessiert, wenn Ihr Kind schon eine gewisse Zeit die Einrichtung besucht: Geht Ihr Kind gerne hin? Hat es dort feste Bezugspersonen? Sagt Ihnen der Tagesablauf zu? Gibt es Konflikte?

Noch mehr Checklisten finden Sie online:

„Kinder unter DREI in Kitas“ der Bertelsmann Stiftung:
www.bertelsmann-stiftung.de/de/publikationen/publikation/did/checkliste-fuer-eltern-kinder-unter-drei-in-kitas

Checkliste des Portals Mittelstand und Familie:
www.mittelstand-und-familie.de/assets/Uploads/Checkliste+Einrichtungsbesuch3.pdf



In Kinderbetreuungseinrichtungen werden Jungen und Mädchen altersgerecht gefördert.



Foto: Martin Rehm

Motiviert, engagiert, gut organisiert: In der Berufswelt sind Eigenschaften gefragt, die gerade Alleinerziehende mitbringen.

ALLEINERZIEHEND, ABER NICHT ALLEINGELASSEN

Immer mehr Kinder in Deutschland leben bei nur einem Elternteil. Auch wenn alleinerziehend zu sein heute zur gesellschaftlichen Normalität zählt, bleibt es für die Betroffenen eine enorme Herausforderung, Familie und Beruf in Einklang zu bringen.

Christine Schramm-Spehrer, Beauftragte für Chancengleichheit, Gießen



Foto: Jochem Günther

Laut Statistischem Bundesamt lebten 2012 in Deutschland 1,6 Millionen Alleinerziehende mit 2,2 Millionen minderjährigen Kindern. Damit besteht hierzulande jede fünfte Familie aus nur einem Elternteil. Auch die Quote erwerbstätiger alleinerziehender Frauen ist zwischen 1996 und 2012 gestiegen. Besonders trifft das auf Mütter zu, die Kinder im Alter zwischen drei und sechs Jahren haben. Hier gab es einen Sprung von 52 auf 62 Prozent. Je älter die

Kinder werden, desto höher ist auch die Quote der erwerbstätigen Mütter: Diejenigen mit Kindern im Alter von zehn bis 15 Jahren waren im Jahr 2012 zu 80 Prozent berufstätig. Und: Fast die Hälfte der alleinerziehenden Frauen war in Vollzeit beschäftigt.

80 %

DER ALLEINERZIEHENDEN MÜTTER MIT KINDERN ZWISCHEN ZEHN UND 15 JAHREN WAREN IM JAHR 2012 ERWERBSTÄTIG.

Das Beratungsangebot ist groß

Die nüchternen Zahlen alleine sagen nichts darüber aus, welch anspruchsvolle Herausforderung es für die meisten Alleinerziehenden ist, Kinder, Beruf oder Ausbildung, Leben und Haushalt unter einen Hut zu bringen. Aufgrund ihrer besonderen Situation sind Alleinerziehende auf ein engmaschiges Unterstützungsnetz angewiesen. „Niemand muss sich alleingelassen fühlen“, sagt Christine Schramm-Spehrer, Beauftragte für Chancengleichheit (BCA) der Agentur für Arbeit in Gießen. „Es gibt ein sehr großes Beratungsangebot und viele Anlaufstellen, bei denen sich alleinerziehende Mütter und Väter informieren können.“ Das reiche von den Agenturen für Arbeit und den Jobcentern über kommunale Jugendämter bis hin zu Kirchen und Wohlfahrtsverbänden. „Bei uns sind Alleinerziehende immer richtig, wenn es um Fragen zur Berufs- und Studienwahl, Erkennen von Stärken, Stellensuche und Bewerbung geht“, erläutert Christine Schramm-Spehrer.

In den Arbeitsagenturen und Jobcentern gibt es Beauftragte für Chancengleichheit, sie sind immer eine gute erste Anlaufstelle. Sie vermitteln vielfältige Kontakte, und verfügen über Informationen zu Themen wie Kinderbetreuung, haushaltsnahe Dienstleistungen und finanzielle Förderung. „Wir laden auch zu Vorträgen und Workshops speziell für Frauen ein. Und wir geben im Rahmen von Bewerberinnentagen interessierten Frauen bei sogenannten Speeddating-Aktionen die Gelegenheit, Firmen kennenzulernen.“

Arbeitgeber gewinnen und überzeugen

Das Beratungsangebot für die Alleinerziehenden ist aber nur die eine Seite. „Die andere ist die Aufklärungsarbeit in den Firmen“, so Christine Schramm-Spehrer. Hier informiert die Agentur für Arbeit nicht nur rund um das Thema familienbewusste Personalpolitik. „Wir klären Firmen darüber auf, dass es gerade vor dem Hintergrund des demografischen Wandels und des Fachkräftemangels wichtig ist, sich neue Bewerberinnenkreise zu erschließen.“ Gerade Alleinerziehende bringen ein hohes Maß an Verantwortungsbewusstsein und Motivation mit und sind für viele Betriebe eine echte

Bereicherung. Da jedoch nicht jede alleinerziehende Mutter und jeder alleinerziehender Vater Vollzeit arbeiten kann, kommt familienfreundlichen Arbeits- und Arbeitszeitmodellen eine große Bedeutung zu. Gerade flexible Modelle stellen eine deutliche Entlastung für den Alltag Alleinerziehender dar. Egal ob Gleitzeit, Teilzeit oder Homeoffice-Regelungen: Jedes Modell jenseits einer starren Regelung kann helfen.

Schon seit 2005 gibt es in Deutschland die Möglichkeit der Teilzeitausbildung. 2013 gab es bundesweit nur knapp 4.200 Ausbildungsverhältnisse in Teilzeit, knapp 1.700 davon wurden in 2013 neu abgeschlossen. Das waren lediglich 0,3 Prozent aller neu abgeschlossenen Ausbildungsverträge. Dabei ist eine Teilzeitberufsausbildung grundsätzlich in allen anerkannten Berufen des dualen Ausbildungssystems möglich. Weit vorne rangieren die vermeintlich klassischen Frauenberufe, also kaufmännische und Gesundheitsberufe. Wie eine Ausbildung in Teilzeit konkret aussehen kann, lesen Sie auf Seite 7 sowie auf der nächsten Seite. <

links

Im **Bundesverband alleinerziehender Mütter und Väter** organisieren sich Menschen, die ihre Kinder ohne Partner oder Partnerin erziehen. Auf seiner Internetseite präsentiert der Verband ein umfangreiches Angebot, vor allem Informationen zu rechtlichen Fragen und finanziellen Unterstützungsangeboten. www.vamv.de

Das **Portal Familien-Wegweiser.de** bietet Alleinerziehenden vielfältige nützliche Tipps und Hilfestellungen, auch zu finanziellen und rechtlichen Fragen. www.familien-wegweiser.de > A > Alleinerziehend.

MUTTER, **AUSBILDUNG**, KIND

Ausbildung mit Kind? Christine Knopp (24) schafft es, beides unter einen Hut zu bekommen – dank ihrer Teilzeitausbildung.

Christine Knopp,
Auszubildende
zur Fachkraft für
Lagerlogistik



„Ein Berufsabschluss ist mir wichtig.“ Die junge Mutter Christine Knopp absolviert ihre Ausbildung in Teilzeit.

morgens muss alles schnell gehen. Christine Knopp fährt mit dem Bus zu ihrer Ausbildungsstelle, ihre Tochter in die Schule. Die junge Mutter kann beruhigt zur Firma fahren. Sie absolviert im zweiten Lehrjahr eine Ausbildung zur Fachkraft für Lagerlogistik bei der Firma Wagner & Simon WASI GmbH in Wuppertal. Christine Knopp ist mit 16 Jahren Mutter geworden. „Ausbildung mit Kind? Das ging bei mir bisher nicht“, sagt sie. Aber sie wusste immer, wie wichtig ein Berufsabschluss ist. Ihre Ausbildung absolviert sie in Teilzeit, 30 Stunden pro Woche. Möglich ist das nur, weil alle an einem Strang ziehen: Berufsschule, Betrieb, Familie. Auch ihre achtjährige Tochter versteht die Situation.

Unterstützung von allen Seiten

Eine gute Freundin und ihre Mutter helfen aus, wenn es mit der Kinderbetreuung mal eng wird. Zudem bekommt Christine Knopp Unterstützung durch das Zentrum für Integration und Bildung (ZIB), einem Bildungsträger im Bergischen Land. Die Standortleiterin und ihre Kolleginnen sind Sozialpädagoginnen und stehen während Christine Knopps dreijähriger Ausbildung in engem Kontakt mit Betrieb und Berufsschule. Einmal pro Woche kommt die 24-Jährige vormittags zum Lernen ins ZIB. Denn wenn ihre Tochter aus der schulischen Ganztagsbetreuung nach Hause kommt, wäre das nur schwer möglich. Im ZIB bekommt sie auch Rat und Hilfe bei Alltagsproblemen.

Tanja Jäkel ist in Christine Knopps Ausbildungsbetrieb Ansprechpartnerin für alle Personalfragen. „Für uns ist es nicht so sehr wichtig, wie lange jemand täglich im Betrieb ist, sondern, ob er zu uns passt und motiviert ist“, sagt sie. Sie weiß, dass gerade junge Mütter sehr verantwortungsbewusst und gut organisiert sind. „Das merken wir in der

Ausbildung. Und dafür nehmen wir in Kauf, dass wir manchmal etwas mehr planen müssen.“

Trotz aller Unterstützung: Es bleibt eine große Aufgabe für Alleinerziehende, Ausbildung und Familie zu vereinbaren. Aber wer es schafft, seine Ausbildung abzuschließen, hat Durchhaltevermögen und Engagement bewiesen – und hat sich damit für eine feste Stelle qualifiziert. <

links

Über das Thema **Teilzeitberufsausbildung** informiert auch eine Broschüre des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF). Sie finden sie online als PDF unter www.bmbf.de > *Publikationen* > „Ausbildung in Teilzeit – ein Gewinn für alle“.

HIER FINDEN SIE **HILFE**

Wenn Sie nach einer Familien- oder Pflegezeit in den Beruf zurückkehren möchten, finden Sie viele Informationen rund um Wiedereinstieg, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Kinderbetreuung und Fördermöglichkeiten. Um Ihnen angesichts der großen Auswahl im Internet den Überblick zu erleichtern, empfehlen wir besonders folgende Seiten:

Bundesagentur für Arbeit

Auf der Seite finden Sie unter dem Menüpunkt *Bürgerinnen & Bürger > Familie und Kinder* Wissenswertes, beispielsweise über Berufsrückkehr, Chancengleichheit und finanzielle Hilfen wie Kindergeld und Kinderzuschlag.
www.arbeitsagentur.de

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ)

Das BMFSFJ bietet nützliche Informationen zu Familie und Arbeitswelt, Elternzeit und finanziellen Fördermöglichkeiten.
www.bmfsfj.de

Familien-Wegweiser.de

Das umfassende Informationsangebot des BMFSFJ deckt ein breites Themenspektrum von Allein mit Kind über Mutterschutz und Schwangerschaftsberatung bis zu Zweisprachige Erziehung ab. Hier finden Sie auch einen Erziehungskompass.
www.familien-wegweiser.de

Perspektive Wiedereinstieg

Das gemeinsame Onlineportal des BMFSFJ und der Bundesagentur für Arbeit unterstützt Frauen, die zurück in den Beruf wollen. Hier finden sich Tipps, die den Wiedereinstieg und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie erleichtern. Über die Postleitzahlensuche finden Sie Beratungsstellen in Ihrer Nähe.
www.perspektive-wiedereinstieg.de

Lokale Bündnisse für Familie

Die Lokalen Bündnisse für Familie setzen sich bereits seit über zehn Jahren in ganz Deutschland für mehr Familienfreundlichkeit vor Ort ein. Auf der Internetseite können Sie nach Bündnissen in Ihrer Stadt suchen. An rund 465 Standorten gibt es mittlerweile Lokale Bündnisse für Familie (Stand: Januar 2015).
www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de

Kinderbetreuung

Hier erhalten Mütter und Väter einen Überblick über Betreuungsangebote, finden Antworten auf finanzielle und rechtliche Fragen oder können auf einer interaktiven Landkarte nach Ansprechpartnern in ihrer Region suchen.
www.fruehe-chancen.de

Bundesverband Alleinerziehender

Im Bundesverband alleinerziehender Mütter und Väter organisieren sich Menschen, die ihre Kinder alleine erziehen. Auf der Internetpräsenz finden Sie vor allem Informationen zu rechtlichen Fragen und finanziellen Unterstützungsangeboten.
www.vamv.de

Väter.de

Der Verein Väter e.V., der beispielsweise vom Hamburger Senat unterstützt wird, macht angehenden Vätern Mut und hilft mit Aktivitäten, Workshops oder Vorträgen. Über die Seite können Sie unter dem Menüpunkt *Veranstaltungen* nach Väterprojekten suchen.
www.vaeter.de

Wege zur Pflege

Auf diesen Seiten beantwortet das BMFSFJ zahlreiche Fragen zur Pflege und Pflegeversicherung, zum Wohnen im Alter, zur Pflegezeit und Familienpflegezeit.
www.wege-zur-pflege.de



Vielfältige Beratungsangebote und persönliche Unterstützung helfen Ihnen bei Ihrem geplanten Wiedereinstieg.

WEITERE ANGEBOTE IM



Erkennen und nutzen Sie Ihre beruflichen Chancen.
Zu folgenden individuellen Lebenslagen gibt es
Hefte zum Mitnehmen:

zum Mitnehmen!



- 50plus – Ihre Erfahrung zählt
- Berufliche Reha
- Existenzgründung
- Familie und Beruf
- Jobchancen ohne Ausbildung
- Soldaten auf Zeit
- Weiter durch Bildung
- Zeitarbeit

www.arbeitsagentur.de/durchstarten

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Berufsinformationszentrum (BiZ) können Ihnen bei der Suche nach geeigneten Informationen weiterhelfen.

außerdem im BiZ:



Die durchstarten Infomappen bieten Informationen über Weiterbildungsberufe, Anpassungsqualifizierungen und Trends in verschiedenen Arbeitswelten.



**Bundesagentur
für Arbeit**

WEITERE ANGEBOTE IM



Erkennen und nutzen Sie Ihre beruflichen Chancen.
Zu folgenden individuellen Lebenslagen gibt es
Hefte zum Mitnehmen:

zum Mitnehmen!



- 50plus – Ihre Erfahrung zählt
- Berufliche Reha
- Existenzgründung
- Familie und Beruf
- Jobchancen ohne Ausbildung
- Soldaten auf Zeit
- Weiter durch Bildung
- Zeitarbeit

www.arbeitsagentur.de/durchstarten

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Berufsinformationszentrum (BiZ) können Ihnen bei der Suche nach geeigneten Informationen weiterhelfen.

außerdem im BiZ:



Die durchstarten Infomappen bieten Informationen über Weiterbildungsberufe, Anpassungsqualifizierungen und Trends in verschiedenen Arbeitswelten.



**Bundesagentur
für Arbeit**