



# UND

## aktuell 1 / 16

### Mütter und Väter in EinEltern-Situationen

Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie/Privatleben ist bis heute eine grosse Herausforderung, erst recht für Mütter und Väter in der EinEltern-Situation. Erwerbsarbeit und wesentlich mehr unbezahlte Haus- und Familienarbeit als in einem Paarhaushalt sind zu leisten, eine passende Kinderbetreuung zu finden ist anspruchsvoller, die Aus- und Weiterbildung sollte nicht vernachlässigt werden und Zeit für Erholung sollte auch noch bleiben . . .

Wenn Kinder hauptsächlich oder ausschliesslich bei einem Elternteil leben und aufwachsen, ist dieser in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf besonders gefordert. Weit mehr noch als Paarhaushalte mit Kindern sind EinEltern auf Miterziehende und ein tragfähiges soziales Netz angewiesen. Für erwerbstätige EinEltern funktioniert die Vereinbarkeit im privaten Alltag nur mit Unterstützung von Verwandtschaft, Freundschaftskreis, Nachbarschaft und öffentlicher Hand, im beruflichen Alltag nur mit familienfreundlichen Arbeitsbedingungen und besonderer Rücksichtnahme auf die Situation von EinElternFamilien.

Auch wo diese Unterstützung vorhanden ist, bleibt die Alltagsgestaltung für EinEltern besonders anforderungsreich hinsichtlich Planung, Organisation, Zeitmanagement und Umgang mit dem eigenen Energiehaushalt. In der UND-Beratung von EinEltern sind denn auch chronische Müdigkeit und das Finden von Entlastungsmöglichkeiten sowie von Freiräumen für sich selber oft ein Thema. Die Lösungsansätze sind individuell und je nach Lebenssituation sehr unterschiedlich.

Müttern und Vätern in der EinEltern-Situation, die auch beruflich am Ball bleiben wollen, gelingt dies nur mit hohem Einsatz, Entbehrung von persönlichen Freiräumen und Bewältigung von Mehrfachbelastungen. In der UND-Beratung von EinElternFamilien suchen tendenziell Mütter eher zu Fragen des Erwerbsalltags und der beruflichen Weiterentwicklung Unterstützung und Väter eher zu Fragen der privaten Alltagsorganisation und -gestaltung. Die folgenden Geschichten von Lukas Zehnder und Rebecca Zulauf zeigen eindrücklich, welche Kompetenzen EinEltern in ihren spezifischen Herausforderungen entwickeln und einsetzen können. (eh)

### In dieser Ausgabe

#### Schwerpunkt

- > Mütter und Väter in EinEltern-Situationen
- > Praxiserfahrungen von Lukas Zehnder und Rebecca Zulauf
- > 3 Fragen an Georg Mattmüller, Präsident EIFAM Alleinerziehende Region Basel

#### UND in eigener Sache

- > Veränderungen im Team
- > Verabschiedung Geschäftsführer Daniel Huber
- > Willkommen neue Geschäftsführerin Regula Weber

#### UND-Jahresbericht

- > Betriebsjahr 2015

UND

Fachstelle UND · Familien- und Erwerbsarbeit für Männer und Frauen

## Ein Ämtliplan zu Hause und Unterstützung im Betrieb

---



Lukas Zehnder

### Fachstelle UND

Das Beratungsangebot für Privatpersonen steht EinEltern bei allen Fragen rund um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zur Verfügung.  
[www.und-online.ch](http://www.und-online.ch)

Seit fünf Jahren lebt Lukas Zehnder allein mit den beiden Töchtern in Wettingen AG. Mit seiner geschiedenen Frau verfügt er über das gemeinsame Sorgerecht, die Obhut liegt bei ihm. Das war nicht immer so, nach der Scheidung wurden die Töchter vom Gericht der Mutter in Obhut gegeben. Erst als der Vater zwei Jahre später einen Antrag auf Obhut stellte und ein Betreuungskonzept vorlegte, wurden ihm die Kinder übergeben. "Eine Mutter wird nicht nach einem Betreuungskonzept gefragt, meist ist es selbstverständlich, dass sie die Kinder bekommt." Dies sagt Lukas Zehnder ohne Gram, denn ihm ging es immer um die Kinder: "Sie sollten da leben, wo sie sich wohl fühlen, und das war und ist nun einmal bei mir."

In der Tat, im Haushalt Zehnder läuft es rund. Vater Zehnder erledigte schon vor der Scheidung den Grossteil der Familienarbeit. So fällt es ihm heute nicht schwer, die Familie zu organisieren. Es gibt kaum Hektik. Fragen werden ausdiskutiert, das gibt allen Halt und Sicherheit. Die ältere Tochter ist 18 Jahre alt und arbeitet kräftig mit im Haushalt. Die jüngere so wie es ihr möglich ist. Sie ist 17 Jahre alt und hat noch andere Dinge im Kopf. Auf dem Heimweg von seiner Arbeit geht der Vater einkaufen. Den Grosseinkauf erledigen sie meist gemeinsam einmal pro Woche. Und seit sie zusammen den Fragebogen zum Zeitmanagement der Fachstelle UND bearbeitet haben, sind die Ämtli in der Familie noch besser verteilt. "Denn nun sehen auch meine Töchter, was ich alles ganz selbstverständlich so tue im Haushalt." Dies bewirkte, dass sie ihre häuslichen Aufgaben nun leichter erledigen.

Auch Grosseltern, Nachbarschaft und Freundschaftskreis sind eine grosse Hilfe. "Wir sind gut vernetzt. Meine Töchter haben es leicht, Kontakt zu finden; man mag sie in der Nachbarschaft", erzählt Lukas Zehnder. Er arbeitet hundert Prozent bei der öffentlichen Hand und bekleidet zusätzlich ein Amt in der Kirchgemeinde. "Ich habe Glück, meine Arbeitgeberin ermöglicht mir, davon einiges während der Arbeitszeit zu erledigen." Überhaupt unterstütze ihn sein Chef, wo es gehe. So geht sein Zeitbudget gut auf. Zeit für sich selber findet er im Sport und auf seinen Reisen nach Mittelamerika. Dann gehen seine Töchter zu ihrer Mutter, die etwas weiter weg wohnt. "Das ist eine gute Erfahrung, so lernen sie wie es ist, einen längeren Schulweg zu haben", erzählt Lukas Zehnder. (bah)

## Belastbarkeit und ein mittragendes soziales Netz

---



Rebecca Zulauf

Als ihre Tochter zur Welt kam, war Rebecca Zulauf 19 Jahre alt und besuchte noch das Gymnasium. Ein paar Monate nach der Geburt machte sie die Matura-Prüfungen. Ihre Eltern unterstützten sie intensiv und betreuten das Kleinkind; auch Freundinnen und Freunde, MitschülerInnen und Menschen aus der Nachbarschaft halfen mit. Nach der Matura machte Rebecca Zulauf ein Jahr Mutterschaftsurlaub zu Hause bei den Eltern.

Im Studium hatte die junge Mutter das Bedürfnis, selbständiger zu werden und zog in eine eigene Wohnung. Für ihre Tochter fand sich ein Krippenplatz an der Uni. Eltern, Verwandte und FreundInnen sprangen regelmässig ein, denn Seraina war als Kleinkind oft krank. "Ich hatte riesiges Glück, ich bekam grosse Unterstützung", erzählt Rebecca Zulauf. Schwierig fand sie, dass sich die Lebenswelt der Gleichaltrigen überhaupt nicht deckte mit der ihren. Trotz aller Unterstützung fühlte sie sich oft allein und isoliert. Doch dann lernte sie eine Studentin kennen, die auch Mutter war. Mit ihr konnte sie vieles teilen. "Wir taten uns zusammen und fanden zwei Wohnungen in einem Haus. Sie wohnte unten und ich oben, das war sehr praktisch."

Auch finanziell war es nicht einfach. Die Eltern bezahlten für die erste Ausbildung von Rebecca Zulauf. Sie fand auch Stiftungen, bekam einen Mietzinszuschuss und Unterstützung für die Be-

**vision4you**

EinEltern, die sich beruflich verändern wollen, finden spezifische Unterstützung für die Laufbahnplanung auf der Bildungssite [www.vision4you.ch](http://www.vision4you.ch) des Schweizerischen Verbandes alleinerziehender Mütter und Väter SVAMV

treuung. Zudem erhielt sie eine Alimenterbevorschussung. "Ein riesiger Papierberg, der jährlich immer neu erledigt werden musste", erinnert sie sich. "Aber ich gewöhnte mich daran, es gehörte einfach dazu." Hauptsache, alles funktionierte, dafür war sie dankbar.

Als Seraina in die Primarschule kam, erleichterte die Aufnahme in eine Tagesschule vieles. In dieser Zeit schloss Rebecca Zulauf das Psychologiestudium ab und begann als Heilpädagogin zu arbeiten. Sie brauchte dafür noch ein zusätzliches Diplom und studierte berufsbegleitend Heilpädagogik. Diese Dreifachbelastung von Familie, Erwerbsarbeit und Studium erforderte eine gute Zeiteinteilung. Unter der Woche gehörten zwei Nachmittage und die Abende der Tochter. Sobald sie im Bett lag, wurde für die Schule vorbereitet und für das Studium gelernt. "Manchmal war es schon schwierig. Wenn ich zum Beispiel mit Seraina Auseinandersetzungen hatte, war ich oft allein damit." Immer wieder gingen ihr die Eltern zur Hand, das war eine grosse Entlastung. Heute arbeitet Rebecca Zulauf in einer Regelschule und hat Arbeitszeiten, die gut möglich machen, für die Tochter da zu sein. Seraina ist nun 16 Jahre alt und Rebecca Zulauf sagt: "Ich bin stolz auf sie." (bah)

### 3 Fragen an Georg Mattmüller, Präsident EIFAM Alleinerziehende Region Basel



Georg Mattmüller

**> Was sind nach Erfahrung von EIFAM die häufigsten Herausforderungen von erwerbstätigen Alleinerziehenden?**

Kinderbetreuungsmöglichkeiten sowie deren Bezahlbarkeit sind zentral. Betriebliche Kinderbetreuung gibt es nur für wenige Alleinerziehende. Die öffentliche oder öffentlich finanzierte Kinderbetreuung ist in grösseren Städten besser ausgebaut. In kleineren Gemeinden sind Alleinerziehende meist vollständig auf das private oder nachbarschaftliche Netz angewiesen.

Alleinerziehende haben oft eine Wiedereinstiegsproblematik. Die Familienphase hat entweder ein Defizit bei der Ausbildungssituation oder bei den lebenslaufbedingten Arbeitsmarktchancen zur Folge. Alleinerziehende sind überwiegend Frauen, die vielfach in Berufen tätig sind, in denen sie einen geringen Verdienst haben oder an Randzeiten, abends oder am Wochenende arbeiten.

**> Welche Angebote für Alleinerziehende braucht es von der öffentlichen Hand?**

Die öffentliche Hand muss sich zwingend um ein besseres und besser finanziertes Angebot bemühen. Das kostet zwar Geld, entlastet aber die Sozialkosten, wenn es richtig gemacht wird. Kleinere Gemeinden müssen oft überhaupt erst Angebote schaffen. Dies müssen nicht immer top ausgebaute Kitas sein. Es können durchaus private oder kirchliche Angebote unterstützt werden. Wichtig sind schulische Tagesstrukturen oder Tagesschulen, wichtig ist weiter ein innovatives Entwickeln von Angeboten ausserhalb der ordentlichen Tagesbetreuungszeiten, etwa in den Ferien, abends, in der Nacht und am Wochenende.

**> Welche Unterstützung wünschen Sie sich von ArbeitgeberInnen?**

ArbeitgeberInnen sollten sich um eigene Kinderbetreuungsangebote kümmern oder diese mitfinanzieren. Für Alleinerziehende ist der Goodwill zu einer gewissen Flexibilität bei der Arbeitszeitgestaltung wichtig. Flexible Arbeitszeiten und grosszügiges Handhaben von Präsenzzeiten helfen ebenso wie die Rücksichtnahme auf persönliche Bedingungen bei Arbeits- und Einsatzplänen. Hilfreich ist auch ein Entgegenkommen beim Grad der Teilzeit. Viele ArbeitgeberInnen tun dies, viele aber auch nicht. (gm)

**EIFAM**

EIFAM vernetzt Alleinerziehende in der Region Basel und bietet Beratung im EIFAM-Infobüro an, setzt sich für die Anliegen Alleinerziehender in Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit ein. [www.eifam.ch](http://www.eifam.ch)

## UND in eigener Sache

---

> **Veränderungen im Team:** Katrin Giger-D'Ignazio, Arbeits- und Organisationspsychologin und Thomas Brückmann, Sozialanthropologe haben im Mai und Juni 2015 ihre Beratungstätigkeit für Organisationen und Fachleute bei der Fachstelle UND aufgenommen. Stephan Berger hat sein Mandat im Bereich Zentrale Dienste Ende Januar 2016 beendet. Seine Nachfolge haben Katja Bühlmann-Richi, Kauffrau und Regula Riedi, Betriebswirtschaftlerin angetreten. Elisabeth Häni, langjährige Bildungsverantwortliche, hat UND Ende März 2016 altershalber verlassen. Die Bildungsaufgaben haben Laura Simma und Tobias Oberli übernommen.

> **Abschied vom Geschäftsführer Daniel Huber:** Mit dem Abschied von Geschäftsführer Daniel Huber Ende April 2016 geht eine Ära nach fast 20 Jahren zu Ende. Daniel Huber hat ab 1997 die Entwicklung der Organisation als erster Angestellter von der Pionierphase bis zur heutigen professionell strukturierten Fachstelle mit 10 Mitarbeitenden miterlebt und massgeblich geprägt. Seit 2006 ist er Geschäftsführer der Fachstelle. Nicht das Rampenlicht und der schnelle Erfolg waren ihm wichtig, sondern die sorgfältige praxis- und wirkungsorientierte Arbeit für die Ermöglichung der Vereinbarkeit. Mit Hartnäckigkeit, Herzblut und Flexibilität hat Daniel Huber sich dem Thema gewidmet und dabei viel Kreativität bei der Überwindung von Hindernissen gezeigt. Zahlreiche Unternehmen, Privatpersonen und Institutionen haben vom breiten Wissen von Daniel Huber profitieren können. Er hat die Fachstelle zusammen mit den Mitarbeitenden zu dem Kompetenzzentrum für die Vereinbarkeit von Familien- und Erwerbsarbeit in der Schweiz gemacht. Sei es in den stetig weiter entwickelten Unternehmensprojekten, in einem massgeschneiderten Bildungsangebot oder dem im Jahr 2008 eingeführten Prädikat «Familie UND Beruf». Nun will sich Daniel Huber beruflich noch einmal neu orientieren, wozu wir ihm viel Glück und Erfolg wünschen. Mitarbeitende und Vorstand sind motiviert und zuversichtlich, die Lücke schliessen zu können, die Daniel Huber mit seinem über zwanzig Jahre entwickelten Know-how hinterlassen wird. (mb//lh)

> **Willkommen Regula Weber als neue Geschäftsführerin:** Regula Weber studierte an der Universität Zürich Sprach- und Literaturwissenschaften (lic. phil.). Anschliessend war sie viele Jahre in der Unternehmenskommunikation von Unternehmen und Organisationen tätig, darunter acht Jahre als Leiterin Public Relations bei der Max Havelaar-Stiftung (Schweiz). 2013/14 absolvierte sie eine Managementausbildung. Regula Weber befasste sich während ihres Studiums intensiv mit Chancengleichheits- und Gender-Fragen, unter anderem mit einer Lizentiatsarbeit über die Autorin und Politikerin Hedwig Dohm. Regula Weber hat zwei erwachsene Söhne, deren Betreuung sie partnerschaftlich mit ihrem Mann geteilt hat, und wohnt in der Nähe von Zürich. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Frau Weber ab dem 1. Mai 2016. (mb//lh)

## Die Fachstelle UND ist zu erreichen:

---

- > **Via Website** [www.und-online.ch](http://www.und-online.ch)
- > **Via E-Mail** [info@und-online.ch](mailto:info@und-online.ch)
- > **Via Telefon** Basel und Nordwestschweiz: Telefon 061 283 09 83  
Bern und Westschweiz: Telefon 031 839 23 35  
Luzern und Zentralschweiz: Telefon 041 497 00 83  
Zürich und Ostschweiz: Telefon 044 462 71 23
- > **Via Briefpost** Fachstelle UND, Limmatstrasse 73, CH-8005 Zürich

UND-aktuell Nr. 1/16 wurde  
ermöglicht durch finanzielle  
Unterstützung von:

---

# MIGROS

Genossenschaft Migros Zürich

[www.migros.ch](http://www.migros.ch)

---

# helvetia

[www.helvetia.com](http://www.helvetia.com)

---



## Impressum

---

UND-aktuell erscheint 2x pro Jahr

### Koordination und Redaktion

Elisabeth Häni mit Beiträgen von  
Madeleine Baer-Amman (mb), Luzius  
Hafen (lh) Barbara Heuberger (bah),  
Georg Mattmüller (gm) und Elisabeth  
Häni (eh)

**Gestaltung** Ethel Brüttsch, Luzern

**Titel-Foto** Georg Anderhub, Luzern

**Druck** Printex AG, Dagmersellen

**Auflage** 4000 Exemplare

18. Jahrgang, Nummer 1

**Datum** April 2016