



# WAS ICH IM LEBEN WILL

Alleinerziehende Frauen in Weiterbildung? Ja, die gibt es.

Unser Autor befragte sie u. a. nach ihrem persönlichen Management und ihrer Zufriedenheit.

VON **KLAUS HEYWINKEL**

**A**lleinerziehende berufstätige Frauen haben vor allem eines gemeinsam: wenig Zeit! Und trotzdem ringen etliche dieser Frauen dem alltäglichen Wahnsinn Zeit für eine berufliche Weiterbildung ab. Was sind die Erfolgsstrategien dieser Frauen? Und wie können Coaches und Trainer dies in ihre Arbeit einbinden? In Indien heißt es: „Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind großzuziehen.“

In Deutschland besteht das Dorf in aller Regel aus Vater und Mutter und vielleicht noch den Großeltern. In jeder fünften Familie ist das Dorf sogar noch kleiner: Es gibt 1,6 Millionen Alleinerziehende in Deutschland, unter ihnen 90 Prozent Frauen (Mikrozensus 2013). Die vielen Bälle, die Eltern in der Luft halten müssen, werden von diesen Frauen im Wesentlichen alleine jongliert. Und es ist nicht nur

das Dorf, das insbesondere Alleinerziehenden fehlt. Viele unter ihnen belastet die finanzielle Situation: Mehr als 40 Prozent der Alleinerziehenden-Haushalte sind auf Leistungen aus der Grundsicherung für Arbeitsuchende angewiesen. Trotzdem schaffen es viele alleinerziehende Frauen sich beruflich weiterzubilden, zum Teil auch in einer Coachingausbildung. Mit meiner Studie gehe ich u. a. der Frage

nach, was diese Frauen von jenen Alleinerziehenden unterscheidet, die sich nicht beruflich weiterbilden.

Die Studie basiert auf einem Online-Fragebogen mit 63 Fragen zu folgenden Bereichen:

- Rahmenbedingungen wie Berufstätigkeit, Anzahl Kinder, Selbstständigkeit
- zeitlicher Aufwand, z. B. für Haushalt, Kinder, für sich persönlich
- persönliche Zufriedenheit mit der zur Verfügung stehenden Zeit in den verschiedenen Lebensbereichen
- Bewertung der persönlichen Lebenssituation in Bezug auf verschiedene Aspekte

Hier gebe ich einen Überblick über bisherige Ergebnisse und darüber, welche Erkenntnisse sich daraus für die Coaching- und Trainingspraxis ableiten lassen. Die Studie läuft noch bis zum Sommer weiter, denn ich möchte möglichst viele Daten sammeln, um die Ergebnisse auf eine breite Basis zu stellen. Soweit nicht anders beschrieben, beziehe ich mich in diesem Artikel bei den Ergebnissen auf die Daten der Teilnehmerinnen mit genau einem Kind. Durch den Fokus auf diese Gruppe werden Unterschiede, die man auf die Anzahl an Kindern zurückführen kann, ausgefiltert.

### Vergleich zu Müttern, die sich nicht weiterbilden

Trotz der hohen zeitlichen Belastung und des geringen finanziellen Spielraums gab die Hälfte der Teilnehmerinnen an, sich aktuell außerhalb der Arbeitszeit beruflich weiterzubilden. Aus den Angaben dieser Teilneh-

merinnen lassen sich – im Vergleich zu Teilnehmerinnen, die sich aktuell nicht beruflich weiterbilden – interessante Aussagen ableiten:

- Sie verbringen pro Tag rund 55 Minuten weniger Zeit mit ihren Kindern, sind aber weniger unzufrieden mit der Zeitdauer, die sie mit ihren Kindern verbringen.
- Sie fühlen sich weniger stark unter Zeitdruck.
- Sie haben häufiger einen Partner (nicht zusammenlebend).
- Ihnen stehen monatlich etwas weniger Nettoeinnahmen zur Verfügung – und das, obwohl sie häufiger einen Zweitjob haben.
- Sie wissen eher, wie sie ihre Akkus wieder aufladen können.
- Es gibt keinen signifikanten Zusammenhang zwischen ihrem erlernten Beruf und der Entscheidung der Teilnehmerinnen, ob sie sich aktuell beruflich weiterbilden oder nicht.

### Erfolgsfaktor „Pro-aktiv-sein“

Die Berichterstattung über Alleinerziehende in den Medien stellt häufig die finanzielle und zeitliche Belastung der Mütter in den Vordergrund. Die öffentliche Aufmerksamkeit für deren schwierige Situation wächst, und damit auch die Möglichkeit, dass die Politik in Zukunft Weichen stellt, die das Leben für Alleinerziehende erleichtern. Zum Beispiel durch steuerliche Entlastung oder flexiblere Kinderbetreuungsmöglichkeiten.

Die Daten der Studie zeigen einen anderen Aspekt, der mir spannend erscheint – und zwar einen Zusammenhang zwischen persönlicher Zufriedenheit und beruflicher Wei-

terbildung. Die Teilnehmerinnen in Weiterbildung sind im Schnitt weniger unzufrieden mit der Zeit, die ihnen in unterschiedlichen Bereichen zur Verfügung steht. Sie bewerten auch ihre Situation in den abgefragten Lebensbereichen positiver. Und dies alles, obwohl sie durchschnittlich über weniger Nettoeinkommen verfügen, öfter einen Zweitjob wahrnehmen und ihre finanzielle Situation als belastender bewerten. Wie kommt das? Wir nähern uns einer Antwort, indem wir auf eine andere Frage blicken, die die Studie untersucht – und zwar zur „Klarheit über meine Lebensziele“. Der Aussage, dass sie eine solche Klarheit besitzen, stimmten etwas mehr als die Hälfte der Teilnehmerinnen zu, die sich aktuell in Weiterbildung befinden (54 Prozent). Unter den Teilnehmerinnen ohne Weiterbildung stimmte nur jede Dritte zu (33 Prozent).

Klarheit über Lebensziele scheint ein Erfolgsfaktor zu sein. Betrachtet man jene Teilnehmerinnen etwas genauer, die sich über ihre Lebensziele im Klaren sind, ergibt sich ein überraschendes Bild: Sie beziehen im Durchschnitt leicht höhere Einkommen – bei ebenfalls leicht höherer durchschnittlicher Wochenarbeitszeit von 36 Stunden (Zeit für Hauptberuf plus Nebenjob). Und auch bei dieser Gruppe zeigen die Daten eine höhere Zufriedenheit mit der zur Verfügung stehenden Zeit.

Möglicherweise ist die Klarheit über eigene Lebensziele eine Triebfeder, sich beruflich weiterzubilden. Vielleicht treibt die jungen Frauen auch die Hoffnung, mit einer anderen Qualifikation mehr Geld als bisher verdienen zu können. Was auch immer Single-Mütter motiviert sich ▶

# Klarheit über Lebensziele scheint ein Erfolgsfaktor zu sein.

außerberuflich weiterzubilden: Sie nehmen ihr Schicksal in einer Art und Weise in die Hand, die Stephen R. Covey in seinem Buch „7 Wege zur Effektivität“ (Covey, 1989) als pro-aktiv bezeichnet. Die Lebensumstände vieler Alleinerziehender sind schwierig. Pro-aktiv zu sein im Sinne von Stephen R. Covey bedeutet, seinen Fokus nicht auf die belastenden Umstände zu legen, sondern die eigenen Möglichkeiten zur Veränderung zu nutzen. Covey schreibt: „Es kommt am meisten darauf an, wie wir auf das reagieren, was wir im Leben erleben.“

Insgesamt kann man festhalten: Die zusätzliche Belastung einer beruflichen Weiterbildung außerhalb der Arbeitszeit kann bewältigt werden, wenn die Betroffenen ihre Priorisierung verändern. Die Zeit für die Weiterbildung wird irgendwo anders „abgeknapst“. Den bisherigen Daten der Studie kann man entnehmen, dass Alleinerziehende in Weiterbildung

z.B. weniger Zeit mit ihren Kindern verbringen. Solche Prioritäten können Alleinerziehende vermutlich vor allem dann setzen, wenn sie wissen, wofür das gut ist (Lebensziele). Und wenn sie mit der Zeit, die sie mit ihren Kindern verbringen, insgesamt zufriedener sind als Teilnehmerinnen, die sich aktuell nicht weiterbilden, verbringen sie möglicherweise die Zeit mit ihren Kindern intensiver (Stichwort „Quality Time“).

## Coaches und Trainerinnen

Etwa jede zehnte Teilnehmerin gab bisher an, Coach oder Trainerin zu sein. Auch für diese Alleinerziehenden zeigen die Daten überraschende Ergebnisse. Aufgrund der geringen Datenmenge habe ich die Auswertung bei Coaches und Trainerinnen nicht auf Teilnehmerinnen mit genau einem Kind eingeschränkt.

- Die Coaches und Trainerinnen unter den Teilnehmerinnen arbeiten im Schnitt 39 Stunden in der Woche und damit sechs Stunden mehr als die Nicht-Coaches (Hauptberuf und Nebenjob).
- Sie sind überdurchschnittlich unzufrieden mit der Zeitdauer, die sie für ihre Berufstätigkeit und für „eigene Ausbildung/Lernen“ aufwenden können (dahinter steckt vermutlich der Wunsch, mehr zu lernen und sich weiterzubilden).
- Sie haben häufiger Klarheit über ihre Lebensziele.
- Sie fühlen sich deutlich weniger unter Zeitdruck.

Insgesamt zeigen die Antworten von Coaches und Trainerinnen eine ähnliche Tendenz wie die der Frauen, die

sich aktuell beruflich weiterbilden. Und auch hier vermute ich, dass die Klarheit über die eigenen Lebensziele ein Erfolgsfaktor ist. Außerdem zeigt sich sehr schön die Wissbegierde der alleinerziehenden Kolleginnen: Die Zeit, die sie in die eigene Ausbildung investieren, reicht ihnen bei Weitem nicht aus.

## Die Studie geht weiter

Die Studie läuft bis Sommer 2015. Die Ergebnisse werde ich in einem detaillierten Report beschreiben und unter [www.zeitkünstler.de](http://www.zeitkünstler.de) zur Verfügung stellen. Auf dieser Website finden weitere Interessentinnen auch den Fragebogen. Ich freue mich über jede neue Teilnehmerin. ◀◀



Foto: Karin Maigut

### Zum Autor

#### Klaus Heywinkel

47 Jahre, Trainer und Coach für Zeitmanagement, geschieden und Vater von zwei Kindern.

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

## LITERATUR

Stephen R. Covey: 7 Wege zur Effektivität. Simon & Schuster, New York 1989

Statistisches Bundesamt (2014): Bevölkerung und Erwerbstätigkeit, Haushalte und Familien, Ergebnisse des Mikrozensus. Wiesbaden 2013