



UNTERSTÜTZUNG

TIPPS UND INFORMATIONEN

Sie befinden sich hier:

[Allein erziehen](#)
[Existenzsicherung](#)

[Datenschutz](#) [Sitemap](#) [Kontakt](#) [Impressum](#)

Existenz sichern

Die eigenständige Existenzsicherung ist besonders für Frauen wichtig und sollte auch während der Erziehung und Betreuung eines Kindes oder mehrerer Kinder nicht aufgegeben, höchstens unterbrochen werden.

Es empfiehlt sich heute, nach der Geburt eines Kindes nicht länger als ein Jahr zu pausieren. Dafür wurde das Elterngeld als Lohnersatzleistung geschaffen:

In hoch qualifizierten Berufen ist eine Unterbrechung der Erwerbstätigkeit oft gleichbedeutend mit dem Ende von Karriere Wünschen.

Mütter, die längere Zeit beruflich ausgesetzt haben, verlieren das Zutrauen in ihre beruflichen Fähigkeiten.

Der schnelle technologische Wandel erschwert es bereits nach einer kurzen Unterbrechung, wieder an den Arbeitsplatz zurück zu kehren.

Nach drei Jahren Elternzeit ist das Arbeitslosigkeitsrisiko am höchsten von allen Lebensphasen, in West-Deutschland wegen fehlender Kinderbetreuung, in Ost-Deutschland wegen wegbrechender Arbeitsplätze.

(Institut für Arbeitsmarkt und Berufsforschung)

Ein Ausstieg aus dem Beruf bedeutet meist eine unzureichende eigenständige finanzielle Absicherung, gerade auch im Alter.

Wie Sie es schaffen, Beruf und Kind miteinander optimal zu verbinden, können Sie unter den Themen

Ausbildung

Erwerbstätigkeit

Arbeitslosigkeit

Sozialhilfe

Unterhalt

Transferleistungen und

Schulden

im **Kapitel 3** unseres VAMV-Taschenbuches "**Allein erziehend - Tipps und Informationen**", 23. Ausgabe 2019 nachlesen.