

1. HINTERGRUND UND ZIELSETZUNG

Alleinerziehende und Getrennterziehende stehen vor besonderen Herausforderungen im Alltag und Berufsleben. Sie sind oft mit finanziellen, zeitlichen und emotionalen Belastungen konfrontiert. Die AK Niederösterreich führte daher im Frühling 2026 eine umfassende Online-Umfrage mit 2.732 Teilnehmer:innen durch, um die Lebensrealitäten dieser Gruppe besser zu verstehen und ihre Interessen gezielt vertreten zu können.

2. METHODIK UND STICHPROBE

- » Die Umfrage richtete sich an allein- oder getrennterziehende Elternteile aus Niederösterreich, die mindestens ein minderjähriges Kind allein oder getrennt erziehen. Teilnehmende aus anderen Bundesländern wurden nicht ausgeschlossen.

Alleinerziehende: Mütter und Väter, die die Erziehungsverantwortung (größtenteils) für ihr minderjähriges Kind/ihre minderjährigen Kinder allein tragen.

Getrennterziehende: Mütter und Väter, die sich die Erziehung und Betreuung ihrer minderjährigen Kinder zu annähernd gleichen Teilen (mind. 40:60) mit dem getrenntlebenden Elternteil teilen (z. B. im Rahmen eines Wechselmodells/Doppelresidenz).

- » Fokus auf Niederösterreich: Rund 40 % der Teilnehmenden sind Niederösterreicher:innen (1.088).
- » 94,6 % der Befragten sind Alleinerziehende und 5,4 % Getrennterziehende.
- » Die Mehrheit der Befragten sind Frauen (knapp 98 %), meist im Alter zwischen 35 und 44 Jahren.
- » Bildungsniveau: Überdurchschnittlich viele haben Matura oder Hochschulabschluss, Personen mit Pflichtschulabschluss sind etwas unterrepräsentiert.
- » Durchschnittlich sind es 1,6 Kinder pro Haushalt, das jüngste Kind ist im Schnitt 8 Jahre alt.

3. LEBENS- UND WOHNSTUATION

- » 89 % leben ohne weitere erwachsene Personen im Haushalt (6 % mit Familienmitgliedern, 4 % mit einer neuen Partnerperson).
- » Nur 19 % erhalten durch Freunde oder Verwandte ausreichende Unterstützung bei Kinderbetreuung und Haushalt.
- » Insgesamt 60 % der Befragten erhalten weder von Freund:innen/Verwandten, noch vom zweiten Elternteil oder von einer neuen Partnerperson ausreichende oder zufriedenstellende Unterstützung im Alltag.
- » Die meisten Alleinerziehenden wurden durch Trennung/Scheidung alleinerziehend (89 %), weitere Gründe: Tod des Partners, ungeplante Elternschaft, bewusste Entscheidung.
- » 35 % haben regelmäßigen Kontakt zum zweiten Elternteil, 5,4 % haben gleichteiliges Betreuungsausmaß (=Getrennterziehende), 36 % haben unregelmäßigen Kontakt, 17 % haben keinen Kontakt. Bei 6 % ist kein Kontakt möglich, da der zweite Elternteil tot oder unbekannt ist.

Allein- und Getrennterziehende nach Kontakt zum anderen Elternteil des Kindes

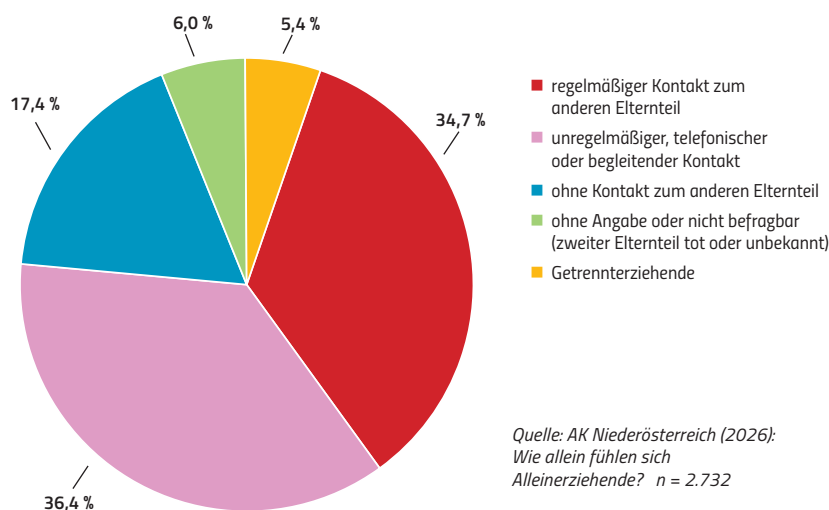


Abbildung 1

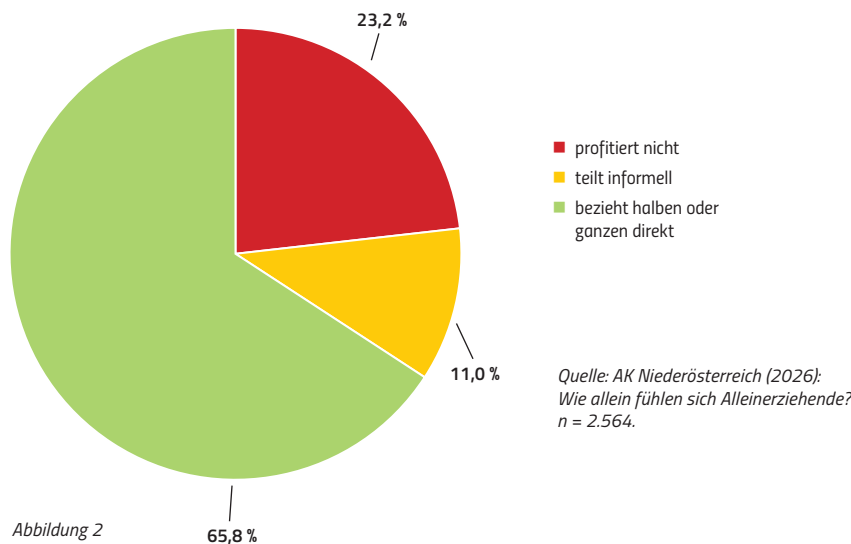
- » Nur 23 % sind mit der Elternkooperation zufrieden, 77 % gleichgültig bis stark unzufrieden.
- » Getrennterziehende sind deutlich zufriedener mit der Kooperation des anderen Elternteils als Alleinerziehende sowie jene mit regelmäßigem Kontakt zufriedener sind als jene ohne Kontakt.
- » Die Teilung der Elternkarenz macht eine zufriedenstellende nachpartnerschaftliche Kooperation ebenso wahrscheinlicher.

4. ERWERBSTÄTIGKEIT UND FINANZIELLE SITUATION

- » Rund 81 % sind unselbstständig beschäftigt.
- » Durchschnittliche Wochenarbeitszeit: 29,7 Stunden.
- » Etwas mehr als ein Viertel ist in einer Vollzeitbeschäftigung (= Erwerbsausmaß ab 36 Wochenstunden).
- » Getrennterziehende sind deutlich öfters in einer hohen Teilzeit bzw. Vollzeit.
- » 25 % möchten mehr Wochenstunden arbeiten, 32 % weniger und 43 % sind zufrieden.
- » Je niedriger das Stundenausmaß, desto größer ist der Wunsch nach Aufstockung.
- » Wichtigste Bedingungen für Stundenaufstockung: besserer Verdienst, flexible Arbeitszeiten, leistbare Kinderbetreuung.
- » Monatliches Nettoeinkommen: 19 % unter 1.500 €, 49 % zwischen 1.501 und 2.500, 25 % zwischen 2.501 und 3.500 und nur 7 % über 3.500 €.
- » Haupteinkommensquellen: Familienbeihilfe (98 %), Erwerbseinkommen (88 %) und Kindesunterhalt (83 %).

- » 13 % der befragten Ein-Eltern-Familien beziehen eine erhöhte Familienbeihilfe oder Pflegegeld für beeinträchtigte Kinder – im Gesamtdurchschnitt sind es gerade einmal etwas mehr als 5 % (Statistik Austria, 2025), was zeigt, dass Kinder in Ein-Eltern-Familien diese häufiger beziehen.
- » Durchschnittlicher Kindesunterhalt: 435 € (ein Kind) bzw. 630 € pro Haushalt.
- » 15 % erhalten regelmäßige finanzielle Unterstützung von Familie/Freund:innen (durchschnittlich 306 €/Monat).
- » Über 23 % profitieren nicht vom Familienbonus Plus, rund zwei Drittel beziehen entweder den halben oder ganzen direkt und 11 % teilen informell (daher: ein Elternteil bezieht ganz und teilt diesen mit dem anderen Elternteil).

Aufteilung des Familienbonus Plus



5. KINDERBILDUNG UND -BETREUUNG

- » Verlässliche, flexible und leistbare Kinderbetreuung sind zentrale Voraussetzung für die Existenzsicherung.
- » Schulische Nachmittagsbetreuung wird von weniger als der Hälfte genutzt (NÖ: 39 %), bundesweit starke Unterschiede.
- » Weniger als die Hälfte der Allein- und Getrennterziehenden aus Niederösterreich, die den Kindergarten am Vormittag nutzen (45 %), nutzen auch das Angebot am Nachmittag (21 %).
- » Hauptproblem: Kosten der Betreuung (59 % unzufrieden), gefolgt von Schließtagen und Öffnungszeiten.
- » In NÖ ist Nachmittagsbetreuung kostenpflichtig und wenig gefördert, was die Nutzung einschränkt und die Unzufriedenheit mit den Kosten erhöht:

„In Niederösterreich ist die Betreuung für Kinder eine KATASTROPHE!!“

„Ich wohne ländlich und bei uns geht die Nachmittagsbetreuung nur bis 15 Uhr unter der Woche und freitags nur bis 13 Uhr. Ich darf dafür ca. 250 € im Monat bezahlen und das ohne Mittag essen. Ich verstehe nicht warum man in NÖ überhaupt alleinerziehende Mütter/ Väter nicht mehr unterstützt?!“

6. DISKRIMINIERUNG UND GESELLSCHAFTLICHE BENACHTEILIGUNG

- » Über die Hälfte der Allein- und Getrennterziehenden erlebt in Zusammenhang mit ihrem Familienstatus Nachteile im Beruf.
- » 44 % berichten von Benachteiligungen bei der Wohnungssuche. Niederösterreicher:innen erleben diese mit 37 % etwas seltener.
- » Frauen, Personen mit niedrigeren Bildungsabschlüssen und Alleinerziehende sind häufiger von Benachteiligungen betroffen als Männer, Personen mit höherer formaler Bildung und Getrennterziehende.
- » Diskriminierung zeigt sich auch in abfälligen Bemerkungen, gesellschaftlicher Stigmatisierung und institutionellen Hürden

„Als Alleinerziehende bist du immer ein „Sozialfall““

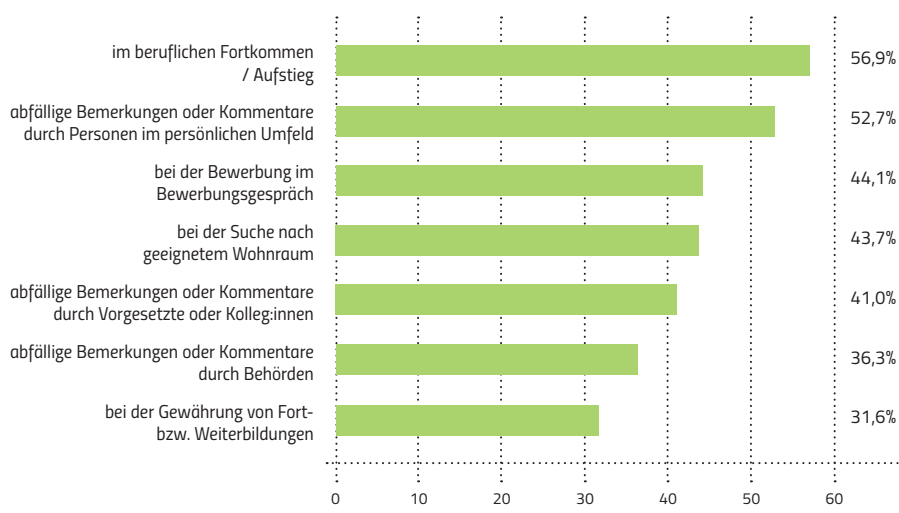
„Noch immer wir man behandelt, so von wegen: Selber schuld, wärens beim Kindsvater geblieben. Niemand hat gefragt, wie es uns während Corona ging, NIEMAND! Man wird immer als die asoziale Alleinstehende behandelt, die die ihre Kinder bis zu Letzt in der Nachmittagsbetreuung lässt, weil sie Vollzeit arbeiten muss, um irgendwie finanziell über die Runden zu kommen [...]“

- » Kinder von Alleinerziehenden erleben ebenfalls Diskriminierung (z.B. in Schule/Kindergarten).

„Kinder werden in eine Schublade gesteckt und schneller kritisiert.“

„Ist klar, dass dein Kind kein 1er Kind in der Schule ist. Als Alleinerziehende hast du ja keine Zeit dafür oder Geld für Nachhilfe. Solche Kommentare kommen.“

Erlebte Nachteile im Zusammenhang mit dem Status als Allein- bzw. Getrennterziehende:r



Quelle: AK-Niederösterreich (2026): Wie allein fühlen sich Alleinerziehende? n = 1.937–2.394.

Abbildung 3

7. BELASTUNGEN UND EINFLUSSFAKTOREN

- » Mehrheit der Befragten fühlt sich häufig bis sehr häufig belastet in mindestens einer der abgefragten Dimensionen (Zeitdruck, Überforderung, finanzielle Sorgen, soziale Isolation).
- » Zeitdruck ist der größte Belastungsfaktor (70 % sehr häufig, 20 % häufig).
- » Unterstützung durch ein Netzwerk (Partner:in, Familie, Freund:innen) reduziert Belastung deutlich.
- » Getrennterziehende sind weniger belastet als Alleinerziehende.
- » Personen, die über ein eigenes Erwerbseinkommen verfügen, sind insgesamt etwas weniger belastet, vor allem hinsichtlich finanzieller Sorgen und Isolation. Sie leiden jedoch häufiger unter Zeitdruck.
- » Zudem berichten sie unter anderem von Belastungen aufgrund gesellschaftlicher Stigmatisierung und fehlenden Erholungsmöglichkeiten.

„Wir wohnen auf 90 qm, kein Auto, kein Urlaub, keine unnötige Ausgabe, wir leben in keinen Luxus, sondern nur im Überlebensmodus.“

„Man vergisst dann sehr oft auf sich selbst, weil es die Zeit einfach nicht zulässt und jede freie Minute, die man nach der Arbeit hat, dann natürlich auch noch seinen Kindern widmen möchte.“
„Ich bin nie alleine, aber sehr oft einsam.“

„Keine Einladungen, keine Unterstützung, soziale Ausgrenzung“

„Alleinerziehenden ist es nicht möglich einen kostengünstigen Urlaub zu machen, da prinzipiell 2 Erwachsene berechnet werden.“

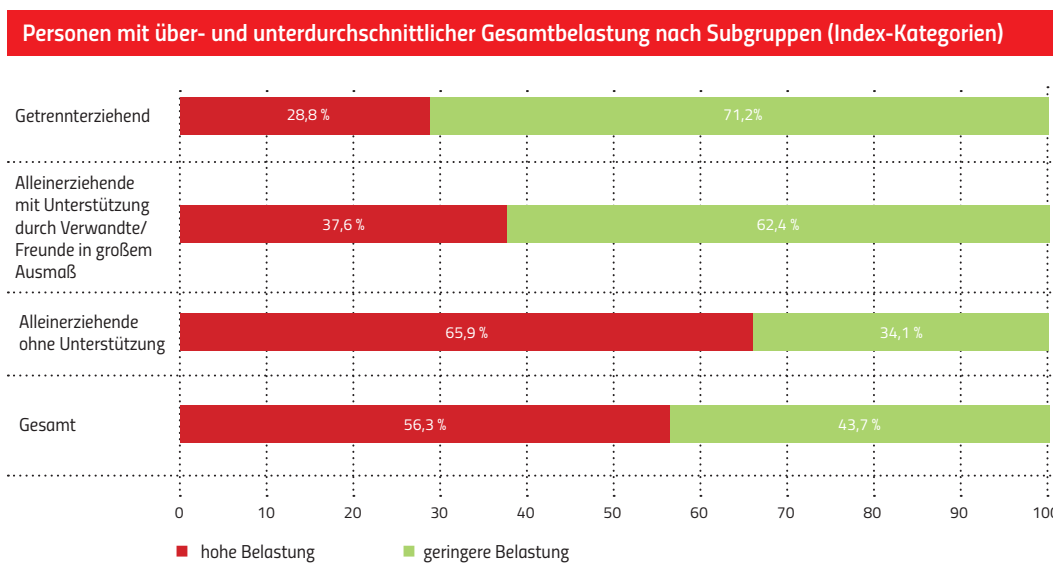


Abbildung 4

GEWALTERFAHRUNGEN: TEIL VON ALLEINERZIEHENDEN-BIOGRAFIEN

Alleinerziehende haben oft Gewalt und Missbrauch erlebt. Die Erfahrungen umfassen Vergewaltigungen bei der Zeugung des Kindes, Gewalt während der Schwangerschaft, in der Beziehung sowie Nachtrennungsgewalt. Auch psychische, ökonomische und institutionelle Gewalt werden häufig genannt.

„Wenn die Institutionen eine verlängerte Hand von den Gewalttätern spielen und die Gewalt wird von Gewalttätern an Institutionen übertragen. Wer leidet darunter? Erste Linie die alleinerziehende Mutter und die Kinder selbst.“

„Finanzielle Nachtrennungsgewalt killt das Sicherheitsgefühl von Müttern und damit auch Kindern. Es ist eine Frechheit wie lange Väter Zahlungen aussitzen können.“

8. WÜNSCHE DER BEFRAGTEN

- » Gefragt nach der Bewertung unterschiedlicher Maßnahmen, wurden folgende drei am relevantesten empfunden: verständnisvolles Arbeitsumfeld (99 % als wichtig bis sehr wichtig), leistbare und flexible Kinderbetreuung (98 % als wichtig bis sehr wichtig), bessere rechtliche, steuerliche und politische Berücksichtigung von Getrennterziehenden (96 % als wichtig bis sehr wichtig).

Im Rahmen offener Textantworten konnten folgende Wünsche identifiziert werden:

- » Mehr finanzielle Entlastung (z.B. Zuschüsse, gerechtere Aufteilung des Familienbonus Plus).

„Eine finanzielle Unterstützung wäre sehr, sehr wichtig denn manchmal muss man jeden Cent schon Mitte des Monats zweimal umdrehen bevor man irgendwas macht oder kann.“

„Steuerliche Begünstigung von Alleinerziehenden und nicht, dass der Alimentezahler den ganzen Familienbonus Plus nehmen darf, nur weil er gut verdient.“

- » Ausbau und Flexibilisierung der Kinderbildung und -betreuung (auch zu Randzeiten, in Ferien).

„Ich leiste Schichtarbeit und Nachtarbeit und es bräuhete Kinderbetreuungsstätten mit 24 Stunden Betreuung und nicht nur 7-18 Uhr.“

- » Verbesserungen beim Unterhalt, Gewaltschutz und Obsorgeverfahren.

„Schutz vor immer wiederkehrenden Gerichtsanträgen, die einzig und allein deshalb gemacht werden, um der Alleinerziehenden finanziell zu schaden.“

„Eine rechtliche Möglichkeit, dass Kinder den Unterhalt vom anderen Elternteil verlässlich erhalten.“

„Physische und psychische Gewalt dürfen nicht mehr relativiert werden, der Staat muss dies erkennen sowie Nachtrennungsgewalt. Dafür muss es ein Auffangnetz geben, Unterstützung und Sicherheit.“

- » Mehr gesellschaftliche Anerkennung und Schutz vor Stigmatisierung.

„1≠2.“

„Verständnisvolle Gesellschaft gegenüber Alleinerziehenden und Ende der Stigmatisierung“

- » Kostenlose oder leistbare psychologische Unterstützung und Coaching.

„Alleinerziehende leisten täglich Unglaubliches, sie brauchen mehr Unterstützung sowohl finanziell als auch durch kostenlose Psychotherapie oder Coaching“

- » Stärkere Verpflichtung des zweiten Elternteiles

„Mütter haben die Pflicht zu erfüllen, dass der Vater das Kind sehen darf – Väter können nicht verpflichtet werden die Kinder zu sehen, sich um sie zu kümmern - das gehört geändert.“

„Der zweite gesetzliche Elternteil sollte nicht nur Rechte, sondern auch Pflichten haben. Pflegeurlaub z.B. ist ein Thema, welches unbedingt überarbeitet gehört.“

9. FAZIT UND HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN

Politischer Handlungsbedarf besteht vor allem in der finanziellen Absicherung und bei Unterstützungsangeboten für Allein- und Getrennterziehende:

- » Verbesserung des Unterstützungsfonds für Alleinerziehende.
- » Einführung einer existenzsichernden staatlichen Unterhaltsgarantie.
- » Umsetzung des 3-Säulen-Modells zur Kindergrundsicherung der Volkshilfe in Zusammenarbeit mit der AK.
- » Abschaffung des Familienbonus Plus zugunsten von Investitionen in die öffentliche Infrastruktur.
- » Gleitendes Auslaufen von Sozialleistungen, Beihilfen und Förderungen bei Steigerung des Erwerbseinkommens.
- » Leistbare und den Bedürfnissen von Ein-Eltern-Familien angepasste Wohnprojekte.

Zur Erleichterung der Vereinbarkeit von Beruf und Familie braucht es:

- » Flächendeckend kostenlose, flexible und qualitativ hochwertige ganztägige und ganzjährige Kinderbetreuung sowie spezielle Angebote für Kinder mit Behinderung und Notbetreuung.
- » Familienfreundliche Arbeitsbedingungen: Neben Home Office, Teleworking und Gleitzeit müssen kreative, innovative Rahmenbedingungen geschaffen werden, die passgenau zu den jeweiligen Betrieben und den Bedürfnissen der Mitarbeitenden passen.
- » Stärkung der Partnerschaftlichkeit in der Sorgearbeit durch Erhöhung reservierten Teil bei der Elternkarenz und der Umsetzung des AK ÖGB Familienarbeitszeitmodells.

Effektiver Gewaltschutz erfordert:

- » Beschleunigte familienrechtliche Verfahren.
- » Ausbau von Frauenhäusern und Notwohnungen besonders in ländlichen Regionen.

Sensibilisierungsarbeit in Betrieben und Gesellschaft:

- » Soziale Vergünstigungen zur Förderung gesellschaftlicher Teilhabe.
- » Förderung von Partnerschaftlichkeit und eines modernen Familienbildes durch aktive Betriebsratsarbeit.
- » Vermittlung eines modernen Familienbildes in der Justiz, Behörden und Bildungseinrichtungen.

RÜCKFRAGEN UND NÄHERE INFORMATIONEN:

Abteilung Frauenpolitik
Kammer für Arbeiter und Angestellte für Niederösterreich
AK-Platz 1, 3100 St. Pölten
frauenpolitik@aknoe.at

