

Stellungnahme

Stellungnahme des Verbandes alleinerziehender Mütter und Väter, Bundesverband e. V. (VAMV) für die

Enquete-Kommission „Aufarbeitung der Corona-Pandemie und Lehren für zukünftige pandemische Ereignisse“ des Deutschen Bundestages

Verband alleinerziehender Mütter und Väter

Stellungnahme für das Fachgespräch „Familie, Care und häusliche Belastung“ am 21.9.2026

1. EINLEITUNG

Alleinerziehende sind überwiegend Frauen und tragen im Vergleich zu anderen Familienformen eine besondere Mehrbelastung, da sie im Alltag Kindererziehung, Haushaltsorganisation und Einkommenserwerb allein bewältigen müssen. Diese Mehrfachverantwortung führt zu Zeitengpässen und begrenzt unter den gegenwärtigen Rahmenbedingungen am Arbeitsmarkt und bei der Kinderbetreuung ihr Erwerbspotential, zumal es in einer Einelternfamilie nur eine erwachsene Person gibt, die entsprechendes Einkommen für den Lebensunterhalt erzielen kann. Alleinerziehende und ihre Kinder sind daher im Vergleich zu anderen Familienformen überproportional von Armut und beengten Wohnverhältnissen betroffen. Die typische Mehrbelastung von Alleinerziehenden hat insbesondere in Kombination mit Armutslagen negative Auswirkungen auf die Gesundheit (Rattay, et al., 2024, p. 11f).

Die Coronapandemie hat die strukturellen Benachteiligungen von Alleinerziehenden wie unter einem Brennglas noch stärker sichtbar gemacht und verschärft: Lockdowns mit Schul- und Kitaschließungen haben die alltäglichen Herausforderungen und Existenzsorgen von Alleinerziehenden weiter potenziert. Der Spagat zwischen Erwerbsarbeit, Kinderbetreuung und Homeschooling auf engem Raum hat Alleinerziehende zudem an ihre körperlichen und gesundheitlichen Grenzen gebracht. Gleichzeitig sind die Belange von Einelternfamilien bei der Ausgestaltung von Kontaktbeschränkungen und Coronahilfen für Familien durchs Raster gefallen.

Eine zentrale Lehre aus der Coronapandemie ist, dass die besonderen Lebensrealitäten von Alleinerziehenden bei der Ausgestaltung von Infektionsschutz- und Unterstützungsmaßnahmen ausreichend berücksichtigt werden müssen, um eine Zunahme struktureller Benachteiligungen und sozialer Ungleichheiten zu vermeiden. Für künftige Pandemien braucht es deshalb von Beginn an Konzepte, die die sozialen Folgen von Infektionsschutzmaßnahmen mitdenken und besondere Belastungen von Einelternfamilien wirksam auffangen, vor allem wenn es wieder zu Einschränkungen in Kitas und Schulen kommen sollte. Finanzielle Kompensationen für Verdienstausfälle von Eltern wegen Einrichtungsschließungen müssen so durchdacht sein, dass sie Alleinerziehende und ihre Kinder tatsächlich wirksam absichern.

2. SCHULEN UND KITAS GESCHLOSSEN: FAMILIEN ÜBERNEHMEN?!

Im Jahr vor der Pandemie waren 75 Prozent der alleinerziehenden Mütter erwerbstätig, Sie arbeiteten zudem häufiger in Vollzeit als Mütter in Paarfamilien: 43 Prozent gegenüber 32 Prozent (Statistisches Bundesamt, 2021a). Die Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und Kinderbetreuung war damit für Alleinerziehende bereits vor der Pandemie von besonderer Bedeutung.

Der erste Lockdown im März 2020 stellte die Vereinbarkeit von einem Tag auf den anderen grundlegend infrage: Mit der Schließung von Schulen und Kitas wurden Bildung und Betreuung von Kindern ins Private verlagert. Gleichzeitig veränderten die Maßnahmen die Arbeitsbedingungen in vielen Tätigkeitsfeldern. In frauentypischen Branchen wie der Gastronomie, dem Tourismus oder personenbezogenen Dienstleistungen wie dem Friseurhandwerk, kam es zu Freistellungen, Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit, während vielen Selbstständigen die Aufträge wegbrachen. In anderen und als systemrelevant eingestuften Tätigkeitsfeldern stieg die Arbeitsbelastung hingegen deutlich an, etwa im Gesundheitswesen oder in der Lebensmittelversorgung. Für Alleinerziehende, die außerhalb der systemrelevanten Berufe weiterhin außer Haus arbeiten mussten, drohte die Erwerbstätigkeit aufgrund der wegbrechenden Kinderbetreuung nicht mehr oder nur noch unter erheblich erschwerten Bedingungen möglich zu sein. Daraus entstehende Einkommensausfälle ließen sich für sie zudem nicht durch ein zweites Einkommen im Haushalt kompensieren.

Sofern sich Arbeitsplätze dafür eigneten, ordneten viele Betriebe zur Umsetzung der Kontaktbeschränkungen für ihre Beschäftigten oder Teile der Belegschaft die Arbeit im Homeoffice an. In zahlreichen Berufen mussten so kurzfristig digitale und mobile Arbeitsformen eingeführt oder ausgeweitet werden. Die Arbeit im Homeoffice rückte in der öffentlichen Diskussion auch als vermeintliche Lösung für die Vereinbarkeit von Beruf und Kinderbetreuung zu Hause in den Fokus. Für betroffene Alleinerziehende löste das Homeoffice das Vereinbarkeitsproblem jedoch nicht: Diejenigen, die im Homeoffice arbeiten konnten, mussten Erwerbsarbeit und Kinderbetreuung zu Hause ohne Unterstützung eines weiteren Erwachsenen bewältigen. Dabei ist grundsätzlich richtig, dass Homeoffice unter Nicht-Pandemiebedingungen die Vereinbarkeit unterstützten kann, da Pendelzeiten für Eltern wegfallen. Ohne Kitas und Schulen waren Eltern in der Corona-Pandemie aber mit einem Mehr an Aufgaben konfrontiert, die gleichzeitig erledigt werden mussten: Während gearbeitet werden musste, verlangten Kinder parallel Betreuung, Unterstützung und Aufmerksamkeit. Anders als in Paarfamilien bestand für Alleinerziehende keine Möglichkeit, sich die zusätzlich anfallenden Aufgaben mit einem anderen Erwachsenen aufzuteilen bzw. sich bei Kinderbetreuung und Erwerbsarbeit abzuwechseln. Dadurch entstanden im Alltag Situationen, in denen die Anforderungen von Arbeitgeber, Schule und Familie kaum zu vereinbaren waren. Konzentrierte Erwerbsarbeit war häufig erst möglich, wenn die Kinder anderweitig beschäftigt waren oder schliefen. Viele Alleinerziehende verlagerten ihre Arbeitszeit deshalb notgedrungen in die frühen Morgen- oder späten Abendstunden – auf Kosten von Erholung und Schlaf. Insgesamt führte die Gleichzeitigkeit von Sorge- und Erwerbsarbeit zu einer erheblichen Verdichtung des

Alltags: ständig wechselnde Anforderungen, kaum Pausen und über längere Zeit fehlende Regenerationsmöglichkeiten. Die Coronapandemie machte damit deutlich, wie existenziell bedarfsgerechte Bildungs- und Betreuungsmöglichkeiten insbesondere für Alleinerziehende sind und welche außergewöhnlichen Belastungen es für sie nach sich zieht, wenn diese nicht oder nicht zuverlässig funktionieren.

Die Schulschließungen verlagerten nicht nur den Ort des Lernens in die Familien, sondern erhöhten zugleich die Anforderungen an Eltern, das Lernen ihrer Kinder zu strukturieren und zu begleiten. Der Distanzunterricht über das Internet konnte den Wegfall des Präsenzunterrichts besonders im ersten Lockdown nur unzureichend kompensieren. 57 Prozent der Schüler*innen hatten weniger als einmal pro Woche gemeinsamen Online-Unterricht, lediglich sechs Prozent täglich; die Vermittlung des Lernstoffs erfolgte überwiegend über Aufgabenblätter. Welche Unterstützung Kinder zu Hause erhielten, gewann entsprechend an Bedeutung. Im Frühjahr 2020 halbierte sich die tägliche Lernzeit von Schüler*innen von durchschnittlich 7,4 auf 3,6 Stunden und bleib auch im zweiten Lockdown mit durchschnittlich 4,3 Stunden deutlich hinter dem Niveau vor der Pandemie zurück. Gleichzeitig zeigen Studien Probleme bei der Erreichbarkeit von Schüler*innen durch Lehrkräfte sowie bei Motivation, Konzentration und selbstständiger Organisation des Lernens. Besonders ungünstige Bedingungen bestanden dabei für Schüler*innen mit höherem Unterstützungsbedarf beim Lernen oder in sozial benachteiligten Lebenslagen und ihre Familien (Deutscher Bundestag Wissenschaftliche Dienste Fachbereich WD 8, 2025, p. 15f). Haushalten mit wenig Geld fehlte es häufig bereits an den technischen Voraussetzungen zur Teilnahme am Homeschooling in Form von ausreichend vorhandenen geeigneten digitalen Endgeräten und Internetanschlüssen mit entsprechender Bandbreite, so dass Alleinerziehende und ihre Kinder sich beispielsweise bei der Nutzung eines Computers oder Handys abwechseln mussten.

Der Zugang zur Notbetreuung war in vielen Bundesländern zunächst ausschließlich für Eltern in systemrelevanten Berufen, nicht aber für Alleinerziehende geöffnet. Erst infolge öffentlichen Drucks durch eine Petition des VAMV mit rund 42.000 Unterschriften konnte eine schrittweise Öffnung der Notbetreuung in den Ländern auch für Einelternfamilien erreicht werden. Sahen die Regelungen in den Bundesländern einen Anspruch für Alleinerziehende vor, bestanden vereinzelt restriktive Zugangsvoraussetzungen. Beispielsweise orientierte sich das Land Rheinland-Pfalz zunächst am alleinigen Sorgerecht, obwohl die gemeinsame elterliche Sorge seit 1998 den Regelfall darstellt. Hürden dieser Art gingen an der Lebensrealität von Einelternfamilien vorbei und sorgten dafür, dass Notbetreuung zunächst nicht bedarfsgerecht verfügbar war. Bei Alleinerziehenden bestand daher besonders zu Beginn des ersten großen Lockdowns im Frühjahr 2020 große Unsicherheit darüber, wie und mit welchen Ressourcen die plötzlichen enormen Herausforderungen der Pandemie zu bewältigen waren.

Eine zentrale Lehre der Corona-Pandemie ist deshalb für den VAMV, Bildungs- und Betreuungsangebote so lange wie epidemiologisch vertretbar aufrechtzuerhalten. Sind Kita- und Schulschließungen dennoch unvermeidbar, müssen Alleinerziehende von Beginn an verlässlich und niedrigschwellig Zugang zur Notbetreuung erhalten. Dieser darf weder von einer Tätigkeit in

einem systemrelevanten Beruf noch von der Möglichkeit zur Arbeit im Homeoffice abhängen. So kann verhindert werden, dass die durch Schließungen wegfallende Betreuung und Beschulung vollständig von Alleinerziehenden aufgefangen werden muss.

3. KONTAKTBESCHRÄNKUNGEN: UNTERSTÜTZUNG UND ENTLASTUNGSRÄUME BRECHEN WEG

Erschwerend kam für Einelternfamilien hinzu, dass mit den Kontaktbeschränkungen informelle Unterstützungsnetzwerke wegbrachen, die für viele Alleinerziehende im Alltag von zentraler Bedeutung sind. Damit fiel gerade in einer Situation, in der durch Kita- und Schulschließungen zusätzliche Aufgaben in die Familien verlagert wurden, ein wichtiger Teil der alltäglichen Entlastung weg. Großeltern, der Freundeskreis oder nahestehende Personen aus der Nachbarschaft konnten nicht bei der Kinderbetreuung einspringen und so bei der Bewältigung des Alltags unterstützen. Die Möglichkeiten, ungestört zu arbeiten, notwendige Erledigungen zu machen oder sich zumindest kurzzeitig zu erholen, wurden dadurch zusätzlich eingeschränkt. Zugleich bedeutete der eingeschränkte Kontakt zu Familienangehörigen, zum Freundes- und Bekanntenkreis für viele Alleinerziehende auch ein Wegbrechen sozialen Austauschs und konnte Gefühle von Isolation und Einsamkeit hervorrufen.

Verschärft wurden die coronabedingten Belastungen durch die Wohnverhältnisse vieler Einelternfamilien. Im Jahr 2020 lebten fast 30 Prozent der Alleinerziehenden mit ihren Kindern in überbelegten Wohnungen (Statistisches Bundesamt, 2021b). Hinweise darauf, was dies während der Pandemie für den Familienalltag bedeutete, gibt eine nicht repräsentative Studie der Evangelischen Hochschule Dresden: 79 Prozent der befragten Alleinerziehenden lebten mit ihren Kindern in einer Mietwohnung; bei fast einem Viertel gab es nicht für alle Familienmitglieder Rückzugsmöglichkeiten. Beispielsweise gaben 74 Prozent der Alleinerziehenden im Homeoffice an, weder ein eigenes Arbeitszimmer noch zumindest einen ruhigen Ort zum Arbeiten zu haben (Weimann-Sandig, 2021). Fehlende Rückzugsräume sorgten für zusätzliches Stressempfinden und verstärken Konflikte innerhalb der Familie, zumal zeitweise zugleich Aktivitäten außerhalb der Wohnung stark eingeschränkt waren. Die räumlichen Bedingungen, unter denen Alleinerziehende häufig Erwerbsarbeit, Kinderbetreuung und Homeschooling miteinander vereinbaren mussten, unterschieden sich damit erheblich von Familien, denen ausreichend Wohnraum oder ein Garten zur Verfügung standen, in dem Kinder sich auch während des Lockdowns austoben konnten. Dass Spielplätze in späteren Lockdown-Phasen nicht erneut flächendeckend geschlossen wurden, war aus Sicht des VAMV daher ein wichtiger Lernschritt.

Bei künftigen Kontaktbeschränkungen muss die Wohnsituation sozial benachteiligter Familien stärker mitgedacht werden, wenn es um Aufenthaltsbeschränkungen in öffentlichen Spiel- und Erholungsräumen wie Spielplätzen und Grünflächen geht. Denn diese bieten gerade bei beengten Wohnverhältnissen wichtige Begegnungs-, Bewegungs- und Entlastungsmöglichkeiten für Eltern und Kinder.

Gravierende Folgen hatten die Kontaktbeschränkungen für gewaltbetroffene Kinder und Elternteile in akuten Trennungssituationen. Wenn sie noch mit dem gewaltausübenden Elternteil in einer gemeinsamen Wohnung lebten, waren ihre Möglichkeiten während der Pandemie deutlich eingeschränkt, die Wohnung zu verlassen. Der weitgehende Rückzug ins Private führte dazu, dass Betroffene mehr Zeit mit gewaltausübenden Personen verbringen mussten. Beim bundesweiten Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ stieg das Beratungsaufkommen 2020 gegenüber dem Vorjahr um 15 Prozent. Die Anfragen zu häuslicher Gewalt nahmen insbesondere zu Beginn der Pandemie deutlich zu; zugleich berichteten Ratsuchende davon, dass pandemiebedingte Einschränkungen und Belastungen bestehende Konflikte und Gewaltsituationen verschärften (Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben, 2021, p. 8ff). Die Forschung weist für Haushalte in Quarantäne sowie bei akuten finanziellen Sorgen, psychischen Erkrankungen und Kindern unter 10 Jahren im Haushalt auf ein erhöhtes Gewaltrisiko während der Pandemie hin (Ebert & Steinert, 2021, p. 432f). Generell erhöhen Abhängigkeit und Machtungleichgewichte das Risiko für häusliche Gewalt. (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2020, p. 51) Die Erfahrungen aus der Pandemie zeigen dagegen, dass Schutz- und Unterstützungsangebote für Betroffene häuslicher Gewalt auch während weitreichender Kontaktbeschränkungen niedrigschwellig erreichbar bleiben müssen.

4. WENN KINDERBETREUUNG AUSFÄLLT: EINKOMMEN VERLÄSSLICH ABSICHERN

Während der Corona-Pandemie ging die Erwerbstätigkeit von Alleinerziehenden zurück: Waren im Jahr vor der Pandemie noch 75 Prozent der alleinerziehenden Mütter mit mindestens einem minderjährigen Kind erwerbstätig (Statistisches Bundesamt, 2021a), so waren es im Jahr 2022 noch 65 Prozent (Statistisches Bundesamt, 2024). Viele Alleinerziehende standen auch vor der Frage, angesichts geschlossener Kitas und Schulen ihre Erwerbstätigkeit einzuschränken. Die Abfederung der Einkommensausfälle von Eltern infolge pandemiebedingter Schul- und Kitaschließungen war aus Sicht des VAMV unzureichend ausgestaltet. Eine Lehre für die Zukunft sollte sein, systematisch zu prüfen, ob Familien in ihrer Vielfallt tatsächlich von Kompensationen profitieren, um Benachteiligungen von vorherein zu verhindern.

Zu Beginn der Pandemie wurde auf die Entschädigungsregelung nach § 56 Abs. 1a Infektionsschutzgesetz zurückgegriffen. Der Anspruch bestand nicht während der Schulferien oder wenn eine „zumutbare andere Betreuungsmöglichkeit“ zur Verfügung stand. Eltern, die zunächst Überstunden oder Zeitguthaben abbauen oder im Homeoffice arbeiten konnten, konnten die Leistung nicht in Anspruch nehmen. Dies ging an der Lebensrealität betroffener Alleinerziehender vorbei, da insbesondere die Arbeit im Homeoffice und gleichzeitige Betreuung insbesondere kleiner Kinder für eine einzelne Person kaum zu bewältigen ist. Auch die Abwicklung der Entschädigungen über die Arbeitgeber erwies sich in der Praxis als bürokratische Hürde.

Problematisch waren zudem Leistungshöhe und Bezugsdauer. Die Entschädigung betrug lediglich 67 Prozent des Nettoverdienstes und war damit insbesondere bei kleinen Einkommen nicht existenzsichernd. Die Bezugsdauer war zunächst auf sechs Wochen pro Elternteil begrenzt, wodurch Alleinerziehende benachteiligt wurden. Zwar wurde ihr Anspruch kurzfristig verdoppelt und die Bezugsdauer später für alle Familien auf bis zu 20 Wochen verlängert. Die erst nachträglichen Anpassungen sorgten jedoch für zusätzliche Unsicherheit in einer ohnehin hoch belastenden Situation.

Eine Lehre für künftige Krisen sollte deshalb sein, bereits bei der Konzeption von Kompensationsleistungen systematisch zu prüfen, ob diese den unterschiedlichen Lebensrealitäten von Familien Rechnung tragen und insbesondere Einelternfamilien tatsächlich erreichen. So können strukturelle Benachteiligungen von vornherein vermieden werden.

Als Konsequenz daraus setzte die Politik beim Lohnersatz für Eltern ab 2021 auf das Kinderkrankengeld gemäß § 45 SGB V, indem der Anspruch zeitweise auf Eltern ohne Kinderbetreuung ausgeweitet und die Bezugsdauer erhöht wurde – für Alleinerziehende auf 40 bis 90 Tage, für Elternteile in Paarfamilien auf jeweils 20 bis 45 Tage. Es bestand zwar kein Vorrang von Homeoffice mehr. Gleichwohl adressierte auch das Kinderkrankengeld zentrale Bedarfe von Alleinerziehenden nicht ausreichend, da der Anspruch weiterhin auf Eltern von Kindern unter 12 Jahren begrenzt war und eine flexible, etwa stundenweise Inanspruchnahme bei reduzierter Arbeitszeit nicht möglich war. Mit 90 Prozent des ausgefallenen Nettoarbeitsentgelts lag die Ersatzquote zwar höher als bei der Entschädigung nach dem IfSG. Nach Abzug der Beiträge für die Arbeitslosen- Pflege- und Rentenversicherung verblieben jedoch weiterhin erhebliche Einkommenseinbußen von rund 20 Prozent, die für Alleinerziehende mit ohnehin knappen Budgets schwer zu kompensieren sind. In einer nicht repräsentativen Umfrage des VAMV NRW gaben 86 Prozent der teilnehmenden Alleinerziehenden in NRW an, die ausgeweiteten Kinderkrankentage im Lockdown 2021 nicht genutzt zu haben. Als Hauptgründe wurden finanzielle Einbußen (43 Prozent) sowie dem Arbeitsplatz nicht gänzlich fernbleiben zu können (29 Prozent) genannt (Verband alleinerziehender Mütter und Väter LV NRW, 2021).

Diese Befunde unterstreichen für zukünftige Pandemien die Notwendigkeit, ein tragfähiges Konzept für Ersatzleistungen für Eltern zu entwickeln, die ohne Kinderbetreuung ihren Beruf nicht oder nur eingeschränkt ausüben können und somit kein oder deutlich weniger Erwerbseinkommen erhalten. Für Alleinerziehende als Familienernährer*innen ist das existenziell, auch vor dem Hintergrund, dass bei ohnehin geringen Einkommen kaum nennenswerte Rücklagen möglich sind: Der VAMV fordert, dass solch eine Ersatzleistung unabhängig von einer Mitgliedschaft in der gesetzlichen Krankenversicherung allen Eltern mit Kindern bis 14 Jahren offenstehen und zeitnah ausgezahlt werden sollte. Die Leistung muss insbesondere für Geringverdienende einen vollständigen bzw. höheren Lohnausgleich gewährleisten. Zudem sind flexible Teilzeitlösungen sowie ein wirksamer Kündigungsschutz notwendig. Ein solches Instrument könnte als „Krisen-Elterngeld“ ausgestaltet werden.

Auch bei weiteren finanziellen Hilfen für Familien zeigte sich, wie wichtig es ist, die Lebensrealitäten unterschiedlicher Familienformen bereits bei der Ausgestaltung mitzudenken. So

erhielten Familien 2020 und 2021 einen Kinderbonus, der pandemiebedingte Mehrbelastungen abfedern sollte. Zwar wurde dieser nicht auf Sozialleistungen und Unterhaltsvorschuss angerechnet. Aufgrund seiner gesetzlichen Verankerung als Kindergelderhöhung wurde er jedoch beim Kindesunterhalt zu 50 Prozent angerechnet und kam deshalb im Haushalt Alleinerziehender nur zur Hälfte an, trotz voller Mehrbelastung. Aus Sicht des VAMV ging dies am Zweck der Leistung vorbei: Zusätzliche Belastungen durch Kita- und Schulschließungen – etwa höhere Ausgaben und die Einschränkung der Erwerbstätigkeit – fielen überwiegend in dem Haushalt an, in dem das Kind hauptsächlich lebte und betreut wurde. Für künftige Krisenmaßnahmen folgt daraus, dass finanzielle Hilfen nicht isoliert ausgestaltet werden dürfen. Ihre Wechselwirkungen mit Unterhaltsrecht und Sozialleistungen müssen von Beginn an geprüft werden, damit die beabsichtigte Entlastung in allen Familienformen auch tatsächlich dort ankommt, wo die zusätzlichen Belastungen entstehen.

5. HOHE BELASTUNG UND GESUNDHEIT

In mehreren repräsentativen Befragungen des Wirtschafts- und sozialwissenschaftlichen Instituts der Hans-Böckler-Stiftung (WSI) gaben Alleinerziehende häufiger als Eltern in Paarfamilien an, sich durch ihre familiäre Situation und die aktuelle Gesamtsituation „äußerst stark“ oder „stark“ belastet zu fühlen (Hövermann, 2021, p. 6). Die hohe Mehrfachbelastung unter den außergewöhnlichen Bedingungen der Pandemie führte vielfach zu Erschöpfung und Überforderung. Besonders belastend war die fehlende Planbarkeit des Alltags. Alleinerziehende sind in besonderem Maße darauf angewiesen, ihren Alltag und notwendige Unterstützung verlässlich zu organisieren. Durch die Pandemie brachen bisherige Lösungen weg und der Alltag musste immer wieder neu organisiert werden. Dies erforderte zusätzliche Kraft – insbesondere angesichts der ständigen Unsicherheit darüber, welche Bedingungen am nächsten Tag gelten werden (Notz, 2021, p. 16).

Aufarbeitungsbedarf sieht der VAMV bei der Frage, welche Auswirkungen die immensen Belastungen im Zuge der Kontaktbeschränkungen, Kita- und Schulschließungen während der Corona-Pandemie auf die Gesundheit von Alleinerziehenden gehabt haben. Studien zeigen, dass bereits vor der Pandemie die psychische Gesundheit von Alleinerziehenden häufiger beeinträchtigt, gewesen ist als die von Eltern in Paarfamilien: So ist die subjektive Gesundheitseinschätzung alleinerziehender Mütter zwischen 1998 und 2018 deutlich schlechter geworden, bei Müttern in Paarfamilien hatte sie sich dagegen sogar verbessert (Sperlich, et al., 2022).

Erste Studien, die die Coronazeit umfassen, weisen darauf hin, dass alleinerziehende Mütter und Väter weiterhin deutlich häufiger von gesundheitlichen Problemen berichten als Eltern in Paarfamilien. Das betrifft den allgemeinen Gesundheitszustand, chronische Krankheiten und psychische Erkrankungen wie depressive Symptomatiken (Rattay, 2024, p. 6f). Hier sind weitere gezielte Forschungen wünschenswert, wie Infektionsschutzmaßnahmen sich auf die Gesundheit

von Alleinerziehenden ausgewirkt haben – etwa durch eine erhöhte individuelle Belastung im Alltag, ökonomischen Druck, dem Wegfall sozialer Netzwerke und Einsamkeit. Daraus sollten Lehren für zukünftige Infektionsschutzmaßnahmen gezogen werden, um auch die psychische Gesundheit und eine entsprechende gesundheitliche Nachsorge mitzudenken. Es sollte für künftige Krisen geprüft werden, wie niedrigschwellige psychosoziale Beratung, gesundheitliche Prävention und Erholungsangebote für hoch belastete Eltern während und nach längeren Phasen von Kontakt- und Betreuungseinschränkungen verlässlich zugänglich bleiben können.

6. FAZIT UND AUSBLICK: LEHREN FÜR KÜNFTIGE PANDEMIEN

Das Krisenmanagement während der Corona-Pandemie war durch einen fortlaufenden Anpassungs- und Lernprozess geprägt. Die Erfahrungen zeigen jedoch, dass für künftige Pandemien von Beginn an Konzepte erforderlich sind, die neben dem Infektionsschutz auch die sozialen Folgen der ergriffenen Maßnahmen und die unterschiedlichen Lebensrealitäten von Familien berücksichtigen. Dies gilt in besonderem Maße für Einelternfamilien: Fallen öffentliche Bildungs- und Betreuungsangebote weg und brechen zugleich informelle Unterstützungsnetzwerke weg, müssen Kinderbetreuung, Begleitung des schulischen Lernens und Erwerbsarbeit von einer Person zu Hause oft auf engem Raum gleichzeitig bewältigt werden. Das kann schnell zu Überlastung und Erschöpfung führen. Bricht zugleich Erwerbseinkommen weg, können Familien mit geringen finanziellen Spielräumen Einkommensverluste besonders schwer auffangen – darunter überdurchschnittlich viele Alleinerziehende. Die Pandemie hat so bestehende Mehrbelastungen und strukturelle Benachteiligungen von Alleinerziehenden sichtbar gemacht und verstärkt.

Dem VAMV ist bewusst, dass sich Infektionsschutzmaßnahmen am jeweiligen Stand der Wissenschaft, an der Dynamik des Infektionsgeschehens und den konkreten Übertragungsmechanismen eines Erregers orientieren müssen. Der Schutz der öffentlichen Gesundheit und insbesondere vulnerabler Gruppen ist dabei gegen andere gesellschaftliche Belange abzuwägen. In diese Abwägung müssen jedoch auch die sozialen, gesundheitlichen und wirtschaftlichen Folgen von Infektionsschutzmaßnahmen für Familien systematisch einbezogen werden. Gerade die Erfahrungen mit den langanhaltenden Kita- und Schulschließungen zeigen, welche weitreichenden Folgen es hat, wenn öffentliche Betreuung und Bildung über längere Zeit in die Familien verlagert werden.

Eine zentrale Lehre aus der Corona-Pandemie ist deshalb, dass Bildungs- und Betreuungsangebote so lange wie epidemiologisch vertretbar aufrechterhalten werden sollten. Sind Kita- und Schulschließungen dennoch unvermeidbar, müssen Alleinerziehende von Beginn an verlässlich und niedrigschwellig Zugang zur Notbetreuung erhalten. Dieser darf für Alleinerziehende weder von einer Tätigkeit in einem systemrelevanten Beruf noch von der Möglichkeit zur Arbeit im Homeoffice abhängen. Kinderbetreuung und Homeoffice sind für

Alleinerziehende nicht miteinander vereinbar. Gleichzeitig müssen bei notwendigen Kontaktbeschränkungen Möglichkeiten sozialer Unterstützung und Entlastung so weit wie möglich erhalten bleiben. Dazu gehört auch, öffentliche Begegnungs-, Spiel- und Bewegungsräume wie Spielplätze und Grünflächen unter geeigneten Schutzvorkehrungen zugänglich zu halten. Bei künftigen Infektionsschutzmaßnahmen müssen zudem mögliche gesundheitliche Folgen der zusätzlichen Belastungen bei Alleinerziehenden von Beginn an berücksichtigt und niedrigschwellige Unterstützungs- und Präventionsangebote verlässlich zugänglich gehalten werden.

Gleichzeitig müssen Schutz- und Beratungsangebote für Betroffene häuslicher Gewalt auch während weitreichender Kontaktbeschränkungen niedrigschwellig zugänglich bleiben und Möglichkeiten erhalten werden, sich aus einer akuten Gefährdungssituation zu lösen.

Auch die wirtschaftliche Absicherung von Familien muss krisenfest ausgestaltet sein. Können Eltern aufgrund des Ausfalls von Betreuung ihre Erwerbstätigkeit nicht oder nur eingeschränkt ausüben, braucht es verlässliche, ausreichend lange und insbesondere bei kleinen Einkommen existenzsichernde Ersatzleistungen. Diese müssen den unterschiedlichen Familienformen Rechnung tragen und dürfen Alleinerziehende nicht dadurch benachteiligen, dass Ansprüche pro Elternteil bemessen werden oder eine gleichzeitige Betreuung und Erwerbsarbeit im Homeoffice vorausgesetzt wird. Krisenbezogene Leistungen müssen zudem frühzeitig daraufhin geprüft werden, wie sie mit Unterhaltsrecht, Steuerrecht und Sozialleistungen zusammenwirken, damit die beabsichtigte Unterstützung tatsächlich dort ankommt, wo die zusätzlichen Belastungen entstehen.

Die Pandemie hat zugleich grundlegende strukturelle Defizite offengelegt, die über das Krisenmanagement hinausweisen. Alleinerziehende benötigen auch außerhalb von Krisenzeiten eine verlässliche und bedarfsgerechte Bildungs- und Betreuungsinfrastruktur, Arbeitsbedingungen, die Erwerbstätigkeit und Sorgeverantwortung tatsächlich miteinander vereinbar machen, ein Steuersystem, dass sie nicht länger benachteiligt und staatlichen Leistungen, die sie wirksam vor Armut schützen. Eine krisenfeste Familienpolitik setzt voraus, Familien verlässlich abzusichern und zu entlasten. Krisenvorsorge für Familien beginnt deshalb nicht erst mit der nächsten Pandemie, sondern bereits jetzt mit der Beseitigung bestehender struktureller Benachteiligungen.

Berlin, 18. September 2026

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Bundesverband e.V.
Ansprechpersonen:
Julia Preidel, Miriam Hoheisel

www.vamv.de

Literaturverzeichnis

Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben, 2021. *Jahresbericht des Hilfetelefons Gewalt an Frauen,* Köln: s.n.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2020. *Zugangswege und Unterstützungsbedarfe von Migrantinnen und ihren Familien aus dem EU-Ausland und aus Drittstaaten im Hinblick auf Qualifizierung und Erwerbsarbeit unter besonderer Berücksichtigung des Familiennachzugs,* Berlin: s.n.

Deutscher Bundestag Wissenschaftliche Dienste Fachbereich WD 8, 2025. *Zu Schulschließungen im Rahmen der Corona-Pandemie ,* Berlin: s.n.

Ebert, C. & Steinert, J., 2021. Prevalence and risk factors of violence against women and children during COVID-19, Germany. *Bulletin of the World Health Organization*, Band 99, p. 429–438.

Hövermann, A., 2021. *Belastungswahrnehmung in der Corona-Pandemie - Erkenntnisse aus vier Wellen der HBS-Erwerbspersonenbefragung 2020/21,* Düsseldorf: s.n.

Notz, G., 2021. Alleinerziehende stärken: Das kann die Politik tun. In: V. a. M. u. V. B. e.V., Hrsg. *Digitale Fachtagung des Verbandes alleinerziehender Mütter und Väter Bundesverband e.V. am . (VAMV) am 1. Oktober 2021. Dokumentation. Lehren aus der Coronakrise: Bessere Politik für Alleinerziehende!.* Berlin : s.n., pp. 14-24.

Rattay, P., 2024. Alleinerziehend gesund sein? Bestandsaufnahme der Gesundheit von Alleinerziehenden. *Dokumentation zur Fachtagung: Alleinerziehend und trotzdem gesund! Wege zu gesundheitlicher Chancengleichheit für Alleinerziehende,* p. 6f.

Rattay, P., Öztürk, Y., Geene, R. & et, a., 2024. Gesundheit von alleinerziehenden Müttern und Vätern in Deutschland. Ergebnisse der GEDA-Studien 2029-2023. *Journal of Health Monitoring,* 9(3), p. 11f.

Sperlich, S., Adler, F.-M., Beller, J. & et. al., 2022. Getting Better or Getting Worse? A Population-Based Study on Trends in Self-Rated Health among Single Mothers in Germany between 1994 and 2018. *International Journal of Environmental Reasearch and Public Health,* 19(2727).

Statistisches Bundesamt, 2021a. *Pressemitteilung Nr. N 017 vom 5. März 2021: Drei von vier Müttern in Deutschland waren 2019 erwerbstätig,* Wiesbaden: s.n.

Statistisches Bundesamt, 2021b. *Pressemitteilung Nr. 506 vom 4. November 2021: 8,5 Millionen Menschen lebten in Deutschland 2020 in überbelegten Wohnungen,* Wiesbaden: s.n.

Statistisches Bundesamt, 2024. *Mikrozensus - Haushalte und Familien. Endergebnisse 2022,* Wiesbaden: s.n.

Verband alleinerziehender Mütter und Väter LV NRW, 2021. *Corona-Kinderkrankentage bleiben – aber 86 Prozent der Alleinerziehenden nutzen sie nicht. Pressemitteilung vom 18. Februar 2021,* s.l.: s.n.

Weimann-Sandig, N., 2021. *Studie zur Situation von Alleinerziehenden seit Beginn der Corona-Pandemie,* Dresden: s.n.