

ARMUTSFALLE: ALLEINERZIEHEND

Armut und Lebensbedingungen in Ein-Eltern-Haushalten



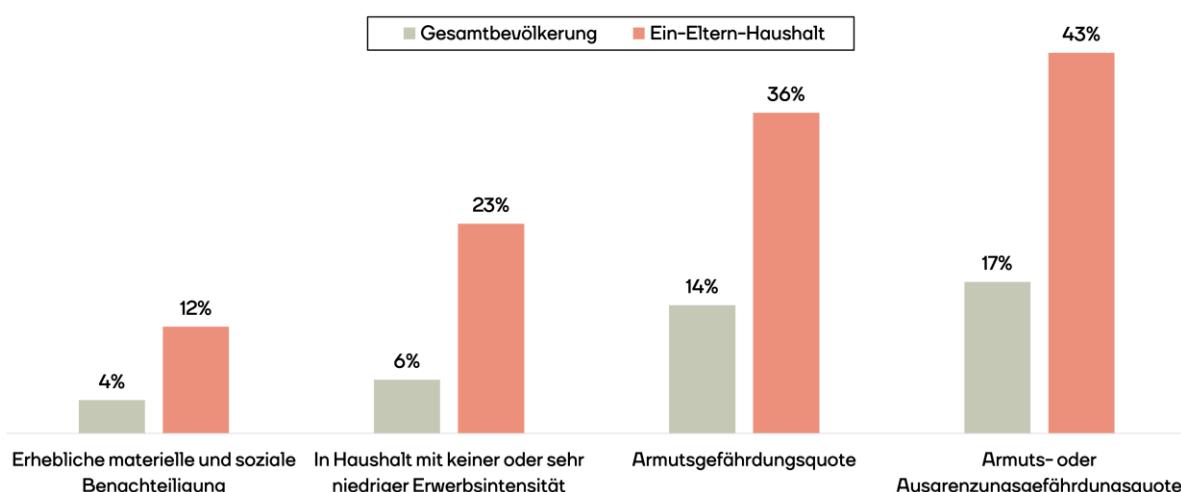
/ Autorin: Sophie Achleitner

Mai 2025

Armutsfalle: „Alleinerziehend“

Immer noch sind in einem reichen Land wie Österreich mehr als 1,5 Millionen Menschen armuts- oder ausgrenzungsgefährdet – darunter sogar 566.000 Kinder. Insbesondere jene Kinder, die in Ein-Eltern-Haushalten aufwachsen haben ein stark erhöhtes Risiko. Die neuen Zahlen zu Armut, Einkommen und Lebensbedingungen (EU-SILC) zeigen, dass Alleinerziehende auch 2024 immer noch zu den besonders vulnerablen Gruppen gehören, die ein vergleichsweise niedriges Haushaltseinkommen beziehen: 4 von 10 Alleinerziehenden sind armuts- oder ausgrenzungsgefährdet, ein Drittel ist armutsgefährdet und im Vergleich zur Gesamtbevölkerung ist die Gruppe der Ein-Eltern-Haushalten drei Mal so häufig von erheblicher materieller und sozialer Deprivation betroffen ([Statistik Austria, 2025a](#)).¹

4 von 10 Alleinerziehenden sind armuts- oder ausgrenzungsgefährdet



Quelle: Statistik Austria, EU-SILC 2024

/I/OMENTUM
/NSTITUT

Kein anderes Haushaltstypus bestimmt die finanziellen und sozialen Lebensbedingungen so stark wie der Beziehungsstatus. Die Armut- und Ausgrenzunggefährdung in Haushalten mit mehr als einer erwachsenen Person (also zwei Elternteilen) und Kindern liegt etwa nur bei 11 Prozent.

Gleichzeitig sind von rund 296.300 alleinerziehenden Elternteilen 83 Prozent weiblich ([Statistik Austria, 2024a](#)). Die Armutsfalle „Alleinerziehend“ ist also ein Problem das überwiegend Frauen trifft. Die Situation von alleinerziehenden Müttern in Österreich ist oft prekär. Besonders kritisch wird es dann, wenn Unterhaltszahlungen ausbleiben, ein alleinerziehendes Elternteil den Job verliert oder die nächste Mieterhöhung ansteht. Ein fixer Kindergartenplatz kann Gold wert sein, doch viel zu wenige sind mit einer Vollzeitbeschäftigung vereinbar. Die Teilzeitfalle schnappt dann als nächstes zu und enorme Lebenseinkommensverluste sind die Folge daraus.

Die Vorhaben der aktuellen Bundesregierung um die Armutsbetroffenheit von alleinerziehenden Eltern – insbesondere Müttern und ihren Kindern – zu minimieren, reichen bei Weitem nicht aus, um wirklich allen

¹ Ein Haushalt gilt als armutsgefährdet, wenn das Nettohaushaltseinkommen weniger als 60 Prozent des Median-Einkommens beträgt. Ein Haushalt ist erheblich materiell und sozial depriviert, wenn 7 von 13 EU-definierten Merkmalen nicht leistbar sind. Niedrige Erwerbsintensität besteht, wenn weniger als 20 Prozent des Erwerbspotenzials genutzt werden. Trifft zumindest eines der drei Merkmale zu, gilt der Haushalt als armuts- oder ausgrenzunggefährdet.

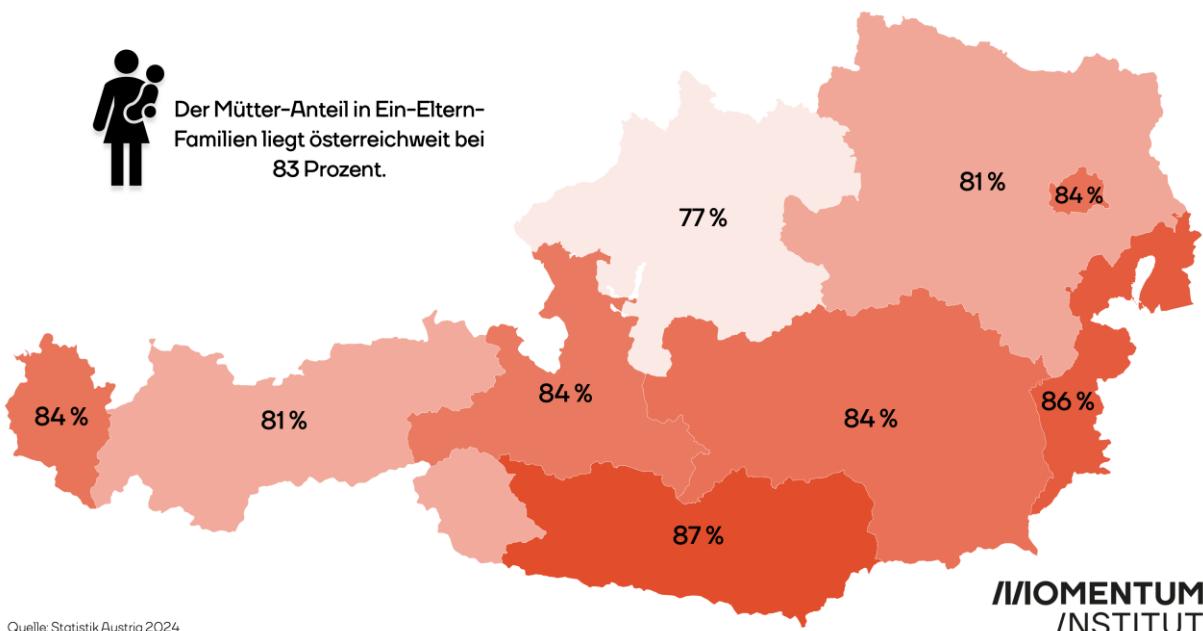
Kindern ein gutes und finanziell abgesichertes Leben zu bieten. Armut in Ein-Eltern-Haushalten bleibt ein soziales Problem, dessen Abschaffung mutigere Schritte braucht. Das Momentum Institut empfiehlt eine flächendeckende, mit Vollzeit vereinbare Kinderbetreuung sowie einen Rechtsanspruch auf einen Kindergartenplatz ab dem 1. Lebensjahr, eine Unterhaltsgarantie, armutsfeste Sozialleistungen und ein österreichweites Ausrollen einer Kindergrundsicherung.

/ Wer sind die Alleinerziehenden?

Die Familienform „alleinerziehend“ wird immer häufiger: Von allen Familienformen mit Kindern sind 2024 etwa ein Fünftel (21 Prozent) Ein-Eltern-Familien;² das sind rund 296.300 Ein-Eltern-Familien, in denen über 406.000 Kinder leben. Die große Mehrheit der Elternteile in alleinerziehenden Haushalten ist weiblich: 83 Prozent sind von Müttern geführte Ein-Eltern-Familien. Alleinerziehende Mütter haben auch im Schnitt etwas mehr Kinder (1,38 Kinder), die mit ihnen im Haushalt leben als alleinerziehende Väter (1,31 Kinder). In den Ein-Eltern-Familien leben immerhin 238.600 „erhaltene Kinder“ unter 25 Jahren – also Kinder, die entweder Lehrlinge oder nicht erwerbstätig sind und daher nicht zum Haushaltseinkommen beitragen. 86 Prozent dieser erhaltenen Kinder leben in Familien, in denen die Mutter das alleinerziehende Elternteil ist ([Statistik Austria, 2024a](#)).

Auf der Landkarte betrachtet gibt es kaum Unterschiede, was die Geschlechterverteilung bei den alleinerziehenden Eltern betrifft: Am höchsten ist der Mütter-Anteil in Ein-Eltern-Familien mit 87 Prozent in Kärnten, am niedrigsten mit 77 Prozent in Oberösterreich – doch er bleibt überall hoch.

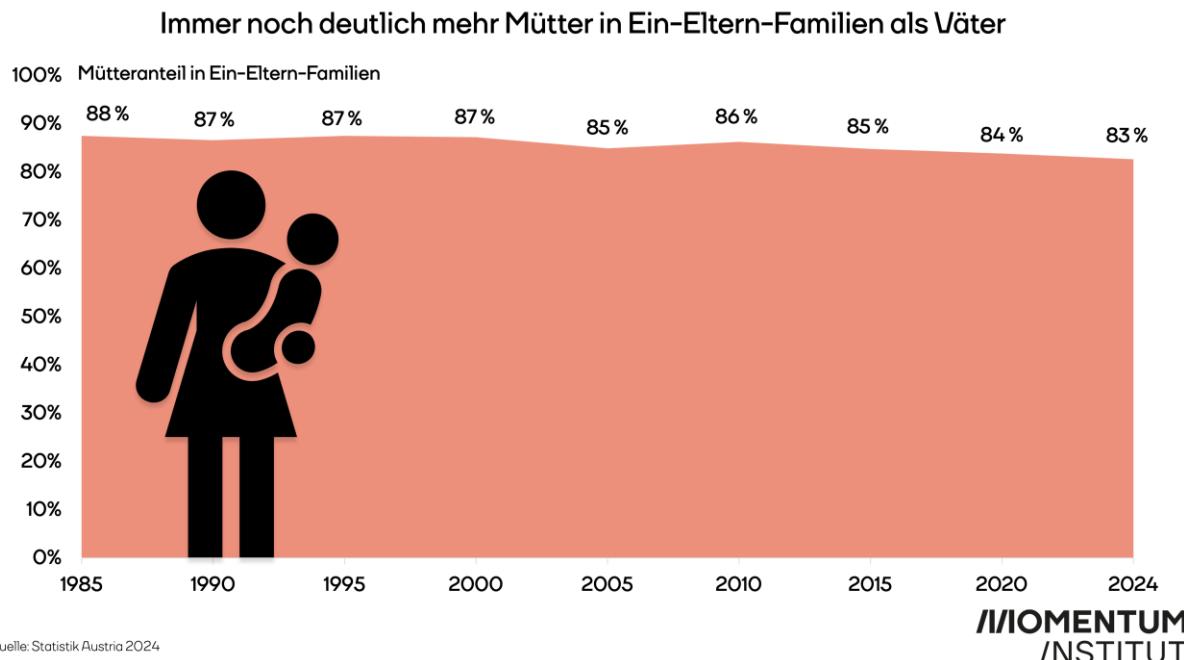
In ganz Österreich: Mehr Mütter sind alleinerziehend



Seit 1985 ist die Zahl der Ein-Eltern-Familien in Österreich von knapp 270.000 auf knapp 300.000 angestiegen. Auch hat sich die Zahl der Väter in Ein-Eltern-Familien gesteigert, von nur 34.000 im Jahr 1985 auf immerhin 52.000 im Jahr 2024. Dennoch hat sich an der Geschlechterverteilung in alleinerziehenden Familien seit 40 Jahren kaum etwas verändert: Lag der Anteil der Mütter in Ein-Eltern-

² Bei Familien wird das Kernfamilienkonzept herangezogen (Partner, Kind, Mutter oder Vater in Ein-Eltern Familien). Familien sind Paare mit oder ohne Kinder bzw. Elternteile mit Kindern. Dieser Familienbegriff umfasst grundsätzlich nur im selben Haushalt lebende Personen.

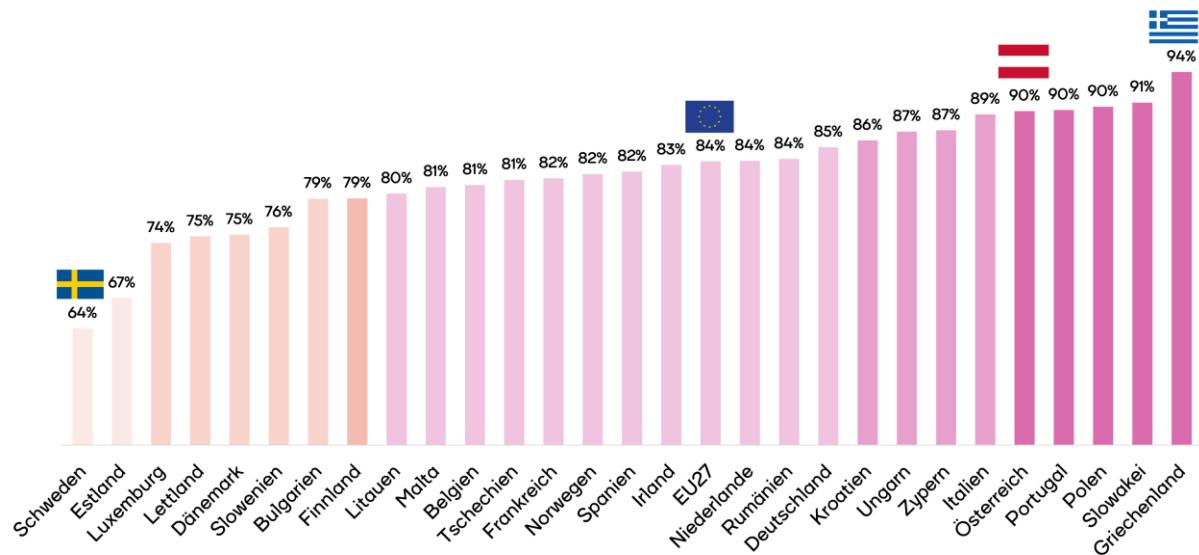
Familien 1985 noch bei 88 Prozent, ist er mit 83 Prozent im Jahr 2024 immer noch enorm hoch. Nach der Trennung der Eltern ist es also in 8 von 10 Fällen immer noch so, dass die Kinder vorwiegend bei den Müttern leben.



Im Europa-Vergleich ist diese Verteilung ähnlich: Im EU27-Durchschnitt waren 2024 von allen Single-Eltern zwischen 25 und 54 Jahren, die mit einem oder mehreren Kindern leben, 84 Prozent Mütter ([Eurostat, 2024](#)). Am meisten alleinerziehende Mütter gibt es in Griechenland mit 94 Prozent weiblichen Single-Elternteilen zwischen 25 und 54 Jahren, am wenigsten in Schweden mit 64 Prozent. Österreich reiht sich mit 90 Prozent unter den Top 5 Ländern in Europa ein, die den höchsten Anteil alleinerziehender Mütter in dieser Altersgruppe haben.³

³ Der höhere Anteil alleinerziehender Mütter in Österreich im EU-Vergleich ist auf nicht identische Haushalts- bzw. Familiendefinitionen von alleinerziehenden Eltern zurückzuführen.

Wo es die meisten alleinerziehenden Mütter gibt



Quelle: Eurostat 2024, Labor Force Survey

Anmerkung: Anteile von Müttern zwischen 25 und 54 Jahren, die als alleinlebend mit Kind definiert werden, gemessen an allen alleinlebenden Personen dieser Altersgruppe mit Kind(ern)

/IOMENTUM
/INSTITUT

/ Die Lebensrealitäten von Alleinerziehenden

Alleinerziehende Eltern haben es nicht leicht: Sie müssen Beruf und Familie allein jonglieren und in vielen Fällen tragen auch sie den Löwenanteil der Kinderkosten – trotz Alimenten bzw. Unterhaltszahlungen. Obwohl alleinerziehende Eltern eine der höchsten Erwerbsquoten aller Haushaltstypen aufweisen, sind sie dennoch eine der am stärksten von Armutgefährdung betroffenen Gruppen.

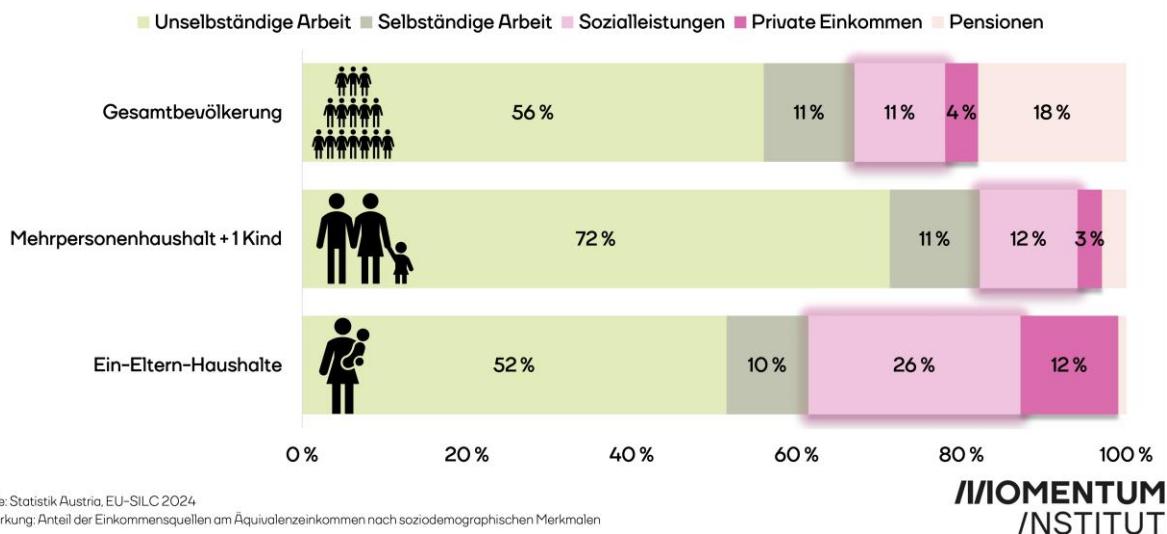
/ Einkommen und Erwerbstätigkeit von Alleinerziehenden

Ein-Eltern-Haushalte verfügen mit durchschnittlich 25.305 Euro jährlich über das geringste äquivalisierte Nettohaushaltseinkommen von allen betrachteten Haushaltstypen. Am meisten haben Mehrpersonenhaushalte ohne Kinder zur Verfügung (45.972 Euro), dicht gefolgt von Eltern mit einem Kind (38.569 Euro) und alleinlebenden Männern (38.536 Euro). Die Hälfte der Ein-Eltern-Haushalte verfügt allerdings über weniger als 22.402 Euro netto pro Jahr, 23 Prozent der Alleinerziehenden fallen sogar ins unterste Einkommenszehntel. Lediglich 3 Prozent der Ein-Eltern-Haushalte sind im einkommensstärksten Zehntel einzuordnen ([Statistik Austria, 2025a](#)).

Durch ihre niedrigen Einkommen sind Alleinerziehende stärker auf Sozialleistungen, wie Mindestsicherung, Arbeitslosengeld oder Familienbeihilfe angewiesen. Diese Leistungen machen bei Ein-Eltern-Haushalten rund ein Viertel (26 Prozent) des gesamten jährlichen Äquivalenzeinkommens aus. Bei Mehrpersonenhaushalten mit einem Kind, aber auch bei der Gesamtbevölkerung sind es nur 12 bzw. 11 Prozent. Alleinerziehende:innen beziehen außerdem häufiger private Einkommen – etwa außergerichtlich geregelte Unterhalts- oder Zuschusszahlungen von Ex-Partner:innen, Unterstützungszuwendungen von Familie oder Bekannten oder sonstige Privateinkommen machen bei Ein-Eltern-Haushalten immerhin 12 Prozent des Einkommens aus; in der Gesamtbevölkerung ist das ein verschwindend geringer Anteil des Einkommens.

Sozialleistungen machen mehr als ein Viertel des Einkommens von Alleinerziehenden aus

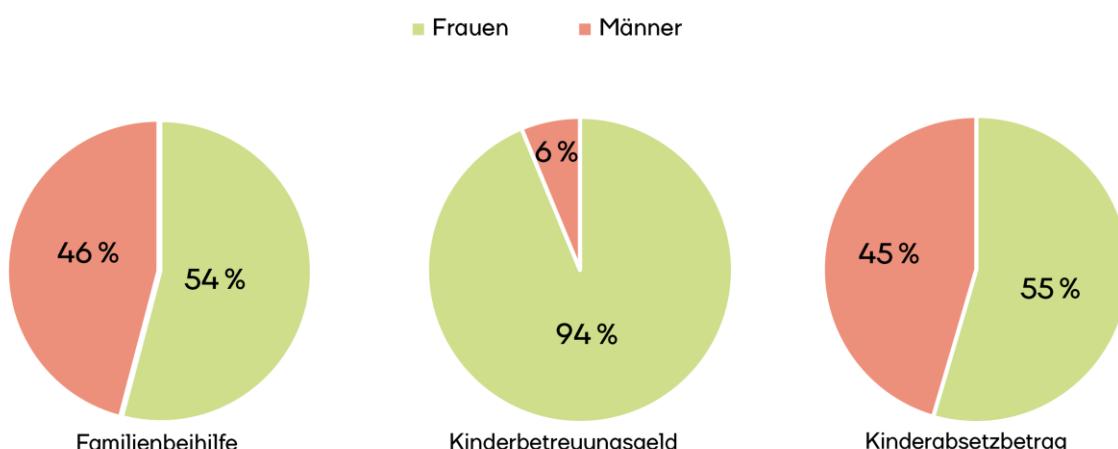
Anteil der Einkommensquellen am Äquivalenzeinkommen



Gerade weil der Löwenanteil der alleinerziehenden Elternteile Mütter sind und diese ohnehin schon mit deutlich geringeren Einkommen über die Runden kommen müssen als Väter im Allgemeinen, ist es umso wichtiger, dass die Sozial- und Familienleistungen armutsfest sind. Denn weibliche Alleinerziehende sind besonders stark davon abhängig, um monatliches Auskommen zu finden. Doch trotz der jährlichen Anpassung der Sozialleistungen seit Jahresbeginn 2023 sind diese nicht armutsfest – das heißt, sie liegen immer noch deutlich unter der aktuellen Armutsgefährdungsschwelle von 1.661 Euro monatlich im Jahr 2024. Weil diese Sozialleistungen immer noch zu niedrig sind, schützt der Sozialstaat lediglich 40 Prozent der 160.000 armutsgefährdeten Ein-Eltern-Haushalte. Nach Sozialleistungen sind immer noch 96.000 Alleinerziehende armutsgefährdet. Deshalb wäre es besonders wichtig, die Sozialleistungen so zu erhöhen, dass sie über der Armutsgrenze liegen.

Frauen treffen Einsparungen bei Familienleistungen deutlich stärker

Anteil der Einsparungen nach Geschlecht



Quelle: SORESI, eigene Berechnung

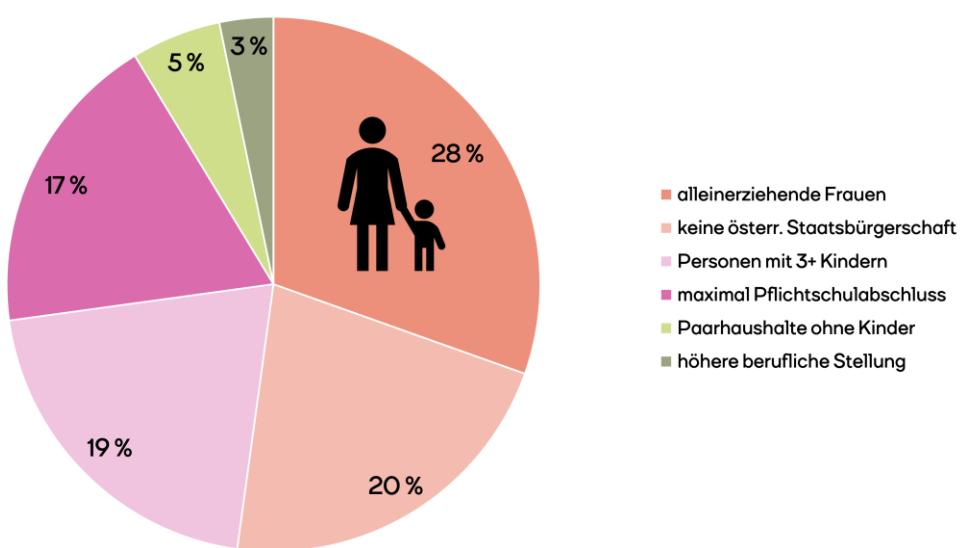
Anmerkung: Die Zuordnung zu Frauen bzw. Männern erfolgt nach dem von den Haushalten selbst angegebenen Haushaltvorstand

Das im Rahmen der Budgetsanierung geplante Einfrieren der jährlichen Anpassung von Sozial- und Familienleistungen bis 2027 – etwa bei der Familienbeihilfe, beim Kinderabsetzbetrag und beim Schulstartgeld – würde Alleinerziehende besonders stark treffen. Ein alleinerziehendes Elternteil mit 2 Kindern verliert etwa kommendes Jahr 165 Euro, 2027 ist der Verlust mit 291 Euro bereits doppelt so hoch. Setzt die Regierung die Valorisierung sogar bis 2029 aus, bedeutet das für den Ein-Eltern-Haushalt Einbußen in Höhe von 512 Euro pro Jahr. Gleichzeitig trifft diese Maßnahme Frauen – die deutlich häufiger alleinerziehend sind – stärker als Männer: Wird bei der Inflationsanpassung der Familienbeihilfe gespart, indem sie ausgesetzt wird, trifft das mit 54 Prozent Frauen stärker als Männer. Die Einsparung beim Kinderbetreuungsgeld geht sogar zu 94 Prozent zu Lasten der Frauen. Auch eine fehlende Inflationsanpassung des Kinderabsetzbetrags belastet Frauen mit 55 Prozent deutlich stärker. Die Folge des Einfrierens der Inflationsanpassung von Familienleistungen ist eine erhöhte Armutgefährdung, vor allem vulnerable Gruppen wie Geringverdiener:innen und Alleinerzieher:innen strafft Sparpolitik bei Sozialleistungen besonders stark ab ([Schuster/Steinmaßl, 2025](#)).

Neben Sozialleistungen ist die größte Einkommensquelle aber immer noch die selbständige oder unselbständige Erwerbsarbeit – auch bei Ein-Eltern-Haushalten. Mit 71 Prozent Erwerbstätigkeitsquote⁴ haben Mütter in Ein-Eltern-Haushalten zwar eine minimal geringere Erwerbsbeteiligung als Mütter in Paarhaushalten (73 Prozent) oder auch als Mütter im Allgemeinen (73 Prozent), sie arbeiten aber deutlich häufiger in Vollzeit. Während nur 30 Prozent der Mütter in Paarhaushalten vollzeiterwerbstätig sind, sind es bei Alleinerzieherinnen 46 Prozent.

Bei Vätern ist die Erwerbstätigkeitsquote mit 90 Prozent noch einmal deutlich höher als bei Müttern. Auffallend ist jedoch, dass die Erwerbstätigkeitsquote bei Vätern nur dann sinkt (auf 82 Prozent), wenn der Vater alleinerziehend ist. Bei Vätern in Paarhaushalten bleibt die Erwerbstätigkeitsquote unverändert hoch. Bei alleinerziehenden Vätern ist es außerdem seltener, dass sie einer Vollzeitbeschäftigung nachgehen ([Statistik Austria, 2023](#)).

Alleinerziehende Frauen am häufigsten "working poor"



Quelle: Sozialbericht 2024, eigene Darstellung
Anmerkung: Wenn das Haushaltseinkommen von Personen trotz Erwerbsbeteiligung unter der Armutgefährdungsschwelle liegt, gelten diese als Working Poor (Definition lt. Eurostat)

/I/OMENTUM
/INSTITUT

Erwerbstätigkeit allein schützt Alleinerziehende jedoch nicht ausreichend vor Armutgefährdung, denn rund 32 Prozent der alleinerziehenden Mütter gelten trotz Erwerbstätigkeit als armutgefährdet. Dass das

⁴ Erwerbstätige ohne Personen in Elternkarenz

Erwerbseinkommen von Alleinerzieher:innen oftmals nicht ausreicht, um vor Armut geschützt zu sein, zeigt auch der hohe Anteil der ‚working poor‘. Das sind jene Personen, bei denen das Haushaltseinkommen trotz Erwerbstätigkeit unter 60 Prozent des Medianeneinkommens – und damit unter der Armutsgefährdungsschwelle – liegt. Jede vierte ‚working poor‘-Person ist eine alleinerziehende Frau (28 Prozent) (BMSGPK, 2024).

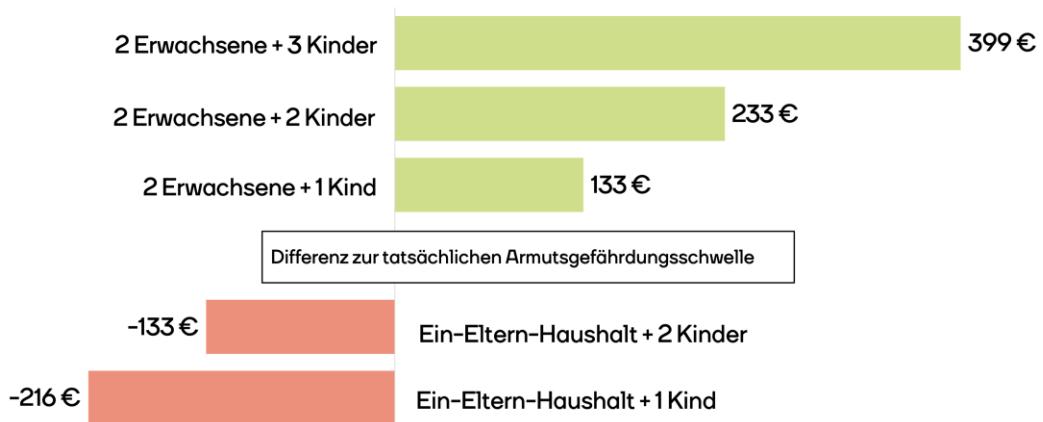
/ Unterschätzte Armutsgefährdung von Alleinerziehenden

Da Alleinerzieher:innen allein für die Wohn- und Haushaltskosten aufkommen müssen, oftmals sogar allein die Kinderkosten stemmen müssen, sind Ein-Eltern-Haushalte besonders armutsgefährdet. Wie stark Alleinerziehende tatsächlich von Armut betroffen sind, wird statistisch auch noch unterschätzt.

Die Armutsgrenze für einen Ein-Eltern-Haushalt wird laut EU-SILC mit dem Faktor 1,3 berechnet.⁵ Damit liegt die Armutsgrenze für einen Alleinerzieher:innen-Haushalt bei 2.159 Euro monatlich. Tatsächlich sollte die Armutsgefährdungsschwelle (Armutsgrenze) für einen Ein-Eltern-Haushalt (und einem Kind) aber bei etwa 2.375 Euro monatlich liegen – also 216 Euro darüber. Denn laut Kinderkostenanalyse (Statistik Austria, 2021b) wirken in Ein-Eltern-Haushalten geringere Skaleneffekte als in Familien mit zwei Elternteilen, denn die Kinderkosten sind in alleinerziehenden Haushalten deutlich höher. Die mittleren Kinderkosten für einen Ein-Eltern-Haushalt betrugen 2021 rund 900 Euro pro Kind – das sind knapp 11.000 Euro pro Jahr. Die Energie- und Teuerungskrise hat die Preise seither stark nach oben getrieben und so muss eine alleinerziehende Person mittlerweile rund 1.114 Euro monatlich bzw. etwa 13.400 Euro im Jahr 2025 für ein Kind ausgeben.

Armutsgefährdung von Alleinerziehenden unterschätzt

Armutsgefährdungsschwelle von Alleinerziehenden sollte um mehr als 200 Euro höher sein.
Jene von Paarhaushalten mit Kindern wird überschätzt.



Quelle: Statistik Austria, EU-SILC 2024, FEMA 2023, eigene Berechnung
Lesehilfe: Die Armutsgefährdungsschwelle für einen Ein-Eltern-Haushalt mit einem Kind sollte pro Monat um etwa 216 Euro höher liegen, um die Kinderkosten abzubilden. Da in Paarhaushalten mit Kindern andere Skaleneffekte wirken, wird die Armutsgefährdungsschwelle von 2 Erwachsenen und einem Kind um 133 Euro überschätzt.

Im Vergleich zahlt eine alleinerziehende Mutter pro Monat etwa 500 Euro mehr für ihr Kind als Eltern, die gemeinsam für die Kosten ihres Kindes aufkommen. Grund dafür sind höhere Miet-, Energie-, und Versicherungskosten sowie Ausgaben für Urlaube, Einkäufe, Bildung und Betreuung in Ein-Eltern-Haushalten. Gemessen an ihren Einkommen haben Alleinerziehende also anteilig höhere Ausgaben für ihren Lebensunterhalt und ihre Kinder. Statt für jedes weitere Kind im Haushalt einen Faktor von 0,3

⁵ Die Armutsgrenze des Einpersonenhaushalts von 1.661 Euro monatlich (Faktor 1) wird mit einem Faktor 1,3 multipliziert (+ 0,3 für ein Kind).

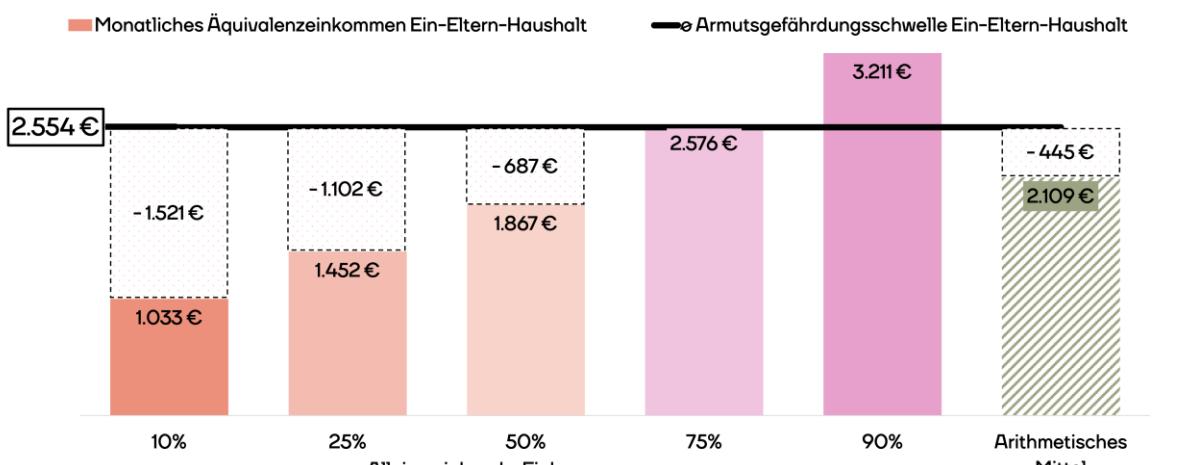
aufzuschlagen, sollte dieser Faktor laut Kinderkostenanalyse bei 0,43 liegen (und damit fast doppelt so hoch wie jene in einem Zwei-Elternhaushalt mit 0,22) (Statistik Austria, 2021b). Die Armutsgefährdungsschwelle wird also für einen Ein-Eltern-Haushalt und ein Kind um 216 Euro monatlich unterschätzt; für einen Ein-Eltern-Haushalt mit zwei Kindern um 133 Euro monatlich. Für Familien, in denen beide Eltern für die Kinderkosten aufkommen, wird die Schwelle zur Armutsgefährdung hingegen um einiges überschätzt. Beim klassischen Familientyp – 2 Erwachsene und 2 Kinder – wird die Armutsgefährdungsschwelle um etwa 233 Euro überschätzt.

Da es einen großen Unterschied macht, ob in einem Ein-Eltern-Haushalt ein oder zwei Kinder leben, wird ein mittlerer Wert für die Kinderkosten pro Kind berechnet – unabhängig von der Kinderanzahl. Im Schnitt beträgt die durchschnittliche Kinderkonsumeinheit 0,384 in einem Ein-Eltern-Haushalt. Wird berücksichtigt, dass in einem Ein-Eltern-Haushalt durchschnittlich 1,4 Kinder leben, müsste die durchschnittliche Armutsgrenze von Alleinerziehenden sogar noch höher – bei etwa 2.554 Euro monatlich liegen.⁶ Damit fehlen einem durchschnittlichen Ein-Eltern-Haushalt etwa 445 Euro bis zur durchschnittlichen Armutsgefährdungsgrenze.

Außerdem fallen knapp drei Viertel der Alleinerziehenden mit ihrem monatlichen Äquivalenzeinkommen unter die durchschnittliche Armutsgefährdungsschwelle eines Ein-Eltern-Haushalts. 10 Prozent aller Ein-Eltern-Haushalte verfügen über weniger als 1.033 Euro netto pro Monat – ihnen fehlen satte 1.521 Euro bis zur Armutsgefährdungsgrenze.

Alleinerzieher:innen fehlen im Schnitt 445 Euro bis zur Armutsgrenze

Etwa drei Viertel liegen mit ihren monatlichen Einkommen unter der Armutsgefährdungsschwelle



Quelle: Statistik Austria, EU-SILC 2024, FEMA 2023, eigene Berechnung
Lesehilfe: 10 % aller Alleinerziehende verfügen über weniger als 1.033 € pro Monat.
Die untersten 50 % aller Alleinerziehenden verfügen über weniger als 1.867 € pro Monat.

/IOMENTUM
/INSTITUT

/ Unterhalt und laufende (Kinder)kosten

Wie knapp es für Alleinerziehende finanziell tatsächlich ist, hängt neben dem Einkommen auch von anderen Faktoren ab – etwa ob Unterhalts(vorschuss)zahlungen oder Sozialleistungen bezogen werden und wie hoch die Lebenserhaltungskosten oder die Kosten für die Kinderbetreuung sind.

⁶ 0,384 Kinderkonsumeinheiten multipliziert mit durchschnittlich 1,4 Kindern plus eine erwachsene Person ergibt einen Faktor 1,54. Multipliziert man die aktuelle Armutsgrenze von 1.661 Euro mit diesem Faktor ergibt das eine tatsächliche Armutsgefährdungsschwelle von 2.554 Euro für einen durchschnittlichen Ein-Eltern-Haushalt.

Laut [Unterhaltsbefragung 2021](#) der Statistik Austria haben rund 77 Prozent der alleinerziehenden Mütter mit minderjährigen Kindern Anspruch auf Unterhaltszahlungen. Tatsächlich erhalten jedoch nur 54 Prozent regelmäßige Leistungen, sei es in Form von Geldunterhalt, Unterhaltsvorschüssen oder Halbwaisenrenten. Auf Ebene der Kinder zeigt sich ein ähnliches Bild: Von jenen Kindern mit Anspruch erhalten 31 Prozent keinerlei Unterhalt – sie stehen somit finanziell völlig ohne Unterstützung des anderen Elternteils da. Der Median der monatlichen Zahlungen pro Haushalt liegt bei 400 Euro. Betrachtet man die Zahlungen auf Kind-Ebene, liegt der Median bei 373 Euro. Zusätzlich werden in 26 Prozent der Fälle Sonderbedarfszahlungen, etwa für medizinische Ausgaben wie Zahnpfosten, geleistet – diese belaufen sich auf durchschnittlich 80 Euro pro Monat ([Statistik Austria, 2021a](#)).

Unterhaltsvorschüsse beziehen rund 13.000 alleinerziehende Haushalte – das entspricht etwa 12 Prozent der befragten Mütter mit Anspruch. Zwei Drittel dieser Haushalte erhalten monatlich weniger als 300 Euro. Auf Kind-Ebene beträgt der Median der Vorschusszahlung 250 Euro. Der Unterhaltsvorschuss ist eine staatliche Leistung, die einspringt, wenn der unterhaltspflichtige Elternteil nicht zahlt oder nicht zahlungsfähig ist. Er soll sicherstellen, dass das Kind dennoch finanzielle Unterstützung erhält. Die Regelung der Unterhaltsfrage erfolgt zu 38 Prozent privat, zu 26 Prozent über die Kinder- und Jugendhilfe und zu 36 Prozent auf gerichtlichem Weg. Viele erhalten jedoch keinen Unterhaltsvorschuss – die Gründe dafür variieren; immerhin 28 Prozent gaben jedoch an, Konflikte mit dem Ex-Partner vermeiden zu wollen, andere wussten gar nicht, dass sie Anspruch hätten. Auch fehlende Leistungsfähigkeit des anderen Elternteils wurde genannt.

So kommt es, dass einige Alleinerziehende nicht nur mit den Kindern, sondern auch mit den Kinderkosten allein dastehen. 27 Prozent der Kinder werden selten oder nie vom anderen Elternteil betreut. Eine Vollzeit-Erwerbstätigkeit ist also nur dann möglich, wenn die Betreuungsfrage geregelt ist. Besonders Bildungs- und Betreuungsausgaben können hier für Alleinerziehende ordentlich ins Gewicht fallen. Denn kostenlose, ganztägige Kinderbetreuung gibt es in Österreich nach wie vor nur in drei Bundesländern: in Wien, Kärnten und dem Burgenland. In allen anderen Bundesländern wird ganztägige Betreuung mitunter sehr kostspielig. Besonders private Einrichtungen, auf die viele „ausweichen“ müssen, da kein öffentlicher Betreuungsplatz zur Verfügung steht, können sich viele nicht leisten. In solchen Fällen kann es finanziell gesehen sogar besser sein, wenn das alleinerziehende Elternteil – in den meisten Fällen ist das die Mutter – nur Teilzeit arbeitet, da sich die Kosten der Kinderbetreuung, die bei einer Vollzeittätigkeit anfallen nicht mit allen anderen notwendigen monatlichen Ausgaben ausgleichen. Tatsächlich ist ein Fünftel der alleinerziehenden Elternteile teilzeitbeschäftigt, da die Kinderbetreuungskosten zu hoch sind ([Statistik Austria, 2023](#)).

Besonders prekär ist die Lage für arbeitslose Alleinerziehende: Wer Arbeitslosengeld beziehen will, muss dem Arbeitsmarkt zur Verfügung stehen und daher für zumindest 16 Stunden pro Woche eine Kinderbetreuung nachweisen, entweder durch Familienmitglieder oder extern. Ein Teufelskreis, denn einen Kinderbetreuungsplatz bekommt man in den meisten Bundesländern als arbeitslose Person oftmals nicht. Eine Erwerbstätigkeit findet man dann aber auch nicht, wenn der Kinderbetreuungsplatz fehlt und wenn man die 16 Stunden Kinderbetreuung nicht nachweisen kann, bekommt man auch kein Arbeitslosengeld.

Eine Kindergrundsicherung würde besonders für alleinerziehende Eltern für Erleichterung sorgen und ist ein zentrales Instrument, um Kinderarmut in einem reichen Land wie Österreich endlich abzuschaffen. Konkret hat es sich die neue österreichische Bundesregierung im [Regierungsprogramm 2025–2029](#) zum Ziel gesetzt, die Kinderarmut bis 2030 zu halbieren, indem eine Kindergrundsicherung mit Zwei-Säulen-Modell eingeführt wird:

- Ausbau von Sachleistungen und kindgerechter Infrastruktur:** Dazu gehören kostenlose gesunde Mahlzeiten in Bildungseinrichtungen, eine verbesserte Gesundheitsversorgung für Kinder und Jugendliche sowie eine flächendeckende Versorgung mit Kinderbetreuungsplätzen
- Weiterentwicklung und Optimierung bestehender Transferleistungen:** Bestehende Leistungen wie Familienbeihilfe und Kinderabsetzbetrag sollen gebündelt und einkommensabhängig gestaltet werden, um gezielt Familien mit niedrigem Einkommen zu unterstützen

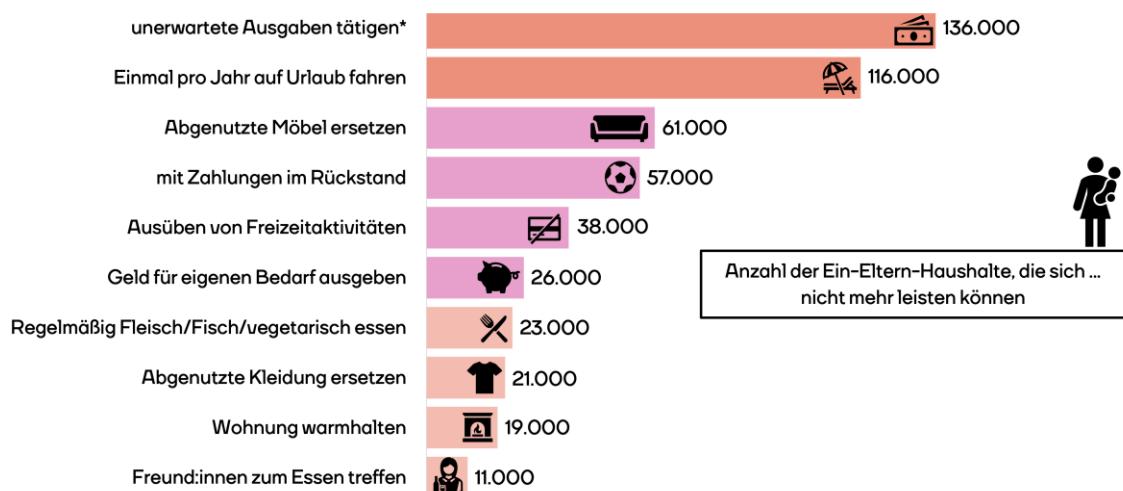
Zusätzlich ist die Einrichtung eines Unterhaltsgarantie-Fonds ab 2026 geplant, der mit 35 Millionen Euro dotiert ist. Dieser Fonds soll einspringen, wenn Unterhaltszahlungen ausbleiben, um Alleinerziehenden- und Kinderarmut zu vermeiden. Die Umsetzung der Kindergrundsicherung soll schrittweise erfolgen, mit dem Ziel, bis 2027 erste Maßnahmen umzusetzen und bis 2030 eine signifikante Reduktion der Kinderarmut zu erreichen.

/ Folgen für Alleinerziehende

Finanzielle Notlagen und prekäre Lebensverhältnisse sind oftmals eine gegenwärtige Realität für Alleinerziehende und ihre Kinder. Die Hälfte der Ein-Eltern-Haushalte kann keine unerwarteten Ausgaben von 1.390 Euro tätigen und auch andere Grundbedürfnisse sind für viele Alleinerziehende schlicht nicht mehr leistbar – dafür hat die Energie- und Teuerungskrise gesorgt. 116.000 Ein-Eltern-Haushalte, das sind 43 Prozent, können es sich nicht leisten einmal pro Jahr auf Urlaub zu fahren, ein Viertel kann abgenutzte Möbel nicht ersetzen und etwa ein Fünftel ist mit Zahlungen im Rückstand.

Die Hälfte der Ein-Eltern-Haushalte kann keine unerwarteten Ausgaben tätigen

Was sich Alleinerziehende nicht mehr leisten können



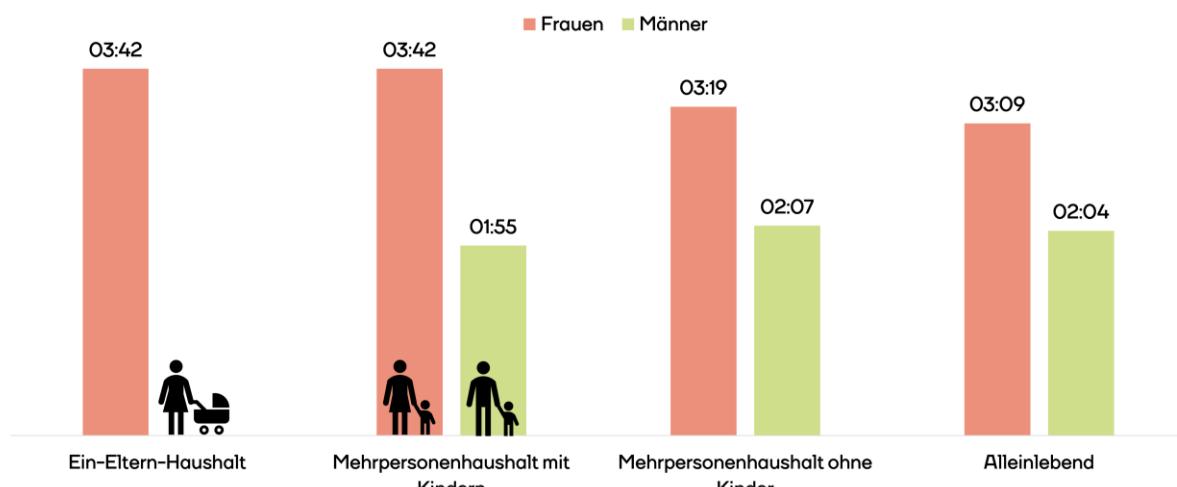
Quelle: EU-SILC 2024
Anmerkung: dargestellt wird die Anzahl der Haushalte/Personen, für die bestimmte Grundbedürfnisse nicht mehr leistbar sind; unerwartete Ausgaben in Höhe von 1.390 Euro

/ Alleinerziehende haben die meiste Sorgearbeit und kaum Freizeit

Der Alltag ist für viele Alleinerziehende nicht nur finanziell eine Herausforderung: Neben der Erwerbstätigkeit und der Kinderbetreuung und -erziehung ein Privatleben für sich zu haben, Hobbys auszuüben oder Freund:innen zu treffen ist für viele nur schwer umsetzbar. Eine Auswertung der [Zeitverwendungserhebung der Statistik Austria](#) zeigt: Alleinerziehende Frauen tragen nicht nur häufig ganz allein die Verantwortung für Erwerbsarbeit und Kindererziehung, sondern leisten auch die meiste

unbezahlte Hausarbeit. Laut Zeitverwendungserhebung 2021/22 verbringen Alleinerzieherinnen im Schnitt 3 Stunden und 42 Minuten täglich mit putzen, waschen, kochen, aufräumen und anderen Haushaltstätigkeiten. In Mehrpersonenhaushalten mit Kindern übernehmen Frauen (Mütter) ebenso viel Hausarbeit, Männer (Väter) dort jedoch weniger als 2 Stunden. Die ungleiche Verteilung unbezahlter Arbeit zeigt sich über alle Haushaltstypen hinweg – besonders deutlich wird sie aber in Familien mit Kindern. Dort übernehmen Männer (Väter) sogar am wenigsten Hausarbeit verglichen zu allen anderen Haushaltstypen. Die Zeit, die alleinerziehende Väter täglich mit Hausarbeit verbringen kann aufgrund zu geringer Fallzahlen nicht ausgewiesen werden.

Das bisschen Haushalt? Mütter und Alleinerzieherinnen übernehmen am meisten Hausarbeit – Väter am wenigsten



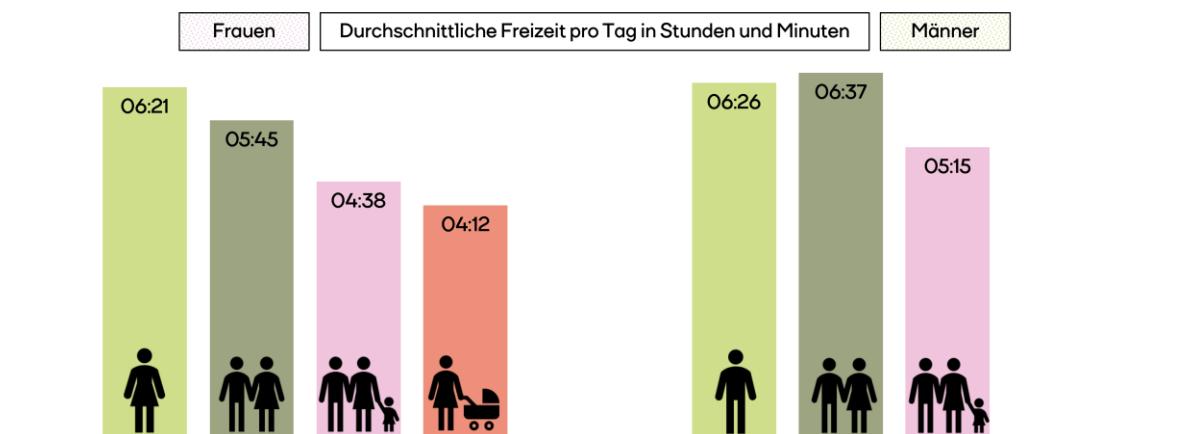
Quelle: Zeitverwendungserhebung 2021/22, eigene Darstellung
Anmerkung: Die durchschnittliche Zeit pro Tag von Männern in Ein-Eltern-Haushalten kann aufgrund der kleinen Fallzahl in der Stichprobe nicht ausgewiesen werden.

Schon vor einer Trennung gelebte Arbeitsteilung, in denen meistens die Mutter den größten Teil der Care-Arbeit leistet, zeigen sich damit auch nach einer Trennung als prägend. Mütter haben nicht nur mehr Haus- und Sorgearbeit, sie haben auch weniger Freizeit als Väter. Am wenigsten Muße von allen Haushaltstypen haben Alleinerzieherinnen – auch das zeigt die Zeitverwendungserhebung 2021/22 (Statistik Austria, 2023).

Alleinerziehende Mütter haben am wenigsten Freizeit

Männer in Mehrpersonenhaushalten ohne Kinder haben sogar mehr Freizeit als alleinlebende Männer

■ Alleinlebend ■ Mehrpersonenhaushalt ohne Kinder ■ Mehrpersonenhaushalt mit Kind(ern) ■ Ein-Eltern-Haushalt



Quelle: Statistik Austria, Zeitverwendungserhebung 2021/22

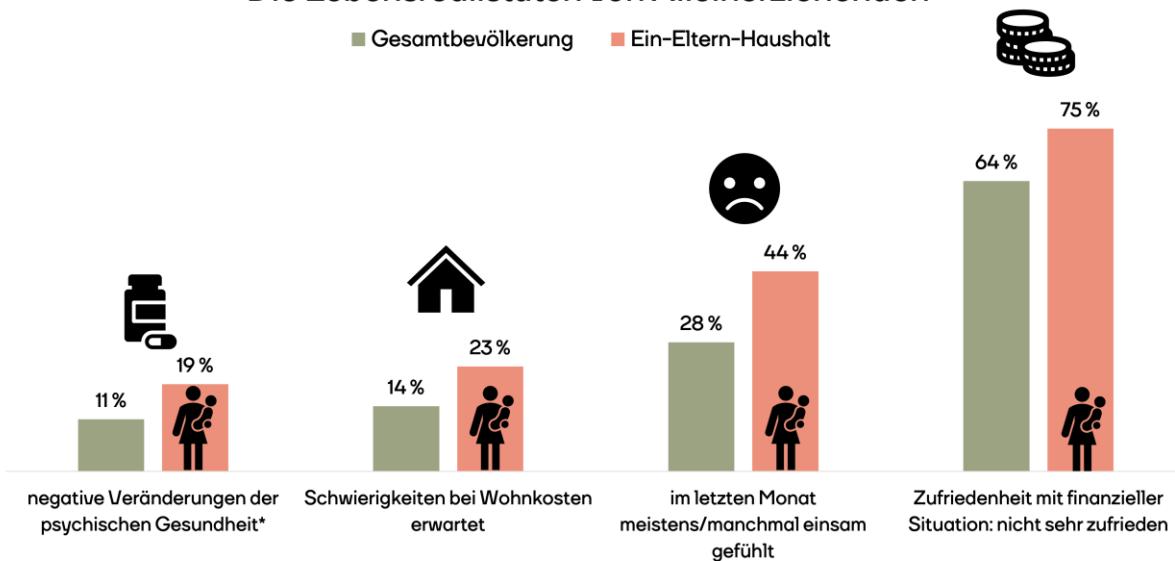
Anmerkung: Wert für Männer in Ein-Eltern-Haushalten nicht ausgewiesen aufgrund zu geringer Fallzahl. Als Kinder, Jugendliche und abhängige junge Erwachsene sind Mädchen und Buben bis zum vollendeten 14. Lebensjahr sowie die 15 bis 16-Jährigen und jene Personen unter 18 Jahren, die mit mindestens einem Elternteil zusammenleben und jene Personen unter 25 Jahren, die mit mindestens einem Elternteil zusammenleben und weder erwerbstätig, arbeitslos noch arbeitsuchend sind.

Die meiste Freizeit haben Frauen, wenn sie keine Kinder haben und allein leben. Im Schnitt sind es pro Tag 6 Stunden und 21 Minuten. Alleinlebende Männer haben um 5 Minuten mehr freie Zeit. Betrachtet man kinderlose Mehrpersonenhaushalte sinkt die Freizeit von Frauen (5 Stunden 45 Minuten) im Vergleich zu den Alleinlebenden. Bei Männern hingegen steigt die Mußezeit auf 6 Stunden und 37 Minuten. In Mehrpersonenhaushalten mit Kindern haben Frauen bereits um 37 Minuten pro Tag weniger Freizeit als Männer. Die geringste Freizeit haben Alleinerzieherinnen mit 4 Stunden 12 Minuten pro Tag. Für alleinerziehende Männer sind die Fallzahlen zu gering für einen Vergleich (Achleitner, 2024).

All diese Dinge gleichzeitig zu jonglieren kann bei vielen Alleinerzieher:innen zu gesundheitlichen Belastungen führen. Die Erhebung „So geht's uns heute“ von Statistik Austria dokumentiert die sozialen Krisenfolgen in verschiedenen Haushaltstypen (Statistik Austria, 2025b).

Die Lebensrealitäten von Alleinerziehenden

■ Gesamtbevölkerung ■ Ein-Eltern-Haushalt



Die Daten aus dem 4. Quartal 2024 zeigen: 19 Prozent der Alleinerziehenden berichten von negativen Veränderungen ihrer psychischen Gesundheit – das sind deutlich mehr als in der Gesamtbevölkerung (11 Prozent). Fast jede:r zweite Alleinerziehende (44 Prozent) fühlte sich im letzten Monat meistens oder manchmal einsam, auch das ist deutlich mehr als im Schnitt der Bevölkerung (28 Prozent). Besonders gravierend ist die finanzielle Unzufriedenheit: Drei Viertel der Ein-Eltern-Haushalte geben an, mit ihrer finanziellen Situation nicht sehr zufrieden zu sein. Etwa ein Viertel erwartet, dass sie Schwierigkeiten haben werden, ihre Wohnkosten in den nächsten 3 Monaten zu bezahlen, verglichen mit 14 Prozent in der Gesamtbevölkerung.

Fazit

Alleinerziehende und ihre Kinder sind in Österreich nach wie vor in einer besonders prekären Lage – sowohl ökonomisch als auch sozial. Sie tragen eine überdurchschnittliche Last an Sorgearbeit, haben deutlich geringeres Einkommen und müssen aber für einen Großteil der Kinderkosten aufkommen – wodurch sie viel häufiger von Armut betroffen oder gefährdet sind – selbst dann, wenn sie erwerbstätig sind. Fehlende oder unzureichende Unterhaltszahlungen, hohe Kinderbetreuungskosten und nicht armutsfeste Sozialleistungen verschärfen die Situation zusätzlich. Auch für Kinder ist das Aufwachsen in alleinerziehenden Haushalten ein schlechtes Los: Armut im Kindesalter wirkt sich nachweislich negativ auf Bildung, Entwicklung und Gesundheit aus und prägt oft den gesamten Lebensverlauf. Studien zeigen, dass Kinderarmut langfristig mit schlechteren Bildungsabschlüssen, gesundheitlichen Beeinträchtigungen und geringerer sozialer Integration im Erwachsenenalter einhergeht. Laut OECD verursacht Kinderarmut in Österreich jährlich Folgekosten von über 17 Milliarden Euro – präventive Maßnahmen wären wesentlich kostengünstiger ([Achleitner et al., 2024](#)).

Das Momentum Institut empfiehlt:

- / Umsetzung einer Unterhaltsgarantie
- / Armutsfeste Sozialleistungen und kein Einfrieren der Inflationsanpassung
- / Existenzsichernde Familienleistungen auch für Alleinerziehende
- / Regelmäßige Kinderkostenstudien und eine Anpassung der Faktoren zur Berechnung der Armutgefährdungsschwellen der Haushaltstypen mit Kindern
- / Flächendeckende, kostenlose und ganztägige qualitativ hochwertige Kinderbetreuung
- / Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung ab dem 1. Lebensjahr
- / Umsetzung einer flächendeckenden Kindergrundsicherung

Quellen und Literaturverweis

Achleitner, S. (2024). *Muttertag: Mütter haben weniger Freizeit als Väter*.

Online: <https://www.momentum-institut.at/news/muttertag-muetter-haben-weniger-freizeit-als-vaeter/> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Achleitner, S./Mader, K./Rauscher, L. (2024). *Armutreport. Wer arm ist, bleibt arm. Dimensionen von Armut in Österreich*. Online: <https://www.momentum-institut.at/wp-content/uploads/2024/05/wer-arm-ist-bleibt-arm-armutsreport-2024-momentum-institut-2.pdf> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

BMSGPK (2024). *Sozialbericht – Band II: Sozialpolitische Analysen*.

Online: https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:5c52548c-54ab-413e-aec2-f48500c32a83/BMSGPK_Sozialbericht2024_Band-II_pdfUA.pdf (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025)

Eurostat (2024). *Household statistics – LFS series*.

Online: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/lfst_hhaceday__custom_16376429/default/table?lang=en (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

FEMA (2025). *Unterhaltsgarantie*. Online: <https://verein-fema.at/unterhaltsgarantie/> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Österreichische Plattform für Alleinerziehende (ÖPA). *Forderungen der ÖPA an eine neue Regierung*.

Online: <https://oepa.or.at/wp-content/uploads/Wertschaetzung-Alleinerziehende-2025.pdf> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Schuster, B./Steinmaßl, P. (2025). *Familienleistungen: Einsparungen kosten Familien hunderte Euro*.

Online: <https://www.momentum-institut.at/news/familienleistungen-einsparungen-kosten-familien-hunderte-euro/> (zuletzt aufgerufen am 07.05.2025).

Statistik Austria (2021a). *Ergebnisbericht Unterhaltsbefragung*.

Online: https://www.statistik.at/fileadmin/publications/Ergebnisbericht_Unterhaltsbefragung.pdf (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2021b). *Kinderkostenanalyse. Endbericht – Methodische Langfassung*.

Online: https://www.statistik.at/fileadmin/pages/339/Kinderkostenanalyse_2021_MethodischeLangfassung.pdf (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2023). *Zeitverwendungserhebung 2021/22*.

Online: <https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/zeitverwendung> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2024a). *Familienformen*. Online: <https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/bevoelkerung/familien-haushalte-lebensformen/familienformen> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2024b). *Familie und Erwerbstätigkeit*.

Online: <https://www.statistik.at/statistiken/arbeitsmarkt/erwerbstaeigkeit/familie-und-erwerbstaeigkeit> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2025a). *Armut. Tabellenband EU-SILC 2024*.

Online: <https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/einkommen-und-soziale-lage/armut> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Statistik Austria (2025b). *So geht's uns heute – Quartalsmonitor Lebensrealitäten Q4/2024*. Online <https://www.statistik.at/services/tools/services/publikationen/detail/2132> (zuletzt aufgerufen am 05.05.2025).

Zitievorschlag:

Achleitner, Sophie (2025). *Armutsfalle: „Alleinerziehend“*. Momentum Policy Brief 4/2025.

/ Kontakt

Momentum Institut

Märzstraße 42/1

1150 Wien, Österreich

kontakt@momentum-institut.at

www.momentum-institut.at

**/MOMENTUM
/NSTITUT**