

Inhaltsverzeichnis

Einleitung *XI*

Danke *XV*

Teil I Wo soll's hingehen? Berufswahl als Naturwissenschaftlerin *1*

- 1 Ein Spektrum an Karrieremöglichkeiten: Uni oder Industrie?** *5*
 - 1.1 Arbeiten in der Universität *5*
 - Forschung *6*
 - Mittelbau *8*
 - Fachhochschule *9*
 - 1.2 Arbeiten in der Industrie *11*
 - Forschung und Entwicklung *11*
 - Produktion *13*
 - Qualitätsmanagement *15*
 - Medizinische Dokumentation *17*
 - Marketing, Sales, Business Development, Product Management *18*
 - 1.3 Die Arbeitsbedingungen: Gehalt und Befristungen *21*
 - Gehalt *21*
 - Befristete vs. unbefristete Verträge *22*
 - 1.4 David oder Goliath: vom Start-up bis zum Großkonzern *22*
 - 1.5 Wieso ich geblieben oder gegangen bin *24*
- 2 Sie haben es in der Hand: Entscheidungen beeinflussen den Karriereweg** *27*
 - 2.1 Wann ist der optimale Zeitpunkt für die richtige Entscheidung? *28*
 - Wie gelingt der Wechsel von der Universität in die Industrie? *29*
 - Wechsel zurück an die Universität *29*
 - 2.2 Richtungsänderungen: das C und D auf dem Weg von A nach B *30*

3	PhD und Postdoc: die Krönung der Qualifikation oder überflüssiger Ballast?	37
3.1	Promotion, wer braucht das schon?	37
	Berufseinstieg mit oder ohne Titel	38
	Promotion: wie geht das eigentlich?	40
	Promotion ja? Dann aber richtig!	42
3.2	Postdoc – Karriereschritt oder Parkposition?	45
	Frau Dr. Bequemlich	47
	Frau Dr. Spezialist (Mädchenname: Alter)	48
	Frau Dr. Armut	49
	Teil II Bewerbung und Vorstellungsgespräch	51
4	Stellenanzeige und Co: wie kommen Sie zu Ihrer Traumposition?	53
4.1	Die Klassiker: die Stellenanzeige	54
	Tipps für Ihre Stellensuche	56
4.2	Die Initiativbewerbung	58
4.3	Jeder kennt jeden – Netzwerke oder Vetternwirtschaft?	59
4.4	Headhunter, Recruiter, Zeitarbeit: vom modernen Talente-Handel	61
5	Dokumente verfassen: Beispiele und Erläuterungen mit Expertentipps	65
5.1	Anschreiben	67
	Der erste Satz: Einstieg, Stolperfalle und Weichensteller	67
	Der Hauptteil: die Kunst das Wesentliche herauszustellen	70
	Der Schlussteil	75
5.2	Lebenslauf	77
	Wo bewerben Sie sich?	78
	Umgang mit persönlichen Angaben	78
	Moderne Frau, moderner Lebenslauf: Schlüsselwörter, Highlights und Kurzprofile	80
	Das sind Sie: Ihr Inhalt	82
	Dinge, die uns (nicht) interessieren: was wichtig und was redundant ist	83
	Schlafmützen, Hausmutterchen und fleißige Bienen: von Arbeitslosigkeit und Elternzeit	85
	Format und Länge	85
	... and the winner is: not you! Troubleshooting for Dummies	86
5.3	Big brother is watching you: Ihre Präsenz im World Wide Web	87
5.4	Einreichen von elektronischen Unterlagen	88
6	Überzeugend im Interview	93
6.1	Machen Sie sich Ihre Vorzüge klar	94
6.2	Unsere Top Fragen, für die Sie fit sein sollten	96

- 6.3 Haben Sie noch Fragen? 102
- 6.4 Neunzig entscheidende Sekunden 104
- 6.5 Dresscode: mit Birkenstocksandalen oder doch im Anzug? 108
- 6.6 Der Kopf folgt dem Körper: bringen Sie sich in Stimmung 110
- 6.7 Entspannt ankommen zeigt Souveränität 110
- 6.8 Das Interview beginnt beim Empfang 111
- 6.9 Kommunikation ohne Worte 112
- 6.10 Wissenschaftler und Personaler: zwei Welten treffen aufeinander 119
- 6.11 Die erste, zweite und dritte Gesprächsrunde: so gleich
und doch so anders 120
- 6.12 Nach dem Gespräch 123
- 6.13 Nicht alle können gewinnen: Umgang mit Absagen 126
- 6.14 Nicht ganz trivial: das Telefoninterview 127
 - Wie unterscheidet sich ein Telefoninterview vom klassischen
Interview? 127
 - Die Terminvereinbarung 128
 - Vorbereitungen speziell für das Gespräch am Telefon 129
 - Am Tag des Telefoninterviews 130
 - Während des Telefongesprächs 130
 - Eine Variante: das Skype-Interview 131

- 7 Volle Konzentration: das Assessment-Center 133**

- 8 Ein verführerisches Angebot? Gehalts- und
Vertragsverhandlungen 137**
 - 8.1 Die Frau als Verhandlerin 138
 - 8.2 Verhandeln: was heißt das eigentlich? 139
 - 8.3 Los geht's: von der Vorbereitung bis zur Unterschrift 140
 - 8.4 Es geht nicht nur um eine Zahl: seien Sie kreativ 143
 - 8.5 Die Macht mehrerer Angebote 147
 - 8.6 Die gemeinsame Lösung 149
 - 8.7 Wenn nötig, gehen Sie weg 150
 - 8.8 Die Frau als gute Verhandlerin 151

- Teil III Im Berufsleben 153**

- 9 Tipps für den erfolgreichen Start 155**
 - 9.1 Der erste Tag 155
 - 9.2 Nicht nur Leistung zählt, sondern auch Persönlichkeit 159
 - 9.3 Von Allianzen und Netzwerken 168
 - 9.4 Hochmut kommt vor dem Fall 171

10	Wo ist mein Platz? Von Konferenzen und Dinnerparties	175
10.1	Das König Artus Prinzip	176
10.2	Ihr erstes Mal am Tisch	179
11	Die Spiele sind eröffnet! Herausforderungen im Job	183
11.1	Die Bescheidenheitsfalle	185
11.2	Die Dornröschenfalle oder wie vermarkte ich mich selbst?	186
11.3	Die Beliebtheitsfalle	187
11.4	Die Perfektionsfalle	189
11.5	Die Konkurrenzfalle: Stutenbissigkeit gibt es nicht nur unter Pferden	190
11.6	Die Schreibtischfalle	193
11.7	Die Netzwerkfalle	193
11.8	Die Kommunikationsfalle	195
12	Führungseigenschaften: in den Schoß gefallen oder erlernt?	201
12.1	Was macht einen perfekten Chef aus?	203
12.2	Führen Frauen anders als Männer?	205
12.3	Was genau unterscheidet denn einen Mitarbeiter von einem Chef?	206
12.4	Plötzlich Chef – was nun?	208
12.5	Herausforderungen einer Führungskraft: Motivation von Mitarbeitern	211
12.6	Wie viel Weiblichkeit darf als Führungskraft sein? Eine Umfrage unter Männern und Frauen	214
13	Wenn die Hormone verrückt spielen: Herausforderungen an besonderen Tagen	217
14	Kennen Sie Ihr Ziel?	223
14.1	Ziele können motivieren und auch lähmen	223
14.2	Augen zu und durch	224
14.3	Das Ende in Sichtweite behalten: erreichbare Zwischenziele	226
14.4	Die Strategie zum unglücklich sein: Ziele über andere definieren	226
14.5	Ziele zu definieren heißt gleichzeitig Pläne zu schmieden	227
15	Chancen nutzen und neue Türen öffnen	229
16	Alles hat ein Ende nur die Wurst hat zwei?	233

**Teil IV Sackgasse Mutter? Chancen und Herausforderungen
unserer Zeit 235**

- 17 Die (politische) Lage 237**
 - 17.1 Hausfrauen der Zukunft? 238
 - 17.2 Karrieremütter – die Frauen der Zukunft? 241
 - 17.3 Teilzeitarbeit: das Beste von beiden Welten? 245
 - 17.4 Naturwissenschaftlerinnen in Deutschland – eine spezielle Situation 246

- 18 Gibt es einen perfekten Moment, um Kinder zu bekommen? 249**

- 19 Über Unfruchtbarkeit im familienfreundlichen Langweiler-Job 261**

- 20 Wie sage ich's dem Chef? Schwangerschaft, Kinder und
Karrierewunsch 265**
 - 20.1 Die frohe Botschaft verkünden 265
 - 20.2 Gleichbehandlung 267
 - 20.3 Ihr Comeback 269

- 21 Frauen, Mütter, Arbeitgeber: von schiefen Blicken und Vorurteilen 271**
 - 21.1 Karrieremutter versus Hausfrau: ein Kulturkampf 272
 - 21.2 Der soziale Druck am Arbeitsplatz 277

- 22 Organisation von Arbeit und Familie 279**
 - 22.1 Platz eins und zwei: Ihr Partner und andere Helfer 281
 - Partnerwahl 281
 - Mein, dein, unser oder ihr Problem: die Hausarbeit 282
 - 22.2 Der dritte Platz: Organisationstalent, Flexibilität und Durchsetzungsfähigkeit 284
 - 22.3 Work-Life-Balance 285

- 23 (Erfolgs-)Geschichten 291**

- Stichwortverzeichnis 303**

