

## Inhaltsverzeichnis

Einleitung *XI*

Danke *XV*

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

- 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

<b>10</b>	<b>Wo ist mein Platz? Von Konferenzen und Dinnerparties</b>	<b>175</b>
10.1	Das König Artus Prinzip	176
10.2	Ihr erstes Mal am Tisch	179
<b>11</b>	<b>Die Spiele sind eröffnet! Herausforderungen im Job</b>	<b>183</b>
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
<b>12</b>	<b>Führungseigenschaften: in den Schoß gefallen oder erlernt?</b>	<b>201</b>
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
<b>13</b>	<b>Wenn die Hormone verrückt spielen: Herausforderungen an besonderen Tagen</b>	<b>217</b>
<b>14</b>	<b>Kennen Sie Ihr Ziel?</b>	<b>223</b>
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
<b>15</b>	<b>Chancen nutzen und neue Türen öffnen</b>	<b>229</b>
<b>16</b>	<b>Alles hat ein Ende nur die Wurst hat zwei?</b>	<b>233</b>

## **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 Karrieremütter 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**