

Inhaltsverzeichnis

Kapitel I Studium und Wissenschaft mit Kind

1. Einleitung	15
1.1 Zur Einstimmung: Vom täglichen Irrsinn	15
1.2 Was will das Buch? Entscheidungshilfe und Wegbegleiter	19
1.3 Die Konkurrenz um die Ressource <i>Zeit</i>	21
1.4 Universität mit Kind in Deutschland	22
1.5 Mütter und Väter: Ein bedeutsamer Unterschied	24
1.6 Alleinerziehende	27
2. Studieren mit Kind	29
2.1 Studieren als Ausbildungsstufe oder Lebensphase?	29
2.2 Studieren und Forschen an der Universität – die einzelnen Phasen	30
2.3 Was ist unter Vereinbarkeit zu verstehen?	32
2.4 Muss ich wirklich (mit Kind) studieren?	33
2.5 Welches Fach eignet sich gut in Bezug auf die Vereinbarkeit? ..	34
2.6 Was Sie persönlich an Eigenschaften mitbringen sollten	36
2.7 Eine stabile Partnerschaft	37
2.8 Ein gutes soziales und familiäres Netzwerk	39
2.9 Wohnen mit Kind	41
2.10 Finanzen	42
2.11 Ein <i>Alien</i> sein?	43
3. Erleichterungen der Studienbedingungen für Mütter und Väter	47
3.1 Beurlaubung	47
3.2 Teilzeitstudium	48
3.3 Fernstudium	49

4. Informelle Lösungen: Kleine Helfer im Hochschulalltag	51
4.1 Verlängerte Buchausleihe	53
4.2 Hilfe durch Korrekturleser	54
4.3 Mit dem Kind ins Seminar?	55
4.4 Am effektivsten zu Hause	56
5. Promotion mit Kind	59
5.1 Die Promotion – eine gute Zeit zum Kinderkriegen?	60
5.2 Hoher Druck von allen Seiten	61
5.3 Arbeitsweise während der Promotion	63
5.4 Verschärfung der Ressourcenkonflikte	64
5.5 Gute Voraussetzungen für eine erfolgreiche Promotion mit Kind	66
5.6 Ein ‚gutes‘ Promotionsthema finden	67
5.7 Exposé und Zeitplan	69
5.8 Wege in die Promotion	70
5.9 Ein gutes Betreuungsverhältnis zu Doktorvater oder -mutter ..	72
5.10 Promotionsmodelle	74
5.11 Finanzielle Absicherung während der Promotionsphase	76
5.12 Schreiben Sie von Anfang an	78
5.13 Sekundäre Kompetenzen während der Promotion	79
6. Habilitation mit Kind	83
6.1 Vom Regen in die Traufe	84
6.2 Späte Mutterschaft	85
6.3 Mobilitäts- und Internationalisierungszwang	86
6.4 Hilfen auf dem Weg in die Wissenschaft	87
6.5 Chancen der Erreichbarkeit	88
6.6 Alternativen: Wissenschaftsmanagement oder Selbstständigkeit	88
7. Professur mit Kind	91
8. Familienfreundliche Universität gesucht	93
8.1 Frauen- oder Gleichstellungsbüros	93
8.2 Was leistet das Siegel „audit familiengerechte hochschule“?	94
8.3 Studentenwerk	95
8.4 Still- und Wickelräume	96
8.5 Spielflächen	96

Kapitel II Den Alltag meistern

9. Kinderbetreuung	101
9.1 Eingewöhnung	102
9.2 Vor- und Nachteile von Fremdbetreuung	104
9.3 Kinderbetreuung durch Einzelpersonen	105
9.4 Kinderkrippen, Kindergärten und Kindertagesstätten	108
10. Alltagslogistik: Einkauf, Reifenwechsel und Studium/ Forschung	121
10.1 (Frei-)Räume zum Arbeiten	123
10.2 Arbeitsrhythmus und Pausen	126
10.3 Schlafen Sie gut	132
11. Sekundäre Aufgaben	133
11.1 Immer wiederkehrende Qual: Bibliografieren	134
11.2 Vom Warten: Leidige Sprechstunden	136
11.3 Zeitfresser Formalien	137
12. Psychohygiene	139
12.1 Vom schlechten Gewissen	139
12.2 Suchen Sie das Gespräch	141
12.3 Machen Sie Kompromisse	142
12.4 Vergleichen Sie sich nicht dauernd	142
12.5 Suchen Sie Vorbilder	144
12.6 Wie geht es mir?	145
12.7 Wie geht es meinem/r Partner/in?	146
12.8 Wie geht es meinem Kind?	147
13. Krisen	149
13.1 (Kinder-)Krankheiten	149
13.2 Termindruck	150
13.3 Durststrecken überbrücken	151
13.4 Holen Sie Hilfe	152

Kapitel III Schluss

14. Eine Herausforderung trotz guter Planung	157
14.1 Manchmal doch: Kind <i>oder</i> Universität?	157
14.2 Ausstieg ist kein Scheitern	159
15. Die Sache mit dem biologischen Alter	161
15.1 ... Studium und Berufseinstieg	161
15.2 ... Promotion	163
15.3 ... Hochschulkarriere	164
16. Was Eltern potenziellen Arbeitgebern bieten können	167
16.1 Von der Bewertung der ‚Nachteile‘: höheres Lebensalter und fehlende Flexibilität	168
16.2 Was Eltern können	169
17. Bleiben Sie mutig, realistisch und aufmerksam	171
Anmerkungen	173
Literatur	185
Weiterführende Links	192