

# Inhalt

## Kapitel 1

### **Das Drama der täglichen Trennung 9**

Tanja weint 9

Marc will nicht zu seiner Tagesmutter 13

Gute Mutter und Beruf – geht das? 17

Zwischen Rollenzwang und Lebensplanung 19

## Kapitel 2

### **Warum bleiben Mütter berufstätig? 22**

Der Spaziergang in den Bergen 22

Die «Kinderfrage» heute 25

Frauen und Abhängigkeit 28

Allein mit dem Kind 31

Der Beruf gehört zum Lebensplan 35

Ich kam mir fremd gelenkt vor 36

Geld macht nicht glücklich – aber unabhängig 39

## Kapitel 3

### **Warum werden Mütter berufstätig? 43**

Die Familienarbeit 44

Eine Idylle enttäuscht 46

Petra F.: Das Geld reicht nicht aus 51

Partnerschaft muß erkämpft werden 53

Der Rollentausch 58

Die Angst vor der Einsamkeit 61

Der Neuanfang 64

## Kapitel 4

### **Superfrauen – und wie Sie eine werden 66**

Die Erfolgreichen – Traum oder Wirklichkeit 66

Die Realität berufstätiger Mütter 70

Hilfen für den neuen Start 72

Die Frauennetzwerke 74

## Kapitel 5

### **Der Kampf gegen Vorurteile und Selbstzweifel** 77

- Gisela B. kann nicht loslassen 77
- Der Zwang zu «lieben» 83
- Das Kind als Sinn des Lebens 87
- Hausfrauen gegen Berufsfrauen 90
- Leiden unter Selbstzweifeln 93
- Die perfekte Mutter 95
- Die neue Mütterlichkeit 97

## Kapitel 6

### **Hausfrau, Mutter und Berufsfrau** 99

- Der Überlastungsschock 101
- Perfekt bis zum Zusammenbruch 103
- Unsere verwöhnten Kinder 105
- Qualität statt Quantität 107
- Kuchen kann frau auch kaufen 108
- Die kinderlosen Kollegen und Kolleginnen 111

## Kapitel 7

### **Familienarbeit als Managementschulung** 113

- Mütter mit Beruf sind fröhlicher 113
- Kinder werden selbständiger 116
- Eine Chance für die Väter 118

## Kapitel 8

### **Chancen im Berufsalltag** 123

- Teilzeitarbeit für Mütter und Väter 123
- Arbeitszeitverkürzung – Flexible Arbeitszeiten 125
- Gleichstellungspläne 128
- Gleiche Chancen für Mütter und Väter im Beruf 129

Kapitel 9

**Chancen im gesellschaftlichen Umfeld** 130

- Kinderkrippe – Tagesmütter 132
- Kindergärten und ihre Öffnungszeiten 134
- Der Traum von der Ganztagschule 137
- Frauen sind erfinderisch: Selbsthilfe 138
- Mütter- und Nachbarschaftszentren 142

Kapitel 10

**Chancen in der Familie** 144

- Neue Väter, neue Mütter 144
- Arbeitsteilung in der Familie 148
- Nachbarschaft und Großfamilie 150
- Mütter mit Beruf werden laut 151
- Veränderungen fangen klein an 152

**Literatur** 155

**Adressen** 156