

Regine Büttner
Miriam von Loewenfeld

Perfektion ist ~~machbar~~ *Quatsch*

Unser Erfolgsrezept für Karriere,
Familie und Gesundheit

Campus Verlag
Frankfurt/New York

Inhalt

INTRO	7
1 PERFEKTE WELT	
Alles ist möglich und noch viel mehr	13
INTERVIEW Dr. Wiebke Ankersen	29
2 GENERATION CHANGE	
Von der Frauenbewegung zum Opting-out	35
INTERVIEW Malu Dreyer	49
INTERVIEW Verena Hubertz	55
3 LET'S GET STARTED	
Wo willst du hin?	61
INTERVIEW Annahita Esmailzadeh	78
4 LEAN-IN	
Die Extrameile lohnt sich	84
INTERVIEW Judith Williams	96

5	POSITIVES MINDSET	
	Erfolg beginnt bei dir	103
	INTERVIEW Leonie Hanne	113
6	SHINE ON	
	Sei sichtbar und werde zur Marke	117
	INTERVIEW Dr. Charlotte de Brabandt	131
7	JOB AFFAIRS	
	Nimm deine Karriere selbst in die Hand	135
	INTERVIEW Melanie Kreis	155
8	YOUR OWN BUSINESS	
	Verwirkliche deine eigenen Wünsche	164
	INTERVIEW Lia Grünhage & Lea-Sophie Cramer	178
9	BALANCE-UP	
	Bring Karriere und Privatleben in Einklang	186
	INTERVIEW Lena Gercke	207
10	ME, MYSELF & I	
	Gönn dir Zeit für dich	215
	INTERVIEW Sylvie Meis	229
	RESÜMEE UND DANK	235
	QUELLENVERZEICHNIS	239