
Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
2	Des Guten zu viel – Wenn berufliches Engagement exzessiv wird	5
2.1	Gibt es gute und schlechte Arbeitssucht?	6
3	Woran erkennt man Arbeitssucht?	11
4	Wer ist besonders gefährdet?	15
5	Arbeitssucht als Form einer Verhaltenssucht	21
6	Ursachen für die Entstehung von Arbeitssucht	23
7	Die gefährlichen Folgen von Arbeitssucht	27
8	Wie man sich und andere vor Arbeitssucht schützt	31
8.1	Was schützt vor Arbeitssucht?	31
8.2	Wie setzt man präventive Maßnahmen im Unternehmen um?	37
9	Für die Praxis	43
9.1	Selbsttest: Bin ich arbeitssüchtig?	43
9.2	Leitlinien für Führungskräfte und Personalverantwortliche	44
9.3	Übersicht über mögliche Maßnahmen zur Prävention von Arbeitssucht	46
9.4	Checkliste für einen gesunden Arbeitsstil	47
9.5	Unterstützung für Unternehmen	47
	Literatur	51



<http://www.springer.com/978-3-658-18924-2>

Arbeitssucht

Workaholismus erkennen und verhindern

Rademacher, U.

2017, IX, 56 S. 11 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-18924-2