
Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Kapitel 1: Die Ausgangssituation	11
1.1 Fleiß und Ehrgeiz, die Werte der Deutschen	11
1.2 Work-Life-Balance und persönliches Stressempfinden	15
1.3 Die Produktivität am Arbeitsplatz ist steuerbar – aber eben ganz anders	20
1.4 Boreout, Burnout und Job-Doping	27
1.5 Stress pur!	31
1.6 Umfeld oder persönlichkeitszentrierte Ursachen für Burnout	38
1.7 Typisches kontra-intuitives Verhalten: die Systemarchetypen	47
1.7.1 Rückkopplungen, die Bausteine der Systemarchetypen	50
1.7.1.1 Begrenzende oder regulierende Rückkopplungen	50
1.7.1.2 Selbstverstärkende Rückkopplungen	52
1.7.2 Systemarchetyp „Grenzen des Wachstums“	54
1.7.3 Systemarchetyp „Problemverlagerung“	56
1.7.3.1 „Problemverlagerung“ bei Personalentscheidungen	59
1.7.3.2 „Problemverlagerung“ auf erodierende Ziele	63
1.7.4 Systemarchetyp „Wachstum und Unterinvestment“	68
1.7.4.1 Personalkapazität und Servicequalität	71
1.7.4.2 Beispiel aus der Versicherungsbranche nach Peter Senge	72
1.7.4.3 Beispiele aus dem Gesundheitswesen nach Karasek und Theorell	75
1.7.5 Konkurrenz statt Kooperation	78
1.8 Verständigungsprobleme	87
1.8.1 Die Theorie menschlicher Bedürfnisse nach Maslow	88
1.8.2 Bedürfnisdefizite bei überwiegend extrinsischer Motivation nach Kasser	92
1.8.2.1 Unsicherheit statt Sicherheit	93
1.8.2.2 Schwacher anstelle eines starken Selbstwerts	94
1.8.2.3 Separiertheit statt Verbundenheit	94
1.8.2.4 Wie in Ketten statt Freiheit	96

1.8.3	Die Erweiterungsstufen menschlicher Evolution	98
1.8.4	Die kognitiven Stufenleitern nach Hüther und die Umstülpung der Sichtweise	101
1.8.5	Paradigmen und Axiome in Unternehmen oder worauf Arbeitgeber Wert legen	109
1.8.5.1	Beispiele zur fachlichen Kompetenz und Eignung	121
1.8.5.2	Beitrag zum Unternehmenserfolg – ein Beispiel	124
1.8.5.3	Das Paradigma der Separiertheit	125
Kapitel 2: Wo wollen wir eigentlich hin?		129
2.1	Der World Values Survey und die Weltkarte der Werte	131
2.2	Unterschiedliche Ausgangspositionen	135
2.3	Verschiebung der Werte	140
2.4	Jeder Prozess braucht ein Prinzip, das ihn leitet	142
2.5	Glück ist der Zustand, den wir anstreben	145
Kapitel 3: Wie sich ein Unterschied machen lässt		153
3.1	Untersuchungsergebnisse zeigen: Der Unterschied ist spitzenmäßig	162
3.2	Motiv ist alles!	170
3.2.1	Fokus durch Absicht	173
3.2.2	Steuerung durch Design	179
3.2.3	Freier Wille	183
3.3	Unternehmen 3D	189



<http://www.springer.com/978-3-658-00148-3>

Der Weg zu Burnout-freien Arbeitswelten

Troster

2013, X, 189 S., Softcover

ISBN: 978-3-658-00148-3