

---

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....	1
<b>2</b>	<b>Des Guten zu viel – Wenn berufliches Engagement exzessiv wird</b> .....	5
2.1	Gibt es gute und schlechte Arbeitssucht? .....	6
<b>3</b>	<b>Woran erkennt man Arbeitssucht?</b> .....	11
<b>4</b>	<b>Wer ist besonders gefährdet?</b> .....	15
<b>5</b>	<b>Arbeitssucht als Form einer Verhaltenssucht</b> .....	21
<b>6</b>	<b>Ursachen für die Entstehung von Arbeitssucht</b> .....	23
<b>7</b>	<b>Die gefährlichen Folgen von Arbeitssucht</b> .....	27
<b>8</b>	<b>Wie man sich und andere vor Arbeitssucht schützt</b> .....	31
8.1	Was schützt vor Arbeitssucht? .....	31
8.2	Wie setzt man präventive Maßnahmen im Unternehmen um? .....	37
<b>9</b>	<b>Für die Praxis</b> .....	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
	<b>Literatur</b> .....	51

Arbeitssucht

Workaholismus erkennen und verhindern

Rademacher, U.

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

ISBN: 978-3-658-18924-2