

# Inhaltsverzeichnis

<b>Die Arbeitswelt des 21. Jahrhunderts: vom Burnout zum Boreout.....</b>	<b>7</b>
<b>Der Boreout – Begriff, Elemente und Entwicklung .....</b>	<b>13</b>
Das Verhältnis des Boreout zum Burnout .....	15
Element 1: Die Unterforderung .....	17
Element 2: Das Desinteresse .....	20
Element 3: Die Langeweile .....	22
Boreout ist nicht gleich Faulheit.....	25
Wie entwickelt sich der Boreout?.....	26
<b>Die Boreout-Strategien .....</b>	<b>29</b>
Die Komprimierungsstrategie .....	30
Die Flachwalzstrategie.....	31
Die strategische Verhinderung.....	33
Die Aktenkofferstrategie und der HOL.....	34
Die Pseudo-Burnout-Strategie sowie die Lärmstrategie.....	39
<b>Das Boreout-Paradox.....</b>	<b>41</b>
<b>Die Ursachen des Boreout .....</b>	<b>49</b>
Spaß für alle? .....	49
Die falsche Berufswahl.....	50
Der falsche Ort.....	52
Noch einmal: die Strategien.....	53
Bessere Alternativen zur Arbeit.....	55
Normal, aber schlecht.....	58
<b>Die Symptome des Boreout .....</b>	<b>59</b>
Lässt sich der Boreout von außen beobachten? .....	59
Wenn Menschen innerlich am Boreout leiden.....	63
<b>Wer ist betroffen – und wer nicht?.....</b>	<b>71</b>
Was schützt vor dem Boreout – Hierarchie oder Eigentum? ..	71
Boreout-Treiber am Schreibtisch.....	78

Wenig Chancen für den Boreout.....	79
Die Industrialisierung und die Spezialisierung: zwei Entwicklungen mit Folgen.....	83
<b>Die verschiedenen Stadien des Boreout .....</b>	<b>87</b>
Fünf Typologien .....	88
<b>Scheinlösungen helfen nicht .....</b>	<b>93</b>
An der Faulheit gibt es nichts zu entdecken.....	93
Mit Kontrolle gegen den Boreout?.....	96
<b>Eigenverantwortung als Mittel gegen Boreout.....</b>	<b>99</b>
<b>Der qualitative Lohn.....</b>	<b>105</b>
Arbeit als milde Krankheit.....	105
Die Elemente des qualitativen Lohns .....	107
Wir suchen Sinn.....	109
Wir beurteilen die Zeit.....	116
Wir verlangen Geld.....	121
Fassen wir zusammen .....	123
<b>Schlusswort.....</b>	<b>125</b>
<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>127</b>
<b>Zu den Autoren.....</b>	<b>129</b>
<b>Dank.....</b>	<b>131</b>