

Inhalt

Vorwort	5
1 Schöne neue Arbeitswelt – vom Arbeiten in Zeiten des Wandels	9
1.1 Warum sind Arbeitnehmer heute stärker belastet?	13
1.2 Wie entsteht Belastung durch den Arbeitsplatz? Prozesse, Modelle und Definitionen	18
1.3 Wie äußert sich Belastung durch den Arbeitsplatz?	23
1.4 Was können Unternehmen tun?	34
1.5 Gute Arbeit! Von Arbeit als Ressource	42
1.6 Zusammenfassung Kapitel 1	45
2 Die Organisation im Fokus: Wenn die Unternehmenskultur zu Belastung bei Mitarbeitern führt	47
2.1 Einleitung	47
2.2 Fairness	48
2.3 Feedback	51
2.4 Wertschätzung	56
2.5 Mitgefühl	60
2.6 Psychologische Sicherheit	65
2.7 Zusammenfassung Kapitel 2	71
3 Der Arbeitsplatz im Fokus: Wenn Besonderheiten der Arbeitssituation zur Belastung werden	72
3.1 Einleitung	72
3.2 Rollenklarheit und Rollenkonflikt	73
3.3 Informations- und Kommunikationstechnologien	78
3.4 Konflikt zwischen Arbeit und Familienleben	86
3.5 Ungleichgewicht zwischen Leistung und Belohnung	90
3.6 Belastungen durch den Arbeitsauftrag	96
3.7 Zusammenfassung Kapitel 3	106
4 Praxisleitfaden: Wie setze ich die Maßnahmen in meinem Unternehmen praktisch um?	108
4.1 Einleitung	108
4.2 Evidenzbasierte Unternehmensführung	108

4.3	Vom Gedanken zur Handlung – wie gehe ich Veränderung im Unternehmen an?	111
4.4	Der Gesamtzyklus von Problemidentifizierung, Intervention und Beibehaltung von Veränderung im Gesundheitsbereich in Unternehmen	124
4.5	Zu viel des Guten?	125
4.6	Zusammenfassung Kapitel 4	127
5	Zusammenfassung und Ausblick	128
	Literatur	131
	Sachwortverzeichnis	145