

Inhalt

1	Work-Life-Balance: Was ist das?	11
1.1	Work-Life-Balance als interdisziplinäres Thema	11
1.2	Auseinandersetzung mit dem Begriff "Work-Life-Balance"	12
1.2.1	Life – Lebenswelt – Privatleben	13
1.2.2	Work – Arbeit	16
1.2.3	Balance – Ausgeglichenheit	18
1.2.4	Definition des Begriffs Work-Life-Balance	24
1.3	Neue Konzepte und Begrifflichkeiten zum Thema "Work-Life-Balance"	26
1.3.1	Work-Life-Blending	26
1.3.2	Work-Life-Integration	28
1.3.3	Umsetzung der Konzepte Work-Life-Blending und Work-Life-Integration	29
1.3.4	Work-Life-Separation	37
1.3.5	Aktualität des Konzepts der Work-Life-Balance	38
2	Aktuelle gesellschaftliche, technologische und wirtschaftliche Herausforderungen	41
2.1	Gesellschaftliche Herausforderungen	42
2.1.1	Demografischer Wandel	42
2.1.2	Gesellschaftliche Verantwortung von Unternehmen für ein nachhaltiges Wirtschaften	64
2.1.3	Veränderungen von Familienstrukturen und Geschlechterrollen	91
2.2	Digitale Transformation als gesellschaftliche, technologische und wirtschaftliche Herausforderung ...	94

2.3	Marktwirtschaftliche Herausforderungen	96
2.3.1	Entwicklung zur Informations- und Wissensgesellschaft	96
2.3.2	Steigende Internationalisierung der Wirtschaft und globale Wertschöpfungsketten	102
2.3.3	Steigende Dynamik und Komplexität der Wirtschaft ...	104
2.4	Herausforderungen der Arbeitswelt	108
2.4.1	Entwicklung einer Arbeitswelt 4.0	108
2.4.2	New Work	110
2.4.3	Zunahme prekärer Beschäftigungsverhältnisse	122
2.4.4	Auswirkungen atypischer Beschäftigungsverhältnisse auf den psychologischen Vertrag zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer	135
2.4.5	Wandel der arbeitsorientierten Werte	138
2.4.6	Steigende Qualifikation und Berufstätigkeit von Frauen	154
2.4.7	Einstellungen zu und Umgang mit älteren Mitarbeitern	177
2.5	Steigende Bedeutung des Ausgleichs der verschiedenen Lebenswelten	189

3	Risiken der Unvereinbarkeit des Arbeits- mit dem Privatleben	191
3.1	Zunahme psychischer Belastungen und Krankheiten ...	196
3.1.1	Auswirkungen dauerhafter psychischer Belastungen auf die Fehlzeiten	199
3.1.2	Psychische Belastungen während der Coronavirus-Pandemie	203
3.1.3	Auswirkungen psychischer Erkrankungen und steigender Fehlzeiten auf Unternehmen, Betroffene und die Gesellschaft	206
3.1.4	Stress im Berufsleben	207
3.1.5	Arbeitssucht – Workaholismus	219
3.1.6	Burnout	223
3.2	Mangelnde Bindung der Beschäftigten an ihren Arbeitgeber	238

4	Modelle zur Erklärung der Interaktionen zwischen Berufs- und Privatleben	241
4.1	Nicht-Kausale Modelle	242
4.1.1	Segmentationsmodell	242
4.1.2	Kongruenzmodell	243
4.1.3	Identitäts- bzw. integratives Modell	244
4.2	Kausale Modelle	245
4.2.1	Kompensationsmodell	245
4.2.2	Spillover-Modell	246
4.2.3	Instrumentelle Theorie	248
4.2.4	Akkommodationstheorie	249
4.2.5	Modell der Ressourcenzehrung	250
4.3	Integrative Modelle	251
4.3.1	Modell von Near, Rice und Hunt	251
4.3.2	Konflikt-Theorie („Vorgänger“ zum Modell der multiplen Rollen)	253
4.3.3	Grundzüge der Rollentheorie	253
4.3.4	Modelle der multiplen Rollen	254
4.3.5	Work-Family-Conflict-Concept von Frone, Russel und Cooper (1992)	256
4.4	Dynamische Modelle	258
4.4.1	Stressmodelle	258
4.4.2	Theorien der Rollengrenzen und Rollenübergänge	259
5	Zielgruppen einer Work-Life-Balance	267
5.1	Zielgruppe Frauen	267
5.2	Zielgruppe Familien (inclusive Alleinerziehende)	268
5.3	Zielgruppe ältere Mitarbeiter	270
5.4	Zielgruppe Generation Y	273
5.5	Zielgruppe Generation Z	275
5.6	Zielgruppe Führungskräfte	276

6 Maßnahmen zur Umsetzung einer Work-Life-Balance 279

6.1	Arbeitsorientierte Maßnahmen	281
6.1.1	Gestaltung des Arbeitsplatzes und des Arbeitsortes	281
6.1.2	Erfahrungen mit Homeoffice während der Coronavirus-Pandemie	295
6.1.3	Neue Büroraumkonzepte	311
6.1.4	Gestaltung der Arbeitsinhalte und Arbeitsbedingungen .	319
6.1.5	Gruppenorientierte Aufgabengestaltung	328
6.1.6	Maßnahmen zur Gestaltung der Arbeitszeit	335
6.2	Maßnahmen zur Unterstützung von Familien	364
6.2.1	Kontakthalte- und Wiedereinstiegsprogramme während und nach der Elternzeit	364
6.2.2	Betriebliche Unterstützung bei der Kinderbetreuung . . .	370
6.2.3	Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger	378
6.3	Maßnahmen zur Unterstützung von Frauen	385
6.3.1	Entwicklung einer frauen- und familienfreundlichen Unternehmenskultur	387
6.3.2	Berücksichtigung einer besseren Vereinbarkeit von Berufstätigkeit, Familie und Privatleben bei der Personalbedarfsplanung	388
6.3.3	Berücksichtigung einer besseren Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Privatleben bei der Gewinnung von Mitarbeiterinnen	389
6.3.4	Berücksichtigung einer besseren Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Privatleben bei der Personalentwicklung . .	389
6.3.5	Berücksichtigung einer besseren Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Privatleben beim Personaleinsatz	390
6.4	Maßnahmen zur Unterstützung von älteren Mitarbeitern	392
6.4.1	Hohes berufliches Engagement und Karriereorientierung	394
6.4.2	Nutzung und Bewahrung des langjährigen Experten- und Erfahrungswissens der älteren Mitarbeitenden	397
6.4.3	Psychische und physische Erschöpfung der älteren Mitarbeiter nach jahrzehntelanger Berufstätigkeit	403
6.4.4	Interesse an zeitlich begrenzten beruflichen Engagements auch nach dem Ausscheiden aus dem Beruf	404

6.5	Maßnahmen zur Unterstützung von neu Mitarbeitenden der Generation Y	405
6.6	Maßnahmen zur Unterstützung von Mitarbeitenden der Generation Z	409
6.7	Maßnahmen zur Unterstützung von Führungskräften ..	410
6.7.1	Typologie der Work-Life-Balance-Orientierung von männlichen Führungskräften	412
6.7.2	Typologie der Work-Life-Balance-Orientierung von weiblichen Führungskräften	416
6.8	Serviceorientierte Maßnahmen	419
6.9	Gesundheitsorientierte Maßnahmen	420
7	Umsetzung von Work-Life-Balance in der Praxis	427
7.1	Projekt „Balance von Familie und Arbeitswelt“	427
7.2	Unternehmensprogramm "Erfolgsfaktor Familie"	427
7.3	Unternehmensnetzwerk „Erfolgsfaktor Familie“	428
7.4	„Unternehmenswettbewerb 2012“	429
7.5	Audit Beruf und Familie der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung	435
7.6	Freiburger Netzwerk Familienbewusste Unternehmen ..	437
7.7	Netzwerk Familienbewusste Unternehmen Bonn / Rhein-Sieg	438
7.8	Rankings zur Work-Life-Balance von Unternehmen	439
8	Wirkungen von Work-Life-Balance Maßnahmen	441
8.1	Wirkungen auf die Individuen	442
8.2	Wirkungen auf die Unternehmen	444
8.3	Wirkungen auf die Gesellschaft	445
9	Literaturverzeichnis	449

Stichwortverzeichnis	491
----------------------------	-----