

Svenja Kastilan

Ursachen, Auswirkungen und präventive Maßnahmen von Boreout

Masterarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2020 GRIN Verlag
ISBN: 9783346325068

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/984913>

Svenja Kastilan

Ursachen, Auswirkungen und präventive Maßnahmen von Boreout

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

Hochschule für angewandtes Management in Ismaning

Fachbereich: Wirtschaftspsychologie

Sommersemester 2020

URSACHEN, AUSWIRKUNGEN UND PRÄVENTIVE MAßNAHMEN VON BOREOUT

-

EINE QUANTITATIVE ANALYSE

vorgelegt von

Svenja Kastilan

3. Semester

Tag der Einreichung: 17.08.2020

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis.....	IV
Tabellenverzeichnis.....	V
Abkürzungsverzeichnis	VI
1 Einleitung.....	1
2 Gesundheit	2
3 Boreout	5
3.1 Definition des Begriffes „Boreout“	6
3.2 Entwicklung und Komponenten des Boreouts.....	8
3.2.1 Unterforderung.....	9
3.2.2 Desinteresse	13
3.2.3 Langeweile.....	14
3.3 Ursachen	15
3.3.1 Personale Ursachen.....	15
3.3.2 Organisationale Ursachen	16
3.3.3 Verfehlte Integration neuer Mitarbeiter	17
3.4 Körperliche Symptome / Auswirkungen	17
3.4.1 Körperliche Symptome Boreout im Vergleich zur Depression	18
3.4.2 Auswirkungen für das Unternehmen	20
3.4.3 Innere Kündigung	21
3.5 Boreout- Paradoxon	24
3.6 Verhaltensstrategien der Arbeitnehmer bei der Arbeit (Coping).....	25
3.6.1 Dokumenten-Strategie	26
3.6.2 Pseudo-Commitment-Strategie	27
3.6.3 Komprimierungsstrategie.....	27
3.6.4 Flachwalzstrategie.....	28
3.6.5 Strategische Verhinderung.....	28

3.6.6	Pseudo-Burnout-Strategie	29
3.6.7	Aktenkofferstrategie oder HOL	29
3.6.8	Lärmstrategie	30
3.6.9	Kollektiv-Zwang-Strategie	30
3.6.10	Spam-Strategie	30
3.6.11	„I don’t give a shit“-Strategie	31
3.7	Abgrenzung Boreout und Faulheit	31
4	Motivation	32
4.1	Hormone	32
4.2	Motivationslehre	34
4.3	Intrinsische vs. extrinsische Motivation	35
4.4	Präsentismus und Absentismus	36
4.5	Flow-Modell	36
5	Aktueller Forschungsstand zum Thema Boreout / Langeweile & Unterforderung am Arbeitsplatz	38
6	Forschungsfrage und Hypothesen	40
6.1	Forschungsfrage	40
6.2	Hypothese 1 – Geschlechterverteilung Boreout	41
6.3	Hypothese 2 – Alter und Eintrittswahrscheinlichkeit	41
6.4	Hypothese 3 – Unterforderung und Kündigungsabsicht	42
6.5	Hypothese 4 – Betroffene Berufsgruppe	42
6.6	Hypothese 5 – Boreout und Krankheitstage	42
6.7	Hypothese 6 – Boreout und Bewältigungsstrategien	43
6.8	Hypothese 7 – Boreout und Leistungsmotivation	43
7	Daten und Methoden	43
7.1	Forschungsdesign	44
7.2	Forschungsmethode	44

7.3	Gütekriterien.....	45
7.4	Messinstrument – standardisierter Fragebogen.....	47
7.5	Stichprobe	48
8	Ergebnisse	50
8.1	Einführung in die Ergebnisse des Konstrukts „Boreout“	50
8.2	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 1	52
8.3	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 2	53
8.4	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 3	54
8.5	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 4	55
8.6	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 5	57
8.7	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 6	58
8.8	Darstellung der Ergebnisse zur Hypothese 7	58
8.9	Weitere Ergebnisse - Gesundheit	59
8.10	Interpretation der Ergebnisse	60
9	Diskussion der Ergebnisse	61
9.1	Implikation der Ergebnisse	61
9.2	Handlungsempfehlungen	61
9.3	Limitation der Ergebnisse und künftige Forschungen	65
10	Fazit und Ausblick	67
	Literaturverzeichnis	68
	Anhangsverzeichnis	90
	Anhang.....	91

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Psychische Gesundheit und Wohlbefinden (Weltgesundheitsorganisation, 2019, S. 1 nach Weltgesundheitsorganisation, 2012, S. 4).....	3
Abbildung 2: Entwicklung Boreout in Bezug auf den Faktor "Zeit" (Rothlin & Werder, 2007, S. 27).....	8
Abbildung 3: Elemente des Boreouts (eigene Darstellung).....	9
Abbildung 4: Einfluss des Komplexitätsgrades auf die Frustration und Wirkungsgrad des Mitarbeiters (eigene Darstellung in Anlehnung an Blum & Naylor, 1968)	10
Abbildung 5: Visualisierung der Einarbeitung neuer Mitarbeiter (Messmer & Akbas, 2017, S. 13).....	17
Abbildung 6: Prozess der inneren Kündigung (eigene Darstellung in Anlehnung an Bröckermann, 2012)	22
Abbildung 7: Entstehungsprozess der inneren Kündigung als Resultat der Nicht-Erfüllung des psychologischen Vertrages (Brinkmann & Stapf, 2005, S. 35)	23
Abbildung 8: Boreout-Paradoxon (eigene Darstellung)	24
Abbildung 9: Komprimierungsstrategie (Rothlin & Werder, 2007, S. 31)	27
Abbildung 10: Flachwalzstrategie (Rothlin & Werder, 2007, S. 32)	28
Abbildung 11: Querschnitt eines menschlichen Gehirns (Menche, 2012, S. 132).....	33
Abbildung 12: Das Flow-Modell (Mayer, 2011, S. 245) nach Mihály Csikszentmihalyi	37
Abbildung 13: Überarbeitetes Flow-Modell (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2009, S. 201)	38
Abbildung 14: Verteilung der Stichprobe hinsichtlich Geschlecht und Alter (eigene Darstellung).....	49
Abbildung 15: Generationen im Überblick (eigene Darstellung in Anlehnung an Reif, 2016)	49
Abbildung 16: Boreout Betroffene in der Stichprobe (eigene Darstellung)	51
Abbildung 17: T-Test Hypothese 1 (eigene Darstellung).....	52
Abbildung 18: t-Test Hypothese 2 (eigene Darstellung)	53
Abbildung 19: Moderationsmodell Hypothese 3 (eigene Darstellung)	55

Abbildung 20: Korrelationsanalyse Arbeitsweise und Boreout Hypothese 4	56
Abbildung 21: Definition "Gesundheit" durch die Stichprobe (eigene Darstellung)	59

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Gegenüberstellung Symptome Boreout und Depression (eigene Darstellung)	19
Tabelle 2: Arbeitsweise und Boreout - Hypothese 4 (eigene Darstellung)	56
Tabelle 3: Definition der Begrifflichkeit "Leistungsbereitschaft" durch die Stichprobe (eigene Darstellung).....	58

Abkürzungsverzeichnis

Arbeitsschutzgesetz	ArbSchG
Arbeitsunfähigkeit	AU
Bürgerliches Gesetzbuch	BGB
Deutsches Institut für Normung	DIN
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders	DSM
Deutsche Universität für Weiterbildung	DUW
International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems	ICD
International Health Organisation	ILO
Internationale Organisation für Normung	ISO
Maslach Burnout Inventory	MBI
Weltgesundheitsorganisation	WHO

Vorbemerkung

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit auf eine geschlechtsspezifische Differenzierung wie z. B. Arbeitnehmer/Innen oder Betroffener/Betroffene verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter.