

Spis treści

Dlaczego jeszcze raz o pracoholizmie?	9
Wprowadzenie	11
Rozdział I	
Charakterystyka pracoholizmu i pracoholika	13
1. Pracoholizm „niejedno ma imię”	13
2. Charakterystyka pracoholika	16
2.1. Hipotetyczne źródła pracoholizmu	18
2.2. Etapy pracoholizmu	20
3. Typy pracoholików	21
Rozdział II	
Pracoholizm w świetle badań i charakterystyka demograficzna pracoholików	30
1. Pracoholizm w świetle teorii uzależnienia	30
2. Pracoholizm jako tendencja behawioralna – dwa typy pracoholika	36
3. Pracoholizm jako syndrom	39
4. Pracoholizm a płeć	43
5. Dane demograficzne pracoholików na tle innych pracowników	45
6. Społeczno-kulturowe uwarunkowania pracoholizmu	47
Rozdział III	
Metody badań pracoholizmu	51
1. Pierwsza skala do badania pracoholizmu Workaholism Battery (Work-BAT)	51
2. Skala WART Robinsona	54
3. Skala Zaabsorbowania Pracą (SZAP)	57
4. Pracoholizm jako tendencja behawioralna – skala do pomiaru P. Mudrack’a, T. Naughton (2001)	63

Rozdział IV

Dynamika pracoholizmu w warunkach polskich 67

1. Badania z 2000 r. 67
2. Badania z 2005 r. – przyczyna czy skutek 79

Rozdział V

Osobowościowe predyspozycje sprzyjające pojawieniu się pracoholizmu 93

1. Pracoholizm w świetle koncepcji Cloningera 93
2. Pracoholik – osobowość obsesyjno-kompulsywna czy narcystyczna? 96
3. Pracoholizm w świetle czynnikowej koncepcji osobowości 103
4. Osobowościowo-temperamentalna charakterystyka pracoholika na tle innych pracowników 106
 - 4.1. Profile osobowościowe 109
 - 4.2. Predyktory osobowościowe pracoholizmu – porównanie kobiet i mężczyzn 111
5. Praca, jako sposób zaspokojenia potrzeb temperamentalnych 112
6. Pracoholizm a stres ogólny i stres zawodowy 115
7. Motywacja 121
8. Pracoholizm a kontrola wolicjonalna 126
9. Syndrom aleksytymii wśród pracoholików 128

Rozdział VI

Pracoholik w organizacjach 132

1. Pracoholizm – redukować czy promować? 132
2. Pracoholik w relacjach ze współpracownikami 133
3. Rola organizacji w promowaniu uzależnienia od pracy 136
4. Rola organizacji na tle innych czynników w wyjaśnianiu pracoholizmu 138
5. Pracoholizm a zachowania dewiacyjne dotyczące organizacji 141
6. Uwarunkowania organizacyjne 145
7. Grupa wzmożonego ryzyka – pracownik samozatrudniony 148

Rozdział VII

Pracoholizm a relacje rodzinne 151

1. Wpływ pracoholizmu na relacje w związku z partnerem 151
2. Badania nad konsekwencjami pracoholizmu rodzica dla dzieci 160

Rozdział VIII

Osobiste konsekwencje pracoholizmu	169
1. Pracoholizm a zdrowie	170
2. Specyfika emocjonalności pracoholików	173
3. Pracoholizm a poczucie dobrostanu	174
4. Podsumowanie	177

Rozdział IX

Czy pracoholizm jest uzależnieniem	178
1. Czy praca dla pracoholika jest formą regulacji emocji?	180
2. Czy czasowa izolacja od pracy powoduje doświadczanie przez pracoholików sygnałów odstawiennych to jest pogorszenia samopoczucia fizycznego i psychicznego?	183
3. Wieloczynnikowe uwarunkowania pracoholizmu	188
4. Predyktory i mechanizmy pośredniczące w trzech formach pracoholizmu	190

Rozdział X

Psychoterapia pracoholików	195
1. Dlaczego psychoterapia	195
2. Kliniczna charakterystyka pracoholika	197
3. Pomaganie w terapii pracoholików	200
4. Racjonalno-emotywna psychoterapia pracoholików	202
5. Wskazówki do autodiagnozy i autoterapii	204

Rozdział XI

Podsumowanie	206
1. Trzy drogi prowadzące do pracoholizmu	206
2. Ograniczenia badań dotyczących pracoholizmu	209
3. Czy pracoholizm jest zachowaniem nałogowym? – to zależy	210

Bibliografia	213
---------------------	-----

Indeks nazwisk	223
-----------------------	-----