

## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung und Zielsetzung der Arbeit .....	1
2. Theoretischer Hintergrund .....	3
2.1 Definition und Entstehung der Work-Life Balance Problematik.....	3
2.2 Betriebliche Interventionsmöglichkeiten .....	6
2.2.1 Definition und Verbreitung betrieblicher Maßnahmen .....	6
2.2.2 Maßnahmen zur Flexibilisierung von Zeit und Ort .....	8
2.2.3 Maßnahmen, die auf Mitarbeiterbindung zielen .....	11
2.2.4 Familienfreundliche Angebote .....	12
2.2.5 Wirtschaftlicher Nutzen betrieblicher Work-Life Balance Maßnahmen.....	13
2.3 Individuelle Interventionsmöglichkeiten .....	16
2.3.1 Das Bochumer Inventar zu berufliche relevanten Lebenskonzepten.....	18
3. Ergebnisse .....	22
3.1 Beschreibung der Stichprobe .....	22
3.2 Vorbereitung der Daten.....	23
3.3 Effekte betrieblicher Work-Life-Balance Maßnahmen.....	25
3.4 Zusammenhänge zwischen den Relevanzbeurteilungen und den Ausprägungen.....	26
3.5 Zusammenhänge zwischen den Diskrepanzen und den Zufriedenheitsbeurteilungen.....	28
3.6 Zusammenhänge zwischen den zeitlichen Diskrepanzen und der Zufriedenheit.....	32
4. Diskussion:.....	34
4.1 Zusammenfassung und Diskussion der Ergebnisse .....	34
4.2 Konsequenzen für die Coachingpraxis: Fallbeispiel Herr B. ....	35
4.3 Optimierungsmöglichkeiten.....	36
4.4 Ausblick .....	37
5. Literaturverzeichnis .....	39

Anhang