

# Zur Relevanz von Work-Life-Balance als Personalentwicklungskonzept

## Bachelorarbeit

Lehrstuhl für Methodenlehre, Diagnostik und Evaluation  
Fakultät für Psychologie  
Ruhr-Universität Bochum



Von Andrea Gördes  
(108005208578)

1. Gutachter: Prof. Dr. Heinrich Wottawa
2. Gutachter: Dr. Annelen Collatz

# I. Inhaltsverzeichnis

## I. Inhaltsverzeichnis

## II. Tabellen- und Abbildungsverzeichnis

## III. Danksagung

<b>1. Einleitung</b> .....	1
<b>2. Was ist Work-Life-Balance?</b> .....	4
2.1 Begriffsdeutung .....	4
2.2 Definitionen von Work-Life-Balance .....	4
2.3 Modelle der Work-Life-Balance.....	5
<b>3. Gründe für die Aktualität von WLB</b> .....	15
3.1 WLB – Ein Anerkennungsproblem? .....	16
3.2 Folgen unausgeglichener WLB .....	19
<b>4. Methodisches Vorgehen</b> .....	22
4.1 Fragebogen .....	22
4.2 Durchführung .....	22
<b>5. Ergebnisse</b> .....	24
5.1. Beschreibung der Stichprobe .....	24
5.2 Darstellung der Ergebnisse des Fragebogens.....	25
<b>6. Diskussion</b> .....	38
6.1 Diskussion der Umfrageergebnisse .....	38
6.2 Diskussion der Relevanz von WLB .....	41
6.3 Handlungsempfehlungen für Unternehmen.....	43
<b>7. Literaturverzeichnis</b> .....	45
<b>8. Online-Quellen</b> .....	46
<b>Eidesstattliche Versicherung</b> .....	48
<b>9. Anhang</b> .....	49