

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

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

Rozdział V

Osobowościowe predyspozycje sprzyjające pojawieniu się pracoholizmu

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

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

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

Rozdział VIII

Osobiste konsekwencje pracoholizmu

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

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

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

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

Bibliografia

Indeks nazwisk

213
223