

INHALT

Vorwort der Köche	10
-------------------------	----

GRUNDREZEPTE: NEW WORK AM SCHREIBTISCH

Den Hunger nach Veränderung erkennen	14
Die fünf Gänge eines Veränderungsmenüs	16
Konflikte und Widerstände in der Küche: erkennen und beseitigen	18
Vorbereitung ist das A und O	20

REZEPTSAMMLUNG

So wird's lecker: Teamwork

Kein Team ist wie das andere	26
Teamwork macht (un)glücklich	29
Schon die Kleinsten arbeiten im Team	32
Gemeinsam widerstandsfähiger: Teamwork in der Natur	35
So kann jeder und jede teamfähig werden	37
Einzelkämpfer oder Einzelgänger?	40
Das Genie ist das Team	42
Spiele fürs Teambuilding	45
Besser gemeinsam: Schimpansen arbeiten im Team	48
Teamwork geht durch den Magen	51
Kompanie, klar zum Teamwork!	53
So bleibt das Teammeeting spannend	55
Professionell vertrauen lernen	58
Alte Hasen sind besser als ihr Ruf	61
10 Top-Tipps für nachhaltiges Teambuilding	64
Mitarbeitergespräch? Nein, danke!	67

Wichtigste Zutat: Kommunikation

Es lebe der Flurfunk	72
Wie Gerüche uns manipulieren	75
Der Obelix-Effekt: du bist, mit wem du isst	78
Wir müssen was besprechen	81
Die gefährliche Angst vorm Hörer	84
Gut verpackt kommt's besser an	87
Mehr Mut zu dummen Fragen	90
Kleider machen Karriere	93

Teilen macht schlau: mit Working Out Loud zu mehr Zusammenarbeit und Lernen	97
Jeder sollte einen Frollegen haben	99
Gemeinsame Werte stärken die Bindung	102
Raus aus der Nachrichtenflut	104
Heute schon gelobt (worden)?	107
Wie man mit 360-Grad-Feedback die Leistung und das Lernen verbessert	110
Die richtigen Werkzeuge: Raum + Umgebung	
Bitte setzen! Wieso es wichtig ist, wo wir arbeiten	116
Warum es das papierlose Büro nicht geben wird	119
Kein Hoch auf das Großraumbüro	121
Kuscheln für den Teamspirit	123
Von wegen stilles Örtchen!	126
Ne Rutsche im Büro?	129
Das bunte Büro: wie Farben aufs Arbeiten wirken	132
Mach es dir warm	135
Kraulen gegen den Stress: warum in jedes Büro ein Hund gehört	137
Nicht jeder braucht ein Bällebad	140
Ein Wald fürs Büro	143
Süppchen kochen? Besser zusammen!	147
Wie Licht und Temperatur die Intelligenz beeinflussen	149
Lärm macht krank – auch am Arbeitsplatz	151
Abschalten hilft	153
Studie zum Nutzen von Innovation Spaces	156
Kreative Küche: Ideen + Innovation	
Lass dich mal ablenken	162
Mach deinen Ideen Beine!	164
Achtung, Geistesblitz! 15 kleine Tipps für mehr Ideen	166
Spiel dich kreativ	170
Schule killt Kreativität	172
Wie man (sich) neu erfindet, ohne (sich) zu verlieren	174
Pack es an! Wie Ideen greifbar werden	177
In 11 Schritten zu mehr Innovationsfreude	180
Warum Künstliche Intelligenz die menschliche Kreativität fördert	183
Warum Praktikanten in jeden Ideenprozess gehören	186
Wie uns kindliches Verhalten kreativer macht	188
Bauen, blödeln, stapeln: diese Spiele lösen Probleme	190
Die Ideenfabrik: Wo gute Ideen entstehen	193
Wie Storytelling Innovation fördert	196
Schlau dank Sport: warum Joggen mehr bringt als Gehirnjogging	199
Ideenhandwerk braucht die richtigen Werkzeuge	202

Wertvolle Zutat: Wohlfühlen + Spaß

Health Based Working	208
Wenn Homeoffice krank macht	210
Jeder Spaß hat seine Grenzen – auch im Büro	212
Liebe im Büro?	214
Kreatives Arbeiten fördert die Gesundheit	217
Spielerisch aufbereitete psychologische Testverfahren	219
Urlaub ohne Ende	222
Weg mit der Negativität: positive Leadership	226
Heute schon gelacht? So rettest du dein Betriebsklima	228
Manege frei für den Büroclown	231

Damit es gut wird: Produktivität

Weg mit dem Chef! Oder doch nicht?	236
Digitale Tools für ein flexibles Büro	239
Segen und Fluch digitaler Kommunikation	243
Das Peter-Prinzip: befördert bis zur Unfähigkeit	246
Alle Neuen an Bord	249
Reverse Mentoring: wenn der Chef vom Einsteiger lernt	252
Heute schon gesungen? Wie Musik uns produktiver macht	255
Nicht(s)-lernen ist keine Option	258
Der kreative Bürokrat	260
Pair Working: gemeinsam zu besseren Ergebnissen	263
Warum Pausen zur Arbeitszeit gehören (sollten)	266
Wie man die Macht der Gewohnheit durchbricht	269
Willst du mit mir arbeiten? Warum Persönlichkeit wichtiger ist als Fachkompetenz	271

Mal ganz anders kochen: Moderne Arbeitsformen

So wird er: der Arbeitsmarkt der Zukunft	276
Die Führungskraft von morgen	279
Flexibilität ist mehr als Gleitzeit	282
Alle können agil	286
So gelingt New Work im öffentlichen Dienst	289
So gelingt fachübergreifende Projektarbeit	292
Ein Homeoffice ohne Sorgen	295
Welcher Arbeitstyp bist du?	298
Der Sinn der Arbeit	301
Nur wer Fehler macht, macht alles richtig	303
Sechs Stunden reichen	306
Nie mehr Montag	309
New Work ist für alle da!	311
Active Working als Rezept für die zukünftige Arbeitswelt	314

VEREDLUNGSTIPPS

Die Früchte der Veränderung ernten	320
„Hab keine Angst vor Perfektion – du wirst sie nie erreichen.“	322
Den Abwasch nicht vergessen!	323
In der richtigen Umgebung schmeckt es besonders gut	324

ANHANG

Danke!	328
Über die Autoren	329
Quellenverzeichnis	330
Bildnachweise	334