

Inhaltsverzeichnis

1 Die Zukunft	1
1.1 Was sind Visionäre?	1
1.2 Was ist eigentlich Zukunft?	2
1.3 Meine Intention	6
1.4 Was mache ich anders?	7
2 Megatrends der Zukunft – Was ist eigentlich darunter zu verstehen?	9
2.1 Keine Zukunft ohne Vergangenheit	12
2.2 Bahnbrechende Erfindungen als gesellschaftliche Taktgeber	13
2.3 Was Ökonomen gerne anders sehen	15
2.4 Wenn nichts mehr geht, fängt neues Denken an	21
2.5 Echte Individualität	22
2.6 Psychische Belastung in der Arbeitswelt	23
2.7 Mensch – der zukünftige Megatrend?	24
3 Chronobiologie – Wissenschaft mit Potenzial für Unternehmer	27
3.1 Wissen ist Macht!	28
3.2 Chronobiologie – Der Schlüssel zum gesunden Arbeiten?	29
3.3 Der Rhythmus	30
3.4 Künstliche Zeit vs. Natürliche Rhythmen	31
3.5 Was ist Chronobiologie?	32
3.6 Frühe Tage der Chronobiologie – Rückblick	33
3.7 Durchbruch in der Krebsforschung	35
3.8 Chronotypen	36

3.9	Was „Kästchen malen“ beim Telefonieren aussagen kann	40
3.10	Was wir daraus lernen sollten	41
3.11	Erkenntnis	44
4	Echte Work-Life-Balance	47
4.1	Work	47
4.2	Life	48
4.3	Balance	49
4.4	Der Schlaf und seine Aufgaben	52
4.5	Work-Life-Balance – Hindernisse im eigenen „Ich“	58
4.6	Der Mitarbeiter als Geschäftsfreund	61
5	Sommerzeit – Die Bürde einer zu kurz gegriffenen Entscheidung der 1970er-Jahre	63
6	Definiere Arbeit	71
7	Leisure Sickness – wenn Freizeit krank macht	77
8	Mobiles Arbeiten – Arbeiten 3.0	83
8.1	Telearbeit	84
8.2	Wie aber sieht er nun aus, der ideale Arbeitsplatz der Zukunft?	87
8.3	Chancen und Risiken	96
9	Was bedeutet nun „Liquid Work“?	99
10	Die Wissensgesellschaft ... gibt es noch nicht!	109
11	Definiere „Unternehmens-Erfolg“!	119
11.1	Nachhaltiger (Unternehmens)erfolg ist	121
11.2	Nachhaltiger Erfolg als intrinsischer Motivationsfaktor	123
11.3	Taugt Erfolg als Entlohnungsmotiv?	124
12	SEMCO oder „Können Sie uns bitte erzählen, von welchem Planeten Sie sind?“	127
13	Kein Tag ist wie der andere	133

14 Die neue Generation „HR-Manager“ und Führungskräfte	141
14.1 Beispiel für die Kostenrechner	141
14.2 Generation Y – Buhlen um Fachkräfte	143
14.3 Typus UnternehmerIn	144
14.4 Die HR-Manager von morgen	150
14.5 Tools für HR-Manager	156
15 Echtes Change Management ist gefragt	159
16 Der Trojaner	165
17 (Weiter-)Bildung nach der inneren Uhr... sinnvoll?	169
18 ChronoCity – Pilotstadt Chronobiologie	175
18.1 Projektbeschreibung	175
18.2 Historie	176
18.3 Struktur	178
18.4 Bildung	179
18.5 Wirtschaft	181
18.6 Gesundheit	183
18.7 Tourismus	184
18.8 Senioren	185
18.9 Mobilität	186
18.10 Bad Kissingen – The first ChronoCity in the world	187
19 Punkte – Der Chronocheck	189
20 „On the fly“ – eine Vision	195
21 Fazit	201
Literatur	205