

## Teil I

<b>7</b>	<b>Vorwort</b>	<b>22</b>	<b>Problem und Lösung</b>
<b>9</b>	<b>Einleitung</b>	<b>24</b>	<b>Arbeitsorganisation: Status quo</b>
9	Wofür TFC?	26	Megatrend Großraumbüro
10	Unsere Kernfrage	30	Megatrend Kollaboration
11	Was TFC ist	33	Neue Tools – neues Glück
11	Was TFC nicht ist	35	Unterbrechungen und fragmentierte Arbeit
12	Was TFC mit New Work zu tun hat	37	Overload neuer Methoden
12	Zum diesem Workbook		
13	Unsere Vision		
<b>14</b>	<b>Zielstellung TFC</b>	<b>40</b>	<b>Arbeitsorganisation mit TFC</b>
<b>18</b>	<b>Das Manifest</b>	41	Raum, Funktion und Gehirn
		51	Konzentration und Kollaboration
		53	Kommunikation und intelligenter Technikeinsatz
		56	Integrierte Methoden
		60	Fokuszeit
		<b>62</b>	<b>Meetings: Status quo</b>
		64	Produktivitätskiller in Meetings
		<b>66</b>	<b>Meetings mit TFC</b>
		67	Meeting Guidelines
		69	Verantwortung
		<b>72</b>	<b>Führung: Status quo</b>
		75	Unkonzentrierte Führungskräfte
		77	Altes Führungsverständnis
		79	Introvertierte Mitarbeiter

## Teil II

### 82 Führung mit TFC

- 83 Wertschöpfung ermöglichen
- 90 Konzentriertes Arbeiten
- 92 Beziehungsgestaltung

### 96 Eigenes Verhalten: Status quo

- 98 Megatrend Multitasking
- 102 Teufelskreis aus Stress  
und Leistungsabfall
- 104 Always on
- 106 Social Media
- 108 Soziales Gehirn und Bindung
- 111 Verlernte Konzentration

### 114 Eigenes Verhalten mit TFC

- 116 Singletasking
- 118 Pausen
- 120 Sometimes off
- 122 Konzentration trainieren

### 124 Kultur: Status quo

- 128 Digitaler Präsentismus
- 130 Kultur der ständigen  
Erreichbarkeit

### 132 Kultur mit TFC

- 134 Kollektive Konzentration
- 135 Vertrauen und Wertschätzung  
für Unsichtbares
- 137 Die Vision vom konzentrierten  
Unternehmen

### 142 Das Modell

- 142 5 + 5 + 5
- 144 Die Kerndimensionen und  
ihre Checks
- 150 Wohin mit der Produktivität?

### 152 Der Prozess

- 153 Phase 1: Bildung der Gruppe,  
die das Zielbild erarbeitet
- 153 Phase 2: Prozessmodellierung
- 156 Phase 3: Puls-Check und Review
- 156 Phase 4: Integration  
und Evaluation

### 157 Tools zur Organisation von Arbeit

- 157 Die 5 Schritte der GTD-Methode
- 159 Eisenhower-Prinzip
- 159 Aufgabenarten bestimmen
- 160 Kooperation
- 163 Klarheit in der Führung
- 164 Klarheit in der Vereinbarung von  
variablen Zielen
- 166 TFC-E-Mail-Regeln
- 167 Kommunikationsregeln aus  
einem TFC-Prozess
- 168 Selbstorganisation
- 169 Meetings: Checkliste Format
- 170 Meetings: Checkliste für  
Verantwortliche des Meetings

## **Teil III**

### **174 Für Unternehmen und Berater\*innen**

- 174 Mit wem wir arbeiten
- 175 Vernetzung
- 175 Für Berater\*innen
- 176 Ausblick

### **178 Studien- und Literaturverzeichnis**

### **180 Über den Verlag**

### **180 Über die Autoren**