



Peter Creutzfeldt

(Selbst-)Führen in der Arbeitswelt 4.0

Coaching und Achtsamkeit als Erfolgskompetenzen im Digitalchaos

235 Seiten, Hardcover

24,90 € (D), 25,70 € (A)

ISBN: 978-3-96251-227-3

ET: 2018

Donnerstag, 5. Juli 2018

Digitale Herausforderungen gelassen meistern

Welche Bilder und Gefühle assoziieren Sie mit der Arbeitswelt in zehn Jahren? Stellen Sie sich Logarithmen vor, die Standardjobs für Sie übernehmen? Drohnen, die Ihre Produkte ausliefern? Oder virtuelle Teammeetings in autonom fahrenden Taxis, die Sie zur gemeinsamen Workingspace beim Kunden bringen? In jedem Fall verändert die Digitalisierung unsere Arbeitsweisen und -methoden noch weiter. Die Arbeitswelt ist in einem massiven Umbruch. Doch wie können diese – teils beängstigenden – Anforderungen gemeistert werden, wenn man selbst nicht zu den „Digital Natives“ zählt?

Mit seinem neuen Ratgeber zeigt Peter Creutzfeldt auf, wie Fach- und Führungskräfte sich selbst und andere durch den digitalen Arbeitsalltag führen können – ohne in Stressfallen zu tappen und sich durch Überforderung auszulaugen. Nach Einblicken in die Hirnforschung und in Best Practice Beispiele, wie etwa bei GE oder der Haufe Group, erhält der Leser im Praxisteil „Crashkurse“ im (Selbst-)Coaching oder in Achtsamkeitsübungen, damit er seine Arbeit wieder mit frischer Energie angehen kann.

Für alle Führungs- und Fachkräfte, die digitale Herausforderungen gelassen meistern wollen.

Der Autor:

Peter Creutzfeldt, ist Gründer von „Working in the Zone“ und begleitet jedes Jahr rund 1000 Führungskräfte als Development Professional und Coach in Teamentwicklungsmaßnahmen und im Mindful Leadership. Dabei greift er auf seine eigene 15-jährige Führungserfahrung zurück und verhilft damit Entscheidern aus Hochleistungsorganisations zu einer „Mindful High Performance“. Sein erstes Buch **„Wie das Gehirn Spitzenleistung bringt“** schrieb er zusammen mit der Neurologin Karolien Notebaert. Es ist ebenfalls bei Frankfurter Allgemeine Buch erschienen.

Frankfurter Allgemeine Buch publiziert Wissen für Fach- und Führungskräfte mit den Schwerpunkten Management, Job & Karriere, Finanzen und Kommunikation. Weitere spannende und informative Titel finden Sie unter www.fazbuch.de. Mehr Wissen mit Frankfurter Allgemeine Buch!

Kontakt: Bianca Labitzke, Frankfurter Allgemeine Buch, Frankenallee 71–81, 60327 Frankfurt am Main
Telefon (069) 7501-4450 • Telefax (069) 7501-4460 • E-Mail bianca.labitzke@fazbuch.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Frankfurter Allgemeine Buch

Copyright: FAZIT Communication GmbH
Frankfurter Allgemeine Buch, Frankenallee 71–81,
60327 Frankfurt am Main

Umschlag: XXXXX
Titelgrafik: ©
Satz: XXXXXX
Druck: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany

1. Auflage, Frankfurt am Main 2018
ISBN 978-3-96251-XXX-X

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, vorbehalten.

Inhalt

(Selbst-)Führen in der Arbeitswelt 4.0. – Vorrede des Autors	9
Vorwort	11
I. Ausgangssituation	15
I.1 Being Digital	15
Eine Revolution	15
Die Digitale Transformation	16
I.2 Was kommt auf den Einzelnen zu?	18
Welche Jobs stehen auf dem Spiel und welche neuen Jobs könnten entstehen?	18
Zur Rolle der Führungskraft im Wandel	22
Was Mitarbeiter fordern, passt zur modernen Führung	22
Aber die Umsetzung lockt uns aus der Komfortzone	23
So erleben Mitarbeiter die Digitalisierung heute	24
I.3 Keine Utopie! „Demnächst bei Ihrem Arbeitgeber“:	
was schon bei GE & Co. passiert	25
Die Bahn – bedroht von der digitalen Revolution?	25
„The Digital Industrial Company“ – wie der Gigant General Electric die digitale Transformation angeht.	26
Die Sicht eines Forschers für Strategie und Management	30
Schneller als die Formel 1	31
Beidhändige Führung	31
Die kreative Kraft des Konflikts	34
Best Practice Beispiel Haufe Group	35
I.4 Skepsis-Test für Leser, die immer noch glauben, das hätte nichts mit ihnen zu tun	39
Wo die Digitalisierung heute unterwegs ist: Beispiele	40
I.5 Die voraussichtlichen Veränderungen in der Arbeitswelt	43
Alles wird schneller	43
Die Digitalisierung ist hier und heute erfolgreich!	44
Wie führt man die Digital Natives?	44
Was passiert, wenn wir nicht mehr nach Arbeitszeit bezahlt werden?	45
Was außer Menschen und Immobilien wird eigentlich nicht digital?	48
Welche Rolle könnte die lernende Intelligenz konkret im Büro haben?	48

Werden Führungskräfte demnächst überflüssig?	49
Was kommt nach der Digitalisierung der Welt?	50
Wo stehen wir in dem Kontext?	51
In Kürze	53
II. Der Mensch mittendrin – was löst die Digitale Transformation in uns aus?	55
II.1 Brücke oder Graben? Unsere Einstellung bestimmt unseren Umgang mit der Welt	55
Sich der Bilder im Kopf bewusst werden	56
Unsere Haltung wird schnell zur selbsterfüllenden Prophezeiung	58
II.2 VUKA – Herausforderung für unser Gehirn	61
Gastartikel von Professor Paul Brown: „Ein Führerschein für das Hirn“	61
Learnings für unser Buch	73
II.3 Unsere natürlichen Reaktionen sind oft kontraproduktiv	78
Die „Leitern der Selbsterfüllung“	78
Typische Reflexe im Denken, Handeln und Fühlen	86
In Kürze	100
III. Lösungen	101
III.1 Den Wandel begrüßen: Wertschätzende Akzeptanz entwickeln	101
Wie lernt man eigentlich eine innere Einstellung oder einen „Mindset“?	102
Mindfulness (Achtsamkeit) als Schlüsselkompetenz in der Arbeitswelt 4.0	112
„Selbstcoaching“ als Schlüssel	120
In Kürze	127
III. 2 Die „Mindful Digital Company“	128
Das Unternehmen als Organismus: Jeder muss seinen Beitrag leisten	130
Die Rolle der Führungskraft im Zeitalter der Arbeitswelt 4.0	131
Vertrauen als Kern	133
Leadership „Agility“: Sicht eines Coach	134
Kernkompetenz für Führungskräfte: eine „Coaching-Haltung“	136
In Stärken vertrauen heißt nicht blind glauben, dass Menschen alles können	137
Kernkompetenz für Führungskräfte: Mindfulness	140
Achtsamkeit, um Herausforderungen als Führungskraft zu meistern	140
Was heißt eigentlich „Selbstorganisation“	143
Reinventing Organisations: ein Ansatz in der Entstehung	149

Weitere interessante Ideen zur Frage einer zukünftigen Zusammenarbeit: Lernfähigkeit und Kreativität über einen Schritt aus der Komfortzone heraus	152
Weitere interessante Ideen zur Frage einer zukünftigen Zusammenarbeit: kreativen Dissens fördern	154
Resumee zur Führung in der Zukunft	156
In Kürze	157
IV. Das Praxishandbuch	159
IV. 1 „Crashkurs“ Coaching: Wie eine Führungskraft die Coaching-Haltung umsetzen kann	160
Was ist Coaching?	160
Verhalten folgt Haltung oder umgekehrt?	161
Warum die Führungskraft nie ein Coach der eigenen Mitarbeiter werden kann	162
Führung in der Coaching-Haltung	163
Abschied von der Idee der Schwächen als Entwicklungsfelder	164
Mindfulness als Kernkompetenz für die Coaching-Haltung	167
Der einfachste Prozess: von hinten anfangen	170
Ein kraftvolles Ziel formulieren	172
Hilfreiche Fragetechniken	175
Weitere wertvolle Kompetenzen für die Coaching-Haltung	177
Persönliche Selbsteinschätzung Coaching-Haltung	182
Coaching: Ihr persönlicher Plan zur Umsetzung	183
Mindful Coaching: eine Idee	183
In Kürze	185
IV. 2 Crashkurs Selbstcoaching: wie Sie sich in der Arbeitswelt 4.0 selbst „führen“ können	186
Was ist Selbstcoaching?	186
Eine Coaching-Haltung in Bezug auf sich selbst entwickeln	187
Wie coacht man sich selbst?	188
Das begrenzende Muster als „Teilaspekt“	188
Techniken des Selbstcoaching	190
Selbstcoaching: eine Frage der inneren Haltung	191
Reflektion der eigenen Stärken und Talente	192
Persönliche Einschätzung der eigenen begrenzenden Muster	196
Sich von der Dominanz begrenzender Muster befreien	200
Energiebalance	202
Selbstcoaching: Ihr persönlicher Plan zur Umsetzung	204
In Kürze	205

IV. 3 Crashkurs Achtsamkeit	206
Mindfulness kultivieren und üben	207
Erste Schritte: Mit dem Körper beginnen, ist leicht	208
Entmystifizierung	209
Prinzipien, die Sie bei der Übung im Kopf behalten sollten	210
Vier Übungsschritte von Mindfulness	211
Achtsamkeit des Körpers: weitere Techniken	212
Mindfulness in den Alltag integrieren	215
Mindfulness in Handlungen integrieren	218
Weiterführende Empfehlungen	219
Achtsame Beziehungen	221
Die achtsame Arbeitswelt 4.0	222
In Kürze	223
Literaturverzeichnis	225
Der Autor	232