

VORTRAG

SMART WORK



DAS PROBLEM

Die neuen Märkte stellen unsere Arbeitsweise in Frage. Meist beugen wir uns der Forderung nach mehr Schnelligkeit, Technologie und Flexibilität. Tatsächlich aber weisen sowohl die Psychologie wie auch die Praxis vieler erfolgreicher Unternehmen in eine andere Richtung: Wir sind, auch nachhaltig, am produktivsten, wenn wir mehr Rücksicht nehmen auf unsere menschlichen Fähigkeiten und Leistungsgrenzen. Diese Einsicht ist in vielen Arbeitsbereichen jedoch noch nicht weit verbreitet.

UNSER ZIEL

Der Vortrag zeigt, wie sich Arbeit besser am Menschen orientiert. Dazu werden zwei mentale Mechanismen erläutert, die wesentlich für ein zeitgemäßes Arbeiten sind. Darauf aufbauend entwickeln wir Methoden, die uns auch über den Beruf hinaus ermöglichen, sowohl mehr zu schaffen als auch zufriedener und ausgeruhter zu sein.

INHALTE

1 | Die neue Welt, in der wir leben

Der erste Teil skizziert die Welt, die uns heute prägt – eine Welt, die flüchtig, ungewiss, komplex und mehrdeutig ist. Wir betrachten ihre Auswirkungen auf unseren Arbeitsalltag, insbesondere in Form von Überlastung, Verunsicherung und Ablenkung.

2 | Zwei Dinge, die unsere Leistungen bestimmen

Der zweite Teil stellt zwei geistige Mechanismen vor, deren immensen Einfluss auf unsere Produktivität wir meist unterschätzen: das Reservoir unserer Willenskraft und das sogenannte Mind-Wandering.

3 | Wie wir unsere Arbeit besser an uns ausrichten können

Der letzte Abschnitt zeigt praktisch, wie wir diese Mechanismen handhaben können, um leistungsfähiger und zufriedener zu sein. Im Zentrum stehen sogenannte „Hebel-Techniken“ wie der Umgang mit (schlechten) Gewohnheiten, geistige Erholung, der Wert von Aufzeichnungen und die Psychologie der Planung.

METHODE

Die Inhalte werden anschaulich und teils aus ungewöhnlichen Blickwinkeln vermittelt. Sie beruhen auf neuester Forschung aus Psychologie und Arbeitsorganisation sowie langjähriger Berufserfahrung u. a. aus Verwaltung, Lehre, Projektmanagement und der Startup-Szene. Nach dem Vortrag können wir uns weiter über die Inhalte austauschen.



REFERENT

Stephan Pfob, Philosoph und Produktivitäts-Coach, tätig u. a. als Lehrer, Hochschullehrer, Speaker (in der Wirtschaft, akademisch und bei repräsentativen Anlässen), als Projektmanager im Bereich Business Intelligence und als Informationsdesigner.

ANHANG: Beispielfolien der Präsentation

Willenskraft

