
Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	11
Vorwort	13
Einführung	21
Zusammenfassung	27
1 Die Arbeit könnte so leicht sein!	29
1.1 Die Entscheidung liegt bei dir	29
1.2 Der Faktor Lockerheit	32
1.3 Die Faktoren Nutzen, Motivation und Selbstbestimmung	33
1.4 Umgang mit Misserfolgen - Der Faktor Resilienz	36
2 Was verstehen wir unter Komplexität?	43
2.1 Wann sprechen wir von Komplexität?	43
2.2 Was beeinflusst die Komplexität?	47
2.3 Die individuellen Komplexitätsfaktoren meiner Arbeit	48
3 Empfehlungen für den Umgang mit Komplexität	53
3.1 Das Reaktionsmuster: Ausprobieren	54
3.2 Das Reaktionsmuster: Ausblenden	56
3.3 Das Reaktionsmuster: Verstehen über Details	57
3.4 Das Reaktionsmuster: Trivialisieren	59
3.5 Das Reaktionsmuster: intuitives Agieren	60
4 Methoden der Komplexitätsreduktion	61
4.1 Vier Dimensionen der Komplexität	61
4.2 Methoden der Komplexitätsreduktion - eine Übersicht	65
4.3 Zusammenfassung	87
5 Die Alpine Methode der Komplexitätsreduktion	89
5.1 Vom alpinen Stil zur Alpinen Methode	89
5.2 Was wir von Extrembergsteigern lernen können	91
5.3 Die 25 Kompetenzen der Alpinen Methode	98
5.4 Vier Dimensionen der Komplexität in der Alpinen Methode	102

Inhaltsverzeichnis

5.5	So gehen Sie mit negativen Einflussfaktoren um	103
5.6	Anwendung der Alpinen Methode	111
5.7	Tools der Alpinen Methode	114
6	Königsweg der Komplexitätsreduktion: Der gezielte Kompetenzeinsatz	119
6.1	Was sind Kompetenzen?	119
6.2	Wofür brauchen wir Kompetenzen in unserer Arbeit?	120
6.3	Das zweistufige Kompetenzmodell von ThinkSimple®	123
6.4	Kompetenzen helfen bei der Komplexitätsbeherrschung	125
7	Einfachheit lässt sich erlernen	127
7.1	Was ist Einfachheit?	127
7.2	Vorteile der Einfachheit	128
7.3	Hinweise zur Erlangung der Einfachheit	130
7.4	Komplexitätsreduktion durch Einfachheit	133
8	Gelassenheit und Souveränität machen die Arbeit leichter	135
8.1	Leichtigkeit entsteht aus dem Können	136
8.2	Gelassenheit - Der Schlüssel für die Leichtigkeit	149
8.3	Souveränität - Die tragende Säule	158
8.4	Die Kunst der operativen Faulheit	160
9	Tools erleichtern Ihre Arbeit	165
9.1	Vorteile unserer digitalen Welt	165
9.2	Hilfreiche Apps und Software für den Umgang mit Komplexität	166
9.3	Plädoyer für eine größere Aufgeschlossenheit gegenüber technischen Innovationen	171
10	Ein neues Verständnis von Arbeitsproduktivität	175
10.1	Was ist Arbeitsproduktivität?	175
10.2	Mechanische Arbeitsproduktivität	179
10.3	Menschliche Arbeitsproduktivität	180
11	Zum Schluss: Weniger und Einfacher – eine erfolgversprechende Haltung	185
11.1	Beispiel 1: Dieter und die Plastiktüte	185
11.2	Beispiel 2: Führungspersönlichkeiten mit leichtem Gepäck	186
11.3	Beispiel 3: Peter, der clevere Handelsreisende	188
11.4	Der Wert der Zeit	190

12	Ausblick	191
12.1	Wagen Sie einen Brillenwechsel!	191
12.2	Welche Vorsätze sollten Sie fassen?	192
13	Anhang	195
13.1	Merksätze - Anregungen zum Nachdenken	195
13.2	Zitate zu den Themen Komplexität und Einfachheit	196
13.3	Fragebögen zur Verbesserung der Arbeitsweise	209
13.4	Videos	218
13.5	Links und Blogs	221
13.6	Literatur	222
13.7	Abbildungs- und Tabellenverzeichnis	226
Der Autor		231