

Friederike Fabritius
Hans Werner Hagemann

NEUROHACKS

Gehirngerecht und glücklicher arbeiten

Aus dem Englischen
von Stephan Gebauer

Campus Verlag
Frankfurt/New York

Inhalt

Einleitung	
Führung – Kunst oder Wissenschaft?	9

Teil 1 Potenziale voll ausschöpfen

Kapitel 1	
Persönliche Bestleistung erreichen	15
Kapitel 2	
Die Emotionen regulieren	40
Kapitel 3	
Gezielt aufmerksam sein	80

Teil 2 Das Gehirn verändern

Kapitel 4	
Gewohnheiten managen	123
Kapitel 5	
Das Unbewusstsein von der Leine lassen	147

Kapitel 6	
Das Lernen fördern	176

Teil 3

Dream-Teams aufbauen

Kapitel 7	
Erfolg durch Diversität	205
Kapitel 8	
Vertrauen schaffen	226
Kapitel 9	
Das Team der Zukunft entwickeln	242
Eine abschließende Bemerkung: An das Gehirn denken	276
Anmerkungen	277
Dank	291
Über die Autoren	294