

BÜRO- UND
MANAGEMENTSERVICE

Brigitte Jahn



Liebe ÜKL-Freunde,

ich verstecke mich gerade so oft es nur irgendwie geht – und das nicht etwa, weil ich einen Rückfall in mein ursprüngliches ÜberhauptkeineLust-Verhalten erlitten habe. Die Umstände sind viel ernster: Es ist Mai!

MAI!!!

Am Wochenende war ich mit ÜKLine zu einer Hochzeit eingeladen, die, zugegebenermaßen, wunderschön war. Ich konnte ja nicht ahnen, welche Auswirkungen die romantische Stimmung auf ÜKLine haben wurde. Sie ahnen es sicher so langsam, warum ich mich verzweifelt verstecke: Ich warte auf Juni und hoffe, dass sich ÜKLines Anwendungen in Bezug auf Traumhochzeit etc. wieder gelegt haben...

Gerade fällt mir ein, dass das beste Versteck wahrscheinlich ein voller Schreibtisch ist, da wird ÜKLine wahrscheinlich nie auftauchen.

Brigitte's Tipp für Mai: So werden Nachteulen tagaktiv.

Schon seit langem wurde auch mit Hilfe von verschiedenen Studien festgestellt, dass es tatsächlich eine Unterteilung in Morgenmenschen und Nachteulen gibt.

Während ein Morgenmensch schon früh am Tag fröhlich und aktiv ist, dafür aber am Abend ab einer gewissen Uhrzeit zu nichts mehr zu gebrauchen ist, drehen Nachteulen erst am späten Vormittag auf, können aber dann die Nacht regelrecht zum Tag machen.

Die Morgenmenschen haben beruflich den Vorteil, dass sie bereits in aller Frühe so einiges weggearbeitet haben – dies ist für die Karrierechancen in vielen Berufen ein großer Vorteil. Morgenmenschen sind daher häufig erfolgreicher als Nachteulen.

Nachteulen wiederum gelten als kreativer, offener als Morgenmenschen.

Was also können Sie tun, wenn Sie zu den Nachteulen gehören, aber aus beruflichen Gründen schon früh am Morgen aktiv sein müssen (wenn die meisten Nachteulen eher morden möchten, als ein Gespräch zu führen...)?

Es gibt einige kleine Tricks, mit denen Sie sich selbst überlisten können:

- Versuchen Sie, Ihre Arbeitszeit so weit wie möglich nach hinten zu verlegen.
- Erledigen Sie schwierige Aufgaben in der Zeit, in der Sie am fittesten sind, selbst wenn dies bedeutet, dass Sie eine Arbeit noch am Abend fertigstellen. Sie haben ein entspannteres Gefühl am nächsten Morgen und das Aufstehen fällt leichter.

- Es gibt lustige Tassen speziell für Nachtulen, mit denen die Mitmenschen vor Annäherung gewarnt werden. Auch die Müslischüssel mit dem Aufdruck: „Der frühe Vogel kann mich mal“ kann die Stimmung schon heben.

Vielleicht sollte ich mich doch lieber der Situation stellen und **ÜKLine** eine Freude machen – nicht, um gleich vor den Altar zu treten, sondern einfach, um ihr zu zeigen, dass sie mir wichtig ist.

Vielleicht sollten wir das alle ganz viel öfter machen – mit all' den Menschen, die uns etwas bedeuten. Das ist sogar noch viel wichtiger als ein aufgeräumter Schreibtisch.



Herzlichst

Ihr

ÜKL

Seminartermine 2019

Bad Windsheim

am: 22.05.2019

Thema: Zielorientiertes Selbst- und Zeitmanagement

Bad Windsheim

am: 03.07.2019

Thema: Büroarbeit schneller und effektiver erledigen

Regensburg

am: 16.10.19

Thema: Zielorientiertes Selbst- und Zeitmanagement

Erlangen

am: 24.10.2019

Thema: Zielorientiertes Selbst- und Zeitmanagement

Erlangen

am: 11.11.2019

Thema: Büroarbeit schneller und effektiver erledigen

Berlin

am: 13./14.11.2019

Thema: Perfekt im Office