

**BÜRO- UND
MANAGEMENTSERVICE**

Brigitte Jahn



Liebe **ÜKL**-Freunde,

die Sonne scheint, oder sie scheint eben nicht, es regnet oder es ist trockenes Wetter, es ist kalt oder warm – na, ist das Wetter nicht gerade so wie das richtige Leben?

Ich mache mir gerade mal wieder Gedanken darüber, wie kompliziert die Menschen doch Vieles handhaben. Bezeichnenderweise vor allem das Wetter, obwohl wir das ja nun am wenigsten beeinflussen können. Wir **ÜKL** sind da viel einfacher gestrickt: Egal, wie das Wetter ist, wir haben ja sogar **ÜberhauptKeineLust** uns darüber zu beschweren. Ein großer Vorteil, wenn Sie mich fragen.

Brigitte's Tipp für Juli: Die besten 3 Tipps für ein effizientes Arbeiten im Home-Office.

Immer mehr Menschen arbeiten von zu Hause aus – obwohl die meisten klagen, dass sie zu Hause nicht effizient arbeiten können. Gründe dafür sind vielfältige Ablenkungen, zum Beispiel von Familienmitgliedern, der fehlende Kontakt und Austausch mit den Kollegen, der Zwang zur Selbstdisziplin.

Egal, ob Sie immer oder nur tageweise von zu Hause arbeiten: Mit diesen Tipps bekommen Sie Ihren Arbeitsalltag auch im Home-Office in den Griff.

- Richten Sie sich einen abgetrennten und festen Arbeitsplatz ein – und wenn Sie dort sitzen, ist das für alle ein klares Signal (auch für SIE!), dass Sie arbeiten. Dies gilt vor allem, wenn Sie kein ganzes Zimmer, sondern nur eine Arbeitsnische haben.
- Planen Sie Ihre Aufgaben und Termine, setzen Sie sich Prioritäten und tragen Sie alle Aufgaben mit Zeitangaben ein. Vergessen Sie dabei nicht, sich regelmäßige Pausen einzutragen – die hätten Sie im Unternehmen schließlich ebenfalls.
- Halten Sie Kontakt zu den Kollegen oder Geschäftspartnern, mit regelmäßigen Meetings oder per Skype – so bleiben Sie auf dem Laufenden und gewährleisten den Ideenaustausch. Ein weiterer, nicht zu unterschätzender Vorteil von Skype gegenüber dem Telefon: Sie müssen sich „vorzeigbar“ machen und können nicht in nachlässiger Kleidung am Schreibtisch sitzen. Auch die Kleidung verhilft zur Disziplin!

Und so schwer es auch fällt, gestehen Sie sich ein, dass Sie selbst es in der Hand haben, wie effizient Sie arbeiten.

Möchten Sie noch mehr Tipps zum Thema Home-Office, dann besuchen Sie mein neues Seminar "Effektives Arbeiten im Home-Office". Bei Interesse kontaktieren Sie mich über meine Homepage: <https://bm-jahn.de/>.

Wie wäre es denn, wenn Sie die Dinge umgekehrt betrachten und sich einfach einmal eine Woche lang über jede Art von Wetter freuen?

Wie wäre es denn mit: „Wie schön, es regnet, dann muss ich den Garten nicht gießen“.

Oder: „Es stürmt, dann mache ich es mir mit einem schönen Buch auf dem Sofa gemütlich“.

Oder: „Es ist so heiß, da wäre ein Museumsbesuch mal wieder angebracht“.

Oder: „Wenn es so kalt ist, kann ich endlich meine neue Jacke/neuen Stiefel tragen“.

Versuchen Sie es einfach mal und Sie werden sehen, wieviel Sie an Lebensqualität gewinnen!

Herzlichst

Ihr

ÜKL



Seminartermine 2019 / 2020

Regensburg

am: 16.10.2019

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

Regensburg

am: 29.01.2020

Thema: Effektives Arbeiten im Home-Office