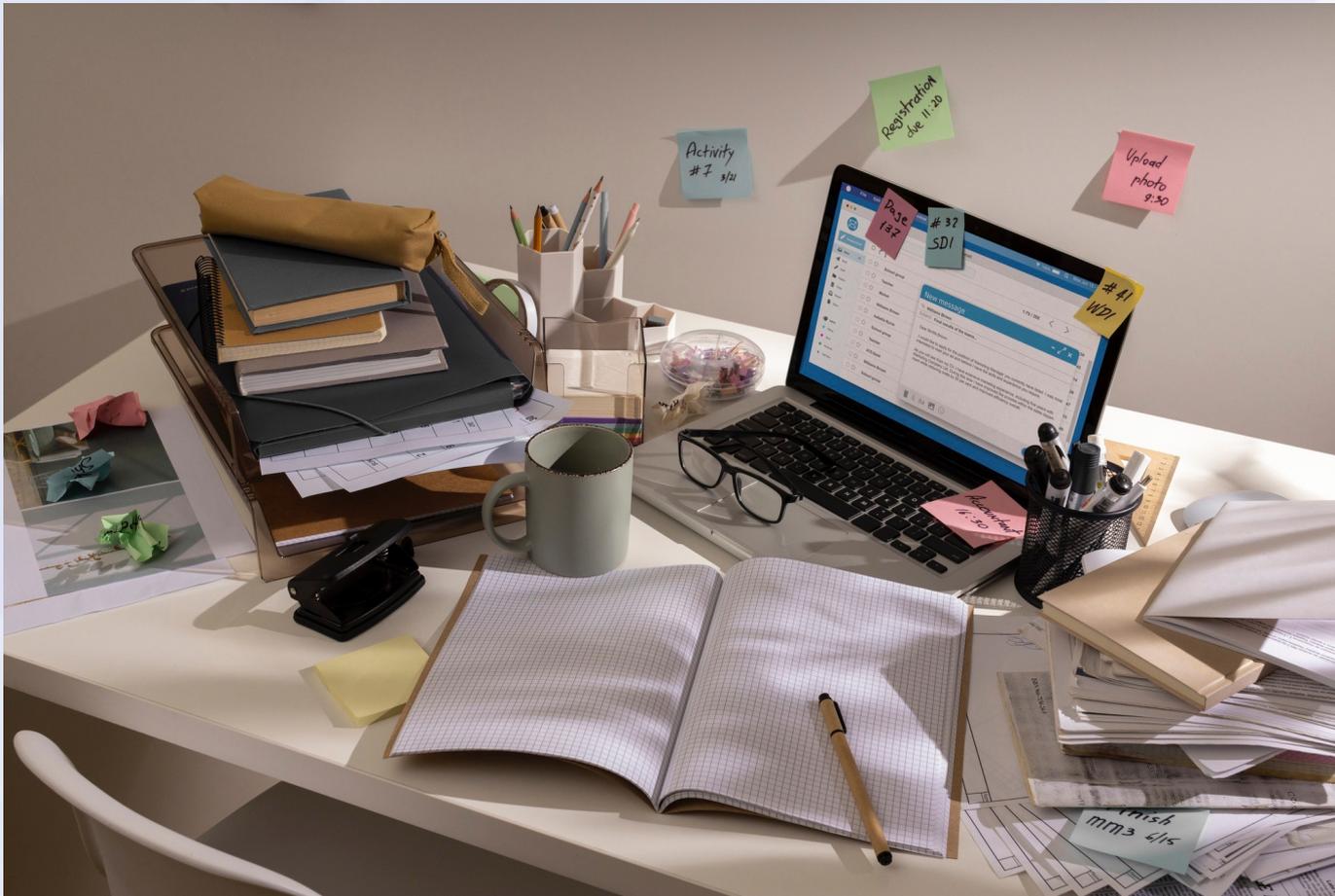


Klare Arbeitsplatzstruktur - besseres Leben



Quelle Foto

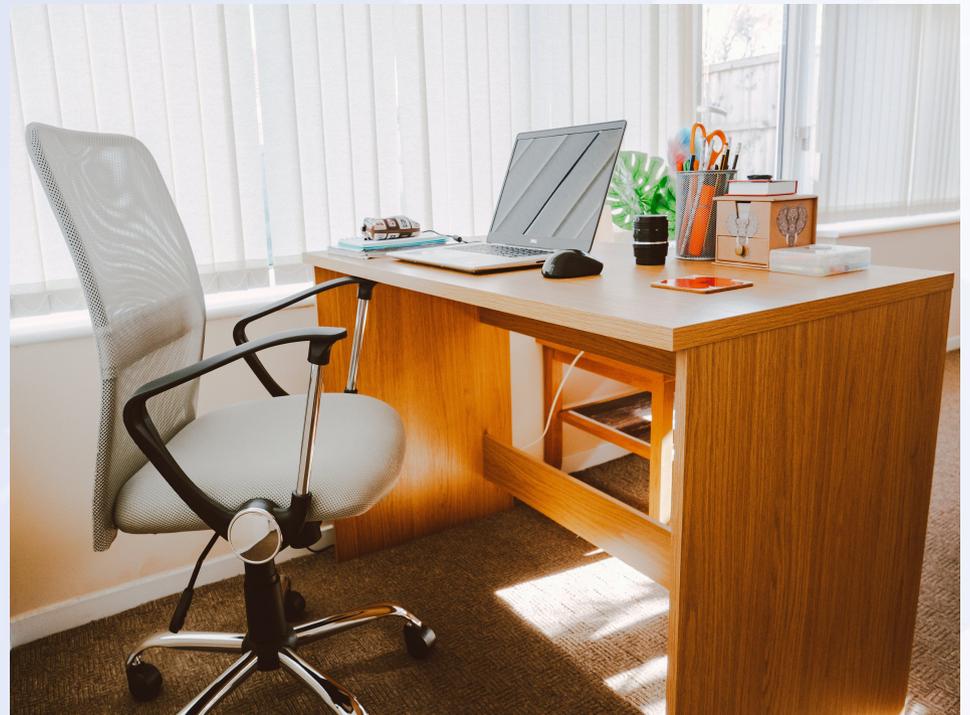
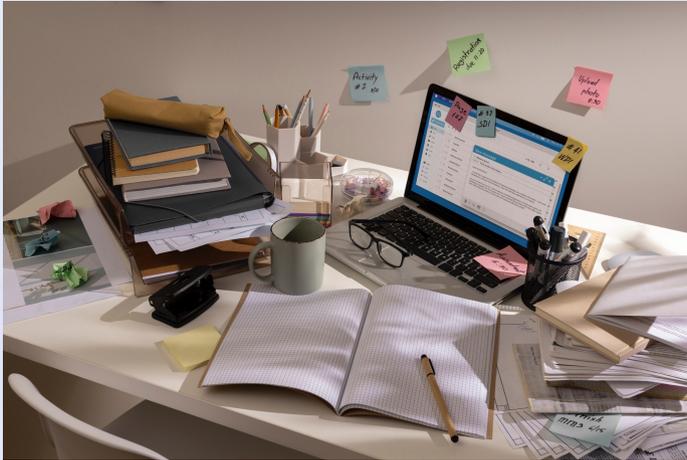
GRUNDSTRUKTUR



Laura Jänicke, Berlin

- Coach für innere und äußere Ordnung
- NLP Coach, Vorstandassistentin
- eigenes Format seit 2022
- Zielorte: Arbeitsbereiche / Arbeitsplätze, Wohnorte, geteilte Umgebungen

Ordnung ist das halbe Leben



Quelle Foto rechts

Quelle Foto unten links

Quelle Foto oben links

Laut „Karrierebibel“ herrscht bei 83 %
der Vorgesetzten eine klare Meinung zu
Chaos am Arbeitsplatz:

**Ein unordentlicher Schreibtisch zeugt
von Unprofessionalität.**

Welcher Typ bist du?

Clean Desk Policy

- Tisch, Stuhl, Licht, Rollschrank, technische Ausstattung
- eventuell sogar nur ein geteilter Arbeitsplatz
- höherer Kosten-Nutzen-Faktor da der Platz beliebig vielen MitarbeiterInnen zur Verfügung steht
- leichtere Reinigung / bessere Hygiene
- „professionelles Auftreten“, sieht aus, als hätte man alles unter Kontrolle

Quelle Clean Desk Policy

Creative Chaos Policy

- MitarbeiterInnen empfinden mehr Autonomie
- höhere Zufriedenheit am Arbeitsplatz wegen einer individuelle Gestaltung
- bis zu 30% produktiveres Arbeiten
- Mitarbeiter an diesen Plätzen übernehmen bereitwilliger Verantwortung und Führungsrollen

Quelle Creative Chaos Policy

Empfehlungen für den Arbeitsplatz

Arbeitszimmer / Arbeitsplatz einrichten

- Stauraum, Ergonomie, Licht
- Pflanzen, Verpflegung, Motivation
- Privatsphäre, Individualisierung, Kunst / Fotos

Quelle Arbeitsplatz einrichten

Arbeitsplatz wiederherstellen

- Tabula Rasa
- aussortieren
- Ablagesystem ins Leben rufen
- Dekoration sorgfältig auswählen

Quelle Arbeitsplatz wiederherstellen

Ein Schreibtisch der funktioniert ist eine Frage der Perspektive*:

Welcher Schreibtisch ist der richtige für mich, damit ich erfolgreich arbeite?

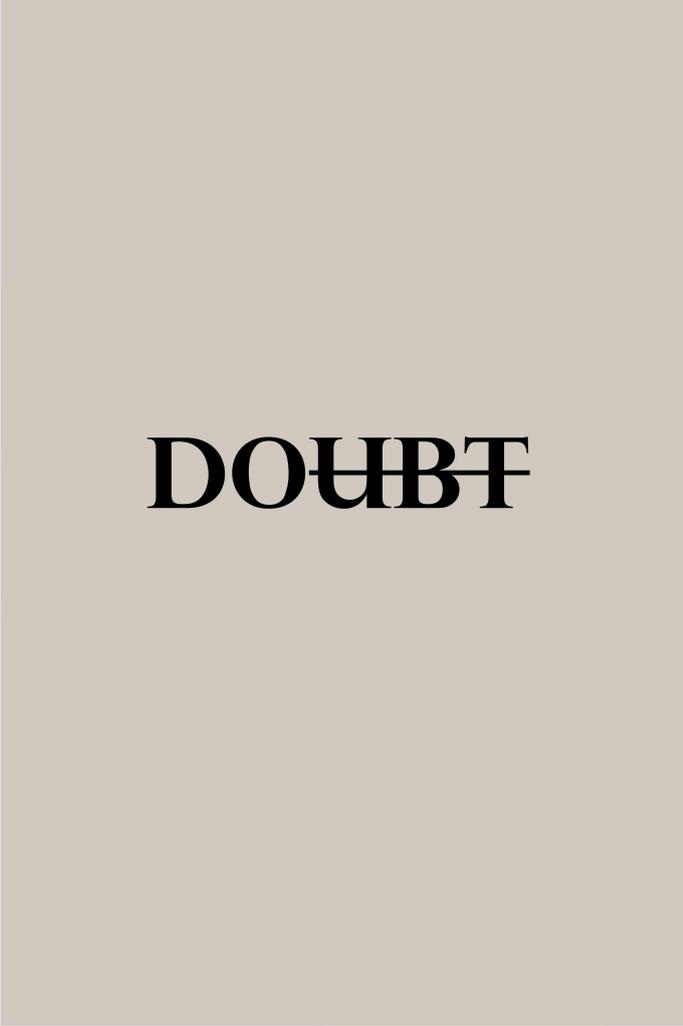
NEIN

Ich bin erfolgreich in meiner Arbeit wenn...
dafür benötigt es an meinem Arbeitsplatz...

JA



Ein GRUNDSTRUKTUR Arbeitsplatz



DOUBT

- **Bedürfnisinhalt vs. Bedürfnisform**

Wie streue und wie sammle ich meine Gedanken?

Was gibt mir Sicherheit bei Entscheidungen?

Was hilft meiner Konzentration?

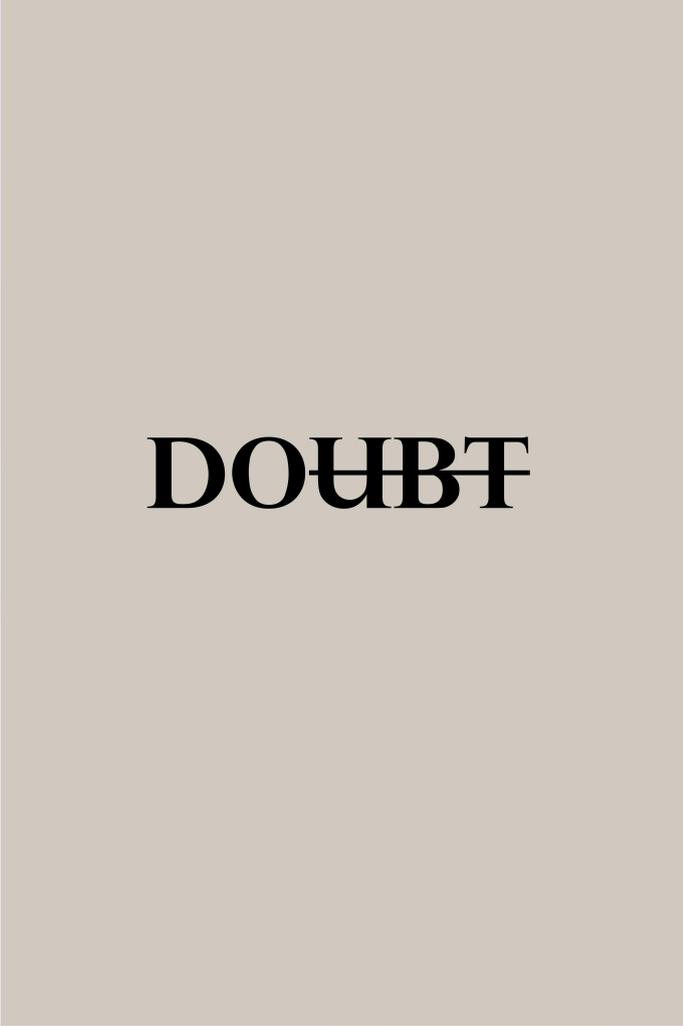
Wie gehe ich mit Leistungsdruck um?

- **Die Freiheit finden Eigenes zu gestalten**

Vorgaben der Arbeitsstelle kreativ einhalten

Bedürfnisse respektieren (Sinne wahrnehmen, Pausen schaffen, Grenzen setzen)

Ein GRUNDSTRUKTUR Arbeitsplatz



DOUBT

- **Schreibtisch je nach Auftrag verändern / flexibel bleiben**

kreative Arbeit braucht andere Voraussetzungen als Arbeit im Flow, als konzentriertes Abarbeiten, als Lernen, als eine Präsentation vorzubereiten

was im Sommer funktioniert kann im Winter scheitern – entlang des eigenen Rhythmus arbeiten

- **Arbeit findet auch außerhalb des Schreibtischs statt**

Achtsamkeit und Stressmanagement

Wertearbeit

Work-Life Balance

und jetzt Pause

