



([HTTP://WWW.BILD.DE/](http://www.bild.de))

TISCH-ACCESSOIRES GEBEN JOB-CHANCEN PREIS

Job-Loser oder Karrierist? Der Schreibtisch verrät's

30.09.2014 - 14:04 Uhr

Wackel-Dackel, Radio, Kopfhörer, Post-its – all das sind Gegenstände, die sich auf so manchem Schreibtisch türmen. Vielleicht ja auch auf Ihrem. Diese Utensilien sind aber weit mehr, als Gebrauchsgegenstände. Denn sie geben mehr preis, als so manch einer womöglich erahnt, weiß Experte **Jürgen Kurz* aus Giengen** (<http://www.fuer-immer-aufgeraeumt.de>) in Baden-Württemberg.

Er ist Spezialist für Aufräum- und Büroorganisation, berät größere und kleinere Unternehmen, damit sich die Organisation und Arbeitseffizienz der jeweiligen Mitarbeiter erhöht.

Warum ist Ordnung auf dem Schreibtisch eigentlich so wichtig?

Jürgen Kurz: „Ein aufgeräumter Schreibtisch lässt auf große Produktivität schließen. Hier ist jemand seinen Aufgaben gewachsen und hat alles im Griff. Nicht zuletzt lässt ein ordentlicher Schreibtisch auch auf einen ausgeglichenen Mitarbeiter schließen. Menschen, die in den Feierabend starten, ohne Papierstapel zu hinterlassen, können diesen auch viel besser genießen“, erklärt der Experte.

Hier erklärt Aufräum-Trainer Jürgen Kurz, warum folgende Schreibtisch-Accessoires das Hopp oder Top im Berufsleben bedeuten:

So sieht der Schreibtisch der Job-Gewinner aus

- ▶ **Flower Power:** Der Blick auf das freundliche Grün sorgt im Nu für Momente der Entspannung – ohne dabei die Konzentration zu stören. Das entlastet und spendet Kraft für alle Aufgaben, die erledigt werden wollen.
- ▶ **Große Leuchte:** Ohne Helligkeit – keine Konzentration! Deshalb gilt: je heller die Lampe, desto größer die Leistungsfähigkeit.
- ▶ **Lärm-Stop:** Satte 60 Prozent unserer Leistungsfähigkeit gehen verloren, wenn es [im Büro](#) laut zugeht. Außerdem sinkt durch den erhöhten Stresslevel die Bereitschaft, andere zu unterstützen. Kopfhörer helfen!

- ▶ **Trinken, trinken, trinken:** Wer regelmäßig einen Schluck Wasser trinkt, arbeitet schneller und effektiver. Unser Hirn braucht Flüssigkeit, um zu funktionieren.
- ▶ **Schöne Aussichten:** Ein Blick auf die Lieben, die den Desktop schmücken, zaubert ein Lächeln auf unser Gesicht – Entspannung folgt. Und das lässt uns gestärkt und motiviert weiter [arbeiten](#).
- ▶ **Arbeitsteilung durch mehrere Monitore:** Mehrere Bildschirme erhöhen die Arbeitseffizienz um bis zu 50 Prozent – das haben verschiedene Studien gezeigt. *Tipp:* Tablet-Computer für Recherchen nutzen, Rechner zum Schreiben.
- ▶ **Erfolgreiche Deko:** Urkunden für berufliche Erfolge an der Wand erinnern an bereits Erreichtes und ermutigen zu neuen (größeren) Zielen, weil die Belastbarkeit und das positive Denken erhöht werden.

So sieht der Schreibtisch der Job-Loser aus

- ▶ **Radio Gaga:** Musik macht gut Laune – keine Frage, aber sie hemmt leider auch die Konzentration und vermindert das Kurzzeitgedächtnis. Den Radiogenuss also lieber auf den Feierabend verschieben.
- ▶ **Funkstille:** Es fällt schwer das Handy in der Tasche ruhen zu lassen, zugegeben. Aber wer durch eine [SMS](#) ständig aus dem Arbeitsflow gerissen und abgelenkt wird, vergeudet Energie und Zeit. Besser: Ton aus – und höchstens einmal in der Stunde darauf schauen.
- ▶ **Post-it-Stop:** Lange Zeit ging man davon aus, dass die kleinen Zettelchen wertvolle Bürohelfer seien, aber das Gegenteil ist leider der Fall. Wir verschwenden im Durchschnitt 30 Minuten täglich, um uns durch den gelben Blätterwald zu suchen. Besser sind digitale To-do-Listen, das spart Zeit und Nerven.
- ▶ **Dackel, wackel lieber davon:** Spielzeug und lustige Gadgets am Schreibtisch sind ja ganz charmant, aber Dinge, die sich am Schreibtisch bewegen, stören enorm die Konzentration, weil sie extrem ablenken – das ist wissenschaftlich bewiesen. Verbannen Sie den tanzenden Hund – am besten ohne Ersatz!
- ▶ **Schluss mit Nervennahrung:** Selbst die gesündesten Nahrungsmittel, wie zum Beispiel Nüsse und Trockenfrüchte sind Störfaktoren – und die Geräusche beim Kauen stören nicht nur die eigene, sondern auch die Konzentration der Kollegen. Genießen Sie Ihren Apfel besser in der Teeküche!
- ▶ **Lob auf das Telefon:** Chat-Programme (z.B. Skype) stören die Nutzer in ihrer Konzentration ein Drittel mehr als Mail-Verkehr oder Telefonate – das haben Umfragen ergeben. Für optimale Produktivität lieber auf dieses Kommunikationsmittel verzichten.

**Buch-Tipp: „Für immer aufgeräumt – auch digital: So meistern Sie E-Mail-Flut und Datenchaos“, Gabal Verlag, 19,90 Euro.*



HELENE FISCHER

(<http://www.stylebook.de/stars/Helene-Fischer-fuer-Tchibo-Die-Schlagersaengerin-macht-jetzt-Mode-545181.html>) (<http://www.stylebook.de/stars/Promi->

WELCHE PROMI-
BRAUT TRUG DAS
HOCHZEITS-ALARM BEIDEN STARS
SCHÖNSTE KLEID!