



„Suche nach Kleinigkeiten im Home-Office, die einem durch triste Tage helfen können. Bei mir auf dem Schreibtisch steht ein Kasten mit kleinen Spruchkarten. Nicht jede hat mir in dem Moment etwas zu sagen, die überblättere ich dann. Wenn etwas zu mir spricht, bleibt die Karte vorn stehen und ich sehe sie mir ein paar Stunden oder Tage lang immer mal wieder an.“



Lifehacks für das Home-Office

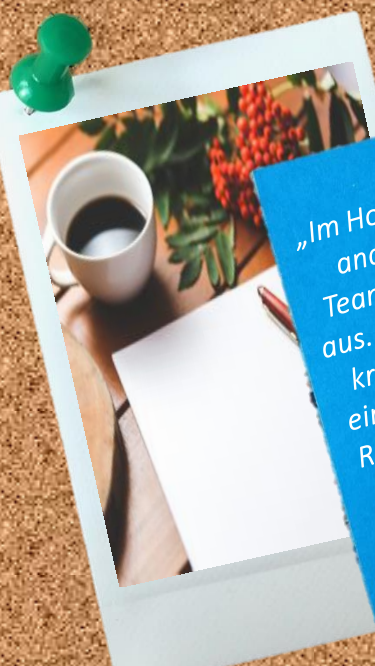
matrix Consulting



„Wenn die Produktivität im Home-Office sinkt, hilft manchmal ein kurzer digital detox.“

„Denk dran, dass Du immer wieder mal aufstehst, Dich bewegst und im besten Fall in der Mittagspause rausgehst. Für einen Tapetenwechsel reichen auch 15 Minuten draußen!“

„Besorge Dir gute und ergonomisch wertvolle Büromöbel. Dein Rücken bedankt sich bei dir sicherlich!“



„Im Home-Office gleicht ein Tag dem anderen und auch die virtuellen Team-Meetings sehen immer gleich aus. Setze dich für Aufgaben, die eher kreativ-konzeptionell sind, gern an einen anderen Ort als direkt vor dem Rechner. Am besten setzt du dich mit einem leeren Blatt Papier an einen anderen Platz und schaut mal aus dem Fenster. Dieser Trick wird dir sicherlich helfen ein kreativeres Mindset zu „primen“.“

