



ISSN
1861-3772

Der lachende Manager



LaMa

25. September 2020 | LaMa 948

Der LaMa Buchtipp:

Konzentriert arbeiten für Dummys



*Konzentriert und
effizient arbeiten*

Ständige Ablenkung ist das grösste Hindernis, um effizient zu arbeiten. Um ein herausforderndes Arbeitsziel zu erreichen, braucht es

Konzentration, davon sind die Lehrerin Melanie Müller und der Trainer Christian Mörsch überzeugt. In ihrem gemeinsamen Ratgeber „Konzentriert arbeiten für Dummys“, zeigen sie, wie man seine Konzentrationsfähigkeit deutlich verbessert und erfolgreicher im Job wird.

Ob Homeoffice oder Grossraumbüros, Konzentrationskiller lauern überall. Kurz mal die E-Mails abrufen, schnell bei Facebook vorbeisurfen, oder ein kurzer Kaffeepausch mit den Kollegen. Öfter als wir denken, lassen wir uns von unserer Arbeit ablenken. Aber ohne Konzentration ist es beinahe unmöglich, Arbeitsaufgaben zügig und fehlerfrei zu bewältigen. Die beiden Autoren des Ratgebers „Konzentriert arbeiten für Dummys“ zeigen anhand praxisnaher und leicht umsetzbarer Tipps, wie man bereits mit wenig Aufwand seine Konzentrationsfähigkeit deutlich verbessern kann. Sie erklären, was es mit der Acht-Minuten-Regel auf sich hat, warum Überkreuzbewegungen hilfreich sind, geben Zeitmanagementtipps, zeigen, wie ein optimaler Arbeitsplatz aussieht und wie man seinen beruflichen Alltag so organisiert, dass mehr Zeit für konzentriertes Arbeiten entsteht.

Ausserdem lernt der Leser seine persönlichen Ablenkungsfallen aufzuspüren und sie zu minimieren. Mit Hilfe bewährter SOS-Strategien, kann man innerhalb kürzester Zeit seine Konzentration verbessern.

„Auch im Privatleben gibt es eine Fülle von Situationen, in denen Konzentration sinnvoll ist. Sie haben es selbst in der Hand, Ihre Konzentrationsfähigkeit signifikant zu verbessern und erfolgreicher zu sein“, so das Autorenduo.

Konzentriert arbeiten für Dummys | Christian Mörsch und Melanie Müller | 2020 | Wiley | 17,00 € | ISBN 978-3-527-71700-2

Indianerhäuptling und UNO

Ein alter Indianerhäuptling sitzt vor seinem Zelt und raucht seine Pfeife. Zwei Regierungsbeamte kommen ihn besuchen und fragen „grosser Häuptling, seit vielen Jahren beobachtest du die Menschen und den weissen Mann. Du hast alle Entwicklungen gesehen, die guten und die schlechten Seiten. Wo hat der weisse Mann deiner Meinung nach Fehler gemacht?“



Der Häuptling lehnt sich zurück, denkt nach, nimmt einen tiefen Zug aus der Pfeife und sagt: „Vor vielen Jahren haben die Indianer dieses Land beherrscht. Es gab keine Steuern, keine Schulden, viele Büffel, viele Fische, die Frauen haben die ganze Arbeit gemacht, die Männer gingen den ganzen Tag zum Fischen und auf die Jagd und hatten die ganze Nacht Sex.

Und dann kam der weisse Mann und wollte das System verbessern.

Die UNO macht eine Umfrage unter Kindern aus aller Welt. Das Thema: Sagt bitte Eure eigene Meinung zum Mangel an Lebensmitteln in anderen Ländern.



Als erste Gruppe melden sich die afrikanischen Kinder, sie wollen sich aktiv beteiligen, haben aber ein Verständnisproblem: „Wir würden gerne unsere Meinung sagen - aber was sind 'Lebensmittel'?“

Als zweite Gruppe sind die US-Amerikaner an der Reihe. Sie finden es nicht gut, dass sich die afrikanischen Kinder zuerst gemeldet haben. Sie wollen unbedingt auch ihre Meinung äussern, haben aber noch eine Frage: „Was genau sind andere Länder?“

Als die europäischen Kinder an der Reihe sind, verstehen sie den Begriff „Mangel“ nicht, die südamerikanischen Kinder scheitern am Wort „Bitte“.

Als letzte Gruppe melden sich die Chinesen. Sie sind zurückhaltend, aber durchaus bereit, mitzuwirken. Bleibt nur noch eine Frage zu klären: „Was sind eigene Meinungen?“

Die nächste © LaMa-Ausgabe erscheint am © Freitag, 2. Oktober 2020 ©



Impressum: LaMa® by communication-college • ISSN 1861-3772 • LaMa gibt es einmal die Woche, meistens jeden Freitag. Der Bezug ist kostenfrei. Vielfältigkeit, weiterfassen, Aushang, Umlauf, auf die Tagesordnung setzen und Weitergabe – auch forwarden per E-Mail - ausdrücklich erwünscht. info@communication-college.org • Sie können LaMa jederzeit im Internet unter <http://www.communication-college.de> bestellen per rss feed und auch – wenn Sie keinen Spass verstehen © – wieder abbestellen. [Anbieterkennzeichnung nach § 6 TDG und Medienstaatsvertrag (§6 MDStV):

Hrsg. communication-college network • Hrsg. Dr.Ingo Reichardt • 25785 Nordhastedt • Tel. 04804 1868553 • Allemagne]

