

Kriterien für die Gestaltung eines Arbeitsplatzes

	Beschreibung und Beurteilung: Was ist okay? Was stört oder fehlt? Was <i>könnte</i> ich ändern? Was <i>werde</i> ich ändern?
<p>Organisatorische Aspekte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich verfüge über einen eigenen Raum (oder eine abgegrenzte, respektierte Arbeitsecke). • Ich verfüge über die notwendige Arbeitseinrichtung (gesonderter Schreibtisch, Regale für Bücher und Ordner, Telefon, PC mit E-Mail und Internetzugang). • Mein Arbeitsplatz ist deutlich von meinem Privatbereich getrennt; ich benutze ihn nur zum Arbeiten (kein Blick auf ungespültes Geschirr oder fernsehende Familienmitglieder). 	
<p>Physiologische Aspekte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mein Arbeitsplatz ist so beschaffen, dass ich mich körperlich wohl fühle (ergonomischer Arbeitsstuhl, kräfte- und „gesundheitsschonende“ Anordnung von Bildschirm, Tastatur u.a.). • Ich kann mich in meinem Arbeitsraum bewegen (Ordnung entsprechend meinem Anspruchsniveau, Platz für Bücherstapel und Umgestaltungen, Platz für Tee- bzw. Kaffeegeschirr). 	
<p>Psychologische und ästhetische Aspekte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die „strukturellen“ Rahmenbedingungen wirken förderlich auf meine Arbeitshaltung (Beleuchtung/Tageslichtspektrum, Raumtemperatur/Belüftung, Geräuschkulisse/relative Störungsfreiheit, eher lichte/kühle Farbgebung). • Mein Arbeitsraum ist so gestaltet, dass ich mich gerne darin aufhalte (behaglich, aber nicht gemütlich, sparsame persönliche Ausstattung mit Bildern, Fotos, Blumen). 	