

Stichwortverzeichnis

5G-Technologie 74

A

Ablage 67
Achtsamkeit 92
Akustisch wirksame Materialien 79
Amygdala 84
Arbeitgeberattraktivität 44
Arbeitsmodi 143
Arbeitsortspräferenz 144
Arbeitsplatz
 Beleuchtung 68–69
 Checkliste 52
 Gestaltung 77
 Materialien 78
Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) 28
Arbeitszeitgesetz 29
Arbeitszimmer,
 Raumgröße 53, 80
Augmented and Virtual Reality 149
Ausstattung 29
 Bedarfsermittlung 55

B

Bar Camps 128
Beleuchtungsstärke 69
Betriebsrat 30
Betriebsvereinbarung 30
Bildschirm 70
Bildschirmdiagonale 71
Biorhythmus 88
Breitbandverfügbarkeit 39
Büro-Drehstuhl 60
Büroflächen 42
Büromöbel, richtig einstellen 66

C

Chat 128
Checkliste für den idealen Arbeitsplatz 52
Clean desk 140
Cloud Computing 40
Co-Creation 41
Cortisol 86
Coworking 43
Coworking-Flächen 140

D

Dachschräge 53
Daten on demand 40
Demografischer Wandel 35
Deskbike 63
Desksharing 140
Dienstreisen 28
Digitale Transformation in Deutschland 40
Digitalisierung 38
Digitalisierungsindex der deutschen Wirtschaft 132
Distributed work 136
Diversity 37
Dopamin 86
Download-Geschwindigkeiten 74
Drucker 77

E

Elterngeld 37
Endorphin 87
Entscheidungsspielräume 122
Ergonomie 64
Erreichbarkeit 29
Erwartung an Führungskräfte 42
Evolutionsbiologie 110

F

Farbtöne 78
Feedback 129
Firmenlaptop 32
Flächenumwandlung und Landflucht 43
Flexibles Arbeiten 34
Flipchart 67
Führen auf Distanz 125
Führungskultur 41–42, 119
Fußboden 55

G

Gehirn 82
Gesetzliche Anforderungen an die jeweilige Arbeitsstätte 28
Gesetzliche Unfallversicherung 32
Gesunde Organisation 118
Gesundheit 44
Glasfaser 73
Glückshormone 86, 92

H

Haftpflichtversicherung 32
Häusliche Pflege 35, 102
Hausratversicherung 32
Hirnforschung 110
Höchstarbeitszeiten und Ruhezeiten 29
Hocker 61
Höhenverstellbare Schreibtische 64
Homeoffice Day 35
Homeoffice, Definition 27
Hybrides Arbeiten 136
Hypothalamus 84

I

Immobilienflächen-
nutzung 42
Internet 72
Internetanbieter 74
Intrinsische Motivation
115–116

J

Job Crafting 124

K

Kabel/DSL-
Internetanschluss 73
Kasper-Hauser-Syndrom
113
Keller 53
KI 130
Kinder- oder Schlafzim-
mer 54
Kontrolle 120
Risiken 121
Künstliche Intelligenz 130
Künstliche Lichtquellen 68

L

Lachen 93
LAN-Kabel 72
Laptop 70
Leistung, Einflussfaktoren
46
Limbisches System 83
Lounge-Möbel 62
Luftfeuchtigkeit 57

M

Maslowsche Bedürfnis-
pyramide 111
Meditation 92
Mehrere Personen im
Homeoffice 80
Mietvertrag 30
Mikrofon 76
Mindmapping 129
Mobile working 28
Mobiler WLAN-Router 72
Mobiles Arbeiten 28, 33
Multispace-Büro 144

N

Nachhaltigkeit 35
Nahrungsmittel für das
Gehirn 96
Non-territoriales Arbei-
ten 140
Noradrenalin 86

O

Onlinekonferenzen 128
Oxytocin 87

P

Pendelverkehr 35
Persönlichkeitstypen 88,
144
Pflegebedürftige 37
Phenethylamin 87
Pluralismus 37
Priorisierungsmatrix 92
Produktivität 44
Projektmanagement
129
Psychische Gesundheit
47, 90, 105

R

Raumklima 57
Räumliche und zeitliche
Flexibilität 34
Raumtemperatur 57
Recht auf Homeoffice 28
Remote-Unternehmen
132
Rollenbilder 37

S

Schreibtisch 58
höhenverstellbar 64
Schreibtischlaufband 63
Selbstorganisierte Teams
141–142
Motivation und Diszi-
plin 146
Performance 142
Strukturen, Räume und
Tools 146
Vision und Purpose 142

Serotonin 87
Serverzugang 76
Sitzball 62
Soziales Wesen 110
Stehhocker 61
Steuervorteile 31
Störungen 80
Stresshormone 85
Sympathisches Nerven-
system 84

T

Tageslicht 57, 95
Tageslichtlampen 58
Tagesplanung 91
Telearbeit 27
Third Places 141
Tools für
Umfragen 129
Tools für virtuelle Zusam-
menarbeit 127

U

Upload-
Geschwindigkeiten 76

V

Versicherungsschutz 31
Verteiltes Arbeiten 136
Checkliste 137
Vertrauen 120
Oxytocin 122
Videokonferenzen 128
Virtual Private Network
(VPN) 40, 76

W

Whiteboard 67
WLAN 72
WLAN-Router, mobil
72
Wohlbefinden 44

Z

Zeiterfassung 29
Zimmerpflanzen 79
Zuschuss des Arbeitge-
bers 30