

Stichwortverzeichnis

A

Ablenkung *siehe* Fokus 143
ActivityWatch 63
Aero Shake 109
Andocken 125
Andocklayout 127
Android 17, 53, 102, 176
Anmeldeobjekte 64
Apple 7, 17, 53–54, 68, 95, 114, 124, 160, 178
Apps 56, 61, 65, 67, 69, 95, 97, 159, 184, 189–190
deaktivieren 68
deinstallieren 67, 69, 97
Archiv 30, 33, 41, 47–48
Aufmerksamkeit 24
Aufräumtermin 34, 59, 64, 72, 85
auswählen statt suchen 42
Auswählen statt suchen 82, 88, 96, 98
Autoruns 64

B

Benachrichtigung 36, 65, 153, 172, 175
Benachrichtigungsassistent 155
Bilder *siehe* Fotos 15
Bildschirmhintergrund 75, 184
Bildschirmzeit 159, 178
Blähware 61, 66, 185
Bloatware *siehe* Blähware 67
Block Site 170
Browser 55, 63, 108, 123, 133, 135, 148, 167, 170, 184, 188

C

Chaos *siehe* Unordnung 15
Chrome 136–137, 146, 168–169
Cold Turkey 162
Computerexperte *siehe* Helferin 160

D

Datei löschen 50
Dateien 42, 49, 53, 55, 77, 79, 183, 186
Desktop 75, 83, 184, 187
virtuell 113, 185
Desktop-Symbole 81
Desktop-Zero 76
Digital Wellbeing 177
Digital Wellbeing for Windows 160
digitales Wohlbefinden 177
Dock 64, 67, 81, 93, 97
DupeGuru 50
Durcheinander *siehe* Unordnung 41

E

Edge 136–137, 143, 168
E-Mail *siehe* Mail 15

F

Feature-Phone 179
Fenster 43, 77, 101, 108, 110, 113, 122–123, 133, 184
Fenster aktivieren statt suchen 125
Filme 15
Firefox 136, 141, 147, 168, 170
FocusWriter 165

Fokus 23, 36, 77, 123, 138, 143,
153–154, 163, 165, 167, 175, 185
auf dem iPhone 176
in macOS 156–157
Fokus-Modus 164
Fokussitzung 158
Fotos 54, 59, 185
Fotos löschen 55

G

Gerätewartung 56, 70
Getting-Things-Done
29
Google Files 57, 70
Gruppen *siehe* Ordner
98

H

Handy *siehe* Smartphone 36
Helferin 17, 49, 63, 141, 160,
170–172
Hintergrundbild 77, 82
Homescreen 66, 95–96, 184,
189

I

Icon 67, 75, 78, 96
Inbox *siehe* Posteingang 23
Inbox-Zero 24, 37, 101
iPad 16
iPhone 17–18, 103, 176
iPhone-Speicher 58, 71

K

Kindersicherung 160
Kontrollzentrum 111, 156, 176
Konzentrationsmodus 176

L

Link *siehe* Verweis 78

M

macOS 17, 64, 93,
114–116, 118, 129, 159
Mail 23, 183, 188
Mail löschen 25, 28, 30, 34, 37
ManicTime 63, 83, 160, 170, 189
Microsoft 109, 114, 123, 137, 143,
146, 156
Microsoft Word 163
Mission Control 119

N

Nachricht *siehe* Benachrichtigung
95
Newsletter 25
Nicht-stören-Modus 155, 172, 177
Notebook 16
Nutzungszeit 63, 68, 161, 178

O

One-Homescreen-Prinzip 97
Opera 136, 139, 146, 168
Ordner 30, 34, 42, 79, 98, 184
Ordner löschen 48, 79
Ordnerbezeichnung 16, 31, 34, 42, 47
Ordnung *siehe*
Unordnung 16

P

Paper 166
Papierkorb 34, 188
Posteingang 24, 187
Programme 184
Programme deinstallieren 64
Programme, installierte 61,
185

R

RescueTime 171

S

Safari 136–137, 148, 168
Samsung 18, 56, 60, 66, 70, 176
Smartphone 36, 53, 65, 95, 172, 175,
189
Sortierung 46
Spaces 119
Spam 24–26
Speicherplatz 33–34, 50, 56, 63,
65
Split View 129
Stage Manager 110
Stapel 102, 184
Suchanfrage 16
Suchaufwand *siehe* Suchen 41
Suchen 41

T

Tablet 16
Tabs 134, 136, 184,
188
Tastenbezeichnung 16
Tastenkombination 16
thematisch ordnen 32, 35, 42, 45, 98,
114, 122, 136–137, 183
Thunderbird 23, 30, 80

U

Unix 114
Unordnung 15, 20, 23, 41, 53, 75, 85,
87, 96, 107, 109, 133
Untergeordnet 32, 42–43, 48
Update 18, 148

V

Verknüpfung *siehe*
Verweis 78
Verknüpfung löschen 78, 84
Verweis 78–79
Videos 53, 55, 186
Videos löschen 55

W

Webbrowser *siehe* Browser 55
Widget 100
Windows 17, 123
Windows 10, 11, 17, 86, 90, 127

Z

Zeitfresser 161–162, 170, 177