

Эргономика пространства: что говорит о вас рабочее место  
Image



## Эргономика пространства: что говорит о вас рабочее место

Image

Какие секреты о себе вы неосознанно раскрываете коллегам? Собрали несколько наблюдений о рабочем месте из книги доктора философии и психолога Элизабет Ломбардо «Лучше совершенства». Возможно, после прочтения вы захотите убрать мотивационные постеры и поставить вазу с цветами.

Итак, если на вашем столе...

### Стоит фотография семьи

Фото семьи говорит о том, что личные связи очень важны для вас. Близкие мотивируют вас усердно работать. То есть если речь об одном или паре кадров. Когда коллеги видят фото детей, партнера, свадьбы, друзей и любимого котика, то делают вывод, что вы хотите делать что угодно — лишь бы подальше от работы.

А вот если фото семьи нет, никто не станет относиться к вам хуже. Просто вы цените конфиденциальность и не любите смешивать работу и личную жизнь.

### Беспорядок

Вы даже не помните, какого цвета поверхность вашего стола? Что ж, вы человек творческий. Это только на первый взгляд беспорядок говорит о беспечном подходе к жизни. Конечно, отчасти это может быть правдой, но не всей. На самом деле вас не интересуют традиционные представления окружающих о том «как надо». Просто в голове у вас происходит столько всего, что следить за внешними приличиями нет времени.

### Пугающий порядок

Такой, что Мэри Поппинс бы позавидовала. Вы из тех, кто соблюдает правила и любит порядок во всех сферах жизни. Лучше всего вы работаете, когда точно знаете, чего от вас ожидают, а под рукой есть официальные руководства. Психолог также

предостерегает от крайностей. Порядок может быть свидетельством того, что вы создаете «идеальный фасад» для других и сопротивляетесь переменам. Проявляйте гибкость время от времени.

## **Головоломки**

Кубик Рубика, журнал с sudoku (сканворды тоже считаются!) или другие головоломки говорят о вашем неумемном уме. Каждому бывает нужно переключиться в разгар рабочего дня, и если вы выбираете такой способ расслабиться, значит, вы умеете получать удовольствие от изучения новых вещей. Плюс, это один из 10 проверенных способов прокачать творческое мышление.

## **Коллекционные фигурки**

Увлекаетесь ли вы «Звездными войнами» World of Warcraft или другим фантастическим миром, демонстрация хобби на работе говорит о том, что вы считаете хобби важной частью своей личности. А ещё о том, что вы с большим энтузиазмом относитесь к вещам, которые вас интересуют. Значит, и работаете с душой.

## **Кофейная чашка с язвительной надписью**

У вас прекрасное чувство юмора, которое не всем дано понять, и вы немного дерзки. «Я все могу, но иногда стесняюсь», «Внутри вино», «Не верьте слухам, я еще хуже» — кружки могут многое рассказать о своих владельцах. Язвительные надписи говорят о том, что вам нравится выходить за рамки. Вас сложно назвать бунтарём, просто иногда вы позволяете себе развлечься.

## **Часы**

Вы цените свое время и придерживаетесь графика. Ведь посмотреть время можно на телефоне, мониторе компьютера или наручных часах. Дополнительный гаджет на столе показывает, что вы пунктуальны и живете по расписанию. Также это способ поддерживать себя и коллег в тайминге, не говоря об этом прямо.

## **Ваза с цветами**

Живые цветы мгновенно поднимают настроение, будь то подарок любимого человека или спонтанная покупка по дороге на работу. Если вы ставите их в вазу на рабочий стол, это говорит о том, что вы счастливы и умеете ценить красоту. Также цветы показывают, что вы хотите, чтобы вашим коллегам было комфортно в общем пространстве.

## **Дипломы, награды, сертификаты**

Может, не на столе, но над ним. Все эти документы говорят о вашей целеустремленности. Вы трудолюбивы, успешны и мотивированы добиться успехов в своей области. Что ж, так держать! И всё же, считает Элизабет Ломбардо, лучше ограничиться несколькими дипломами: много регалий говорят о некотором хвастовстве.

## **Вдохновляющие плакаты**

Вы настойчивы и умеете решать проблемы. Правильная цитата в нужное время может поддержать и напомнить о том, что для вас важно. Но тут тоже следует помнить об уверенности. Небольшой календарь или постер — это здорово, но если такие вдохновляющие цитаты повсюду, они могут демонстрировать вашу неуверенность.

Ну вот, всё разложили по полочкам! Надеемся, этот материал немного поднял вам настроение. А теперь вперед: нас ждут великие дела.

## **Список литературы**

1. Ламбарго Э. Лучше совершенства. Как обуздать перфекционизм. 285 стр. 2015

## Читайте также



---

**Циркадные ритмы: что это такое и зачем они нужны**

**Циркадные ритмы: что это такое и зачем они нужны**

See more details

Hide details

749778/gen/web/12.23/0

---

**Source URL:**

<https://www.pro.novartis.ru/ru-ru/pro-balans/stati-o-mentalnom-zdorove/ergonomika-prostranstva-chto-govorit-o-vas-rabochee-mesto>