

Rezensionen von Buchtips.net

Helgo Bretschneider: Und täglich grüßt die Datenflut

Buchinfos

Verlag: Breuer&Wardin ([weitere Bücher von diesem Verlag zeigen](#))
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-939621-76-8 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 5,28 Euro (Stand: 29. April 2025)

Stressabbau durch Informations-Effizienz

In erster Linie wendet sich Helgo Bretschneider an den Bereich der professionellen Tätigkeiten auf Leitungsebenen. Sicherlich ein stimmiger Ansatz, denn dort laufen Informationen fast sekundlich auf. Doch auch viele andere Bereichen des Arbeitslebens, des engagierten Ehrenamtes oder des privaten Bereiches erleben eine Steigerung von Mailverkehr, Informationen und Kontakten. Somit erweitern sich die möglichen Adressaten des Buches doch in großer Breite und fast jeder Leser kann sich das ein oder andere an Rat und Hinweisen aus dem Buch abholen.

Zurück aber zum Kernthema des Autors, dass er in eine einfache Frage zu kleiden versteht: "Was können Sie ändern, wenn Sie in Ihrem Berufsalltag täglich mit neuen Informationen überhäuft werden?" (und dadurch zur eigentlich konzentrierten Arbeit gar nicht mehr kommen aufgrund eines tatsächlichen Informations- und Kommunikationsstresses).

Zunächst einmal lohnt es tatsächlich, dieses klar gegliederte, völlig verständliche und vor allem sich selbst offen und souverän reflektierende Buch zu lesen. Bretschneider hält, was er in der Einleitung verspricht. Einfach Aneignung, klare Gliederung und jederzeit mit Überblicken versehene Inhalte. Auf der Basis gehirngerechten Lernens (ebenfalls verständlich und nachvollziehbar zunächst in seinen Grundlagen im Buch erläutert), mit dem auch die Form des Buches korrespondiert, führt Bretschneider praxisnah und, vor allem, realistisch, Methoden und Techniken vor Augen, die innere Souveränität und Gelassenheit im täglichen Umgang mit vielfachen Informationen nach sich ziehen.

Seien es Techniken (und auch Eingrenzungen der Möglichkeiten) der Erweiterung der eigenen Multitasking-Fähigkeiten, präzise Hinweise zur Steigerung der eigenen Lesegeschwindigkeit (die zwar allein durch das Buch keinen professionellen Schnellesekurs ersetzen, dennoch aber mit ein wenig Übung spürbar die eigene Aufnahmekapazität von durchschnittlich "nur" 240 Worten pro Minute auf leicht 350-400 Worte erhöhen), sei es eine sinnvolle Struktur in die eigenen digitalen Hilfsmittel zu bringen, aber gar auch dem eigenen Gehirn tatsächlich Ruhepausen auch zwanghaft zu verordnen ("Ich kann meine Axt nicht schärfen, ich muss Bäume fällen" ist eine unsinnige Aussage und, vor allem, einfach nicht wahr). Vielfach führt Bretschneider immer nah am Leser und am tatsächlich Machbaren zu einem systematischen Umgang mit Informationen und Kommunikationen, die den Arbeitsalltag deutlich zu entzerren verstehen. Über 100 Ideen, Hinweise oder kleine Tipps enthält das Buch, die tägliche Datenflut zu minimieren und sachgerecht anzugehen. Übrigens ohne dass Bretschneider das mögliche Maß aus den Augen verliert. Ebenso wichtig ist es ihm, individuelle Grenzen anzusprechen und damit einer idealistischen Überforderung vorzugreifen, die in vielen Ratgeberbüchern leider Leser im realen Leben überfordern.

Nebenbei fällt auch noch so einiges für die eigene Kommunikationsstruktur ab, einige Teile des Buches beschäftigen sich auch damit, selber Informationen effizient und gehirngerecht weiter zu geben.

"Schreibe kurz, und sie werden es lesen; schreibe klar, und sie werden es verstehen,; schreibe bildhaft, und sie werden es im Gedächtnis behalten". Dieses alte Motto von Joseph Pulitzer hat Bretschneider nicht nur vorweg gestellt, sondern es auch befolgt, praxisnah und hilfreich umgesetzt.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[07. April 2011]