

Wirklich wichtig? Aufräumen heißt auch, sich von Dingen zu trennen. Dabei begünstigen kleine Schritte schnelle Erfolge.

professionelle Aufräumerin, die anderen Menschen bei dem hilft, was man gemeinhin für eine Banalität hält. Die Bielefelderin erlebt jedoch immer wieder, wie Menschen genau daran scheitern. »Die Argumente gegen das Aufräumen ähneln sich. Viele wissen nicht, wo sie anfangen oder woher sie die Zeit dafür nehmen sollen.«

Kommt uns irgendwie bekannt vor. Sicher, der Zeitschriftenstapel auf dem Fußboden ist schnell entsorgt, aber was ist mit den Unterlagen auf der Fensterbank, mit dem überladenen Bücherbord und den vielen Klamotten im Kleiderschrank, die vor Dekaden mal en vogue waren?

»Man darf sich nicht übernehmen, das Beste ist, in kleinen Schritten vorzugehen«, rät Carola Böhmig. Heißt: sich überschaubare Einheiten suchen und am besten im Flur beginnen – dem Raum, den man beim Verlassen der Wohnung als Letztes und beim Eintreten als Erstes sieht. Dabei sollte man zwei leere Behälter in Stellung bringen – und mit dem Aufräumen der Ablageflächen auf Schränken und Kommoden beginnen. Was in ein anderes Zimmer gehört, kommt in Kiste eins, was stört und für überflüssig gehalten wird, in die größere Müllkiste.

So geht man weiter vor, von einem Möbelstück zum nächsten, von Raum zu Raum. Aber Vorsicht: Damit der Eifer nicht bald erlahmt, sollte auch ein zeitlicher Rahmen abgesteckt werden. »Zwei Stunden pro Woche haben sich bewährt«, sagt Böhmig, die ihre Dienste in einem Verbund von Mitarbeiterinnen bundesweit anbietet [ordnungsservice.com].

Wichtig: Die Müllkiste nach dem Aussortieren nicht mehr durchsuchen oder neu sortieren. »Die Gefahr ist groß, dass man die Entscheidung wieder rückgängig macht.« Es ist nämlich ein großer Schritt vom Auf- und Wegräumen bis zum Entsorgen. »Viele suchen nach dem richtigen Argument, etwas einmal für Geld Erworbenes loszulassen«, weiß Böhmig. »Oft hilft es zu wissen, dass die Sachen über karitative Einrichtungen noch anderen zugute kommen.«


Von starren Regeln nach dem Motto »Was ein Jahr lang nicht angerührt wurde, kann weg« hält Carola Böhmig wenig. »Manchmal hängt man an Gegenständen, die sollte man für eine kurze Zeit so im Raum platzieren, dass man sich mit ihnen auseinandersetzen muss.« Danach allerdings müsse man dem eigenen Zaudern vorbeugen: »Die Dinge, gegen die man sich entschieden hat, sollten so schnell wie möglich aus dem Haus geschafft werden.« Uwe Pütz

Alles in Ordnung

Oder etwa nicht? Dann ist jetzt die richtige Zeit, zu Hause einmal gründlich aufzuräumen. Dabei entsteht vielleicht freier Raum für Neues.

Kaum scheint die Frühlingssonne durchs Fenster, lässt es sich nicht mehr übersehen: Man müsste mal Hausputz machen, aufräumen, ausmisten, alles auf Vordermann bringen. Nicht nur, dass sich Spinnweben unter der Decke und auf den Regalen Staubschichten gebildet haben. Überall liegt viel zu viel Krimskrams herum.

Man müsste mal... Carola Böhmig kennt diesen Satz nur zu gut, und sie weiß, wie er in den meisten Fällen endet. »Wer mit einem Schlag erkennt, wie viele Dinge zu tun sind, der ist schnell blockiert«, sagt die

 Möbel rücken ohne Mühe: Wer umräumen will, probt am besten mit einem 3-D-Raumplaner. Mehr dazu auf dbmobil.de