

Tipps vom Ordnungs-Coach

## So kommen Sie aufgeräumt ins neue Jahr

Auf [www.buchspende.org](http://www.buchspende.org) kann man alte Bücher sinnvoll abgeben.



Vera Jansen-Cornette sorgt mit ihrem Training für Ordnung und Klarheit im Kopf und im Keller. Das Wichtigste am Aufräumen ist das Anfangen, sagt sie

**E**s beginnt mit dem Weihnachtsbaum. Oft fliegt die Tanne schon wenige Tage nach dem Fest aus der guten Stube. Bald darauf sollen auch Krimskrams, und Ballast weichen. Zu keiner anderen Zeit als in den ersten Tagen des neuen Jahres ist die Bereitschaft, mal gründlich aufzuräumen größer. Ob als Kontrapunkt zum weihnachtlichen Konsum- und Geschenkwahnsinn oder weil jedem Anfang ein Zauber innewohnt: „Zu Beginn des Jahres ziehen die Menschen Bilanz, sie sortieren sich“, weiß Profi-Aufräumerin Vera Jansen-Cornette. Aufräumen ist permanentes Bilanzieren, sagt sie. Man fragt: „Was habe ich?“ „Was brauche ich?“ Und beginnt am besten gleich mit dem Ausmisten.

Stopp, erste Regel: „Nennen Sie das Ordnung schaffen, nicht Ausmisten!“, rät die Fachfrau. Immerhin waren Sie es, die all die Dinge, die jetzt im Weg sind, in Ihre Wohnung gelassen haben. Wer sein Konsumverhalten überdenkt, tut den ersten Schritt für mehr Ordnung im Leben.

Und trotzdem kehren sie immer wieder, die Stapel und Häufchen in allen möglichen Ecken der Wohnung. „Unbeantwortete Fragen“, nennt sie Vera Jansen-Cornette. Stapelboxen? „Kleine Särge“, so das Profi-Urteil. Man sieht nur was oben

drauf liegt, unten setzt Unerledigtes Patina an.

Um aufgeräumt ins neue Jahr zu starten rät Jansen-Cornette, dahin zuerst zu schauen, wo es am meisten wehtut. „Fangen Sie immer mit dem an, was Sie am meisten stört.“ Ärgert man sich seit zwei Monaten darüber, dass das Schuhregal im Flur wackelig und viel zu voll ist, dass die Garderobe überquillt, oder über das Tischchen das allerlei Krimskrams anzuziehen scheint, sollte man genau das als allererstes anpacken.

Dabei ist es hilfreich, vor dem Aufräumen Fotos von den „Sünden“ zu machen: Kleiderschrank, Keller, Schreibtisch, Flur, Wohnzimmerregal. Und

natürlich danach auch. Was bei jeder Diät funktioniert, funktioniert auch beim Aufräumen.

Gerade am Anfang muss das Aufräumen schnell gehen. „Die meisten machen den Fehler, dass sie sich zu lange mit einer Sache beschäftigen“, so Jansen-Cornette. Sie fragen sich, ob sie den Sprachführer Niederländisch noch brauchen. Kontrollieren die Lichterkette, ob sie noch funktioniert. „Das ist harte Arbeit für das Gehirn und nimmt einem den Schwung“, sagt Vera Jansen-Cornette. Besser sei es, diese Dinge erst einmal unerledigt zu lassen und in einem Karton zu sammeln. „Alles, was ganz schnell von der Hand geht, wird als erstes angegangen. So sieht man schnell Erfolge und man bekommt den Schwung, die Kraft, die Energie, die man zum Aufräumen braucht.“

Ein paar weitere Tricks helfen, dabei, ungeliebte Aufräumprojekte anzugehen. Man nehme sich eine Stunde Zeit und ein

konkretes Projekt, das vermutlich in der Zeit nicht zu schaffen ist. Wenn die Zeit vorbei ist darf man aufhören. Was nicht geschafft ist, darf liegen bleiben. Der Effekt: Wahrscheinlich will man gar nicht aufhören.

Generell gilt: Nicht hungrig aufräumen, nicht an das Telefon gehen, nicht ablenken lassen. Aufräumen ist anstrengend, kostet Kraft und braucht Konzentration. „Man muss sehr ehrlich zu sich selbst sein“, sagt die Aufräumerin.

Auch wenn die Möbelhäuser zwischen den Jahren oft voll sind: widerstehen Sie der Versuchung, das Aufräumen mit dem Kauf neuer Ordnungsboxen und Ordnungssysteme zu belohnen. „Es ist ein Irrglaube, dass es damit einfacher geht. Alles, was man zum Aufräumen hat, hat man meistens zu Hause“, weiß Vera Jansen Cornette.

Man wundere sich, wie viele leere Kekskosen, leere Sporttaschen, Schuhkartons, Boxen im Haushalt oft vorhanden seien. Wer dann nach dem Viergewinnt-Prinzip vorgeht, kann Aufräum-Entscheidungen leichter treffen. Bilden Sie vier Stapel: „Schatzkiste“, „Weiß nicht“, „Verschenken“, „Adieu“. Über die Dinge auf dem ersten Stapel wird nicht diskutiert, die bleiben. Die auf dem zweiten kommen in einem Jahr noch einmal auf den Prüfstand. Die anderen beiden erklären sich von selbst.

„Machen Sie es nicht so schwer, sagen sie Adieu“, rät Vera Jansen Cornette, deren Dienste übrigens besonders oft zu Weihnachten verschenkt werden. „Ich habe es noch nie erlebt, dass jemand ein Teil das aussortiert wurde, vermisst.“



Viel Platz für Gedanken. Ein aufgeräumter Schreibtisch lädt bestenfalls zu geistigen Höhenflügen ein.



Alles an seinem Platz. Vera Jansen Cornette vor ordentlichem Buffet.

Foto: Gudith