

Checkliste: Die 10 Schritte der Ordnung

Ein klarer Fahrplan für dein Ordnungsprojekt, die dabei helfen soll, eine aufgeräumte Umgebung zu schaffen und zu erhalten.

1. Zieldefinition

- ☐ Was möchte ich durch mehr Ordnung gewinnen?
- ☐ Wie soll sich mein Alltag anfühlen?
- ☐ Welche Lebensbereiche sollen unterstützt werden?

2. Bestandsaufnahme

- ☐ Überblick über die Räume verschaffen
- ☐ Was funktioniert schon gut, was nicht?
- ☐ Wie fühle ich mich in den einzelnen Bereichen?

3. Prioritäten setzen (Teilziele definieren)

- ☐ Welche Bereiche sind am wichtigsten?
- ☐ Warum fange ich genau dort an?

4. Plan erstellen & Vorbereitungen treffen

- ☐ Zeitaufwand einschätzen
- ☐ Vorgehensweise klären
- ☐ Kisten, Tüten, Ordnungshelfer bereitlegen
- ☐ Eine gute Atmosphäre schaffen

5. Ausräumen

- ☐ Alles sichtbar machen – was ist wirklich da?

6. Kategorisieren

- ☐ Haupt- und Unterkategorien bilden (das erleichtert das spätere Aus- und Einsortieren)
- ☐ Was gehört zusammen?

Checkliste: Die 10 Schritte der Ordnung

7. Aussortieren

- ☐ Was bleibt? Was geht? Was brauchst du wirklich?
- ☐ Entscheidungshilfe:
 - „Würde ich es heute wieder kaufen?“
 - „Macht es mir Freude?“
 - „Habe ich es in den letzten 12 Monaten gebraucht?“
- ☐ Behalten – Spenden – Verkaufen – Entsorgen

8. Einen sinnvollen Platz finden

- ☐ Was nutzt du oft, was selten?
- ☐ Was passt zu deinen Abläufen im Alltag?
- ☐ Räume am besten in Zonen/Funktionsbereiche gliedern
- ☐ Platzbedarf jeder Kategorie analysieren

9. Einsortieren

- ☐ Passende Ordnungshelfer nutzen
- ☐ Kleinere Dinge zusammenfassen
- ☐ Häufig genutztes in Griffhöhe / vorne
- ☐ Schränke nicht zu voll stellen (80% der Fläche nutzen)

10. Routinen etablieren

- ☐ Neue Abläufe einüben (z. B. 10-Minuten aufräumen am Abend)
- ☐ Regelmäßig überprüfen & anpassen

Ordnung ist ein Prozess und es ist normal, dass es manchmal länger dauert, bis ein gewünschter Zustand erreicht ist.

Du hast Fragen? Ich bin gern für dich da – vor, während und nach dem Coaching.

E-Mail: info@ordnungsdreiklang.de

www.ordnungsdreiklang.de