

## Checkliste: Die 10 Schritte der Ordnung

Ein klarer Fahrplan für dein Ordnungsprojekt, damit du weißt, wo du anfängst, wie du vorgehst und wie du das Ergebnis dauerhaft hältst.

### Phase 1 – Orientierung & Planung

#### 1. Zieldefinition

Ohne ein klares Ziel verliert sich das Ordnungsprojekt schnell im Detail. Wenn du weißt, warum du Ordnung schaffen möchtest, bleibst du motiviert - auch wenn es anstrengend wird.

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

#### 2. Bestandsaufnahme

Erst wenn du weißt, was wirklich da ist und wo es hakt, kannst du gezielt ansetzen, anstatt zufällig drauflos zu räumen.

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

#### 3. Prioritäten setzen

Wer alles auf einmal angehen will, gibt oft nach kurzer Zeit auf. Kleine, spürbare Erfolge geben Energie für den Rest.

- Welche Bereiche sind am wichtigsten oder belasten mich am meisten?
- Warum fange ich genau dort an?
- Teilziele definieren: Was soll in diesem Bereich erreicht werden?

#### 4. Plan erstellen & Vorbereitungen treffen

Gut vorbereitet läuft alles flüssiger: Du verlierst keine Zeit mit Suchen und kannst dich voll auf das Ordnungsprojekt konzentrieren.

- Zeitaufwand realistisch einschätzen
- Vorgehensweise klären (Raum für Raum / Zonen / Kategorien ?)
- Kisten, Tüten und Ordnungshelfer bereitlegen
- Eine angenehme Atmosphäre schaffen (Musik, Licht, Getränk)

## Checkliste: Die 10 Schritte der Ordnung

### Phase 2 – Die eigentliche Arbeit

#### 5. Ausräumen

Nur was vollständig sichtbar ist, kann auch wirklich sortiert werden. Dieser Schritt macht ehrlich, wieviel wirklich da ist.

- Alles aus dem Bereich herausnehmen und sichtbar machen
- Nichts „schnell wieder reinstellen“ – konsequent bleiben

#### 6. Kategorisieren

Dinge, die zusammengehören, sollten auch zusammen wohnen. Kategorien schaffen Übersicht und erleichtern das spätere Finden und Einräumen.

- Haupt- und Unterkategorien bilden
- Was gehört zusammen? Gruppen sichtbar zusammenlegen
- Noch nicht aussortieren – erst nur sortieren

#### 7. Aussortieren

Weniger ist leichter zu ordnen. Dinge loszulassen schafft nicht nur Platz im Raum, sondern auch im Kopf.

- 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 benutzt?“
- Wähle zwischen:  Behalten  Spenden  Verkaufen  Entsorgen

#### 8. Einen sinnvollen Platz finden

Ordnung hält sich nur, wenn Dinge dort sind, wo man sie auch wirklich benutzt. Ein gut gewählter Platz macht Ordnung halten fast automatisch.

- Was nutzt ich oft, was selten?
- Was passt zu meinen Abläufen im Alltag?
- Räume in Zonen / Funktionsbereiche gliedern (z.B. Post-Zone, Putz-Zone)
- Platzbedarf jeder Kategorie analysieren, bevor Ordnungshelfer gekauft werden

## Checkliste: Die 10 Schritte der Ordnung

### 9. Einsortieren

Jetzt bekommt alles seinen festen Platz. Wer hier bewusst vorgeht, legt den Grundstein dafür, dass die Ordnung auch im Alltag hält.

- Passende Ordnungshelfer nutzen (erst nach Schritt 7 und 8 kaufen!)
- Kleinere Dinge zusammenfassen
- Häufig genutztes in Griffhöhe und vorne platzieren
- Schränke nicht zu voll stellen - ca. 80% der Fläche nutzen

### Phase 3 – Ordnung erhalten

### 10. Routinen etablieren

Das “Aufräumen” war der Anfang - die Routine ist das, was den Zustand hält. Kleine, regelmäßige Gewohnheiten sind wirkungsvoller als große Aktionen alle paar Monate.

- Neue Abläufe konkret einplanen (z.B. 10 Minuten aufräumen am Abend)
- Regelmäßig überprüfen: Funktioniert das System noch?
- Bei Bedarf anpassen

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

Wenn du dir Unterstützung wünschst und Ordnung in dein Wohnumgebung bringen möchtest, begleite ich dich gerne mit meinem Ordnungskoaching.

[www.ordnungsdreiklang.de](http://www.ordnungsdreiklang.de)