

Ordnungstipp

Haken Sie's ab!

Haben Sie schon mal versucht, die vielen Aufgaben und Gedanken, die Ihnen täglich im Kopf herumschwirren mit Hilfe von Checklisten zu koordinieren? Ich liebe Checklisten! Erstens bekommt man durch's Aufschreiben der täglichen Pflichten den Kopf wieder frei, denn was man sich notiert hat muss man nicht den ganzen Tag im Gedächtnis behalten – es genügt ja ein Blick auf die Liste.

Zweitens kann man durch diese Listen den Ablauf der einzelnen Tätigkeiten viel strukturierter angehen und das bringt eine Menge Ruhe in den Alltag.

Das Schönste überhaupt ist dann das Abhaken. Ich finde es immer wieder erstaunlich, wie viel positive Energie sich doch in einem kleinen Haken verstecken kann. Es ist ein richtig gutes Gefühl zu wissen „das hab ich jetzt erledigt“. Außerdem sehen Sie schwarz auf weiß, was Sie alles getan haben und müssen abends nicht das Gefühl haben zwar den ganzen Tag herumgerannt zu sein und am Ende doch nichts geschafft zu haben.

Auch Kindern soll mit Hilfe von Checklisten anscheinend zu ungeahnten Motivationsschüben verholfen werden. Da soll das Aufräumen dann sogar Spaß machen.

So steht es zumindest in dem Buch „Der Familien-Manager – Den Haushalt effektiv organisieren und planen“ von Susanne Reinhardt und Dieter Voss.

Wer Checklisten mag, der findet hier genau das Richtige. Fertig durchdachte Listen für nahezu jeden Anlass von „Alarm! Zimmer aufräumen“ über „Putzangriff im Badezimmer“ bis zu „Checkliste Kindergeburtstag“ oder „Organisiert Einkaufen“ hier hat sich schon mal jemand Gedanken gemacht. Und das auch noch im praktischen DIN A4 Format mit Seiten zum Raustrennen und Kopieren.

Und – sollte irgendjemand in Ihrem näheren Umfeld vielleicht manchmal denken, Sie würden nur auf dem Sofa liegen und gut duften? Drücken Sie ihm doch einfach mal Ihre Liste in die Hand.

Benötigen Sie mehr Information, Tipps und tatkräftige Unterstützung, rufen Sie mich an: Christiane Mühmel, Telefon 0731/3805667, www.raum-u-zeit.de