

WOHNEN UND LEBEN IN ORDNUNG

Familienalltag stressfrei organisieren



LILLY KOSLOWSKY
von @stilles_bunt



Inhalt

Vorwort	13
Meine Methode	17
Motivation: Finde dein „Warum“!	21
Praktischer Minimalismus & Ordnung	27
Unordnung: Stressfallen im Familienalltag	31
Warum Rituale?	37
Endlich Ordnung: Die Basics	42
Tool-Tipps: Meine Ordnungshelfer	50
Der Haushaltsplan	56
Wohnen: Organisieren & Dekorieren	71
Reduzieren & Ausmisten	72
Mach's dir leichter: Alles hat seinen Platz	87
Dekorieren & Wohlfühlen	104
Den Tag „einrichten“	115
Alles in Ordnung, Kinder?	128
 Danke	 138
Impressum	140

Der Überblick fehlt

Wenn ich dich jetzt fragen würde: „Wie viele Vasen/T-Shirts/Paar Schuhe ... besitzt du?“, könntest du die Frage beantworten? Keine Sorge, es ist natürlich nicht schlimm, wenn du diese Frage nicht eindeutig beantworten kannst. Das Problem ist nur: Häufig entsteht durch fehlende Ordnung nicht bloß eine Art Anarchie der Dinge. Wir verlieren auch den Überblick über das, was wir haben, und kaufen demnach oft sogar doppelt, tätigen Impulskäufe.

MACH DEN SELBSTTEST!

Nimm dir einen Zettel und einen Stift zur Hand und notiere dein „Warum“:

- ➔ Warum möchtest du mehr Ordnung und ein klareres Zuhause haben?
- ➔ Wie wird es sich anfühlen, wenn du diese Veränderungen umsetzt?
- ➔ Was willst du nicht mehr in deinem Leben/deinem Zuhause haben?
- ➔ Wovon möchtest du mehr in deinem Leben/deinem Zuhause sehen?

Ich bin eigentlich gar nicht so ordentlich!

An meinem eigenen Beispiel möchte ich dir einen Weg aus all dem Vorgenannten zeigen. Eingangs habe ich es bereits erwähnt: dass ich eigentlich eine kleine Chaotin bin, dass mir NICHT alles perfekt gelingt und es bei Gott bei uns zu Hause NICHT IMMER perfekt wie im Einrichtungsmagazin aussieht. Das klingt irgendwie merkwürdig in einem Buch über Ordnung, nicht wahr? Und du wunderst dich jetzt vielleicht: „Lilly, die Organizerin, ist nicht ordentlich?“ Was ich damit meine, ist, dass ich nicht von Grund auf ordentlich bin – aber ich bin es mittlerweile geworden bzw. weiß, wie ich es schaffe, meine Vorstellung von einer Grundord-



nung zu Hause in der Praxis umzusetzen. Doch das war ein Prozess! Versteh mich nicht falsch, natürlich liebe ich Ordnung und aufgeräumte Räume, aber es gibt einen ganz entscheidenden Unterschied zwischen etwas zu wollen und etwas zu haben. Und während ich zwar vom Grundtypus her definitiv die Planerin und Organisiererin bin, fiel mir die Umsetzung früher oft sehr viel schwerer.

Chaos und Ordnung müssen allerdings gar kein Widerspruch sein. Tatsächlich brauche ich das Chaos zum Teil für kreative Entstehungsprozesse. Chaos und Kreativität kann man nicht einsperren oder in Systeme zwingen. Aber: Ich persönlich kann mich einfach wesentlich leichter und entstresser in kreative Prozesse fallen lassen, wenn ich weiß, dass rund um mich nicht zig Papierstapel einsortiert werden müssen oder das dreckige Geschirr auf mich wartet. Vielleicht kennst du das ja auch.



Wie ebenfalls schon gesagt, glaube ich nicht daran, dass man Menschen per se in ordentliche und unordentliche einteilen kann. Natürlich haben wir alle unsere Tendenzen, Dinge, die uns mehr oder weniger liegen. Und bestimmt brauchen Menschen, die vom Grundtyp her perfektionistisch oder sehr ordentlich sind, nicht ganz so viel Unterstützung dabei, ihr Zuhause in Ordnung zu halten, aufzuräumen oder zu organisieren. Aber ich möchte allen Mut machen, die denken, sie werden es niemals schaffen, sich von unnötigem Ballast zu befreien und Klarheit zu erlangen. Deshalb erzähle ich dir hier von meinen eigenen Problemen und im Folgenden, wie ich sie gelöst habe – und auch du die deinen möglichst einfach lösen kannst.



Was hat mir geholfen, von Unordnung zu Ordnung zu kommen?

Ganz klare Antwort: Gute Systeme! Ohne meine Ordnungssysteme, Listen und Routinen würde es mir wirklich sehr schwerfallen oder gar unmöglich sein, neben Job und Familie zu Hause (und in meinem Kopf) eine gewisse Grundordnung zu halten.

Meine Tipps für Menschen, die sich wünschen, ordentlicher zu werden? Oft ist es kein so großer Schritt, wenn man erst mal die nötigen Systeme laufen hat. Um diese Systeme am Leben zu erhalten, kann zum Beispiel eine (Familien-)Kommandozentrale helfen. Ein anderes Beispiel ist der Haushaltsplan. Was vielleicht nach einem sehr angestaubten Oma-Wort (sorry, Oma) klingt, ist mittlerweile zu einem fixen Bestandteil der täglichen Ordnungsroutine vieler Menschen und nicht

1 „Das räum ich später weg.“

Das kennt doch jeder: Dinge liegen herum oder wir haben viele unterschiedliche Wege am Tag und dabei bleibt einiges an Ort und Stelle geparkt. Die Kaffeetasse, das Taschentuch, die Zeitschrift, die Verpackung vom Schokoriegel ... Alle diese einzelnen Dinge summieren sich und bedeuten später viel mehr Zeit, um wieder aufzuräumen.

STATTDESSEN

Wenn etwas rumliegt, räume es gleich an seinen Platz zurück! Das spart langfristig Zeit! Stichwort „an seinen Platz zurück“ – damit kommen wir gleich zum zweiten Satz, den ich immer wieder höre und der ein klassischer Ordnungsverhinderer ist.

2 „Ich weiß nicht, wohin damit!“

Wenn die Dinge in deinem Leben kein Zuhause haben, wird es für alle Beteiligten sehr schwierig sein, dauerhaft Ordnung zu halten. Denn ohne einen festen Platz „fliegen“ und liegen Dokumente, Post, Batterien & Co. immer herum, werden von A nach B getragen und sorgen für Unordnung in den vier Wänden.

STATTDESSEN

Alle Dinge brauchen einen fixen Platz, ein Zuhause! Schaffe also diesen Platz/ dieses Zuhause. Damit hilfst du jedem Familienmitglied, Ordnung zu halten.

3 „Das brauche ich später bestimmt irgendwann noch.“

Kennen wir alle, oder? Diese eine Skinny Jeans von früher, der dritte Outdoor-Rucksack, das 17. Paar weiße Sneakers. Frage dich, ob du diese Dinge jetzt nutzen würdest und wofür. Wenn du keine direkte Antwort darauf hast, dann wird sich das vermutlich auch nicht in ein paar Monaten ändern. Ich habe tatsächlich noch nie etwas ausgemistet, das ich später wirklich dringend wieder benötigt hätte.

STATTDESSEN

Dinge für später aufzuheben, schiebt eigentlich nur eine wichtige Entscheidung auf! Frage dich: „Brauche ich XY jetzt? Macht es mir Freude/erfüllt es einen Zweck?“ Lautet die Antwort „Nein“, ändert sich das später meist nicht. Statt die Entscheidung aufzuschieben, dich von Dingen zu trennen, die du nicht brauchst, mach es jetzt!

4 „Ich brauche mehr Platz!“

Ich höre oft: „Wenn ich nur mehr Platz hätte, wäre es bei mir zu Hause viel ordentlicher!“ Überlege mal: Mehr Platz bedeutet meist auch, dass wir mehr Dinge ansammeln, um diesen Platz zu füllen. Mehr Dinge bedeutet auch mehr Zeit, diese in Ordnung zu halten. Ein Gegenvorschlag: Wie wäre es, wenn nicht der Platz das Problem ist, sondern die Dinge, die wir besitzen?

STATTDESSEN

Wenn wir nur Dinge kaufen, für die wir auch Platz haben, dann erübrigt sich die Frage nach mehr Raum. Eine einfache Regel kann hier sehr helfen – das ist die Regel, die ich mit unseren Kindern schon trainiert habe, als sie ganz klein waren. Im Kinderzimmer galt: Wenn du eine Sache rausholst, musst du dafür eine andere Sache zurückräumen. Umgelegt auf unser Zuhause: Wenn du dir einen neuen Pullover, neue Handtücher, ein neues Küchengerät, was auch immer zulegen möchtest, überlege vorher, was im Gegenzug gehen darf. Was darf raus, damit was Neues einziehen kann?

5 „Ich bin einfach kein ordentlicher Mensch.“

Wie bereits erwähnt, glaube ich nicht, dass es grundsätzlich ordentliche und unordentliche Menschen gibt, aber natürlich haben wir alle Tendenzen in die eine oder andere Richtung. Vor allem ist es wichtig zu bedenken, dass Ordnung für jeden von uns auch etwas anderes bedeuten kann. Nicht jeder will in einem Pinterest-Perfect Home leben. Es gibt Menschen, die viele Bücher um sich brauchen, andere mögen es lieber leer. Die einen haben gern kreatives Chaos, die anderen weniger. Manchen fällt es leichter, die eigene Definition von Ordnung zu finden, anderen schwerer. Darum möchte ich diesem Satz „Ich bin einfach kein ordentlicher Mensch“ einen Gedanken entgegenzusetzen.

STATTDESSEN

Frage dich, wie wichtig dir Ordnung ist, welchen Stellenwert sie einnehmen soll und warum. Warum möchtest du mehr Ordnung zu Hause haben? Wenn du dein „Warum“ gefunden hast, wird es dir leichter fallen, Ordnung zu halten.

Unordnung: Stressfallen im Familienalltag

Stress entsteht oft durch mangelnde Systeme/ mangelnde Ordnung – wenn klare Strukturen fehlen und Routinen nicht etabliert sind. Ich gebe dir hier ein paar Beispiele für Alltagssituationen, die meist durch fehlende Systeme zur Stressfalle werden – und die Ursachenfindung dazu.

Situation 1

Morgens wird es immer knapp oder es herrscht einfach eine allgemeine Unruhe, weil eines der Kinder „wieder mal seine Trinkflasche/Schlüssel/Mütze etc.“ sucht.

→ **DIE URSACHE:** Die Dinge haben kein Zuhause/keinen festen Platz.

Situation 2

Immer wieder kommt es zum Anzieh-Drama am Morgen. In Windeseile werden Sportsachen gesucht oder das Lieblingsshirt, das leider in der Wäsche liegt. Stress vorprogrammiert.

→ **DIE URSACHE:** Das Outfit für den Tag war einfach noch nicht vorbereitet.

Situation 3

Du bist ständig unter Strom und hast das Gefühl, alles wird zu viel. Der Haushalt, die Wäsche, die Unordnung – immer liegt irgendwas rum, gefühlt ständig bist du am Aufräumen. Kaffee ist dein bester Freund und du fühlst dich, als würdest du dir selbst hinterherlaufen.

→ **DIE URSACHE:** Es fehlt das Grundordnungssystem in deinem Zuhause oder das bestehende System funktioniert nicht, weil es nicht zur Routine geworden ist.



Vielleicht kennst du diese Situationen auch von deiner Familie oder von dir selbst. Es sind wirklich ganz oft die einfachen, kleinen Dinge, die, wenn sie sich summieren, zur Stressfalle werden oder umgekehrt den Tag retten können. Das sind auch tatsächlich genau die Punkte, die den Unterschied machen zwischen „ständig machen müssen“ und „Auf den Küchentresen hüpfen und ein Buch lesen“-Pausen. Ja, das ist übrigens wirklich einer meiner Lieblingsplätze: Auf der Küchenarbeits-



Samstag und Sonntag: Familientag

Am Wochenende haben wir eigentlich keine Aufräum- oder Putzaktionen auf dem Plan, denn diese Zeit gehört der Familie. Gemütlich in den Tag hinein frühstücken, entspannen, den einen oder anderen Ausflug machen, abends auch mal eine Date Night zu Hause mit Cocktail Hour. Alles möglichst relaxed. Allerdings bereiten wir am Sonntag gemeinsam vieles für die kommende Woche vor: Schultascheninhalt checken, Kleidung für Montag rauslegen, To-dos für (Kindergarten und) Schule durchsehen. Außerdem schreibe ich sonntags immer die Einkaufsliste für den Wocheneinkauf. Das dauert in Summe nicht sehr lange und der Montag startet durch ein paar kleine Vorbereitungen gleich viel flüssiger.

Fazit

Du siehst, meine Version des Haushaltsplans bzw. der Aufgabenorganisation ist nicht kompliziert, aber systematisch. Der Plan unterstützt zumindest mich sehr gut darin, den Überblick zu behal-

ten. Außerdem mag ich diese Struktur der Woche ganz gerne, denn sie verschafft mir Klarheit und hilft tatsächlich, dass unser Zuhause immer relativ ordentlich, sauber und aufgeräumt bleibt. Die Betonung liegt auf „relativ“, denn auch wir sind natürlich nur Menschen und hinterlassen Spuren. Wie ich schon erwähnte: Perfekt wird überbewertet und ist völlig unrealistisch. Verabschiede dich besser von diesem Anspruch.

Teil 2: Tägliche Aufgaben

Neben den Schwerpunkttagen gibt es Aufgaben, die wir täglich erledigen – wir erhalten so die Grundordnung. Das gibt größeren Chaosherden erst gar keine Chance. Als Inspiration für deine tägliche Ordnungsroutine kannst du von der nachfolgenden Liste einfach das mitnehmen, was gut in deinen Lebensstil und Tagesablauf passt.

Auf der folgenden Seite findest du als Beispiel unseren Haushaltsplan.

HAUSHALTSPLAN

PUTZEN • ORDNUNG • AUFRÄUMEN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH
<div>KÜCHE<ul style="list-style-type: none">• Wocheneinkauf• Kühlschrankputz• Kaffeemaschine entkalken• Oberflächen reinigen• Backofen reinigen</div>	<div>WÄSCHE<ul style="list-style-type: none">• Waschen, trocknen, aufhängen, bügeln• Waschmittel auffüllen• Waschmaschine reinigen• Bügeleisen reinigen</div>	<div>BADEZIMMER<ul style="list-style-type: none">• Badezimmer und Toiletten reinigen• Handtücher wechseln• Badematten wechseln• Badespielzeug säubern</div>
DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<div>#10MINGOAL<ul style="list-style-type: none">• Nur einen Bereich ordnen, ausmisten und reinigen (Kleiderschrank, Schublade oder Vorzimmer etc.)</div>	<div>WOHNZIMMER UND ALLGEMEIN<ul style="list-style-type: none">• Staub wischen• Staubsaugen• Nass wischen• Fenster und Spiegel putzen, wenn nötig• Wohnung für das Wochenende aufräumen</div>	<div>FAMILIENTAG<ul style="list-style-type: none">• Nötige tägliche Aufgaben• Ein Projekt zu Hause, wenn nötig</div>
SONNTAG	NOTIZEN	
<div>FAMILIENTAG<ul style="list-style-type: none">• Für die Woche vorbereiten• Schulsachen-Check• Wocheneinkaufsliste• Betten frisch beziehen</div>	<div>NOTIZEN / TO-DOS<ul style="list-style-type: none">• _____• _____• _____• _____</div>	



LILLY KOSLOWSKY
von @stilles_bunt

WOHNEN UND LEBEN IN ORDNUNG

CIAO CHAOS – WOHNEN IN ORDNUNG

Interieur-Expertin Lilly Koslowsky vom erfolgreichen **Instagram-Kanal @stilles_bunt** teilt in ihrem ersten Buch ihre ganz persönlichen Tipps für ein besseres Zuhause. Die Autorin zeigt unter dem Motto „Perfekt wird überbewertet“ ihre authentische Methode, Ordnung in den manchmal stressigen Alltag zu bringen. Als Mutter und Selbstständige kennt sie die Stressfallen und das mögliche Chaos gut und erklärt anschaulich, wie diese mit einfachen Tricks zu meistern sind. Egal ob Familien- oder Businessleben – Checklisten und praktische Anleitungen helfen dabei, Lillys Tipps auf den eigenen Alltag anzuwenden. In ihrem Buch widmet sie sich unter anderem diesen Aspekten:

- » Praktischer Minimalismus
- » Individuelle Motivation für organisiertes Wohnen
- » Optimaler Mix aus Funktion und Styling der Einrichtung
- » Dekorieren und Wohlfühlen

... und viele weitere spannende Einblicke für einen stressarmen, befreiten und homogenen Alltag und ein besseres Wohnen!

Lilly Koslowsky
Wohnen und Leben in Ordnung
Familienalltag stressfrei organisieren. @stilles_bunt
144 Seiten, ca. 250 Abb., 19,3 x 26,1 cm, Hardcover
€ [D] 24,99 • € [A] 25,70 • sFr. 34,90
ISBN: 978-3-8388-3856-4
Bestellnr.: 23856
WG: 411
ET: 25.01.2023

