



# Die 7 goldenen Regeln des Ausmistens

DRS 3 hat mit der «Ausmist-Expertin» Helen Karrer-Davaz die «7 goldenen Regeln des Ausmistens» aufgestellt.

## 1. Nach dem Lustprinzip

*«Aller Anfang ist schwer.»*

Um in Fahrt zu kommen, solltet Ihr deswegen zuerst das machen, was Spass macht. Zum Beispiel den Stapel mit den Lieblingsheftchen oder die DVD-Sammlung ausmisten. Dann könnt Ihr den Schwung gleich mitnehmen und die weniger spassigen Aufgaben in Angriff nehmen.

## 2. Hilfe holen

*«Das ist zu viel Arbeit für mich!»*

Ihr müsst ja nicht alleine ausmisten! Bittet jemanden mit dem Ihr gut auskommt, Euch zu helfen, dann geht das Ganze viel einfacher - und wird lustiger.

## 3. Konsequent sein

*«Das räume ich später richtig weg.»*

Legt bloss keine Zwischenlager an! Wenn Ihr anpackt, dann richtig. Ziel ist, jedes Papier, jede zu bezahlende Rechnung nur einmal in die Hand zu nehmen. Nach dem Bearbeiten, sofort richtig ablegen und dann vergessen.

## 4. Frischer Wind

*«Es ist doch noch so gut wie neu!»*

Den Spruch kennen wir, aber das heisst noch lange nicht, dass wir das Ding auch wirklich noch brauchen. Wenn Ihr es also schon seit Ewigkeiten nur noch abstaubt, aber nicht mehr in Gebrauch habt: weg damit, oder besser noch an jemanden weitergeben der es noch so gerne in Betrieb nimmt.

## 5. Die Schatzkiste

*«Ich hänge einfach noch zu sehr dran...»*

Emotionale Bindung zu dieser einen Halskette, einer Sammlung Postkarten oder dem Lieblings-T-Shirt, das seit Jahren zu klein ist, kann es ganz schön schwierig machen, sich davon zu trennen. Besorgt Euch eine «Schatztruhe», wo Ihr Eure Erinnerungsstücke aufbewahren könnt.

## 6. Mit Planung dahinter

*«Montag: Bücherregal ausräumen / Dienstag: Schreibtisch organisieren / Mittwoch: Frei / Donnerstag: Kleiderschrank ...»*

Es ist verlockend, die Ausmist-Aktion an einem Tag durchzubringen, damit man es endlich hinter sich gebracht hat – aber das kann auch unnötig stressig sein. Deshalb empfiehlt es sich, sich genügend Zeit zu nehmen, vielleicht sogar eine Terminplanung anzulegen.

## 7. Nach der Arbeit kommt das Vergnügen

*«Endlich fertig! Jetzt hätte ich sogar Platz für...»*

Eine kleine Belohnung nach getaner Arbeit ist nun sicherlich angebracht. Aber dieses Mal schlauer shoppen, damit es nicht schon bald wieder die nächste Ausmist-Aktion braucht :-)