

## Überfordert vom normalen Alltag



**Helene Karrer-Davaz hilft Menschen beim Aufräumen. Das funktioniert nur in kleinen Schritten, denn für manche ist das Chaos Teil ihrer Seele.**

Von Paula Lanfranconi

Ihr Büro sieht aus, als hätte sie es erst gestern bezogen. Das Regal mit dem Briefpapier ist säuberlich nach Farben sortiert. Die Seitenwände flankiert von Ordnerfronten. Auf dem Arbeitstisch kein einziger Papierstapel, jeder Bleistift hat sein Plätzchen. Auch die Plastikbox für den Kundinnenbesuch steht gepackt da. So viel Akkuratessie verunsichert. Hat mans da mit einer Ordnungsfanatikerin zu tun? Da fällt der Blick auf die Pinnwand: «Wir brauchen Mutmacher, keine Angst- und Bedenkenträger», steht da.



Mit einem Faltordner gegen Berge ankämpfen: Helene Karrer und die Wohnung einer ihrer Kundinnen.

### **Aufräumen: Eine Art Amputation**

Die Frau am Schreibtisch lächelt: Schon als Kind, sagt sie, habe sie gerne gewusst, wo sie ihre Farbstifte finde. Helene Karrer-Davaz, 49, ist hauswirtschaftliche Betriebsleiterin mit Weiterbildung in Coaching. Seit anderthalb Jahren begleitet sie Messies beim Aufräumen, Menschen, die vor einem Riesenberg stehen und nicht wissen, wo anfangen. Sie finden via Homepage zu ihr, einige über Sozialämter. Zehn Personen sind es jetzt, mehrheitlich Frauen. Etliche sind in einer Psychotherapie, keine entspricht dem Klischee des betagten, etwas verwirrten Messies.

Da ist der Student, Borderliner. Er kommt mit seinen Terminen nicht zurecht. «Ein total begabter Typ, der auch Computerspiele gegen Gewalt entwickelt», sagt Karrer, und in ihrer Stimme liegt Wärme. Oder die ehemalige Lehrerin. Geht an Vorträge und bringt rucksackweise Literatur heim. Kann nichts wegwerfen, weil ja irgendwann irgendjemand danach fragen könnte. Oder die Unternehmerin, der man im noblen Quartier gekündigt hat, weil sie im Garten und auch sonst ein «Gnuusch» hat.

Wenn Helene Karrer zu einem neuen Kunden geht, stellt sie sich vor, sagt, wie sie arbeitet. Pro Beratungsstunde verlangt sie 88 Franken, zuzüglich Entsorgungs- und Fahrkosten. Das Wichtigste sei, genau zuzuhören und eigene Vorstellungen loszulassen: «Man ist rasch in einem sehr persönlichen Bereich, die Leute fragen: Können wir nicht Du sagen?» Manchmal, wenn die Kundinnen schlecht drauf sind, geht Helene Karrer wieder heim. Diese ganz kleinen Schritte machten ihr am Anfang Mühe. Heute weiss sie: «Aufräumen ist für Messies wie eine Amputation. Man kann ein Stück weit Ordnung schaffen, aber dann muss man eine Pause machen, damit es verheilen kann.» Das Verkehrteste wäre, einfach eine Mulde zu bestellen. «Das», sagt Karrer, «würde den Leuten ein Stück ihrer Seele herausreißen.»

### **Taschen, Kleider, Kanarienvögel**

Es sei Alltagspsychologie, was sie mache. Und klar, räumt sie ein, auch sie habe «ihre dunklen Ecken», mit dem Unterschied, dass sie ihre Zeitungsstapel nach zwei Wochen entsorge. Helene Karrer bringt Lebenserfahrung mit, hat Krisen erlebt: Etwa als sie Mobbing-Opfer wurde. Oder als sie vor einem Jahr erfahren musste, dass ihre Geschäftspartnerin mehrere Kundinnen geschädigt hatte: «Das war ein Riesenschreck.» Sie musste sich von ihr trennen.

Leben kann Helene Karrer von ihrer Tätigkeit als Ordnungcoach noch nicht. Sie besorgt daneben noch Verbandssekretariate im Berufsbildungs- und Hauswirtschaftsbereich. Überlegt sich, als weiteres Standbein Büros in Kleinfirmen aufzuräumen. Gelernt hat sie das in Kursen der deutschen Aufräumpäpstin Edith Stork.

Inzwischen ist es neun Uhr – Zeit, zu Anne-Käthi nach Basel zu fahren. Aus den Stehenden gegenüber nennt Helene Karrer alle ihre Kundinnen Anne-Käthi. Das sei ein fröhliches Mädchen gewesen, das jeweils bei ihnen auf dem Hof die Ferien verbracht habe. Die heutige Anne-Käthi ist eine zierliche Mittdreissigerin, die Begrüssung so herzlich, als komme eine Freundin zu Besuch. Den Weg in Anne-Käthis Wohnung muss man sich bahnen. Überall stehen vollgestopfte Tragtaschen. Das Bett ist von einer Puppenschar belagert – Ergebnis eines kürzlichen Brocki-Besuches. Neben dem Bett Berge von Kleidern. Mitten in der Küche ein Garderobenständer, eingekleimt zwischen Tragtaschen, auf dem Küchentisch ein Käfig mit zwitschernden Kanarienvögeln, die Küchenkombination von tausend Dingen überstellt.

Anne-Käthi liebt schöne Dinge. Halsketten, Nippes, Kristalle – alles hat sie letzte Nacht in diverse Vitrinen eingeordnet. Dafür bekommt sie Lob von Helene Karrer. Warum sich all die Dinge bei ihr ansammeln, kann sich Anne-Käthi nicht recht erklären. Sie hat schon vieles gemacht in ihrem Leben, aber nichts lange. Vor kurzem erhielt sie die Diagnose ADHS (Aufmerksamkeits-/Hyperaktivitätsstörung). Sie lebt am Existenzminimum. Wenn in den Läden Aktionen laufen, greift sie zu. «Ich will doch», sagt sie, «den Kleinen meines Bruders etwas schenken können.» Allerdings kann sie die Geschenke zu Hause oft nicht mehr finden und kauft wieder Neues.

### **Grün für Haushalt, Rosa für Freuden**

Helene Karrer nimmt einen schwarzen Faltordner aus der mitgebrachten Box. Dazu bunte Post-it-Zettel. Grün für den Haushalt, Gelb für Allgemeines und, ganz wichtig, Rosa für «Freuden». Da drauf notieren sie gemeinsam, was an welchem Tag gemacht werden soll. Jeder erledigte Zettel wandert dann in eine Plastiktasche mit einem Smiley drauf. «Erfolgserlebnisse», sagt Helene Karrer, «sind zentral.»

Anne-Käthi weiss bereits, wo sie am dringendsten aufräumen möchte: in der Küche und gleich den ganzen Herdbereich. Helene Karrer bremst. Lieber zuerst eine Ecke drannehmen und die Sachen richtig verräumen. Doch Anne-Käthi will heute auch noch das Tabourettl streichen und Kuchen backen. «Wenn ich so in ein <Züü> hineinkomme», sagt sie, «kann ich fast nicht mehr aufhören.» Helene Karrer fragt: «Stimmt das wirklich für dich? Morgen ist auch noch ein Tag, schreib lieber noch eine Freude auf.»

Nach und nach füllt sich der Ordner mit bunten Zetteln. Anne-Käthi weiss nun, was sie jeden Tag anpacken soll. Doch es geht nicht bloss ums Ordnungschaffen, genauso wichtig sind Struktur und Lebensqualität: Wenn ihre Küche Ende Januar aufgeräumt wäre, könnte Anne-Käthi wieder selber kochen. Und sie würde sich weniger mit Schamgefühlen quälen.

Helene Karrer weiss, es wird ein langer Weg. Sie vereinbaren, dass Anne-Käthi jeden zweiten Tag per SMS mitteilen soll, wo sie steht. Karrer tut das auch mit anderen Kundinnen. «Ich denke an dich», SMSt sie zum Beispiel, wenn jemand in einer speziell schwierigen Situation steckt.

Warum lässt sie sich so eng mit komplizierten Menschen ein? Jeder brauche eine Ecke, wo es ihm wohl sei, den Messies fehle das, nach dem Aufräumen gehe es ihnen besser. Als Bauerntochter ist Helene Karrer aber auch Realistin. Letztlich, sagt sie, sei ihre Motivation «ein Gemisch aus sozialem Engagement und einer gewissen Rationalität und Wirtschaftlichkeit».