

## **Drei Kisten-Methode**

Womit beginnt eine **Aufräumaktion**? Ich nutze gerne die von Rita Pohle entwickelte **Drei Kisten Methode**.

Dabei durchstreife ich Raum für Raum und nehme dazu drei Kisten mit. Öffne Schränke und Schubladen, schaue mich im Raum um und überlege, was mit diesen Gegenständen los ist:

- Warum hebe ich diesen Gegenstand auf, brauche ich ihn wirklich?
- Ist der Gegenstand noch funktionstüchtig?
- Hilft mir dieser Gegenstand bei meiner Arbeit, in meinem Leben?
- Macht mich der Gegenstand glücklich oder belastet er mich?

Dann sortieren ich den Gegenstand in die entsprechende Kiste und zwar in:

**Kiste 1** kommt alles, was kaputt, defekt und nicht mehr zu reparieren ist und schon längst entsorgt werden sollte: alte Zeitschriften und nicht mehr benötigte Papiere, defekte Gegenstände wie z.B. Tassen ohne Henkel, kaputte Elektrogeräte, verschlissene Kleidung usw.

**Kiste 2** kommen alle Sachen, die noch funktionstüchtig sind, die ich aber nicht mehr leiden mag oder brauche. Vielleicht können diese Dinge ja von jemand anderem noch gebraucht werden? Diese Sachen verschenke ich, spende sie einer karitativen Organisation oder aber verkaufe sie auf dem Flohmarkt.

**Kiste 3** kommen die Dinge, die mir wirklich am Herzen liegen, die aber nicht unbedingt die Wohnung belasten müssen. Für diese wertvollen Erinnerungsstücke habe ich eine ganz besonders schöne Kiste und suche für diese Schatzkiste einen würdigen Platz im Haus. So kann ich bei Bedarf jederzeit auf meine Schätze zugreifen, ohne die Wohnung damit zuzurümpeln.

Am Ende dieser Aktion fühle ich mich entlastet und freier und habe so nebenbei auch mehr Ordnung geschaffen.