



Mache den
Ordnungs-
CHECK

und hole dir Glück & Erfolg ins Leben.





Hallo und herzlich willkommen!

Gratulation zu deinem Mut hier den Ordnungs-Check zu machen. Er soll dir zeigen, ob dein Ordnungsleben in Balance ist. Mach dir keine Sorgen, was das Ergebnis bringen wird. Ja, möglicherweise wirst du mit dem Ergebnis nicht ganz glücklich sein, weil es dir nun Schwarz auf Grün zeigt, was du bewusst oder unbewusst schon weißt. Super! **Wunderbar, denn du startest jetzt damit, das zu ändern!**

Ja, Unordnung und auch übermäßige Ordnung ist der liebevolle Hinweis: Es ist Zeit für Veränderung! Genau diese darf ganz einfach gehen. Mit den richtigen Tipps und Tricks kann jeder Ordnung schaffen, die für immer bleibt. Meine Kunden schreiben mir oft „Unglaublich Maria, wie einfach es geht.“ „Wow, ich fühl mich so viel besser.“ und noch viel mehr.

Also, lass dich darauf ein. Deine Räume und ich begleiten dich dabei – du musst es also, nicht alleine schaffen.

Bevor du mit dem Test loslegst, schau auf deine Räume. Ja, jetzt auch mit all der Unordnung (oder extremen Ordnung). Schau darauf und danke ihnen. Sie haben dich zu dem gemacht, was du jetzt bist. Und genau das ist wunderbar!

Es darf aber jetzt weiter gehen – jeden Tag noch ein Schritt zu deinen großen und kleinen Zielen & Träumen.

Antworte auf die Fragen einfach spontan und ohne viel nachzudenken. Vergib jeder Frage 1-5 Punkte (1 = stimmt überhaupt nicht bei mir, 2 = stimmt eher nicht, 3 = naja – neutral, 4 = stimmt bei mir, 5 = stimmt voll und ganz)

Zähle dann die 4 Spalten je Gruppe zusammen und trage weiter hinten die Ergebnisse in die Tabelle. Dann findest du deinen Ordnungs-Typ, dazu gleich eine konkrete Übung und 3 einfache Maßnahmen für deinen Raum.

Viel Spaß auf diesem Weg und happy Day, Maria

PS: Vergiss nicht: **Der Mensch, der den Berg versetzte war derselbe, der den ersten Stein weggetragen hat.**

Mache den
Ordnungs-
CHECK
und hole dir Glück & Erfolg ins Leben.

(1 = stimmt überhaupt nicht bei mir, 2 = stimmt eher nicht, 3 = naja – neutral, 4 = stimmt bei mir, 5 = stimmt voll und ganz)

Gruppe1

	A	B	C	D
Bei mir kann jeder Zeit, spontan Besuch kommen.	<input type="checkbox"/>			
In meinen Räumen finden sich jede Menge Dinge von anderen. Die Erbstücke der Großmutter, die alten Dinge der Kinder und vieles mehr.		<input type="checkbox"/>		
Wenn ich Dinge einkaufe, kann schon mal sein, dass sie einige Tage in den Tüten/Sackerln bleiben.			<input type="checkbox"/>	
Irgendwie finden die Dinge bei mir nicht zurück an den richtigen Platz.				<input type="checkbox"/>
Jedes Ding in meinem Zuhause hat einen fixen Platz und genau dort ist es grundsätzlich auch.	<input type="checkbox"/>			
Loslassen fällt mir generell schwer, auch wenn es gar nicht um materielle Dinge geht.		<input type="checkbox"/>		
Meine Oberflächen auf Kommoden, in der Küche, die Tische usw. sind oft voll und es ist kaum Platz.			<input type="checkbox"/>	
Entrümpeln fällt mir recht leicht, aber trotzdem ist früher oder später immer alles unordentlich.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gruppe2

	A	B	C	D
Im Vorzimmer kommt es schon mal vor, dass man über die Schuhe stolpert.	<input type="checkbox"/>			
Bei uns gibt es oft Streit zum Thema Ordnung und Chaos.		<input type="checkbox"/>		
Meine Rechnungen, Akten und sonstigen Unterlagen der letzten Jahre hab ich alle archiviert.			<input type="checkbox"/>	
Auch in meinen Schränken muss immer alles geordnet sein, sonst fühle ich mich unwohl.				<input type="checkbox"/>
Auf meinem Schreibtisch ist immer Chaos mit all den aktuellen Unterlagen.	<input type="checkbox"/>			
Oft denke ich mir, das könnt ich ja nochmals brauchen und kann es nicht wegschmeißen.		<input type="checkbox"/>		
Ich bin bekannt bei meinen Freunden, dass ich immer alle noch so verrückten Dinge sicher habe (und sie es ausborgen können).			<input type="checkbox"/>	
Ich liebe Ordnung, nur meine Mitbewohner nehmen es da nicht so genau.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Mache den
Ordnungs-
CHECK
und hole dir Glück & Erfolg ins Leben.

(1 = stimmt überhaupt nicht bei mir, 2 = stimmt eher nicht, 3 = naja – neutral, 4 = stimmt bei mir, 5 = stimmt voll und ganz)

Gruppe 3

	A	B	C	D
Die gewaschene Wäsche ist bei mir auf einem Stoß und oft suche ich mir dort Dinge zum Anziehen heraus.	<input type="checkbox"/>			
Oft gibt es bei uns Streit, weil ich gerne alles sehr ordentlich habe.		<input type="checkbox"/>		
Das könnte ich ja noch mal brauchen, denke ich mir immer wieder.			<input type="checkbox"/>	
Eigentlich sind die anderen Schuld, dass es bei uns so unordentlich ist.				<input type="checkbox"/>
Andere sagen mir immer wieder: „Warum lässt du immer alles liegen.“	<input type="checkbox"/>			
Auch bei meiner Arbeit möchte ich alles strukturiert haben, damit ich wirklich gut weiter kommen.		<input type="checkbox"/>		
Der Gedanke, all meine Dinge könnten weg sein/gestohlen werden macht mich verrückt.			<input type="checkbox"/>	
Oft denke ich mir, dass mich die ganze Unordnung verrückt macht und mich aufhält.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gruppe 4

	A	B	C	D
Bei mir ist der Abstellraum so voll, dass man kaum hinein kommt.	<input type="checkbox"/>			
Bei mir gibt es viele geschlossene Schränke und wenig Dekoration.		<input type="checkbox"/>		
Ich bin immer auf der Suche nach neuem Stauraum um dort wieder alles neu zu sortieren.			<input type="checkbox"/>	
Ich bin total kreativ und probiere gerne Neues.				<input type="checkbox"/>
Es gibt schon immer wieder Dinge, über die man drüber steigen oder um die man herumgehen muss.	<input type="checkbox"/>			
Sauberkeit ist mir wichtig und dafür investiere ich viel Zeit (oder Geld).		<input type="checkbox"/>		
Ich habe ein ganz konkrete Sammlung von... und liebe sie.			<input type="checkbox"/>	
Immer wieder mache ich Entrümpelungsaktionen und bringe viele Dinge weg, aber die Ordnung bleibt dann nicht lange.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Mache den
Ordnungs-
CHECK
und hole dir Glück & Erfolg ins Leben.

(1 = stimmt überhaupt nicht bei mir, 2 = stimmt eher nicht, 3 = naja - neutral, 4 = stimmt bei mir, 5 = stimmt voll und ganz)

Gruppe 5

	A	B	C	D
Bei mir gibt es jede Menge spezielle Möbel, um Dinge zu verstauen.	<input type="checkbox"/>			
Eigentlich ist es besser, die Schränke gar nicht aufzumachen, denn da quillt alles heraus.		<input type="checkbox"/>		
Ich liebe den Spruch: „Ordnung ist das halbe Leben – ich lebe in der anderen Hälfte.“			<input type="checkbox"/>	
Ordnung machen ist für mich Spaß und Entspannung.				<input type="checkbox"/>
Wenn ich etwas Neues (zB. ein neues Hobby) starte, kaufe ich alles, was es dazu braucht.	<input type="checkbox"/>			
Ich habe oft das fixe Vorhaben auszusortieren, doch dann kommt wieder was dazwischen.		<input type="checkbox"/>		
Die meisten Dinge, die bei mir herumliegen sind in Gebrauch.			<input type="checkbox"/>	
Es kann schon mal sein, dass ich Termine absagen, um Ordnung zu schaffen.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gruppe 6

	A	B	C	D
Ich habe immer einen Plan, was ich wann mache.	<input type="checkbox"/>			
Oft kauf ich Dinge, die ich eigentlich nicht brauche.		<input type="checkbox"/>		
Archivieren ist irgendwie meine Leidenschaft.			<input type="checkbox"/>	
Es kann schon vorkommen, dass in der Küche einige Tage das schmutzige Geschirr herumsteht.				<input type="checkbox"/>
Wenn bei mir ein neues Ding ins Haus kommt, dann schau ich dass ich alte Dinge loslasse.	<input type="checkbox"/>			
Kaputte Dinge gibt's genug, doch irgendwie reparieren sie sich nicht von selbst.		<input type="checkbox"/>		
Ich liebe Bücher und habe viele, viele, viele davon.			<input type="checkbox"/>	
Ich lasse gerne Schranktüren offen – einfach so.				<input type="checkbox"/>
Summe Gruppe 6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Trage nun alle Punkte der 6 Gruppen hier ein und summiere die Zeilen. So erfährst du deinen Ordnungstyp. Gibt es einen, wo du besonders viele Punkte hast? Hol dir dann unten im passenden Text gleich ein paar Tipps, um deinen Zielen und Träumen näher zu kommen. Wenn du bei einem Ordnungstyp mehr als 45 Punkte hast, dann solltest du rasch loslegen, damit du mehr Energie hast deine Ziele zu erreichen.

Eventuell ist dein Ordnungsleben nicht in Balance und hält dich auf, wirklich erfolgreich zu sein und deine Ziele zu erreichen. Kein Problem, denn heute ist der Tag um genau das zu ändern und loszulegen. Du findest unten gleich einige Tipps. Probiere sie aus!

1A	2D	3B	4B	5D	6A	Summe	wunderbarer Ordnungs-Fan
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1B	2C	3C	4C	5A	6C	Summe	beneidenswerte Struktur-KünstlerIn
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1C	2B	3D	4A	5B	6B	Summe	brillante Tausendsassa
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1D	2A	3A	4D	5C	6D	Summe	aktive, erfolgreiche UmsetzerIn
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



Wunderbarer Ordnungs-Fan!

Wunderbar, du tust dir leicht mit dem Ordnung halten und dem Loslassen. Gratulation, denn so, so viele schaffen das nicht so einfach. Überlege dir aber trotzdem, ob dich dein Ordnungsleben nicht aufhält? Hast du vielleicht sogar zu viel Ordnung und Struktur. Bist du oft zu perfektionistisch und kommst dadurch nicht weiter? Kann es sein, dass deine großen Ziele und Träume genau dadurch noch in weiter Ferne sind. Hast du vielleicht Stress, Streit und wenig Zeit? Balance im Ordnungsleben bringt dich weiter. Um das genau zu testen, probiere mal aus eine Woche auf einem kleinen Platz (zum Beispiel am Küchentisch) Dinge liegen zu lassen, das Geschirr nicht gleich einzuräumen. Was macht es mit dir? Lass es dir wirklich gut gehen in deinen Räumen mit diesen 3 Tipps:

1. Schaffe dir einen Lieblingsplatz/Kraftplatz, der dich wirklich stärkt.
2. Bringe Bewegung in deine Räume in Form von Pflanzen, Bildern mit Wasser, Mobile...
3. Mach heute spontan eine Veränderung in deinen Räumen. Drucke dir ein Bild mit deinem Ziel aus und hänge es einfach so als Zettel in deinem Vorzimmer auf. Es muss nicht perfekt sein!

Beneidenswerte Struktur-Künstlerin!

Du schaffst es super Dinge zu ordnen und in Struktur zu bringen. Möglicherweise verbringst du damit auch viel Zeit. Wunderbar, denn das ist eine Gabe, die viele anderen fehlt. Du hast jedoch auch viele Dinge gesammelt, die dir vielleicht gar nicht mehr gut tun. Platz ist immer ein Thema und so wirklich Freiraum für Neues könnte es auch mehr geben. Halten dich vielleicht „Altlasten“ auf, Neues auszuprobieren und deine Ziele und Träume zu erreichen? Entrümpeln ist nicht einfach, aber mit den richtigen Tricks darf es trotzdem ganz spielerisch gehen.

Teste mal aus, was es mit dir tut, wenn du dir folgende Geschichte überlegst: Du bist einen ganzen Tag mit deiner Familie/deinen Freunden bei einem wunderbaren Ausflug. Dann kommst du heim und alles (wirklich alles) ist weg. Dein Zuhause ist total leer. Keine Möbel, keine Gegenstände – nichts. Was macht es mit dir? Du findest dann in der Ecke irgendwo einen „Geldbeutel“ mit dem gesamten Geldwert all deiner Dinge. Tausende Euro/Franken/Dollar! Wofür würdest du dieses Geld ausgeben. Für all die Dinge, die du jetzt bei dir hast? Oder auch für Urlaub, eine Ausbildung, für eine neue Wohnung mit Garten... Hier drei Dinge, die du heute umsetzen kannst.

1. Nimm einen Gegenstand den du wirklich liebst und spür mal, wie es sich anfühlt. Jetzt irgendeinen Gegenstand, den du schon lang nicht mehr magst. Der Unterschied? Entsorge das zweite Ding.
2. Deine großen und kleinen Ziele. Bring sie in den Raum und schau, dass sie Platz haben. Mach ein Regal dafür frei und lass es leer.
3. Schaffe 2 Kisten voll alter Dinge weg (in den Keller) und trag dir einen Termin in 2 Monaten ein. Dann überlege dir: Hast du wirklich dran gedacht? Sind sie dir abgegangen? Wenn nicht, dann weg damit.



Brilliante Tausendsassa!

Du weißt es wohl schon bewusst und unbewusst, dass du viel zu viele Dinge und zu viel Unordnung bei dir hast. Sie dankbar dafür! Was? Ja, denn genau deine jetzigen Räume haben dich zu dem wundervollen Menschen gemacht, der du jetzt bist. Und wenn sich viel in deinen Räumen tut, dann hast du das volle Potenzial viel zu leisten, zu erreichen. Du bist ein Tausendsassa und alles ist möglich. Andere haben die große Herausforderung zu perfektionistisch zu sein und nicht weiter zu kommen. Jetzt aber zeigt dir die Unordnung liebevoll, dass es Zeit ist für Veränderung. Und genau die darf ganz einfach gehen. Es ist möglich auch bei dir, denn Hunderte andere haben es schon geschafft. Mach also gleich folgende Übung heute: Setze dich an einen wunderbaren Platz, wo du dich so richtig gut und frei fühlst. Das kann auch im Park oder in deinem Lieblingslokal sein. Nimm dir ein Blatt Papier und schreib dir auf, wie dein Leben in einem Jahr ist, wenn all die Unordnung, all das alte Zeug nicht hier ist. Beschreib es in allen wunderbaren „Farben“. Was kannst du erreichen? Wieviel Geld sparst du? Wieviel Zeit hast du plötzlich für dich? Schreib dir alle Vorteile auf und dann:

1. Bringe dieses Ziel in die Räume. Ein Bild, ein Wort oder das ganze Blatt Papier an einem wichtigen Platz.
2. Schaffe dir einen Lieblingsplatz in deinem Zuhause und lass es dir dort gut gehen.
3. Nimm dir eine kleine Kategorie an Dingen vor (zum Beispiel Regenschirme oder Nagellack). Hol dir alle Gegenstände dazu an einen Platz und hebe nur die auf, die dich wirklich glücklich machen.

Aktive, erfolgreiche Umsetzerin!

Wunderbar, denn du tust dir leicht alte Dinge loszulassen und Neues zu beginnen. Umsetzen und Bewegung sind für dich kein Problem in den Räumen und im Leben. Du verstehst es Dinge zu anzupacken, doch manchmal wird es zu viel und die Ordnung bleibt auf der Strecke. Wenn es passt, dann machst du Entrümpelungsaktionen, aber im Alltag kann es schon vorkommen, dass mal jede Menge Dinge länger herumstehen. Überlege dir mal folgende Sache. Es kommt eine Fee und macht für dich Ordnung. Klingt super, denn sie trägt dir alles nach und bringt all deine Dinge auf den richtigen Platz, wenn du selbst zu faul dazu bist. Sie erledigt das Aufräumen, bis zum deiner nächsten großen Aktion. Im Alltag ist daher alles möglich und du kommst so richtig weit voran. Ein Traum? Nein, denn diese Fee kannst du selbst sein, wenn du deinen Fokus änderst. Versuche den Fokus vom Nehmen auf das Geben (Zurückräumen) zu legen:

1. Drei Dinge am heutigen Tag. Finde einen ganz fixen Platz und schau, dass sie die nächsten 4 Wochen immer wieder dort zurückkommen.
2. Suche dir ein Ritual, dass du jeden Tag tust. Zum Beispiel Betten machen. Halte es wirklich ein Monat durch und dann feiere deine Erfolge.
3. Bringe Ruhe in deine Räume und dein Leben. Stelle Sessel & Stühle in den ersten Blick. Sorge für mehr Gemütlichkeit.