Tien foefjes van de opruimcoach!

Voor iedereen die moeilijk afstand kan doen van spulletjes maar dat tóch wil of moet doen...

 **Tien foefjes van de opruimcoach:**

**1 Kies het percentage dat mag blijven**

U gaat bijvoorbeeld alle oude knuffels opruimen.

Als u zich steeds bij elke afzonderlijke knuffel die u tegenkomt afvraagt of u die wilt houden, dan bent u geneigd ze allemaal te houden.

Als u alle knuffels verzamelt en zich voorneemt om

van het totaal bijvoorbeeld de helft of een derde te houden, dan is het veel makkelijker kiezen.

U kiest dan gewoon de mooiste en de liefste uit.

**2 Neem de grootte van de opbergruimte als maatstaf**

Als u de hoeveelheid spullen die u wilt bewaren mede laat bepalen door de ruimte die u heeft om het op te bergen wordt de keus al makkelijker. U heeft bijvoorbeeld een dekenkist.

Als u besluit om alleen te houden wat daar inpast, dan zult u de oudere dekens en dekbedden (met een vlekje of een rafeltje) makkelijker weg kunnen doen.

**3 Maak een foto**

Soms kan het maken van een foto helpen. U fotografeert die mooie oude kinderstoel en bewaart de foto. Die foto neemt veel minder ruimte en de kinderstoel kan weg.

**4 Zet alvast apart**

Als u de spullen waar u over twijfelt apart zet van de rest van de spullen, bij voorbeeld op een andere plank in een kast, dan zult u zien dat u met andere ogen naar die spullen gaat kijken.

U denkt ze als het ware al bijna weg en uw relatie met die spullen zal zodanig bekoelen dat u ze ook echt makkelijker weg kunt doen.

**5 Doe weg wat niet gebruikt is**

Als u bij een seizoenswisseling uw kleding in de kast hangt, haakt u de hanger met de open zijde van de haak naar voren om de roede. Als u iets gedragen heeft hangt u het dan met de hangerhaak andersom op. Bij de volgende seizoenswisseling kunt u in één oogopslag zien welke kleren u helemaal niet gedragen heeft want die hangt dan nog steeds met de openzijde van de haak naar voren. Dat kan u helpen om kledingstukken alsnog weg te doen.

**6 Doe weg wat niet gemist wordt**

U kunt in de keuken uw la met keukenattributen omkieperen in een doos. Als u iets uit die doos gebruikt mag het weer in de la terug. Alles wat u na een half jaar nog steeds niet uit de doos heeft gebruikt zult u niet meer missen en kunt u nu weg doen

**7 Kies voor wat mooier uitkomt**

Als u het servies waar u over twijfelt uit de kast haalt en ziet hoe mooi uw overgebleven servies uitkomt wordt het makkelijker de twijfelstukken weg te doen.

U geniet meer van de mooie spullen en dat is vaak een goede motivatie om te leren afdanken.

**8 Gebruik de twijfeldoos**

Als u twijfelt over spullen kunt u ze in een doos wat laten afkoelen op zolder. Schrijf op de doos wat er in zit, zodat u (mocht u iets alsnog willen gebruiken) het makkelijk uit die twijfeldoos kunt opdiepen.

Na verloop van tijd loopt u deze dozen nog eens door.

**9  Gebruik de datum doos**

Een beetje een rigoureus foefje, meer een hele grote foef:

Doe spullen die u op termijn wel weg zou willen doen

- maar nu nog niet - in een doos. Zet er een datum op.

Verloopt deze datum zonder dat u er iets uit heeft willen halen dan doet u de doos ongezien (oei...) weg.

**10 Laat het lot beslissen**

Als u het helemaal niet meer weet, laat dan het lot beslissen.

Gooi met een dobbelsteen!

Bij even getallen mag het weg, bij oneven getallen mag het blijven...

Let wel op het gevoel dat u krijgt bij het zien van het aantal ogen. Krijgt u de neiging om bij een bepaalde uitkomst liever opnieuw te willen gooien vraag uzelf dan in alle eerlijkheid af of u toch niet liever zelf de verantwoordelijkheid voor uw keuzes wil nemen?