



VAN CHAOS NAAR RUST IN 1 WEEK

Productiviteitsexpert Julie Morgenstern was een 'overwinnaar van chaos' tot het ouderschap haar dwong te organiseren. Wat kunnen wij van haar leren?

Door Zoë Williams, journalist bij The Guardian.

Vrij vertaald door Irma Spaans professional organizer, Mijn Huis Op Orde.

Het is lastig om advies te krijgen van iemand uit een andere situatie. Zoë Williams, journalist bij The Guardian, las de boeken met organizingtips van Julie Morgenstern. Maar zij werd pas echt geraakt toen Julie haar eerdere situatie beschreef. Toen viel voor Zoë het kwartje.

Julie over zichzelf: 'De eerste 25 jaar van mijn leven leefde ik in chaos. Ik leefde tussen de stapels waar ik spullen uittrok. Ik was altijd te laat voor alles. Ik had nooit tijd en had een slecht tijdsbesef. Vrienden raakten hun spullen kwijt in mijn huis. Ze trokken hun schoenen uit en vonden deze niet meer terug. Dit raakte Zoë: zij kocht een nieuwe thermostaat ter waarde van 200 pond en was 'm direct kwijt.

Julie: 'Voor zo'n leven kies je niet. Altijd 17 minuten te laat zijn en van alles uitstellen.

Dat je niet eens iets zoekt omdat je het toch niet kan vinden. Was ik wel op tijd? Dan voelde dat als een overwinning. Ik voelde me een overwinnaar van de chaos. Ik verlangde naar orde, maar was er ook bang voor. Ik dacht dat dit al mijn creativiteit zou verpletteren en van mij een terughoudend persoon zou maken.' Haar wake-up call kwam toen zij en haar dochter drie uur lang zochten naar de achttien dingen die ze nodig hadden om op pad te gaan. 'Ik moest mijzelf organiseren. Ik kon dan wel de held zijn van mijn eigen chaos, maar ik kon dit anderen niet aandoen.'

Julie startte langzaam. Zij deed een half jaar over haar luiertas voordat ze doorging met de keuken en de rest van haar huis. Tenslotte ging zij aan de slag met het structureren van haar tijd. Zoë wil het anders. Zij wil in weerwil van de principes van Julie al die activiteiten in een week aanpakken én afronden.

Lees over Zoë's worsteling met deze principes en wat zij daarvan leerde:

1. Tijd is ruimte, ruimte geeft tijd

'Het grootste obstakel bij het organiseren van tijd is de onze perceptie van tijd.' zegt Julie.

'We denken dat tijd ontastbaar en relatief is. Als je zo over tijd denkt is het onmogelijk je tijd in te delen. Denk daarom aan je dag als een overvolle kast. Je ruimt eerst op en je groepeerde spullen logisch bij elkaar. Je doet kapotte spullen weg. Je legt je spullen op een logische plek bij elkaar en doet de spullen waar je geen ruimte voor hebt, weg. Dit klinkt abstract. Om goed te beginnen met het organiseren van je tijd begin je met het opruimen van de ruimtes die je veel gebruikt. Dan heb je maximaal resultaat.'

Zoë begint overmoedig met een kamer terwijl productiviteitsexpert Morgenstern begon met haar luiertas. Maar Zoë kan niet anders. 'Ik gebruik mijn tassen nooit twee keer achter elkaar. Misschien is dat wel een deel van mijn probleem. Mijn huis is gevuld met canvas tasjes, met daarin achtergelaten spullen (een haarborstel, een oplader, mijn paspoort). Die spullen gebruik ik weinig. Daarom ben ik ook niet gemotiveerd om ze te zoeken en daardoor vind ik die spullen ook nooit meer terug.'

Zoë besluit op een vrijdag met haar jas te beginnen. 'Dit werd het startpunt van mijn nieuwe leven. Op vrijdag richtte ik 'm opnieuw in: sleutels, portemonnee en telefoon in de linkerzak. Een blauwe pen in de rechter, de universele oplader, lippenstift en spiegeltje in de binnenzak. Niets anders dan dat en nooit meer iets missen.'



En daarmee verandert Zoë's leven. Het levert haar de 25 minuten op die zij normaal kwijt is met het zoeken naar belangrijke spullen. Ze heeft elke ochtend in ene een half uur over waarin zij de dingen doet die zij eerder niet voor mogelijk hield. 'Onderzoek wijst uit dat de gemiddelde mens een uur per dag op zoek is naar spullen die niet op hun plek liggen. Ik zit nu 30 jaar in het vak en als je niet georganiseerd bent ben je met gemak drie uur per dag aan het zoeken.' Vertelt Julie. Zoë ondervond dat resultaat. Zij had met het ordenen van haar jas al een half uur per dag gewonnen.

2. Opruimen is niet hetzelfde als organiseren

De zaterdag daarop loopt Zoë vast. 'Ik kon niets groters dan mijn jas organiseren omdat ik geen tijd had. En ik had geen tijd omdat ik mijn huis niet op orde had. Maar er speelde ook een diepere weerstand: de angst dat ik veel spullen weg moest doen.'

Dit is niet wat Julie voor ogen heeft: 'Opruimen is niet mogelijk als je niet organiseert. Want als je niet weet dat je 17 dezelfde dingen hebt dan kun je ook niet de beste uitkiezen. Dus ruim op per categorie en organiseer kamer voor kamer.' Met deze geruststelling gaat Zoë verder. 'Opruimen is makkelijker wanneer niemand je dwingt. Aan het eind van die zaterdag doe ik een elektrische piano en drank weg en geef ik een heleboel geleende boeken terug.'

3. Verdeel je dag in tijdsvakken

'Een dag heeft een beperkt aantal uren. We hebben 24 uur waarvan we 8 uur slapen. Stel dat je daarnaast 10 uur werkt. Dan houd je 6 uur eigen tijd over. Als je in die tijd meer plant dan erin past ben je aan het proppen. Denk weer aan de kast, als je er lukraak van alles in stopt wordt het onoverzichtelijk en overweldigend. Daardoor kijk je al helemaal niet meer op je to-do lijst en ga je improviseren. Omdat je weet dat het deze dag niet gaat lukken.'

Zoë begint op zondag soortgelijke spullen en klussen te clusteren. Daarbij laat zij zich niet leiden door urgentie. Maar ze probeert te ontdekken op welk moment van de dag zij het meest creatief is. Wanneer heeft zij de meeste fysieke energie? Op welk moment kan zij effectief ploeteren? Zoë kijkt in wat voor stemming ze is en past haar taken daarop aan. Die zondag merkt ze al verschil. 'Ik deed een heleboel declaraties die er al lang lagen.' Ze schreef twee scènes voor een televisieserie. 'Ik heb zelfs gestreken! Ik was helemaal vergeten hoe strijken ruikt.'

4. Geef je dierbaren je volle aandacht in kwartiertjes

'Dit is een revolutionair inzicht.' Zegt Julie. 'Het is belangrijk resultaat van acht jaar onderzoek. Hoeveel tijd en aandacht hebben kinderen nodig om zich veilig en geliefd te voelen? Het antwoord is: korte 'uitbarstingen' van 5 tot 15 minuten van echte, onverdeelde aandacht die consequent wordt gegeven. Dus geen lange periodes waarin onregelmatig aandacht wordt gegeven.'

Wanneer kinderen wakker worden, uit school komen, als ze naar bed gaan, wanneer ze van het werk komen (Ja, dit werkt zowel voor kinderen als volwassenen). Stop waarmee je bezig bent, concentreer je op hen en laat ze daarna verder hun gang gaan. Je steeds bemoeien met je kinderen terwijl je tegelijkertijd druk bent met appen, spullen zoeken en andere dingen regelen, vermoeit iedereen.

Zoë begint haar zoon (weer) voor te lezen bij het naar bed gaan. Na maanden van voornemens en afleiding door huishoudelijke taken en het zoeken naar spullen. Haar zoon levert commentaar op het verhaal en Zoë geniet van zijn reacties.



5. Leer nee-zeggen, dat geeft dat de mogelijkheid om ja te zeggen

Als je niet weet wat je gaat doen is het moeilijk om dingen te weigeren. Dit is wat Zoë - de geen-tijd-expert – opvalt: als je nooit weet wat je gaat doen, dan heb je hier ook de woorden niet voor.

Zoë gebruikt nu consequent de uitspraak van Julie: 'Ik zou het graag doen, maar ik zit vol.'

Dat klinkt misschien als een robot. Maar het voordeel is dat je snel kan antwoorden in plaats van dat iemand zes weken op een antwoord wacht. Om vervolgens akkoord te gaan en het dan toch niet te redden.'

'Op dinsdag wist ik niet alleen wat ik die dag ging doen, maar wist ik ook wat de rest van de week voor mij inhield. Ik kon zelfs mee met het schoolreisje van mijn dochter.' Voor Julie is dit de belangrijkste boodschap: 'Hoe we onze tijd besteden bepaalt hoe we ons leven leiden.'

6. Houd van jezelf

Dit klinkt als een open deur uit de meditatieve hoek. Maar als je elke dag twee keer 20 minuten besteed aan iets dat je zelf wilt doen ontstaat er een verrassende sensatie: 'Ik doe dit omdat ik het wil doen en ik heb de leiding.' In plaats van 'Ik rommel maar wat aan omdat alles mij overvalt.'

Dit is de hardste leerschool: Wanneer je nog steeds je leefruimte niet hebt georganiseerd, wanneer je te laat blijft komen op je afspraken. En wanneer elke dag een race tegen de klok blijft, is het lastig om lekker op de bank te zitten met een goed boek.

7. Het organiseren van je tijd hoort bij het leven

Je kunt twee jaar besteden aan het ontwikkelen van het perfecte timemanagement systeem.

Het zal echter geen stand houden omdat er steeds dingen veranderen: de mensen om je heen, je werk, je prioriteiten. Je kinderen worden groot en je huisdieren sterven en nieuwe huisdieren geven weer andere zorgen. 'Je kunt het nooit perfect organiseren, je zult je hele leven blijven bijstellen en verfijnen.' Zegt Julie.

'Heeft het dan zin om iets na te streven dat nooit af is?' Vraagt Zoë zich na een week organiseren af. Julie legt uit: 'Zo zie ik het: Ik ben nu beter in staat om mijn unieke bijdrage aan de wereld te leveren. Als ik meer tijd, kalmte en helderheid heb functioneer ik beter. Zonder orde zou ik al mijn talenten veel minder benutten. Ik zou dan 80% van de dag bezig zijn met het overwinnen van chaos.'

Tot zover het verhaal van Zoë. Wil je ook aan de slag? En kun je wel wat hulp gebruiken?

Tot 5 december heb ik een [leuke aanbieding](#) voor het opruimen van je kledingkast.

Ik help je met het **opruimen** en **afvoeren van de kleding** die je niet meer draagt.

Bel of [mail](#) gerust voor informatie en een afspraak. Dan ga we samen aan de slag in je kledingkast.

Dat is **mijn vak** én ik vind het leuk om te doen!



Mail irma@mijnhuisoporde.nl

Website www.mijnhuisoporde.nl

Telefoon 023 7852345

Bron [The truth about time management: how I went from chaos to punctual calm in one week](#)
[Time to Parent, Julie Morgenstern](#)