

«Ich habe das Aufräumen im Blut»

In den Zimmern ihrer beiden Jungs herrscht ein kreatives Chaos. Das müsse so sein, sagt die Ipsacherin Nicole Schaad – die als Ordnungskoach anderen Menschen beim Aufräumen hilft.

Aufgezeichnet:
Brigitte Jeckelmann

Aufräumen ist meine Leidenschaft. Ich habe es im Blut. Aber davon wusste ich lange nichts. Bis ich anfang, Bekannten, Freundinnen und Familienmitgliedern dabei zu helfen, Ordnung in ihre Schränke, Truhen, Estriche, Keller und Schubladen zu bringen.

Mein Montag

Immer am Montag erzählen Menschen aus der Region, wie sie ihren Alltag erleben.

Dabei ist mir bewusst geworden, dass die Themen Ordnung, Aufräumen und Loslassen bei Menschen Veränderungen auslösen können. Auf diesem Gebiet wollte ich mich daher gezielt weiterentwickeln. Das Aufräumen hatte mich gepackt und liess mich nicht mehr los. So kam das Ganze ins Rollen.

Dafür habe ich einen Kurs absolviert und ein Zertifikat erworben. Jetzt bin ich offiziell Ordnungskoach. Seit den Bestsellern der japanischen Autorin Marie Kondo vor gut 15 Jahren hat sich das Aufräumen fast zu einem Boom entwickelt. Auf jeden Fall ist es ein Thema in der Gesellschaft. Praktisch alle, mit denen ich darüber rede, erzählen mir ihre eigene Geschichte über Ordnung und Unordnung.

Ordnung muss nicht perfekt sein. Ein gewisses kreatives Chaos wie in den Zimmern meiner beiden Jungs muss sogar sein. Man soll ja auch noch leben können. Kinder sind herrlich chaotisch. Bei uns zu Hause hat aber jedes Familienmitglied einen Platz für seine Sachen. So passt es für alle.

Ursprünglich habe ich Möbelschreinerin gelernt. Mit zwei Kindern war ich auf eine Teilzeitstelle angewiesen, was in diesem Beruf kaum möglich ist. Ich fand einen Job in der Bieler Kleiderboutique Alabama. Dort bin ich unter anderem für die Dekorationen zuständig.

Heute lebe ich mit meinem Mann und den beiden Jungs im Teenageralter in einem Haus in Ipsach. Mit zur Familie gehört Jackie, eine sibirische Waldkatze. Mein Ziel ist, das Ordnungskoaching zu einem zweiten Standbein auszubauen.

Es sind die Begegnungen mit den verschiedensten Menschen, die mich faszinieren. Fast immer löst Aufräumen einen Prozess in ihnen aus. Ich staune jedes Mal, wie klar Menschen plötzlich Entscheide fällen können, vor denen sie sich zuvor jahrelang gedrückt hatten. Es ist, als ob sich in ihnen eine Bremse gelöst hätte. Ich gebe die Tipps dazu.

Am Anfang stelle ich Kisten mit folgenden Aufschriften bereit:



Ordnungskoach Nicole Schaad: «Ordnung muss nicht perfekt sein.»

Bild: Anne Camille Vaucher

wegwerfen, behalten, Brockenhaus oder spenden. So muss man jeden einzelnen Gegenstand bewusst in die Hände nehmen und sich Gedanken dazu machen: Habe ich noch Freude daran?

Aufräumen ist eine sehr persönliche Angelegenheit. Das wird mir immer wieder bewusst. Die Menschen gewähren mir intime Einblicke in ihr Leben. Meine Aufgabe ist es, zuzuhören. Meine Kundinnen und Kunden stehen mit beiden Beinen fest auf der Erde. Es sind keine Messies. Hinter diesem Phänomen stecken tief sitzende Probleme. Dort sind Experten gefragt.

Nach der Aufräumaktion bleibt immer eins zurück: mehr Platz.

Im Schrank, in der Schublade, auf den Regalen. Auch mehr Raum für neue Gedanken. Aufräumen kann der Beginn für Veränderungen im eigenen Leben sein. Kann Platz schaffen für Ideen und die Tür öffnen zu neuen Erfahrungen. Ich habe gemerkt, dass Aufräumen immer positive Gefühle auslöst. Sowohl bei den Betroffenen als auch bei mir.

Wohl jede kann ein eigenes Lied übers Aufräumen singen. Zum Beispiel mit Papierenem: Zu Hause häufen sich Stapel von Zeitungen und Zeitschriften an. Die Beigen nehmen immer mehr Platz in Anspruch. Sie stapeln sich auf Tischen, Stühlen, am Boden, überall. Da war doch ein Artikel, den man noch

lesen wollte. Irgendwann. Oder der Kleiderschrank: Hier noch ein günstiges Angebot mehr, ein Pulli, eine Jacke, ein Rock. Die alte Hose zuhinterst im Regal will man auf keinen Fall wegschmeissen. Sie passt dann wieder, wenn man die überflüssigen Pfunde losgeworden ist.

Und so wachsen die Dinge zu Bergen, obwohl wir sie jahrelang nicht benutzen. An manchen hängen wir; ein Tagebuch, ein Figürchen, Tassen, Teller, ein Leibchen, das man während einer langen Reise getragen hat. Liebesbriefe, Fotos – was auch immer. Die Gründe, weshalb wir Dinge anhäufen, sind unterschiedlich. Klar ist: Sie anzuhäufen ist einfacher, als sie loszulassen.

«Ums Loslassen dreht sich alles. Es zu lernen, kann sehr, sehr schwer sein.»

Ums Loslassen dreht sich alles. Es zu lernen, kann sehr, sehr schwer sein. Zum Beispiel, wenn es um Dinge einer nahestehenden Person geht, die verstorben ist. Das ist häufig bei älteren Menschen der Fall. Oder die Sachen der eigenen Kinder. Es ist nicht nötig, alles gleich wegzwerfen. Es kann auch ein erster Schritt sein, sie zu ordnen. Sauer in Kisten zu verpacken und anzuschreiben. Wenn wir Dinge ordnen, ordnen sich auch unsere Gedanken.

Info: Am 19. Februar um 19 Uhr hält Nicole Schaad in der Bibliothek Nidau einen Vortrag übers Aufräumen: «Zwischen Ordnung und Chaos – warum uns aufräumen guttut.»

E-Bike-Fahrer bei Unfall verletzt

Grenchen Am vergangenen Samstag ist um 9.20 Uhr eine Automobilistin in Grenchen auf dem Oelirain vom Stadtzentrum herkommend unterwegs gewesen und beabsichtigte, auf die Rebgasse zu fahren. Aus noch zu klärenden Gründen kam es dabei zu einer Kollision mit einem vortrittsberechtigten Fahrradfahrer, der nach derzeitigen Erkenntnissen von der Rebgasse herkommend in die Tunnelstrasse einbiegen wollte. Der E-Bike-Lenker zog sich mittelschwere Verletzungen zu und musste in ein Spital gebracht werden. (pks)

Skilifte bleiben geschlossen

Grenchenberg Nach dem Regen am Freitag und dem Skirennen der örtlichen Schneesportschule musste der Betrieb der Lifte am Grenchenberg eingestellt werden. Die Schneeverhältnisse würden es nicht zulassen, dass weiterhin Ski gefahren wird, schreiben die Verantwortlichen. Dennoch verkehren die Busse auch in der zweiten Sportwoche täglich um 11, 13 und 16 Uhr ab Bahnhof Süd auf den Berg. Die Öffnungszeiten der Bergrestaurants sind auf den jeweiligen Websites ersichtlich. (pfa)

Sprachenforum feiert

Biel Das Forum für Zweisprachigkeit in Biel feiert dieses Jahr sein 30-jähriges Bestehen. Das Forum, das zunächst nur auf lokaler Ebene tätig war, hat seine Aktivitäten weit über die Stadt Biel hinaus ausgeweitet und damit an Sichtbarkeit gewonnen. Heute hat die Institution eine Legitimation in Sprachfragen erlangt und setzt sich in der ganzen Schweiz für den sozialen Zusammenhalt und das Zusammenleben ein.

Das Forum erhält Subventionen vom Bund, dem Kanton Bern und der Stadt Biel in Höhe von insgesamt 450'000 Franken. Als einzige Organisation für Sprachverständigung, die einen Leistungsvertrag mit der Eidgenossenschaft hat, feiert das Forum am 27. August in Bern sein Jubiläum. (sda)

Gratulationen

Liseli Montag aus Biel wird heute 90 Jahre alt. Sie führt Ihren Haushalt immer noch selbstständig und ist bei guter Gesundheit. Das Bieler Tagblatt ist seit Jahren ihr täglicher «Begleiter».

Annamarie Gehri-Känel kann heute ihren 80. Geburtstag feiern. Die Jubilarin wohnt in Niederried.

Jörg Känel feiert heute seinen 80. Geburtstag. Der Jubilar wohnt in Barga.

Das BT gratuliert den Jubilarinnen und dem Jubilar ganz herzlich und wünscht ihnen alles Gute.