

Kleiner wonen, grote beslissingen: Zorgvuldig opruimen

In mijn vorige bijdrage aan deze rubriek deelde ik mijn visie op goed wonen: een plek waar alles op zijn plaats is, waar je je kunt ontspannen en je kunt vinden wat je op dat moment nodig hebt. Maar wat als je kleiner gaat wonen? Dat brengt niet alleen praktische uitdagingen met zich mee, maar ook de noodzaak bewuste keuzes te maken over wat je houdt en wat niet.

Liefde voor spullen

Als opruimcoach stuit ik soms op het stereotype van de minimalistische benadering. Maar mijn liefde voor spullen, zoals boeken, vinylplaten en kleding in mijn geval, drijft me juist om datgene waar ik blij mee of trots op ben een prominente plek te geven en anderen te motiveren dat ook te doen. Want hoe lekker is het om dagelijks dat te zien waar je blij van wordt? Dus waarom zou je dat achter in de kast laten liggen?



Emotionele waarde

Spullen zijn niet alleen materiële objecten; ze vertellen verhalen en dragen herinneringen. Bij het opruimen komt het niet alleen neer op het netjes neerzetten van spullen; het draait om het begrijpen en waarderen van wat onze bezittingen voor ons betekenen. Soms betekent dit dat je bewust kiest om bepaalde items te behouden, ook als je kleiner gaat wonen.

Als je weet dat we per huishouden wel 2.260 tot 30.000 items hebben, realiseer je dat verhuizen naar een

kleinere woning en het opruimen vooraf een behoorlijke klus is. De dilemma's waar je jezelf voor gesteld ziet, worden nog complexer wanneer spullen emotionele waarde hebben. Hoe maak je dan keuzes die zowel praktisch als emotioneel bevredigend zijn?

De essentie van keuzes

Bij het begeleiden van klanten in opruimsessies, vraag ik hen om elk item vast te houden en hardop te delen wat het voor hen betekent voordat ze een beslissing nemen.

Zelfs ogenschijnlijk alledaagse voorwerpen, zoals een pen, kunnen van grote waarde zijn voor de eigenaar. Stel je toch eens voor dat het de lievelingspen van oma was, dan krijgt de pen emotionele waarde. Het begrijpen van de scheiding tussen de fysieke en emotionele waarde is belangrijk om een goede keuze te kunnen maken.

Vragen als leidraad

De vragen die je kunt gebruiken als leidraad om bewuste keuzes te maken luiden:

1. Wanneer heb ik het voor het laatst gebruikt?
2. Wist ik nog dat ik het had? Als je niet herinnert dat je het hebt, is de kans groot dat je het niet nodig hebt.
3. Hoeveel heb ik ervan? En hoeveel heb ik nodig/ gebruik ik regelmatig?
4. Word ik er blij van? En zo ja, geef het dan ook de plek die het verdient. Zo nee...
5. Wat gebeurt er als ik het nu wegdoo? Besef dat je met het wegdoen van spullen niet de

herinnering wegdoet.

6. Bewaar ik het vanuit schuldgevoel? Vraag jezelf af of je spullen bewaart vanwege schuldgevoel en bespreek dit met de oorspronkelijke gever.
7. Zou ik het nu weer kopen?

Praktische strategieën bij kleiner wonen

Bij kleiner wonen wordt de ruimte kostbaar, en het selecteren van items vereist een doordachte aanpak. Enkele praktische strategieën die je kunnen helpen om deze keuzes makkelijker te maken zijn:

1. Prioriteiten stellen: Identificeer welken spullen belangrijk zijn voor jouw welzijn en selecteer op basis daarvan.
2. Multifunctioneel: Kies voor items met meerdere functies om ruimte te optimaliseren.
3. Digitaal: Overweeg het digitaliseren van bepaalde items, zoals foto's of documenten, om fysieke ruimte te besparen.
4. Seizoenen: Wissel seizoensspullen af.

Een opgeruimd gevoel

Bewuste keuzes bij kleiner wonen leiden niet alleen tot een opgeruimde fysieke ruimte, het geeft letterlijk een opgeruimd gevoel. Je hebt eindelijk de knoop doorgehakt over de lievelingspen van oma. Geen twijfel meer mogelijk.

Door: Rosanne Gonçalves-Prins, opruimcoach ViaRosa, www.viarosa.eu