

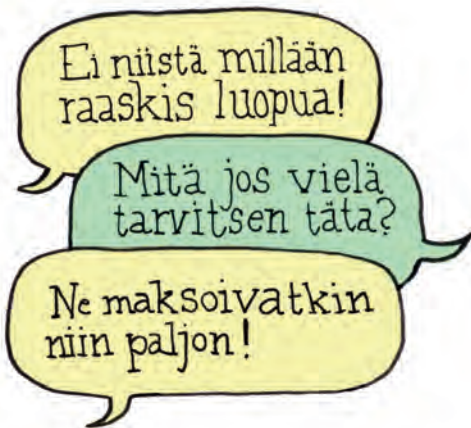
KUN KOTI KAIPAA KEVENNYSTÄ

Kaapit ovat täpötäynnä, siellä täällä on kasoja, siivoaminen edellyttää mittavaa tavaroidensiirtelyoperaatiota. Ammattijärjestäjä Veera Saloheimo antaa vinkit kevätkodin kaaoksen taltuttamiseen.

TEKSTI **VEERA SALOHEIMO** KUVITUS **SAARA TEINILÄ**







Monolaiset mietteet valtaavat mielen kodin tavarapinoja tarkastellessa. Esineet kätkevät mukaansa muistoja, toiveita ja mielikuvia haave-elämästä.

Joku roti tavaroiden määrässä pitää kuitenkin olla. Tavaroiden tulisi palvella ihmistä, eikä toisin päin.

Lue nämä vinkit, jos kotisi on salakavalaisti valloittanut armeija itse hankittuja ja perinnöksi tai lahjaksi saatuja esineitä.

1. Päätä aloittaa ja pysy päätöksessä

Kodin raivaamisen aloittaminen voi tuntua ylitsepääsemättömältä. Urakka on suuri, eikä tiedä, mistä aloittaa.

Muista, että koskaan ei ole täydellistä hetkeä aloittaa, joten aivan yhtä hyvin voit aloittaa nyt.

2. Rajaa kohde ja aloita raivaus

Valitse jokin pieni, rajattu kohde, kuten keittiön laatikko, lääkekaappi tai eteisen hattuhylly. Aloita raivaus sen parista ja kes-



kity vain tähän yhteen kohtaan kotiasi. Älä unohdu välillä esimerkiksi lukemaan papereita syvemmin tai järjestelemään muita osia asunnosta.

3. Lajitele eri kasoihin

Päätä ensin, säilytätkö tavaran vai luovutko siitä. Jos olet valmis luopumaan, mieti tarkemmin tavaran loppusijoitus.

Mieti, mitä erilaisia loppusijoitustapoja tavaroilla on ja luo sen mukaan pinot, joihin lajittelet tavarat. Voit valmiiksi varata kasseja tai laatikoita eri kasoille.

Tavaroita voi lajitella esimerkiksi myytäväksi, lahjoitettavaksi, korjattavaksi, puhdistettavaksi ja roskiin meneviin.

4. Haasta itseäsi kysymyksillä

Ole rehellinen itsellesi sen suhteen, mitä todella tarvitset. Kymmenen paistinpannua on liikaa keskiverrolle suomalaistaloudelle.

Voit pohtia, oletko käyttänyt tarkastelemaasi tavaraa viimeisen vuoden sisällä. Jos ei, tuskin tarvitset sitä tulevaisuudessa. Tukeeko tavara sinua oman näköisen elämän elämisessä? Jos luovut tavarasta nyt, saatko tarvittaessa helposti uuden jos muutat mieltäsi?

5. Laita jäähyille

Jos olet kahden vaiheilla siitä, kykenetkö luopumaan jostakin esineestä, pistä se jäähylaatikkoon. Jäähylaatikko suljetaan ja siihen kirjoitetaan päivämäärä ja kuvaus sisällöstä. Sitten laatikko viedään vuodeksi jäähyille varastoon.

Jos vuoden kuluttua et ole kaivannut laatikossa olevia tavaroita, voit aivan yhtä hyvin luopua niistä kokonaan. Vie vaikka laatikko sellaisenaan kierrätyskeskukseen.

6. Luo tavaroille toimivat omat paikat

Jatkossa tavarat on helppo löytää, kun niillä kaikilla on oma looginen paikkansa. Kerää yhteen paikkaan kaikki samankaltaiset tavarat, esimerkiksi avaimet ja avaimenperät.

Mikä on ammattijärjestäjä?

AMMATTIJÄRJESTÄJÄ auttaa epäjärjestyksestä ja/tai liiallisesta tavaramäärästä kärsiviä koteja. Järjestäjä tulee asiakkaan luokse, ja yhdessä aloitetaan raivaus.

Järjestämisen kohteena voivat olla tavarat, paperit ja valokuvat yhtä lailla kuin tiedostot ja sähköpostit tietokoneella. Kaikki työ tehdään yhdessä, ja asiakas tekee päätökset kunkin tavaran kohtalosta.

Tavarat lajitellaan säilytettäviin ja esimerkiksi roskiin, hyväntekeväisyyteen, sukulaisille ja korjattaviksi meneviin pinoihin. Ammattijärjestäjä antaa vinkkejä niiden tavaroiden kierrätykseen, joista asiakas haluaa päästä eroon, ja sovittaessa auttaa niiden pois kuljetuksessa. Järjestäjä ei kuitenkaan koskaan ota mitään tavaroita itselleen asiakkaan selän takana.

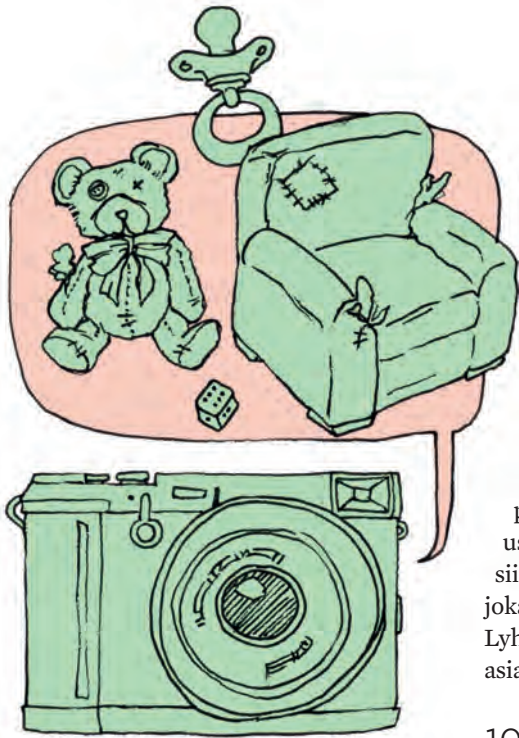
Useimmat ammattijärjestäjät laskuttavat tuntihinnalla. Palvelusta saa kotitalousvähennyksen verotuksessa.

EI MIKÄÄN SIIVOOJA. Ammattijärjestäjän palvelut eroavat siivoajan ja sisustussuunnittelijan palveluista, sillä tärkeää on asiakkaan valmentaminen, pysyvän järjestyksen löytäminen sekä jo olemassa olevien tavaroiden hyödyntäminen kotona. Jotkut ammattijärjestäjät toki saattavat tarjota yrityksensä puitteissa myös esimerkiksi sisustussuunnittelijan palveluja.

Ammattijärjestäjät myös luennoivat ja kouluttavat eri puolilla maata muun muassa kansalaisopistoissa.

Ammatin edustajat tunnetaan myös nimityksellä professional organizer. Ammattikunta onkin syntynyt 1980-luvulla Yhdysvalloissa. Ympäri maailmaa toimii jo tuhansia ammattijärjestäjiä.

Suomen ensimmäiset ammattijärjestäjät aloittivat toimintansa viitisen vuotta sitten. Kodin järjestämisen asiantuntijoi- ta löytyy Etelä-Suomesta Oulua myöten. Jotkut alan toimijat tarjoavat palveluita myös yrityksille antaen vihjeitä esimerkiksi toimistojen ja arkistojen järjestämiseen.



Säilytyspaikan kannattaa olla mahdollisimman lähellä paikkaa, jossa tavaraa käytetään. Unohda kaavamainen ajattelu siitä, miten kodin ”kuuluisi” olla järjestetty. Kaikkia siivousaineita ei tarvitse säilyttää siivouskaapissa, vaan osa voi olla vaikkapa keittiössä, jos niitä siellä eniten tarvitaan.

7. Valokuvaa tarvittaessa muistot talteen

Tavaroihin liittyy usein lämpimiä muistoja ja niissä on tunnearvoa. Muistojen säilyttämiseksi ei ole kuitenkaan välttämätöntä säilyttää itse tavaraa, vaan kuva siitä voi riittää.

Voit siis kuvata tai skannata lasten piirustukset, rakkaat käytetyt huonekalut ja vaikkapa vanhat lelut. Sitten tavaroista voi luopua, ja ne vievät tilaa vain tietokoneen kovalevyllä.

Mikset kokeilisi myös muistorikkaista esineistä ja tilanteista kirjoittamista?

8. Jätä säilytystiloihin väljyyttä

Täpötäysi säilytystila on jo käyttökelpoton. Tämä tarkoittaa sitä, että säilytystilan helpon käytön varmistamiseksi siinä täy-

tyy olla väljyyttä. Jotta laatikoista, hyllyiltä ja kaapeista voisi helposti ottaa ulos ja laittaa takaisin tavaraa, niissä pitää olla ainakin neljäsosa tyhjää.

9. Käytä joka päivä 10 minuuttia

Kodin järjestämisen ei tarvitse olla valtava urakka, joka vie ainoan kaivatun lomapäivän pitkään aikaan. Työtä voi jakaa usealle päivälle pieniin eriin. Päätä siis käyttöä esimerkiksi 10 minuuttia joka päivä kaaoksen kesyttämiseen. Lyhyessäkin ajassa ehtii edistyä. Pääasia on, että ryhdyt toimeen.

10. Kehu itseäsi edistyksestä

Tavaran raivaus on rankkaa niin fyysisesti kuin henkisesti. Päätöksenteko jokaisen yksittäisen pikkuesineen kohdalla on vaativaa aivotyötä. Voit keksiä itsellesi pienen palkinnon.

Olet tehnyt tärkeitä töitä: vähentyneen tavaramäärän ansiosta voit ehkä jopa muuttaa pienempään kotiin. Kun jonakin päivänä vanhuus verottaa voimiasi, jälkipolvesi säästyy vaivalta tavarankeräilyurakalta, sillä tiedät itse parhaiten, mikä on sopivin paikka kullekin tavaralle.

11. Lähde jatko-oppiin

Voit myös lukea oppaita tai lähteä kurssille kodin raivaamisesta. Lukulistalle sopii vaikkapa **Anne te Velde-Luoman** teos Kaaoksen kesyttäjät. Kansalais- ja työväenopistoissa pidetään kursseja, jotka tukevat omaa järjestämisprosessia ja elämän yksinkertaistamista.

12. Tilaa ammattijärjestäjä

Jos työ ei millään etene, voit tilata ammattijärjestäjän kotiisi. Eri puolilla maata toimivat ammattijärjestäjärytymät ovat erikoistuneet kaaoksesta kärsivien kotien auttamiseen. n

Himohamstraus ei ole leikin aihe

TELEVISIOSSA on nähty kotimaisia ja ulkomaisia tosi-TV-ohjelmia, joissa koetetaan kohentaa ylettömien tavaramäärien keskellä elävien ihmisten tilannetta. Näitä ”himohamstrajia” on myös joidenkin tuttavapiirissä.

Kyseessä on mielenterveyshäiriö, jonka virallinen nimi on pakonomainen keräily tai keräilypakko. Sairastuneet ihmiset hankkivat jatkuvasti uusia tavaroita ja ovat lähes täysin kyvyttömiä luopumaan tavaroista, joista osan joku muu voisi luokitella roskaksikin. Pakonomaisten keräilijöiden koti on täynnä erilaista tavaraa, ja tavarapinojen keskellä saattaa olla vain kapeat käytävät liikkumiseen.

Keräilijät ovat voimakkaan kiintyneitä tavaroihinsa, mutta kyvyttömiä pitämään niitä järjestyksessä. Usein he eivät anna muiden lainata tai koskea tavaroihinsa. Ongelma haittaa arjen toimintoja ja eristää sosiaalisesti.

Keräilijöillä on erilaisia uskomuksia ja ajatusmalleja, jotka ovat tavallisista ihmisistä poiketen voimakkaita ja jäykkiä. Rikkinäisistä esineistä voidaan ajatella olevan monenlaista hyötyä, vaikka samanlaisia odottaisi käyttämättöminä nurkissa useita kappaleita.

YLLÄTTÄVÄN YLEISTÄ. Viime vuonna ilmestyneen Keräilypakko – aarteidensa vankina -kirjan (Prometheus kustannus) mukaan keräilypakkoa saattaa ilmetä jopa viidellä prosentilla aikuisista. Alttius siihen on perinnöllistä.

Keräilypakko voi liittyä muihin mielenterveyshäiriöihin, kuten masennukseen, ADHD:hen tai pakko-oireiseen häiriöön. Keskimäärin ongelmasta kärsivät ovat melko iäkkäitä.

Pakonomaisten keräilijöiden kotona voi olla hygieniaongelmia. Ongelman hoidossa pitää kuitenkin keskittyä ensisijaisesti ihmiseen, ei kotiin. Hoitomuotoja voivat olla esimerkiksi lääkitys tai kognitiivinen psykoterapia.

Keräilypakko – aarteidensa vankina -kirja esittelee myös omahoito-ohjelman, jolla ongelmaa voi kokeilla työstää aluksi itse. Keräilijän täytyy haluta itse muutosta.

”Keräilyongelman työstäminen aloitetaan, kun muutosta puoltavat syyt painavat enemmän kuin sitä vastustavat syyt, ei hetkeäkään aiemmin”, teoksessa todetaan.