Дом в радость. Как организовать быт, чтобы оставалось время на жизнь

Автор:
Анна Семёнова

Дом в радость. Как организовать быт, чтобы оставалось время на жизнь

Анна Александровна Семенова

Порядок в доме. Лучшие методики организации пространства

В книге инстаграм-блогера @domvradost вы найдете эффективный план по организации домашнего хозяйства, который поможет вам избавиться от лишней траты сил, времени и нервов на поддержание порядка. Советы и рекомендации автора подскажут, как найти точки опоры и определить ключевые зоны для быстрой уборки, вы сможете составить личное расписание и семейный календарь, научиться делегировать задачи по дому и найти время для отдыха. Эта книга – лучший мотиватор для того, чтобы настроиться на домашние дела, закрепить полезные привычки по наведению порядка и безболезненно расхламить пространство.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Анна Семенова

Дом в радость. Как организовать быт, чтобы оставалось время на жизнь

Предисловие

Если бы эта книга рассказывала только про порядок и чистоту, то была бы очень короткой и состояла из трех тезисов:

– берите тряпку и мойте;

– кладите все на место;

– избавьтесь от бесполезных лишних вещей.

Но, оказывается, иметь порядок дома не так просто, как кажется. Он от многого зависит: от трудолюбия и умений хозяйки, от готовности домочадцев соблюдать правила, от технических приспособлений в том числе. Но больше – от порядка в голове. Окружающее пространство – это всего лишь отражение того, что внутри.

Вопрос не только в том, КАК эффективнее справляться с бытом. Важно, ЧТО меняет в жизни налаженная система домашних дел и зачем вам нужны перемены. Вот представьте, случилось счастье: убранный уютный дом, все по полочкам, еда на плите. Что дальше? Чем вы ХОТИТЕ заняться?

Парадоксально, но может оказаться, что освобождать свое время от быта… незачем. Может быть так, что ваши интересы и есть быт: заботы о доме, даче, еде, семейных покупках и планах. Ничего плохого или странного в этом нет. Но есть немало тех, кому хочется иметь время и силы для чего-то еще. И среди них появляется два лагеря – те, у кого это получается, и те, у кого нет. Как же так выходит, что одни женщины тонут в домашних хлопотах, а другие, к домашним делам в придачу, еще успевают работать, реализовывают проекты, находят себя в хобби и т. п.? В чем их секрет? И, главное, как они все успевают?

На этот вопрос мы и будем отвечать. Эта книга – о том, как организовать быт сообразно своим глобальным планам. Для кого-то быт и хозяйство и есть целая жизнь, для других – малая ее часть, но Дом – уютный, чистый, радостный, настроенный на ваши правила и нужды – хочется иметь всем.

И коснемся менеджмента сфер. Книга не о планировании, нет. Но без понимания основных механизмов «успевания» машина не поедет. Они – масло, смазывающее шестеренки, чтобы те ладно крутились. А мотор – ваши цели и желания.

Эта книга – результат ведения моего любимого блога с говорящим именем @domvradost. Именно он, позволивший общаться с тысячами хозяек; именно он, разрешивший услышать сотни личных историй; именно он, выносивший «в поля» старые и новые идеи о технологиях поддержания порядка и организованности, стал площадкой панорамного наблюдения. И с этой обзорной площадки – живой и разноголосой – я увидела тему домохозяйства гораздо шире. Я поняла, что «быт заел» и «ничего не успеваю» – это не только про хозяйственные хлопоты. Это про жизнь вообще. И через призму «кухонных разговоров» стали как на ладони заметны распространенные проблемы современных женщин в стенах их квартир и домов.

А какие проблемы у современных женщин? Если кратко – всего одна: желание все успевать. И успевать с удовольствием от процесса, а не с настроением рабочей лошади. Мало кто из нас сейчас живет чем-то одним – только домом или карьерой. Жизнь женщины в большом городе часто – как лоскутное одеяло ипостасей: она и мама, и жена, и повар, и садовник, и денежный добытчик, и модница, и водитель… И в каждом направлении хочется преуспеть.

Если сказать: «Все успеть невозможно» – это будет правдой.

Если сказать: «Можно успеть невероятно много» – это тоже правда.

Поспорить трудно лишь с одним: мы сильнее и увереннее в себе, когда все в порядке дома. В прямом и переносном смысле.

Поработаем над этим?

Приведем в порядок:

– мысли;

– дом;

– планы.

А потом можно отправляться успевать все остальное, важное для вас. После «домашней» тренировки это, скорее всего, удастся.

НАВИГАЦИЯ

Мы живем в море информации. Вокруг слова, цифры, звуки, образы. Нет проблемы найти ответ почти на любой вопрос. Есть проблема ускользающего времени на поиски и перескакивающего с одного на другое внимания в процессе.

Управление вниманием – едва ли ключевой навык результативности.

Если бы я читала книгу вслух, вы бы услышали смысловые акценты в речи – паузы, повышение голоса на полтона громче или расслабленную мелодику лирических отступлений. Но я говорю текстом на бумаге. И для фокусировки внимания (фокусировка – залог результата!) я расставила акценты.

ТАК я пишу то, на что хочу обратить внимание как на КЛЮЧЕВОЕ слово.

Так я пишу там, где важно, чтобы из всего текста вы обратили внимание на содержание именно этой фразы.

#domvradost_заметкинаполях

А тут мои лирические отступления. Когда говоришь «по делу», иногда хочется добавить личного от себя, привести пример или рассказать историю. Или поиронизировать, знаете ли.

В конце книги есть раздел с рабочими листами для заметок. Они понадобятся, когда нужно будет записывать. Вы можете делать это не в книге, а в блокноте или заметках в телефоне. Но записывайте! Это существенно влияет на прикладной результат от чтения. Записи будут опорной конструкцией для решения разных задач из разделов. Где-то – для отработки механизма поддержания порядка, где-то – для продуктивного диалога с собой.

Не тратьте время, игнорируя предложение обдумать и записать, в желании двигаться по главам дальше. То, что вы решите претворить в жизнь, нужно сначала сформулировать (и это универсально для любых сфер).

Зачем?

Это способ самопомощи в том числе.

? Четко сформулированные идеи становятся призывом и инструкцией.

? Призыв и инструкция – стимул к практике.

? Практика дает навыки и привычки.

Навыки и привычки – это главное, что позволяет реализовывать цели.

Нацелились улучшать свою систему быта – помогайте себе письменно.

Глава 1

Дом в порядке

Цель первой главы – найти самые значимые точки приложения ваших сил.

Дом может быть и источником вдохновения, и местом изматывающего труда. Мы сделаем 7 шагов навстречу быту, оставляющему время на жизнь. Будем осваивать способы, помогающие делать работу быстрее, и научимся отличать

важное от неважного. Основная задача – определить ориентиры для выработки ВАШИХ правил порядка и настроить собственную систему поддержания уютного и опрятного дома. Ведь дом, про который можно сказать, что он «организованный», что там есть «порядок и уют», обязательно держится на каком-то укладе: определенной последовательности действий, привычках, ритуалах.

Мы также обратимся к технической стороне вопроса: я расскажу о том, как добиться быстрого эффекта от домашних дел. Ведь даже если у вас есть много свободного времени (так вообще бывает?), вряд ли вам хочется только мыть, чистить и раскладывать вещи по местам. Мы будем исходить из того, что налаженный быт – не конечная цель, а способ оставить место в жизни еще для чего-то очень важного.

Каждый из 7 шагов – идея для размышления и действия. Обдумайте теоретическую часть и выполните практическую. Пользуйтесь листами для записей в конце книги.

Шаг 1. Найти «точки опоры»

Дайте мне точку опоры, и я переверну землю.

Архимед

Не знаете с чего начать?..

Начните с главного!

Пожалуй, это лучший совет в любых жизненных ситуациях. Вот и мы с этого начнем.

Что главное? Главное, чтобы дом поддерживал здоровое эмоциональное состояние хозяйки. Здоровое – значит спокойное, с позитивным отношением к настоящему и будущему, с желанием трудиться и отдыхать здесь. Здоровое –

значит с адекватным принятием и сложностей, и радостей. В таком состоянии легче делать дела, принимать решения, раздражительность не возникает на пустом месте. С поиска основы для поддержания здорового эмоционального состояния дома мы и начнем.

У многих домохозяек настроение портится от того, что для них борьба с беспорядком или грязью – это непобедимый повторяющийся цикл, от уборки до уборки. Никогда не наступит тот момент, когда убрано все, и все таким и останется.

Значит, важно иметь места в доме, состояние которых ВСЕГДА более-менее стабильно. Назовем их «точки опоры». Представьте себе болото (болото бытовой рутины). А в нем – кочки. Ступай от кочки к кочке – и не завязнешь. Так будут работать ваши точки опоры – как ориентиры, как спасательные островки, на которые упадет усталый взгляд и сразу воодушевится: «Ну, тут-то у меня все отлично!»

Термин «точка опоры» я впервые применила в одном из своих онлайн-курсов, рассказывая о местах в доме, которые я всегда (подчас непроизвольно!) поддерживаю в порядке: зона перед зеркалом в ванной, аккуратно застеленная кровать в спальне, определенный уклад вещей на моем рабочем столе. Оказалось, что у многих хозяек есть что-то похожее.

Приверженцы системы флайледи[1 - Система флайледи – это методика ведения домашнего хозяйства, придуманная американкой М. Силли. Основные идеи изложены в книге «Школа флайледи». Система основана на выработке привычек и ритуалов, которые позволяют планировать хозяйственную работу, разделяя дом на зоны и применяя ряд авторских инструментов по поддержанию порядка: «горячие точки», «буги 27 бросков» и т. п.] практикуют «правило кухонной раковины», всегда поддерживая ее в идеальной чистоте. По флайледи, именно она служит символом организованной системы быта, краеугольным камнем порядка.

Идея хороша: для многих хозяек раковина – действительно важный «пятачок» семейной жизни, место, где начинается день и где заканчивается хозяйственный вечер. Стабильное, вошедшее в неотъемлемую привычку, поддержание этой зоны в полнейшем порядке дарит веру в то, что чистота и самодисциплина всем по плечу. Это становится вдохновением и для других домашних свершений.

Но раковина кухни – не универсальная точка опоры. У кого-то есть посудомоечная машина, а у кого-то кухня и связанные с ней заботы просто не находят особенного душевного отклика.

Точка опоры, о важности которой говорю я, – это то, что значимо не просто для общего вида, но и воздействует на ваше внутреннее состояние. Это именно те места в доме или сочетание вещей в пространстве, которые дают лично вам чувство уюта, радости, спокойствия, ощущения «я дома, и мне здесь нравится». Такие места могут быть незначимыми или неочевидными для других – например, опрятная поверхность вашей прикроватной тумбочки, или местечко, где вы прихорашиваетесь, или внутренности вашего шкафа, где все разложено так, как именно вам нравится и как именно вам удобно; подоконник, на котором в определенном порядке стоят цветы, или витринная аккуратность расстановки предметов на открытой полке.

Бросили туда взгляд – и воодушевились! Значение имеет именно эффект собственного удовлетворения. И в этом смысле иногда подходят даже не конкретные вещи, а чувства: как радуется глаз, глядя на идеальный блеск зеркала без тени разводов и следов капель, как вам нравится, что свет падает на начищенное стекло фасада духовки, как вам тактильно приятно пройтись босиком по вымытому полу.

Кто-то скажет: ну будет у меня точка опоры, свой маленький островок организованности посреди хаоса или хозяйственный «пунктик», типа регулярного мытья пола. Разве это как-то повлияет на общий порядок? Повлияет. Точка опоры – это подзарядка вашей хозяйственной батарейки. Ее функция – не столько вносить вклад в чистоту, сколько давать вам эмоциональные ресурсы, зажечь огонек стремлений к новым бытовым горизонтам или дать психологическую разрядку. Некоторые хозяйки начинают пылесосить, что-то переставлять с места на место, гладить – и так снимают нервное напряжение.

#domvradost_заметкинаполях

Бежать к пылесосу вместо того, чтобы разбираться со своей головой, – метод спорный, конечно, так и до невроза недалеко. Но сам факт взаимодействия с

домом в качестве механизма расслабления или подпитки энергией подтверждает, что у точки опоры есть эмоциональный фундамент, который мы можем использовать во благо.

Что-то подходит под описание точки опоры в вашем доме? Если не приходит что-то очевидное сразу, не страшно. Будете наводить порядок – и почувствуете свои точки опоры руками, глазами, сердцем.

Но если вам уже сейчас хочется включить внутренний навигатор и обрести искомое, действуйте так.

1. Проанализируйте места, где вам нравится наводить порядок и где он и так постоянно и непроизвольно поддерживается вами УЖЕ СЕЙЧАС.

2. Найдите точку опоры именно на «вашей территории». Отделите этот островок стабильности и вдохновения от внешнего влияния: пусть она будет независима от вмешательства маленьких детей или других членов семьи. Или, как вариант, порядок там можно очень легко восстановить (к примеру, точка опоры – любимый диван в гостиной, где для порядка требуется всего лишь красиво расправить плед).

С этой точки зрения, например, кухонную столешницу стоит относить к точке опоры с осторожностью (этот радующий взгляд вид пустой поверхности с определенным положением бытовой техники и посуды часто вспоминают хозяйки). Можно, если кухня – только ваша подконтрольная зона. Не стоит, если за поверхностью уже привычно закрепилась роль транзитной площадки всех вещей в доме, и по такому назначению она используется любым проходящим мимо членом семьи. Нам нужна не борьба за «свою территорию», а вдохновение!

3. Определите одну точку опоры (внедрять более трех точно не стоит). На ней идеальное состояние должно быть ВСЕГДА, а не только после уборки.

Юлия, Казань

Моя точка опоры – полочка у зеркала в ванной. Здесь начинается утро, я вижу, как отражается в зеркале мой первый взгляд в новый день. Навожу тут красоту и «смываю» трудности, это место моей силы. Когда раковина сияет белизной, а стекло полок и стаканчика для щеток чистое, прозрачное, я прямо заряжаюсь!

Такая точка опоры может быть близка и другим хозяйкам. Состояние зон гигиены часто отражает отношение к себе – это про самоуважение в каком-то смысле. Кроме того, раковина в ванной, зеркало, открытая полочка в ухоженном состоянии – это то, что квартира может непроизвольно рассказать об аккуратности хозяйки. Ведь большинство людей, зайдя в дом, отправятся сначала мыть руки – и многие за несколько секунд процесса невольно обращают внимание на окружающую обстановку.

Иногда хозяйки перечисляют, а точнее сказать, «назначают» себе сразу с десяток точек опоры – эдакий список через запятую. Не годится.

Есть принципиально важные вещи, и есть просто важные. Но не нужно стараться успеть все и везде (планируя для себя 50 источников для вдохновения, с мыслями «ну хоть один-то сработает»). Успевать нужно в главном, а одинаково главного в списке на 50 пунктов быть не может – хоть что-то в нем будет хоть на капельку, но важнее. Лучше на высоте поддерживать одну точку опоры, чем на «так себе» управляться с тремя. Той одной вы сможете гордиться и действительно черпать в ней вдохновение, а за три «так себе» – упрекать, что сами же не дотягиваете до своих стандартов.

ПРАКТИКА

Определите свою точку опоры – для начала всего одну – и запишите (напоминаю, что для этого в конце книги есть листы для заметок).

Наведите здесь идеальный порядок и поддерживайте его. Всегда! Это будет ваш первый шаг навстречу порядку дома. Если вы следуете правилам, процесс его поддержания на точке опоры займет крайне мало времени и сил. Это будет

ваш спасательный круг, ориентир, мотиватор. Представьте, что это что-то вроде подмигивания от вашего дома, мол, «не унывай, дружище, все хорошо!» Пусть это будет ваш фирменный ингредиент бытового оптимизма.

Порядок всегда начинается с очень маленьких вещей, однако именно множество небольших, но регулярных действий обеспечивают эффективное функционирование системы быта.

Порядок всегда начинается с очень маленьких вещей, однако именно множество небольших, но регулярных действий обеспечивают эффективное функционирование системы быта.

Шаг 2. Определить ключевые зоны

Я не раз буду напоминать главную цель книги – помочь вам выработать такую стратегию домохозяйства, при которой вы не будете заниматься уборкой денно и нощно, а сможете найти место в жизни для чего-то еще. Главный путь к этому – расставить приоритеты.

У каждой хозяйки есть определенный набор требований к дому, когда можно сказать, что дом «в порядке». Это такое состояние, когда не приходится испытывать неловкость от неожиданно заглянувших гостей, или когда вы находитесь дома, занимаетесь своими делами, и мысли в духе «пора прибраться» не крутятся навязчивым вихрем. Таким минимумом порядка может быть, к примеру, убранная кухня + застеленная кровать + чистый туалет + отсутствие хаоса на диване в гостиной. При этом хозяйка может терпимо отнестись к неубранным игрушкам или отдельным вещам, не лежащим на своих местах; вымытой, но не уложенной на место посуде у раковины.

Вот возвращаетесь вы, скажем, с маникюра – и проходитесь глазами, как сканером, по квартире, оценивая, как тут без вас дела обстоят. На что обратите вынимание? Что обязательно должно выглядеть определенным образом, а что вы учтете как желательное, но второстепенное? То, на что обратили внимание в

первую очередь, – это ваши «маячки порядка».

Дадим им название – «ключевые зоны». Это по ним вы оцениваете, порядок дома или бардак.

Ключевые зоны – места первого уровня значимости лично для вас или вашей семьи.

Если порядок по всей квартире – идеал, к которому можно стремиться, то над порядком в ключевых зонах мы будем работать как над минимумом для спокойной и комфортной бытовой повседневности. Помните цель – организовать бытовые заботы так, чтобы они не отнимали все время. Для этого нужно четко определить ключевые зоны и сконцентрировать свои силы в первую очередь на них.

Так как у людей, живущих под одной крышей, могут быть очень разные взгляды на порядок, важно:

1. Вычленить ключевые зоны в каждой комнате вместе с домочадцами.

2. Сделать так, чтобы понимание статуса «порядок» было абсолютно конкретно и едино для всех.

Как сделать? Да просто объяснить понятными словами и продемонстрировать на примере.

Екатерина, Серпухов

Для меня ключевая зона – это диван в гостиной. Он большой и первым бросается в глаза. Мы договорились с мужем, что под порядком тут понимаем правильную установку всех мобильных элементов дивана (у нас съемные подушки), гладко лежащий плед, отсутствие посторонних предметов на бортиках и поверхности. После того как я озвучила эти вроде бы очевидные вещи, диван утром после ухода мужа на работу стал намного лучше выглядеть!

Пояснять такое очевидное?! Да. Вообще, предлагаю забыть про «очевидность». Очень многие вещи трактуются совершенно по-разному даже близкими людьми. Каждый вырос в семье со своим бытовым укладом. Каждый несет целый комплект неосознанных привычек по жизни, ни на секунду даже не задумываясь о них. Для кого-то очевидно, что посуду надо вытирать полотенцем после мытья. Для других очевидно, что это совершенно лишние телодвижения, – сама высохнет. Поэтому лучше озвучить ваше понимание порядка в ключевой зоне. Например, что значит «убрать кухню»? Вымыть посуду? Вымыть и разложить ее по местам? Вымыть, разложить, протереть раковину, аккуратно повесить полотенце? Даже «разжеванная» домочадцам просьба – не гарант ее исполнения, а у абстрактного «приберись» шансов на успех еще меньше.

Договаривайтесь. ПРОГОВАРИВАЙТЕ вслух то, что для вас важно. Это вообще очень полезный способ для того, чтобы вас понимали.

В отличие от точек опоры, в ключевых зонах мы не ищем лирического вдохновения. На ключевых зонах нужна регулярная работа – самая обычная, рутинная домашняя работа по возвращению вещей на места и гигиенической уборке. Это минимальный перечень обязанностей по «должностной инструкции» домохозяйки, самой себе составленной (или предъявляемой помощникам).

Точное понимание того, где и что конкретно делать в первую очередь (то есть выделение ключевых зон), дает скорость и эффективность работы.

Вы будете работать над опрятным видом СНАЧАЛА ТАМ, где это принципиально важно для домочадцев и для вас, лишь ПОТОМ приступая к остальному. Так видимый результат у вашего труда будет СРАЗУ.

Экономите время, экономите силы.

Сравните: можно час разбирать бакалейный шкаф, пересыпать все по подходящим емкостям, проверять сроки годности продуктов – но, кроме хозяйки, эта работа никому особо не заметна. Причем незаметна – не значит, что не важна. Но печальная констатация факта, что целый день я чем-то занималась, а заметный по всей квартире бардак как был, так и остался, может расстраивать. Как и недоуменные вопросы близких: «Так я не заметил, ты что весь день делала?..»

ПРАКТИКА

Определите (обязательно вместе с домочадцами!), что у вас в квартире является ключевыми зонами. В каких местах порядок важнее всего? Что бросается в глаза при входе в дом? На что вы и члены вашей семьи обратите внимание сразу, а на что закроете глаза?

Сформируйте письменно список ключевых зон, воспользуйтесь шаблоном-подсказкой на рабочих листах в конце книги. Далее на основании этого мы будем делать новый шаг – формировать привычку экспресс-уборки по ключевым зонам.

Шаг 3. Выработать маршрут экспресс-уборки

Очень многие хозяйки, испытывающие проблемы с организацией быта, отмечают, что часто не знают, за что схватиться. Дел всегда так много! Как все успеть?

Рецепт тот же – начинайте с главного.

На предыдущем шаге вы выявили ключевые зоны вашего дома (и записали, верно?). Это и есть ваше «главное»: то, куда вы направите свои силы в первую очередь.

Очевидно, что в течение дня у вас может легко обозначиться что-то более значимое или привлекательное, чем уборка: работа, занятия с детьми, готовка, отдых. Что поможет не оставить дом без внимания, при этом не тратя много сил и времени?

Маршрут экспресс-уборки. Это программа-минимум для вашего опрятного дома, набор быстрых действий по восстановлению порядка и наведению гигиенической чистоты. Маршрут будет пролегать от точки к точке, по ключевым зонам. Вспомните работу горничных в отеле – время на уборку строго регламентировано, размышлять, «чем бы заняться», не приходится. Есть четкий алгоритм движения по номеру и перечень необходимых действий. Берем на вооружение такой подход.

Предлагаю рассмотреть примерный маршрут экспресс-уборки, в котором многие наверняка найдут свои ключевые зоны. Изменяйте его так, как удобно, добавьте что-то свое. Этот метод отлично подходит и для подготовки к встрече неожиданных гостей, и для наведения быстрого порядка к возвращению домочадцев, и для краткой быстрой уборки перед уходом на работу. Вернетесь, а дом ждет вас с радостью!

Пример маршрута экспресс-уборки.

Выбраны следующие ключевые зоны:

коридор + раковина ванной + зеркало + туалет + обеденный стол + спальня + центральная зона гостиной.

Почему такие? Потому что их посещение входит в логику самого стандартного движения зашедшего в дом человека.

Очередность работ по уборке строится по этой же логике движения.

Коридор

Это первое впечатление, ворота дома – зона, где за первые секунды неосознанно оценивается общее состояние, настроение квартиры.

Быстро можно: расставить/убрать обувь, убрать нагромождение вещей на комоде (ключи, записки, расчески, шапки), убрать лишние вещи с открытой вешалки, протереть пол.

Ванная и туалет

Зайдя в дом, сначала моют руки. Чистая раковина – вопрос пяти минут, за плюс в хозяйкину карму – копеечная плата! Пусть флакончик жидкого мыла станет чистым, без потеков. Если пользуетесь кусковым мылом – не дайте ему утонуть в грязной лужице в мыльнице.

Быстро можно: почистить раковину, протереть зеркало, сменить полотенце. Есть возможность – стоит освежить унитаз. В аккаунте @domvradost я спрашивала подписчиков, на что они прежде всего обращают внимание в чужом доме. Абсолютное большинство высказались за чистоту мест гигиены. Поэтому, пока управляетесь с зеркалом в ванной, залейте чистящее средство в унитаз. После окончания манипуляций возвращайтесь в туалет и убедитесь заодно в наличии бумаги. Когда запасной блок не под рукой, неловко звать по этому поводу на помощь.

Обеденный стол

Быстро можно: убрать посуду, протереть крошки. Если кто-то из неожиданно заглянувших гостей вызвался «похозяйствовать», кухонное полотенце стоит сразу заменить на свежее или предложить бумажное. Это дополнительно демонстрирует уважение к гостю.

Диван в гостиной

Быстро можно: аккуратно застелить (сложить) плед, убрать посторонние вещи. Не старайтесь расставлять все по полочкам, это затянет вас надолго! Глаз обычно «цепляют» брошенные чашки с недопитыми напитками, остатки еды, разбросанная одежда. А вот игрушки или прочие вещи бытового обихода, как правило, не так критичны. В конце концов, ваш дом «живой», идеальный порядок – вряд ли его характерное состояние.

Спальня (или место сна в общей комнате)

Обязательно застелите кровать (то есть так: обязательно застилайте ее ежедневно)! Ваша кровать – это приватный островок, место отдыха и страсти, личное пространство. Даже при том, что у большинства семей эта комната – не совсем «закрытая территория» (а уж тем более если это просто зона в однокомнатной квартире) и вовлечена в исполнение и других функций, для многих видеть незастеленную постель – это все равно, что ненароком видеть голого человека. Страшного, может, и нет ничего, но возникает чувство неловкости за столкновение с тем, что не предназначено для чужих глаз.

#domvradost_заметкинаполях

И даже отбросив эти соображения (и приняв во внимание тех, кому вид незаправленной кровати не доставляет эмоциональных неудобств), постель – это чаще всего самое большое «визуальное пятно» комнаты, то, что сразу бросается в глаза. Инструкция для горничных, о которых мы вспомнили выше, гласит: аккуратно застелить кровать – обязательная процедура. И вспомните: дополнительные меры в духе «сделать приятное постояльцу», тоже чаще всего крутятся вокруг этой зоны: будь то красивое размещение подушек или декоративная укладка полотенец. А почему? Потому что все, что на кровати и около, заметно с первого взгляда.

Последний штрих – проветривание!

Это беспроигрышная процедура для любых обстоятельств. У каждого дома есть свой запах, и не замечают его, как правило, только домочадцы, а остальные – реагируют. Ждете кого-то домой – пусть этот кто-то войдет в квартиру, наполненную свежим воздухом. Или, по меньшей мере, просто в нейтральную обстановку.

ПРАКТИКА

Продумайте свой маршрут экспресс-уборки. Представьте, как вы входите в дом, на что падает ваш взгляд. Опишите ваше каждое действие по наведению порядка по ходу движения, на каждой из ключевых зон.

И запишите. Пусть это будет тезисный план, эскиз маршрута. Не страшно, если вы позже скорректируете его ближе к практике.

Отлично, если что-то похожее у вас уже есть! А подобный маршрут есть у многих, кто обычно говорит: – «Я примерно так всегда и делала, хотя не задумывалась почему».

Вам тогда нужно обратить внимание вот на что: мы обсудили важность концентрации на ключевых зонах. Когда вы начнете перебирать в голове свой привычный маршрут, вероятно поймете, что его нужно скорректировать в соответствии с ними. Ведь дело не просто в том, чтобы навести порядок, – нам важно сделать это максимально быстро и с максимально заметным результатом. Прописанный новый план с концентрацией над ключевыми зонами поможет не сбиваться на привычный.

Для чего еще важно четко сформулировать маршрут экспресс-уборки?

Чтобы не отвлекаться, не разбирать попутно шкаф или переключать внимание на что-то другое.

(О разнице гигиенической уборки и организации пространства мы поговорим ниже.) Пока обратите внимание на одно: самое существенное в этом инструменте порядка – ПРЕДСКАЗУЕМОСТЬ количества времени и усилий. Иначе такой маршрут не станет реальным помощником, а превратится просто в уборку, которую вы и так умеете делать.

Потренируйтесь, доведите до автоматизма очередность и перечень действий. Примерьте на себя роль горничной (это позволит не отвлекаться на частности и действовать по инструкции, а не по настроению), пройдите по маршруту, засекая время работ. Сколько получилось? Лучше всего, если экспресс-уборка будет занимать не более 15–30 минут. Тогда этот метод станет вашей палочкой-выручалочкой.

#domvradost_заметкинаполях

И, кстати, это отличный инструмент наведения быстрого порядка для тех, кто продает квартиру, – так вы легко приготовитесь к приходу потенциального покупателя и представите ваше жилище в лучшем свете. Для нежданных визитов родственников тоже подходит.

Шаг 4. Сделать выбор: гигиеническая уборка или организация пространства?

Как быстро и эффективно справиться с поставленной задачей? Нужно владеть инструментом для ее решения и понимать, куда нужно прикладывать силы. Если проще – понять, что и как делать. И вот тут возникает парадокс: «уборка» в каждом конкретном случае может содержать совсем разные «что и как»! Когда мы занимаемся домашними делами, то избавляемся от пыли и грязи; моем, чистим, выбрасываем мусор и ненужные вещи, расставляем все по местам, разбираем шкафчики и полки. Как ни удивительно, но все эти дела разного толка. И не стоит одновременно решать эти задачи.

Наведение порядка – это про вещи: положить на место, придумать, где и как хранить, пересортировать содержимое ящиков, отложить ненужное.

Расхламление (осознанное избавление от невостребованных вещей) – тоже из этой оперы. Причем наведение порядка может явиться своего рода хобби или способом релакса – многим нравится аккуратно складывать вещи, упорядочивать предметы на полках, находить такое соседство в хранении, чтобы заполненность вещами была логичной и красивой, как в тетрисе. А расставить книги по высоте корешка или цвету обложки… знакомо это удовольствие?

Уборка же – это про грязь. Это набор действий гигиенического характера – мытье, чистка, стирка, избавление от пыли и т. п. И если организация вещей – дело больше творческого толка, работа разума; то уборка – типовой труд, работа рук. Убраться «навсегда» нельзя (даже «надолго ли» – непредсказуемо!) – и тут снова находится отличие от работы по поддержанию порядка, когда бывает, что однажды удачно установленное местонахождение вещи не меняется годами.

Я неоднократно сталкивалась с высказываниями в духе «люблю порядок, но не люблю убираться». Здесь часто налицо именно конфликт смыслов «гигиенической уборки» и «наведения порядка». Дела хоть и направлены на одну цель – сделать дом опрятным и комфортным, – но требуют от хозяйки разных физических и эмоциональных сил.

Конец ознакомительного фрагмента.

notes

Примечания

1

Система флайледи – это методика ведения домашнего хозяйства, придуманная американкой М. Силли. Основные идеи изложены в книге «Школа флайледи».

Система основана на выработке привычек и ритуалов, которые позволяют планировать хозяйственную работу, разделяя дом на зоны и применяя ряд авторских инструментов по поддержанию порядка: «горячие точки», «буги 27 бросков» и т. п.

Купить: https://tellnovel.com/semenova_anna/dom-v-radost-kak-organizovat-byt-chtoby-ostavalos-vremya-na-zhizn

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити