



Расхламление по методу Мари Кондо

Это одна из самых эффективных техник наведения порядка раз и навсегда.

1. шаг 1: настройтесь на правильный лад

- ☐ **1.1** осознайте важность процесса
расхламление — это не просто уборка, а путь к гармонии и счастью
- ☐ **1.2** представьте идеальное пространство
подумайте, каким вы хотите видеть своё жильё после уборки

2. шаг 2: собирайте вещи одной категории за раз

- ☐ **2.1** начните с одежды
соберите всю одежду в одном месте и рассортируйте её
- ☐ **2.2** переходите к книгам
определитесь, какие книги действительно радуют вас, а от каких можно избавиться
- ☐ **2.3** документы
рассмотрите бумаги, выбрасывая ненужные и удобно организовывая важные документы
- ☐ **2.4** разное
мелочи вроде канцелярии, сувениров и косметики сортируются отдельно
- ☐ **2.5** сентиментальные вещи
оставьте их напоследок, с такими предметами сложнее всего расставаться

3. шаг 3: сохраняйте только то, что приносит радость ☐

☐ 3.1 проверьте каждую вещь

держите в руках и задавайтесь вопросом: «приносит ли эта вещь мне радость?», если нет - избавьтесь от нее

☐ 3.2 не храните «на всякий случай»

если предмет не использовался долгое время, скорее всего, он вам не нужен

4. шаг 4: организуйте хранение

☐ 4.1 складывайте вертикально

так легче увидеть все предметы и достать нужный

☐ 4.2 используйте коробки и контейнеры

упорядоченность помогает сохранять чистоту

☐ 4.3 храните похожие вещи вместе

группируйте предметы по категориям для удобства поиска

5. шаг 5: освободите пространство для нового

☐ 5.1 выбрасывайте или отдавайте ненужное

решительно избавляйтесь от хлама

☐ 5.2 создайте систему хранения

теперь, когда осталось только нужное, обеспечьте порядок

6. шаг 6: поддерживайте достигнутый порядок ☐

☐ 6.1 регулярно проверяйте вещи

периодически пересматривайте коллекции и избавляйтесь от лишнего

☐ 6.2 следите за новыми покупками

покупайте осознанно, чтобы не накапливать лишний хлам

Чтобы детальнее погрузиться в суть метода Мари Кондо, можно посмотреть ее шоу по ссылке: https://vkvideo.ru/playlist/-187022544_3

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?