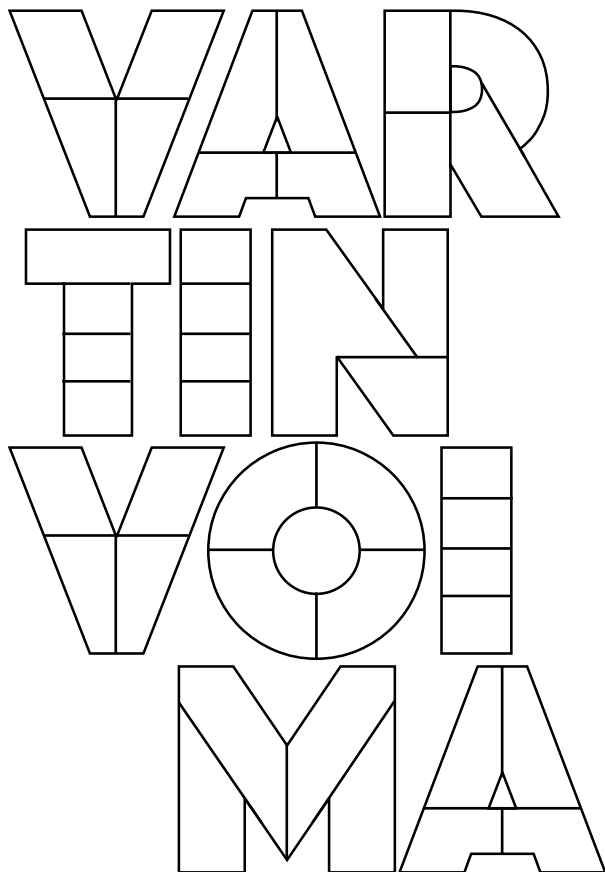


**ILANA
AALTO**



**365 NOPEAA
KONSTIA
KODIN JÄRJESTÄMISEKSI**

Atena

Paikka kaikelle -yhteisön jäsenille.

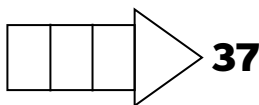
*Teiltä olen oppinut, mistä sotku syntyy mutta myös
kuinka se taltutetaan.*

SISÄLLYS

Lempeät jäähvyäiset sotkuille 9

Kuinka käytät tätä kirjaa 34

KODIN JÄRJESTÄMISEN TEORIA VARTISSA



Ylitä ryhtymisen kynnyks 39

Oikotie onneen: tavaroiden karsiminen 46

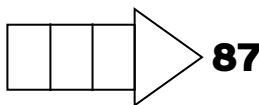
Roinat pois nurkista: poistotavaroiden käsittely 57

Säästä aikaa ja vaivaa: tavaroiden lahjoittaminen 60

Tienaa poistoilla: tavaroiden myyminen 66

Paikka kaikelle 74

VARTIN TEHTÄVIÄ KODIN TILOISSA



Kodin ei tarvitse näyttää kaatopaikalta: kierrätys 89

Järjestä siivous helpommaksi 100

Kurkistus ruokakomeroon ja jääkaappiin 107

Keittiö – kodin kuuma piste 114

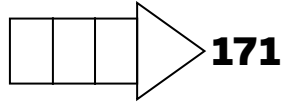
Spa-tunnelmaa pesutiloihin 132

Kamppailu tilasta: eteinen 142

Unelmien (ja painajaisten) vaatekaappi 154

Varastosta makuuhuoneeksi 166

TAVARAT, TUNTEET JA IHMISSUHTEET VARTISSA

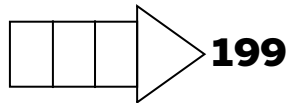


Reilumpi peli: tavaratöiden suunnittelu ja jakaminen 173

Pidä tauko ja luovu turhista hommista 184

Hoida kotihäpeää myötätunnolla 193

VARTIN TEHTÄVIÄ TAVARARYHMILLE



Hyvästit ikipyykille 201

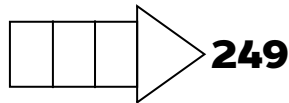
Eroon miljoonalaatikoista 213

Seulo säilytyslaatikot ja nyssäkät 220

Kausitavarat kartalle 226

Tuhansia arkkeja ja tunteiden vuoristorataa: paperit 236

JÄRJESTYKSEN YLLÄPITO VARTISSA



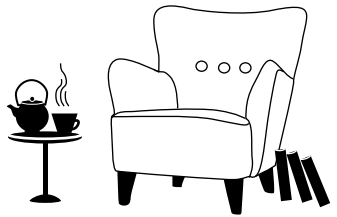
Kaikki paikoilleen 251

Stoppaa tavaratulva 260

Pienin askelin pidemmälle 272

Tavaramaailman sanat 274 | Lähteet 284 | Lisälukemista 285

Kiitokset 288



LEMPEÄT JÄÄHYVÄISET SOTKUILLE

Päätitkö järjestää keittiön komeron, mutta oven avattuasi laitoit sen äkkiä kiinni ja totesit, ettei tästä tule mitään? Lamaannutko, kun vain ajatteletkin kellarivaraston kaaosta? Pyöritteletkö tavaroita poistokassiin ja takaisin? Jäitkö luokalle, kun yritit konmarittaa vaatekaappisi? Oletko kuormittunut, kiireinen, keskittymiskyvytön, väsynyt, uupunut, stressaantunut tai huolien painama? Onko kotisi kaaoksessa, joka saa sinut huokaamaan epätoivosta?

Sitten vilkaisit tätä kirjaa ja ajattelit, että tuossa on taas yksi self help -opus, joka kertoo, miten teet itsestäsi paremman ihmisen jaksamalla ja ehtimällä enemmän. Päinvastoin! Tällä kertaa olet tarttunut kirjaan, jossa sinua ei piiskata konmarittamaan, kuolinsiivoamaan tai ylipäätään osoittamaan kunnollisuuttasi millään lisäsuorittamisella. Sen sijaan kerron sinulle, miten saat kotisi järjestykseen ja arkesi sujumaan lepäämällä enemmän ja raivaamalla silloin tällöin vartin siellä ja toisen täällä. Aloitetaan kuitenkin siitä, miksi raivaamisen ajattelemisenkin uuvuttaa. Uskon vakaasti siihen, että ymmärrys lisää sekä itsemyötätuntoa että mahdollisuuksia tehdä asioille jotain.



TAVARATYÖ ON AIKASYÖPPÖ

Suomalaisissa kodeissa on kymmeniätuhansia tavaroita. Valistuneimmat arviot liikkuvat 30 000:n ja 50 000 esineen välillä, mutta onpa väitetty myös, että nelihenkisen perheen omakotitalossa voisi olla jopa satatuhatta tavaraa. Osaatko kuvitella mielessäsi sata, tuhat tai kymmentuhatta tavaraa? Paljonko tilaa ne vievät? Montako kaappia, vaatehuonetta ja varastoksi muuttunutta vierashuonetta tarvitaan? Millaisia ponnisteluja vaaditaan, jotta jokaisella tavarella on paikkansa ja ne myös pysyvät paikoissaan?

Kutsun *tavaratyöksi* kaikkea sitä hommaa, jota tavarat meille tuottavat. Tavaratyö alkaa jo ennen kuin esine on kannettu kynnyksen yli, kun tutkimme mainoslehtisistä ja nettisivuilta mitä kannattaisi ostaa ja vertailemme tuotteiden ominaisuuksia. Sitten käymme ostoksilla, haemme paketteja postista, järjestämme tavaroille tilaa, puhdistamme, pinnoamme, viikkaamme ja keräilemme niitä lattialta, etsimme kadonneita, raivaamme tavaroita siivouksen ja leipomisen tieltä tai piilotamme niitä kyläilyn alla, järjestelemme tavaroita taas uudelleen, korjoamme rikki menneitä ja lopuksi kierätämme, kuskaamme ja myymme turhiksi käyneitä. Jos jokin tässä maailmassa on ikuista, niin tavaratyö.

Kodin tavarahumppaa pyörittää tyypillisesti yksi tai kaksi aikuista. Ajattele kaksi tai hyvässä lykyssä neljä kättä, joiden kautta kymmennet tuhannet esineet virtaavat ja löytävät paikkansa. Joskus kun mietin asiaa, ihmettelen että ylipäättäen ehdimme myös käydä töissä, hoitaa lapsia tai harrastaa.

Itse näenkin tavarat sitoumuksina ja tehtävinä, joista jokainen vaatii meiltä jotain. Jos suhtautuisimme tavaroihin kuin kisanpentuihin, kävisi nopeasti selväksi, että emme voi tarjota kovin monelle sellaista huolenpitoa, jota ne ansaitsevat.

Tavaratyö on intensiivistä jo työn määrän takia. Lisäksi se on aivoille kuormittavaa, sillä siihen sisältyy hankalaa päätöksentekoa, jota mieluiten välttelisimme. Kun vaatehuone täyttyy niin, että ovesta ei mahdu sisään, haluamme ratkoa ongelmaa. Käsissä pyörivät vanhat bändipaidat, pieneksi jääneet toimistovaatteet ja komeron nurkkaan survottu vanha leipäkone. Jokaisesta aukeaa päätösten ketju: Pidänkö tämän lahjaksi saadun neuleen vai en? Mitä seuraa, jos luovun siitä? Kadunko poistoa? Käykö taas kuten viimeksi kun karsin tavaraa, että tarvitsisin sitä heti poistamisen jälkeen? Pahastuuko täti, jos huomaa, että hänen antamansa neule on laitettu eteenpäin? Jos poistan sen, miten: myynkö, lahjoitanko vai onko se jo roska? Minkä myyntikanavan valitsen? Milloin ehdin tutkia kirpputorien aukioloaikoja tai ottaa mitat netti-ilmoitusta varten? Milloin kalenterissani on aikaa myyntipöydän hoitamiseksi? Ehdinkö siihen mennessä löytää muutakin myytävää? Ja niin edelleen ja niin edelleen.

Ei ihme, että tavarat on helpompi vain lykätä takaisin sinne, mistä ne tulivat.

SOTKUN RESEPTI

Joudumme tekemään tavaratyötä, vaikka olisimme muutenkin kuormittuneita. Erään asiakkaani ruokapöytä oli kuorru-

tettu monen vuoden aikana kertyneillä paperipinoilla, pintaa ei näkynyt. Kun pääsimme pohjimmaiseen kerrokseen, kiinnitin huomiota siihen, että alimmat paperit olivat kaikki samalta vuodelta, seitsemän vuoden takaa. Kun kysyin, onko sille jokin erityinen syy, asiakas kertoi, että sinä vuonna hänen elämässään oli vastoinkäymisiä. Voimat loppuivat, mutta paperia tuli postiluukusta entiseen tahtiin tai vastoinkäymisiin liittyvän byrokratian takia jopa enemmän, ja vasta nyt hän toipui noista tapahtumista.

Kun elämä heittää kuormittavaan tilanteeseen, tavaratyö joustaa usein ensimmäisten joukossa. Masennus, uupumus, sairastuminen tai muu toimintakykyyn vaikuttava vastoinkäyminen näkyy kotona paperien ja tavaroiden kasautumisena sivupöydille sekä varastojen ja kaappien täyttymisenä. Joskus käännekohdan voi nähdä tavarapinoista kuten asiakkaani kotona.

Eräs blogini lukija otti yhteyttä kertoakseen tarinansa. Kun kodin järjestyksen ylläpito ei enää sujunut vanhaan malliin, hän oli syyttänyt itseään saamattomuudesta, laiskuudesta ja mielenkiinnon puutteesta. Hän epäili jopa mielenterveytensä järkkyneen. Lopulta hän pääsi tutkimuksiin, joissa löytyi vaikea-asteinen uniapnea. Järjestäminen ei sujunut, koska hän oli liian väsynyt. Hän halusi kauttani muistuttaa, että ”meidän saamattomien sekoilijoiden” – hänen määritelmänsä – pitäisi tutkituttaa itsensä sairauden varalta.

Kuormituksen ei edes tarvitse olla mitään dramaattista, ruuhkavuodet tai kiireinen ja vaativa työ riittävät. Myös ta-

valliset elämänmuutostilanteet, kuten muutto, lapsen syntyminen, läheisen kuolema, ero tai lasten aikuistuminen ovat aina myös ”tavaratilanteita”, joihin liittyy tavallista suurempi määrä tavaratyötä.

Tavaratyö vaatii suunnittelua, organisointia ja päätöksentekokykyä – siis *toiminnanohjausta*. Erityisen alttiita epäjärjestykselle ovatkin *neurokirjolla* olevat ihmiset, jotka kuormittuvat tavallista herkemmin ja joiden toiminnanohjauksessa voi olla haasteita. Asiakkaiteni tulee toisinaan keskiikäisiä naisia, jotka ovat niin uuvuksissa ja kuormittuneita, että ovat jo melkein luovuttaneet. Toistuva tarina on, että he ovat lapsesta saakka saaneet kuulla sotkuisuudestaan ja kokeneet aina huonommuutta ”huusholligeenien” puuttumisesta vaikka ovat kamppailleet parhaan kykynsä mukaan saadakseen kotinsa järjestykseen. Jos tällaisessa tilanteessa tunnistaa itsessään myös muita ADHD:n tai autismikirjon piirteitä, kannustan hakeutumaan terveydenhuollon ammatilaisen vastaanotolle tutkimuksia varten. Diagnoosi voi nostaa harteilta vuosikausien taakan: en olekaan huono, aivoni vain toimivat eri tavalla kuin muilla – ja kodin järjestämisessä se pitää ottaa huomioon. Neurokirjolla oleville ihmisille tavaroiden karsiminen ja järjestäminen tuo arkeen erityisen paljon helpotusta.

Arjen kuormitus, olipa sen syy mikä tahansa, näkyy kotona. Kun kuormittunut sitten lähtee hakemaan apua tilanteeseensa, hän kenties lainaa kirjastosta kodin järjestämisen oppaan. Monet näistä kirjoista on kirjoitettu ihmisille, jotka

eivät niitä oikeasti tarvitse. Jos kuormittunut lähtee sovelta-
maan esimerkiksi japanilaisen järjestämisgurun Marie Kon-
don KonMari-menetelmää, hän saa pian huomata saaneen-
sa aikaan entistä isomman sotkun; kerron kohta tarkemmin,
miksi näin käy. Järjestystä tavoitteleva lannistuu, ajattelee
olevansa kelvoton ja kaiken avun tuolla puolen. Motivaatio
painuu nolliin.

Useimmissa järjestämisoppaissa ei ole huomioitu sitä, että
ihmisten voimavarat vaihtelevat ja päätöksentekokyky on ar-
jessa jo muutenkin tiukoilla. Niissä ei anneta riittävän selkeitä
neuvoja tilanteisiin, joissa arjen peruspyörytys syö voimat niin,
ettei ikinä löydy aikaa ja jaksamista kokonaisen varaston tai
vaatekaapin raivaukseen.

Se ei tarkoita, etteikö toivoa olisi. Kuormittunut saa kotinsa
järjestettyä samalla ohjeella, jolla elefantti syödään: *paloit-
telemalla*. Samat ohjeet käyvät kenelle tahansa, sillä kukapa
meistä ei toisinaan olisi hajamielinen, uupunut, kiireissään tai
keskellä muutosta. Kuormitusta vähentää, kun keskittyy ta-
varoita raivatessa yhteen asiaan kerrallaan. Minkä tahansa
järjestämisprojektin voi paloitella niin, että se mahtuu kiirei-
seenkin arkeen.

TAVARATULVA

Emme silti voi syyttää kodin kaaoksesta vain arjen kuormi-
tusta. Jos eläisimme torppareina 1800-luvun suomalaisella
maaseudulla, voisimme toki olla kuormittuneita mutta torp-
pamme ei silti hukkuisi tavarahan. Vasta kun oli mahdollista

ostaa koti täyteen, jouduimme tähän hulluun tilanteeseen, jossa melkein kaikilla on tavaraa enemmän kuin mistä jaksamme huolehtia.

Ja ostaneet me olemmekin. Uusien tavaroiden hankkiminen tuottaa mielihyvää. Sen julistetaan olevan jopa kansalaisvelvollisuus, jonka avulla ”kansantalouden pyörät” pidetään pyörimässä. Parhaat markkinointipsykologit on valjastettu miettimään, miten meidät saisi ostamaan enemmän.

Toisen maailmansodan jälkeen Suomi siirtyi hyvin nopeasti pula-ajasta kulutusyhteiskuntaan. Tavaroiden hankkiminen merkitsi hyvää elämää ja eteenpäinmenoa. Samalla mielessä pysyivät pulan ja puutteen opit, jotka ohjasivat varautumaan pahan päivän varalle. Kuluttajiksi tulitiin siis pula-ajan ajatusmaailmalla, ja sama lähestymistapa opetettiin myös jälkipolvelle. 1980-luvulla vietettiin jo kulutusjuhlaa, ja 2000-luvulle tultaessa halpatuonti ja kirpputorit ovat romahduttaneet tavaroiden hinnan. *Tavaratulvan* taustalla on korkea elintasomme, mutta kenenkään ei tarvitse olla rikas haaliakseen tavaraa. Tavaraita on niin paljon, että niitä saa helposti ilmaiseksi sosiaalisen median lahjoitusryhmistä ja netin vertaiskauppa-alustoilta.

Mitä tapahtuu, kun kokonainen kansakunta käy kaupoilla vuosikymmenten ajan? Kyllä, kodit täyttyvät. Tarvitaan isompia koteja, jotta kaikki tavarat mahtuvat. Perinnönjaoissa täysien huushollien tavarat jaetaan toisiin, jo ennestään täysiin huusholleihin. Vuokravarastobisnes kukoistaa, kierrätys-

keskukset menevät tukkoon. Siirryimme puutteen ajasta yltäkyläisyyteen, mutta kukaan ei – ennen Marie Kondoa – opettanut, miten paljouden kanssa tullaan toimeen. Martat kyllä ohjasivat rullamaan lakanat ja puhdistamaan lattiat säännöllisesti, mutta entä sitten, kun lakanoita on niin paljon, ettei kaapin ovi sulkeudu, eikä kotona mahdu imuroimaan, kun nurkissa kasvaa tavarapinoja.

Pyysin kerran someuraajiani kertomaan, mitä sellaisia tavaroita heillä on kodeissaan yllin kyllin, joita omasta lapsuudenkodista ei löytynyt tai joita oli vain vähän. Ketjun lukeminen hätkähdytti. Koteihin on syntynyt kokonaan uusia tavarakategorioita, ilmeisimpinä erilaiset ruudut, niiden latturit ja kaikenkarvaiset piuhat, mutta kaappejamme tukkivat myös muut sähkölaitteet höyrypesureista soodastrimereihin. Ennen selvisimme esimerkiksi ilman kestokasseja, muovirasioita, juomapulloja, mikrokuituliinoja, tavaroiden säilytyslaatikkoja tai lahjakasseja. Myös sellaiset tavarat, joita ennen riitti yksi per huusholli tai asukas, ovat moninkertaistuneet. Jos kahvi aiemmin keitettiin yhdellä kahvinkeittimellä tai ihan vain pannulla, nyt löytyy kahvikone, mutteripannu, pressopannu, se perinteinen keitin sekä mummolta peritty kuparipannu. Ennen pestiin tiskiaineella ja mäntysuovalla, nyt jokaiselle pinnalle on oma siivousainepullonsa, siivoukseen liittyvistä välineistä puhumattakaan: mieti vaikka harjaa, jonka tarkoituksena on pelkästään laudevälien puhdistus. Lapsuudenperheessäni koiralla oli yksi kaulapanta ja pari palloa, nyt koiranomistajalla on kokonainen kaappi koiratarvikkeita.

Ja kenellä enää on vain yksi kampa, uima-asu, joulukalenteri, mustekynä, talvitakki, paistinpannu, kangaskassi, shampoo-pullo, juustohöylä tai sakset? Jopa kuusenkoristeita löytyy useamman kuusen tarpeiksi.

Tilanne on järjetön: kaikilla on tavaraa enemmän kuin mistä jaksaa huolehtia ja maapallo hukkuu jätteisiimme – ja silti hankimme jatkuvasti lisää. Tavarat eivät kuitenkaan ole järjen asia. Ne ovat ihmisille monella tavalla enemmän kuin ”vain tavaroita”. Tavaroiden avulla viestimme toisille ja itsellemme siitä, mihin ryhmiin kuulumme. Osaamme päätellä toisen vaatteista, kellosta, autosta tai kodin sisustuksesta, millainen maku, sosiaalinen asema ja arvot hänellä on. Meillä on erityiskyky kiintyä elottomaan ympärillämme, kuten asuntoihin, sohviin, kahvikuppeihin ja lastemme askartelutöihin. Luomme tavaroihin tunnesuhteen, liitämme niihin tarinoita ja muistoja sekä kiinnitämme niihin identiteettejä. Markkina-voimat käyttävät härskisti hyväkseen tavaraan liittyviä inhimillisiä erityispiirteitä. Meidät saadaan ostamaan yhä uusia esineitä väittämällä, että ne tekevät arjestamme helpomman ja meistä onnellisempia, terveempiä tai ympäristölle ystävällisempiä. Tosiasiassa jatkuva tavaroiden ostaminen tekee arjestamme tavaroiden esteradan.

Näistä piirteistämme ei olisi haittaa, jos tavaroita olisi kodeissa kohtuudella. Silloin voisimme nauttia tavaroista rauhassa ja myös tavarat voisivat nauttia siitä huolenpidosta, jonka ne meitä palvellessaan ansaitsevat. Runsaudessa joudumme kuitenkin jatkuvasti laiminlyömään tavaroitamme jät-

tämällä ne lyhyen innostuksen jälkeen kaappiin lojumaan. Tavallinen arvio on, että aktiivisessa käytössä olisi noin viidennes kodin tavaroista. Voit miettiä omaa vaatekaappiasi: kuinka moni vaate pääsee ulos kaapista viikoittain, entä kuukausittain? Onko kaappiin jääviä enemmän vai vähemmän kuin niitä, jotka pääsevät käyttöön? Entä varastosi, kuinka suuri osa sen tavaroista on käytössä kuukauden tai vuoden mittaan?

Jos haluat kotisi järjestykseen, ensimmäinen askel on helppo: älä tee mitään. Älä osta yhtään uutta aluspaitaa, sandaalia, piuhaa, pesusientä, kynttilää, paistinpannua, sadetakkia, otsalamppua tai mitään muutakaan. Keksi jotain muuta tekemistä, mene metsään, museoon, elokuviin tai kahville. Kerro itsellesi, että uusista tavaroista on vain uutta vaivaa. Jos on ihan pakko hankkia jotain, kuten vaatteita kasvavalle lapselle, osta pienin mahdollinen minimimäärä – selviät kyllä! Hyvä ohje on ostaa vain sellaista, mitä ilman et tule toimeen. Älä ota tavaraa vastaan edes ilmaiseksi, ellei se ole jotain sellaista, mitä ilman et pärjää. Kun lakkaat hankkimasta, kotisi tavaramäärä ennen pitkää vähenee luonnollisen poistuman kautta ilman sen kummempia toimenpiteitä.

Minusta jokaisen kodinjärjestämisoppaan pitäisi alkaa neuvolla lopettaa tavaroiden hankkiminen. Se jätetään kuitenkin usein kokonaan antamatta, ehkä siinä pelossa, että lukijat syyllistyvät. On kuitenkin selvää, mistä kaikki kodin tavarat ovat tulleet: olemme kantaneet ne itse kynnyksen yli. Jos sisääntuloon ei puututa, tavaratyö todellakin on loputonta.

Älä kuitenkaan liiaksi moiti itseäsi aiemmista hankinnoista. Tärkeämpää on se, miten toimit tästä eteenpäin.

HYVIÄ SYITÄ JÄRJESTÄÄ KOTI

Koska olet tarttunut tähän kirjaan, olet varmaankin kiinnostunut järjestämään kotisi etkä tarvitse perusteluja sille, miksi järjestys ja tavarapaljouden raivaaminen helpottaisivat arkeasi. Ehkä asiaa on silti hyvä pysähtyä hetkeksi miettimään, sillä omasta mielestäni on sekä hyviä että huonoja syitä järjestää kotia. Hyvien syiden kuuleminen lisää motivaatiotasi, huonot syyt saavat sinut tuntemaan huonommuutta ja häpeää.

Aloitetaan hyvistä syistä. *Ensinnäkin* tavaroiden vähentäminen säästää aikaasi. Jokainen yli kymmenvuotias suomalainen käyttää kotitöihin kolme tuntia päivässä kertovat ajankäyttötutkimukset. Kotityöt ovat tavaratyötä sanan varsinaisessa merkityksessä: esineiden siirtelyä pyykkiliniel-tä kaappiin, pöydästä tiskikoneeseen tai pois imurin tieltä. Se on hankintojen tekemistä, huoltoa ja kierrätystä. Voisi ajatella, että esimerkiksi pyykin määrä on vakio eikä liity siihen, onko kaapissa vaatteita paljon vai kohtuudella. Tosiasiassa paljon vaatteita tarkoittaa enemmän pyykkiä, sillä vaatteiden käyttöväli lyhenee ja puolipitoisia pestään herkemmin, kun on enemmän mahdollisuuksia vaihtaa vaatteita.

Toiseksi tavaroiden vähentäminen säästää kukkaroasi. En tarkoita nyt vain sitä, että tavaroiden hankkimiseen on mennyt rahaa. Myös niiden säilyttäminen maksaa. Mitä enem-

män tavaraa, sitä isompi koti tarvitaan. Mitä enemmän tavaraa, sitä isompi tila menee säilyttämiseen ja sitä pienempi jää olemiseen ja tekemiseen. Ystäväni lapset saivat yllättäen ja pyytämättä sukulaiselta lahjaksi valtavan pehmonallen. Sen pyllyn alle jäi melkein neliömetrin verran muutenkin pienen lastenhuoneen lattiaa. Ystäväperheeni asuinalueella neliometri omistusasuntoa maksaa noin 2 500 euroa, joten nalle tuli kalliiksi. Tavaroiden varten lämmitetään pihavarastoja ja kalliissa vuokravarastoissa säilytetään tavaraa, jonka arvo alittaa roimasti varaston vuosivuokran. Sitten ovat vielä järjestämistarvikkeet – näppärät laatikot, jakajat ja organaisarit – joita sinun ei tarvitse ostaa lainkaan, jos tavaraa on säilytystiloihin nähden kohtuullisesti.

Kolmanneksi tavaroiden vähentäminen tekee kodistasi turvallisemman. Säilytätkö keittiötarvikkeita sähkölieden levyllä, koska muuallekaan ei mahdu (kyllä, olen lukuisia kertoja nähnyt tämän asiakkaideni kodeissa)? Onko saunassasi tavaraa säilytyksessä, mutta et ole varma, onko kiukaan sulake kytketty pois päältä? Onko kellarissa kulkeviin vesi- ja viemäriputkiin näköyhteys, jotta huomaat putkirikon ajoissa, vai onko edessä pinoittain tavaraa? Säilötkö makuuhuoneessa ylimääräistä tavaraa laatikoissa tai kasseissa, joihin voit kompastua, kun lähdet yöllä vessaan?

Neljäs hyvä syy vähentää tavaroita on se, että se vähentää riitaa kotona. Tutkimusten mukaan kotityöt ovat yksi tavallisimpia ellei tavallisin heteropariskuntien riidanaihe. Riidelään toisin sanoen siitä, kumpi huoltaa tavaroita. Kotikäyn-

neillä olen joskus joutunut rintamalinjan keskelle, kun pääni yli on alettu riidellä tavaroista. Fakta on, että *toisen* tavarat ovat aina roinaa, joka tukkii kodin säilytystilat, mutta *omat* esineet ovat hyvinkin tärkeitä. Lopulta kouluttauduin vuoro-vaikutusohjaajaksi, jotta voisin auttaa tavaroista riiteleviä asiakkaitani. Eripuraa on myös sukupolvien suhteissa. Vanhemmat nalkuttavat lapsille näiden huoneiden siivoamisesta, ja omien, vanhenevien vanhempien haluttomuus raivata kotiaan turvallisemmaksi käy hermoille ja rasittaa kanssikäymistä. Tavaraita vähentämällä ihmissuhteissa voitaisiin keskittyä enemmän positiiviseen.

Viidenneksi tavaroiden vähentäminen vähentää myös stressiä. Ihmiset kertovat tavoittelevansa kodin järjestämisellä nimenomaan mielenrauhaa. Sitä on luvassa, kun aikapula, taloudellinen paine ja riitely vähenevät.

HUONOJA SYITÄ JÄRJESTÄÄ KOTI

Kaikki syyt järjestää kotia eivät ole yhtä hyviä kuin edellä luetellut. Monet kokevat kodin kaaoksesta syyllisyyttä ja häpeää. Kodin järjestäminen siksi, että naapuri saattaa nähdä eteisestä sisään tai anoppi kurkata vaatehuoneeseen, kumpuaa ulkopuolisesta paineesta, kokemuksesta, että emme kelpaa sellaisina kuin olemme. *Kotihäpeä* on tunne, että oma koti ei ole riittävän hieno tai siisti muiden silmille, joten itsekin on huono ja puutteellinen. Häpeään kuuluu, että se halutaan piilottaa. Piilottelu johtaa uuvuttavaan pinnistelyyn siisteyden ylläpitämiseksi mutta myös eristäytymiseen: kyläilyjä

vältellään, edes lasten kaverit eivät saa tulla köymään, jottei sotku paljastu.

Kotihäpeä saa ihmisen toimimaan muiden *oletettujen odotusten* mukaan. Siitä kärsivä tarkkailee muiden reaktioita ja etäännytty omista toiveistaan, tarpeistaan ja hyvinvoinnistaan. Kuka tahansa voi tuntea kotihäpeää, mutta erityisesti se piinaa naisia, joita pitkän historiallisen perinnön takia usein arvioidaan ja jotka itse arvioivat itseään ”emäntälinsin” kautta. Linsin läpi katsottuna on hyvä emäntä, hyvä nainen ja hyvä äiti, jos koti on viihtyisä ja siisti.

Monet asiakkaani ovat kertoneet yhdeksi kodin järjestämisen tavoitteeksi sen, että yllätysvieraita voisi vastaanottaa milloin tahansa. En moiti heitä heidän toiveistaan, mutta on hyvä ymmärtää, että tällaisessa toiveessa puhuu häpeä. Häpeän hoitaminen kotia järjestämällä on kuin hoitaisi ihotumaa meikkivoiteella. Se ei itse asiassa välttämättä auta lainkaan. Jos häpeää ei kohtaa, se vain vaihtaa paikkaa. Siisteimmissäkin kodeissa pyydetään sotkuja anteeksi vieraiden saapuessa. Tyylikkäämmälläkin somevaikuttajalla on kodissaan ne nurkat, joita hän ei kuuna päivänä kehtaisi julkaista Instagramissa. Itse koen toisinaan aivan erityistä ammattijärjestäjän kotihäpeää: kotini kuuluisi olla mallikelpoisempi, olenhan järjestämisen ammattilainen. Kun tavoittelee täydellisyyttä, päätyy vain loputtomaan taisteluun häpeää vastaan.

Kotihäpeän kohdalla ensimmäinen askel on ylipäättään tunnistaa päässä pyörivät vaatimukset sekä kelpaamatto-

muuden, riittämättömyyden ja huonommuuden tunteet kotihäpeäksi. Toinen askel on tiedostaa, että kotihäpeä on jaettu tunne. Se on yhteiskunnallinen ilmiö, joka koskettaa tuhansia ja tuhansia muitakin. Jos kotisi hävettää sinua, et todellakaan ole ainoa! Kotihäpeä on myös sosiaalisen vallankäytön mekanismi, jolla naiset saadaan pysymään tontillaan, uudet keittiökalusteet, sohvat ja järjestämistarvikkeet myytyä sekä lukijoita tämän kirjan kaltaisille kodin järjestämisen oppaille.

Lisätään hankalien tunteiden päälle arkinen tavarapaljous ja sen taustasyyt, kuten kykymme kiintyä esineisiin, markkinakoneistojen myllytys, pula-ajan perintö ja elämäntahdin aiheuttama kuormitus, niin sotku syntyy kenelle tahansa. Voit kerta kaikkiaan huokaista helpotuksesta ja suhtautua tästä lähtien niin kotihäpeäsi kuin sotkuihin myötätuntoisemmin: kaikilla meillä on tällaista, en ole yhtään muita kehnempi. Tunteista ei pääse eroon, mutta kun ne tunnistaa, niitä on helpompi sietää.

”Sotku ei haittaa, jos sotku ei haittaa” on pitkään ollut oma mottoni. Kenenkään ei tarvitse järjestää kotiaan ulkoisesta paineesta, jos itse ei koe epäjärjestystä ongelmaksi. Kutsu ihmeessä ystävät kylään tai avaa ovi yllätysvieraille, siivoa tai jätä siivoamatta, mutta älä ainakaan pyydä anteeksi. Puhu mieluummin kotihäpeästä ilmiönä. Kerro, mitä siitä luit ja miten se sinuun vaikuttaa. Voit yllättyä asioista, joita muilla on jaettavana. Puhe vapauttaa häpeän vallasta.

Kotipositivisuus on vastavoima kotihäpeälle. Se tarkoittaa irtautumista siitä, että arvioimme ihmisiä heidän kotiensa

siisteyden, järjestyksen tai muodikkouden perusteella. Kotiposiitivisuus ei kuitenkaan tarkoita, että sinun pitäisi lakata tavoittelemasta sujuvampaa arkea. Sitä ei kuitenkaan tarvitse tavoitella häpeän piiskaamana ja uuvuttamana, vaan siksi, että se säästää rahaa, luonnonvaroja ja mielenrauhaasi.

PIENTEN ASKELTEN TAIKA

Netflixin KonMari-sarjan eräissä jaksossa on osallistuja, jolla on paljon vaatteita, hyvin paljon vaatteita. Niitä on monessa huoneessa ja useassa kaapissa. Japanilaisen ammattijärjestäjän Marie Kondon kehittämä KonMari-järjestämisprosessi alkaa vaatekaapista. Vaatteet otetaan esille ja levitetään vuoteelle, sohvalle tai lattialle. Sitten jokaista vaatekappaletta vuorollaan ikään kuin tunnustellaan sen selvittämiseksi, tuottaako se edelleen iloa. Jos ilonsävähdyksiä ei ilmene, vaatetta kiitetään palveluksesta ja se lähtee poistoon. Jäljelle jääneet järjestellään erityisiä viikkauksia ja värijärjestyksiä noudattaen takaisin kaappiin. Kondon väitteen mukaan siistimpi kaappi tuottaa niin suurta mielihyvää, että sen järjestyksestä haluaa kunnioittaa jatkossakin.

Sarjan osallistujan parivuoteelle kipattu vaatevuori hipoo kattoa. Hän tuskailee valintojen kanssa, poistopäätöksiä ei ota syntyäkseen. Jaksoa katsoessa mietin, missä hän nukkuu. Toivon, että hänellä on sohva tai vierashuone, jossa yöpyä. Facebookin järjestämisryhmistä olen oppinut, että näissä tilanteissa ilta saapuu yleensä nopeammin kuin vaatekasa on käsitelty. Jotkut kömpivät vuoteeseen vaatteiden alle. Toiset

huiskaisevat ne lattialle tai ikeakasseihin, joista ne löytyvät vielä kuukausien päästä. Iloa tuottavat ja tuottamattomat vaatteet menevät sekaisin ja kaiken saa aloittaa alusta, jos vielä jaksaa.

Tilanne on tuttu lukemattomille kotiensa järjestäjille. Kutsun tätä järjestämistekniikkaa *rysäyttämiseksi*: innostuksen puuskassa revitään tavarat ulos kaapeista tai varastosta ja levitellään ne ympäriinsä. Kun kaappien normaalisti kätkevän tavarapaljouden näkee kerralla edessään, tajuaa, miten valtava määrä päätöksiä ja niistä seuraavia toimenpiteitä kaapeissa on ollut. Heitetään sekaan vielä hippunen luopumisen tuskaa ja soppa on valmis: kodin järjestäjään iskee pahemman sortin valintaväsymys eli *ison urakan lamaannus*.

Vaikka ison urakan lamaannukselta säästyisi, tavallinen tarina on myös se, että työ yksinkertaisesti keskeytyy juuri kun kaaos on pahimmillaan. Lapsille tulee nälkä, koira pitää pissattaa tai itse muistaa, että huomiseksi olisi saatava puhtaita vaatteita. Kun rysäytys keskeytyy, tavarat jäävät niille sijoilleen päiviksi, viikoiksi tai joskus kuukausiksi, kunnes into taas löytyy – jos löytyy. Tai sitten tavarat vain tungetaan takaisin kaappeihin, mutta kiireen takia huonommassa järjestyksessä kuin aiemmin.

Sillä, että rysäytys ylittää jaksamisen, on seurauksia: into raivata tavaroita saa pysyvän kolauksen, voisi jopa puhua itse aiheutetusta motivaattioromahduksesta. Lamaantumisesta ison urakan edessä voi muodostua perusasenne kodin järjestämistä kohtaan. Samaan aikaan tarve raivata turhat

roinat ja saada kaapit käyttökuntoon painaa kuitenkin mieltä. Lamaantunut käy avaamassa komeron oven mutta sulkee sen saman tien neuvottomana ja ahdistuksissaan. Vaikeiden tunteiden myllätessä hommat lykkääntyvät. Lykätessä urakka ehtii laajeta. Paine järjestää kasvaa, joten ahdistus saamattomuudesta lisääntyy. Keittiöpsykologi puhui *välttelykäyttäytymisestä*. On inhimillistä lykätä vaikeilta tuntuvia tehtäviä; kaikki tekevät joskus niin. Lamaantunut itse kuitenkin tulkitsee saamattomuutensa laiskuudeksi. Itsesyytökset ja epäonnistumisen tunteet pahentavat entisestään kierrettä, jossa pelko ja ahdistus ruokkivat kokemusta huonommuudesta.

Kehnon kierteen voi kuitenkin vaihtaa hyvään kierteeseen, kunhan ensin löytää edes vähän luottamusta siihen, että järjestämisessä voi onnistua ilman uuvuttavaa rysäyttämistä. Pitkään kodin järjestäjiä ohjattuani olen huomannut, että juuri luottamus asioiden järjestymiseen ja omaan kykyyn edistää projektia ennustaa menestystä omien järjestämistavoitteiden saavuttamisessa. Ensimmäin tarvitaan kuitenkin näyttöä siitä, että jokin muukin menetelmä kuin rysäyttäminen voisi toimia.

Rakastan sosiaalisessa mediassa kiertävää kuvaa *tavoitetikkaista*. Kuvassa on vierekkäin kahdet taivasiini kurottavat tikkaat. Toisissa puolat ovat kaukana toisistaan, kuin jättiläisen mittapuulla. Alin puola on niin korkealla, että tarvitaan korkeushyppääjän reisilihakset, jotta saa heilautettua itsensä sille. Toisissa tikkaissa puolat ovat lähellä toisiaan, joten niitä on helppo kiivetä oli kunto mikä tahansa. Jättitikkaiden juurella seisoo neuvoton hahmo, joka ei ole päässyt edes alkuun.

Pikkuaskelmien tikkaita sen sijaan kiipeää hahmo, joka on askeltanut jo korkealle kohti tavoitettaan. Tikaskuvalla on tärkeä viesti isosta urakasta lamaantuneelle: pienin askelin olisit jo perillä.

Mietitään, miten vaatekaappien järjestäminen etenee pienten askelten menetelmällä. Koko vaatevarastoa ei pidä eikä saa tyhjentää sängylle yhdellä kertaa, riittää kun ottaa kaapista esille sukat. Tai jos sukkia on hyvin paljon, riittää, että kaivaa esille vaaleat, lyhytvartiset sukat eli yhtä sorttia sukkia. Käydään sukat läpi: parittomat, rikkinaiset, epä-mukavat ja muut käyttämättä jääneet laitetaan poistoon, loput järjestetään takaisin kaappiin. Lopuksi huolehditaan poistot eteenpäin niin, että ne eivät pääse sekaantumaan kodin muihin tavaroihin. Kun sukat on selvitetty, päivän urakka on valmis. Älä unohda kiittää itseäsi hyvästä työstä! Jos aikaa ja jaksamista piisaa, voit vielä ottaa esille alushousut tai t-paidat (tai jos t-paitoja on hyvin paljon, vain tietyn väriset t-paidat), sitten hupparit ja niin edelleen, sait varmasti ideasta kiinni. Jokainen tavararyhmä on yksi pieni askel tikkailla kohti raivattua ja järjestettyä vaatekaappia.

Pienissä urakoissa on monia etuja isoihin verrattuna: Niihin ryhtyminen on mahdollista arkisen kiireen ja hässäkän keskellä. Ne on helppo keskeyttää ja siivota pois. Ne tulevat nopeasti valmiiksi. Niihin jaksaa keskittyä. Ne palkitsevat nopeammin, sillä jokainen loppuunsaatettu pikku-urakka lähettää aivoillemme tujauksen mielihyvähormoneja, joiden toivossa tartumme taas uuteen pikku-urakkaan. Valmiiksi