

¿Es tiempo de la limpieza de fin de año?

Boletín Mensual de diciembre de 2015



¿Vive con más desorden del que le gustaría? Esta es una buena forma de descubrirlo.

Pregúntese a usted mismo: ¿Cuánto tiempo dedico todos los días a buscar facturas o correos importantes, mis llaves o incluso mis lentes? ¿Y los minutos dedicados a las búsquedas de último momento de esas cosas que necesitan mis hijos cuando salen apurados para el colegio?

Los motivos detrás del desorden

Algunas veces, el desorden proviene de la incapacidad de tomar decisiones, como qué conservar, qué tirar y qué regalar. Posiblemente, usted sea “ahorrativo” o solo tiene una agenda muy ocupada y poco tiempo de organizarse.

Muchos de nosotros tenemos estilos de vida desorganizados y, como resultado, es posible que hagamos menos cosas. ¿Por qué? Un lugar de trabajo o un hogar desordenados pueden hacer que usted se sienta desmotivado y depresivo. Incluso pueden obstaculizar un pensamiento claro.

Preparado, listo, organícese

Estos son algunos consejos que lo ayudarán a comenzar:

- 1. Use el sentido común.** Sus “pertenencias” no se acumularon en un día y usted no puede hacer que desaparezcan en un día. Si se deshace de muchas pertenencias de una sola vez, es posible que se desanime y renuncie.
- 2. Sea lógico.** Planifique su proyecto para deshacerse del desorden. ¿Cuál es la habitación o el área que necesita más trabajo? ¿O qué parte de la habitación? Quizás sea la mesada de la cocina o la mesa del comedor. Haga un plan y trate de seguirlo.

3. Consiga una provisión de bolsas grandes de residuos. Algo que usted no desea hacer es volver al desorden. Es decir, usted no desea solo mover el desorden de un área de su casa a otra área. ¡Es hora de tomar una decisión! Por lo tanto, sea estricto con usted mismo y deshágase de las cosas que realmente no necesita.

4. Ponga cada cosa en su lugar. Cada cosa debe “vivir” en un lugar determinado. Sus facturas pueden estar en un cajón o estante específicos. Sus recetas también deben estar ordenadas. La ropa que usó ayer o la semana pasada, ¿va a la cesta para la ropa? ¿O a la bolsa o tacho de “cosas para el lavadero”? Ponga todos los abrigos, bufandas y sombreros en un armario. Cuando todo pertenece a un lugar determinado, es más fácil formar un nuevo hábito de colocar las cosas allí.

5. Celebre. Cuando haya logrado deshacerse del desorden, ¡felicítese a usted mismo! Concédase una recompensa, como una hora de lectura o de descanso. Luego... ¡vuelva al trabajo!

Comience — aún de a poco

La parte más difícil de deshacerse del desorden es comenzar. Una vez que haya empezado, verá que es más fácil seguir adelante. Solo piense en lo lindo que será vivir en un espacio más organizado... ¡Esa es una buena motivación!