

Sandra Felton

Ohne Chaos geht es auch

Das ultimative Praxisbuch für Messies

Aus dem Amerikanischen
von Ulrike Zellmer-Wettach

Inhalt

Wie im Märchen... ..	7
Was sind eigentlich Messies?	9

Teil 1:

Hilfe! Der Haushalt versinkt im Chaos!

1. Messietypen	15
2. Bekenntnisse eines gebesserten Messies	21
3. Es gibt einen Grund – es ist nicht Faulheit	25
4. Cleanies, die ich kenne	32
5. Einstellungen, die uns hemmen	39
6. Sie wollen doch nicht perfekt sein!	45

Teil 2:

Zielgerichtet leben

7. Zielsetzung: Wer kein Ziel hat, wird es bestimmt erreichen	51
8. Fünf Fallgruben für den Wanderer im Messieland ...	60
9. Eine persönliche Auswertung	67

Teil 3:

Das System

10. Die Mount-Vernon-Methode: Wie ich alles in den Griff bekam	73
11. Die magischen Schlüssel zur Ordnung	78
12. Schränke	90
13. Die Küche	95

Teil 4:

Arbeiten Sie mit Ihrem System zusammen

- | | |
|---|-----|
| 14. Über das Zaudern | 103 |
| 15. Wie man Zeit gewinnt und einspart | 112 |
| 16. Wie man die Familie für die Mitarbeit gewinnt | 122 |
| 17. Noch mehr Organisationstips | 133 |
| 18. Energie: Der Zündfunke der Haushaltsführung | 142 |

Teil 5:

Die Mühe lohnt sich

- | | |
|--------------------------------|-----|
| 19. Ein neues Bild malen | 151 |
| 20. Ein neuer Anfang | 157 |