

Mein Kleine-Räume-Sofortcheck



Mit vorhandenen Dingen testen, was den Raum ruhiger und großzügiger wirken lässt



Dieser Check verändert nicht die tatsächliche Raumfläche und ersetzt keine Stauraumplanung. Du prüfst 1 Raum, testest kleine Veränderungen mit vorhandenen Dingen und beobachtest die Wirkung 7 Tage im Alltag.

Mein Raum und seine Aufgabe

- ☐ Wohnzimmer ☐ Schlafzimmer ☐ Flur ☐ Arbeitsbereich
- ☐ Anderer Raum: _____

Wofür nutze ich diesen Raum hauptsächlich? _____

Mein Ausgangspunkt

Mein wichtigster Blick in den Raum: _____

Zum Beispiel: von der Tür, vom Sofa oder vom Schreibtisch.

Was stört mich gerade am meisten? _____

So soll der Raum wirken

- ☐ ruhiger ☐ offener ☐ heller ☐ aufgeräumter ☐ gemütlicher

Nach meinem Test soll der Raum _____

2 feste Foto-Positionen wählen

Fotografiere den Raum vorher und nachher mit dem Smartphone von genau denselben Positionen.

Foto-Position 1: _____ Foto-Position 2: _____

Keine perfekte Aufnahme nötig - wichtig ist nur der vergleichbare Blickwinkel.



Mein Blick durch den Raum



6 Bereiche prüfen und höchstens 3 Testfelder für heute auswählen



Gehe langsam vom wichtigsten Blickpunkt durch den Raum. Markiere, was schon passt, was du testen möchtest oder was für diesen Raum nicht relevant ist.

SICHTBARE FLÄCHEN

Bleibt auf Tisch, Kommode oder Fensterbank genug ruhige Fläche sichtbar?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

WICHTIGSTE SICHTACHSE

Kann mein Blick vom gewählten Standort weit in den Raum oder zum Fenster wandern?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

FENSTER UND TAGESLICHT

Ist der helle Fensterbereich frei von unnötigen Dingen oder schweren Stoffen?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

SICHTBARE BODENFLÄCHE

Bleibt zwischen Möbeln und an wichtigen Stellen genug Boden sichtbar?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

MÖBEL UND LAUFWEGE

Sind Laufwege frei und stehen nur Möbel im Raum, die dort wirklich gebraucht werden?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

KLEINDEKO, FARBEN UND LICHT

Wirken kleine Teile, starke Farbwechsel und das Abendlicht ruhig genug zusammen?

☐ passt bereits ☐ teste ich ☐ betrifft meinen Raum nicht

NOTIZ _____

Meine Testauswahl - bis zu 3 Bereiche

Wähle nur die Bereiche, die du in 30 Minuten tatsächlich verändern und später vergleichen kannst.

1. _____
2. _____
3. _____

Mein 30-Minuten-Test ohne Neukauf



Kleine, reversible Veränderungen - danach wieder aus demselben Blickwinkel fotografieren



Stelle einen Timer auf 30 Minuten. Du musst nicht alle Schritte nutzen: Entscheidend sind die höchstens 3 Testfelder von Seite 2. Entfernte Dinge werden nur gesammelt, nicht sofort aussortiert.

01 Vorher-Fotos

Fotografiere beide gewählten Blickwinkel, bevor du etwas veränderst.

02 1 Fläche beruhigen

Nimm Kleinteile von 1 sichtbaren Fläche und lasse bewusst freie Fläche stehen.

03 1 Blick freimachen

Befreie 1 Sichtachse oder den hellen Bereich rund um das Fenster.

04 Kleinteile sammeln

Stelle wenig genutzte Kleindeko oder 1 kleines Möbelstück in die Testzone.

05 Vorhandenes neu verteilen

Teste andere Positionen für Lampen, Pflanzen oder leichte Möbel.

06 Nachher-Fotos

Fotografiere denselben Ausschnitt wieder von beiden festen Positionen.

Mein Test für heute

Das verändere ich heute:

Das bleibt bewusst unverändert:

Zeit und sichere Umsetzung

Start: _____ Uhr Ende: _____ Uhr ☐ Hilfe nötig

Schwere Möbel nicht allein bewegen. Keine unsicheren, blockierenden oder im Alltag unpraktischen Veränderungen erzwingen.

Meine Testzone und der direkte Vergleich



Veränderte Dinge 7 Tage sammeln, die Raumwirkung beobachten und noch nichts vorschnell entsorgen



Alles, was du vorübergehend entfernst, kommt in 1 beschriftete Testzone. So kannst du Dinge zurückholen, wenn der Raum zwar fotogener, aber im Alltag unpraktischer geworden ist.



Meine Testzone

Dort sammle ich die entfernten Dinge: _____

Das liegt für 7 Tage in der Testzone: _____



Was fällt mir direkt auf?

☐ ruhiger

☐ offener

☐ heller

☐ weniger überladen

☐ gemütlicher

☐ praktischer

☐ unverändert

☐ an 1 Stelle unpraktischer

Meine erste Beobachtung: _____

VORHER

So wirkte der Raum für mich:

NACHHER

So wirkt der Raum jetzt für mich:



Das teste ich zunächst 7 Tage

Diese Veränderung bleibt vorerst: _____

Noch nichts nur wegen eines Vorher-Nachher-Fotos weggeben oder neu kaufen.

Mein 7-Tage-Alltagstest

Kurz beobachten, bei Bedarf nachjustieren und erst danach eine endgültige Entscheidung treffen



Ein kurzer Haken pro Tag genügt. Prüfe nicht nur die Optik: Der Raum soll im Alltag praktisch bleiben und sich weiterhin persönlich und bewohnt anfühlen.

7 Tage kurz beobachten

TAG	FUNKTIONIERT ES HEUTE?		WAS FÄLLT MIR AUF?
TAG 1	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 2	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 3	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 4	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 5	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 6	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____
TAG 7	☐ passt	☐ anpassen	KURZE NOTIZ _____

Mein Alltagscheck

- | | |
|---|--|
| ☐ Die Veränderung ist im Alltag praktisch. | ☐ Meine Laufwege bleiben frei. |
| ☐ Ordnung fällt mir leichter. | ☐ Mir fehlt 1 weggeräumter Gegenstand. |
| ☐ Der Raum wirkt auch abends angenehm. | ☐ Der Raum fühlt sich noch persönlich an. |

Meine Entscheidung nach 7 Tagen

- | | |
|---|--|
| ☐ So bleibt es. | ☐ Ich passe Kleinigkeiten an. |
| ☐ Diese Dinge kommen zurück. | ☐ Ich teste noch 1 vorhandene Alternative. |
| ☐ Erst jetzt plane ich 1 gezielte Ergänzung. | ☐ Das Problem ist echter Stauraum oder die Raumplanung. |

Meine wichtigste Erkenntnis aus diesem Raumtest: _____