

swp+

Aufräumcoach im Kreis Göppingen

Früher Chaos-Queen, jetzt Hilfe beim Ausmisten

Marie Kondo als Vorbild: Angelika Brenner ist Aufräumcoach. Unordnung hat sie früher selbst belastet. Jetzt hilft sie anderen, Struktur in ihr Zuhause und den Alltag zu bringen.

Von

Iris Ruoss

28.05.2026, 15:00 Uhr Ottenbach

[Jetzt in der App anhören](#)



Angelika Brenner hilft einer Kundin beim Aufräumen und Ausmisten.
privat

Von der Chaos-Queen zum zertifizierten Aufräumcoach, so beschreibt Angelika Brenner ihren Weg. Dieser Weg begann mit Leidensdruck, mit Unmengen an gehortetem Zeug, das zuhause irgendwo rumlag, mit überquellenden Schränken und Schubladen. Wohlfühlatmosphäre? Fehlanzeige. „Es geht nicht nur um das sichtbare Chaos, es geht um Zeitdruck, Überforderung und oft auch um das Gefühl, den eigenen Alltag nicht mehr im Griff zu haben“, sagt Brenner. Zuhause sollte der Wohlfühlort sein, hier sollte man schon beim Betreten aufatmen und entspannen können.

Wer ausmistet, räumt sein Leben auf

Angelika Brenner war Einrichtungsberaterin, 2019 kam sie in eine kleine Lebenskrise. Da fiel ihr das Buch der japanischen Aufräumexpertin Marie Kondo in die Hände. Die Kernaussage des Buchs: Wer ausmistet, räumt sein Leben auf. Das war für Brenner der Gamechanger, sie hat Tabula rasa gemacht, 30 Müllsäcke gefüllt, entsorgt und sich ein ganz neues Lebensgefühl damit erarbeitet. Das Stressgefühl, das sie bis dato durch die Unordnung zuhause hatte, war verschwunden, alles hatte seinen Platz, Unnützes war weg und innerer Frieden eingezogen. „Manche Menschen sind von Haus aus ordentlich, ich war es nicht“, erzählt Brenner, die sich eher als kreativen Chaoten bezeichnet, der alles sammelt, weil man vielleicht noch etwas brauchen oder etwas daraus machen könnte. Ein Nebeneffekt: Brenner kauft nachhaltiger und bewusster ein, nicht mehr nach dem Motto „Kaufen macht glücklich“.

„Raus aus der Komfortzone, rein ins Abenteuer“

Kurz nach ihrer persönlichen Entrümpelungsaktion hat sie sich ein Herz gefasst, sich in den Flieger nach New York gesetzt und bei Aufräumexpertin Marie Kondo einen Workshop absolviert. „Es waren rund 100 Menschen aus der ganzen Welt mit dabei“, erzählt sie. „Raus aus der Komfortzone, rein ins Abenteuer“, sagt Brenner.



Angelika Brenner (rechts) und Marie Kondo beim Workshop zum „KonMari Aufräumcoach 2019“ in New York.

privat

Um das Zertifikat als Aufräumcoach zu bekommen, muss einiges geleistet werden. Zuhause aufräumen hatte Brenner schon abgehakt, Workshop auch, dann galt es bei zwei Kunden Ausmisthilfe zu leisten und alles zu dokumentieren, den Schlusspunkt setzt eine Abschlussprüfung.

Angelika Brenner hat ihr Ziel erreicht, ist „KonMari Consultant“ und hat mittlerweile schon viele Kunden unterstützt. Im Landkreis habe sie einige Kunden, sagt sie, die meisten kommen aber eher aus größeren Städten wie Ulm oder Stuttgart; auch im Schwarzwald und darüber hinaus ist sie tätig. Nach der KonMari-Methode begleitet sie ihre Kunden Schritt für Schritt beim Ausmisten, Sortieren und Neuorganisieren.

Wunsch nach Klarheit

Gerade in Zeiten steigender Preise, wachsender Unsicherheiten und voller Terminkalender beobachte sie, wie groß der Wunsch nach Klarheit wird. „Wir können die Welt da draußen oft nicht beeinflussen“, sagt die 63-Jährige, aber den eigenen Raum könne man so gestalten, dass er Stärke statt belaste.

Wenn sie bei ihren Kunden klingelt, geht es selten nur um volle Schränke. Es geht um Überforderung. Mindestens 90 Prozent Frauen gehören zu ihrer Klientel. „Auch Männer, aber sehr wenige“, erzählt sie und die Altersspanne ist breit, reicht von 30 bis 80 Jahren. Meistens ist Brenner einen Tag vor Ort, dann ist die Grundlage gelegt. Das Prozedere folgt klaren Strukturen, der Startschuss fällt beim Kleiderschrank, alles raus, aussortieren, neu einräumen, fertig. Es folgen Bücher, Unterlagen, Kleinkram und ganz zum Schluss die Erinnerungsstücke, die ersten Erfolge stärken, um sich von so manchen Dingen mit emotionalem Wert zu trennen.

Schrank auf, Kapitulation, Schrank zu

„Die Kunden merken, dass die Welt nicht untergeht, wenn man Dinge entsorgt oder verschenkt“, betont Brenner. Und eines ist ihr ganz wichtig: „Niemand soll vor meinem Besuch aufräumen, sondern alles so lassen, wie es ist.“ Der Alterstrend bei ihren Kunden gehe so Richtung 50 oder 60 Jahre. „Da fangen viele an, ihr Leben buchstäblich zu sortieren“, weiß die Ottenbacherin und im Laufe der Zeit habe sich unheimlich viel angesammelt. Es laufe oft nach dem Motto: Schrank auf, Kapitulation, Schrank wieder zu. „In dieser Lebensphase werden häufig neue Ziele definiert, Wünsche umgesetzt“, weiß Brenner, der angehäuften Krempel sei für viele ein Hemmschuh, weil sie immer das Gefühl haben, bevor sie sich etwas gönnen können, müssten sie erst mal klar Schiff machen. Wenn Angelika Brenner fertig ist, haben ihre Kunden aufgeatmet. „Die Erleichterung ist direkt zu spüren“, freut sich die Fachfrau. Die Kunden umgeben sich mit Dingen, die

ihnen Freude machen, statt mit unnützem Ballast. So schafften sie sich zu Hause einen Wohlfühlort.

Aufräumen nach Kategorien

Marie Kondo: Die japanische Bestsellerautorin Marie Kondo hat die sogenannte KonMari-Methode entwickelt, die dabei helfen soll, Ordnung zu schaffen. Dabei geht man beim Aufräumen nicht nach Räumen, sondern nach Kategorien vor.

Hilfe beim Ausmisten:

Angelika Brenner bietet nicht nur Vor-Ort-Termine, sondern auch Online-Kurse an.

Weitere Infos: www.beehomedesign.de