



Die liebe Ordnung

Das Aufräumen ist oft ein leidiges Thema zwischen Eltern und ihrem Nachwuchs. Im Tipi-Interview erzählen Psychologin Mag. Martina Rammer-Gmeiner, warum das „kreative Chaos“ wichtig ist und Ordnungcoach Katrin Miseré, warum ein „nicht enden wollendes Chaos“ meist mit einem Überfluss an Dingen zusammenhängt. **VON EVA MARIA WAGNER**



gewissen Regeln kann das gut klappen. Die Kinder können auch in leichte Haushaltstätigkeiten miteinbezogen werden. So lernen sie, dass etwa gemeinsames Putzen auch lustvoll sein kann und vor allem, dass auch sie einen wichtigen Beitrag zum Zusammenleben leisten können.

Sollte man Kinder für das Aufräumen belohnen?

Die Belohnung für das Aufräumen ist ja sozusagen der aufgeräumte Zustand selbst. Wenn wir den Kindern beispielsweise sagen: „Schau, jetzt haben wir wieder Platz für etwas Neues!“ oder, wenn der ordentliche Zustand der Wohnung oder des Kinderzimmers gemeinsam genossen werden kann – mit einer Tasse Kakao, einer Geschichte oder etwas anderem. So wird das Kind lernen, das Thema Aufräumen positiv zu besetzen und nicht als etwas Mühsames zu begreifen.

Was raten Sie Familien, in denen das Thema Ordnung ständig für Konflikte sorgt?

Eltern sollten beachten, dass vor allem kleine Kinder noch sehr im Augenblick leben. Hier würde ich vor allem zu Entspannung raten. Bei größeren Kindern sind gewisse Regeln sinnvoll, die zum Familientyp und dem Typ des Kindes passen müssen. Wenn die Unordnung zum Beispiel die Organisation der Schulsachen betrifft, kann man dem Kind helfen, sinnvolle Strategien zu lernen, um den Überblick besser zu bewahren. Generell rate ich aber zur Vorsicht: Eine zu starre Ordnungskultur kann auch viel Schaden anrichten und dazu führen, dass Kinder einem sehr starken Leistungsdruck unterliegen. Deshalb wieder: Eigene Grenzen hinterfragen und vielleicht sogar ein bisschen ausweiten. Man könnte zum Beispiel die „Tage der eigenen Ordnung“ einführen. Tage, an denen dem Ordnungsanspruch der Eltern Rechnung getragen wird, aber eben auch Tage, an denen das Ordnungssystem der Kinder seinen Raum bekommt.

„Den eigenen Ordnungsanspruch hinterfragen“

Brauchen Kinder Ordnung?

Martina Rammer-Gmeiner: Ja, aber ihre ganz eigene! Genauso wie die Eltern haben auch Kinder ihren eigenen Ordnungsbegriff, der je nach Typ unterschiedlich ist. Deshalb sollten für eine Beschäftigung mit dem Thema immer auch die Erwachsenen ihren Ordnungsanspruch hinterfragen. Was ist mein individuelles Putz- und Aufräumbedürfnis? Was ist mein persönlicher, vielleicht sogar übersteigerter, Anspruch an Ordnung im Zuhause?

Wenn nun beim Spielen das „kreative Chaos“ ausbricht?

Ein gewisses Maß an „kreativem Chaos“ halte ich für wichtig. Denn was die Eltern meist schnell stört, ist in der Welt des Kindes vielleicht gerade eine neue, im Spiel geschaffene, Welt – sozusagen ihr eigenes „Ordnungssystem“. Würde man dies sofort zusammenräumen oder als Unordnung bezeichnen, würde man das falsche Signal an die Kinder senden. Besser ist es, gemeinsam zu beschließen, wie lange die Kunstwerke, Bausteine etc. stehen bleiben und wann sie wieder weggeräumt werden.

Und wenn dann zusammengeräumt werden soll?

Dann können schon ganz kleine Kinder miteinbezogen werden, indem man gemeinsam die Spiele wieder einräumt und die Kinder Schritt für Schritt anleitet. Je größer sie werden, desto selbstständiger können sie das erledigen. Dann sollte man auch nicht mehr zu viel abnehmen oder gar für die Kinder aufräumen. Mit



Mag. Martina Rammer-Gmeiner ist Psychologin und Erziehungsberaterin sowie Mutter von drei Söhnen. www.martinarammer-gmeiner.at

„Regelmäßiges Ausmisten erleichtert das Aufräumen“

Was macht eigentlich ein Ordnungcoach?

Katrin Miseré: Ich helfe dort, wo es Probleme mit der Ordnung oder der Struktur gibt. Eine dauernde Unordnung hat meist mit einem „zu viel an Dingen“ zu tun. Da ist das Ausmisten der erste Schritt. Es geht darum Entscheidungen zu treffen: Was braucht man noch und was lagert man gedankenlos? Dann gilt es, Strukturen für die Dinge zu finden, die sinnvoll sind und die man mit wenig Aufwand gut halten kann.

Gerade im Leben mit Kindern sammeln sich viele Sachen an. Wie bekommt man das in den Griff?

Meiner Meinung nach sammeln sich die Sachen nicht von selbst an. Wir entscheiden, ob wir sie zu uns rein lassen oder nicht. Und auch, ob wir uns gleich darum kümmern oder später. Natürlich bringen Kinder Spielzeug, Krimskrams und Kleinigkeiten mit. Das soll auch so sein. Trotzdem ist es hin und wieder notwendig, eine Bestandsaufnahme zu machen. Man kann sich mit den Kindern gemeinsam hinsetzen und überlegen, was noch gebraucht wird und was weggegeben werden kann.

Können Kinder lernen, sich von Dingen zu trennen?

Mit etwas Übung lernen sie das sogar sehr gut und sind bald imstande, selbst Entscheidungen zu treffen. Ich miste zum Beispiel zweimal im Jahr mit meinen Kindern aus. Immer vor Weihnachten und vor den Geburtstagen geben wir Dinge zum Flohmarkt oder an karitative Organisationen. Damit entsteht auch wieder Platz für Neues. Die Kinder sehen die Notwendigkeit des Ausmistens und werden nach



Katrin Miseré ist Ordnungsberaterin und Mutter von zwei Kindern. www.katrin-schafft-platz.at

ihrer Meinung gefragt. Dadurch, dass wir das regelmäßig machen, bleibt die Menge an Dingen überschaubar.

Und dann ist auch das Aufräumen leichter?

Ja, die Übersicht über die Dinge geht nicht verloren. Wenn außerdem jedes Ding seinen fixen Platz hat und nach dem Gebrauch wieder dort hingegeben wird, dann klappt das mit der Ordnung meist auch ganz gut. So kommt es, dass bei uns nicht im klassischen Sinne aufgeräumt wird, es also keine Großkampftage gibt. Sondern wir räumen einfach die Sachen, wenn wir mit der Tätigkeit fertig sind, wieder zurück. Das gelingt leichter, wenn man die Tätigkeit als Prozess sieht, der erst abgeschlossen ist, wenn alles wieder so ist wie vorher. Wenn ich mir zum Beispiel ein Brot schmiere, dann gehört das Wegräumen der Sachen einfach dazu.

Klingt einfach, aber wie kann man das tatsächlich umsetzen?

Man muss geduldig sein und sich vor Augen führen, dass man mit den Kindern für das Leben trainiert. Das Erinnern gehört dabei dazu, denn Kinder sind einfach noch impulsiv und verspielt. Ein einfacher Hinweis, ganz ohne schimpfen, reicht meist: „Der Teller steht noch am Tisch.“ Eltern von kleinen Kindern dürfen nicht vergessen, dass das Aufräumen begleitet werden muss. Ein „Räum dein Zimmer auf!“ ist für kleine Kinder viel zu unklar und kaum bewältigbar. Wichtiger sind genaue Anweisungen: „Du räumst jetzt das Playmobil wieder in die Kiste und dann bekommst du die nächste Aufgabe von mir.“

Welche Rolle spielen Eltern als Vorbilder?

Eltern sollten den Kindern nicht vermitteln, dass Aufräumen und Hausarbeit mit Frust besetzt ist. Das klappt vor allem dann, wenn die Aufgaben neutral verteilt werden, wenn also jeder in der Familie mithilft und auch die Kinder mit kleinen Aufgaben, wie den Tisch decken, Geschirrspüler ausräumen etc., betraut werden. Wichtig ist, dass sich die Eltern im Klaren darüber sind, dass man mit Kindern nie so leben wird wie als Single. Kinder brauchen ihren Spielraum und dieser muss ihnen gegeben werden. Sie sollen nicht das Gefühl haben, dass sie die Ordnung stören.

Haben Sie praktische Tipps für mehr Ordnung im Kinderzimmer?

Kisten sind immer eine gute Sache. Kinder wühlen einfach gerne und leeren gerne aus. Für das Lego empfiehlt sich, ein großes Tuch auf dem gespielt wird und das nachher zusammengezogen werden kann. Was sich auch bewährt ist eine „Schatzkiste“: Da kommt alles rein, was die Kinder an Kleinkram mitbringen, gesammelte Schätze von draußen und vieles mehr. Und für andere Tipps einfach die Kinder selbst fragen: „Wie könnten wir bestimmte Plätze besser gestalten? Was ist deine Lösung, wenn wieder Platz gebraucht wird?“ Kinder sind da oft sehr kreativ und finden erstaunliche Lösungen und gleichzeitig üben sie eine wichtige Kompetenz für das Leben ein.



© Fotolia (2), Privat (2), Verlage (3)

BÜCHERTIPPS

Nicole Weiss: Familie Ordentlich. Familienalltag entspannt im Griff. Ordnung halten, Freiräume schaffen; *humboldt Verlag, € 20,60*
Tipps & Tricks, die helfen, das alltägliche Haushalts-Familien-Chaos zu beherrschen.



Marie Kondo: Das große Magic-Cleaning-Buch; *rororo, € 15,50*
Die Ordnungs-Queen hilft mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen beim Aufräumen von Kleidung, Schuhen, Büchern und Co.



Fräulein Ordnung: Besser aufräumen, freier leben; *Christian Verlag, € 20,60*
„Fräulein Ordnung“ Denise Colquhoun gibt Tipps zur Wohnungsenträmpelung und Inspirationen für ein entspannteres und befreiteres Leben.

