



Kinder haben alle Zeit der Welt – Tipps gegen Trödeln

Wer Kinder hat, kennt sehr wahrscheinlich nur zu gut die Situation, wo man verabredet ist und irgendwann einmal zu spät, schweissgebadet und gereizt zum Termin erschienen ist. Erst wollten die Kinder nicht mit Spielen aufhören und ignorierten jede Aufforderung sich anzuziehen, dann verhedderte sich die 3-Jährige gekonnt in der Jacke, während sich der 1-Jährige währenddessen schnell wieder Mütze und Schuhe abstreift. Zur Eile angetrieben vom gestressten Mami oder Papi bekommt die Tochter im richtigen Moment noch einen Tobsuchtsanfall und wirft sich auf den Boden und das Chaos ist perfekt.

Immer wieder gibt es mit Kindern im Alltag Situationen, wo getrödeln wird und man einfach nicht vom Fleck kommt. So brauchen simple Alltagshandlungen plötzlich zehn Mal so lange. Gründe dafür gibt es viele. Und genau diese alltäglichen Situationen sind extrem zeitraubend und energieraubend. Im Folgenden Artikel soll deshalb kurz erläutert werden, weshalb Kinder Trödeln und welche Tipps und Tricks es dagegen gibt.

Weshalb Trödeln unsere Kinder?

Zum einen Trödeln unsere Kinder, weil für sie alles noch ein Abenteuer ist. Gerade für sehr kleine Kinder ist alles neu, aufregend und sehr spannend. Das Leben zu entdecken braucht Zeit, immer wieder stehen bleiben und staunen. Schwierig wird es dann, wenn Mamis und Papis eben keine Zeit haben und sich hier die Bedürfnisse von Eltern und ihrer Kinder in die Quere kommen.

Eine weitere Schwierigkeit ist, dass kleine Kinder schlicht und einfach noch kein Zeitgefühl haben. Wer kennt nicht die Sprichwörter „Eile mit Weile“ und „der Weg ist das Ziel“. Beide passen sehr gut ins Zusammenleben mit kleinen Kindern. Kleinkinder haben tatsächlich alle Zeit der Welt. Es existieren weder Uhren, noch Kalender oder vollgepackte Agenden. Wörter wie „in 10 Minuten, gleich, (zu-)spät, sofort“ etc. haben noch nicht wirklich eine Bedeutung und sind noch viel zu abstrakt. Auch das geht oft vergessen, gerade eben weil Kleinkinder schon sehr viel verstehen aber eben noch nicht alles.

Kinder haben die Gabe und die Fähigkeit sich sehr in Aufgaben und ihr Spiel zu vertiefen. Oftmals wird dies von erwachsenen Personen als Trödeln interpretiert. Kaum von etwas losgerissen lassen sie sich sehr schnell erneut von etwas anderem

ablenken, zum Teil auch so stark, dass die ersten 10 Ermahnungen „zieh dich an, wir müssen los“ tatsächlich nicht gehört werden. Dies ist gerade dann der Fall, wenn das Kind in einem anderen Zimmer ist und kein Blick- und Körperkontakt zu Mami oder Papi hat. Erst beim 10. Mal wenn die Eltern schon gestresst und ein wenig lauter ins Zimmer poltern, wird es realisiert.

Kinder trödeln zum Teil auch, wenn es darum geht, mehr Aufmerksamkeit zu bekommen (auch wenn diese dann meistens nicht gerade positiv ausfällt durch die Eltern) oder wenn einer unangenehmen Situation aus dem Weg gegangen werden soll. Welches Kind freut sich schon unbedingt auf einen Zahnarztbesuch oder auch darauf, jeden Abend ins Bett zu gehen. Im Trotzalter des Kindes kann Trödeln auch eine Strategie sein, Grenzen auszutesten und auszuprobieren, wie weit man gehen kann bei Mami und Papi.

Ein weiterer Grund ist, dass wir Eltern ebenfalls nicht immer als gutes Vorbild dienen. Auch Eltern trödeln häufig und ganz unbewusst, meistens dann, wenn sie aus dem Haus möchten. Während man auf das Kind wartet noch kurz die Herdplatten kontrollieren, den herumstehenden Staubsauger versorgen, im letzten Moment noch kurz den Tisch putzen (die Kinder sind ja noch nicht parat). Kind ermahnt zum vorwärts machen und jetzt wirklich die Jacke anzuziehen, noch einmal Herdplatte kontrollieren, etc. Das Verhalten der Eltern bringt noch mehr Hektik in diese Situationen. Oftmals fehlt uns die Geduld, einfach kurz beim Kind zu warten, bis es sich fertig angezogen hat. Stattdessen laufen wir selbst wieder davon und tun etwas anderes.

Tipps und Tricks gegen das Trödeln

- Wer von Anfang an genug Zeit einplant, gerät weniger schnell in Stresssituationen und ist entspannter im Zusammenleben mit den Kindern. Planen sie zwischendurch auch immer wieder Pufferzeiten ein. Als optimal gilt etwa eine Viertelstunde. Haben sie um 16.00 Uhr einen Arzttermin, so planen sie, bereits um 15.45 Uhr da zu sein. Dadurch, dass sie als Mami oder Papi weniger Zeitdruck haben, sind sie automatisch schon ein wenig entspannter und in den meisten Fällen sind sie dann tatsächlich auch früher dort, weil die Kinder ebenfalls weniger gestresst sind.
- Gehen sie als Mami oder Papi mit gutem Beispiel voran und versuchen sie nicht noch Tausend Dinge zu erledigen während sie warten.
- Ständiges Ermahnen zum sich beeilen überfordert kleine Kinder oft, lässt sie noch langsamer werden weil sie gestresst sind und bietet die Möglichkeit ganz im Sinne des Trotzalters auf stur zu schalten.
- Planen sie und bereiten sie schon im Voraus vor, was sie vorbereiten lässt. Suchen sie die Kleider für die Kinder nicht erst am Morgen in aller Eile zusammen, sondern legen sie diese (evt. mit einbeziehen des Kindes) schon

am Abend parat. Versuchen sie im Alltag Routinen und immer gleiche Abläufe einzuführen. Dies gibt Sicherheit und kann Trödeln ebenfalls reduzieren.

- Bereiten sie ihr Kind darauf vor, wenn sie weggehen. Für die Grobstruktur eignen sich Tages- oder Wochenpläne (visuell dargestellt zum Beispiel mit einer Magnettafel) oder auch die Eieruhr hat sich bewährt („Du darfst noch 5 Minuten spielen, wenn die Eieruhr läutet bitte Schuhe anziehen“).
- Wecken sie die Vorfreude. Dies hat sich gerade bei Spaziergängen bewährt wenn die Kinder nur schleppend vorwärts kommen („Schau mal, da vorne kannst du einen Stein ins Wasser werfen.“).
- Bei langweiligen Alltagsdingen kann ein bisschen Ablenkung helfen. Erzählen sie beim Anziehen eine Geschichte oder singen sie ein Lied zusammen. Da geht es gleich viel schneller voran.
- Kleine Wettkämpfe zwischendurch sind motivierend. Wer hat zuerst seine Schuhe angezogen? Wer ist schneller mit Lego aufräumen? Wer ist zuerst beim Waschbecken und darf zuerst die Hände waschen?
- Geht wirklich gar nichts mehr und die Kinder trödeln und trödeln, dann könnte eine logische Konsequenz sein, dass man vielleicht keine Zeit mehr hat für die Gutenachtgeschichte. Die Konsequenz sollte logisch und relativ zeitnah sein. Gut hat man am nächsten Tag erneut die Chance, es dann zu schaffen. Ganz im Sinn von „Neuer Tag, neues Glück“😊

Die Beratung in Erziehungsfragen der Region Einsiedeln Ybrig Alpthal steht Ihnen auch für weitere Fragen, Anregungen, Tipps und Tricks gerne zur Verfügung.

- Telefonische Beratung für alle Gebiete jeweils am Mittwochnachmittag 13.30 bis 17.00 Uhr unter der Telefonnummer 055 418 28 71
- Persönliche Beratung nach Voranmeldung jeweils am Mittwochnachmittag 14.00 bis 18.00 Uhr
- Email erziehungsberatung@spitexeinsiedeln.ch
- Homepage www.spitexeinsiedeln.ch unter Dienstleistungen / Beratung in Erziehungsfragen.