

## Vom Kinderchaos zur Familienordnung

**Wohnen ist ein Sicherheitsbedürfnis.**

Auf der Bedürfnispyramide steht unsere Sicherheit an erster Stelle.

Ganz unten.

Die breite Basis.

Auf das baut alles andere auf.

Du hast dich dafür entschieden dich der Basis anzunehmen! Und du bist bereit, die dafür notwendigen Schritte zu gehen!

**Ich feiere dich** sehr dafür!



## Applaus mit Standing Ovation

**Das darfst du auch!** Gönn dir ruhig erstmal eine Belohnung. Ein Stück Schokolade, ein Schnäpschen, Schaukeln oder ein Freudentanz, es liegt ganz bei dir 😊

Hauptsache es ist etwas, das dich glücklich macht!

Hallo, ich bin Tina, Aktivistin

Wenn ich nicht gerade dabei bin Bewusstsein zu wecken für den jeweiligen Konsum bzw. Besitz, bin ich in den Wohnräumen von Jung und Alt zum Ausmisten und neu ordnen unterwegs. Ich helfe Familien Ihr Zuhause so einzurichten, dass Ordnung spielend funktioniert. Und Senioren selbstbestimmt zu entscheiden, was mit den angesammelten Besitztümern passieren soll, bevor ihnen die Entscheidung abgenommen wird.

## Vom Kinderchaos zur Familienordnung

Im Grunde räumen Kinder gerne auf.

Wenn es leicht ist.

Wenn sie wissen, wie und wohin.

Denn auch Kinder bevorzugen eine Umgebung, in der sie sich frei entfalten können. Sie brauchen Platz für Fantasie, Raum für Ideen.

Sie wollen auch gerne gefallen und mithelfen.

Wichtig ist, sie nicht zu überfordern und ihnen auch Zugeständnisse zu machen. Es ist ihr Zimmer, ihr Reich. Lassen wir sie auch entsprechend Mitbestimmen.

### Lass uns direkt mit dem Kinderzimmer anfangen!

Mit meiner Checkliste könnt ihr Schritt für Schritt das Kinderzimmer unter die Lupe nehmen und herausfinden, wo es noch Verbesserungspotential gibt.

Mit kleinen Veränderungen kannst du große Wirkung erzielen!

Du kannst diese Liste allein bearbeiten, oder direkt dein Kind einbeziehen. Das ist dir überlassen. Make dich allerdings vorher damit vertraut, damit du das besser für dich einschätzen kannst.

Ihr könnt dabei notieren, was schon gut funktioniert und wo es noch Verbesserungsbedarf gibt.

1. **Nimm dir Zeit** und schalte alles ab, was die Konzentration stören könnte.
2. Druck die Checkliste aus, oder habe sie digital bereit
3. Gehe langsam Punkt für Punkt durch, **schau dich** aufmerksam und **bewusst um**. Alles, was ein Gefühl hervorruft, ist wichtig. Ob negativ oder auch positiv.
4. Atme einmal tief durch und **beantworte die Fragen** ganz **ehrlich**. Du bist niemandem Rechenschaft schuldig, nur dir selbst. Ihr könnt euch auch Notizen machen, falls ihr Ideen habt, was ihr anpassen möchtet – auch gerne einfach am Rand der Blätter oder auf der Rückseite (spart Papier) ☺.
5. Beweise dir, dass du es kannst, und **gehe es an! Voller Mut! Deine Ziele sind machbar!**

„Noch ein Sprichwort für dich, bevor du dich an deine Liste machst: **Zuhause ist kein Ort – es ist ein Gefühl.**“

## Vom Kinderchaos... Checkliste

### 1. Aufbewahren

- Hat jedes Spielzeug seinen festen Platz?
- Sind die Spielsachen leicht zugänglich und genauso leicht wieder zu verstauen?
- Besitzt ihr unterschiedliche Aufbewahrungsmöglichkeiten?
- Gibt es kreative Aufräumhilfen wie bunte Kisten oder beschriftete Fächer?
- Passen sich eure Möbel den Bedürfnissen der Kinder an?
- Wo befinden sich eure Spielsachen? Nur im Kinderzimmer, oder an mehreren Orten?
- Ist das Kinderzimmer auf das Alter und die Fähigkeiten deines Kindes abgestimmt?
- Hat das Zimmer genug freie Flächen für kreatives Spielen und Bauen?
- Gibt es Bereiche für bestimmte Spielarten (z. B. Bauecke, Kuschelecke, Bastelplatz)?

### 2. Aufräumen

- Werden die Spielsachen von allein wieder aufgeräumt?
- Wird gerne aufgeräumt, oder nur unter „Druck“?
- Wird das Aufräumen als Spiel gestaltet (z. B. Aufräum-Countdown oder Belohnungen)?
- Gibt es eine feste Aufräumzeit, zu der evtl. jeder im Haushalt mithilft?
- Sind die Aufgaben gut aufgeteilt, sodass auch dein Kind leicht Verantwortung übernehmen kann?

### 3. Ausmisten

- Wird das Zimmer regelmäßig von Dingen befreit, die nicht mehr genutzt werden?
- Habt ihr schon einmal gemeinsam ausgemistet?
- Oder tut ihr das sogar regelmäßig?

## Ich mache es dir leicht.

Unser Zuhause ist für uns unser Rückzugsort. Der Ort, an dem wir sein können, wer wir sind, und auch wer wir sein wollen.

Es ist die Basis für die Familie. Die Küche ist das Herz.

Wenn du bzw. ihr als Familie etwas in eurem Leben verändern wollt - mehr Sport treiben, gesünder Ernähren – es beginnt alles mit dem Zustand eures Zuhauses.

Was man ist und was man hat sind eng miteinander verbunden. Das ist wie beim Essen – du bist, was du isst. Und genauso gilt - du bist, was du besitzt. Bzw. erzähle mir, was du besitzt, und ich sage dir, wer du bist.

Ich zeige Dir genau auf, welche Schritte in welcher Reihenfolge sinnvoll sind, um diesen ganzen Prozess des Ausmistens und Ordners erfolgreich und zufrieden zu einem Ende zu führen.

Aus meiner Sicht ist hier die Reihenfolge von entscheidender Bedeutung!

Denn genau das ist hier die Crux. Die ganze Vorarbeit ist sooo wichtig, damit das eigentliche Ausmisten leicht von der Hand geht.

Und über das Ausmisten an sich gibt es ja dann auch schon einiges an Informationen 😊

Du kannst natürlich auch allein loslegen. Gleich jetzt. Ohne Plan, einfach drauflos. Das kann auch funktionieren. Keine Frage.

Was du von mir bekommst, ist eine Abkürzung.

Ich mache es dir leicht.

All die Fragen, die dir im Kopf herumschwirren, „Oh weh, wo fange ich bloß an?“, „Was mache ich nur mit dem ganzen Zeug?“, „Aber, das hat mir doch mal Oma Susi geschenkt, das kann ich doch nicht einfach so wegwerfen?“.

Und du willst doch nicht mitten im Prozess über so etwas nachdenken müssen, oder?

## Zur Familienordnung... 6-Punkte-Ausmistastrategie

### 1. Stell dir deine Zukunft vor!

Wie genau willst du leben? Befasse dich intensiv mit dem, was du möchtest. Sich Gedanken darüber zu machen ist immer lohnend. Denn nur wenn du genau weißt, was du möchtest, weißt du auch, was du nicht möchtest. Und dann fällt dir das Ausmisten unendlich viel leichter!

„Glück ist auch herausfinden, was in einem steckt!“

### 2. Beobachte dich!

Wie genau lebst du? Wie verhältst du dich?

Um herauszufinden, was du in deinem Zukünftigen zuhause wirklich brauchst und was dir dient, ist es notwendig herauszufinden, welches Verhalten tatsächlich der Realität entspricht.

### 3. Schau dich um!

Wie genau lebst du? Wie sieht dein Zuhause jetzt aus?

Um eine tatsächliche Veränderung hervorzurufen, mache dir erst einmal bewusst, wie genau jetzt der Status Quo ist. Möbel haben einen großen Einfluss auf das Wohngefühl!

### 4. Wohin mit all dem Zeug?

Um nicht den Prozess des Ausmistens zu unterbrechen ist es sinnvoll sich darüber schon im Vorfeld Gedanken zu machen. Du willst doch nicht mitten in einer wichtigen Entscheidung, bei der du eh schon mit deinen Gefühlen kämpfst über so etwas nachdenken müssen? Und nein, alles einfach wegwerfen ist keine Lösung. Oder einfach alles beliebig zu spenden. Der Spendenmarkt ist mehr als gesättigt. Und trotzdem hast du noch viele, viele Möglichkeiten.

### 5. Vorbereitung ist alles!

Mache dir Gedanken, welche Vorbereitungen zu treffen sind. Und treffe sie! Dazu gehören Dinge, wie ausreichend Kartons, aber auch Öffnungszeiten von Mülldeponien und das Wissen, welcher Müll wohin gehört.

### 6. Jetzt wird angepackt!

Alles raus und Entscheidungen treffen ist die Devise.

Mach dir am besten schon im Vorfeld Gedanken, über besonders brisante Themen, wie Geschenke oder Fotos. Wo verstecken sich noch alte Glaubenssätze?

Auch die Reihenfolge des Ausmistens kann von entscheidender Bedeutung sein. Fang immer bei den Dingen an, die dich am wenigsten belasten! Und arbeite dich dann vor. Bis du zu den schmerzhaftesten Dingen kommst, bist du bestenfalls schon „routiniert“ und es fällt dir leichter!

## Unterstützung

Und jetzt stell dir vor, alle Ordnungsprobleme, die deinen Alltag zuhause negativ beeinträchtigen fallen weg!

- ✓ Der Tisch ist jederzeit frei zum Essen
- ✓ Rechnungen können zum Fälligkeitsdatum bezahlt werden, ohne unnötige und teure Mahngebühren
- ✓ Nie wieder der Spruch „Ach, das hatte ich auch noch“
- ✓ Das Kinderzimmer erstrahlt in neuem Glanz

Um nur einige Beispiele zu nennen 😊

Also, nicht zögern. Es ist Zeit. Umzusetzen und dein **Wunschleben** zu leben!

Danke fürs Lesen und vor allem fürs Mitmachen und Durchhalten!!!

**Du bist Mega!!!**

Wenn du dich jetzt fragst, **wie**, um Himmels Willen soll ich das denn **umsetzen!**?

Hol dir Unterstützung. Zum Beispiel bei mir.

In Form von Blogartikeln, meiner AktivistinPost, oder mit einem meiner Programme!

Schau dich um, unter: [www.tinahirte.de](http://www.tinahirte.de)

Ganz aktuell:

**„Familien-Essenz-Seminar: Was bleibt, was geht, was zählt!“**

- ✓ Gruppenprogramm live vor Ort in Aschaffenburg
- ✓ 6 Module, 6 Treffen (Samstagvormittag)
- ✓ Intime Gruppe, max. 6 Plätze

Du bist nicht allein! In diesem Seminar erarbeiten wir deine Ausmiststrategie gemeinsam!

Für mehr Informationen dazu lies meinen Newsletter AktivistinPost.

Oder hast du direkt Blut geleckt!? Dann schreibe mir eine E-Mail an: [hallo@tinahirte.de](mailto:hallo@tinahirte.de)

Ich freue mich auf deine Einladung!