

WAS KINDER IM HAUSHALT KÖNNEN

Kinder lernen vor allem am Vorbild der Eltern. Schon die Allerkleinsten wollen spielerisch dabei sein. So kann man für Kleinkinder die unterste Küchenschublade mit ungefährlichen Geräten einräumen: eine alte Plastikschüssel, ein Schneebesen, ein Kochlöffel u.ä. reichen völlig aus, damit sich dein Kind aktiv beschäftigen kann, während du in der Küche werkst. Nach getaner Arbeit wird alles wieder gemeinsam aufgeräumt.

WELCHE AUFGABEN IN WELCHEM ALTER?

Erst im Vorschulalter beginnt die gezielte Einbindung der Kinder im Haushalt. Dann können kleine Pflichten verabredet werden. Wenn Kinder das, was man ihnen zutraut, auch bewältigen können, stärkt das ihr Selbstvertrauen und das Zugehörigkeitsgefühl. Sie spüren, dass auch sie Verantwortung übernehmen, freuen sich über kleine Erfolge und über das Lob der Eltern. Aber was kann man Kindern in welche Alter überlassen? Natürlich ist jedes Kind anders – und du kennst dein Kind am besten. Hier eine kleine Empfehlungsliste, die Orientierung bieten kann:

Kinder im Vorschulalter können...

- Sich selbst an- und ausziehen, waschen und kämmen
- Spielsachen wegräumen
- Kleider ordentlich weglegen
- Tisch decken und abräumen helfen
- Papierkorb leeren
- Mithelfen beim Backen und Kochen (z.B. rühren, Gemüse oder Obst schneiden)

Kinder im Grundschulalter können...

- Eigenes Zimmer aufräumen
- Kleine Einkäufe in der Nähe erledigen
- Vertraute Wege selbstständig zurücklegen (z.B. mit Fahrrad zur Schule)
- Einfache Gerichte zubereiten (Obstsalat, Milchreis, Spiegeleier u.ä.)

Einfache Putz- und Aufräumdienste:

- Geschirrspüler ein- und ausräumen
- Staubwischen und – saugen
- Tisch decken und abräumen
- Müll rausbringen
- Waschbecken reinigen
- Schuhe putzen

Große Schulkinder können...

- Je nach Alter weitgehend das, was auch die Eltern können. Wichtig ist eine gute Anleitung, regelmäßiges Lob und Toleranz, wenn etwas nicht so perfekt ist.

WOCHENENDAUFGABEN

Hier noch einige Beispiele für Aufgaben am Wochenende, die Eltern entlasten und die dein Kind nicht überfordern:

- Verantwortung für ein Frühstück übernehmen
- Eine Mahlzeit übernehmen, beim Kuchen backen helfen
- Feste Putzdienste und Aufräumdienste übernehmen
- Beim Einkaufen unterstützen
- Bett beziehen
- Waschmaschine einfüllen und Wäsche aufhängen
- Taschengeld einteilen

ÜBERLEG EIN MAL, WAS DEIN KIND WIRKLICH SCHON KANN UND BEI WAS DU DIR GEZIELT MEHR UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG WÜNSCHST - VIELLEICHT LÄSST SICH DA JA ETWAS KOMBINIEREN.

Wenn du eine individuelle Frage rund um das Thema Haushalt mit kleinen Kindern hast, wende dich gerne an die Online-Beratung von [ElternLeben.de](https://www.elternleben.de):

www.elternleben.de/ueber-stell-uns-deine-frage