

# Jak sprzątać kiedy w domu są dzieci?

Ewa Koziół



**SŁOWIAŃSKA ZIELARKA**

**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w  
DARMOWYM herbarium wejdź na  
[www.słowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać  
swój dostęp i zacząć skutecznie używać  
zioł**

Każdy z nas wie jak sprzątać, jednak nie każdy wie, jak można sprytnie posprzątać zagraconą przestrzeń, jak sprzątać kiedy w domu są dzieci? Wtedy z pomocą przychodzi minimalizm, i to on daje wolność, dzięki niemu można zyskać więcej czasu na to co lubimy robić i na realizację własnych marzeń.

Minimalizm to również uwolnienie się od rzeczy, które stresują najbardziej – mowa tutaj o bałaganie. W momencie kiedy zdecydujesz się, że nadeszła chwila, aby pokonać chaos jaki panuje w Twoim domu, i że chcesz wkroczyć na drogę prostoty – powiem Ci jedno, właśnie wykonałaś najważniejszy krok. Zauważyłaś konieczność zmiany.

Kiedy pierwszy raz zaczęłam odgracać swój dom, to panoszyła się w nim trójka dzieci, w wieku od 5 lat w dół. Przyznam Ci się, że wtedy wydawało mi się to czystą abstrakcją. Wiedziałam, że muszę przejść tę przemianę, że mój dom i życie właśnie tego potrzebują. Miałam po dziurki w nosie nieustannego sprzątanania, przecież ile można zbierać wszystko za dziećmiakami?

Nigdy nie miałam na nic czasu, bo jak tylko siadłam wiedziałam, że muszę pozbierać zabawki, posprzątać na stole, zrobić kolejne pranie, przetrzeć podłogę na której znowu zostało coś rozlane.

Wszyscy mówią, że to normalne, że dzieci tak syfią i że nic z tym nie zrobimy, przecież tak wygląda życie matki. Nie mogłam jednak zaakceptować tego, że przez najbliższe kilkanaście lat będę nadworną sprzątaczką we własnym domu. Jak zacząć odgracać z dziećmi – tutaj brakuje chyba tekstu?





**[et\_bloom\_inline  
optin\_id=optin\_7]**

## **Bajki**

Niesubordynacja z jaką przyszło mi się zmierzyć potrafiła sprawić, że wszystkiego mi się odechciewało. Wtedy powiedziałam NIE – muszę coś z tym zrobić. Był to czas kiedy moje dzieci pierwszy raz oglądnęły całą pełno metrażową bajkę. Jestem wyrodną matką, tak wiem, jednak gdyby nie Tottoro i studio Ghilbi nie byłabym w stanie okiełznać tego diabelnego bałaganu. Obecnie w moim domu nie ma telewizora. Dzieciaki oglądają bajki naprawdę rzadko, ale wtedy oglądnęły całą i nie

mam wyrzutów sumienia, ponieważ gdyby nie technologia, która przyszła mi z pomocą, najzwyczajniej nie miałabym szans żeby cokolwiek zrobić w tym kierunku.

## **Planowanie**

Kiedy sprzątamy, to robimy to automatycznie i często najzwyczajniej reagujemy na to co widzimy. Jeśli widzimy brudną podłogę to natychmiast ją myjemy, gdy widzimy rozrzucone ubrania, to je zbieramy. Na widok odsłoniętych zasłon – automatycznie zasuwamy je. Otóż nie tędy droga. Najważniejszym jest, by stworzyć plan działania. Dokładnie zastanów się nad tym, co Ci teraz najbardziej przeszkadza i systematycznie rozplanuj wszystko na wielkiej tablicy w kuchni. Ustal konkretne godziny kiedy i co robisz. Takie zorganizowanie jest niesłychanie ważne, kiedy odgracamy z dziećmi. Dodatkowo pamiętaj – bądź realistką i nie porywaj się z motyką na słońce.

## **Odgracaj z domownikami**

Dzieciaki lubią robić to co my, dlatego uwzględnij je w całym procesie odgracania domu, przy tym pamiętać, żeby nie robić nic na siłę. Jeśli dzieciaki chcą z tobą po prostu posiedzieć, niech siedzą, jeśli chcą kolorować przy Tobie swoją malowaną, niech to robią tak długo jak są zadowolone, wtedy jesteś na wygranej pozycji. Dodatkowo pamiętaj, że temat odgracania pokoju dzieci trzeba przetestować. Jeśli dzieci nie widzą problemu z pozbywaniem się nadmiaru – to super. Jeśli jednak jest to dla nich coś nie do zaakceptowania, lepiej daj sobie spokój i posprzątaj ich pokój kiedy ich w nim nie będzie. Mowa oczywiście o mniejszych dzieciach, z większymi trzeba porozmawiać i wytłumaczyć dlaczego chcemy odgracić ich królestwo i co takie działanie zmieni w ich życiu.

[et\_bloom\_inline optin\_id=optin\_7]

**ZapiszZapisz**

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim  
©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go  
powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez  
kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)