

Leben



WEB

Spielerisch lernen

Auf der Website Learning-apps.org kann man einfach und kostenlos interaktive Übungen zusammenstellen. Entwickelt wird die Plattform in Bern. **SEITE 26**

www.bernerzeitung.ch

25

Die Windel? Eine Fehl-Erfindung. Weg damit!

Die Windelindustrie steht vor einer schwierigen Zukunft. Zumindest wenn es nach der Vorstellung von Rita Messmer geht. Die Schweizer Erwachsenenbildnerin, Craniosacraltherapeutin und Autorin vertritt seit Jahren schon hartnäckig die These, dass Windeln nicht zwingend zum Leben eines Säuglings gehören. Und schon gar nicht zum Leben eines 4-, 5- oder 6-jährigen (oder noch älteren) Kindes. Ihre Überzeugung: Achten Eltern von Beginn weg darauf, dass ihr Baby nicht immer und überall in die Windel ausscheidet, sondern nur an einem dafür vorgesehenen Ort, dann ist es sozusagen in Nullkommantrocken.

Bislang stiess Rita Messmers Theorie in der breiten Öffentlichkeit noch auf keine sonderlich grosse Resonanz. Doch das könnte sich bald tatsächlich ändern: Denn sie legt nun die eigenen Angaben zufolge erste wissenschaftliche Studie zum Thema «Frühkindliche Reinlichkeitserziehung» vor. Für diese hat Rita Messmer, selber dreifache Mutter, die Erfahrungen von insgesamt 138 Eltern, die ihre Babys nach dieser Methode «trockengelegt» haben, ausgewertet. Und sie kommt zum Schluss: Es funktioniert tatsächlich. Die Kinder der an der Studie teilnehmenden Eltern lebten im Schnitt ab einem Alter von ein bis eineinhalb Jahren gänzlich windelfrei.

Sensible Phasen

«Für jede Entwicklungsphase im Leben gibt es eine bestimmte, ganz besonderes geeignete Periode», erklärt Messmer, die zu diesem Thema bereits Bücher publi-

ziert hat und Kurse anbietet (siehe Kasten): «Es gibt also Zeiten, wo ein Kind reif ist, einen bestimmten Entwicklungsschritt zu machen.» Verstreiche dieser geeignete Zeitpunkt ungenutzt, vollziehe das Kind diesen Schritt nicht nur viel später, sondern auch viel mühsamer über den Intellekt. Rita Messmer lehnt sich in ihren Überlegungen stark an die Pädagogin Maria Montessori (1870–1952) an, welche in diesem Zusammenhang den Begriff der «sensiblen Phase» prägte.

Die Bettnässer-Generation

Die «sensible Phase», in der das Gehirn wichtige Vernetzungen für die Reinlichkeit macht, sind laut Rita Messmer die ersten drei Lebensmonate: «Verpasst man es in dieser Zeit, seinem Baby die nötigen Impulse zu geben, will es sein Geschäft bis auf weiteres da erledigen, wo es dies gewohnt ist: in die Windel. Windeln aber sind heutzutage so saugfähig und bleiben auch in vollem Zustand so trocken, dass das Kind gar nicht merkt, dass es sich eigentlich eingenässt hat.» Dementsprechend bleibe auch der Anreiz aus, dieses unangenehme Gefühl zu verhindern. Welche Folgen dies habe, sei nicht zuletzt in den Verkaufsergebnissen von Grossverteilern und Fachgeschäften zu sehen: «Unglaublich», ereifert sich Rita Messmer, «Pampers beispielsweise führt mittlerweile bereits Windeln für 8- bis 12-Jährige im Sortiment. Wir sind drauf und dran, eine Generation von Bettnässern zu kreieren.»

Diese mehrjährige Windelabhängigkeit, sagt Messmer, sei sowohl aus ökologischer als auch aus ökonomischer Sicht ein Unsinn. Zudem könne sie für das betroffene Kind zur psychischen Belastung werden: «Stellen Sie sich schon nur mal vor, wie belastend es etwa für einen 9-Jährigen sein kann, der nachts nicht ohne Windeln schlafen kann, wenn ein Klassenlager oder die Übernachtung bei einem «Gspänli» ansteht.»

Wider die Natur

Nach Ansicht von Rita Messmer sind Windeln eine Fehl-erfindung und ist das Tragen derselben wider die Natur: «Windeln bringen Säuglingen ein unnatürliches Verhalten bei. Nämlich, dass sie immer und

KLEINKINDER Windeln sind aus ökologischer und ökonomischer Sicht unsinnig und hemmen erst noch Babys in ihrer natürlichen Entwicklung. Das sagt die Erwachsenenbildnerin und Buchautorin Rita Messmer. Säuglinge, ist sie überzeugt, könnten von Geburt weg daran gewöhnt werden, ihr Geschäft nicht in die Windel, sondern nur über der Kloschüssel zu verrichten. Eine aktuelle Studie bestätigt ihre Theorie.

überall ihr Geschäft verrichten können.»

Kein Säugetier lege sich freiwillig in seinen eigenen Kot, nicht einmal Kaninchen oder Meerschweinchen in Stallhaltung. Sie wählten für ihr Geschäft eine eigens ausgesuchte Ecke. «Wieso aber sollten, wo Tiere schon sehr bald eine gewisse

reinigt – und schon gehe die Mutter wieder ihrer Beschäftigung nach. Messmer: «Der ganzen Geschichte wird relativ wenig Beachtung geschenkt, wodurch sie nie den Stellenwert und die Komplexität erreicht wie bei uns.»

«Pssssssssssss»

Ihre Studie zeige, so Rita Messmer, dass die Erziehung zur frühen Reinlichkeit auch in der westlichen Welt praxistauglich sei. Das Wichtigste sei dabei, damit wirklich gleich in den ersten Lebenswochen zu beginnen: «Die besten Resultate – sprich die wenigsten späteren Pannen – erzielten jene Eltern, die von Beginn weg ihre Babys vom unkontrollierten Ausscheiden abhielten.» Der Aufwand dafür, so Messmer, falle kaum ins Gewicht, man müsse nur auf die Signale achten, die das Neugeborene sende. Die häufigsten seien: Unruhigwerden, leichtes Weinen, Absetzen beim Stillen und die Suche nach Augenkontakt. «Die Eltern sollten auf diese Zeichen entsprechend reagieren, die Windel abnehmen und ihr Baby kurz über die WC-Schüssel, das Lavabo oder einen Topf halten», sagt Rita Messmer und rät zudem dazu, anfangs zur Verstärkung ein akustisches Signal wie etwa «Pssssssss» zu geben: «Sozusagen ein internationales Zeichen zum Urinieren». Das Kind, versichert sie, werde so sehr rasch lernen, sein Geschäft nur über der Schüssel zu verrichten.

Schweizer Kinder verbrauchen heute im Schnitt rund 1,15 Millionen Windeln pro Tag. Werden es in Zukunft weniger sein?

Giuseppe Wüest

TABUTHEMA?

Baby mit Windeln: Ein zu herziges Bild

Mit ihrer Methode zur frühen Reinlichkeitserziehung (siehe Haupttext) spreche sie ein Tabuthema an, ist Rita Messmer überzeugt: Zu verbreitet sei in der Werbung und in der Gesellschaft das herzige Bild eines Babys mit Windeln. Und niemand möge sich gross Gedanken darüber machen, dass die Kinder durchschnittlich immer älter werden, bevor sie trocken werden. Tatsache ist, dass die Schulmedizin der Methode äusserst skeptisch gegenübersteht: Messmers Theorie wird als pseudo-wissenschaftlich kommentiert, insbesondere wird zudem kritisiert, ein derart frühes Training von Blase und Schliessmuskel sei nicht kindgerecht, weil ein Baby diese gar noch nicht bewusst kontrollieren könne. wü

Ihre Meinung interessiert uns: Was halten Sie von Rita Messmers Methode? Schreiben Sie eine E-Mail an redaktion@bernerzeitung.ch (Vermerk: Windeln) oder per Post an Redaktion Berner Zeitung, Ressort Forum, Dammweg 9, 3001 Bern.



Ein Kleinkind auf dem Töpfchen: Schon Babys können laut Rita Messmer lernen, ihr Geschäft nur zu bestimmten Zeiten und an bestimmten Orten zu verrichten.

Bild Fotolia

ZUR PERSON

Spezialgebiet Kinder und Erziehung

Rita Messmer ist Mutter von drei erwachsenen Kindern und lebt in Faoug (VD) am Murtensee. Die 58-Jährige ist als Erwachsenenbildnerin, Craniosacraltherapeutin und Buchautorin tätig. Sie hält zudem Vorträge zu allgemeinen Erziehungsfragen und gibt Meditationskurse. **Buchtipps:** «Ihr Baby kanns. Selbstbe-



Rita Messmer, Erwachsenenbildnerin und Buchautorin

wusstsein und Selbstständigkeit von Kindern fördern», Beltz-Verlag, ca. 22.90 Fr. «Mit kleinen Kindern lernen lernen. So fördern Sie Ihr Kind fürs Leben», Beltz-Verlag, ca. 22.90 Fr. «Zu stark für Gewalt. Wie Kinder zu achtsamen Menschen werden», Beltz-Verlag, ca. 26.90 Fr. wü

Weitere Infos:

www.rita-messmer.ch