

Freiburger Nachrichten



Windeln im Supermarkt.

Rita Messmer kämpft seit 30 Jahren für weniger Windel und mehr Natürlichkeit

- Veröffentlicht am: 12.07.2021

Babys zeigen von Geburt an, wenn sie ihr Geschäft verrichten müssen. In unserer Kultur ist das Wissen darum verloren gegangen. Seit gut 30 Jahren gibt Rita Messmer Gegensteuer. Auch politisch gibt es Bestrebungen, den Windelberg zu reduzieren.

«Mein Kind geht bald in die Schule – und es ist immer noch nicht «trocken» – eine Tatsache, die weit verbreitet ist, und eine Belastung für Eltern und Kinder. «Das muss nicht sein», sagt Rita Messmer. Sie plädiert für einen natürlichen Umgang mit dem Prozess des «Reinlich-Werdens»: «Von Geburt an sendet das Baby Signale aus, wenn es «muss»», die Eltern haben es verlernt, auf diese Signale zu achten. Sie können sie nicht mehr interpretieren.»

Signale richtig deuten

Und da setzt die «Hello-Nappy»-Bewegung der erfahrenen Therapeutin und Erwachsenenbildnerin an. In Kursen erlernen die Eltern, die Signale richtig zu deuten, damit sie ihr Baby vom ersten Tag an bei der Verrichtung ihres Geschäfts «abhalten» können, sprich über ein kleines Becken, ein Lavabo oder ein WC halten. «So wie Babys biologische Bedürfnisse nach Stillen des Hungers und des Durstes haben, wollen sie auch nicht in ihren Ausscheidungen liegen bleiben», betont Rita Messmer.

Es geht dabei nicht darum, auf jegliche Windel zu verzichten. Die Therapeutin bevorzugt Stoffwindeln zur Unterstützung in diesem Lernprozess: «Weil das Baby dabei spürt, dass es gerade pinkelt, da ein Nässesignal ans Gehirn geht. Dieses Signal wird bei Wegwerfwindeln verhindert, was dazu führt, dass die Kinder das Gefühl für ihre Ausscheidungen verlieren. Die Stoffwindeln dienen somit als sogenanntes «Back-up» und nicht als Ersatzklo. Je älter das Baby wird, umso weniger werden sie gebraucht.»

Sensible Phase beachten

Von Bedeutung dabei ist die sogenannte sensible Phase, wie Rita Messmer unterstreicht: «In den ersten drei Lebensmonaten ist das Gehirn eines Babys für entsprechende Vernetzungen offen – dieser Entwicklungsschritt ist biologisch angelegt. Durch die Stimulation der Eltern werden seine natürlichen Reflexe unterstützt und gefördert.» Sie ist überzeugt, dass der Aufwand für die Eltern bedeutend kleiner ist als bei der in unseren Breitengraden herkömmlichen Methode mit den Wegwerfwindeln. Diese habe – nebst den ökologisch und ökonomisch belastenden Auswirkungen – zudem den Nachteil, dass die Kinder mit der Zeit ihre Instinkte nicht mehr wahrnehmen würden.

Und nach Jahren des Windeltragens sind die Kinder nicht in der Lage, von einem Tag auf den anderen in einen anderen Modus zu schalten und ihr Geschäft auf der Toilette zu verrichten. Ein Problem, das zu zahlreichem Leid in Familien führt. Und ein Grund, weshalb viele bei Rita Messmer anklopfen.

Seit mehr als 30 Jahren hilft Rita Messmer Ratsuchenden und gibt ihr Wissen weiter. Sie stützt sich bei ihrer Bewegung auf wissenschaftliche Studien sowie Erfahrungen verschiedenster Kulturen aus der ganzen Welt.

Zur Person

Die Urheberin der Windelfrei-Bewegung

Rita Messmer aus Faoug ist als Pädagogin und Therapeutin auf Cranio-Sacral-Therapie spezialisiert. Seit mehr als 30 Jahren gibt sie Kurse und hält Vorträge zu allgemeinen Erziehungsfragen. Sie hat dazu zahlreiche Bücher geschrieben. In ihrem ersten Buch: «Ihr Baby kann's!» von 1997 wies sie als Erste darauf hin, dass die frühe Reinlichkeit bei Säuglingen einer sensiblen Phase untersteht, die vom ersten Lebenstag an offen ist und sich gegen Ende des dritten Lebensmonats schliesst. Sie ist somit Urheberin der ursprünglichen Windelfrei-Bewegung. *ka*

Weitere Informationen: <https://epm-paedagogik.ch/hello-nappy/>
<https://rita-messmer.ch/>

Interpellation:

Nationalrätin Ursula Schneider Schüttel will den Windelberg reduzieren

Bis zu 5000 Windeln braucht ein Baby, bis es trocken ist. Oft handelt es sich dabei um Wegwerfwindeln, die sowohl einen Abfallberg verursachen, als auch die Reinlichkeitsentwicklung der Kinder behindern. Dies werde unter anderem durch das Angebot in allen Warenhäusern von Windeln für 12- bis 15-Jährige oder bis 57 Kilogramm sichtbar, unterstreicht die Murtner Nationalrätin Ursula Schneider Schüttel (SP) in ihrer Interpellation, die sie am 17. Juni eingereicht hat. Sie fragt den Bundesrat an, ob ihm die Problematik des Bettnässens (90'000 Bettnässer über fünf Jahre) bekannt sei, und regt ihn dazu an, mittels Studien das angeborene Verhalten von Babys in den ersten drei Lebensmonaten zu untersuchen. Sie möchte, dass auf nationaler Ebene gegen den durch die Wegwerfwindeln verursachten Abfallberg vorgegangen wird. *ka*