

Nicht jedes Baby braucht Windeln

Statt sie zu fördern, bremsen viele Eltern ihre Babys – meist unbemerkt. Ergebnis: unselbstständige Kinder, unnötiger Stress. Die Autorin Rita Messmer zeigt, wie Eltern sich vieles leichter machen können.

Von Hans Peter Roth

Kein Tier in freier Wildbahn legt sich in den eigenen Kot oder macht dort hin, wo es frisst. Sollte das ausgerechnet bei uns Menschen anders sein? Sollte es «normal» sein, dass sich ein Baby vollmacht und dann – in den Windeln – womöglich stundenlang im eigenen «beschmutzten Nest» liegt? Solche Fragen liessen Rita Messmer keine Ruhe. Wenn etwas so Elementares in der Tierwelt selbstverständlich ist, wunderte sich die dreifache Mutter, um wie viel mehr muss es die Natur dann hoch entwickelten Lebewesen buchstäblich in die Wiege gelegt haben?

In nichtindustrialisierten Kulturen in Asien, Amerika und Afrika werden Babys traditionell am Körper getragen, weiss Messmer. Die Menschen in diesen Kulturen lassen ihren Nachwuchs, den sie zum Teil nackt in Tüchern auf sich tragen, keineswegs einfach über sich pinkeln oder stuhlen. Das Baby scheint also der Mutter rechtzeitig zu signalisieren, dass es muss. Und diese reagiert sehr sensibel auf das Geschäft ihres Kleinsten – weil sie dessen Signale versteht.

Die Probe aufs Exempel

Demgegenüber behaupten gewisse Experten, ein Kind könne bis zum Alter von drei Jahren seine Blase nicht kontrollieren. Es sei ganz normal, wenn das Kind bis dahin in die Windeln mache. «Nachdem ich auf meinen zahlreichen Reisen viele Erfahrungen mit anderen Kulturen gesammelt hatte, wollte ich bei meinen eigenen Kindern die Probe aufs Exempel machen», erinnert sich Messmer. «Schnell zeigte sich, dass die Behauptung vieler Psychologen und Pädiater nicht stimmen konnte.»



Schon im Säuglingsalter trocken: Windelnwechseln muss nicht sein – vorausgesetzt, die Signale, die das Baby aussendet, werden wahrgenommen und richtig interpretiert. Bild Tamara Defilla

Ihren Sohn Stefan hielt Messmer im Alter von drei Monaten über die WC-Schüssel und hiess ihn Pipi machen – für den Topf war er ja noch zu klein. «Also machte ich es wie die Frauen bei den Naturvölkern – anstatt über den Wegrand hielt ich ihn einfach über die Toilette.» Kaum hatte sie fertig gesprochen, ergoss sich auch schon ein kleiner Springbrunnen in die Toilettenschüssel.

Schon im Säuglingsalter trocken? Zunächst wollte Messmer noch an einen Zufall glauben. Als sich die Szene aber immer wieder auf die gleiche Weise wiederholte, konnte kein Zufall mehr im Spiel sein. «Ich stellte auch fest, wie er jedes Mal nach dem Windelöffnen geradezu darauf wartete, übers Klo gehalten zu werden.» In ihrem Buch «Ihr Baby kann's!» schreibt die Autorin Messmer: «Unzählige Mütter haben dieses Verfahren mittlerweile ausprobiert, und sie

stellen mit Erstaunen fest, dass es auch bei ihnen klappt.»

Sensible Phasen und ...

Die Erwachsenenbildnerin folgert, dass es für jeden wichtigen Lernschritt eine so genannte sensible Phase gibt. Manche Lernphase unserer Kinder nähmen wir intuitiv richtig wahr, ohne uns dessen jedoch bewusst zu sein. Andere verhinderten wir mit unserem Intellekt, ebenfalls ohne es zu merken.

Angenommen, ein Säugling wird nach seiner Geburt direkt mit der Flasche gefüttert. Die sensible Phase, in der das Kind an der Mutterbrust zu trinken lernt, wird so nicht wahrgenommen. Würde man den Säugling nach einiger Zeit an der Brust anlegen, würde er nicht mehr an der Brust trinken, weil sein Gehirn die Flasche als Nahrungsquelle registriert hat und nicht die Brust, sagt Messmer.

Im Handbuch für die stillende Mutter der La Leche Liga heisst es: «Bei einem voll ausgetragenen, gesunden Neugeborenen ist der Saugreflex gewöhnlich 20 bis 30 Minuten nach der Geburt am stärksten, vorausgesetzt, dass es nicht aufgrund von Medikamenten ganz benommen ist. Wenn dieser wichtige Zeitpunkt für das erste Anlegen verpasst wird, kann es sein, dass der Saugreflex beim Baby etwa eineinhalb Tage lang weniger stark ausgeprägt ist.»

... die Zeitfenster nutzen

Der Begriff «sensible Phasen» wurde von der Schweizer Pionierpädagogin Maria Montessori geprägt. Nach wissenschaftlicher Definition treten diese Entwicklungsfenster von Geburt an bis zum zwölften Lebensjahr jeweils in Phasen auf, in denen das Gehirn am eifrigsten von seiner Umgebung lernt. Oft sind diese auch aus der Tierwelt

bekanntem Entwicklungsfenster nur relativ kurz geöffnet; für das beschriebene Reinlichkeitsverhalten beispielsweise rund drei Monate nach der Geburt. Ist das Zeitfenster einmal geschlossen, muss der Entwicklungsschritt später mit weit mehr Aufwand über den Intellekt erlernt werden.

«Mit den sensiblen Phasen hat uns die Natur bewusst Mittel in die Hand gegeben, um möglichst frühzeitig für uns wichtige Lernprozesse zu machen, zu beschleunigen und zu vertiefen, bevor wir dies verstandsmässig oder intellektuell vollziehen können», sagt Messmer. Die frühkindliche Entwicklung laufe über Reize und Signale. In diesem Sinne sei das Neugeborene ein höchst kommunikatives Wesen. «Wir reagieren aber fast nur noch auf das Weinen des Babys und haben verlernt, die feineren Körpersignale wahrzunehmen, und erst recht, diese zu interpretieren. Dies wäre wichtig, denn so fühlt sich das Baby in seinen Bedürfnissen besser wahrgenommen und verstanden, was für seine gesunde Entwicklung von grosser Bedeutung ist.» Daher sei es naheliegend, die verschiedenen sensiblen Phasen der Kinder zu nutzen.

Rita Messmer: «Ihr Baby kann's!», 164 Seiten, Beltz-Verlag, 23.70 Franken.

«Mut zur Erziehung» – Veranstaltung in Chur

Chur. – Um sensible Phasen und Erziehungsthemen rund um das heranwachsende Kind geht es beim Wochenendseminar «Mut zur Erziehung: Bessere Verständigung zwischen Erwachsenen und Kindern». Dieses führt die Berner Buchautorin Rita Messmer in Chur jeweils am Samstag und Sonntag, 7. und 8. Juni sowie 8. und 9. November, durch. Das Wochenendseminar ist ein Angebot der Elternschule Chur. (rhp)

Information und Anmeldung: Gaby Camenisch, Telefon 081 353 82 65. Nähere Infos unter www.rita-messmer.ch.

Neuer Belag für San Bernardino

Im San-Bernardino-Tunnel wird derzeit rund um die Uhr gearbeitet, um den Deckbelag absolut fugenlos aufzutragen. Ab Samstag ist der Tunnel wieder befahrbar.

Von Theo Gstöhl

San Bernardino. – Seit dem 26. Mai ist der San-Bernardino-Tunnel gesperrt. Der Schwerverkehr muss seither auf die Gotthardroute ausweichen, der übrige Verkehr wird über den San-Bernardino-Pass umgeleitet. Der Grund für die Sperrung ist der Einbau des Deckbelags im 6,6 Kilometer langen Strassentunnel. 49 500 Quadratmeter Strasse müssen geteert werden. Dafür sind 3700 Tonnen Belag erforderlich. Dieser wird mit Lastwagen von der Aufbereitungsanlage in Untervaz herangekarrt.

Strassenbelag aus einem Guss

Beim Belagseinbau wird in drei Schichten mit je rund 33 Arbeitern rund um die Uhr gearbeitet. Zwei Belageinbaumaschinen und zwei komplette Walzenzüge stehen seit Montagabend um 20 Uhr ununterbrochen im Einsatz, um die beiden Fahrbahnen gleichzeitig zu teeren. «So gibt es keine Arbeitsfugen im Belag, weder in der Längs- noch in der Querrichtung. Mit dieser Arbeitsweise entsteht die Strasse aus einem Guss, und der Belag, den wir erhalten, ist qualitativ viel besser», erklärte Ruedi Waldburger,

zuständiger Oberbauleiter des Tiefbauamts Graubünden, gestern an einer Medienorientierung im Werkhof des San-Bernardino-Tunnels.

Von Süden her arbeiten sich die Maschinen in Richtung Norden, rund 100 Meter in der Stunde. Damit der Tunnel am Samstag wieder befahrbar ist, müssen die Maschinen heute am Nordportal ankommen. Denn hinter ihnen folgen noch die Reinigungs- und Markierungsarbeiten. Der Einbau des Deckbelags kostet rund 1,5 Millionen Franken. Für die gesamte Tunnelsanierung wird mit Endkosten

von 239 Millionen Franken gerechnet.

Weitere Baustellen

Pünktlich um 8 Uhr soll der Tunnel wieder für den Verkehr geöffnet werden. Gleichzeitig wird auch die wegen einer Felsprengung erfolgte Sperre der Strecke San Bernardino–Pian San Giacomo aufgehoben. Doch ganz baustellenfrei wird die Route dann immer noch nicht sein. Am Nordportal des San-Bernardino-Tunnels wird eine Galerie erstellt, und im Casannawald Tunnel wird noch bis 2010 gearbeitet.



Letzte Arbeiten: Im Schichtbetrieb wird der Deckbelag in den neu sanierten San-Bernardino-Tunnel eingebaut. Bild Arno Balzarini/Keystone

Konzepte für das Älterwerden in Flims ausgearbeitet

Die Ergebnisse einer Jugendkommission hat die Gemeinde Flims schon präsentiert. Nun ist die ältere Generation im Fokus.

Flims. – «Jungsein in Flims» – ihren Bericht zu diesem Thema hat eine von der Gemeinde einberufene Kommission unter der Leitung von Fachberater Urs Chiara Ende Januar der Flimser Gemeindeversammlung im Detail vorgestellt. Erste konkrete Massnahmen sind inzwischen bereits ergriffen worden, unter anderem hat Flims vor kurzem eine Person für die Jugendarbeit engagiert. Nicht zu kurz kommen soll aber auch die Generation der Seniorinnen und Senioren: Mit ihren Belangen hat sich eine Kommission namens «Älterwerden in Flims» befasst, und auch deren Ergebnisse sind mittlerweile präsentiert worden. Denn, so die Kommission, mit der demografischen Zunahme der älteren Bevölkerung werde auch in Flims die Nachfrage nach altersgerechten Angeboten zunehmen. Die Gemeinde sei gefordert, sich frühzeitig mit diesen Themen auseinander zu setzen. Dank der Resultate der Kommission habe sie eine gute Grundlage für eine «zielgerichtete Alterspolitik».

Als zentrales Anliegen der älteren Bevölkerung von Flims gilt laut Kommissionsbericht das Wohnen zu Hause. Diesem Wunsch soll Rechnung getragen werden, indem die Gemeinde

und die bestehenden Organisationen ihr Angebot an Dienstleistungen und Infrastruktur sukzessive ausbauen.

Vorhanden ist jedoch auch das Bedürfnis nach hindernisfreiem Alterswohnen mit einem umfassenden Serviceangebot, auch bei erhöhtem Pflegebedarf. Die Kommission empfiehlt deshalb den Ausbau des Wohn- und Pflegeheims Plaids zu einem Kompetenzzentrum für Wohnen und Pflege im Alter, inklusive Alterswohnungen auf dem Areal der Stiftung und gute Verkehrserschliessung. In einem Optimierungsbau des Zentrums Plaids soll es zudem ein spezialisiertes Angebot für Demenzzranke geben.

Interesse an Alterswohnungen

Für die Realisierung von altersgerechtem Wohnraum sind weitere Standorte untersucht worden, und teilweise besteht bei den Besitzern oder Investoren auch Interesse, wie im Bericht nachzulesen ist. Angeregt wird die Erstellung von je zehn Wohnungen in Plaids sowie in Stenna oder Flida. Generell soll Flims auf die Marke «seniorenfreundlich» setzen. Die notwendigen Massnahmen werden von der Gemeinde etappenweise bis 2010 in die Wege geleitet. Eingesetzt werden soll zu diesem Zweck eine Alterskommission. Sie wird verantwortlich sein für die Weiterentwicklung des Prozesses und für konkrete Vorschläge, wie die Empfehlungen aus dem Bericht umgesetzt werden können. (jfp)