Weg von der Windel

Vielen Eltern dauert es zu lange, bis ihre Sprösslinge keine Windeln mehr brauchen. Doch die Entwicklung hin zum **Töpfchen** verläuft von Kind zu Kind unterschiedlich. Das Wichtigste ist, keinen Druck zu machen.

Text **Nicole Tabanyi**

Gut Ding will Weile haben, sagt ein Sprichwort. Und das gilt für fast alles im Leben – auch für den Weg von der Windel zum Töpfchen. Darum macht es wenig Sinn, wenn Eltern auf Teufel komm raus etwas erzwingen wollen, was unmöglich ist. Zum Beispiel von ihren Kindern zu erwarten, dass sie schon im Alter von anderthalb Jahren den Windeln abgeschworen haben und lieber aufs Töpfchen gehen.

«Es kommt schon mal vor, dass Babys so früh trocken sind, aber das sind Ausnahmen», sagt Catharina Hürlimann, Kinderärztin aus Sitten VS. Denn normalerweise verabschieden sich Mädchen und Buben erst in ihrem dritten Lebensjahr von den Windeln, wie Kinderärzte und Psychologen immer wieder betonen müssen. «In der Regel sind die Mädchen ein bisschen früher trocken als Buben und Erstgeborene etwas später als Zweitgeborene. Zwischen zweieinhalb und drei Jahren sind aber die allermeisten so weit», erklärt Catharina Hürlimann.

Auch Jürgen Margraf, ein deutscher Psychologe, der sich intensiv mit den Prozessen in der Kindheit beschäftigt, sagt: «Eltern sollten wissen, dass Babys bis zum dritten Lebensjahr noch nicht reinlich sind. Es macht also keinen Sinn, sie vor diesem Alter viele Stunden auf den Topf zu setzen.»

Keine Frage des Willens

Doch die Realität sieht anders aus: Vielen Eltern dauert das zu lange. Auch ist es ihnen unangenehm, wenn ihr gross gewachsener Wonneproppen noch mit zwei Windeln trägt, während er bereits auf dem i-Phone Fotos anschaut und vielleicht sogar mit dem Handy der Mama erste Fotos schiesst. Da scheint etwas nicht zusammenzupassen.

Ausserdem befürchten Eltern, dass sie auf das Windeltragen ihres Kindes angesprochen werden könnten. Catharina Hürlimann bestätigt: «Es gibt junge Mütter, die massiv unter Druck stehen, wenn die Oma oder die Grosstante fragt: Was, dein Kleiner macht immer noch in die Windeln? Du warst doch schon mit zwei trocken.»

Dabei verläuft die Entwicklung von der Windel zum Töpfchen von Kind zu Kind sehr unterschiedlich. Und so gern das Eltern auch hätten: Dieser Prozess lässt sich nicht beschleunigen. Weil das Sauberwerden eben nicht nur eine Frage des Willens, sondern an physiologische Prozesse geknüpft ist. Wie der Spracherwerb ist auch die Entwicklung der Blasenkontrolle ein Prozess, der Zeit braucht. Nur wissen das viele Eltern nicht, darum ist Aufklärung nötig.

«Ein Kind muss nicht mit einem Jahr trocken sein. Lassen Sie ihm die Zeit, die es braucht.» Catharina Hürlimann, Kinderärztin

Fotos: Prisma/McPHOTO, zvg

Kleinkinder setzen sich gerne auch mal aufs Töpfchen, «lesen» oder spielen, ohne es für den eigentlichen Zweck zu gebrauchen.

«Beunruhigten Eltern sage ich seit zwanzig Jahren: Ihr Kind muss nicht mit einem Jahr trocken sein. Lassen Sie Ihrem Kind die Zeit, die es benötigt. Das kommt alles noch und ist kein Grund zur Sorge», stellt Catharina Hürlimann klar.

Druck wegnehmen – das ist das A und O wenn man es sich selber und seinem Kind leichter machen möchte. Das heisst: sich sowohl vom sozialen Druck freimachen als auch das Kind nicht aufs WC drängen. Besser ist es, auf das Kind einzugehen und die Zeichen, die es sendet, wahrzunehmen.

So äussern viele Kinder ungefähr im Alter von zwei den Wunsch: Mama, kannst du mir die Windeln wechseln? Ich brauche jetzt neue Windeln! Oder sie sagen: Ich möchte jetzt auch mal aufs WC. «Das sind Indizien dafür, dass das Kind seine Blase kontrollieren kann und spürt, dass es jetzt bald Pipi machen muss», sagt die Expertin.

Ist dieses Entwicklungsstadium einmal erreicht, dann können Eltern ihren Kindern den Gang aufs Töpfchen oder aufs WC nicht nur erleichtern, sondern auch schmackhaft machen und mit dem Sauberkeitstraining beginnen.

Das geht so:

- Wählen Sie zunächst eine Methode: Töpfchen oder WC, spezieller Kindertoilettensitz oder eine kleine Treppe, die zum WC führt. Experimentieren Sie, wenn eine Methode nicht funktioniert. Den meisten Kindern gefällt das Töpfchen aber am besten.
- Wenn Sie sich für ein Töpfchen entscheiden, erklären Sie Ihrem Kind, um was es sich handelt, und dass Kinder nicht immer Windeln tragen werden.
- Suchen Sie mit Ihrem Kind zusammen ein Töpflein und Unterwäsche seiner Wahl aus. Da gibt es vom Töpfchen in Seehund-, Traktor und Bärenform bis hin zu leuchtend grünen, pink- oder orangefarbenen Fantasy-Töpfchen alles. Auch Batman-Boxershorts und Alice-im-Wunderland-Unterwäsche sind geeignet, um ein neues Zeitalter einzuläuten.

NIVEA
100 JAHRE
HAUTPFLEGE
FÜRS LEBEN

BDF Beiersdorf

LIEBEVOLL GEBADET,
MIT SANFTER PFLEGE VERWÖHNT

Das neue NIVEA Baby Shampoo & Bath mit seinen natürlichen Kamillen-Extrakten reinigt und pflegt sowohl feines Babyhaar als auch die zarte Babyhaut besonders mild und schonend. Frei von Parabenen, Alkohol, Farbstoffen und Seife.*

CLINICALLY TESTED

* Alle NIVEA Baby Produkte werden in Kooperation mit Dermatologen und Kinderärzten entwickelt.

www.NIVEA.ch/baby
www.facebook.com/nivea.ch
0800 80 61 11 (Mo–Fr, 9–12 Uhr)

«Ideal ist es, wenn Sie sofort auf die Zeichen Ihres Babys reagieren und mit ihm das Örtchen aufsuchen.» Rita Messmer, Babytherapeutin

Foto: zvg

- Montieren Sie ein angenehmes, stimmungsvolles Licht. Eine kleine Bibliothek mit Bildbänden oder ein paar Spielzeuge erleichtern Kindern den Aufenthalt auf dem Töpfchen.
- Oft entwickeln Kinder ein grosses Interesse am Töpfchen. Sie spielen damit, setzen Puppen oder Stofftiere darauf, manchmal auch sich selbst, ohne es für den eigentlichen Zweck zu gebrauchen. Lassen Sie ihm diese Freude.
- Helfen Sie Ihrem Kind, wenn es Pipi macht, indem Sie ein Rauschen nachahmen. Das signalisiert: Du kannst jetzt loslassen. Und zeigen Sie ihm danach, wie man sich reinigt.
- Loben Sie Ihr Kind ruhig nach dem Gang aufs Töpfchen, aber nicht allzu sehr. Und wenn es zu Rückfällen kommt, so kann das an psychischen Belastungen innerhalb der Familie liegen. Schimpfen Sie deswegen nie mit Ihrem Kind.

Signale erkennen

Eine interessante Entdeckung hat die Babytherapeutin und Erziehungsberaterin Rita Messmer zum Prozess der Reinlichkeit gemacht. Die im Kanton Waadt lebende Bernerin beobachtete, dass Babys schon ganz früh, nämlich von der ersten Lebenswoche bis Ende des dritten Monats, Signale senden, die dem Pipimachen vorausgehen. «Sie weinen dann, werden unruhig und strampeln mit den Beinen», sagt Rita Messmer. «Auch setzen sie die Brust ab und nehmen Augenkontakt zur Mutter auf.»

Damit wollen sie sagen: Mama, ich muss jetzt mal und brauche deine Aufmerksamkeit für dieses Geschäft. Was man da als Mutter macht? «Ideal ist es, wenn Sie sofort auf diese Zeichen reagieren und mit dem Baby das Örtchen aufsuchen», sagt Rita Messmer. Babys würden so relativ früh trocken werden, stellt die Babytherapeutin in Aussicht.

Allerdings nur, wenn sie innerhalb dieser frühen sensiblen Phase für die Reinlichkeit, also von der ersten Lebenswoche bis zum Ende des 3. Monats, diese Vernetzung von Harndrang und Töpfchen machen können.

«Und sprechen Sie mit Ihrem Kind früh über seine Ausscheidungen», rät Rita Messmer. «Immerhin gehören Pipi und Kacki zu den ersten Worten, die ein Kind artikulieren kann.» ■

Kontrolle über die Blase

Sauber zu sein hängt nicht allein vom Willen ab. Die Kontrolle der Blase ist eine körperliche Funktion. Eltern sollten verstehen, dass die Blase mit dem Nervensystem verbunden ist. Das Kind muss lernen, dass sich die Blase füllen lässt und, wenn sie voll ist, entleert werden muss. Bei einem Säugling leert sich die Blase sofort, wenn sie Flüssigkeit enthält. Später ist eine Art Knopf da, der durch das Gehirn gesteuert wird und den Urin nur durchlässt, wenn es die Person bewusst will.

Spätestens mit dreieinhalb bis vier Jahren sind Kinder sauber. Dies gilt für den Tag, nicht für die Nacht, da brauchen viele noch Windeln. Wenn ein Kind im Alter von vier auch noch tagsüber Windeln braucht, ist ein Kinderarzt aufzusuchen, um abzuklären, woran es liegt.

MEHR ZUM THEMA
Remo Largo, «Kinderjahre», Piper Taschenbuchverlag, ca.15.90 Franken.
Rita Messmer: www.rita-messmer.ch

www.schweizerfamilie.ch

Monströs gut!

© Columbia Pictures Inc. All Rights Reserved

GEWINNEN SIE!

Einen exklusiven Aufenthalt in der 4-Sterne Superior
JUGENDSTIL-VILLA SILVANA DES WALDHAUS FLIMS MOUNTAIN RESORT & SPA.

Zusätzlich haben Sie die Chance auf vier Kinotickets für die witzige Familienkomödie «Hotel Transsilvanien»!

www.schweizerfamilie.ch/wettbewerb

WALDHAUS FLIMS
MOUNTAIN RESORT & SPA